



LKPD

GANGGUAN SISTEM PENCERNAAN



Nama _____

Kelas _____

Penyusun: Tri Oktafiani



Penyusun :Tri Oktafiani
Tahun penyusunan : 2025
Jenjang sekolah : SD
Mata pelajaran :IPAS
Kelas : V
Materi : gangguan sistem pencernaan dan cara menjaga sistem pencernaan



Tujuan Pembelajaran :

- 1.peserta didik dapat memahami jenis-jenis gangguan sistem pencernaan manusia**
- 2.peserta didik dapat mengetahui cara menjaga sistem pencernaan manusia**



NAMA :

KELAS :



PETUNJUK Pengerjaan

Diawali dengan berdo'a

**Isilah nama dan kelas di halaman
Berikutnya**

Baca dan amati rangkuman materi

**Ikuti instruksi di setiap kegiatan,
kemudian pahami setiap uraian
dengan membaca cermat dan teliti**

**Jawablah pertanyaan yang
terdapat dalam LKPD elektronik
dengan benar!**



GANGGUAN SISTEM PENCERNAAN

DAN CARA MENJAGANYA



Gangguan Sistem Pencernaan

- Sembelit
- Diare
- Maag
- Usus buntu

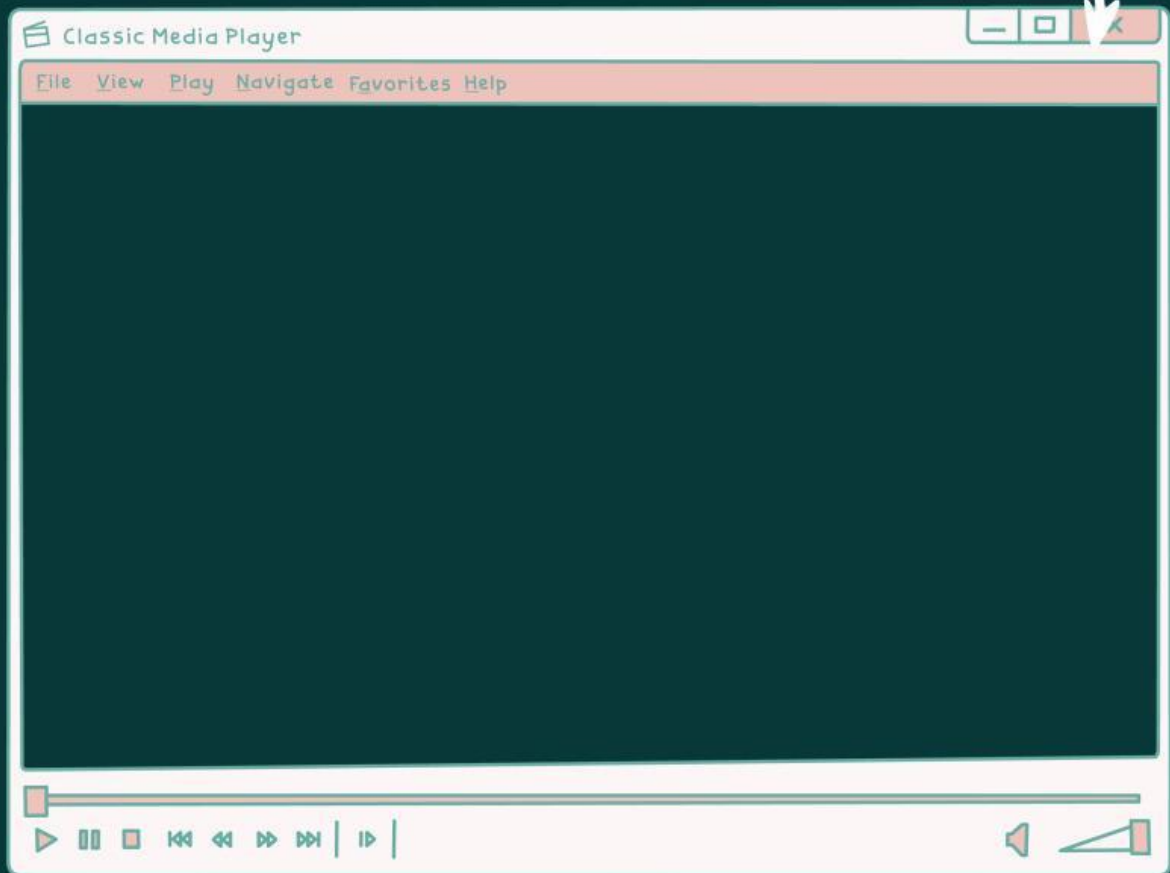
Cara Menjaga Kesehatan Sistem Pencernaan

- Makan makanan berserat
- Minum air putih yang cukup
- Olahraga teratur
- Menghindari stres

**Ayo
menonton**



Gangguan organ pencernaan manusia
untuk mengetahui lebih dalam tentang materi
pembelajaran, mari simak video pembelajaran berikut ini!



SELAMAT
Terimakasih sudah
menyelesaikan materi
pembelajaran.
sekarang saatnya berlatih,
semoga berhasil, semangat!



