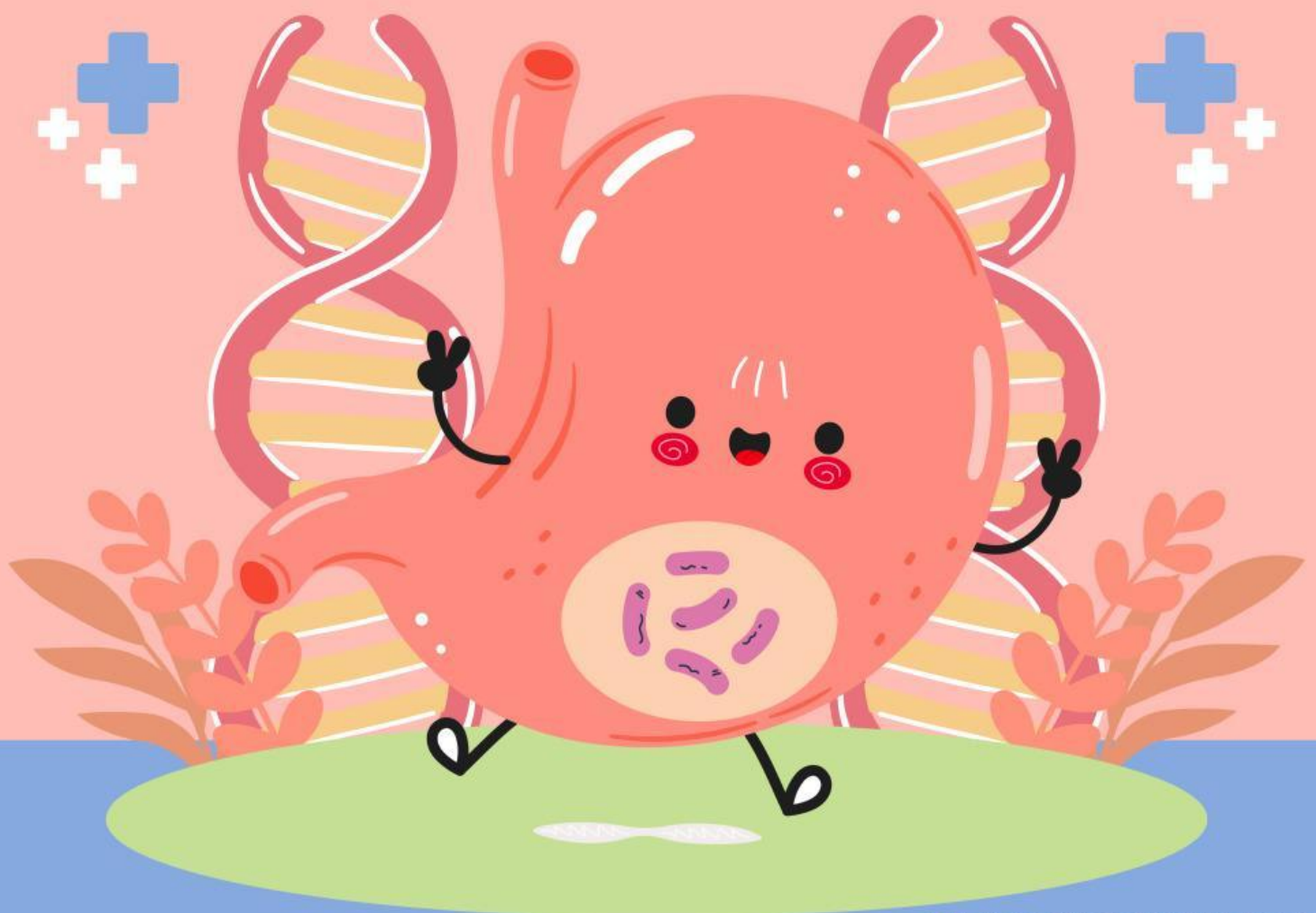


SISTEM PENCERNAAN MANUSIA

E-LKPD



PRAKATA

Puji syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa sehingga E-Lembar Kerja Peserta Didik (E-LKPD) berjudul “Sistem Pencernaan Manusia” ini dapat disusun sebagai bahan pendukung pembelajaran.

