



LKPD

Lembar Kerja Peserta Didik



Pertemuan 1

Nama :

Kelas :



Tujuan :

Setelah dilakukan pembelajaran, peserta didik mampu:

1. Mengidentifikasi zat makanan yang dibutuhkan oleh tubuh manusia.
2. Menjelaskan kandungan zat makanan yang diperlukan oleh tubuh manusia.
3. Menguraikan fungsi zat makanan bagi tubuh manusia.

Sumber Belajar :

Adapun sumber belajar peserta didik, yaitu :

- <https://online.fliphtml5.com/dsksp/hmqi/#p=5>
- <https://drive.google.com/file/d/1iTBubUFua2g1nSgbf0RmbImENPEw-oB2/view>

Petunjuk :

Adik-adik kali ini saya mengajak kalian untuk membayangkan berada di suatu restaurant. Di restaurant tersebut terdapat berbagai jenis makanan yang disajikan. Adik-adikku dibawah ini merupakan petunjuk dalam mengerjakan soal :

- Kerjaka soal secara mandiri
- Apabila pembelajaran dilakukan secara offline maka adik - adik dapat menulis langsung pada lembaran isian dengan menggunakan pulpen. Namun, apabila pembelajaran dilakukan secara online maka peserta didik dapat mengisinya langsung di link yang disediakan.

- Pada latihan 1, adik - adik diminta untuk mengidentifikasi jenis makanan pada daftar menu yang banyak mengandung zat makanan seperti, Karbohidrat, Protein, Lemak, Vitamin dan Mineral. Kemudian, menuliskan dan mengelompokkannya sesuai dengan sumber zat makanan yang terkandung didalam makanan tersebut.
- Pada latihan 2, adik-adik diminta untuk menguraikan kandungan zat makanan yang diperlukan oleh tubuh manusia dan fungsi zat makanan bagi tubuh manusia seperti, fungsi atau manfaat dari **Karbohidrat, Protein, Lemak, Vitamin dan Mineral** bagi tubuh manusia. Kemudian, menguraikan kandungan dan juga fungsi zat makanan bagi tubuh manusia yang telah diketahui dengan cara menuliskannya didalam kolom kandungan dan fungsi setiap zat makanan yang ada dengan **singkat dan jelas**.
- Kemudian, adik-adik dapat mempresentasikan hasil kerjanya di depan kelas.



LATIHAN 1

IX RESTAURANT

DAFTAR MENU



Makanan

Nasi Bakar	15 K
Nasi Goreng	15 K
Nasi Uduk	13 K
Kentang Goreng	13K
Ubi bakar	10 K
Ubi Rebus	10 K
Ikan Bakar	14 K
Coto Makassar	18 K
Bakso Campur	15 K
Telur Balado	7 K
Telur Mata Sapi	7 K
Tempe Goreng	8 K
Sate Bakar	17 K
Ayam Goreng	16 K
Ayam Bakar	19 K
Soto Ayam	12 K
Kangkung Tumis	6 K
Lalapan	14 K
Salad Buah	8 K
Sop Buah	6 K
Roti Bakar	9 K

Minuman

Air Putih	3 K
Es Teh	5 K
Teh Hangat	5 K
Kopi Pahit	5K
Susu	4 K
Es Buah	6 K
Es Doger	6 K
Jus Jeruk	10 K
Jus Alpukat	10 K
Jus Mangga	10 K
Jus Jambu	10 K
Jus Sirsak	10 K
Jus Nanas	10 K
Jus Melon	10 K
Jus Semangka	10 K
Jus Wortel	10 K
Jus Tomat	10 K
Jus Buah Naga	10 K
Es krim	6 K





IX RESTAURANT

DAFTAR MENU

" KARBONHIDRAT "

Menu

Harga

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.
11.
12.
13.
14.
15.





IX RESTAURANT

DAFTAR MENU

" PROTEIN "

Menu

Harga

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.
11.
12.
13.
14.
15.





IX RESTAURANT

DAFTAR MENU

" IEMAK (LIPID) "

Menu

Harga

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.
11.
12.
13.
14.
15.





IX RESTAURANT

DAFTAR MENU

" VITAMIN "

Menu

Harga

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.
11.
12.
13.
14.
15.





IX RESTAURANT

DAFTAR MENU

" MINERAL "

Menu

Harga

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.
11.
12.
13.
14.
15.



LATIHAN 2

MENGURAIKAN KANDUNGAN ZAT MAKANAN YANG DIPERLUKAN OLEH TUBUH MANUSIA

No.	Jenis Zat Makanan	Kandungan Yang Ada di Dalam Zat Makanan
1.	Karbohidrat	
2.	Protein	

3.	Lemak	
4.	Vitamin	
5.	Mineral	

MENGURAIKAN FUNGSI ZAT MAKANAN BAGI TUBUH MANUSIA

No.	Jenis Zat Makanan	Fungsi Bagi Tubuh Manusia
1.	Karbohidrat	
2.	Protein	
3.	Lemak	

4.	Vitamin	
5.	Mineral	

Presentasi :

Adik - adik, presentasikanlah hasil pekerjaan kalian di depan kelas. Kemudian catatlah tanggapan teman yang menyimak hasil presentasi yang kalian lakukan.

Mengevaluasi Pengalaman :

No	Kritik/Saran	Perbaikan
1		
2		
3		

Kesimpulan :