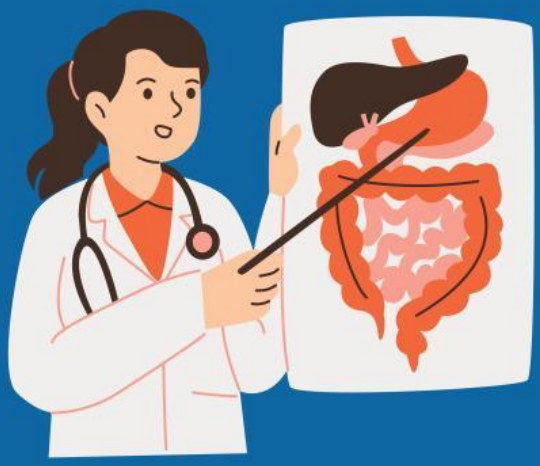
VIII

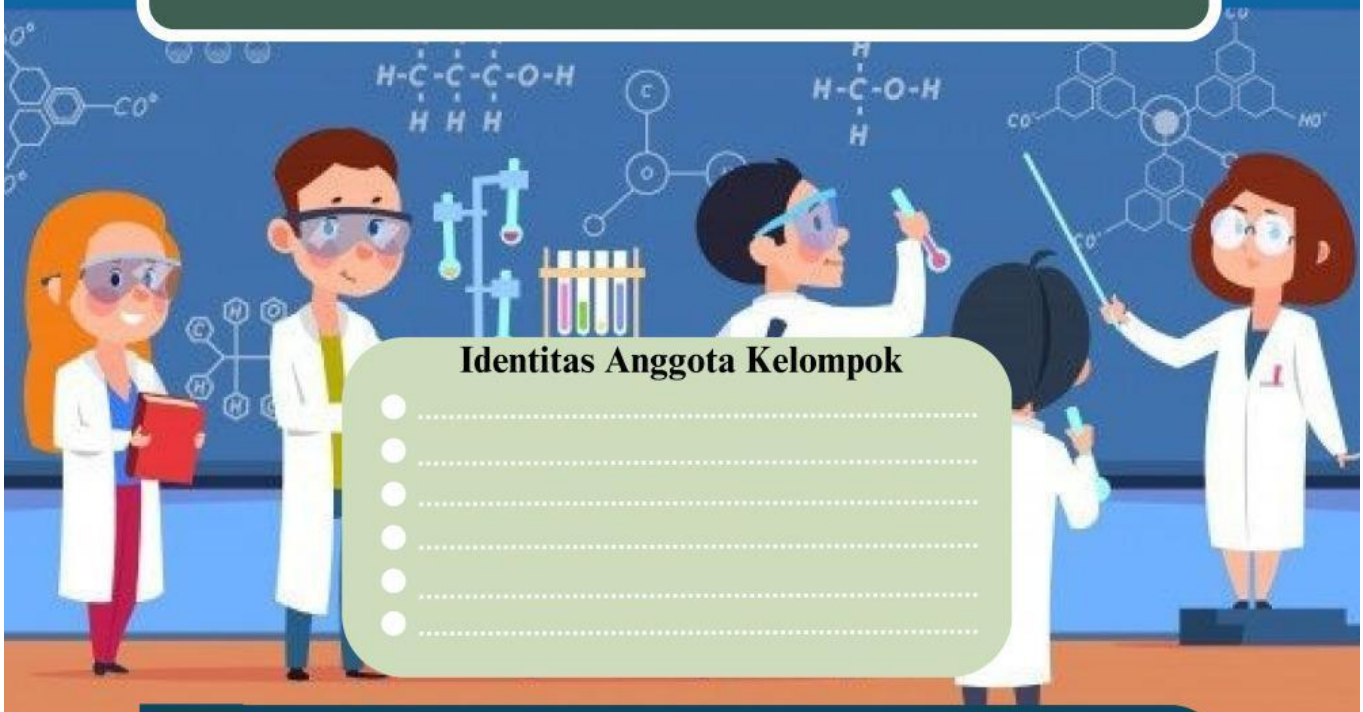
LKPD

Lembar Kerja Peserta Didik

SMP/MTs/SEDERAJAT



SISTEM PENCERNAAN PADA MANUSIA



Identitas Anggota Kelompok

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Oleh Muhamad Ardi Amirul, S.Pd.

LIVEWORKSHEETS

Capaian Pembelajaran

Pada akhir Fase D menganalisis sistem organisasi kehidupan, fungsi, serta kelainan atau gangguan yang muncul pada sistem organ;

Tujuan Pembelajaran

Setelah melaksanakan pembelajaran IPA dengan aktivitas kooperatif yang difasilitasi *liveworksheet* peserta didik dapat menganalisis hubungan antara angka kecukupan gizi, jenis makanan, dan kondisi kesehatan tubuh manusia secara rinci dan akurat.

