

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Nama	: DETI APRIANI, S.Pd
Email	: detiapriani482@gmail.com
HP	: 081373701676
Satuan Pendidikan	: SD Negeri 38 Kota Bengkulu
Kelas/Semester	: V (lima) / I (satu)
Tema	: 4. Sehat itu Penting
Subtema	: 3. Cara Memelihara Kesehatan Organ Peredaran Darah Manusia
Pembelajaran	: 1
Alokasi Waktu	: 10 menit (1x pertemuan)

### A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Melalui kegiatan diskusi kelompok, siswa dapat menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia dengan rasa ingin tahu yang tinggi. (Ranah Kognitif)
2. Melalui kegiatan membuat pantun, siswa dapat menyajikan karya tentang cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia dengan percaya diri. (Ranah Psikomotor)
3. Melalui kegiatan mengamati pantun, siswa dapat menentukan amanat pantun yang disajikan secara lisan dan tulis dengan rasa ingin tahu yang tinggi. (Ranah Kognitif)
4. Melalui kegiatan membacakan pantun, siswa dapat melisankan pantun hasil karya pribadi dengan lafal, intonasi, dan ekspresi yang tepat sebagai bentuk ungkapan diri dengan rasa percaya diri. (Ranah Psikomotor)

### B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

- a. Kegiatan Pendahuluan ( $\pm 5$  menit)
  1. Guru membuka pembelajaran dengan mengucapkan salam, sapa, mengecek kehadiran siswa dan berdoa bersama yang dipimpin oleh siswa yang datang paling awal.
  2. Guru mengingatkan siswa tentang pentingnya menjaga kesehatan dan mengikuti protokol kesehatan terkait covid-19, siswa mendengarkan.

3. Mempersiapkan siswa untuk mengikuti pembelajaran.
4. Guru menginformasikan kepada siswa tentang tujuan, manfaat, dan kegiatan yang akan dilakukan dan siswa memperhatikan.
5. Apersepsi (Guru memotivasi siswa dengan nyanyian )

Kita harus peduli menjaga tubuh kita makan sayur-sayuran dan juga olahraga

kurangi makan garam kurangi makan gula

satu lagi makanan berlemak

jika tidak peduli menjaga tubuh kita akan sakit sakitan mengganggu kesehatan

seperti hipertensi dan juga hipotensi

ayo jaga kesehatan kita ...

ayo jaga kesehatan kita ...

Guru mengingatkan kembali point penting materi pembelajaran yang telah lalu untuk menghubungkan dengan materi sekarang yaitu :

- Gangguan pada alat peredaran darah manusia
- Faktor yang menyebabkan gangguan pada alat peredaran darah manusia

b. Kegiatan Inti (±55 menit)

1. Guru menyampaikan contoh permasalahan tentang gangguan pada organ peredaran darah manusia serta faktor-faktor penyebabnya dan meminta siswa untuk mengamati permasalahan yang diberikan.
2. Melalui kegiatan tanya jawab, siswa dibimbing untuk mengidentifikasi permasalahan yang ditampilkan dengan menganalisis apa saja gangguan pada alat peredaran darah manusia dan faktor-faktor yang mengakibatkan gangguan tersebut. Kemudian siswa dibagikan menjadi beberapa kelompok.
3. Guru membagikan LKPD Eksploratif terstruktur berupa langkah kerja untuk memandu siswa menyelesaikan masalah yang berkaitan dengan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah pada manusia, siswa mengerjakan LKPD dan dibimbing oleh guru melalui kegiatan membaca buku siswa, buku catatan, atau sumber lain guna memperoleh informasi pendukung untuk penyelidikan dalam rangka menyelesaikan masalah yang diberikan guru.
4. Setelah selesai, guru mempersilakan beberapa orang siswa sebagai

perwakilan kelompok untuk mempresentasikan hasil pekerjaannya untuk dilihat dan ditanggapi oleh teman-temannya di kelas.

5. Setelah presentasi siswa selesai, guru memberikan analisis dan evaluasi

terhadap proses dan hasil penyelesaian masalah.

c. Kegiatan Akhir ( $\pm 10$  menit)

1. Guru memberikan soal evaluasi tentang cara menjaga organ peredaran darah pada manusia dan menentukan amanat pantun, siswa mengerjakan lalu mengumpulkannya kembali.
2. Siswa dengan bimbingan guru membuat kesimpulan hasil pembelajaran.
3. Refleksi
4. Guru menyampaikan gambaran aktivitas pembelajaran yang akan datang.
5. Kelas ditutup dengan pesan agar tetap menjaga kesehatan dan mematuhi protokol covid-19, bersyukur, dan mengucapkan salam.

