

# E-LKPD

Elektronik Lembar Kerja Peserta Didik

Ilmu Pengetahuan Alam dan Sosial

Face C

## BAB 1

Bagaimana Kita Hidup dan Bertumbuh



Topik B. Mengapa Kita  
Perlu Makan dan Minum?

Penyusun :  
Wiwik Okta Susilawati, M.Pd  
Eka Filahanasari, M.Pd  
Nuri Septya Nisa

Nama : .....  
Kelas : .....

5

Semester Genap

# Petunjuk Penggunaan E-LKPD



Sebelum ananda mengerjakan latihan soal berikut, alangkah sebaiknya ananda berdoa terlebih dahulu ya 😊



Selanjutnya, ananda memahami bacaan materi pembelajaran 📖



Jawablah pertanyaan latihan soal berikut sesuai dengan perintah ya ananda 😊



Tanyakan kepada guru jika mengalami kesulitan.



Setelah selesai mengerjakan, klik "finish" kemudian ananda masukkan nama lengkap ananda dan judul materi pembelajaran hari ini.





## Capaian Pembelajaran

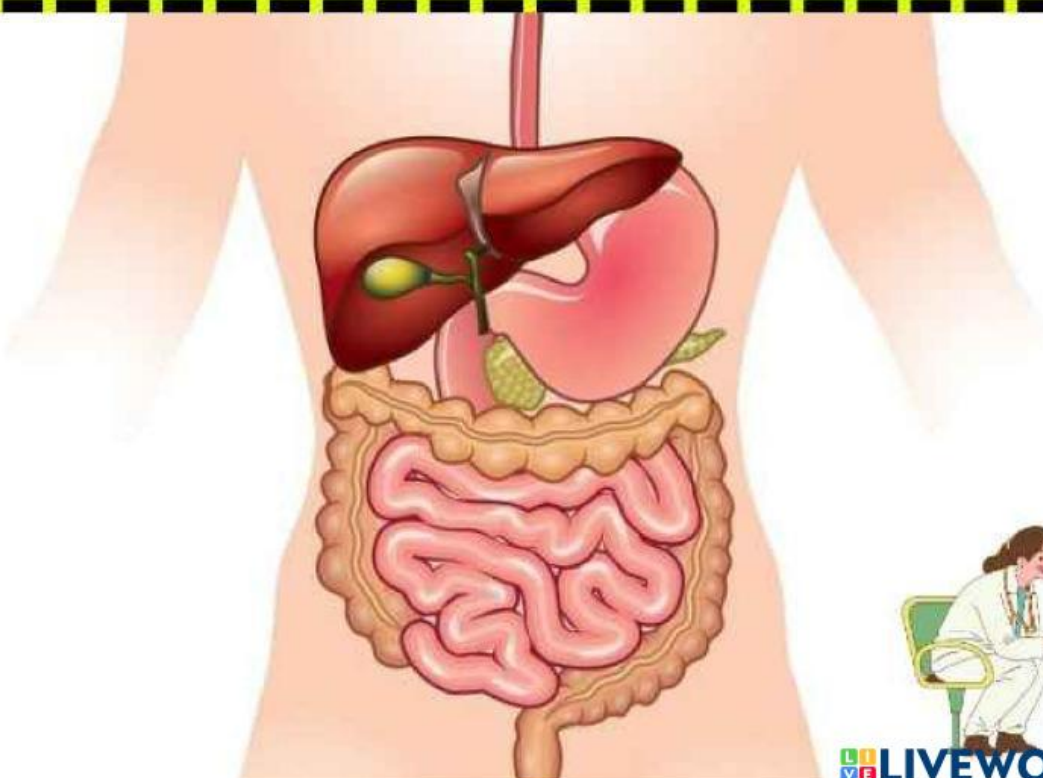
Peserta didik menganalisis dengan menggunakan gambar/bagan/alat/media sederhana tentang sistem organ tubuh manusia (sistem pernapasan/pencernaan/peredaran darah) yang dikaitkan dengan cara menjaga kesehatan organ tubuhnya dengan benar.



