

## **RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN ( RPP )**

Satuan Pendidikan	: SDN 89 Kota Bengkulu
Kelas / Semester	: 5 /1
Tema	: 4. Sehat Itu Penting
Sub Tema	: Menerapkan Hidup Sehat Dalam Kehidupan Sehari-hari
Pembelajaran ke	: 1
Alokasi waktu	: 1 X 10 Menit

### **A. TUJUAN**

1. Setelah mengamati gambar, siswa dapat mengidentifikasi hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.
2. Siswa dapat menjelaskan pentingnya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari dan 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 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 hidupsehat?.

#### **2. Kegiatan Inti (6 Menit)**

- a) Guru Menjelaskan apa itu hidup sehat serta tujuan dan mamfaatnya
- b) Melalui kegiatan tanya jawab guru meminta kepada siswa untuk mengidentifikasi contoh-contoh hidup sehat dalam kehidupan sehari hari.
- c) Guru memperlihatkan gambar pola hidup sehat kepada Peserta didik.
- d) Guru melemparkan pertanyaan “ Kenapa kita perlu menjaga hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari ?”
- e) Guru membagikan LKPD berupa langkah kerja untuk memandu siswa menyelesaikan masalah yang berkaitan dengan cara Menerapkan Hidup Sehat Dalam Kehidupan Sehari-hari, 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
- f) Setelah selesai, guru mempersilakan beberapa orang siswa sebagai perwakilan kelompok untuk mempresentasikan hasil pekerjaannya kedepan untuk dilihat dan ditanggapi oleh teman-temannya di kelas
- g) Setelah presentasi siswa selesai, guru memberikan analisis dan evaluasi terhadap proses dan hasil penyelesaian masalah.

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.

Bengkulu, 03 Januari 2022

Mengetahui  
Kepala Sekolah

Guru Kelas V

M. SALIM, S.Pd  
NIP.19711221 199405 1001

JULIAN IDISON, M.Pd  
NIP. 19800703 201407 1003

## 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 :

Format penilaian sikap (jurnal)

Butir sikap :

No	Tanggal	Nama Siswa	Catatan Perilaku	Karakter	Skor	Tindak Lanjut
1.			Kerjasama			
2.			Keberanian mengungkapkan pendapat			
3.			Kesungguhan			
4.			Presentasi			
Nilai = (Jumlah skor perolehan/Skor ideal)*100						

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

### b. Pengetahuan

#### 1) Kisi-kisi

##### Soal Uraian Tertulis

No Soal	Soal	Kunci Jawaban	Skor
1	<p><b>Jawablah pertanyaan di bawah ini dengan jawaban yang benar!</b></p> <p>1. Sebutkan 3 contoh pola hidup sehat...</p> <p>2. Jelaskan penerapan pola hidup sehat sehari.....</p> <p>3. Bedakanlah ciri orang yang melaksanakan pola hidup sehat dengan yang tidak sehat....</p> <p>4. Sebutkan bagian-bagian Pantun?</p> <p>5. Sebutkan Ciri-ciri Pantun ....</p>	<p>1. Dengan makan makanan yang bergizi/seimbang, berolahraga teratur, istirahat yang cukup</p> <p>2. Cuci tangan sebelum makan, sarapan setiap pagi, olahraga yang cukup, jangan terlalu banyak begadang</p> <p>3. Perilaku Sehat adalah suka berolahraga, makan-makanan yang bergizi, menerapkan protokol kesehatan</p> <p>Sedangkan yang tidak sehat tidak suka berolahraga, suka merokok, suka begadang</p> <p>4. Bagian-bagian Pantun terdiri dari Sampiran dan Isi</p>	20 x 5 item =100

		5. 1) Pantun bersajak a-b-a-b, 2) satu bait terdiri dari 4 baris, 3)Tiap Baris terdiri dari atas delapan sampai dengan 12 suku kata 4) baris 1 dan 2 disebut sampiran baris 3 dan 4 disebut isi	
--	--	--	--