AYO BERLATIH

JAWABLAH PERTANYAAN BERIKUT INI DENGAN BENAR!



Cerita

Sari pergi ke pasar malam dan makan makanan yang tidak dimasak dengan sempurna, serta minum minuman dingin dalam jumlah banyak. Setelah beberapa jam, Sari mulai merasakan sakit perut yang hebat, mual, dan perutnya terasa sangat penuh. Ia kemudian mengalami diare dan merasa cepat lelah. Beberapa hari setelahnya, Sari sulit buang air besar dan perutnya kembung sehingga ia merasa tidak nyaman saat beraktivitas.

1. Berdasarkan cerita, gangguan apakah yang paling mungkin dialami Sari setelah makan di pasar malam?

A

Maag akibat makan makanan asam

B

Diare dan keracunan makanan karena bakteri atau virus dalam makanan dan minuman yang tidak bersih

C

Sembelit karena kurang makan sayur

2. mengapa Sari mengalami diare dan cepat merasa lelah setelah makan dan minum seperti itu?

A

Karena tubuhnya mengalami infeksi yang menyebabkan tubuh kehilangan cairan dan elektrolit melalui diare

B

Karena makanan terlalu pedas

C

Karena ia makan terlalu banyak



AYO BERLATIH

JAWABLAH PERTANYAAN BERIKUT INI DENGAN BENAR!



3. Setelah mengalami diare, Sari merasakan susah buang air besar dan perut kembung. Apa yang sebaiknya Sari lakukan supaya gangguan ini hilang?

A

Tetap minum air putih yang cukup dan memperbanyak makan makanan berserat seperti buah dan sayur

B

Tidak berolahraga sama sekali

C

Minum obat kimia tanpa konsultasi dokter



Cerita:

Didi sangat menyukai makanan cepat saji dan gorengan. Setelah makan banyak gorengan dan ayam goreng yang berminyak, ia mulai merasakan perutnya kembung, mual, dan tidak enak badan. Hari berikutnya, Didi mengalami kesulitan buang air besar dan perutnya terasa penuh dan terasa nyeri ringan.



AYO BERLATIH

JAWABLAH PERTANYAAN BERIKUT INI DENGAN BENAR!



4. berdasarkan cerita dan gambar tersebut, masalah pencernaan apa yang kemungkinan dialami Didi?

A

Maag karena makan makanan pedas

B

Sembelit akibat konsumsi makanan berlemak dan kurang serat

C

Radang lambung akut

5. Mengapa konsumsi gorengan dan makanan berminyak dapat menyebabkan kembung dan sembelit?

A

Karena lemak dalam makanan memperlambat proses pencernaan dan menyebabkan penyerapan air berkurang di usus

B

Karena gorengan tidak mengandung air

C

Karena makan gorengan membuat asam lambung berkurang

6. Langkah apa yang paling tepat agar Didi bisa mengatasi keluhan pada sistem pencernaannya?

A

Mengurangi gorengan dan meningkatkan konsumsi sayur serta buah yang kaya serat dan memperbanyak minum air putih

B

Menghilangkan makan sama sekali selama 3 hari

C

Memakan makanan yang lebih berminyak lagi untuk melawan kembung



AYO BERLATIH

JAWABLAH PERTANYAAN BERIKUT INI DENGAN BENAR!



7. Mengapa penting untuk menjaga kesehatan sistem pencernaan?

A

Agar tidak merasa lapar

B

Untuk mencegah gangguan pencernaan dan menjaga kesehatan tubuh secara keseluruhan

C

Agar bisa makan lebih banyak makanan manis

8. Jika ingin meningkatkan kesehatan pencernaan lebih lanjut, aktivitas apa yang sebaiknya dilakukan?

A

Berolahraga secara teratur dan cukup tidur

B

hanya duduk dan tidak bergerak

C

Menghindari semua jenis makanan

9. Setelah makan makanan berlemak dan manis, Budi merasa kembung dan mual. Ia juga mengalami kesulitan buang air besar. Apa gangguan pencernaan yang mungkin dialami Budi? Mengapa makanan berlemak dapat menyebabkan gejala tersebut?

A

Sembelit; makanan berlemak memperlambat pencernaan.

B

Maag; makanan berlemak meningkatkan asam lambung.

C

Radang usus; makanan berlemak tidak berpengaruh



AYO BERLATIH

JAWABLAH PERTANYAAN BERIKUT INI DENGAN BENAR!



10. Siti ingin menjaga kesehatan pencernaannya dengan mengonsumsi lebih banyak sayuran dan cukup air. Temannya menyarankan untuk melakukan detoks dengan tidak makan selama sehari. Apa cara terbaik untuk menjaga kesehatan pencernaan Siti? Apakah detoksifikasi dengan tidak makan baik untuk pencernaan?

A

Makan sayuran dan cukup air; detoks tidak baik karena mengurangi nutrisi

B

Makan makanan cepat saji; detoks sangat baik untuk kesehatan

C

Menghindari semua makanan selama seminggu adalah cara terbaik

GOOD LUCK

