

E-LK

JENIS-JENIS SENDI

Berbasis *Deep Learning*

Nama : _____

Kelas : _____



Sendi Engsel



Sendi Putar



Sendi Peluru



Sendi Pelana



Sendi Geser



Di susun oleh:

Desi eka pratiwi

NIM : 1119210005

PETUNJUK PENGUNAAN LK

- 
- 
- 
1. Berdoalah sebelum memulai pembelajaran.
 2. Siapkan perangkat dan pastikan terhubung dengan internet.
 3. Buka LK melalui tautan atau QR Code yang diberikan guru.
 4. Isilah identitas diri pada kolom yang tersedia.
 5. Bacalah capaian dan tujuan pembelajaran serta petunjuk kegiatan.
 6. Pelajari materi secara berurutan melalui teks, gambar, dan video.
 7. Kerjakan setiap aktivitas dan diskusi sesuai petunjuk dengan teliti.
 8. Tuliskan jawaban pada kolom yang telah disediakan.
 9. Kerjakan latihan dan evaluasi secara mandiri.
 10. Lakukan refleksi, kirim jawaban jika sudah selesai, kemudian akhiri pembelajaran dengan berdoa.



Sendi Engsel



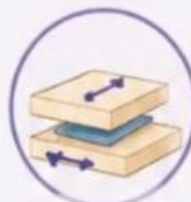
Sendi Putar



Sendi Peluru



Sendi Pelana



Sendi Geser



MINDFUL • MEANINGFUL • JOYFUL LEARNING

**"SELAMAT BELAJAR
DAN
SEMOGA MENYENANGKAN"**

LIVEWORKSHEETS

CAPAIAN PEMBELAJARAN

Murid mampu merefleksikan sistem organ tubuh manusia yang dikaitkan dengan cara menjaga kesehatan tubuhnya

TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Murid mampu menyebutkan fungsi rangka, sendi, dan otot.
2. Murid mampu membuat model sederhana untuk menjelaskan cara kerja sistem gerak.
3. Murid mampu membedakan jenis-jenis sendi berdasarkan arah geraknya.
4. Murid mampu menjelaskan bagaimana perintah dari otak sampai ke otot untuk menghasilkan gerakan.
5. Murid mampu memberikan contoh minimal tiga penyakit pada sistem gerak dan cara pencegahannya.
6. Murid mampu menerapkan pola hidup sehat untuk menjaga kesehatan sistem gerak.



Sendi Engsel



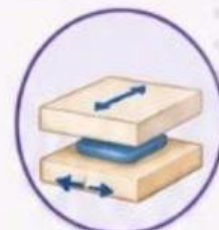
Sendi Putar



Sendi Peluru



Sendi Plan



Sendi Sadel

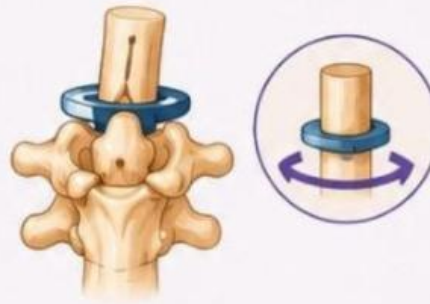
Jenis-jenis Sendi

Sendi Engsel



- Hanya bergerak satu arah seperti membuka dan menutup.
- Contoh: siku, lutut, ruas jari.

Sendi Putar



- Bergerak dengan cara berputar pada satu poros.
- Contoh: leher (pada tulang atlas dan axis).

Sendi Peluru



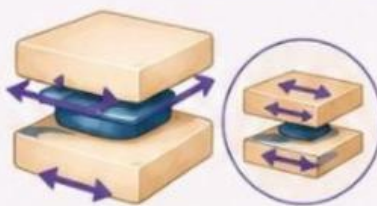
- Bergerak ke segala arah.
- Contoh: bahu, panggul.

Sendi Pelana



- Bergerak dua arah (seperti ke depan belakang dan samping).
- Contoh: pangkal ibu jari.

Sendi Geser



- Bergerak dengan cara menggeser.
- Contoh: antar tulang pergelangan tangan dan kaki.