E-LKPD ini dirancang untuk mendorong keaktifan peserta didik melalui berbagai kegiatan pembelajaran, seperti membaca, mengamati, berdiskusi, serta mengerjakan latihan soal. Dengan adanya E-LKPD ini, diharapkan peserta didik dapat memahami konsep sistem pencernaan manusia serta mampu mengaitkannya dengan kehidupan sehari-hari.

Penulis menyadari bahwa E-LKPD ini masih memiliki keterbatasan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi penyempurnaan di masa mendatang. Semoga E-LKPD ini dapat memberikan manfaat bagi peserta didik dan pendidik.

Semarang, Desember 2025

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman Sampul	i
Prakata	ii
Daftar Isi	iii
Tujuan Pembelajaran	1
Materi Sistem Pencernaan	2
Uraian	9
Pilihan Ganda	10
Menebak	11
Menjodohkan	12
Memilih	13
Profil Pengembang	14



TUJUAN PEMBELAJARAN



Setelah mempelajari E-LKPD Sistem Pencernaan Manusia, peserta didik mampu menyebutkan organ-organ sistem pencernaan manusia melalui kegiatan membaca materi dan mengamati gambar pada E-LKPD dengan tepat.



Setelah mempelajari E-LKPD Sistem Pencernaan Manusia, peserta didik mampu menjelaskan fungsi setiap organ sistem pencernaan manusia melalui kegiatan diskusi dan mengerjakan latihan pada E-LKPD dengan benar.



Setelah mempelajari E-LKPD Sistem Pencernaan Manusia, peserta didik mampu mengurutkan proses pencernaan makanan dalam tubuh manusia melalui kegiatan membaca dan mengerjakan tugas pada E-LKPD secara runtut dan logis.

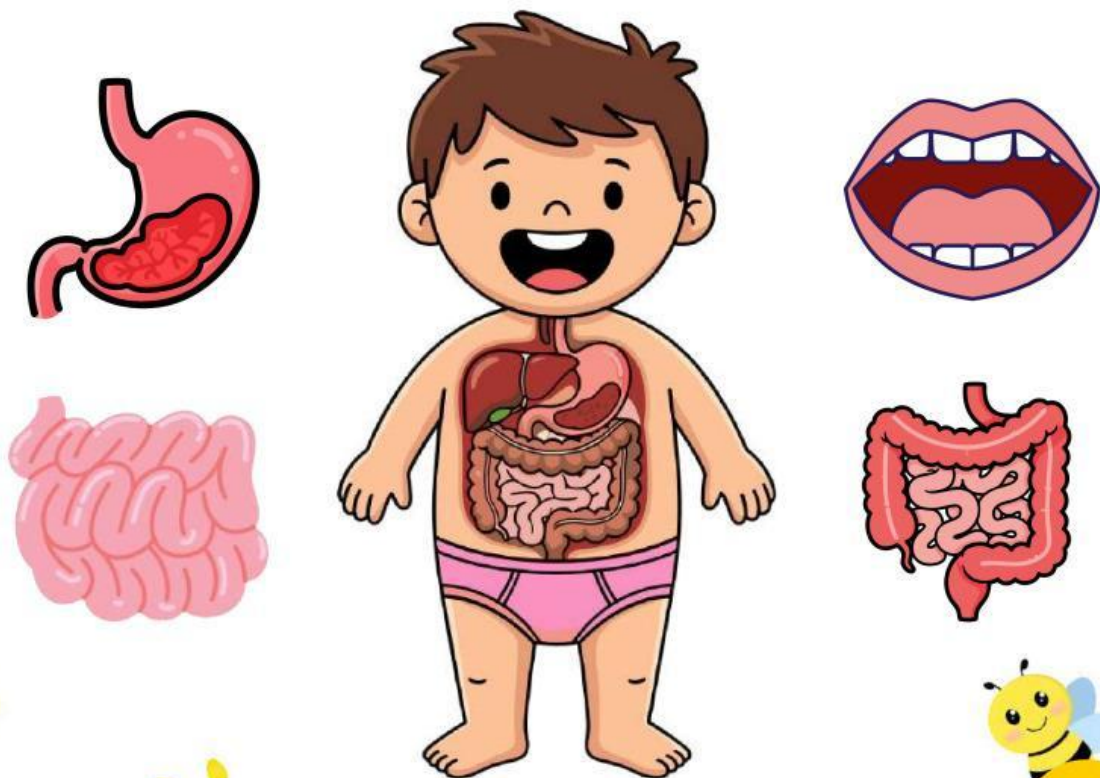


MATERI SISTEM PENCERNAAN

A. DEFINISI

Sistem pencernaan manusia adalah suatu rangkaian organ yang bekerja sama untuk mengolah makanan yang masuk ke dalam tubuh. Makanan yang kita makan tidak bisa langsung digunakan oleh tubuh. Oleh karena itu, sistem pencernaan bertugas mengubah makanan menjadi zat-zat yang lebih sederhana agar bisa diserap oleh tubuh dan digunakan sebagai sumber energi, pertumbuhan, dan perbaikan sel.

