

PRAKTIKUM DENYUT NADI



Kelompok :

Anggota : 1.
2.
3.
4.

KI & KD

4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

4.7 Menyajikan hasil percobaan pengaruh aktivitas (jenis, intensitas, atau durasi) dengan frekuensi denyut jantung.

TUJUAN

Peserta didik mampu mengukur denyut nadi pada arteri radialis dan mampu membedakan pengaruh aktivitas pada berbagai usia dan jenis kelamin.

ALAT & BAHAN

1. Stopwatch
2. Alat Tulis

CARA KERJA

Sampel Duduk Santai

1. Siapkan alat dan bahan.
2. Sampel diminta untuk duduk santai selama 2-3 menit.
3. Tempelkan ketiga jari anda pada pergelangan tangan dengan sedikit menekan pada sampel perempuan yang sedang duduk santai sampai terasa denyut nadinya.
4. Hitung banyak denyutan setiap satu menit.
5. Lakukan langkah 1-3 pada sampel laki-laki.
6. Tulis hasil pengamatan pada tabel pengamatan.

Sampel Lari Ditempat

1. Siapkan alat dan bahan.
2. Sampel diminta untuk melakukan kegiatan lari ditempat 2-3 menit
3. Tempelkan ketiga jari anda pada pergelangan tangan dengan sedikit menekan pada sampel perempuan yang sudah melakukan kegiatan lari ditempat sampai terasa denyut nadinya.
4. Hitung banyak denyutan setiap satu menit.
5. Lakukan langkah 1-3 pada sampel laki-laki.
6. Tulis hasil pengamatan pada tabel pengamatan.

Tabel Pengamatan

No.	Nama Praktikan	L/P	Frekuensi Denyut Nadi	
			Duduk Santai	Setelah Melakukan Kegiatan Lari
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengamatan yang telah kamu lakukan, apa yang dapat kamu simpulkan?

~ SELAMAT MENGERJAKAN ~