


**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
(RPP) KURIKULUM 2013**

Satuan Pendidikan : SD Negeri Melong Mandiri 3  
 Kelas / Semester : 5 / 1  
 Tema : Sehat Itu Penting (Tema 4)  
 Sub Tema : Gangguan Kesehatan Pada Organ Peredaran Darah (Sub Tema 2)  
 Pembelajaran ke : 5  
 Alokasi waktu : 10 Menit

**A. TUJUAN PEMBELAJARAN**

1. Dengan kegiatan mencari tahu tentang gangguan peredaran darah, peserta didik dapat mengidentifikasi gangguan pada organ peredaran darah manusia dengan tepat.
2. Dengan kegiatan mencari tahu tentang usaha-usaha pencegahan gangguan alat peredaran darah, peserta didik dapat mengidentifikasi tiga usaha-usaha pencegahan gangguan alat peredaran darah dengan tepat.
3. Dengan kegiatan mencari tahu empat faktor yang mempengaruhi kesehatan, peserta didik dapat mengidentifikasi empat faktor yang mempengaruhi kesehatan manusia dengan tepat.

**B. KEGIATAN PEMBELAJARAN**

| Kegiatan         | Deskripsi Kegiatan   | Alokasi Waktu |
|------------------|--|---------------|
| <b>Pembukaan</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru membuka pembelajaran dengan salam, menanyakan kabar, dan mengecek kehadiran.</li> <li>2. Salah satu peserta didik memimpin doa sebelum belajar.</li> <li>3. Peserta didik menyimak apersepsi dari guru tentang pelajaran sebelumnya dan mengaitkan dengan pengalamannya sebagai bekal pelajaran berikutnya.</li> <li>4. Peserta didik menyimak tujuan pembelajaran yang disampaikan oleh guru.</li> </ol>   | 2 menit       |
| <b>Inti</b>      | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pada awal pembelajaran, guru mengkondisikan siswa secara klasikal dengan membacakan ilustrasi gambar (halaman 80)           <p style="text-align: center; font-size: small;">Setelah berolahraga beladiri, tiba-tiba kepala Edo terasa pusing. Edo teringat jika peredaran darah pada tubuhnya pernah terkena gangguan tekanan darah rendah. Kemudian, Edo beristirahat di ruang UKS. Tahukah kamu penyebab terjadinya tekanan darah rendah?</p>  </li> <li>2. Guru menghubungkan olahraga dengan menjaga organ peredaran darah.</li> <li>3. Guru dapat menggunakan kalimat kunci, "Olahraga, misalnya beladiri dapat melancarkan organ peredaran</li> </ol> | 5 menit       |

