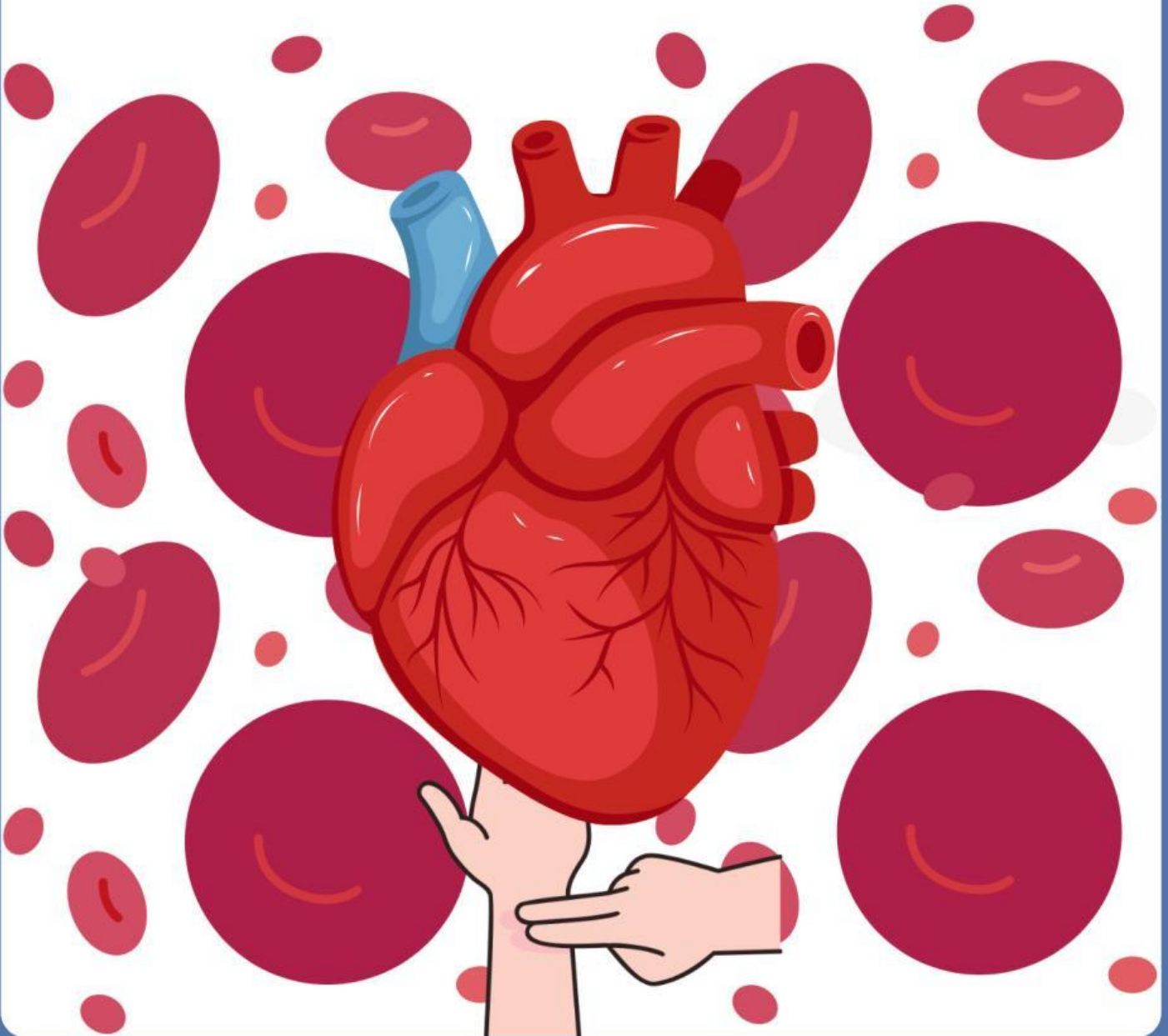




# LKPD

## BIOLOGI

**Tema: Menghitung Denyut Nadi**





# MENGHITUNG DENYUT NADI

## A. Identitas

- Mata pelajaran: Biologi
- Materi: Sistem Peredaran Darah
- Sub Materi: Jantung & Pembuluh Darah
- Kelas: XI
- Nama Kelompok:
- Anggota kelompok: 1.  
2.  
3.  
4.

## B. Tujuan Pembelajaran

Setelah melakukan kegiatan ini, siswa diharapkan mampu:

1. Mengukur denyut nadi dengan benar
2. Membandingkan denyut nadi saat istirahat dan setelah aktivitas
3. Menganalisis faktor yang memengaruhi denyut nadi



# MENGHITUNG DENYUT NADI

## C. Dasar Teori

Jantung manusia berdetak dengan kecepatan yang berbeda-beda tergantung aktivitas tubuh. Saat beraktivitas, tubuh membutuhkan lebih banyak oksigen sehingga jantung berdetak lebih cepat. Sebaliknya, saat istirahat, denyut jantung lebih lambat. Selain aktivitas, denyut nadi juga dipengaruhi oleh usia, jenis kelamin, dan kondisi kesehatan seseorang.

## D. Alat dan Bahan

- Stopwatch/Hp
- Jam Tangan
- Lembar Pengamatan
- Siswa (Sebagai Objek yang akan di amati)

## E. Prosedur kerja

1. Duduklah dengan tenang selama 5 menit (kondisi istirahat).
2. Raba denyut nadi di pergelangan tangan menggunakan 3 jari.



## MENGHITUNG DENYUT NADI

3. Hitung denyut nadi selama 1 menit (lakukan 3 kali).
4. Hitung rata-rata denyut nadi saat istirahat.
5. Lakukan aktivitas fisik ringan (lari kecil di tempat selama 5 menit).
6. Hitung kembali denyut nadi selama 1 menit (3 kali).
7. Hitung rata-rata denyut nadi setelah aktivitas.
8. Catat semua hasil pada tabel.

### F. Hasil Pengamatan

Catat hasil pengamatan kalian pada tabel berikut:

No	Nama Siswa	Istirahat I	Istirahat II	Istirahat III	Rata - Rata	Setelah Aktivitas I	Setelah Aktivitas II	Setelah Aktivitas III	Rata - Rata
1									
2									
3									



## MENGHITUNG DENYUT NADI

### G. Pertanyaan Analisis

1. Berapa rata-rata denyut nadi setiap anggota kelompok saat istirahat dan setelah aktivitas?
2. Apakah terjadi perubahan denyut nadi? Jelaskan penyebabnya!
3. Mengapa denyut nadi meningkat setelah beraktivitas? Kaitkan dengan kebutuhan oksigen tubuh.
4. Apakah semua siswa memiliki denyut nadi yang sama? Jelaskan faktor penyebab perbedaannya!
5. Menurutmu, apa yang akan terjadi jika seseorang memiliki denyut nadi terlalu tinggi atau terlalu rendah?



## MENGHITUNG DENYUT NADI

Kesimpulan berdasarkan hasil percobaan: