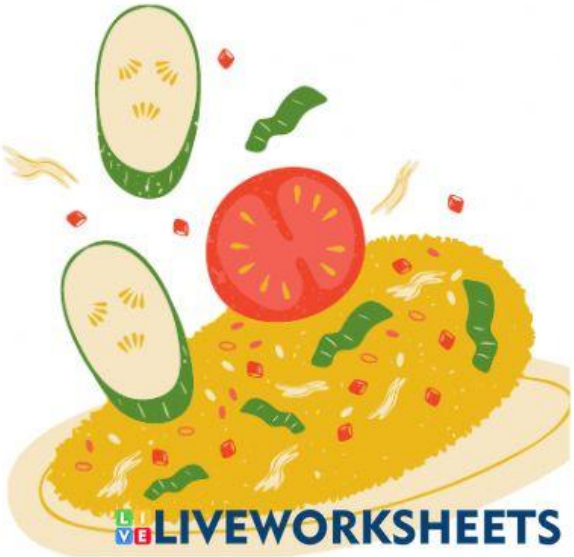
LKPD 1
NUTRISI DAN ENERGI

SMP
VIII

DISUSUN OLEH:
RENATA
WULANDARI

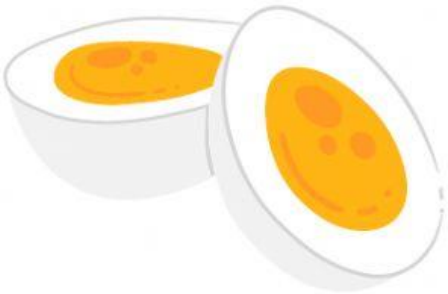
identitas Peserta Didik Kelompok:

1.
2.
3.
4.
5.



LIVEWORKSHEETS

PETUNJUK E-LKPD



1. Bacalah baik-baik pernyataan dan perintah yang ada pada E-LKPD!
2. Jawablah pertanyaan pada kolom yang telah disediakan Setelah selesai, klik **finish**! pada bagian bawah E-LKPD>klik **Email my answer to my teacher**> isi **Enter your full name** dengan nama lengkap kalian > isi **Group/level** dengan kelas kalian > isi **School Subject** dengan "IPA" > isi **Enter your teacher's email** > lalu klik **send.**
3. Apabila ada pertanyaan silahkan bertanya pada guru.
4. Siapkan paket internet dengan jaringan yang baik untuk mengerjakan E-LKPD ini!

Kompetensi Dasar

3. 5. Menganalisis sistem pencernaan pada manusia dan memahami gangguan yang berhubungan dengan sistem pencernaan, serta upaya menjaga kesehatan sistem pencernaan

Tujuan Pembelajaran

3.5.1 Menganalisis kebutuhan energi/nutrisi sehari-hari
3.5.2 Mengkarakteristikkan jenis-jenis nutrisi yang sesuai dengan kebutuhan energi
3.5.3 Membandingkan kebutuhan energi pada manusia
3.5.4 Menganalisis jenis-jenis nutrisi dan kebutuhan energi pada manusia
3.5.5 Merencanakan pengujian jenis-jenis nutrisi pada berbagai makanan

LIVEWORKSHEETS

READ
(MEMBACA)

Pada tahap ini, kamu diminta untuk membaca, menggali dan mencari informasi dari buku, internet, youtube yang berkaitan dengan kebutuhan nutrisi dan energi

1. Mengapa tubuh kita merasa lemas ketika tidak mendapatkan makanan ?
2. Apakah orang yang kurus dan sedikit gemuk memerlukan jumlah energi yang sama?
3. Bagaimana cara kita untuk bisa mengetahui kandungan nutrisi pada makanan?

Perhatikan dan pahami informasi pada link di bawah ini !

"Nutrisi dan energi"
https://hellosehat.com/nutrisi/apa-itu-nutrisi/

" Kebutuhan energi sehari untuk kita"
https://www.sehatq.com/artikel/berapa-banyak-kebutuhan-energi-per-hari-dan-cara-memenuhinya

"Pengujian kandungan nutrisi pada bahan makanan"
https://youtu.be/KI0DI-6V4m0

LIVEWORKSHEETS

ANSWER (MENJAWAB)

Pada tahap ini, kamu diminta untuk menjawab pertanyaan pra pembelajaran yang sudah disajikan pada tahap Read (membaca)

Kolom Jawaban No. 1:

DISCUSS (DISKUSI)

Secara berkelompok diskusikan hasil jawaban kalian
Diskusi:

LIVEWORKSHEETS

ANSWER (MENJAWAB)

Kolom Jawaban No. 2:

DISCUSS (DISKUSI)

Secara berkelompok diskusikan hasil jawaban kalian
Diskusi:

LIVEWORKSHEETS

ANSWER (MENJAWAB)

Kolom Jawaban No. 3:
Buat dan Rancanglah suatu percobaan sederhana untuk menguji kandungan pada bahan makanan yang kalian bawa. Uraikan juga alat dan bahannya:

DISCUSS (DISKUSI)

Secara berkelompok diskusikan hasil pengamatan dan percobaan kalian!
Diskusi:

LIVEWORKSHEETS

EXPLAIN (MENJELASKAN)

Setelah kegiatan answer dan discuss, secara berkelompok, jelaskan hasil diskusi kalian dan presentasikan di depan kelas!

Pertanyaan kelompok lain/guru:

Jawaban kelompok kalian:

CREATE (MENCIPTA)

Setelah rangkaian kegiatan yang kalian lakukan, coba buatlah rincian makanan apa saja yang harus kalian konsumsi sehingga sesuai dengan AKG dan aktivitas kalian.

LIVEWORKSHEETS