Lokasi Contoh Sendi Pada Tubuh



Sendi memungkinkan tulang bergerak sehingga kita bisa melakukan berbagai aktivitas sehari-hari!

APERSEPSI

Jenis-Jenis Sendi

Saat aku membuka pintu, lengan dan tangan bisa bergerak ke berbagai arah. Mengapa bisa seperti itu, ya?

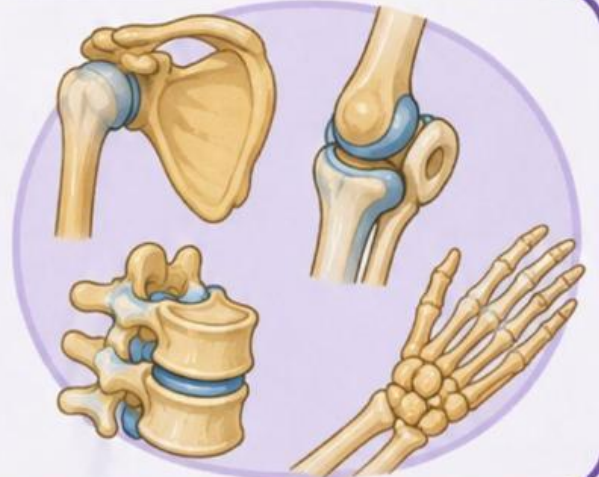


Saat lututku ditebuk, tidak bisa bergerak seperti pergelangan tangan. Apakah semua bagian tubuh memiliki sendi yang sama?



Menurutmu...

- 1 Apa yang dimaksud dengan sendi?
- 2 Mengapa sendi memungkinkan kita bergerak?
- 3 Sebutkan jenis-jenis sendi yang kamu ketahui!
- 4 Berikan contoh bagian tubuh yang memiliki setiap jenis sendi tersebut!



Hari ini kita akan mempelajari jenis-jenis **sendi** pada tubuh manusia, fungsinya, dan contohnya dalam kehidupan sehari-hari. Ayo, kita belajar bersama dengan temanmu!



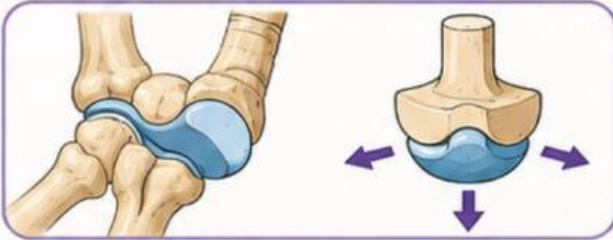
Sistem Gerak Pada Manusia

Jenis-jenis Sendi

A. Sendi (Articulatio)

Sendi adalah hubungan antar tulang yang memungkinkan tulang bergerak satu terhadap yang lain. Berdasarkan bentuk dan arah gerakannya, sendi pada manusia dibagi menjadi beberapa jenis, yaitu:

1. Sendi Pelana



Sendi pelana memungkinkan gerakan dua arah (seperti maju-mundur dan ke samping) dan sedikit berputar.

Contoh: sendi pada pangkal ibu jari dan tulang trapesium di pergelangan tangan.

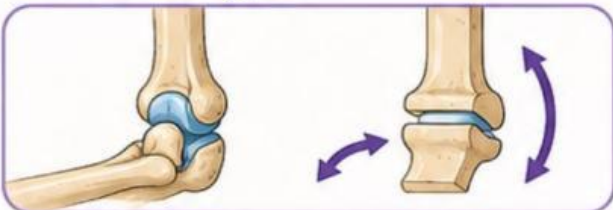
2. Sendi Putar



Sendi putar memungkinkan tulang berputar pada porosnya.

Contoh: sendi antara tulang atlas dan tulang axis di leher yang memungkinkan kepala menoleh ke kanan dan ke kiri.