## Tujuan Pembelajaran



1. Peserta didik dapat menentukan kandungan dalam zat makanan dan fungsinya bagi tubuh.
2. Peserta didik dapat menghubungkan organ organ pencernaan dengan fungsinya.
3. Peserta didik dapat mengonsepkan gangguan-gangguan pada organ pencernaan manusia.



# Ringkasan Materi

## 1. Zat Makanan

### a. Karbohidrat

Karbohidrat merupakan sumber energi utama bagi tubuh agar memiliki tenaga dalam melakukan berbagai aktivitas, contoh seperti nasi, roti, jagung, kentang, gandum dan umbi-umbian.

### b. Protein

Protein bermanfaat sebagai sumber zat pembangun dalam tubuh. Protein dibedakan menjadi dua jenis yaitu protein hewani dan protein nabati.

### c. Vitamin

Vitamin merupakan zat gizi penting yang dibutuhkan tubuh untuk tumbuh, berkembang, dan menjalankan fungsinya dengan normal. Jenis vitamin A, B, C, D, E dan K.

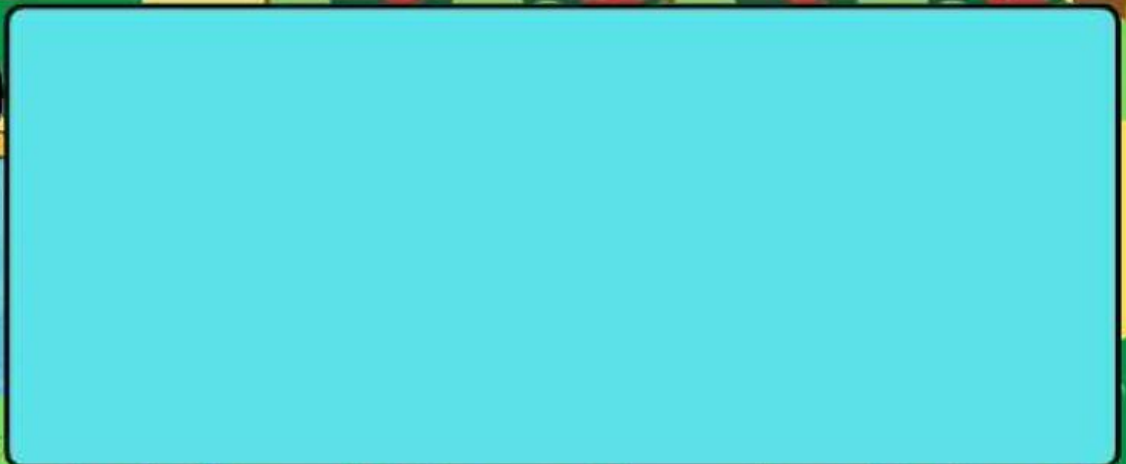
### d. Lemak

Lemak merupakan bahan makanan yang bermanfaat sebagai cadangan energi untuk melindungi organ tubuh. Jenis lemak terdiri lemak baik dan lemak jahat.

### e Mineral

Mineral merupakan zat yang berfungsi sebagai pembangun dan mengatur kesehatan tubuh.

Yuk simak juga  
video berikut



# Ringkasan Materi

## 2. Mengenal Organ Pencernaan Manusia

### a. Mulut

Mulut merupakan organ pencernaan pertama. Di dalam mulut terdapat gigi, lidah, dan air liur.

### b. Kerongkongan

Di dalam kerongkongan, makanan akan terdorong karena gerakan kerongkongan, yaitu gerak meremas-remas dan mendorong makanan, untuk selanjutnya masuk ke lambung yang disebut dengan gerak peristaltik.