**TES TULIS : Kreteria penskoran :**

Skor 0 jika tidak dijawab

Skor 1 jika dijawab tapi jawaban salah

Skor 2 jika jawaban benar

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

**c. Keterampilan**

Komponen Produk:

Skor Maksimum perolehan nilai adalah 100 dengan aspek penilaian sebagai berikut:

**Rubrik Berkreasi**

Aspek	Baik Sekali (4)	Baik (3)	Cukup (2)	Perlu Bimbingan (1)
Hasil kreasi	Memuat gambar, keterangan gambar, tulisan pentingnya menerapkan pola hidup sehat dan tidak sehat dalam kehidupan sehari-hari, dan sesuai dengan materi atau Teori	Hanya memuat 3 dari 4 hasil yang diharapkan	Hanya memuat 2 dari 4 hasil Yang diharapkan	Hanya memuat 1 dari 4 hasil yang diharapkan
Keterampilan Penulisan: Informasi ditulis dengan benar, sistematis dan jelas, yang menunjukkan keterampilan penulisan yang baik	Keseluruhan hasil penulisan yang sistematis dan benar menunjukkan keterampilan penulisan yang sangat baik, di atas rata-rata kelas	Keseluruhan hasil penulisan yang sistematis dan benar menunjukkan keterampilan penulisan yang baik	Sebagian besar hasil penulisan yang sistematis dan benar menunjukkan keterampilan penulisan yang terus berkembang	Hanya sebagian kecil hasil penulisan yang sistematis dan benar menunjukkan keterampilan penulisan yang masih perlu ditingkatkan

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

No	Nama Siswa	Aspek yang diamati			
		A			
		1	2	3	4
1					

2					
3					
4					
Dst					

Bengkulu, 03 Januari 2022

Mengetahui  
Kepala Sekolah

Guru Kelas V

M. SALIM, S.Pd  
NIP.19711221 199405 1001

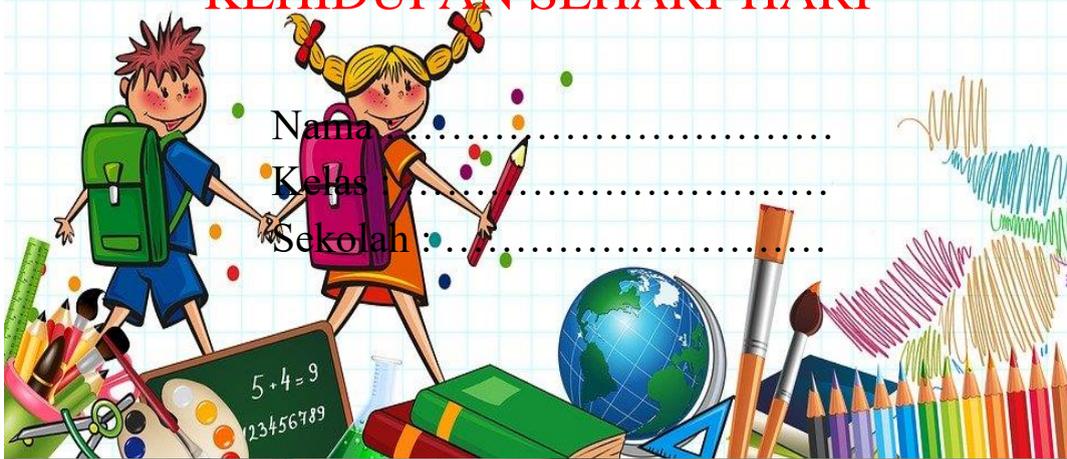
JULIAN IDISON, M.Pd  
NIP. 19800703 201407 1003



# LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD)

Untuk Siswa

## MENERAPKAN HIDUP SEHAT DALAM KEHIDUPAN SEHARI-HARI



## Hidup Sehat

Pola hidup sehat adalah gaya hidup yang memperhatikan segala aspek kondisi kesehatan. Mulai dari makanan, minuman, nutrisi yang dikonsumsi dan perilaku kita sehari-hari

Tujuan atau manfaat dari pola hidup sehat tentunya untuk menjaga kesehatan tubuh supaya tidak mudah sakit. Tapi menerapkan pola hidup sehat memiliki beberapa tujuan juga, misalnya; untuk mendapatkan kesehatan jasmani dan rohani dapat selalu terjaga dan supaya memiliki kesehatan mental yang stabil sehingga tidak mudah depresi ataupun stress



Gambar 1



Gambar 2

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 berperilaku hidup sehat!
4. Tulishasiljawabanmu!



