

NAMA PESERTA DIDIK

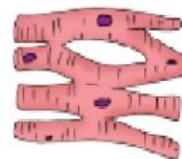
NOMOR ABSEN



Ayo Mencoba



1. Pilihlah nama otot yang sesuai untuk masing-masing gambar otot berikut.



OTOT JANTUNG

OTOT POLOS

OTOT LURIK

2. Otot yang bekerja tanpa kesadaran manusia/ tidak dipengaruhi oleh otak adalah

- a. Otot Lurik dan otot Polos.
- b. Otot Jantung .
- c. Otot Polos dan otot Jantung.
- d. Otot Lurik dan otot Jantung.

Ayo Membaca



Otot Manusia

Otot-otot dalam tubuh manusia memiliki beberapa fungsi, tetapi fungsi yang utama adalah untuk bergerak. Adapun fungsi-fungsi yang lain antara lain untuk mendukung tubuh, menjaga postur tubuh, dan menjaga suhu tubuh. Semua fungsi otot tersebut dapat dilakukan apabila otot dalam keadaan sehat, tanpa terjadi gangguan atau kelainan.

Otot dalam tubuh manusia berperan dalam gerakan-gerakan yang disengaja. Gerak yang disengaja berarti dilakukan secara sadar dan membutuhkan usaha tersendiri pada tiap-tiap bagian otot. Contoh gerak yang disengaja antara lain berjalan, membungkuk, memutar, memegang, dan mengangkat.

Selain itu, otot dalam tubuh manusia juga berperan dalam gerakan manusia yang tidak disengaja. Gerak manusia yang tidak disengaja adalah gerakan yang terjadi secara otomatis. Contoh gerak yang tidak disengaja antara lain pernapasan, gerak pencernaan makanan melalui sistem pencernaan, dan detak jantung.

Otot dalam tubuh juga berfungsi memberikan dukungan. Otot-otot dalam tubuh manusia, khususnya otot-otot pada rangka bekerja untuk mendukung tubuh. Misalnya ketika duduk dan berdiri, otot-otot rangka ini akan melakukan penyesuaian gerakan dengan memperkuat sendi dengan menopang tulang sehingga berada pada posisi yang tepat. Selain itu otot rangka juga memegang peranan penting dalam menentukan kekuatan tubuh secara keseluruhan dan kemampuan untuk melakukan aktivitas fisik. Dengan otot yang kuat maka kesehatan tubuh kita juga akan terjaga dan kita pun akan bisa melakukan berbagai gerakan.

Fungsi lain dari otot adalah untuk mempertahankan postur tubuh. Otot-otot rangka membantu manusia misalnya untuk berdiri dan mempertahankan sikap tegak. Dalam hal ini otot-otot tersebut juga membantu menjaga keseimbangan tubuh.

Otot juga berperan dalam menjaga suhu tubuh secara keseluruhan. Sistem otot dapat merespon jika tubuh mengalami penurunan dan peningkatan suhu tubuh. Contoh respon otot ketika terjadi penurunan suhu tubuh adalah menggigil. Menggigil adalah respon tidak sengaja dimana otot berkontraksi secara tepat untuk menghasilkan panas. Otot yang menggigil tersebut menuntut peningkatan darah yang mengandung oksigen untuk meningkatkan suhu tubuh.

3. Berdasarkan teks bacaan di atas, pasangkanlah ide pokok dengan paragraf yang sesuai.

PARAGRAF 2

Selain itu, otot dalam tubuh manusia juga berperan dalam Gerakan manusia yang tidak disengaja.

PARAGRAF 3

Otot dalam tubuh juga berfungsi memberikan dukungan.

PARAGRAF 4

Otot dalam tubuh manusia berperan dalam gerakan-gerakan yang disengaja.

4. Pilihlah "Benar" atau "Salah" dari pernyataan berikut.

Ada dua macam desain dalam membuat Cover, yaitu cover dengan latar berwarna putih dan tulisan sederhana, Dan desain penuh warna dan gambar.