### c. Lambung

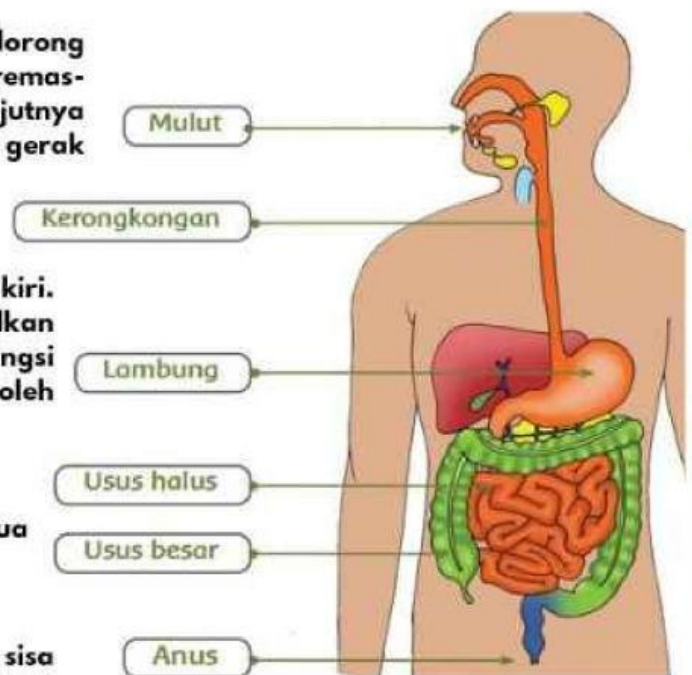
Lambung terletak di dalam rongga perut sebelah kiri. Makanan yang masuk ke lambung, menghasilkan getah pencernaan. Getah pencernaan berfungsi untuk memecah makanan agar mudah diserap oleh pembuluh darah.

### d. Usus Halus

Usus halus terdiri dari tiga bagian yaitu, usus dua belas jari, usus kosong, dan usus penyerapan.

### e. Usus Besar dan Anus

Di dalam usus besar terjadi penghancuran sisa makanan dengan bantuan bakteri pembusuk. Bakteri pembusuk berguna untuk membusukkan sisa-sisa makanan yang menjadi kotoran. Sisa makanan akan menjadi kotoran tersebut dikeluarkan melalui anus.



Sumber : Bobo.grid.id

Yuk simak  
video berikut



# Ringkasan Materi



## 3. Gangguan pada Sistem Pencernaan Manusia

### 1. Diare

Disebabkan oleh kebersihan makanan yang buruk atau terlalu banyak makan-makanan yang asam dan pedas.



### 2. Sembelit

Sembelit merupakan penyakit susah buang air besar. Sembelit disebabkan oleh feses (tinja) yang terlalu keras.



### 3. Radang usus buntu

Radang usus buntu terjadi karena ampas kotoran yang tidak tercerna dan menumpuk di usus buntu, terutama di bagian umbai cacing.



### 4. Radang Lambung / mag

merupakan penyakit akibat rusaknya lapisan pelindung pada dinding lambung karena disebabkan oleh infeksi bakteri.



# A. Pilihan Ganda



Pilihlah jawaban yang benar pada soal berikut ini dengan mengklik pada huruf a, b, c, dan d pada lembar jawaban ini!

1. Protein pada saluran pencernaan akan dipecah menjadi senyawa yang dinamakan .....

- a. Kolesterol
- b. Vitamin
- c. Glukosa
- d. Asam Amino

2. Proses pemecahan makanan menjadi sari-sari makanan, sehingga dapat dimanfaatkan oleh tubuh dinamakan proses.....

- a. Pencernaan
- b. Pernapasan
- c. Penghijauan
- d. Pertumbuhan

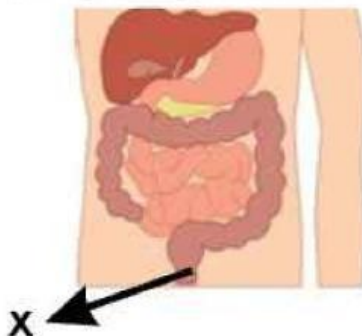
4.



