



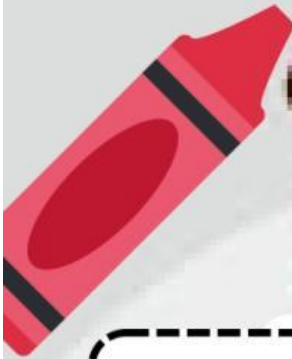
Lembar Kerja Peserta Didik

SISTEM PERNAPASAN MANUSIA



Nama:

Kelas:



CAPAIAN PEMBELAJARAN:

PESERTA DIDIK DAPAT MENSIMULASIKAN ATAU MEMBUAT GAMBAR/BAGAN/MEDIA SEDERHANA TENTANG SISTEM PERNAPASAN MANUSIA

TUJUAN PEMBELAJARAN:

- 1. MENSIMULASIKAN PENGGUNAAN ALAT ATAU MEDIA SEDERHANA**
- 2. MENGAITKAN DENGAN CARA MENJAGA KESEHATAN**

PETUNJUK BELAJAR:

- 1. SEBELUM MENERJAKAN, BERDOALAH TERLEBIH DAHULU**
- 2. ISILAH IDENTITAS SESUAI KOLOM YANG TELAH DISEDIAKAN**
- 3. BACALAH TERLEBIH DAHULU BAHAN BACAAN YANG TELAH DISEDIAKAN**
- 4. BACALAH DAN KERJAKAN SERTA JAWAB LAH PERTANYAAN-
PERTANYAAN YANG ADA DI KOLOM**
- 5. JIKA PERINTAH KURANG JELAS, SILAHKAN TANYAKAN
KEPADA GURU**



DAFTAR ISI

A. PEMBELAJARAN I

1. PRA-PEMBELAJARAN

2. PEMBELAJARAN

B. PEMBELAJARAN II

1. PRA-PEMBELAJARAN

2. PEMBELAJARAN

C. PEMBELAJARAN III

1. PRA-PEMBELAJARAN

2. PEMBELAJARAN

DAFTAR PUSTAKA

PRA-PEMBELAJARAN

1. Read (Membaca)



Manusia bernapas untuk memasukkan udara ke dalam tubuh. Udara mengandung oksigen. Oksigen dibutuhkan untuk mendapatkan energi dari makanan. Energi itu menggerakkan semua proses kehidupan yang sangat penting pada tubuh. Organ pernapasan manusia terdiri atas hidung, faring, laring, trakea, bronkus, bronkiolus, dan paru-paru (alveolus).

1. **Hidung.** Udara masuk melalui lubang hidung ke dalam rongga hidung. Di dalam rongga hidung terdapat rambut-rambut pendek dan tebal untuk menyaring dan menangkap kotoran yang masuk bersama udara. Selain disaring udara yang masuk dilembapkan oleh selaput hidung.
2. **Faring.** Faring merupakan persimpangan antara saluran pernapasan pada bagian depan dan saluran pencernaan pada bagian belakang.
3. **Laring.** Laring atau tekak (jakun) terdapat di bagian belakang faring. Laring terdiri atas sembilan susunan tulang rawan berbentuk kotak.
4. **Trakea (batang tenggorokan).** Pada trakea terdapat jaringan yang disebut silia yang akan bergerak dan mendorong keluar debu-debu dan bakteri yang masuk.
5. **Bronkus.** Bronkus merupakan percabangan dari trakea serta terdiri atas bronkus kiri dan bronkus kanan.
6. **Bronkiolus.** Bronkiolus merupakan percabangan dari bronkus.
7. **Alveolus.** Alveolus terdapat di dalam paru-paru merupakan tempat terjadinya pertukaran oksigen dan karbon dioksida. Alveolus dikelilingi kapiler-kapiler darah.

