

Nama :

Kelas :

FREKUENSI DENYUT JANTUNG



Alat & Bahan:

1. Tablet (untuk timer)
2. Teman



Cara Kerja:

1. Siapkan tablet sebagai timer
2. Mintalah teman kalian untuk duduk tenang
3. Tempelkan jari telunjuk dan jari tengah kalian di pergelangan tangannya sampai terasa denyut nadinya
4. Hitunglah denyut nadinya dalam 1 menit
5. Mintalah teman kalian untuk lari lari ditempat selama 5 menit
6. Ulangi langkah 3-5

Tabel Pengamatan:



No	Nama Siswa	Jumlah Denyut Nadi (Istirahat)	Jumlah Denyut Nadi (Setelah Lari)

Pertanyaan:

Bagaimana denyut nadi setelah berlari-lari jika dibandingkan dengan denyut nadi pada waktu beristirahat? Mengapa demikian?

