

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

OLEH BASTIYAH, S.Pd.

Satuan Pendidikan : SD NEGERI SALAMAN 1
Kelas /Semester : V/1
Tema : 4 / Sehat Itu Penting
Sub Tema : 3 / Cara Memelihara Kesehatan Organ Peredaran Darah Manusia
Pembelajaran ke : 1
Alokasi Waktu : 10 menit

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Melalui diskusi berbantuan kartu kata dan kartu gambar, peserta didik dapat menjelaskan 2 jenis penyakit peredaran darah serta cara pencegahannya.
2. Melalui penilaian diri, siswa dapat menerapkan pola hidup sehat untuk menjaga organ peredaran darah manusia.

• KEGIATAN PEMBELAJARAN

- Pendahuluan
 1. Guru mengucapkan salam
 2. Peserta didik berdoa dipimpin ketua kelas
 3. Guru mengecek kehadiran siswa
 4. Guru mengulas kembali materi pembelajaran sebelumnya.
 5. Guru menyampaikan materi yang akan dipelajari, tujuan pembelajaran, manfaat serta penilaian yang akan digunakan.
 6. Guru melakukan tanya jawab mengenai aktivitas bersepeda.
 - Apa tujuan sekolah menyelenggarakan gerakan ayo bersepeda setiap hari jumat
 - Apa manfaat bersepeda bagi kesehatan organ peredaran darah?

- Kegiatan Inti

- a) Stimulasi

1. Siswa melakukan tanya jawab dengan guru mengenai manfaat bersepeda bagi peredaran darah
2. Siswa terbagi dalam kelompok yang berisi 4-5 anak
3. Guru menjelaskan petunjuk diskusi

- b) Identifikasi Masalah

4. Guru membagikan lembar diskusi lengkap dengan kartu gambar
5. Siswa mengamati gambar organ peredaran darah
6. Peserta didik mengidentifikasi kartu kata yang berisi penyakit peredaran darah.
7. Peserta didik melakukan diskusi dengan teman sekelompoknya mengenai penyakit yang menyerang organ peredaran darah serta cara pencegahannya sesuai kartu kata yang diperolehnya.
8. Pendapat yang disampaikan peserta diskusi di catat dan didiskusikan kembali untuk dijadikan hasil diskusi kelompok

Contoh daftar pertanyaan yang mungkin teridentifikasi

- Apa saja penyakit yang menyerang organ peredaran darah?
- Mengapa penyakit tersebut menyerang organ peredaran darah?
- Bagaimana cara mencegah penyakit peredaran darah?
- Bagaimana cara menjaga organ peredaran darah agar tetap sehat?

- c) Pengumpulan Informasi

9. Peserta didik membaca buku paket/ buku pendamping untuk mencari informasi yang berkaitan dengan penyakit yang menyerang organ peredaran darah serta cara pencegahannya.
10. Peserta didik berbagi informasi berdasarkan pengalaman/ informasi yang dimiliki siswa.
11. Peserta didik menuliskan jawaban hasil diskusi berdasarkan kartu gambar penyebab/ cara pencegahan penyakit organ peredaran darah.
12. Peserta didik berkonsultasi dengan guru jika mengalami kendala.
13. Guru melakukan pengamatan untuk melakukan penilaian sikap dan keterampilan peserta didik

d) Pengolahan Informasi

14. Peserta didik berkolaborasi dan berkomunikasi untuk tukar pendapat/ ide dengan teman satu kelompoknya.
15. Guru melakukan pengamatan untuk melakukan penilaian sikap dan keterampilan peserta didik.

e) Persentasi Hasil dan Generalisasi

16. Setiap kelompok melakukan presentasi hasil diskusi.
17. Peserta didik menyajikan hasil temuan informasi tentang cara menerapkan pola hidup sehat untuk menjaga kesehatan organ peedaran darah.
18. Peserta didik dari kelompok lain menanggapi / mengajukan pertanyaan terkait materi yang disampaikan.
19. Setiap kelompok mengambil kartu gambar yang sesuai dengan materi yang di presentasikan.
20. Setiap kelompok menempel hasil diskusi di papan tulis.
21. Peserta didik melakukan penilaian diri
22. Guru memberikan apresiasi terhadap hasil diskusi dan hasil penilaian diri.