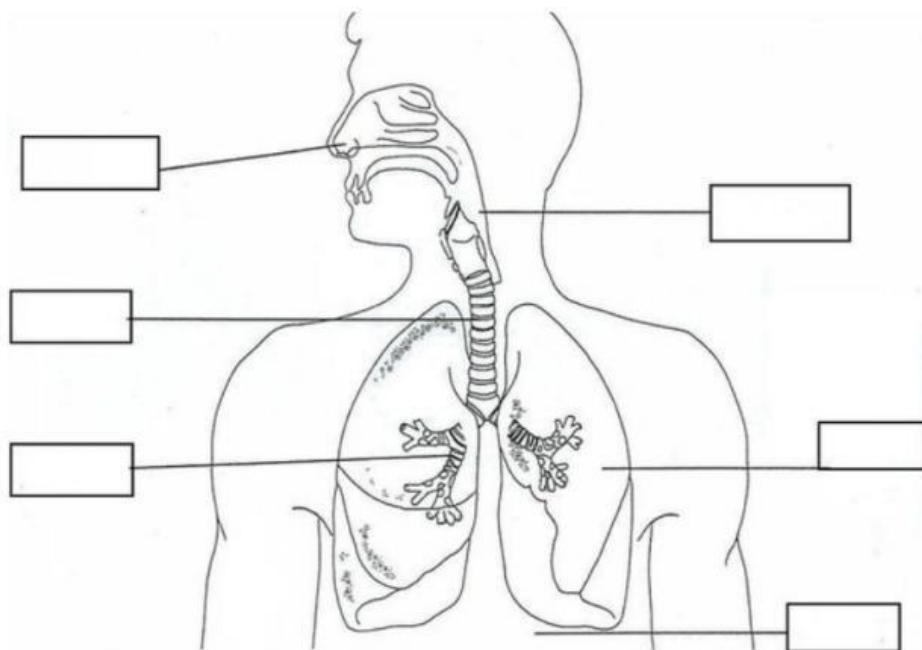
Udara masuk ke dalam tubuh melalui lubang hidung, lalu masuk ke dalam batang tenggorokan. Batang tenggorokan adalah sebuah pipa mulai dari belakang hidung dan mulut, lalu turun ke paru-paru. Dari batang tenggorokan udara masuk ke dalam paru-paru. Di dalam paru-paru, oksigen terserap ke dalam pembuluh darah halus. Sebaliknya, gas karbon dioksida dari pembuluh darah masuk ke dalam paru-paru dan selanjutnya dibuang saat kita mengembuskan napas.

2. Answer (Menjawab)

setelah kamu membaca artikel yang ditugaskan guru, jawablah pertanyaan berikut ini dengan baik dan benar sebelum pembelajaran berlangsung!

1. Bernapas adalah sebuah proses menghirup oksigen (O_2) dan melepaskan karbon dioksida (CO_2). Oksigen yang dihirup akan diserap oleh darah, sedangkan CO_2 dikeluarkan dari tubuh karena merupakan sisa dari hasil pembakaran oksigen. Proses ini disebut dengan sistem pernapasan pada manusia. Jelaskan pengertian dari sistem pernapasan pada manusia! Sebutkan apa saja organ yang berperan dalam sistem pernapasan pada manusia!

