

## Faktor Pengaruh Pertumbuhan Manusia

Written by Admin Penerbit Erlangga  
Monday, 10 June 2019 14:20 -

---

**Gen** adalah faktor keturunan yang merupakan warisan dari orang tua kita, Gen dapat menjadi penentu warna kulit, tinggi tubuh, kekuatan otot, atau ukuran tulang seseorang. **Hormon** adalah zat yang dihasilkan oleh kelenjar tubuh dan berguna untuk mengatur kerja suatu organ tertentu. Hormon yang paling berpengaruh dalam proses pertumbuhan adalah somatotropin (hormon pertumbuhan). Orang yang kekurangan somatotropin dapat mengalami kelainan berupa tubuh yang kerdil.

**Zat-zat gizi** yang terkandung dalam makanan merupakan salah satu hal yang memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan, Zat gizi yang paling diperlukan dalam masa pertumbuhan adalah protein. Manusia memerlukan paparan **cahaya matahari** untuk kesehatan Tulangnya Cahaya matahari mengubah provitamin D di dalam tubuh menjadi Vitamin D yang membantu pertumbuhan tulang.

**Aktivitas** yang dilakukan manusia dapat berupa aktivitas otot dan aktivitas otak. Keduanya sangat penting bagi pertumbuhan. Aktivitas otot seperti olahraga akan membuat tubuh sehat dan bugar. Aktivitas otak dapat membuat perkembangan otak seseorang semakin cepat.

Sumber: Buku Sains SD/MI Kelas VI