• Penutup

1. Peserta didik membuat rangkuman materi yang diperoleh pada kegiatan belajar hari ini.
2. Peserta didik dengan arahan guru melakukan refleksi terhadap proses kegiatan pembelajaran hari ini
3. Peserta didik membuat rencana tindak lanjut kegiatan.
4. Peserta didik mendapat informasi rencana pelaksanaan pembelajaran pertemuan yang akan datang.
5. Peserta didik dipersilakan berdoa bersama di akhir pembelajaran
6. Peserta didik menjawab salam dari guru.

C. PENILAIAN PEMBELAJARAN

1. Penilaian Sikap

Prosedur	: Proses
Teknik	: Non tes
Jenis	: Penilaian diri
Bentuk	: Angket (terlampir)

2. Penilaian keterampilan

Prosedur	: Proses
Teknik	: Non tes
Jenis	: unjuk kerja
Bentuk	: Rubrik

3. Penilaian Pengetahuan

Prosedur : Hasil
Teknik : Tes
Jenis : Tertulis
Bentuk : Isian singkat

Mengetahui

Kepala SD N salaman 1

Salaman, 15 Juli 2021

Guru Kelas

MARKHABAN, S.Pd.

NIP. 19621115 198508 1 001

BASTIYAH, S.Pd.

NIP.19871130 201101 2 012

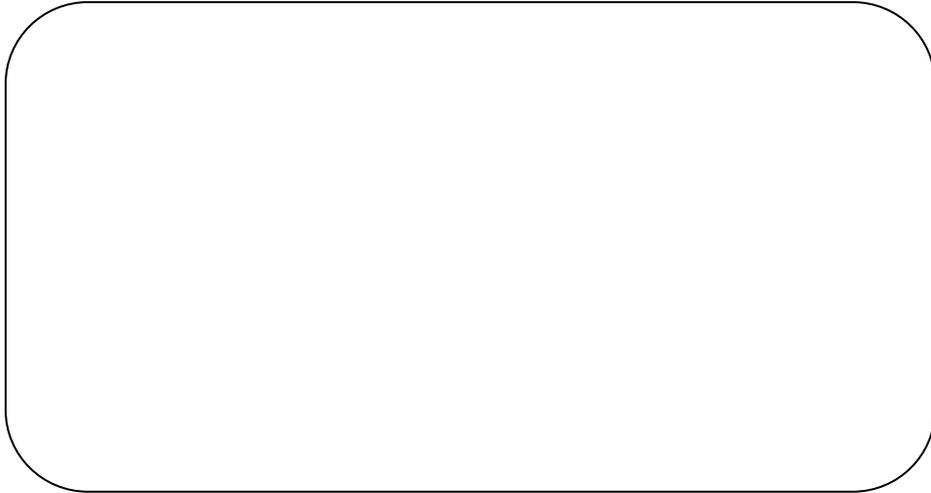
Lampiran 1

LEMBAR DISKUSI

Nama Kelompok:

Anggota :.....

Tempat menempel kartu kata



1. Apa nama penyakit gangguan organ peredaran darah yang ada di kartu kata kelompokmu?

Jawab:

2. Menurut pendapat kelompokmu, apa nama organ peredaran darah yang diserang?

Jawab :...