2. Lengkapi gambar sistem pernapasan berikut dengan menuliskan nama organ sistem pernapasan beserta fungsinya!



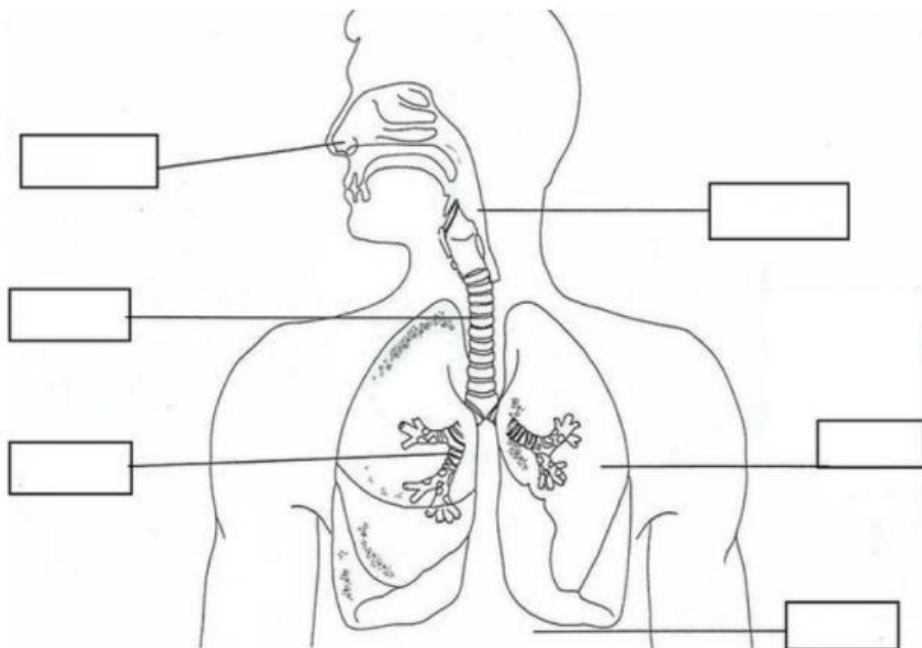
PEMBELAJARAN

3. Discuss (Berdiskusi)

Pada tahap ke-2, kamu telah menjawab pertanyaan pra-pembelajaran. Pada tahap ini, diskusikanlah pertanyaan pembelajaran di bawah ini bersama kelompokmu!

1. Bernapas adalah sebuah proses menghirup oksigen (O_2) dan melepaskan karbon dioksida (CO_2). Oksigen yang dihirup akan diserap oleh darah, sedangkan CO_2 dikeluarkan dari tubuh karena merupakan sisa dari hasil pembakaran oksigen. Proses ini disebut dengan sistem pernapasan pada manusia. Jelaskan pengertian dari sistem pernapasan pada manusia! Sebutkan apa saja organ yang berperan dalam sistem pernapasan pada manusia!

