

URAIAN MATERI USUS HALUS

Ayo Baca Informasi Berikut ini !

Banyak orang lebih memilih makanan cepat saji yang rendah serat dan tinggi lemak. Padahal, makanan rendah serat dapat menghambat proses pencernaan dan penyerapan nutrisi dalam usus halus.



Apa dampak dari kurangnya konsumsi serat terhadap penyerapan nutrisi?

Barcode Materi



19

USUS BESAR

Ayo Baca Informasi Berikut !!

Banyak orang lebih suka minuman manis atau bersoda dibandingkan air putih. Kebiasaan ini dapat menyebabkan dehidrasi dan sembelit, karena usus besar memerlukan cukup air untuk membentuk feses yang lunak.

Tahukah kamu... ?

- Bagaimana kebiasaan kurang minum air dapat menyebabkan sembelit?
- Mengapa air putih lebih baik dibandingkan minuman manis atau bersoda bagi kesehatan usus besar?



Barcode Materi



20

KEGIATAN PEMBELAJARAN 2

USUS HALUS DAN USUS BESAR

SINTAKS 1 : Orientasi Peserta Didik pada Masalah

TAHAPAN SSI : Problem Analysis

Tujuan Pembelajaran

1. Peserta didik(a) dapat menganalisis(b) struktur organ pada sistem organ pencernaan manusia pada usus halus dan usus besar melalui diskusi(c) dengan benar(d).
2. Peserta didik(a) dapat menganalisis(b) fungsi serta kelainan atau gangguan yang muncul pada organ sistem pencernaan manusia pada usus halus dan usus besar melalui proses pembelajaran berbasis masalah(c) dengan benar(d).
3. Peserta didik(a) dapat memecahkan(b) permasalahan isu sosial yang dapat terjadi pada masyarakat terkait sistem pencernaan melalui diskusi dalam kelompok(c) dengan benar(d).

Intruksi Kegiatan Pembelajaran

1. Peserta didik menyelesaikan studi kasus tentang Sindrom IBS sebagai permasalahan sosial dan ilmiah yang berkaitan dengan sistem pencernaan manusia.
2. Peserta didik membaca dan memahami skenario yang disajikan.
3. Peserta didik membaca, dan mengidentifikasi masalah utama dari studi kasus tentang Penyakit Sindrom IBS yang sering dialami masyarakat akibat pola makan dan gaya hidup tidak sehat dan mencatat pertanyaan yang perlu dijawab selama pembelajaran.
4. Diskusikan dalam kelompok dan Jawablah pertanyaan diatas dalam penyelidikan kalian serta tuliskan jawaban sementara berdasarkan pemahaman awal kalian.
5. Kemudian peserta didik dibagi ke dalam kelompok belajar untuk berdiskusi lebih lanjut.

SINTAKS 1 : Orientasi Peserta Didik pada Masalah

TAHAPAN SSI : Problem Analysis

Cermatilah dan analisislah masalah-masalah yang ada di dalam wacana berikut, dan yang anda temukan :

SINDROM IBS

Sindrom iritasi usus besar (IBS) adalah gangguan umum yang ditandai dengan nyeri perut dan perubahan kebiasaan buang air besar, yang dapat menurunkan kualitas hidup penderitanya. Prevalensi IBS pada anak-anak dan remaja bervariasi secara global, dengan angka mencapai 2-25% di berbagai negara. Meskipun penyebab IBS tidak sepenuhnya dipahami, beberapa teori menyebutkan faktor mikrobiota usus, kelainan imunologi, dan pola makan sebagai faktor risiko.

Penelitian ini menyoroti pentingnya memahami hubungan antara pola makan dan IBS, terutama di kalangan remaja, di mana pola makan dapat berperan dalam perkembangan gangguan makan. Sekitar 75% pasien IBS melaporkan hubungan antara makanan tertentu dan gejala mereka. Pola makan sehat, campuran, dan barat diidentifikasi dalam penelitian ini, tetapi tidak ada hubungan signifikan antara pola diet dan risiko IBS.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa meskipun pola makan sehat tidak menunjukkan perlindungan signifikan terhadap IBS, pola makan campuran dan barat dapat meningkatkan risiko. Penelitian ini merupakan yang pertama mengevaluasi hubungan antara pola diet dan IBS pada remaja, menekankan perlunya perhatian lebih lanjut terhadap kebiasaan makan dan pengaruhnya terhadap kesehatan gastrointestinal.

SUMBER :

https://jnfs.ssu.ac.ir/browse.php?a_id=220&sid=1&slc_lang=en&html=1
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31971746/>

<https://youtu.be/7ENMwTB4LIA?si=eCxOopLKQPEzC3Qs>

SINTAKS 1 : Orientasi Peserta Didik pada Masalah

TAHAPAN SSI : Problem Analysis

Pertanyaan

1. Apa itu Sindrom IBS, dan bagaimana itu memengaruhi fungsi usus halus dan usus besar?
Jawaban:

2. Siapa yang paling rentan terkena IBS, dan bagaimana sekolah dapat mendeteksi serta mendukung siswa dengan gejala tersebut?

