Dampak stres berkepanjangan terhadap homeostasis tubuh

Tubuh kita mengenali berbagai jenis stimulus, baik dalam umum fisik, kimia, ataupun emosi. Stimulus yang terlalu berat dan terus-menerus dapat menyebabkan terjadinya tekanan terhadap tubuh maupun mental yang biasa disebut sebagai stres, atau lebih tepatnya disebut distres, dan biasanya memberikan respon sistemik. Respons tubuh terhadap stres bukan hanya berupa munculnya jerawat, perubahan emosi, dan kerentanan terhadap ingin. Stres dapat juga menyebabkan terganggu kondisi homeostatis atau keseimbangan lingkungan internal tubuh sehingga dapat mempengaruhi kerja dari banyak bagian tubuh yang terlibat.

Poster berikut menunjukkan dampak stres berkepanjangan terhadap kesehatan.

No.	Pernyataan	Benar	Salah
21	Emosi merupakan salah satu jenis stimulus yang dapat diterima oleh tubuh kita.		
22	Stress dapat menyebabkan terganggunya kondisi homeostatis lingkungan internal tubuh.		
23	Stimulus stress yang berlebihan diterima oleh bagian otak yang disebut hipofisis.		
24	Kelenjar yang terlibat pada mekanisme respons terhadap stress terletak di atas ginjal.		

LIVEWORKSHEETS

25. Jelaskan mekanisme respons tubuh terhadap stress menggunakan kata-katamu sendiri berdasarkan teks tersebut!

26. Jelaskan berbagai cara untuk menjaga kesehatan reproduksi dengan benar!

27. Jelaskan tahapan perkembangan manusia dari bayi sampai dewasa, serta uraikan proses perkembangannya!

28. Setelah melakukan percobaan menanam kacang hijau, buatlah laporan hasil pengamatan dan jelaskan faktor-faktor apa saja yang menyebabkan pertumbuhan kacang hijau dapat berbeda-beda!

29. Jelaskan bagaimana konsep tekanan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari dan berikan minimal dua contohnya!

30. Jelaskan perbedaan antara metamorfosis sempurna dan metamorfosis tidak sempurna!

LIVEWORKSHEETS