Gambar 1



Gambar 2

Jawablah pertanyaan berikut !

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



5. Buatlah Gambar yang mencerminkan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari! Kemudian ceritakan hasil karya kamu tersebut di depan kelas.

**DI RUMAH**

.....

.....

.....

.....

.....

**DI SEKOLAH**

.....

.....

.....

.....

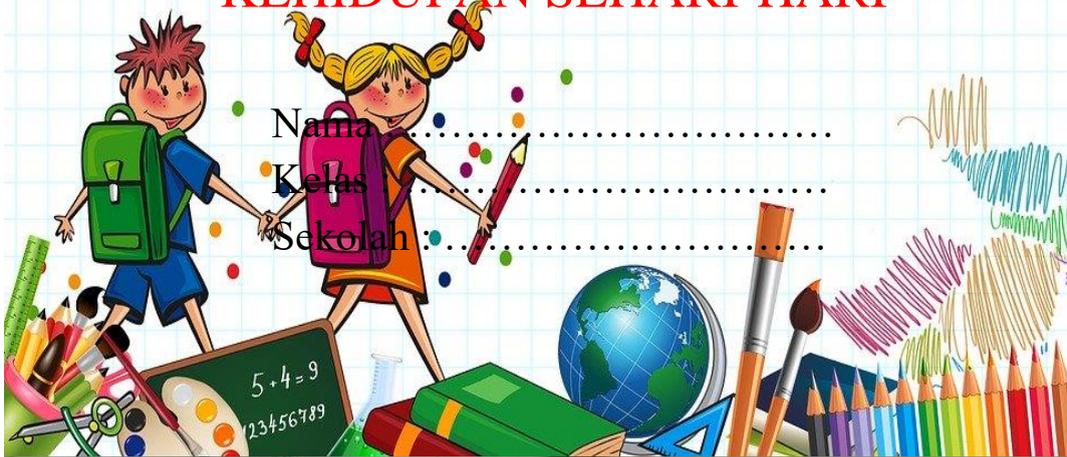
.....



# LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD)

Untuk Guru

## MENERAPKAN HIDUP SEHAT DALAM KEHIDUPAN SEHARI-HARI





**Alternatif Jawaban Yang Diharapkan**

1. Gambar no 2 (tergantung jawaban siswa)
2. Gambar baju No. 2
3. (tergantung jawaban siswa)
4. (tergantung jawaban siswa)

**TES TULIS : Kreteria penskoran :**

Skor 0 jika tidak dijawab

Skor 1,5 jika dijawab tapi jawaban salah

Skor 2,5 jika jawaban benar

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



**Altrnatif Jawaban**

4. Buatlah Gambar yang mencerminkan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari! Kemudian ceritakan hasil karya kamu tersebut di depan kelas.

	Aspek	Baik Sekali	Baik	Cukup	Perlu Bimbingan
		1	2	3	4
Di rumah (Tergantung Jawaban Siswa)	Menyajikan karya berupa gambar yang Menerapkan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari	Memenuhi karakter : 1. Di Rumah 2. Di Sekolah 3. Dapat menjelaskan gambar dengan cerita yang lengkap	Gambar perilaku hidup sehat di rumah dan di sekolah cerita kurang lengkap	Gambar perilaku hidup sehat di rumah dan di sekolah tidak dijelaskan dalam cerita	Hanya ada gambar
Di sekolah (tergantung Jawaban Siswa)					



## 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**

Bengkulu, 03 Januari 2022

Mengetahui  
Kepala Sekolah

Guru Kelas V

M. SALIM, S.Pd  
NIP.19711221 199405 1001

JULIAN IDISON, M.Pd  
NIP. 19800703 201407 1003