Jawaban:

3. Kapan sindrom IBS biasanya mulai muncul dan mempengaruhi kehidupan sehari-hari penderitanya?

Jawaban:

4. Dimana IBS terjadi di dalam tubuh dan bagaimana gejalanya berhubungan dengan sistem pencernaan?

Jawaban:

5. Mengapa para ahli mengaitkan faktor mikrobiota usus, respon imun, dan pola makan sebagai pemicu IBS?

Jawaban:

6. Bagaimana IBS memengaruhi produktivitas dan kesejahteraan mental penderitanya, khususnya pada remaja?

Jawaban:

SINTAKS 2 : Mengorganisasi Peserta Didik untuk Belajar

TAHAPAN SSI : Role Playing Task

Petunjuk Pengisian Tabel Kelompok :

1. Bentuklah kelompok belajar sesuai dengan pembagian yang telah ditentukan.
2. Peserta didik dibagi ke dalam kelompok kecil, masing-masing kelompok diberikan peran yang berbeda, seperti: Ketua, sekretaris, Research & Analis, dan presenter.
3. Diskusikan dan tentukan pembagian tugas dalam kelompok agar setiap anggota memiliki peran yang jelas.
4. Tuliskan nama anggota kelompok sesuai dengan tugas yang diberikan dalam tabel berikut ini.
5. Pastikan setiap anggota memahami tugas dan tanggung jawabnya agar diskusi dan presentasi berjalan dengan baik.
6. Setelah tabel terisi lengkap, laporan kepada guru atau fasilitator untuk dikonfirmasi sebelum memulai kegiatan pembelajaran.
7. Laksanakan tugas sesuai dengan peran masing-masing selama proses diskusi dengan penyajian hasil dari mengumpulkan informasi dari sumber terpercaya, dan menyiapkan materi untuk dipresentasikan.

Nama	Tugas	Deskripsi Tugas

Intruksi Kegiatan Pembelajaran

1. Peserta didik melakukan penelitian menggunakan buku teks, jurnal, atau sumber ilmiah lainnya untuk menjawab pertanyaan dari studi kasus.
2. Peserta didik mengklarifikasi konsep-konsep ilmiah terkait sistem pencernaan, khususnya usus halus dan usus besar serta bagaimana Sindrom IBS dapat terjadi.
3. Peserta didik dalam mencari informasi yang valid jika ada miskonsepsi dalam pemahaman mereka.
4. Setiap kelompok menganalisis penyebab, pencegahan, dan pengobatan Sindrom IBS berdasarkan data yang dikumpulkan.
5. Peserta didik harus menuliskan sumber penulisan yang benar.

Penyebab	Pencegahan	Pengobatan	Sumber

SINTAKS 4 : Mengembangkan dan Menyajikan Hasil PENDEKATAN SSI : Refocus On The SocioScientific Dilemma

Intruksi Kegiatan Pembelajaran

1. Peserta didik mengembangkan solusi berbasis ilmiah dan sosial terkait pencegahan dan penanganan Sindrom IBS.
2. Setiap kelompok menyusun laporan hasil investigasi dan menyajikan dalam bentuk presentasi atau poster ilmiah.
3. Kelompok lain diberikan kesempatan untuk memberikan tanggapan dan bertanya guna memperdalam pemahaman.
4. Peserta didik diskusi untuk menghubungkan permasalahan Sindrom IBS dengan pola hidup sehat dan faktor sosial seperti gaya hidup sedentari dan kurangnya edukasi kesehatan masyarakat.

Buatlah Pengembangan Solusi kalian di bawah ini !



26

Intruksi Kegiatan Pembelajaran

1. Peserta didik merefleksikan proses pembelajaran, baik dari aspek ilmiah maupun sosial.
 2. Peserta didik dalam mengevaluasi pemecahan masalah yang telah peserta didik susun
 3. Peserta didik menulis kesimpulan dan refleksi pribadi tentang bagaimana pembelajaran ini berdampak pada pemahaman mereka terhadap kesehatan pencernaan.
1. Mengapa penting memahami hubungan antara pola makan dan sindrom IBS dalam kehidupan sehari-hari?

Jawaban:

2. Bagaimana solusi yang telah anda dan kelompok anda susun dapat diterapkan secara sosial dalam masyarakat? Jelaskan kelebihan dan kendalanya!

Jawaban:

3. Apa refleksi pribadi anda setelah mempelajari topik IBS? Bagaimana hal ini memengaruhi kebiasaan anda?

Jawaban:

AYO, UJI PEMAHAMAN MU!!

SISTEM PENCERNAAN (usus halus dan usus besar)

Masukkan nama Anda:

Nama...

Ingat saya?

Mulai

Didukung oleh Wordwall

Sumber : <https://wordwall.net/play/85871/098/949>

17

UMPAN BALIK

Setelah mengerjakan uji pemahaman diatas, anda dapat mengulas kembali jawaban yang telah dikerjakan dengan kunci jawaban yang tersedia di wordwall tersebut. Selanjutnya untuk mengetahui pemahaman anda terkait materi yang telah dipelajari maka berikan penilaian atas pengerajan yang telah anda lakukan. Perhatikan skor benar yang anda peroleh, lalu hitunglah nilai anda dengan rumus di bawah ini:

$$\text{Rumus Nilai} = \frac{\text{Total Jawaban Benar}}{\text{Total Pertanyaan}} \times 100\%$$

Anda dapat melihat kategori nilai yang telah anda hitung pada tabel dibawah ini :

Rentang Nilai	Kategori
 0 - 60	Pemahaman anda terhadap materi masih rendah, harap ulangi mengulas materi hingga mendapatkan nilai memuaskan
 61 - 80	Pemahaman anda terhadap materi masih perlu ditingkatkan, ulangi mengulas materi agar mendapatkan nilai memuaskan
 81 - 100	Pemahaman anda terhadap materi sudah sangat baik, anda dapat melanjutkan pembelajaran pada materi selanjutnya (ekskresi paru-paru)