

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan	: SDN 33 Tanjungpandan
Kelas/Semester	: V / Ganjil
Tema	: 4 (Sehat itu Penting)
Sub Tema	: 3 (Cara Memelihara Kesehatan Organ Peredaran Darah Manusia)
Kompetensi Dasar	: 3.4 / 4.4 (Muatan Mata Pelajaran IPA)
Pembelajaran ke	: 1 (Satu)
Alokasi Waktu	: 10 Menit

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

Dengan kegiatan mencari tahu tentang berbagai penyakit yang mempengaruhi organ peredaran darah dan cara pencegahannya, siswa dapat mengidentifikasi berbagai macam penyakit yang mempengaruhi organ peredaran darah manusia dan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

1. Kegiatan Awal (2 menit)
 - a. Mengucapkan salam dan berdoa
 - b. Mengecek kehadiran siswa dan memastikan kondisi siswa siap untuk belajar
 - c. Menyanyikan lagu wajib Indonesia Raya
 - d. Menyampaikan tujuan pembelajaran
2. Kegiatan Inti (6 menit)
 - a. Siswa diminta untuk membaca teks bacaan dalam hati.
 - b. Siswa diminta untuk menjelaskan beberapa hal penting dari bacaan yang dibacanya.
 - c. Guru menjelaskan materi tentang penyakit yang mempengaruhi organ peredaran darah dan pencegahannya.
 - d. Siswa diminta untuk mencari dan mengumpulkan data tentang contoh penyakit yang dapat mengganggu peredaran darah dalam tubuh dan cara pencegahannya.
 - e. Siswa diminta untuk menuliskan informasi yang di dapatkannya dalam bentuk tabel nama-nama penyakit yang mengganggu peredaran darah dan cara pencegahannya.
 - f. Guru menciptakan suasana interaktif dan atraktif dengan mengajak siswa melaksanakan diskusi secara klasikal.
3. Kegiatan Penutup (2 menit)
 - a. Menyimpulkan materi pelajaran
 - b. Memberikan tugas dan evaluasi pembelajaran
 - c. Melakukan refleksi
 - d. Berdoa
 - e. Mengucapkan salam penutup

C. PENILAIAN PEMBELAJARAN

1. Penilaian sikap
2. Penilaian pengetahuan dilakukan dengan memberikan soal tes tertulis
3. Penilaian keterampilan dilakukan dengan menggunakan bagan atau diagram alur untuk menjelaskan berbagai penyakit yang mempengaruhi kerja organ peredaran darah

Mengetahui
Kepala Sekolah,

Tanjungpandan,
Guru Kelas,

GUSRINA SARIWATI, S.Pd.SD
NIP. 196311251984062001

ELI SUSILAWATI, S.Pd.SD
NIP. 198608262014022002

LAMPIRAN

RINGKASAN MATERI

Organ peredaran darah yang terdiri dari jantung, paru-paru, dan pembuluh darah merupakan orang yang paling penting dalam kehidupan manusia. Jantung berfungsi memompa darah ke seluruh tubuh. Pembuluh darah berfungsi sebagai pengangkut makanan dan berbagai sisa metabolisme tubuh. Pembuluh darah dan jantung bertanggung jawab untuk mengalirkan darah yang mengandung nutrisi, oksigen, hormon, dan gas-gas lain.

Organ peredaran darah manusia dapat mengalami gangguan oleh penyakit ataupun berbagai kelainan, diantaranya jantung koroner. Jantung koroner merupakan penyakit jantung yang disebabkan oleh tersumbatnya arteri koroner, yaitu pembuluh yang menyuplai darah ke jantung. Penyumbatan pembuluh tersebut dapat terjadi karena adanya endapan lemak, terutama berupa kolesterol pada lapisan dalam dinding pembuluh. Oleh karena itu, jantung perlu dijaga kesehatannya.