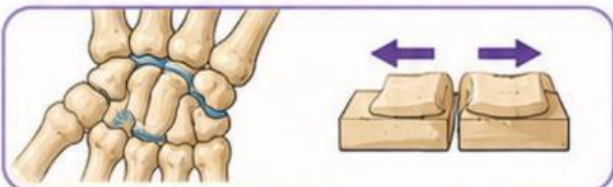
3. Sendi Engsel



Sendi engsel memungkinkan gerakan satu arah seperti engsel pintu (maju-mundur).

Contoh: sendi pada siku, lutut, dan ruas jari.

4. Sendi Geser



Sendi geser memungkinkan tulang bergeser ke berbagai arah dalam bidang datar.

Contoh: sendi antar tulang pergelangan tangan dan pergelangan kaki.

5. Sendi Guling



Sendi guling memungkinkan tulang bergerak menggelinding pada satu arah.

Contoh: sendi antara tulang hasta (radius) dan tulang pengumpil (ulna) saat memutar telapak tangan.

6. Sendi Peluru



Sendi peluru memungkinkan gerakan ke segala arah (maju, mundur, ke samping, dan berputar).

Contoh: sendi pada bahu dan panggul.

Video Pembelajaran

JENIS-JENIS SENDI PADA MANUSIA

PETUNJUK KERJA:

- 1 Klik tombol “Jenis-jenis Sendi pada Manusia” untuk menonton video.
- 2 Amati video dengan saksama.
- 3 Catat informasi penting pada kolom Note.
- 4 Diskusikan hasil pengamatan bersama kelompok.
- 5 Buat kesimpulan dan presentasikan hasil diskusi.



Note:

Refleksi

- Apa informasi baru yang kamu peroleh tentang jenis-jenis sendi pada manusia?
- Menurutmu, mengapa sendi-sendi tersebut memiliki struktur dan fungsi yang berbeda?
- Bagaimana peran sendi dalam kehidupan sehari-hari?
- Apa yang akan kamu lakukan untuk menjaga kesehatan sendi tubuhmu?

Catatan tambahan:

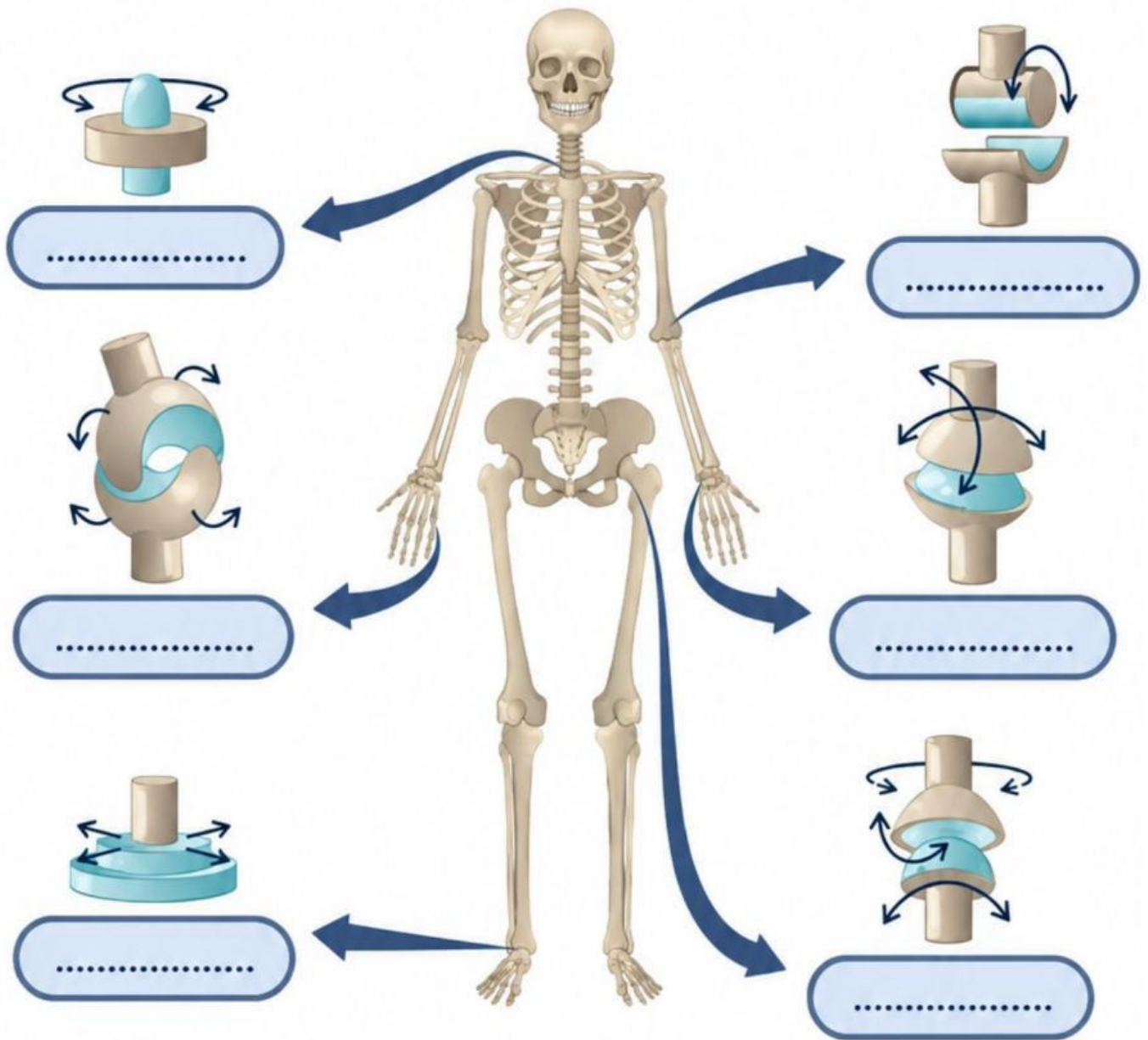
.....