B. ORGAN-ORGAN SISTEM PENCERNAAN



MATERI SISTEM PENCERNAAN



MULUT

**KERONGKONGAN
(ESOFAGUS)**



MATERI SISTEM PENCERNAAN



LAMBUNG

USUS HALUS



MATERI SISTEM PENCERNAAN



USUS BESAR

ANUS



MATERI SISTEM PENCERNAAN

C. ORGAN TAMBAHAN

Organ tambahan adalah organ yang tidak dilewati langsung oleh makanan, tetapi tetap berperan penting dalam proses pencernaan. Ketiga organ ini menghasilkan cairan dan enzim yang membantu menghancurkan dan mengurai makanan agar mudah diserap oleh tubuh.



HATI (LIVER)



MATERI SISTEM PENCERNAAN



KANTUNG EMPEDU

PANKREAS



MATERI SISTEM PENCERNAAN

D. Cara Menjaga Kesehatan Sistem Pencernaan

- 1) Makan makanan bergizi dan berserat
Konsumsilah buah-buahan, sayuran, dan biji-bijian secara rutin. Makanan berserat membantu melancarkan buang air besar dan mencegah sembelit.
- 2) Minum air putih yang cukup
Biasakan minum air putih minimal 6–8 gelas per hari.
- 3) Kunyah makanan dengan baik
Mengunyah makanan hingga halus memudahkan lambung mencerna makanan.
- 4) Hindari makanan yang tidak sehat
Makanan yang terlalu pedas, berminyak, atau tidak bersih dapat mengganggu kerja sistem pencernaan.
- 5) Rajin berolahraga
Aktivitas fisik membantu melancarkan gerakan usus dan meningkatkan metabolisme tubuh.



URAIAN

Jawablah pertanyaan-pertanyaan di bawah ini dengan benar!

- 1** Tuliskan tujuh organ pencernaan pada manusia yang kamu ketahui!



- 2** Tuliskan lima jenis nutrisi yang diperlukan oleh tubuh manusia dalam makanan dan minuman!



- 3** Tuliskan satu contoh menu makanan yang bergizi dan seimbang!

- 4** Tuliskan tiga cara menjaga kesehatan sistem pencernaan!



PILIHAN GANDA

5. Sistem pencernaan manusia berfungsi untuk ...
 - A. Mengedarkan darah ke seluruh tubuh
 - B. Mengolah makanan agar dapat diserap tubuh
 - C. Mengatur pernapasan manusia
 - D. Menggerakkan otot tubuh