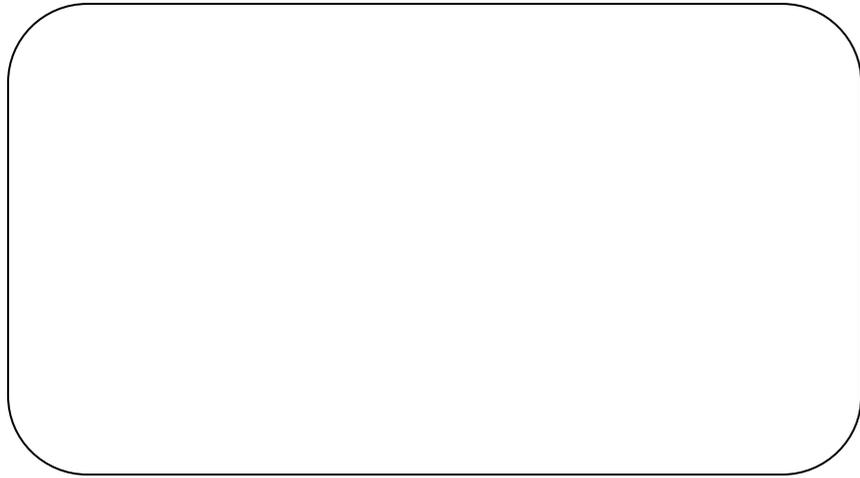
3. Berdasarkan hasil diskusi, hal apa yang menyebabkan timbulnya penyakit tersebut?

Jawab:

4. Bagaimana cara mencegahnya?

Jawab

5. Setelah presentasi, tempel kartu gambar pencegahan yang sesuai dengan kartu kata yang diperoleh.



Lampiran II

KARTU KATA

JANTUNG KORONER

HIPERTENSI

VARISES

ANEMIA

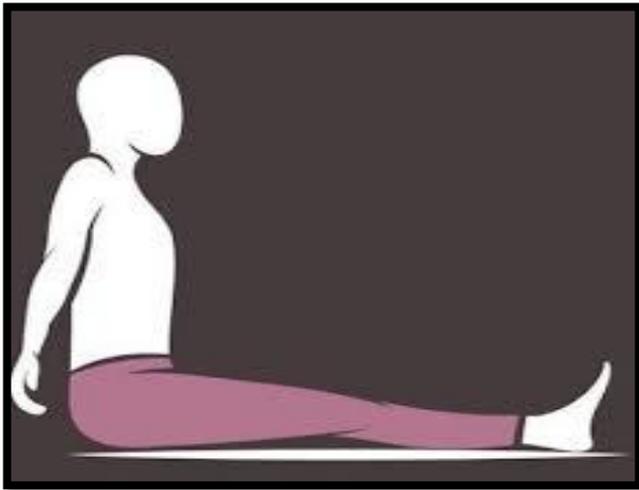
DIABETES MELITUS

Lampiran III

KARTU GAMBAR







Lampiran IV

LEMBAR PENILAIAN

A. PENILAIAN SIKAP

ANGKET PENILAIAN

Beri tanda centang (v) pada kolom yang sesuai dengan apa yang sudah kamu lakukan.

No	Unsur Penilaian Sikap	Skor			
		Setiap hari (4)	Sering (3)	Jarang (2)	Tidak pernah (0)
1	Tidur sebelum pukul 22.00				
2	Olahraga ringan 15-20 menit.				
3	Bebas dari asap rokok				
4.	Makan makanan bergizi				
5.	Minum air putih 8 gelas sehari				
Jumlah					
Nilai : $\frac{\text{Skor Perolehan}}{\text{Total skor}} \times 100$					

B. PENILAIAN KETRAMPILAN

RUBRIK PENILAIAN

Berilah tanda centang (v) pada kolom skor yang sesuai hasil pengamatan.

Selanjutnya jumlahkan seluruh skor.

