

# E - LKPD

## IPAS (ILMU PENGETAHUAN ALAM DAN SOSIAL)

### BAB V



Untuk Kelas 5 Sekolah Dasar



## Topik B

### Mengapa Kita Perlu Makan dan Minum



**Nama Anggota Kelompok**

---

---

---

---

---



# CAPAIAN & TUJUAN PEMBELAJARAN

## IPAS FASE C TOPIK B -MENGAPA KITA PERLU MAKAN DAN MINUM

### CAPAIAN PEMBELAJARAN

- Pada Fase ini, Peserta didik melakukan simulasi dengan (pernafasan/pencernaan/peredaran darah) yang dikaitkan dengan cara menjaga kesehatan organ tubuhnya dengan benar

### TUJUAN PEMBELAJARAN

- Mencari tahu peran makanan dan organ pencernaan untuk membantu manusia tetap hidup.

DISUSUN OLEH :  
**ROMAITO ABIGAIL  
SINAGA**



# Perjalanan SISTEM PENCERNAAN

① MULUT

Mengubah makanan menjadi potongan-potongan kecil dengan bantuan gigi dan air liur.

② KERONGKONGAN

Membawa makanan dari mulut ke lambung

Hati  
Menghasilkan empedu,  
memecah lemak, dan  
membuang racun

Kantong empedu  
Menyimpan empedu  
yang diproduksi hati

Pankreas  
Menghasilkan enzim  
yang membantu  
memecah makanan

③ LAMBUNG

Mengaduk dan mencampur makanan dengan cairan lambung

④ USUS HALUS

Mencerna dan menyerap protein, lemak, dan karbohidrat

⑤ USUS BESAR

Menyerap garam dan air dari makanan, meninggalkan massa lunak yang disebut tinja (feses)

⑥ REKTUM

menampung feses sebelum dikeluarkan melalui anus

⑦ ANUS

Tempat keluarnya feses dari tubuh



# 6 Nutrisi Penting



## Protein

Setiap sel dalam tubuh membutuhkan protein agar dapat berfungsi dengan baik.

## Karbohidrat

Sumber energi utama tubuh Anda menyediakan energi untuk semua sel.



## Lemak

Membantu penyerapan vitamin, melindungi organ-organ penting didalam tubuh serta membantu tubuh agar tetap hangat

## Vitamin

Vitamin sangat penting untuk menangkal penyakit dan tetap sehat.



## Air

Membantu melarutkan makanan yang dimakan dan juga membantu produksi air liur

# Petunjuk Penggunaan

## UNTUK GURU

1

Guru memberikan link E-LKPD kepada peserta didik

2

Guru menyampaikan tujuan pembelajaran

3

Guru membantu peserta didik memahami konsep dan penyelesaian masalah dalam pembelajaran yang ada dalam E-LKPD

4

Guru membimbing peserta didik untuk melakukan langkah-langkah kegiatan yang terdapat dalam E-LKPD

# Petunjuk Penggunaan

## UNTUK SISWA

1

Berdoa sebelum memulai kegiatan

2

Klik link E-LKPD yang telah diberikan guru

3

Isi terlebih dahulu identitas diri pada kolom yang sudah disediakan

4

Baca dan pahami dengan seksama capaian dan tujuan pembelajaran

5

Pahami konsep yang mendukung pemahaman dengan materi yang berkaitan dengan teori pendukung

