



Lembar Kerja Peserta Didik

FREKUENSI PERNAPASAN MANUSIA



Nama :

Kelas :

Kelompok :

Disusun oleh:
Hasna Habibah

A. Tujuan Kegiatan

1. Melalui diskusi, peserta didik dapat menjelaskan pengertian frekuensi pernapasan dengan benar.
2. Melalui percobaan sederhana dan diskusi, peserta didik dapat menyebutkan faktor-faktor yang memengaruhi frekuensi pernapasan serta menganalisis hubungan aktivitas fisik dengan kebutuhan oksigen tubuh.

B. Petunjuk Umum

1. LKPD ini digunakan secara daring melalui Liveworksheet.
2. Kerjakan secara mandiri bagian percobaan, kemudian lanjutkan diskusi kelompok.
3. Isilah setiap kolom dengan jawaban singkat, jelas, dan logis.
4. Setelah selesai, unggah hasil LKPD atau klik tombol “Kirim Jawaban” pada platform yang digunakan.

Amati dan Pikirkan!



Mengapa saat kita berolahraga, napas menjadi terengah-engah? Tuliskan hipotesismu!
Jawaban:

Aktivitas Siswa

Amati link video di bawah ini!

Ayo Melakukan Percobaan!

Langkah-langkah:

1. Hitung jumlah napas dalam 2 kondisi:

a. Saat tubuh istirahat (rileks)

b. Setelah melakukan aktivitas fisik (jalan di tempat 5 menit)

2. Catat hasil perhitungan pada tabel berikut!

Kondisi	Frekuensi Pernapasan (kali/menit)
Saat istirahat	
Setelah aktivitas ringan	

Jawab Pertanyaan Berikut!

1. Pada kondisi apa frekuensi pernapasan paling tinggi?

Mengapa?

Jawaban:

2. Apa hubungan aktivitas fisik dengan kebutuhan oksigen tubuh?

Jawaban:

Diskusi Kelompok!

1. Bagaimana perubahan frekuensi pernapasan kamu dibandingkan teman kelompok lain? Apakah sama? Jika tidak, faktor apa saja yang mungkin menyebabkan perbedaan hasil antar peserta didik?

Jawaban:

2. Bagaimana pola perubahan frekuensi napas dari istirahat ke aktivitas berat?

Jawaban:

Evaluasi!

Jawablah soal-soal evaluasi pada link google form di bawah ini!

Refleksi

1. Apa pemahaman baru yang kamu dapat hari ini?

Jawaban:

2. Kesulitan apa yang kamu temui saat melakukan pengukuran?

Jawaban: