

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SDN 02 Kalijambe

Kelas / Semester : 5 /1

Tema : Sehat Itu Penting (Tema 4)/ IPA

Sub Tema : Cara Memelihara Kesehatan Organ Peredaran Darah Manusia (Sub Tema 3)

Pembelajaran ke : 1

Alokasi waktu : 10 menit

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan kegiatan mencari tahu dari gambar 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.
2. Dengan kegiatan diskusi berkelompok mengamati gambar siswa dapat membuat tabel dan mengisinya dari data yang terkumpul yang didapat dari hasil mengidentifikasi berbagai macam penyakit yang mempengaruhi organ peredaran darah manusia dan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah.
3. Dengan kegiatan diskusi kelompok, siswa dapat mempresentasikan hasil diskusi didepan kelas
4. Dengan diberikan soal, peserta didik dapat menjawab dengan benar

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pembukaan	<ol style="list-style-type: none">1. Guru memberikan salam kepada peserta didik dan melakukan kegiatan semangat pagi berupa yel-yel.2. Guru menyuruh salah satu peserta didik untuk memimpin berdoa3. Guru mengabsen peserta didik4. Guru memberikan beberapa pertanyaan (apersepsi) seputar pembelajaran yang lalu, dan diintegrasikan dengan kehidupan sehari-hari	2 menit
Inti	<ol style="list-style-type: none">1. Guru memasang alat peraga di papan tulis, berupa gambar penyakit pada sistem peredaran darah manusia2. Guru menerangkan materi dengan alat peraga3. Peserta didik diberi kesempatan untuk memberikan pertanyaan terkait materi4. Peserta didik dibagi menjadi lima kelompok kecil5. Setiap kelompok akan menerima beberapa gambar yang sama, tugas dari mereka adalah membuat tabel serta mengidentifikasi berbagai macam penyakit yang mempengaruhi organ peredaran darah manusia serta cara memeliharanya6. Saat peserta didik bekerja dalam kelompoknya, guru melakukan kegiatan penilaian dengan menggunakan rubrik7. Setelah selesai kegiatan diskusi, setiap kelompok untuk dapat maju didepan kelas untuk mempresentasikan hasil diskusinya serta kelompok lain memberikan tanggapan begitu seterusnya8. Setelah semua diskusi selesai, guru bersama peserta didik memberikan penguatan terhadap hasil diskusi di kelas.9. Guru memberikan soal kepada peserta didik, setelah selesai dikumpulkan	6 Menit

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru dan peserta didik melakukan kegiatan refleksi terhadap apa saja materi dan kegiatan yang sudah dilaksanakan pada hari ini 2. Guru bersama peserta didik membuat kesimpulan pada pembelajaran hari ini 3. Peserta didik menyanyikan lagu "aku anak sehat" sebagai motivasi menjaga kesehatan tubuh 4. Guru menutup pembelajaran dengan melakukan doa serta salam 	2 menit

C. PENILAIAN (ASESMEN)

Penilaian terhadap materi ini dapat dilakukan melalui pengamatan, pengetahuan dan presentasi unjuk kerja atau hasil karya/projek dengan rubric penilaian.

Mengetahui
Kepala Sekolah,

Kalijambe, Januari 2022
Guru Kelas V

TARJONO, S.Pd
NIP. 19650122 198608 1 001

TRI SARI, S.Pd.SD
NIP. 19820611 200501 2 007

LAMPIRAN

A.BAHAN AJAR

Gangguan peredaran darah disebabkan oleh beberapa faktor, faktor yang menimbulkan gangguan peredaran darah di antaranya mengonsumsi makanan yang tidak sehat dan mengandung banyak lemak, terjadi kerusakan organ, atau faktor keturunan. Gangguan pada peredaran darah menimbulkan berbagai penyakit.

Penyakit tersebut di antaranya adalah:

1. Anemia

Anemia disebabkan oleh keadaan tubuh kekurangan hemoglobin dalam sel darah merah. Kadar hemoglobin yang rendah menyebabkan tubuh kekurangan oksigen sehingga tubuh terasa lesu, pusing dan muka pucat. Penyebab penyakit ini antara lain; kurangnya produksi sel darah merah akibat kekurangan zat besi, pendarahan akibat kecelakaan dan akibat penyakit lain seperti kanker tulang serta berbagai infeksi

2. Hemofilia

Hemofilia merupakan penyakit darah sukar membeku. Apabila penderita mengalami luka yang ringan, dapat menyebabkan pendarahan serius. Pencegahannya dapat dilakukan dengan berhati-hati agar jangan sampai terluka

3. Hipertensi

Hipertensi merupakan penyakit tekanan darah tinggi yang ditandai dengan tingginya tekanan darah seseorang apabila diukur dengan tensimeter. Gejala hipertensi diantaranya terasa nyeri di kepala, jantung berdebar-debar, sesak nafas saat melakukan pekerjaan berat, badan lemah, dan kepala pusing

4. Hipotensi

Hipotensi atau tekanan darah rendah merupakan tekanan darah berada dibawah normal. Gejala hipotensi diantaranya lesu, pusing, gangguan penglihatan, dan pingsan. Penyebab hipotensi antara lain terlalu banyak minum obat penurun tekanan darah, muntaber, dan pendarahan

5. Kencing Manis

Kencing manis disebabkan kekurangan hormon insulin yang merupakan zat kimia yang dihasilkan oleh kelenjar pankreas. Kekurangan hormon ini dapat menyebabkan kadar gula dalam darah meningkat, adanya peningkatan kadar gula menyebabkan ginjal tidak mampu menyerap kelebihan gula dalam darah, hal inilah yang menyebabkan urine penderita mengandung gula. Tanda-tanda penyakit ini sering kencing dalam jumlah banyak, sering lapar, sering merasa haus dan tubuh terasa lemas. Penderita ini dapat hidup normal jika melakukan pengobatan rutin dan menjaga pola makan teratur.