2. Lengkapi gambar sistem pernapasan berikut dengan menuliskan nama organ sistem pernapasan beserta fungsinya!

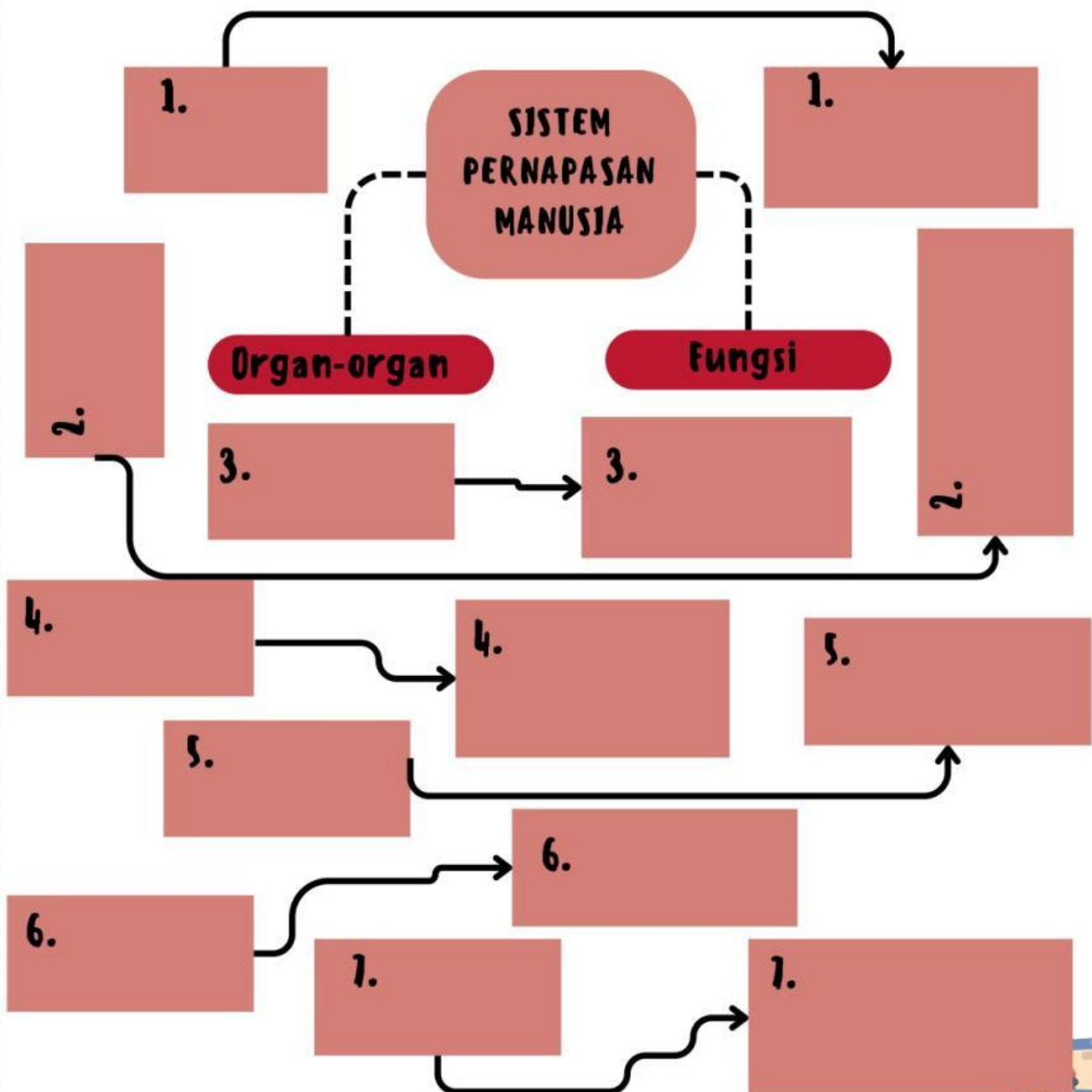


4. Explain (Menjelaskan)

Setelah berdiskusi dengan kelompok, pilihlah 2 orang dari anggota kelompokmu untuk mempresentasikan di depan kelas hasil diskusi tentang sistem pernapasan pada manusia secara singkat dan jelas!

5. Create (Membuat)

Isilah kolom kosong di bawah ini dengan kata maupun kalimat yang sesuai dengan kata kunci yang tersedia! (diperbolehkan untuk menambah kolom jika diperlukan)



PRA-PEMBELAJARAN

1. Read (Membaca)



https://youtu.be/jLpHIULUAbc?si=s39Nm1_qigwvWFxt

"Apakah kalian pernah merasakan sakit saat bernapas?"

Menjaga kesehatan organ pernapasan sangat penting bagi tubuh kita. Kita perlu menjaga kesehatan organ pernapasan agar bisa bernapas dengan baik dan menghindari masalah pernapasan. Ada beberapa cara yang dapat kita lakukan untuk menjaga organ pernapasan diantaranya: (atau bisa **klik link disamping**)!

1. **Bernapas dengan Benar.** Bernapas melalui hidung merupakan cara yang tepat untuk menjaga kesehatan organ pernapasan. Hidung memiliki bulu-bulu halus dan kelenjar lendir yang membantu menyaring dan membersihkan udara dari kotoran sebelum mencapai paru-paru. Bernapas melalui hidung juga membantu menghangatkan dan mengatur kelembapan udara yang masuk ke paru-paru.
2. **Jaga Kebersihan Lingkungan.** Membersihkan lingkungan adalah langkah penting dalam menjaga kesehatan organ pernapasan. Debu, serbuk sari, dan bahan kimia berbahaya bisa mengiritasi saluran pernapasan kita. Kita harus rajin membersihkan rumah, menghindari penumpukan debu, dan menggunakan produk pembersih yang aman agar organ pernapasan kita tidak terganggu.
3. **Olahraga Secara Teratur.** Olahraga membantu meningkatkan kapasitas paru-paru dan memperkuat organ pernapasan. Dengan berolahraga secara teratur, kita dapat melatih paru-paru agar bisa mengambil lebih banyak oksigen. Pilihlah olahraga yang kita sukai seperti bersepeda, berlari, atau berenang, dan lakukan minimal 30 menit setiap hari.
4. **Hindari Paparan Asap Rokok.** Asap rokok mengandung zat-zat berbahaya yang bisa merusak organ pernapasan. Jika ada orang yang merokok di sekitar kita, kita sebaiknya menjauhi tempat tersebut atau meminta mereka untuk tidak merokok di dekat kita. Selain itu, kita juga harus menjauhi area-area yang banyak terpapar asap rokok agar organ pernapasan kita tetap sehat.