- a. Mulut
- b. Lambung
- c. Usus halus
- d. Anus

5. Nama organ yang ditunjukkan huruf X adalah.....

- a. Anus
- b. Lambung
- c. Usus halus
- d. Mulut



<https://www.shutterstock.com/id/search/pencernaan>

3. Gangguan pada organ pencernaan karena memakan bahan makanan yang masih mentah adalah.....

- a. Diare
- b. Lapar
- c. Demam
- d. Batuk



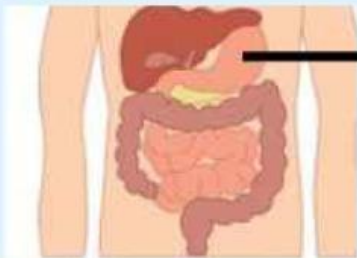
## B. Menjodohkan



Pasangkanlah dengan menarik garis dari soal ke keterangan yang sesuai dan tepat ya.....

### Soal

1. Gerakan meremas-remas dan mendorong makanan masuk ke lambung oleh kerongkongan disebut....
2. Gangguan makanan yang disebabkan terlalu banyak mengkonsumsi makanan yang asam dan pedas disebut dengan.....
3. Penyakit peradangan disekitar bibir, gusi dan lidah adalah.....
4. Proses pemecahan makanan dari zat yang kompleks menjadi molekul-molekul yang lebih sederhana dengan bantuan enzim terjadi pada organ....
5. Nama organ yang ditunjukkan huruf A adalah....



<https://www.shutterstock.com/id/search/pencernaan>

### Keterangan



Diare



Peristaltik



Sariawan



Lambung



Usus Halus



## C. Menemukan Kata



Carilah 5 kata yang berkaitan dengan organ pencernaan pada manusia dan gangguan pada sistem pencernaan pada manusia.

|   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| L | A | M | B | U | N | G | D |
| E | N | D | H | R | E | I | I |
| M | U | L | U | T | R | D | A |
| A | S | K | E | K | A | U | R |
| J | R | X | O | E | W | N | E |
| A | T | Q | L | A | A | G | A |
| G | A | R | U | R | T | E | R |
| S | E | M | B | E | L | I | T |



## D. Bener Salah

Tentukan pernyataan berikut ini, benar atau salah

| Pernyataan                                                                                              | Bener | Salah |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------|
| 1. Mineral merupakan zat yang berfungsi sebagai pembangun dan mengatur kesehatan tubuh.                 |       |       |
| 2. Gigi memiliki fungsi untuk mengunyah makanan menjadi halus.                                          |       |       |
| 3. Gerak meremas-remas dan mendorong makanan masuk lambung oleh kerongkongan disebut gerak peristaltik. |       |       |
| 4. Enzim amilase berfungsi untuk mengubah zat tepung menjadi zat gula.                                  |       |       |
| 5. Penyakit susah buang air besar disebut dengan Diare.                                                 |       |       |

## E. Soal Isian Singkat



Jawaba pertanyaan dibawah ini dengan singkat dan tepat

1. Enzim yang berfungsi untuk mengubah zat tepung menjadi zat gula adalah enzim .....
2. Yang berfungsi untuk mengunyah makanan menjadi halus adalah .....

## F. Drag and Drop

Tariklah jawaban berikut dalam kotak pertanyaan dengan benar dan tepat

1. Gerak meremas-remas dan mendorong makanan masuk ke dalam lambung oleh kerongkongan disebut gerak .....

2. Organ pencernaan pertama pada manusia adalah.....

3. Sumber energi utama bagi tubuh agar memiliki tenaga dalam melakukan berbagai aktivitas adalah.....

Karbohidrat

Mulut

Peristaltik