.....

.....



Selamat Mengerjakan





Ayo Berdiskusi!



- Jawablah pertanyaan di bawah ini dengan benar!

Pertanyaan:

- 1 Apa yang dimaksud dengan sendi pada manusia? Mengapa sendi penting bagi tubuh kita?
Jawab: _____
- 2 Sebutkan enam jenis sendi pada tubuh manusia dan jelaskan letaknya!
Jawab: _____
- 3 Apa fungsi sendi pelana? Di bagian tubuh mana saja sendi ini terdapat?
Jawab: _____
- 4 Apa fungsi sendi putar? Berikan contoh sendi putar pada tubuh manusia!
Jawab: _____
- 5 Apa fungsi sendi engsel? Sebutkan sendi engsel yang kamu ketahui!
Jawab: _____
- 6 Apa fungsi sendi geser? Di bagian tubuh mana sendi geser bekerja?
Jawab: _____
- 7 Apa fungsi sendi gulung? Berikan contoh sendi gulung pada tubuh manusia!
Jawab: _____
- 8 Apa fungsi sendi peluru? Sebutkan sendi peluru yang ada pada tubuh manusia!
Jawab: _____
- 9 Jelaskan perbedaan antara sendi engsel dan sendi putar berdasarkan arah geraknya!
Jawab: _____
- 10 Bagaimana cara menjaga kesehatan sendi agar tetap lentur dan tidak mudah cedera? Tuliskan minimal tiga cara!
Jawab: _____



REFLEKSI DIRI



Refleksi Diri

!! Tuliskan jawabanmu pada tempat yang tersedia!

1

Hal baru apa yang kamu pelajari hari ini tentang jenis-jenis sendi?



2

Mengapa kita memiliki berbagai jenis sendi? Apa manfaatnya bagi tubuh kita?



3

Bagaimana cara kamu menjaga kesehatan sendi agar tetap lentur dan tidak mudah cedera?



!! Tingkat Pemahaman: !!



Belum Paham
Saya masih belum mengerti tentang jenis-jenis sendi.



Cukup Paham
Saya sudah mulai mengerti, tetapi masih perlu belajar lebih lagi.



Paham
Saya mengerti tentang jenis-jenis sendi dengan baik.



Sangat Paham
Saya sangat mengerti dan bisa menjelaskan kepada orang lain.