

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**  
**TEMA SEHAT ITU PENTING**  
**SUB TEMA MENERAPKAN HIDUP SEHAT DALAM KEHIDUPAN SEHARI-HARI**  
**KELAS V SEMESTER 1**  
**TAHUN PELAJARAN 2021/2022**



OLEH:

NAMA : NUR SAFAAH, S.Pd.  
NIP : 19840305 200903 2 009  
PANGKAT, GOLONGAN : PENATA MUDA TINGKAT 1, III/b  
INSTANSI : SD NEGERI KEBONBATUR 2

SD NEGERI KEBONBATUR 2  
KOORDINATOR WILAYAH KECAMATAN MRANGGEN  
KABUPATEN DEMAK

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SD Negeri Kebonbatur 2  
Kelas / Semester : 5 (Lima) / 1  
Tema : Sehat Itu Penting  
Sub Tema : Menerapkan hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari  
Pembelajaran ke : 1  
Alokasi waktu : 2x 35 menit (simulasi 10 menit)

### A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan mengamati gambar, peserta didik dapat menganalisis pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari dengan benar.
2. Dengan mengamati gambar, peserta didik dapat menganalisis pola hidup tidak sehat dalam kehidupan sehari-hari dengan benar.
3. Dengan berdiskusi, peserta didik dapat menguraikan pentingnya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari dengan benar.
4. Dengan mencari informasi tentang langkah mencuci tangan, peserta didik dapat mendemonstrasikan langkah mencuci tangan dengan tepat!
5. Dengan mencari informasi tentang poster, Peserta didik dapat menguraikan ciri-ciri poster dengan tepat
6. Dengan mencari informasi tentang poster, Peserta didik dapat menguraikan tujuan poster dengan tepat
7. Dengan mencari informasi tentang langkah mencuci tangan, peserta didik dapat membuat poster tentang langkah mencuci tangan dengan benar!

### B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"><li>❖ Guru membuka pelajaran, mengucapkan salam, menanyakan kabar , dan mengecek kehadiran peserta didik. (orientasi)</li><li>❖ Peserta didik bersama guru berdoa Bersama (Religius)</li><li>❖ Guru memeriksa kebersihan kelas, kerapian berpakaian, dan posisi tempat duduk.</li><li>❖ Guru mengajak peserta didik tepuk PPK Bersama-sama (motivasi)</li><li>❖ Guru mengingatkan peserta didik akan pentingnya mematuhi protokol Kesehatan. (Apersepsi)</li><li>❖ Guru menyampaikan tujuan</li><li>❖ Guru dan peserta didik Bersama-sama menyanyikan sebuah lagu yang berkaitan dengan pola hidup sehat “Sebelum Kita Makan” ciptaan Pak Kasur. (motivasi)</li></ul>	2 menit
Inti	Fase 1 (Orientasi peserta didik pada masalah)	6 menit

	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta didik mengamati gambar yang ditampilkan pada power point /ppt dan yang tertera pada LKPD</li> <li>b. Peserta didik menanya permasalahan pada gambar . (menanya, karakter percaya diri)</li> <li>c. Peserta didik diajak menyelesaikan masalah tersebut dengan cara menganalisis gambar pada ppt maupun LKPD dengan dipandu dengan beberapa pertanyaan;</li> <li>d. Dari keempat gambar tersebut, gambar manakah yang kalian sukai? Jelaskan pendapat kalian!</li> <li>e. Menurut kalian, gambar manakah yang menunjukkan pola hidup sehat?</li> <li>f. Menurut kalian, gambar manakah yang menunjukkan pola hidup tidak sehat?</li> <li>g. Bagaimana upaya yang dilakukan agar tangan tetap bersih dan sehat?</li> <li>h. Mengapa menjaga Kesehatan tangan itu penting?</li> <li>i. Bagaimana upaya yang dilakukan agar badan sehat dan bugar?</li> <li>j. Mengapa menjaga Kesehatan badan itu penting?</li> <li>k. Uraikanlah penerapan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari selain yang tertera pada gambar!</li> <li>l. Uraikanlah ciri-ciri poster berdasarkan informasi yang kalian peroleh dari bacaan!</li> <li>m. Uraikanlah tujuan poster berdasarkan informasi yang kalian peroleh dari bacaan!</li> <li>n. Buatlah poster tentang langkah mencuci tangan dengan benar!</li> </ul> <p>Fase 2 ( Mengorganisasikan peserta didik untuk belajar)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>o. Guru membagi peserta didik ke dalam beberapa kelompok belajar.</li> <li>p. Masing-masing kelompok belajar harus mendiskusikan pemecahan masalah dari masalah yang diberikan.</li> <li>q. Peserta didik mengamati dan melengkapi LKPD yang diberikan guru. (mengamati, mencoba)</li> </ul> <p>Fase 3 ( Membimbing penyelidikan individual maupun kelompok)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>r. Peserta didik diminta menganalisis gambar pada LKPD, berdiskusi , dan menuliskan hasil diskusi di lembar LKPD</li> <li>s. Peserta didik mengidentifikasi dan membaca berbagai literatur tentang poster dan langkah mencuci tangan dengan arahan guru. (mengumpulkan informasi, mencoba)</li> </ul>	
--	--	--

