



LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD)

SISTEM PENCERNAAN MANUSIA
KELAS VIII SMP
SEMESTER GANJIL TA. 2022/2023

OLEH : AYU IRINKA SARI BR GINTING

NAMA SISWA:

KELAS :



CAPAIAN DAN TUJUAN PEMBELAJARAN

Capaian Pembelajaran

Peserta didik dapat mendeskripsikan atom dan senyawa sebagai unit terkecil penyusun materi serta sel sebagai unit terkecil penyusun makhluk hidup, mengidentifikasi sistem organisasi kehidupan serta melakukan analisis untuk menemukan keterkaitan sistem organ dengan fungsinya serta kelainan atau gangguan yang muncul pada sistem organ tersebut. Peserta didik mengidentifikasi pewarisan sifat dan penerapan bioteknologi dalam kehidupan sehari-hari.

Tujuan Pembelajaran

8.5.1 Melalui pembelajaran dengan model discovery learning dengan metode pengamatan dan kajian literatur peserta didik mampu memahami pengertian nutrisi makanan, mengidentifikasi jenis-jenis nutrisi makanan, dan menganalisis fungsi dari setiap jenis nutrisi.

8.5.2 Melalui pembelajaran dengan model discovery learning dengan metode pengamatan video dan kajian literature peserta didik mampu menjelaskan organ-organ pencernaan manusia, menganalisis keterkaitan struktur organ pencernaan dan fungsinya, dan menganalisis proses pencernaan dengan benar.

8.5.3 Melalui pembelajaran dengan model discovery learning dengan metode pengamatan video dan kajian literature peserta didik mampu menganalisis kelainan atau penyakit pada sistem pencernaan manusia dengan benar.

8.5.4 Melalui pembelajaran dengan model discovery learning dengan metode pengamatan video dan kajian literature peserta didik mampu menganalisis upaya dalam menjaga kesehatan sistem pencernaan dengan benar.

AKTIVITAS 1

Judul : Identifikasi nutrisi pada makanan kemasan

Alat dan bahan : Kemasan makanan yang mudah tersedia di setiap rumah.

Tujuan :

1. Mengidentifikasi bahan makanan pada produk kemasan sebagai upaya dalam menjaga kesehatan sistem pencernaan
2. Menganalisis kebutuhan energi sebagai upaya dalam menjaga kesehatan sistem pencernaan
3. Menjelaskan jenis nutrisi makanan sebagai upaya dalam menjaga kesehatan sistem pencernaan

Prosedur:

1. Sediakan dua makanan kemasan yang bisa Anda dapatkan dengan mudah di sekitar lingkungan Anda
2. Pastikan makanan kemasan memiliki tabel daftar gizi
3. Perhatikan kandungan gizi pada tabel gizi pada kemasan pangan
4. Catat kandungan gizi makanan kemasan pada tabel pengamatan

Landasan teori :

Pola hidup manusia kini beralih menjadi lebih praktis, hal ini ditandai dengan pemakaian produk kemasan, termasuk makanan. Dengan mengesampingkan nutrisi didalam makanan kemasan tersebut, manusia lebih mengedepankan nilai praktis dari makanan kemasan tersebut. Seberapa seringkah kalian memakan makanan kemasan ? Pernahkan kalian memperhatikan kandungan nutrisi dari makanan kemasan yang kalian makan ? Pernahkan kalian memikirkan efek yang ditimbulkan dari makanan kemasan tersebut terhadap kesehatan sistem pencernaan? Mari kita temukan kandungan nutrisi yang ada pada makanan kemasan dan bahan makanan sehari – hari.

Maka penyelidikan perlu dilakukan terhadap nutrisi makanan kemasan. Mulailah dengan memahami tabel penyelidikan di bawah ini.

Tabel hasil observasi :

Nama Produk	Indikator nutrisi	Isi pada kemasan	Total kalori yang dihasilkan untuk setiap bungkus

Nama Produk	Indikator nutrisi	Isi pada kemasan	Total kalori yang dihasilkan untuk setiap bungkus

Pertanyaan dan diskusi :

1. Setelah Anda melihat komposisi dan kandungan nutrisi dari makanan kemasan yang Anda lihat, apakah makanan kemasan instan tersebut cukup baik untuk memenuhi nutrisi harian Anda? Jelaskan!

2. Setelah Anda mengetahui komposisi dan nilai gizi makanan kemasan, apakah menurut Anda sudah memenuhi komponen gizi seimbang? Jelaskan!