|                       |   |                |
|-----------------------|---|----------------|
|                       | <p>darah. Orang yang tidak pernah berolahraga akan rentan terhadap penyakit yang disebabkan oleh gangguan organ peredaran darah.”</p> <p>4. Selanjutnya, peserta didik diminta mencari artikel yang memuat informasi tentang nama dan penyebab gangguan pada organ peredaran darah manusia.</p> <div style="border: 1px solid green; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p><b>Alternatif jawaban sebagai berikut.</b></p> <p><b>Nama dan Penyebab Gangguan pada Peredaran Darah Manusia</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jantung koroner<br/>Penyebab jantung koroner adalah adanya penyumbatan pembuluh darah dalam jantung, misalnya lemak.</li> <li>2. Varises<br/>Penyebab varises adalah tekanan darah yang terlalu besar dan jumlah darah yang dipompa oleh jantung terlalu banyak. Umumnya terjadi pada bagian betis.</li> <li>3. Hipertensi<br/>Penyebab hipertensi adalah tingginya tekanan darah dari tekanan darah normal (120/80 mmHg), bisa karena stress, makan berlebihan, merokok, dan banyak minum alkohol.</li> <li>4. Anemia<br/>Penyebab anemia di antaranya perdarahan akibat kecelakaan atau luka di bagian luar atau dalam tubuh dan kekurangan produksi sel darah merah akibat tubuh kekurangan zat besi.</li> </ol> </div> <p>5. Setelah peserta didik mengetahui nama dan penyebab gangguan peredaran darah pada manusia, peserta didik diminta untuk membaca teks tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan.</p> <div style="border: 1px solid cyan; border-radius: 15px; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p style="text-align: center;"><b>Empat Faktor yang Memengaruhi Kesehatan</b></p> <p>Kesehatan adalah anugerah yang paling berharga bagi setiap insan manusia. Buat apa banyak harta, tetapi badan kita sakit. Ada juga yang mengatakan <i>"Health is not everything, but without health everything is nothing"</i>. Memang, kesehatan itu bukan segalanya, tetapi tanpa kesehatan segalanya tiada artinya. Saat sakit, kita akan mengalami banyak kerugian. Selain biaya berobat yang mahal, waktu produktif kita juga terbuang percuma. Kita yang biasanya per jam dibayar Rp100.000,00 maka dalam satu hari saja sudah Rp2.400.000,00 uang yang seharusnya kita dapatkan akan terbuang percuma. Kalau kita sakit selama sebulan, berapakah uang yang seharusnya masuk ke tabungan kita itu hilang begitu saja.</p> <p>Menurut <b>Hendrick L. Blumm</b>, terdapat empat faktor yang memengaruhi derajat kesehatan masyarakat, yaitu faktor perilaku, faktor lingkungan, faktor keturunan, dan faktor pelayanan kesehatan. Dari 4 faktor yang memengaruhi derajat kesehatan tersebut ternyata faktor perilaku memiliki pengaruh yang cukup besar, kemudian di ikuti oleh faktor lingkungan, faktor pelayanan kesehatan, dan faktor keturunan. Keempat faktor di atas memiliki keterkaitan dan saling memengaruhi.</p> </div> <p>6. Peserta didik diminta menjelaskan faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi kesehatan.</p> <p>7. Kemudian peserta didik mengidentifikasi usaha-usaha apa saja yang dapat dilakukan untuk mencegah gangguan peredaran darah pada manusia.</p> <p>8. Peserta didik menjelaskan usaha pencegahan gangguan peredaran darah pada manusia.</p> |                |
| <p><b>Penutup</b></p> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik bersama guru merefleksikan kegiatan pembelajaran.</li> <li>2. Guru memberikan penguatan dan kesimpulan.</li> <li>3. Peserta didik diberikan kesempatan bertanya dan menambahkan informasi.</li> <li>4. Peserta didik mengerjakan soal evaluasi.</li> <li>5. Kegiatan diakhiri dengan do'a bersama.</li> </ol>   | <p>3 menit</p> |

### **C. PENILAIAN PEMBELAJARAN**

Penilaian terhadap proses dan hasil pembelajaran dilakukan oleh guru untuk mengukur tingkat pencapaian kompetensi peserta didik. Hasil penilaian digunakan sebagai bahan penyusunan laporan hasil belajar dan memperbaiki proses pembelajaran bagi guru. Penilaian terhadap materi ini dapat dilakukan sesuai kebutuhan guru yaitu dari pengamatan sikap, tes pengetahuan dan presentasi unjuk kerja atau hasil karya/projek dengan rubrik penilaian sebagai berikut.

a. Sikap

Penilaian sikap dalam pembelajaran ini menggunakan teknik observasi yang dicatat langsung oleh guru selama proses pembelajaran di dalam jurnal harian untuk sikap: mandiri, tanggung jawab, dan percaya diri.

b. Pengetahuan

Penilaian pengetahuan dalam pembelajaran KD ini meliputi tes tertulis?

c. Keterampilan

Penilaian keterampilan dalam pembelajaran KD ini menggunakan penilaian unjuk kerja yang sudah dilakukan masing-masing siswa selama proses pembelajaran.

Mengetahui,  
Kepala Sekolah,

Cimahi, 6 Januari 2022

Guru Kelas

**Hj. Erni Kurniasih, M.Pd.**  
NIP. 196503231984102001

**Ade Fathur Rohman, S.Pd.**  
NIP. 198705292019021001