

Nama :

Kelas :

PENYEBAB BERSIN



Umumnya, bersin disebabkan karena masuknya debu dan kotoran. Namun, masih ada beberapa hal lain yang menyebabkan kamu bersin, seperti:

1. Infeksi

Infeksi saluran pernapasan bagian akibat **virus flu** sering menjadi penyebab kita mengalami bersin-bersin. Hal ini terjadi saat daya tahan tubuh kita sedang lemah. Melansir dari *Healthline*, ada lebih dari 200 virus yang dapat menyebabkan flu. Cara agar terhindar dari infeksi dan penularannya yaitu selalu menjaga kesehatan tubuh kita dengan pola makan sehat, rutin berolahraga, dan mengonsumsi vitamin C.

2. Alergi

Alergi terjadi karena tubuh merespon adanya organisme asing yang masuk ke dalam tubuh melalui hidung. Saat tubuh berada pada kondisi normal, daya tahan tubuh memberikan perlindungan sepenuhnya bagi tubuh dengan melawan semua organisme berbahaya tadi. Biasanya, alergi yang berkaitan dengan bersin disebabkan karena debu, serbuk bunga, atau asap. Bersin menjadi cara yang dilakukan oleh tubuh untuk mengeluarkan organisme tersebut.

3. **Sensitif Terhadap Sinar Matahari**

Beberapa orang mengalami bersin akibat dari paparan sinar matahari. Hal ini terjadi akibat tubuh yang terlalu sensitif pada cahaya. Kondisi inilah yang membuat orang cenderung melihat ke arah cahaya matahari saat hidung terasa gatal tetapi bersin tidak bisa keluar.

Jawablah pertanyaan berikut menurut pendapat dan penelitian Anda.

- 1) Dari ketiga sebab bersin diatas, manakah penyebab yang paling sering terjadi di lingkungan keluarga Anda? Tanyakan pada anggota keluarga lalu simpulkan.

NO.	ANGGOTA KELUARGA	SEBAB BERSIN

Kesimpulan:

- 2) Bersin mungkin terjadi karena sensitif terhadap matahari. Orang yang bersin karena matahari disebut "photic sneezer". Apakah Anda termasuk "photic sneezer"? Lakukan penelitian terhadap diri Anda sendiri dan keluarga dengan cara berdiri di bawah matahari dan sedikit melihat ke atas.

NO.	ANGGOTA KELUARGA	YA/TIDAK

- 3) Apakah Ananda tahu adab bersin? Sebutkan apa saja dan apa manfaat dari adab bersin tersebut.

No.	Adab bersin	Manfaat

- 4) Apakah Ananda tahu doa untuk orang yang bersin dan mendengarkan bersin? Apakah arti dari doa tersebut?