Organ pernapasan sangat penting bagi tubuh kita. oleh karena itu, kita harus bisa menjaga kesehatannya dengan baik. Dengan cara di atas kita bisa menjaga organ pernapasan kita agar tetap sehat. semoga informasi dari artikel ini bermanfaat dan membantu





2. Answer (Menjawab)

setelah kamu membaca artikel yang ditugaskan guru, jawablah pertanyaan berikut ini dengan baik dan benar sebelum pembelajaran berlangsung!

1. Bandingkan kondisi udara di kota besar dengan di desa tempat kamu tinggal. Menurut kamu, manakah yang lebih baik untuk kesehatan pernapasan dan mengapa? Apa yang bisa dilakukan untuk menjaga kualitas udara di kota besar agar lebih sehat?



2. Salah satu cara untuk menjaga kesehatan pernapasan adalah menghindari asap rokok atau tidak merokok. Jelaskan mengapa merokok berbahaya bagi kesehatan pernapasan terutama pada paru-paru! Bagaimana cara kita membantu orang di sekitar kita untuk berhenti merokok?





2. Answer (Menjawab)

setelah kamu membaca artikel yang ditugaskan guru, jawablah pertanyaan berikut ini dengan baik dan benar sebelum pembelajaran berlangsung!

1. Bandingkan kondisi udara di kota besar dengan di desa tempat kamu tinggal. Menurut kamu, manakah yang lebih baik untuk kesehatan pernapasan dan mengapa? Apa yang bisa dilakukan untuk menjaga kualitas udara di kota besar agar lebih sehat?



2. Salah satu cara untuk menjaga kesehatan pernapasan adalah menghindari asap rokok atau tidak merokok. Jelaskan mengapa merokok berbahaya bagi kesehatan pernapasan terutama pada paru-paru! Bagaimana cara kita membantu orang di sekitar kita untuk berhenti merokok?





3. Apa yang bisa kita lakukan untuk mencegah penyakit pernapasan seperti flu atau asma? Jelaskan pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan untuk kesehatan pernapasan!



4. Kamu memiliki teman yang menderita asma. Apa yang bisa kamu lakukan untuk membantu temanmu saat dia mengalami serangan asma? Jelaskan juga bagaimana temanmu bisa mencegah serangan asma tersebut.





PEMBELAJARAN

3. Discuss (Berdiskusi)

Pada tahap ke-2, kamu telah menjawab pertanyaan pra-pembelajaran. Pada tahap ini, diskusikanlah pertanyaan pembelajaran di bawah ini bersama kelompokmu!

1. Bandingkan kondisi udara di kota besar dengan di desa tempat kamu tinggal. Menurut kamu, manakah yang lebih baik untuk kesehatan pernapasan dan mengapa? Apa yang bisa dilakukan untuk menjaga kualitas udara di kota besar agar lebih sehat?



2. Kamu memiliki teman yang menderita asma. Apa yang bisa kamu lakukan untuk membantu temanmu saat dia mengalami serangan asma? Jelaskan juga bagaimana temanmu bisa mencegah serangan asma tersebut!





3. Apa yang bisa kita lakukan untuk mencegah penyakit pernapasan seperti flu atau asma? Jelaskan pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan untuk kesehatan pernapasan!



4. Kamu memiliki teman yang menderita asma. Apa yang bisa kamu lakukan untuk membantu temanmu saat dia mengalami serangan asma? Jelaskan juga bagaimana temanmu bisa mencegah serangan asma tersebut.

