

Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD)

Yuk, kenali lebih dekat **ARTIKULASI / SENDI**

Penyusun:

Daneyta Syahla Kusumah

Program Studi Pendidikan Biologi
Fakultas Pendidikan Matematika dan IPA
Universitas Pendidikan Indonesia
2024



Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD)

Yuk, Kenali Lebih Dekat Artikulasi/Sendi

Tujuan

Setelah membaca e-LKPD ini, diharapkan peserta didik mampu memahami struktur sendi, jenis-jenis sendi dan macam-macam penyakit pada sendi.

Petunjuk Pengisian

1. Silakan lengkapi identitas kalian pada kolom di bawah ini!

Nama:

Kelas:

2. Kerjakan setiap aktivitas yang ada pada LKPD ini dengan cermat!

3. Jika telah selesai, silakan klik “Finish”, pilih “Email my answers to my teacher”, dan masukkan alamat e-mail berikut ini: daneysk27@upi.edu !

Aktivitas 1. Struktur sendi

Lengkapilah nama-nama struktur sendi yang kosong ini dengan jawaban yang tepat!

Sendi adalah tiap sambungan yang ada diantara dua tulang atau lebih yang memungkinkan pergerakan dan memberikan stabilitas pada tubuh. Persendian diklasifikasikan menjadi tiga tipe, yaitu sinartrosis, amfiartrosis dan diartrosis.

Sendi terdiri dari beberapa komponen yang menyusunnya, yaitu :

1. Tulang

2.

3. Ligamen

4. Kapsul sendi

5.

6.

7.



Aktivitas 2. Jenis-jenis sendi

Tahukah kalian bahwa tubuh kita bisa bergerak dengan leluasa karena adanya sendi? Setiap sendi memiliki peran dan gerakan yang berbeda-beda, lho! Dalam kegiatan ini, kita akan belajar tentang 5 macam sendi dalam tubuh manusia, yaitu sendi peluru, sendi engsel, sendi putar, sendi pelana, dan sendi geser. Yuk, kita eksplorasi lebih dalam setiap jenis sendi yang membantu kita bergerak setiap hari!

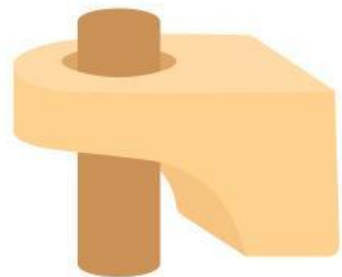
Beri tanda centang pada gambar-gambar berikut dengan nama sendi yang benar!



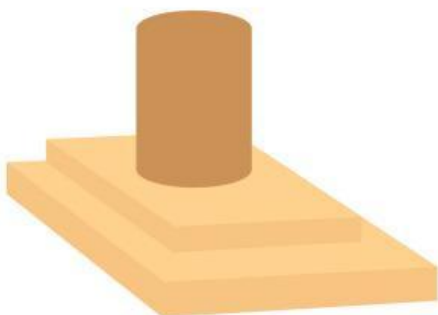
Sendi engsel



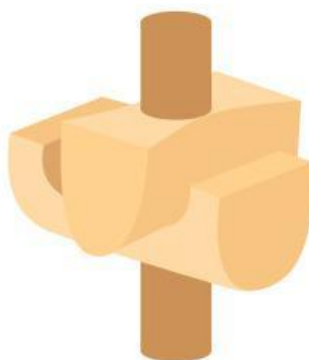
Sendi peluru



Sendi pelana



Sendi putar



Sendi luncur



Sendi gulung

Aktivitas 3. Macam-macam penyakit sendi

Pernahkah kalian melihat seseorang yang kesulitan bergerak atau sering merasa nyeri di bagian sendinya? Hal itu bisa disebabkan oleh berbagai penyakit pada sendi, yang sering kali muncul akibat usia, aktivitas fisik, atau kondisi kesehatan tertentu. Sendi berperan penting dalam tubuh kita sebagai penghubung antar tulang, memungkinkan kita untuk bergerak dengan leluasa. Namun, jika sendi terganggu, aktivitas sehari-hari bisa menjadi sangat sulit dan menyakitkan.

Menurut data kesehatan, hampir 20% orang dewasa mengalami masalah pada sendi. Penyakit-penyakit seperti artritis, osteoporosis, dan asam urat adalah beberapa kondisi yang paling umum terjadi. Setiap penyakit ini memiliki penyebab dan gejala yang berbeda-beda, namun semuanya dapat memengaruhi kualitas hidup seseorang, bahkan membuat mereka sulit melakukan hal-hal sederhana seperti berjalan atau mengangkat benda ringan.

Dalam kegiatan ini, kita akan belajar lebih dalam tentang berbagai penyakit pada sendi dan gejalanya. Dengan memahami kondisi ini, diharapkan kita bisa lebih menghargai kesehatan sendi dan menjaga tubuh kita agar tetap aktif dan bebas dari nyeri!

Tariklah garis untuk mencocokkan pernyataan dengan nama penyakit pada sendi berikut ini!

penyakit autoimun kronis
yang menyebabkan
peradangan pada sendi

OSTEOARTRITIS

penyakit autoimun kronis di mana sistem
kekebalan tubuh menyerang jaringan dan
organ tubuh termasuk sendi

Arthritis rheumatoid

radang sendi yang paling umum
terjadi, ditandai oleh kerusakan dan
ausnya tulang rawan yang melapisi
ujung tulang di sendi.

GOUT

radang sendi yang ditandai dengan
penumpukan kristal asam urat di dalam
sendi, menyebabkan peradangan, nyeri,
dan pembengkakan.

LUPUS

Daftar Pustaka

Mustafa, P. S. (2023). Pertumbuhan dan Perkembangan Otot, Tendon, Ligamen, Tulang, Sendi, Axis dalam Gerak serta Upaya untuk Pengoptimalan Kualitas Gerak pada Peserta Didik: Sebuah Tinjauan. *Medika: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 3(2), 1-14. <https://doi.org/10.69503/medika.v3i2.588>

Wirasasmitha, R. (2013). *Ilmu Urai Olahraga I - Analisis Kinetik Pada Olahraga*. Alfabeta