

# LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK

## PENGUKURAN



NAMA ANGGOTA KELOMPOK:

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....
6. ....





## AKTIVITAS 1

Tujuan Praktikum :

- Peserta didik dapat mengukur berat dan tinggi badan
- Peserta didik dapat menghitung indeks massa tubuh

## ALAT DAN BAHAN

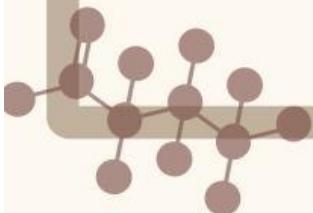
- Timbangan berat badan
- Meteran

## LANGKAH KERJA

1. Ukurlah berat badan masing-masing dengan bantuan teman kelompok secara bergantian
2. Ukurlah tinggi badan masing-masing dengan bantuan teman kelompok secara bergantian
3. Tulislah hasil pengukuran ke dalam kolom yang telah disediakan
4. Hitunglah Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan menggunakan rumus

## HASIL PENGAMATAN

NO	NAMA	BB	TB	IMT
1				
2				
3				
4				
5				
6				





## AKTIVITAS 2

### PERTANYAAN

1. Apa yang terjadi jika seseorang memiliki berat badan berlebih atau kurang?

2. Bagaimana tips menambah tinggi badan yang sehat?

### KESIMPULAN

Tulislah kesimpulan dari hasil diskusi kelompok

