

# RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN ( RPP )

## KURIKULUM 2013 KELAS V

Oleh : EKO HINDARTO, S.PdSD  
Surel : 201502221379@guruku.id  
Satuan Pendidikan : SDN COKROWATI  
Kelas / Semester : 5 / 2  
Tema : Sehat Itu Penting (Tema 4)  
Sub Tema : Menerapkan Hidup Sehat Dalam Kehidupan Sehari-hari  
Pembelajaran ke : 2  
Alokasi waktu : 1 kali pertemuan

### A. TUJUAN

1. Setelah mengamati gambar, siswa diharapkan dapat mengidentifikasi hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.
2. Setelah berdiskusi, siswa diharapkan dapat menjelaskan pentingnya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari
3. Setelah mencari informasi, siswa diharapkan dapat menerapkan hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

### B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

1. Kegiatan Awal (2 Menit)
  - a) Kelas dimulai dengan dibuka dengan salam, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa
  - b) Kelas dilanjutkan dengan do'a dipimpin oleh salah ketua kelas.
  - c) Guru memeriksa kebersihan kelas, kehadiran, kerapian berpakaian, posisi tempat duduk disesuaikan dengan kegiatan pembelajaran.
  - d) Guru menyampaikan tujuan pembelajaran.
  - e) Guru mempersiapkan media/ alat peraga / alat bantu berupa gambar pola hidup sehat.
  - f) Bersama-sama menyanyikan lagu " Bangun Tidur"
  - g) Guru mengajukan pertanyaan apersepsi " Apakah anak-anakku tahu apa itu hidup sehat?."
2. Kegiatan Inti (6 Menit)
  - a) Peserta didik dibagi dalam 2 kelompok.
  - b) Peserta didik dalam kelompok menerima selebaran kertas berisi dua gambar.
  - c) Peserta didik mendiskusikan pengamatan gambar dan menulis hasil diskusinya pada lembaran lain
  - d) Peserta didik mempresentasikan hasil diskusi kelompoknya masing-masing di depan kelas.
  - e) Peserta didik menyampaikan pendapat mencocokkan pemikiran dengan hasil kerja kelompok lain.
  - f) Guru melomparkan pertanyaan penutup pembelajaran " Kenapa kita perlu menjaga hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari ?"
  - g) Bersama membuat papan kontrol PHBS dan berkomitmen melakukan budayahidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.
3. Kegiatan Akhir (2 Menit)
  - a) Bersama-sama peserta didik menarik kesimpulan pentingnya menerapkan hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.
  - b) Menutup pembelajaran dengan membaca doa bersama dan mengucapkan salam

### C. PENILAIAN (ASESMEN)

1. Penilaian Pengetahuan melalui tes tertulis
2. Penilaian Sikap sosial melalui jurnal
3. Penilaian Keterampilan melalui praktek hidup sehat.



Cokrowati, 06 Januari 2022  
Guru Kelas V

*[Signature]*  
EKO HINDARTO, S.PdSD  
NIP. 19870727 200903 1 003

## LAMPIRAN 1

A. Bandingkan kedua gambar di bawah ini !



**Gambar A**



**Gambar B**

Jawablah pertanyaan berikut !

1. Gambar yang manakah yang paling kalian sukai? Berikan alasan!
2. Menurut kalian yang manakah gambar baju yang sehat?
3. Cara apa saja yang bisa kita lakukan agar baju tetap bersih?
4. Apakah kalian bisa menerapkan dalam kehidupan sehari-hari cara menjaga kebersihan baju tersebut?

B. Bandingkan kedua gambar di bawah ini



**Gambar A**



**Gambar B**

Jawablah pertanyaan berikut !

1. Gambar gigi yang manakah yang paling kalian sukai? Berikan alasan!
2. Menurut kalian yang manakah gigi yang sehat?
3. Cara apa saja yang bisa kita lakukan agar gigi tetap bersih?
4. Apakah kalian bisa menerapkan dalam kehidupan sehari-hari cara menjaga kebersihan gigi tersebut?

## LAMPIRAN 2

### TES TULIS :

Jawablah pertanyaan di bawah ini dengan jawaban yang benar!

1. Jelaskan bagaimana penerapan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari?

Jawab : .....

2. Sebutkan 3 contoh pola hidup yang sehat!

Jawab : .....

3. Bagaimana ciri orang yang melaksanakan pola hidup sehat dengan pola hidup yang tidaksehat?

Jawab : .....

### KUNCI JAWABAN :

1. Olah raga dengan teratur, sarapan setiap pagi, menggosok gigi secara teratur, mandi 3x dalam sehari, cuci tangan sebelum makan, tidak tidur terlalu larut malam.
2. Dengan berolah raga yang teratur, makan makanan yang bergizi dan seimbang (4 sehat 5 sempurna), istirahat yang cukup.
3. Pola hidup yang tidak sehat : Tidur terganggu, selalu merasa lelah dan capek, sulit buang air besar.

Pola hidup yang sehat : Cukup tidur dan istirahat, berat badan stabil, gigi dan gusi terlihat sehat melakukan aktifitas dengan semangat.

### Kreteria penskoran :

Skor 0 : jika tidak dijawab

Skor 1 : jika dijawab tapi jawaban salah

Skor 2 : jika jawaban benar

Skore =  $\frac{\text{Skor Perolehan Siswa}}{\text{Skormaksimal}} \times 100\%$

Skormaksimal



## KONTROL PHBS KELAS 5 SDN COKROWATI

No	URAIAN PHBS	Dilakukan	
		Ya	TIDAK
1	Mandi 2 kali sehari Pakai sabun.	✓	
2	Menggosok gigi Pakai pasta gigi	✓	
3	Memotong kuku	✓	
4	Mencuci Tangan Pakai Sabun	✓	
5	Mencuci rambut pakai Shampoo /merapikan	✓	
6	Membersihkan wc	✓	
7	BAB di WC	✓	
8	Membuang sampah Pada tempatnya.	✓	