6. Leukimia

Leukimia disebut juga kanker darah. Penyakit ini terjadi karena produksi sel darah putih di dalam tubuh terlalu banyak. Gejala penyakit ini mudah lelah, lemas, kurang nafsu makan, dan lama-kelamaan timbul rasa nyeri di tulang dan terjadi pendarahan yang terjadi di kulit serta bagian tubuh lain

7. Penyakit Jantung Bawaan

Penyakit ini merupakan penyakit bawaan sejak masih dalam kandungan. Penyakit jantung biasanya berupa kelainan pada katup jantung. Hal tersebut mengakibatkan darah dari serambi kiri mengalir ke serambi kanan. Gejala yang ditimbulkan antara lain; infeksi pada saluran pernafasan, pertumbuhan fisik terganggu

8. Radang Ginjal

Penyakit ini menyebabkan ginjal tidak berfungsi dengan baik, penyakit ginjal yang sudah parah dapat menyebabkan ginjal tidak berfungsi dengan baik dinamakan gagal ginjal. Penderita gagal ginjal dianjurkan untuk melakukan cuci darah atau cangkok ginjal.

9. Varises

Varises merupakan pelebaran pembuluh vena dibagian kaki. Varises yang parah dapat menyebabkan vena tampak melebar dan berkelok-kelok. Varises juga dapat terjadi karena bertambahnya beban vena akibat terlalu banyak berdiri, kehamilan, dan sebagainya

10. Talasemia

Talasemia merupakan penyakit yang disebabkan karena bentuk sel darah yang tidak beraturan. Hal ini menyebabkan daya ikat sel darah merah terhadap oksigen dan karbondioksida berkurang. Cara pencegahannya dengan menerapkan pola hidup sehat.

B.MEDIA PEMBELAJARAN

a. Gambar sistem peredaran darah dan macam-macam penyakit

C.LEMBAR KERJA SISWA

a..Gambar yang dibagi kesemua kelompok



b.Tabel

Contoh tabel yang bisa dikembangkan oleh siswa

Nama Kelompok:

Nama peserta :

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....
- 5.....

No	Nama Penyakit	Penyebabnya	Cara Menjaga Kesehatan

Jawablah pertanyaan dibawah ini dengan benar

1. Mengonsumsi makanan sehat dapat membuat sistem peredaran darah....
2. Apa yang terjadi jika tubuh kekurangan nutrisi?
3. Apa saja penyebab penyakit anemia?
4. Sebutkan gejala penyakit kencing manis?
5. Sebutkan upaya untuk menjaga organ peredaran darah!

Kunci jawaban

1. Berjalan lancar
2. Jika tubuh kekurangan nutrisi maka tubuh akan lebih mudah mengalami perdarahan, sulit pembekuan darah, dan bisa mengacu pada sejumlah kasus perdarahan serius yang mematikan.
3. Penyebab penyakit anemia antara lain :
 - Kurangnya produksi sel darah merah akibat tubuh kekurangan zat besi.
 - Pendarahan akibat kecelakaan atau luka dibagian dalam atau luar tubuh
 - Akibat dari penyakit lain, seperti kanker tulang dan berbagai infeksi.

4. Tanda tanda seseorang menderita kencing manis, antara lain sering buang air kecil dalam jumlah banyak, sering merasa lapar, sering merasa haus(banyak minum), dan tubuh merasa lemas.
5. Upaya menjaga organ peredaran darah yaitu :
 - Memerhatikan asupan makanan
 - Menghindari makanan yang banyak mengandung garam dan gula
 - Olah raga secara teratur
 - Menghindari alkohol
 - Membatasi asupan lemak

D.PENILAIAN

a.Diskusi

Aspek	Baik sekali	baik	cukup	Perlu bimbingan
	4	3	2	1
Aktif dalam berdiskusi	Baik sekali dan aktif dalam melakukan kegiatan diskusi	Baik dan aktif dalam melakukan kegiatan diskusi	Cukup dan aktif dalam melakukan kegiatan diskusi	tidak aktif dalam melakukan kegiatan diskusi

b. Presentasi

Aspek	Baik Sekali 4	Baik 3	Cukup 2	Perlu Bimbingan 1
Mengetahui berbagai penyakit yang mempengaruhi organ peredaran manusia. Mengetahui cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia	Menjelaskan berbagai penyakit yang mempengaruhi organ peredaran manusia dan menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia dengan benar	Menjelaskan sebagian besar berbagai penyakit yang mempengaruhi organ peredaran manusia dan menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia dengan benar	Menjelaskan sebagian kecil berbagai penyakit yang mempengaruhi organ peredaran manusia dan menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia dengan benar	Belum dapat menjelaskan berbagai penyakit yang mempengaruhi organ peredaran manusia dan menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia
Menggunakan 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

Penskoran

Baik Sekali	Baik	Cukup	Perlu Bimbingan
100	75	50	25
A	B	C	D

Penskoran soal

Benar X 20 = nilai