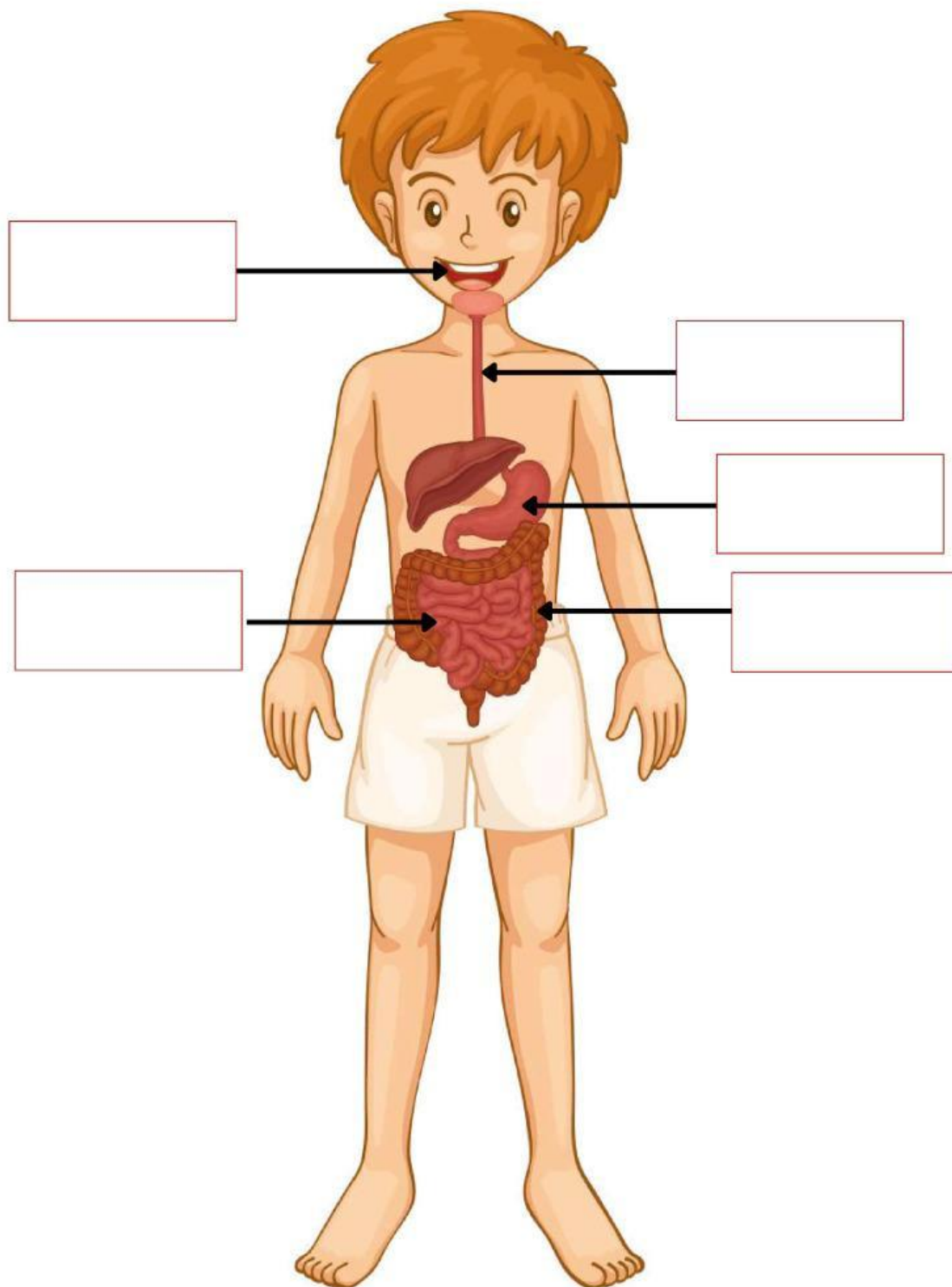
6

Kerjakan E-LKPD sesuai tahapan dan perintah yang diberikan

# 1 SISTEM PENCERNAAN

Beri label pada gambar menggunakan kata yang ada pada kolom berikut :

| Mulut | Usus Halus | Usus Besar | Kerongkongan | Lambung |
|-------|------------|------------|--------------|---------|
|-------|------------|------------|--------------|---------|





2

**Hubungkan gambar organ sistem pencernaan makanan manusia dengan fungsinya dengan tepat!**

## Organ Pencernaan

## Fungsi Organ Pencernaan



- Menyerap sari makanan ke dalam tubuh



- Tempat masuknya makanan, mengunyah makanan dengan bantuan gigi



- Menghubungkan mulut dengan lambung



- Mengeluarkan zat sisa dari makanan yang dicerna



- Mengolah, menyimpan, dan menyerap zat-zat yang baik untuk tubuh

# MENCARI KATA



3

Temukan 7 zat yang diperlukan oleh Tubuh manusia yang terdapat pada kotak dibawah ini!

K A R B O H I D R A T G V  
E F R R Y M F B I U S M I  
L A R I N G V R L E A P T  
S R I A D C H U R E E N A  
A I H F P G M A U V M C M  
G N S G Z I T K I E C K I  
L G C P N L O U N O A H N  
C A M E U R G T A M U A E  
A S R E A K T O E U L S A  
B A O N I I O L U I N G E  
L A T E R M E L O N N K C  
Y E R R C P R O T E I N U

- KARBOHIDRAT
- VITAMIN
- MINERAL
- LEMAK
- AIR
- PROTEIN
- SERAT



4

Pada hari senin, Naufal disuruh oleh ibunya untuk kepasar untuk membeli makanan yang tinggi protein, karbohidrat, serat dan lemak. Dapatkah kalian membantu Naufal menentukan makanan apa saja yang harus di beli dengan mencocokkan pilihan dibawah ini!

Karbohidrat ●



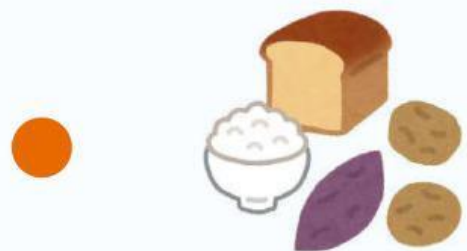
Protein ●



Serat ●



Lemak ●



5

Amatilah video tentang sistem pencernaan manusia dibawah ini!



Berdasarkan video yang baru saja kamu lihat, bagaimana proses pencernaan pada manusia?

“

”



# REFERENSI

- AMALIA FITRI GHANIE, DKK. (2021). ILMU PENGETAHUAN ALAM DAN SOSIAL SD KELAS 5. JAKARTA: PUSAT PERBUKUAN BADAN STANDAR, KURIKULUM DAN ASESMEN PENDIDIKAN KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI.
- [HTTPS://YOUTU.BE/R2BYo3CLJzo?FEATURE=SHARED](https://youtu.be/R2BYo3CLJzo?feature=shared)



Disusun Oleh:

Romaito Abigail Sinaga