Indikator Pembelajaran

1. Peserta didik dapat mengenali (C1) jenis-jenis organ pada sistem pencernaan.
2. Peserta didik dapat mengenali (C1) jenis-jenis mikro dan makro nutrien.
3. Peserta didik dapat menjelaskan (C2) fungsi dari tiap jenis organ pada sistem pencernaan.
4. Peserta didik dapat menjelaskan (C2) fungsi dari setiap makro dan mikro nutrien secara umum
5. Peserta didik dapat memengurutkan (C3) proses pencernaan pada organ pencernaan manusia.
6. Peserta didik dapat menghitung (C3) menu makanan seimbang sesuai dengan Angka Kebutuhan Gizinya.
7. Peserta didik dapat menganalisis (C4) kandungan gizi dan penyakit pada sistem pencernaan.

Petunjuk Penggunaan

1 **Bagi Guru**

- Guru berperan sebagai fasilitator bagi peserta didik dalam membahas kasus yang tersedia;
- Guru wajib menjelaskan kasus yang disajikan secara detail sehingga seluruh peserta didik dapat memahami kasus yang disajikan;
- Selama jalannya diskusi guru wajib memantau kontribusi tiap peserta didik.

2 **Bagi Peserta Didik**

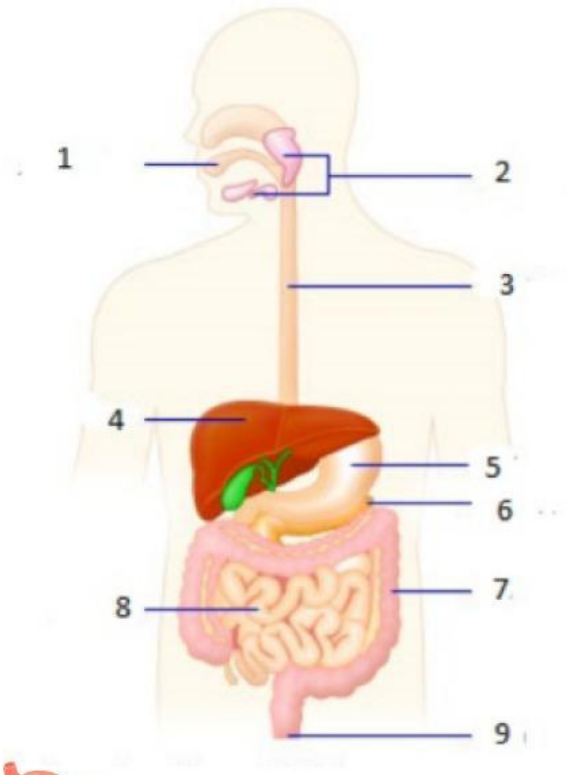
- Berdoalah sebelum memulai mengerjakan LKPD;
- Persiapkan segala jenis alat penunjang (ATK/Referensi) untuk mengerjakan LKPD;
- Pastikan setiap anggota kelompokmu ikut aktif dalam menyelesaikan LKPD;
- Tanyakanlah poin-poin yang dianggap sulit untuk dipahami kepada gurumu.

LIVEWORKSHEETS

Kegiatan 1. Temukan Namaku dan Fungsiku!

Petunjuk Pengerjaan

Tentukan nama-nama bagian sistem pencernaan yang ditunjuk pada nomor-nomor di bawah ini! Jelaskan pula fungsi dari masing-masing bagian yang ditunjuk!



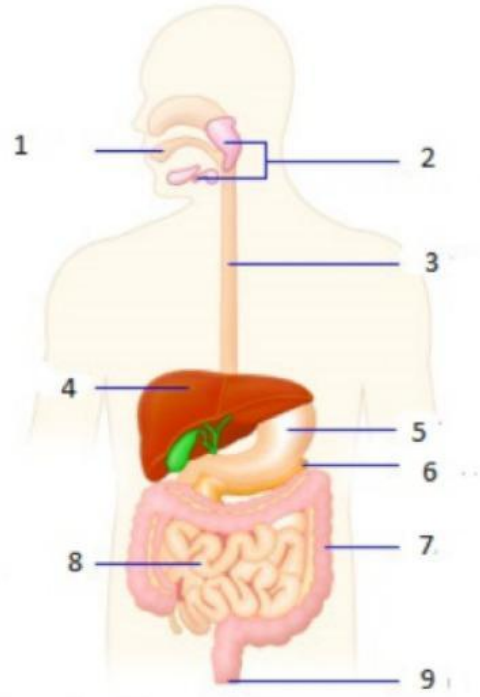
- Rongga Mulut
- Hati
- Lambung
- Pankreas
- Usus Halus
- Usus Besar
- Anus
- Esofagus (Kerongkongan)
- Kelenjar Ludah

LIVEWORKSHEETS

Kegiatan 2. Sistem Pencernaan yang Terjadi di Bagianku!

