



Sistem Pencernaan Manusia yang Menakjubkan

Tubuhmu seperti mesin yang sangat keren, dan sistem pencernaan adalah bagian penting yang membuatnya tetap berjalan! Ini adalah cara tubuhmu mengambil makanan yang kamu makan dan mengubahnya menjadi energi dan bahan pembangun untuk menjagamu tetap sehat. Sistem pencernaan terdiri dari banyak organ yang bekerja bersama untuk menyelesaikan pekerjaan.

Sistem pencernaan meliputi saluran pencernaan (GI), yang seperti tabung panjang dan berliku yang membentang dari mulut hingga anus. Sistem ini juga mencakup organ penting lainnya seperti hati, pankreas, dan kantung empedu. Organ-organ ini membantu dengan memproduksi cairan dan enzim khusus yang memecah makanan.

Saluran GI terdiri dari mulut, kerongkongan, lambung, usus kecil, dan usus besar. Jika direntangkan, panjangnya sekitar 30 kaki! Sepanjang bus sekolah! Tapi jangan khawatir, ia melingkar di dalam perutmu.

Pencernaan sebenarnya dimulai bahkan sebelum Anda menggigit! Ketika Anda melihat atau mencium makanan yang lezat, mulut Anda mulai memproduksi air liur. Air liur memiliki enzim khusus yang mulai memecah makanan. Gigi Anda juga membantu, dengan mengunyah makanan menjadi potongan-potongan yang lebih kecil. Ini membuatnya lebih mudah untuk ditelan dan dicerna.

Setelah Anda menelan, makanan masuk ke kerongkongan, yang merupakan tabung yang menghubungkan mulut Anda ke perut Anda. Otot-otot di kerongkongan mendorong makanan ke bawah menuju perut Anda menggunakan gerakan seperti gelombang yang disebut peristaltik. Anda bahkan tidak perlu memikirkannya – itu terjadi begitu saja!

Lambung seperti mesin pengaduk. Lambung mengaduk makanan dan mencampurnya dengan asam lambung dan cairan lainnya. Hal ini memecah makanan lebih jauh. Setelah beberapa jam, makanan berubah menjadi campuran seperti sup yang disebut kim.

Selanjutnya, kim masuk ke usus kecil, yang merupakan tempat sebagian besar pencernaan terjadi. Usus kecil mendapat bantuan dari pankreas, hati, dan kantung empedu. Organ-organ ini melepaskan enzim dan empedu yang memecah makanan menjadi partikel-partikel kecil yang

dapat diserap oleh tubuh Anda. Partikel-partikel kecil ini termasuk asam amino dari protein, gula sederhana dari karbohidrat, dan asam lemak serta gliserol dari lemak.

Akhirnya, apa pun yang tersisa masuk ke usus besar. Usus besar menyerap air dan beberapa mineral dari sisa-sisa tersebut. Apa yang tersisa setelah itu menjadi tinja, yang disimpan di rektum dan kemudian keluar dari tubuh Anda melalui anus. Jadi, lain kali Anda makan, ingatlah perjalanan luar biasa yang dilalui makanan Anda melalui sistem pencernaan Anda!

Ringkasan

- Sistem pencernaan mengubah makanan menjadi energi dan bahan pembangun untuk tubuh.
- Sistem pencernaan termasuk mulut, kerongkongan, perut, usus kecil, dan usus besar.
- Organ-organ seperti hati, pankreas, dan kantung empedu membantu memecah makanan dengan cairan dan enzim khusus.



Pertanyaan Pilihan Ganda

Jawablah pertanyaan pilihan ganda berikut tentang bacaan tersebut.

1. Manakah dari berikut ini urutan organ yang benar dalam saluran GI?

- A. Lambung, mulut, kerongkongan, usus kecil, usus besar
- B. Mulut, lambung, kerongkongan, usus besar, usus kecil
- C. Mulut, kerongkongan, lambung, usus kecil, usus besar
- D. Kerongkongan, mulut, lambung, usus besar, usus kecil

2. Campuran makanan dan cairan lambung yang seperti sup yang keluar dari perut disebut apa?

- A. Kimus
- B. Empedu
- C. Air liur
- D. Enzim

3. Organ mana yang menghasilkan cairan dan enzim yang membantu memecah makanan di usus kecil?

- A. Hati, pankreas, dan kantong empedu
- B. Saluran GI, mulut, dan anus
- C. Esofagus, perut, dan usus
- D. Mulut, esofagus, dan perut



Kosakata: Cocokkan Gambar

Instruksi: Baca kata-kata dan definisi di bawah ini. Kemudian, tarik garis yang menghubungkan kata-kata dengan gambar yang paling sesuai.

Kata	Garis Penghubung Kata ke Gambar	Gambar
peristalsis Gerakan otot seperti gelombang yang mendorong makanan melalui sistem pencernaan.		
saluran pencernaan (GI) Tabung panjang yang membentang dari mulut hingga anus tempat makanan berjalan untuk dicerna dan diserap.		
anus Lubang di ujung sistem pencernaan tempat keluarnya kotoran dari tubuh.		
esophagus Saluran yang menghubungkan mulut Anda ke perut Anda.		
digestive system Organ-organ di tubuh Anda yang mencerna makanan.		