No	Unsur Penilaian Keterampilan	Skor			
		1	2	3	4
1	Kemampuan mengajukan pertanyaan				
2	kemampuan menanggapi pendapat				
3	Kemampuan presentasi hasil diskusi				
4.	Kemampuan membuat ringkasan				
Jumlah					
Nilai : $\frac{\text{Skor Perolehan}}{\text{Total skor}} \times 100$					

Keterangan :

No	Unsur Penilaian Keterampilan	Skor			
		1	2	3	4
1	Kemampuan mengajukan pertanyaan	Tidak mengajukan pertanyaan	Mengajukan pertanyaan namun tidak sesuai konteks masalah	Mengajukan pertanyaan sesuai dengan konteks, namun belum berorientasi HOTS	Mengajukan pertanyaan sesuai dengan konteks dan berorientasi HOTS
2	kemampuan menanggapi pendapat	Tidak memberikan tanggapan	Memberikan tanggapan namun tidak tepat.	Memberikan tanggapan 60- 80% tepat	Memb berikan tanggapan 81- 100% tepat
3	Kemampuan presentasi hasil diskusi	Tidak mau bergantian presentasi	Melakukan presentasi dengan nada/ intonasi kurang tepat.	Melakukan presentasi dengan lancar namun kurang percaya diri	Melakukan presentasi dengan lancar dan percaya diri
4.	Kemampuan membuat ringkasan	Belum selesai membuat ringkasan	Ringkasan tidak rapi dan materi esensial kurang dari 60%	Ringkasan rapi, materi esensial antara 61- 80%	Ringkasan rapi dan memuat 81- 100% materi esensial

					1.
Jumlah					
Nilai : <u>Skor Perolehan</u> x 100 Total skor					

C. Penilaian Pengetahuan

- Teknik : Tes
- Jumlah : 4
- Petunjuk : Isilah titik- titik di bawah ini dengan jawaban yang tepat!
- Bentuk Soal

1. Tuliskan 2 gangguan peredaran darah manusia dan penyebabnya!

Jawab:

2. Mengapa seseorang bisa terserang penyakit jantung koroner? Serta bagaimana cara pencegahannya?

Jawab:

3. Ibu Beni memiliki berat badan 75 kg, beberapa hari ini memiliki keluhan sakit kepala hebat. Setelah diperiksa, ternyata Ibu Beni hipertensi. Apa yang sebaiknya Beni sarankan pada ibunya agar tekanan darahnya kembali normal?

Jawab:

4. Sehabis olahraga lari, Siti dan kawan-kawanya langsung istirahat di bawah pohon sambil membuka bekal makanannya. Mereka makan dengan posisi duduk bersila. Menurut pendapatmu, apakah tindakan Siti dan kawan- kawan ada yang kurang tepat? Mengapa?Lalu bagaimana seharusnya? Jelaskan!

Jawab:

- Kunci Jawaban
 1. Jantung koroner, Diabetes Melitus, hipertensi, anemia, dll
 2. Karena pembuluh darah arteri koroner yang memasok darah ke jantung jantung mengalami penyumbatan, sehingga jantung tidak dapat memompa darah sebagaimana mestinya. Cara pencegahan: Menghindari asap rokok/ tidak merokok, olahraga teratur, mengurangi kolesterol berlebih, dll.
 3. Beni menyarankan kepada ibunya agar mengurangi makanan asin, olahraga teratur, serta diet dengan gizi yang seimbang agar tekanan darahnya kembali normal.? Kreativitas siswa/kebijakan guru.
 4. Ya, tindakan Siti dan kawan- kawan kurang tepat, karena setelah olahraga/ lari sebaiknya posisi kaki lurus/ tidak di tekuk agarperedaran darah lancar dan terhindar dari varises.Kreativitas siswa/ kebijakan guru.
- Teknik penskoran
 1. Skor maksimal 4
 2. Skor maksimal 6
 3. Skor maksimal 4
 4. Skor maksimal 6

Total skor = 20

Nilai akhir : $\frac{\text{Skor perolehan}}{\text{Total skor}} \times 100$