Petunjuk Pengerjaan

Tentukan jenis pencernaan yang terjadi (mekanik/kimiawi) kemudian jelaskan organ atau enzim apa yang bekerja pada bagian tersebut!



Mekanik (Organ)

Kimiawi (Enzim)

LIVEWORKSHEETS

Kegiatan 3. Bandingkan Aku!

Petunjuk Pengerjaan

Tuliskan apakah makanan berikut termasuk makanan yang sehat sesuai dengan anjuran Kementerian Kesehatan atau tidak! Jelaskan mengapa!

Total Kalori:

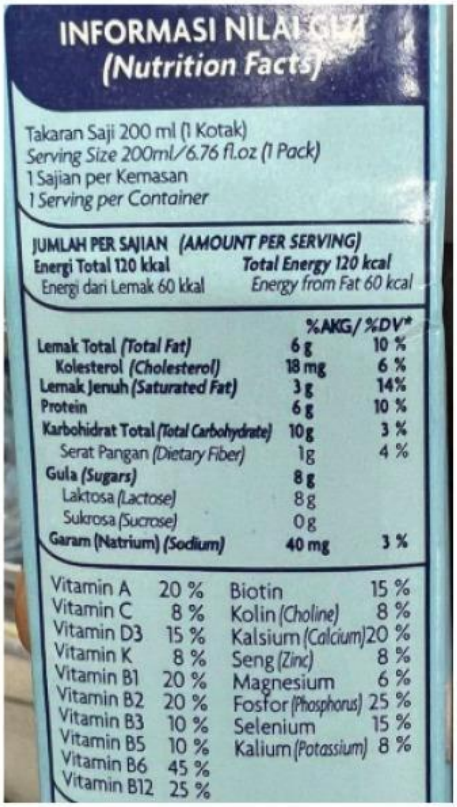
Total Kalori:

LIVEWORKSHEETS

Kegiatan 4. Studi Kasus

Petunjuk Pengerjaan

Perhatikan dua informasi nilai gizi dari dua minuman susu kemasan berikut! Dengan mempertimbangkan kandungan yang ada, manakah yang lebih sehat?



INFORMASI NILAI GIZI
(Nutrition Facts)

Takaran Saji 200 ml (1 Kotak)
Serving Size 200ml/6.76 fl.oz (1 Pack)
1 Sajian per Kemasan
1 Serving per Container

JUMLAH PER SAJIAN (AMOUNT PER SERVING)
Energi Total 120 kkal — Total Energy 120 kcal
Energi dari Lemak 60 kkal — Energy from Fat 60 kcal

		%AKG/ %DV*
Lemak Total (Total Fat)	6 g	10 %
Kolesterol (Cholesterol)	18 mg	6 %
Lemak Jenuh (Saturated Fat)	3 g	14%
Protein	6 g	10 %
Karbohidrat Total (Total Carbohydrate)	10 g	3 %
Serat Pangan (Dietary Fiber)	1g	4 %
Gula (Sugars)	8 g	
Laktosa (Lactose)	8 g	
Sukrosa (Sucrose)	0 g	
Garam (Natrium) (Sodium)	40 mg	3 %

Vitamin A	20 %	Biotin	15 %
Vitamin C	8 %	Kolin (Choline)	8 %
Vitamin D3	15 %	Kalsium (Calcium)	20 %
Vitamin K	8 %	Seng (Zinc)	8 %
Vitamin B1	20 %	Magnesium	6 %
Vitamin B2	20 %	Fosfor (Phosphorus)	25 %
Vitamin B3	10 %	Selenium	15 %
Vitamin B5	10 %	Kalium (Potassium)	8 %
Vitamin B6	45 %		
Vitamin B12	25 %		

Informasi Nilai Gizi

Takaran Saji (1 Botol) — 200 ml
1 Sajian per Kemasan

JUMLAH PER SAJIAN
Energi Total — 160 kkal
Energi dari Lemak — 45 kkal
Energi dari Lemak Jenuh — 30 kkal

		% AKG*
Lemak Total	4,5 g	7%
Kolesterol	10 mg	4%
Lemak Jenuh	3 g	16%
Protein	6 g	10%
Karbohidrat Total	22 g	7%
Gula	22 g	
Garam (natrium)	105 mg	7%

Vitamin & Mineral

Vitamin A	4%	Vitamin B12	20%
Vitamin D	35%	Kalium	8%
Vitamin B1	75%	Kalsium	25%
Vitamin B2	55%	Fosfor	25%
Vitamin B3	2%	Magnesium	10%
Vitamin B5	10%	Seng	20%
Vitamin B6	25%	Kolin	8%
Vitamin B7	10%	Selenium	100%

LIVEWORKSHEETS