LKPD

Struktur dan Fungsi Tuhuh Makhluk Hidup

SISTEM PENCERNAAN

Nama Sekolah : SMP Al-Qur'an Kota Ternate

Kelas : VIII

LIVEWORKSHEETS

A. Tujuan Pembelajaran

Setelah melakukan pembelajaran dengan menggunakan model Discovery learning peserta didik dapat.

1. Mengidentifikasi jenis-jenis nutrisi yang terkandung dalam bahan makanan
2. Menganalisis kandungan bahan makanan dalam kehidupan sehari-hari (HOTS)
3. Mengidentifikasi nilai gizi dan zat aditif pada produk makanan kemasan.
4. Mengidentifikasi organ-organ penyusun sistem pencernaan manusia dan fungsinya dengan benar serta penyakit dan gangguan yang terjadi pada sistem pencernaan pada manusia

Serta menunjukkan perilaku ilmiah: rasa ingin tahu (curiosity), sikap jujur, teliti, cermat, tekun, peduli, dan bertanggungjawab, serta dapat mengembangankan kemampuan berpikir kritis, berkomunikasi, berkolaborasi, berkreasi (4C). (Penguatan Pendidikan Karakter)

B. Langkah Kerja

1. Buka link LKPD di liveworksheet masing-masing kelompok
2. Tulislah nama kelompok, anggota kelompok serta hari dan tanggal dengan benar.
3. Baca dan teliti
4. Identifikasi nutrisi yang terkandung dalam bahan makanan
5. Analisislah pertanyaan pada bagian diskusi
6. Diskusikan pertanyaan yang tersaji pada LKPD dengan teman kelompokmu.
7. Tarik kesimpulan dari apa yang kalian amati
8. Berikan umpan balik mengenai materi hari ini
9. Tetap sehat dan tetap semangat

LIVEWORKSHEETS

Nama Kelompok :

Anggota Kelompok :

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.

Hari / Tanggal :

LIVEWORKSHEETS

Mengidentifikasi Nutrisi yang Terkandung Dalam Bahan Makanan

Bahan Bacaan

Makanan merupakan sumber energi utama bagi makhluk hidup, tanpa makanan yang masuk ke dalam tubuh, manusia dapat mati karena tidak punya energi untuk bertahan hidup. Begitu penting peran makanan, oleh karena itu kamu harus tahu apa saja jenis makanan dan kandungan gizi di dalamnya.

Beberapa jenis nutrisi dibutuhkan dalam jumlah yang cukup banyak atau disebut dengan makronutrien. Sedangkan, beberapa nutrisi dibutuhkan dalam jumlah yang sedikit disebut dengan mikronutrien. Jumlah asupan makro dan mikronutrien perlu diperhatikan agar tubuh tetap berada dalam kondisi seimbang. Jika tubuh kekurangan nutrisi atau nutrisi yang didapat tidak seimbang, maka akan mengakibatkan defisiensi.

Gambar. Bahan Makanan Bernutrisi

Zat yang termasuk makronutrien adalah karbohidrat, protein dan lemak. Sedangkan zat yang termasuk dalam mikronutrien adalah vitamin dan mineral

LIVEWORKSHEETS

KEGIATAN I

STIMULASI (Pemberian Rangsangan)

a. Amati gambar makanan berikut ini

b. Klik video Tentang Gizi seimbang dan konsep makanan 4 sehat 5 sempurna. Simak dan amati isi video tersebut :

c. Klik video Tentang informasi nilai gizi. Simak dan amati isi video tersebut.

LIVEWORKSHEETS

Identifikasi Masalah

1. Setelah memperhatikan gambar makanan serta menyimak video mengenai pedoman gizi seimbang dan konsep makanan 4 sehat 5 sempurna serta informasi nilai gizi. Hal apa saja yang akan dipelajari pada pertemuan ini?

Jawaban:

2. Berdasarkan Gambar yag telah kalian amati, tentukan kandungan nutrien pada makanan berikut!

Petunjuk pengerjaan: KLIK TANDA PANAH DAN TENTUKAN JAWABAN YANG TEPAT.

LIVEWORKSHEETS

3. Berdasarkan video mengenai informasi nilai gizi yang telah kalian amati:

1. Siswa memilih satu produk makanan untuk di identifikasi informasi nilai gizi dan zat aditif pada produk makanan tersebut.
2. Pililah produk makanan dan tepatkan pada kolom gambar yang tersedia dibawah ini!
3. Diskusikan bersama teman kelompok, informasi nilai gizi dan zat aditif yang terkandung dalam produk makanan yang telah dipilih & di tuangkan ke dalam tabel.

LIVEWORKSHEETS

TABEL INFORMASI NILAI GIZI

Jenis Nutrien	Jumlah

Pengumpulan dan pengolahan data

1. Berdasarkan Gambar makanan yag telah kalian amati, apakah makanan pada gambar tersebut sudah mengandung gizi yang cukup? Jika ya ataupun tidak, jelaskan?

Jawaban:

2. Berdasarkan video tentang Pedoman gizi seimbang dan konsep makanan 4 sehat 5 sempurna yang telah kalian simak, Bagaimanakah perbedaan antara Pedoman gizi seimbang dan konsep makanan 4 sehat 5 sempurna?

LIVEWORKSHEETS

Jawaban:

3. Dibagian identifikasi masalah. Setelah kalian diminta untuk memilih satu produk makanan kemasan. Jika kalian mengonsumsi seluruh isi kemasan tersebut (bukan hanya satu takaran saji), bagaimana cara Anda menghitung total kalori, total lemak jenuh, dan total natrium yang sebenarnya Anda masukkan ke dalam tubuh? tolong jawab pertanyaan ini

Jawaban:

Verifikasi

Lakukan pemeriksaan data untuk membuktikan kebenaran jawaban berdasarkan penggumpulan data dan pengolahan data serta hasil dari studi literatur.

LIVEWORKSHEETS

Generalisasi

Berdasarkan pengamatan dan diskusi kelompok yang telah kalian lakukan, tuliskan kesimpulan kelompokmu dalam kolom berikut!

Jawaban:

REFLEKSI

Setelah bekerja sama dalam kegiatan ini, hal apa yang paling berkesan bagi kelompok kalian?

Jawaban:

LIVEWORKSHEETS