



## PENGAYAAN

Nama :

Kelas :

Nomor presensi :

Bagi murid yang telah mencapai ketuntasan belajar, kerjakan soal pengayaan berikut untuk memperdalam pemahaman tentang sistem pencernaan! Jawablah setiap pertanyaan berdasarkan konsep yang telah dipelajari, sertakan alasan yang tepat!

### 1. Menganalisis Gangguan Sistem Pencernaan

Seorang siswa sering melewatkan waktu sarapan, makan tidak teratur, dan gemar mengonsumsi makanan pedas. Beberapa minggu kemudian, ia sering mengeluh nyeri pada bagian ulu hati dan perut terasa perih.

#### Pertanyaan:

Analisislah hubungan antara kebiasaan makan siswa tersebut dengan gangguan pada sistem pencernaan yang dialaminya! Jelaskan pula upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah gangguan tersebut!

## 2. Mengevaluasi Kebiasaan Menjaga Kesehatan Sistem Pencernaan

Perhatikan kebiasaan berikut.

1. Mengonsumsi buah dan sayur setiap hari.
2. Minum air putih yang cukup.
3. Sering menunda waktu makan.
4. Jarang berolahraga.
5. Mengunyah makanan hingga halus sebelum ditelan.

### Pertanyaan:

Evaluasilah kebiasaan-kebiasaan tersebut! Tentukan mana yang mendukung kesehatan sistem pencernaan dan mana yang dapat mengganggu sistem pencernaan! Jelaskan alasanmu berdasarkan fungsi organ dan proses pencernaan!



### 3. Merancang Solusi untuk Menjaga Kesehatan Sistem Pencernaan

Di sekolahmu, masih banyak siswa yang lebih memilih jajanan tinggi lemak dan minuman manis daripada makanan bergizi. Akibatnya, beberapa siswa sering mengalami gangguan pencernaan, seperti sembelit atau sakit maag.

#### **Pertanyaan:**

Rancanglah tiga upaya yang dapat dilakukan oleh warga sekolah untuk membantu menjaga kesehatan sistem pencernaan! Jelaskan bagaimana setiap upaya tersebut dapat mendukung proses pencernaan dan mencegah terjadinya gangguan pada sistem pencernaan!