**C. PENILAIAN PEMBELAJARAN**

1. Penilaian sikap terdiri dari sikap spiritual dan sikap sosial.
  - Spiritual (ketaatan beribadah, berperilaku syukur, dan toleransi dalam beribadah)
  - Sosial (rasa ingin tahu yang tinggi dan percaya diri)
2. Penilaian pengetahuan terdiri dari:
  - penilaian proses berupa penugasan mengerjakan LKPD
  - penilaian akhir berupa tes pada kegiatan evaluasi
3. Penilaian keterampilan terdiri dari:
  - Penilaian proses berupa unjuk kerja pada kegiatan presentasi
  - Penilaian akhir berupa produk yaitu pantun

Mengetahui  
Kepala Sekolah SD Negeri  
38 Kota Bengkulu

FATMASURI, S.Pd.  
NIP. 19630401 1982 12 2 001

Bengkulu, 06 Januari 2022

Guru Kelas V A

DETI APRIANI, S.Pd.  
NIP. 198904152010012002

## LAMPIRAN PENILAIAN

### a. Sikap

#### 1) Sikap spiritual

Format penilaian sikap (jurnal)

Butir sikap: Ketaatan beribadah, berperilaku syukur dan toleransi dalam beribadah

No	Tanggal	Nama Siswa	Catatan Perilaku	Karakter	Butir Sikap	Tindak Lanjut
1.						
2.						
3.						
4.						

Catatan : Cukup tulis perilaku siswa yang dianggap menonjol dari siswa lainnya.

#### 2) Sikap Sosial : IPA dan Bahasa Indonesia

Format penilaian sikap (jurnal)

Butir sikap : rasa ingin tahu tinggi dan percaya diri.

No	Tanggal	Nama Siswa	Catatan Perilaku	Karakter	Butir Sikap	Tindak Lanjut
1.						
2.						
3.						
4.						

Catatan : Cukup tulis perilaku siswa yang lebih atau yang kurang dari siswa lainnya.

**b. Pengetahuan**

**1) Kisi-kisi**

**Soal Uraian Tertulis**

Muatan	IPK	Indikator Soal	No Soal	Soal	Kunci Jawaban	Skor
IPA	3.4.3 Menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia.	Disajikan pertanyaan, siswa dapat menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia.	1	Jelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia!	<ul style="list-style-type: none"><li>- menjaga pola makan teratur dan makan makanan gizi seimbang</li><li>- menghindari rokok dan gaya hidup tidak sehat</li><li>- berpikiran positif dan menghindari stres berlebihan</li><li>- memeriksa kesehatan secara teratur</li><li>- berolahraga secara teratur dan istirahat yang cukup</li><li>- dsb.</li></ul>	20 x 5 item  =100
Bahasa Indonesia	3.6.2 Menentukan amanat pantun yang disajikan secara lisan dan tulis.	Disajikan pantun, siswa dapat menentukan amanat pantun yang disajikan secara lisan dan tulis.	2	Bacalah pantun di bawah ini! <i>Jalan-jalan ke kota Roma</i> <i>Jalannya banyak berkelok-kelok</i> <i>Kalau usia hendak lama</i> <i>Hiduplah sehat jauhi rokok</i> Tentukan amanat pantun di atas!	Jika kita hendak hidup sehat dan berumur panjang maka kita harus mengamalkan hidup sehat dan menjauhi rokok.	100

**c. Keterampilan**

Muatan	KD	IPK
IPA	4.4 Menyajikan karya tentang organ peredaran darah pada manusia	4.4.3 Menyajikan karya tentang cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia.
Bahasa Indonesia	4.6 Melisankan pantun hasil karya pribadi dengan lafal, intonasi, dan ekspresi yang tepat sebagai bentuk ungkapan diri.	4.6.2 Melisankan pantun hasil karya pribadi dengan lafal, intonasi, dan ekspresi yang tepat.

- 1) Rubrik Penilaian Penyajian Karya Berupa Pantun Tentang Cara Memelihara Kesehatan Organ Peredaran Darah pada Manusia

Aspek	Baik Sekali	Baik	Cukup	Perlu Bimbingan
	4	3	2	1
Menyajikan karya berupa pantun untuk menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia.	Disajikan dengan lafal, intonasi, dan ekspresi sangat baik dan tepat.	Disajikan dengan lafal, intonasi, dan ekspresi baik.	Disajikan dengan lafal, intonasi, dan ekspresi cukup.	Disajikan dengan lafal, intonasi, dan ekspresi yang kurang.

- 2) Rubrik Mempresentasikan Cara Memelihara Kesehatan Organ Peredaran Darah Manusia

Aspek	Baik Sekali	Baik	Cukup	Perlu Bimbingan
	4	3	2	1
Menjelaskan gangguan dan faktor penyebabnya serta cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia	Informasi yang disampaikan benar	Informasi yang disampaikan sebagiannya benar	Informasi yang disampaikan tidak benar	Informasi yang disampaikan tidak ada

Isilah dengan angka 1,2,3, atau 4 pada kolom aspek yang diamati sesuai nomor aspek berdasarkan rubrik A dan B di atas dari hasil pengamatan.

No	Nama Siswa	Aspek yang diamati							
		A				B			
		1	2	3	4	1	2	3	4
1									
2									
3									
4									
Dst.									

