LEMBAR KERJA MURID

Kegiatan Pembelajaran 3
Menjaga Kesehatan Sistem Pencernaan Melalui Minuman Jamu Beras Kencur

Tujuan Pembelajaran

Setelah mempelajari kegiatan pembelajaran ini, murid diharapkan mampu:

1. Menjelaskan upaya menjaga kesehatan organ pencernaan manusia.
2. Menganalisis hubungan antara minuman jamu beras kencur dan kebiasaan hidup sehat dalam menjaga kesehatan pencernaan manusia.
3. Menerapkan pola hidup sehat sehari-hari untuk menjaga kesehatan pencernaan manusia.

Petunjuk Penggunaan LKM

1. Berdoalah sebelum memulai kegiatan.
2. Bacalah Tujuan Pembelajaran agar kamu tahu apa yang akan dicapai.
3. Ikuti kegiatan secara berurutan sesuai tahapan:
   - **Orientasi Masalah:** bacalah cerita tentang Siti dengan saksama dan pahami masalahnya. **Ayo Pecahkan Masalah:** tulislah dugaan awal kelompokmu pada kotak jawaban, lalu diskusikan tiga pertanyaan yang tersedia.
   - **Mengorganisasikan Murid untuk Belajar:** isilah identitas kelompokmu pada tabel.
   - **Membimbing Penyelidikan:** buka website penyelidikan, ikuti perjalanan jamu beras kencur dari mulut sampai keluar dari tubuh, dan catat temuanmu. Jangan menutup halaman website sebelum penyelidikan selesai.
   - **Mengembangkan dan Menyajikan Hasil:** jawablah tiga pertanyaan diskusi berdasarkan hasil penyelidikanmu. **Presentasi Hasil Diskusi:** presentasikan hasil kelompokmu, simak kelompok lain,

LIVEWORKSHEETS

dan catat jawaban yang berbeda.

- Evaluasi dan Refleksi: periksa kembali dugaan awalmu, lalu tulis hal baru yang kamu pelajari. Kesimpulan: lengkapi kalimat kesimpulan berdasarkan hasil belajarmu.
- Refleksi Pembelajaran: isilah secara jujur dan individu.

5. Diskusikan setiap tahap dengan tertib dan hargai pendapat teman.
6. Bertanyalah kepada gurumu jika ada petunjuk atau materi yang belum kamu pahami.

"Petualangan Memecahkan Masalah"

Orientasi Masalah

Bacalah cerita berikut dengan saksama. Perhatikan kebiasaan Raka dan akibatnya bagi pencernaannya.

Rahasia Jamu Beras Kencur di Perut Raka

Pencernaan yang baik dimulai dari mulut. Makanan dikunyah halus, turun melalui kerongkongan, dicerna di lambung, lalu sari-sarinya diserap di usus halus.

Namun, Raka selalu makan terburu-buru agar cepat bermain bola. Ia menelan makanan setelah dikunyah sebentar, bahkan sambil berbicara dan tertawa. Makanan yang masih kasar dan udara yang ikut tertelan membuat lambungnya bekerja lebih berat. Akibatnya, Raka kembung, begah, bersendawa, dan nafsu makannya menurun.



Kakek lalu membuatkan segelas jamu beras kencur hangat dari kencur, beras, dan gula merah yang diolah secara higienis. Setelah meminumnya dan beristirahat, perut Raka berangsur membaik.

LIVEWORKSHEETS

Ayo Temukan Masalah

Masalah apa yang dialami Raka?

Tuliskan Dugaan Kelompokmu!

Menurut kelompokmu, mengapa masalah itu bisa terjadi?

Diskusikan bersama kelompokmu!

1. Kebiasaan Raka yang mana saja yang merusak kerja organ pencernaan?
2. Jika Raka hanya minum jamu tetapi tetap makan terburu-buru, apakah rasa sakit yang dirasakan Raka akan hilang? Jelaskan.
3. Tuliskan tiga saran untuk Raka menjaga pencernaan?



