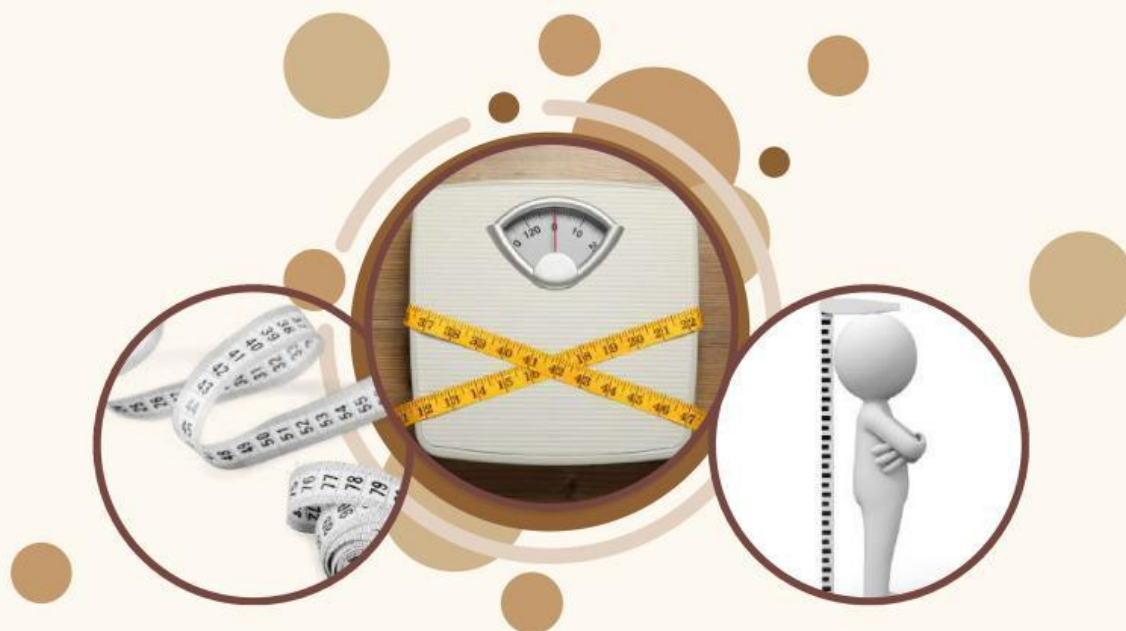


LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK

PENGUKURAN



NAMA ANGGOTA KELOMPOK:

1.
2.
3.
4.
5.
6.





AKTIVITAS 1

Tujuan Praktikum :

- Peserta didik dapat mengukur berat dan tinggi badan
- Peserta didik dapat menghitung indeks massa tubuh

ALAT DAN BAHAN

- Timbangan berat badan
- Meteran

LANGKAH KERJA

1. Ukurlah berat badan masing-masing dengan bantuan teman kelompok secara bergantian
2. Ukurlah tinggi badan masing-masing dengan bantuan teman kelompok secara bergantian
3. Tulislah hasil pengukuran ke dalam kolom yang telah disediakan
4. Hitunglah Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan menggunakan rumus

HASIL PENGAMATAN

NO	NAMA	BB	TB	IMT
1				
2				
3				
4				
5				
6				





AKTIVITAS 2

PERTANYAAN

1. Apa yang terjadi jika seseorang memiliki berat badan berlebih atau kurang?

2. Bagaimana tips menambah tinggi badan yang sehat?

KESIMPULAN

Tuliskan kesimpulan dari hasil diskusi kelompok