Mengetahui  
Kepala Sekolah SD Negeri 38  
Kota Bengkulu

FATMASURI, S.Pd.  
NIP. 19630401 1982 12 2 001

Bengkulu, 06 Januari 2022

Guru Kelas V A

DETI APRIANI, S. Pd  
NIP. 19890415 201001 2 002

## LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK

**Hari/Tanggal :**

**Kelompok :**

**Nama : 1.**

**2.**

**3.**

**4.**

### Cara Memelihara Kesehatan Organ Peredaran Darah Manusia

Tujuan:

1. Melalui kegiatan tanya jawab, siswa dapat menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia dengan rasa ingin tahu yang tinggi.
2. Melalui kegiatan membuat pantun, siswa dapat menyajikan karya tentang cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia dengan percaya diri.
3. Melalui kegiatan mengamati pantun, siswa dapat menentukan amanat pantun yang disajikan secara lisan dan tulis dengan rasa ingin tahu yang tinggi.
4. Melalui kegiatan membacakan pantun, siswa dapat melisankan pantun hasil karya pribadi dengan lafal, intonasi, dan ekspresi yang tepat sebagai bentuk ungkapan diri dengan rasa percaya diri.



**Ayo Mencoba**



Langkah-langkah kegiatan:

1. Simaklah penjelasan gurumu!
2. Carilah dan selidikilah informasi sebanyak-banyaknya dari berbagai sumber!
3. Dari hasil penyelidikanmu, analisislah apa saja yang harus dilakukan untuk mencegah terjadinya gangguan pada organ peredaran darah manusia! Tulis hasil analisismu pada tabel di bawah ini!

No	Jenis Gangguan	Penyebab	Cara Mencegah

**Subtema 1**  
 Peredaran Darah itu Sehat  
 Perhatikan Darahmu Sehat!

**Subtema 2**  
 Cegahlah Kesehatan pada Organ Peredaran Darah!

**Subtema 3**  
 Cara Memelihara Kesehatan Organ Peredaran Darah Manusia

**Subtema 4**  
 Kegiatan Berbasis Proyek dan Pengamatan



4. Buatlah pantun yang berkaitan dengan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia! Lalu tulislah amanat yang terdapat pada pantun tersebut!

**Pantun**

.....

.....

.....

.....

**Amanat Pantun**

.....

.....

.....

.....

## Kunci Jawaban Diskusi

### Alternatif Jawaban yang Diharapkan



No	Jenis Gangguan	Penyebab	Cara Mencegah
1.	Kolesterol Tinggi	Mengonsumsi makanan mengandung lemak jenuh dan lemak trans	Menjaga pola makan dan berolahraga secara teratur
2.	Hipertensi	Naiknya tekanan darah yang disebabkan penyempitan pembuluh darah oleh lemak darah	Menjaga pola makan dan menghindari tekanan pikiran
3.	Hipotensi	Terjadinya penurunan tekanan darah	Menjaga pola makan dan istirahat yang cukup
4.	Anemia	Rendahnya kadar hemoglobin dalam darah	Menjaga pola makan
5.	Gagal Jantung	Jantung tidak memompa darah ke seluruh tubuh dengan baik	Menjaga pola makan dan gaya hidup sehat serta memeriksa kesehatan secara berkala
6.	Jantung Koroner	Penumpukan lemak darah (kolesterol) pada arteri koronaria	Menjaga pola makan dan hidup sehat serta memeriksa kesehatan secara berkala
7.	Leukemia	Kelebihan sel darah putih dalam tubuh yang mengakibatkan sel darah putih memakan sel darah merah	Menjaga pola hidup sehat dan memeriksa kesehatan secara rutin
8.	Stroke	Terjadinya kerusakan otak akibat penyumbatan pembuluh darah yang menuju ke otak oleh gumpalan darah	Menjaga pola makan dan berolahraga secara teratur

### Alternatif Jawaban yang Diharapkan



4. Buatlah pantun yang berkaitan dengan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia! Lalu tulishlah amanat yang terdapat pada pantun tersebut!

Pantun  (tergantung jawaban siswa)	Aspek	Baik Sekali	Baik	Cukup	Perlu Bimbingan
		4	3	2	1
Amanat Pantun  (tergantung jawaban siswa)	Menyajikan karya berupa pantun untuk menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia.	Memenuhi karakteristik pantun, yaitu: - bersajak a-b-a-b - satu bait terdiri atas empat baris - satu baris terdiri atas 8-12 suku kata - terdapat sampiran dan isi	Memenuhi 3 unsur	Memenuhi 2 unsur	Memenuhi 1 unsur

### Skor Nilai



Tabel	Yang Dinilai			Total Skor Maksimal
1.	Jenis Gangguan 5 x 4 = 20	Penyebab 5 x 4 = 20	Cara Mencegah 5 x 4 = 20	60
2.	Pantun 20	Amanat Pantun 20	-	40

Jumlah skor maksimal = 60 + 40 = 100