Catatan:
Ingat pertanyaan ini akan dijawab setelah penyelidikan

Mengorganisasikan Murid untuk Belajar



Ayo Bersiap Menyelidiki!

1. Kelompok sudah dibentuk sebelumnya, tuliskan nama-nama kelompok ke dalam tabel.
2. Tentukan salah satu temanmu untuk menjadi ketua kelompok yang memimpin diskusi dan pastikan setiap anggota mendapat tugas, misalnya penulis, pembaca petunjuk, pengamat, dan penyaji hasil.
3. Perhatikan arahan dari gurumu.
4. Isilah identitas kelompokmu pada kolom di bawah ini!

LIVEWORKSHEETS

Kelompok	:	
Nama Anggota	1	4
	2	5
	3	

Membimbing Penyelidikan

Saatnya membuktikan dugaan awalmu. Pelajari materi tentang cara menjaga pencernaan. Fokuskan bacaanmu pada tiga pertanyaan diskusi sebelumnya. Dengan mengklik halaman web site sebelumnya

Mengembangkan dan Menyajikan Hasil

Ayo sajikan hasil penyelidikan kelompokmu!

1. Kebiasaan Raka yang mana saja yang merusak kerja organ pencernaan?
2. Jika Raka hanya minum jamu tetapi tetap makan terburu-buru, apakah rasa sakit yang dirasakan Raka akan hilang? Jelaskan.
3. Tuliskan tiga saran untuk Raka menjaga pencernaan?

LIVEWORKSHEETS

Presentasikan Hasil Diskusi Kelompokmu

Petunjuk Diskusi dan Presentasi:

1. Presentasikan hasil penyelidikan kelompokmu di depan kelas dengan percaya diri.
2. Simak jawaban kelompok lain untuk setiap pertanyaan diskusi di bawah ini.
3. Catat jawaban yang berbeda dari kelompokmu pada kotak di bawah. Jika jawabannya sama, cukup tulis tanda (-) dan tidak perlu menulis ulang.
4. Bandingkan jawaban tersebut dengan jawaban kelompokmu, lalu periksa kembali lembar penyelidikan untuk menentukan jawaban yang paling tepat.

Kelompok 1

- **Pertanyaan 1: Jamu beras ...**
- **Pertanyaan 2: - (jawaban sama dengan kelompokmu)**
- **Pertanyaan 3: Uji ...**

LIVEWORKSHEETS

Gunakan Halaman Ini Jika Lembar Sebelumnya Tidak Cukup

LIVEWORKSHEETS

Evaluasi dan Refleksi

Ayo Evaluasi!

Coba liat lagi masalah diawal kegiatan.

Apakah dugaan kelompokmu sudah tepat berdasarkan hasil penyelidikan "Kebiasaan apa saja dari Raka yang mengganggu sistem pencernaan, dan bagaimana cara menjaga kesehatan pencernaan?"

Bandingkan dugaan awalmu dengan hasil penyelidikan, lalu centang atau (v) salah satu:

□ Dugaan kelompokku belum sesuai

□ Dugaan kelompokku sudah sesuai

Ayo Refleksi!

Apa hal yang baru kelompokmu ketahui dari kegiatan tadi?

LIVEWORKSHEETS

Ayo Sampaikan!

Kesimpulan

Cara menjaga pencernaan tetap sehat dengan cara .....,

....., dan ..... Jamu beras kencur dapat

membantu .....,

tetapi harus disertai .....

LIVEWORKSHEETS

REFLEKSI PEMBELAJARAN

Sehatkan Pencernaan, Lestarikan Kearifan Lokal



1 Bagaimana perasaanmu setelah melakukan kegiatan pembelajaran ini?





2 Kebiasaan apa yang perlu kamu perbaiki setelah mempelajari kegiatan pembelajaran ini?

3 Saat memecahkan masalah Raka, langkah mana yang paling sulit bagi kelompokmu?





4 Apa hal paling menarik atau baru yang kamu ketahui pada kegiatan pembelajaran ini?

LIVEWORKSHEETS