LAMPIRAN PENILAIAN

PENILAIAN SIKAP

No	Nama Siswa	Rasa Ingin Tahu				Percaya Diri				Kerjasama			
		BT	MT	MB	ST	BT	MT	MB	ST	BT	MT	MB	ST
1													
2													
3													
4													
5													
dst													

Berilah tanda centang (✓) pada kolom yang sesuai

Keterangan :

BT : Belum Terlihat

MT : Mulai Terlihat

MB : Mulai Berkembang

ST : Sudah Terlihat dan membudaya

PENILAIAN PENGETAHUAN

Menjawab pertanyaan dengan tes uraian.

No	Butir Soal	Jawaban	Skor
1	Apa fungsi jantung dalam peredaran darah manusia ?	Jantung berfungsi memompa darah ke seluruh tubuh	15
2	Apa itu jantung koroner ?	Jantung koroner merupakan penyakit jantung yang disebabkan oleh tersumbatnya arteri koroner, yaitu pembuluh yang menyuplai darah ke jantung	15
3	Mengapa kita harus menjaga kesehatan jantung kita ?	Karena jantung adalah organ paling penting dari sistem peredaran darah manusia dan dapat menentukan kehidupan manusia, yaitu ketika jantung berhenti memompa maka manusia akan meninggal.	20
4	Sebutkan 2 nama penyakit atau gangguan peredaran darah manusia dan cara pencegahannya !	Bersifat alternatif banyak jawaban, diantaranya : 1. Anemia, cara pencegahannya banyak mengkonsumsi makanan yang kaya akan kandungan zat besi seperti kacang-kacangan, sereal, sayuran berwarna hijau, dan daging merah tanpa lemak, mengkonsumsi makanan yang tinggi vitamin B12 seperti ditemukan pada semua olahan susu, daging, dan produk kedelai, selain itu juga	40

No	Butir Soal	Jawaban	Skor
		<p>mengonsumsi makanan tinggi serat.</p> <p>2. Hipertensi (Darah tinggi), Cara mencegah penyakit hipertensi adalah dengan melakukan olahraga rutin, menjaga berat badan ideal, perbanyak konsumsi makanan rendah lemak, kaya serat, mengurangi konsumsi garam, alkohol, rokok, serta kafein.</p>	
5	Bagaimana cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia ?	Makan makanan yang sehat dan bergizi, menghirup udara segar, dan berolahraga seperti bersepeda santai.	10

Nilai = Jumlah skor yang didapat siswa

PENILAIAN KETERAMPILAN

Aspek yang dinilai	Skor Penilaian			
	Baik Sekali	Baik	Cukup	Perlu Bimbingan
	4	3	2	1
Membuat bagan atau diagram alur untuk menjelaskan berbagai penyakit yang mempengaruhi kerja organ peredaran darah	Menyajikan bagan atau diagram alur untuk menjelaskan berbagai penyakit yang mempengaruhi kerja organ peredaran darah dengan sistematis bahasa Indonesia yang baik dan benar	Menyajikan bagan atau diagram alur untuk menjelaskan berbagai penyakit yang mempengaruhi kerja organ peredaran darah dengan cukup sistematis	Menyajikan laporan bagan atau diagram alur untuk menjelaskan berbagai penyakit yang mempengaruhi kerja organ peredaran darah dengan kurang sistematis	Belum dapat bagan atau diagram alur untuk menjelaskan berbagai penyakit yang mempengaruhi kerja organ peredaran darah dengan sistematis



Ayo Berlatih !

Jawablah pertanyaan berikut dengan jelas dan tepat !

1 Apa fungsi jantung dalam peredaran darah manusia ?

.....
.....
.....
.....

1

2 Apa itu jantung koroner ?

.....
.....
.....
.....

2

3 Mengapa kita harus menjaga kesehatan jantung kita ?

.....
.....
.....
.....

3

4 Sebutkan 2 nama penyakit atau gangguan peredaran darah manusia dan cara pencegahannya !

.....
.....
.....
.....

4

5 Bagaimana cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia ?

.....
.....
.....
.....

5