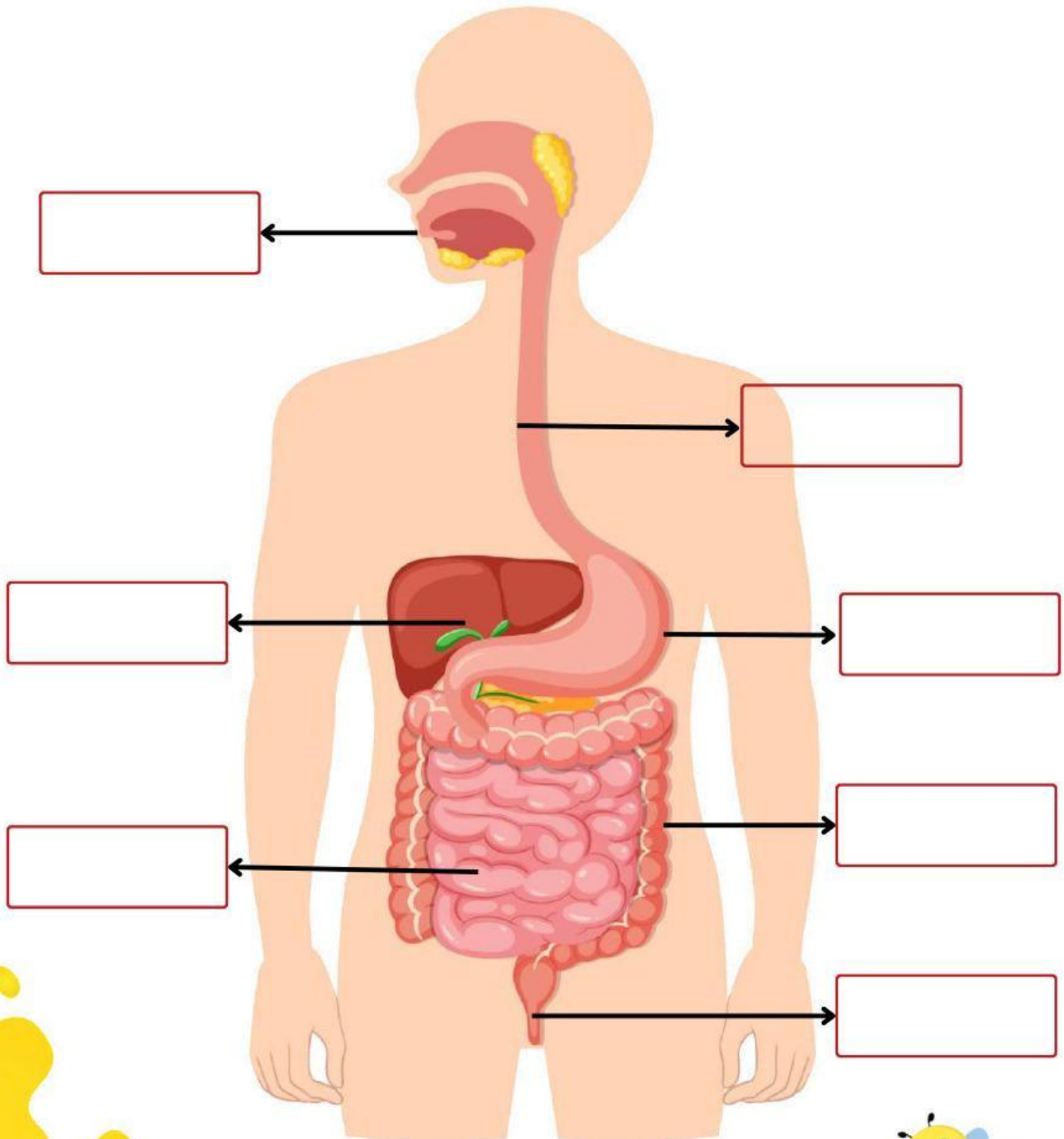
6. Organ pencernaan yang pertama kali menerima makanan adalah ...
 - A. Kerongkongan
 - B. Lambung
 - C. Mulut
 - D. Usus halus

7. Makanan dari mulut menuju lambung melalui organ ...
 - A. Kerongkongan
 - B. Lambung
 - C. Usus halus
 - D. Anus



MENEBAK

Tulislah nama organ pencernaan di kotak yang disediakan.



MENJODOHKAN

Hubungkan gambar dengan fungsi dari sistem pencernaan manusia di bawah dengan benar!



- Berfungsi untuk menyalurkan makanan dan minuman dari mulut ke lambung.



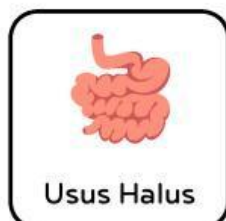
- Berfungsi untuk menyerap sisa air, membentuk feses, serta berperan dalam menjaga keseimbangan mikroorganisme.



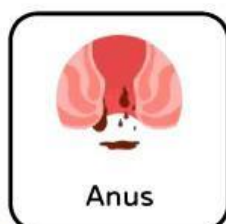
- Berfungsi sebagai jalur akhir sistem pencernaan untuk mengeluarkan sisa makanan yang tidak tercerna dalam bentuk feses.



- Berfungsi untuk menghaluskan makanan, bercampur dengan air liur, dan mempersiapkan makanan untuk ditelan.



- Berfungsi untuk mencerna dan menyerap nutrisi dari makanan serta membantu mengolah sisa makanan menjadi limbah.



- Berfungsi untuk mencerna makanan secara mekanis dan kimiawi, serta memproses makanan sebelum masuk ke usus.