

Nama : \_\_\_\_\_

Kelas: \_\_\_\_\_

Tanggal : \_\_\_\_\_

Materi: \_\_\_\_\_

# MENGHITUNG DENYUT NADI

## Langkah Kerja

### Perhitungan Denyut Nadi Ketika Dalam Kondisi Rileks

1. Hitung denyut nadi dengan cara jari telunjuk dan jari tengah ditempelkan pada pergelangan tangan. Bila perlu ditekan sedikit hingga denyutan semakin terasa.
2. Jumlah denyut nadi dalam 1 menit dihitung kemudian dicatat. Perhitungan diulangi hingga 3 kali, kemudian dihitung rata-ratanya.

### Perhitungan Denyut Nadi Ketika Dalam Kondisi Setelah Berolahraga

1. Setelah berlari selama 3 menit, denyut nadi dihitung kembali dengan cara yang sama.
2. Data penghitungan jumlah nadi seluruh teman sekelas dihimpun dan dibandingkan.

## Pertanyaan

1. Mengapa terjadi perbedaan frekuensi denyut nadi ketika dalam kondisi rileks dengan setelah berolahraga?
2. Menurut Anda, apakah denyut nadi setiap orang sama? Jelaskan alasannya.
3. Berdasarkan eksperimen di atas, faktor apa saja yang mempengaruhi frekuensi denyut nadi?
4. Buatlah laporan hasil eksperimen ini dan dikumpulkan kepada bapak atau ibu guru dengan format tabel di bawah ini.

| No | Nama | Jenis Kelamin | Jumlah Denyut Nadi Rileks | Jumlah Denyut Nadi Berolahraga |
|----|------|---------------|---------------------------|--------------------------------|
|    |      |               |                           |                                |
|    |      |               |                           |                                |
|    |      |               |                           |                                |
|    |      |               |                           |                                |

Nama : \_\_\_\_\_

Kelas: \_\_\_\_\_

Tanggal : \_\_\_\_\_

Materi: \_\_\_\_\_

# MENGHITUNG DENYUT NADI

Lembar Jawaban

Uraikan Jawaban Anda pada bagian ini!