	<p>t. Peserta didik mencari tahu tentang langkah mencuci tangan. (mengumpulkan informasi)</p> <p>u. Peserta didik mencari tahu tentang ciri- ciri poster. (mengumpulkan informasi)</p> <p>v. Peserta didik mencari tahu tentang tujuan poster. (mengumpulkan informasi)</p> <p>w. Peserta didik dibimbing untuk menemukan cara lain untuk menerapkan pola hidup sehat. (mencoba)</p> <p>Fase 4 (Mengembangkan dan menyajikan hasil karya)</p> <p>x. Peserta didik menuliskan hasil diskusi kelompok belajar pada LKPD tentang pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. (menalar/mengasosiasikan)</p> <p>y. Peserta didik menuliskan diskusi tentang ciri-ciri dan tujuan poster</p> <p>z. Peserta didik membuat poster cara mencuci tangan.</p> <p>Fase 5 (Menganalisis dan mengevaluasi proses pemecahan masalah)</p> <p>aa. Semua kelompok melaksanakan presentasi secara bergantian. (mengkomunikasikan)</p> <p>bb. Guru dan peserta didik mengamati presentasi kelompok lain.</p>	
Penutup	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru melakukan penilaian hasil belajar.</li> <li>2. Guru merefleksi kegiatan pembelajaran.</li> <li>3. Guru menyampaikan informasi materi selanjutnya.</li> <li>4. Guru mengajak semua peserta didik berdoa untuk mengakhiri kegiatan pembelajaran.</li> <li>5. Guru mengucapkan salam</li> </ol>	2 menit

### C. PENILAIAN PEMBELAJARAN

1. Penilaian pengetahuan melalui tes tertulis
2. Penilaian sikap dengan melalui pengamatan
3. Penilaian ketrampilan melalui membuat poster cuci tangan , dan praktek cuci tangan di depan kelas

Mengetahui  
Kepala Sekolah  
SDN Kebonbatur 2

Kebonbatur , 6 Januari 2022  
Guru Kelas VB

Isticharoh, S.Pd. M.Pd.  
NIP.19700410 199603 2 005

Nur Safaah, S.Pd.  
NIP. 19840305 200903 2 009

## LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD )

Nama anggota :  
Kelas : 5 (Lima)  
Tema : Sehat Itu Penting  
Sub Tema : Menerapkan hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari

### A. Tujuan pembelajaran :

1. Dengan mengamati gambar, peserta didik dapat menganalisis pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari dengan benar.
2. Dengan mengamati gambar, peserta didik dapat menganalisis pola hidup tidak sehat dalam kehidupan sehari-hari dengan benar.
3. Dengan berdiskusi, peserta didik dapat menguraikan pentingnya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari dengan benar.
4. Dengan mencari informasi tentang langkah mencuci tangan, peserta didik dapat mendemonstrasikan langkah mencuci tangan dengan tepat!
5. Dengan mencari informasi tentang poster, Peserta didik dapat menguraikan ciri-ciri poster dengan tepat
6. Dengan mencari informasi tentang poster, Peserta didik dapat menguraikan tujuan poster dengan tepat
7. Dengan mencari informasi tentang langkah mencuci tangan, peserta didik dapat membuat poster tentang langkah mencuci tangan dengan benar!

### B. Langkah-langkah kegiatan

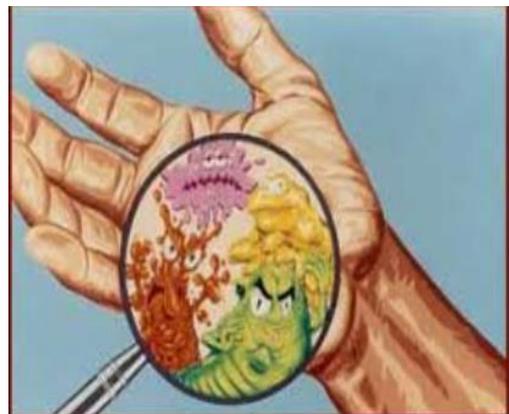
1. Tulislah identitas kalian dengan jelas!
2. Tulislah hasil diskusi kelompokmu atau jawablah soal yang tertera dalam LKPD secara diskusi!

### I. Amati gambar yang tertera pada LKPD berikut ini! Kemudian analisislah!

Gambar A



Gambar B



Gambar C



Gambar D



3. Kerjakan soal dibawah ini dengan tepat berdasarkan gambar tersebut!
- 1) Dari keempat gambar tersebut, gambar manakah yang kalian sukai? Jelaskan pendapat kalian!  
Jawab:.....
  - 2) Menurut kalian, gambar manakah yang menunjukkan pola hidup sehat?  
Jawab:.....
  - 3) Menurut kalian, gambar manakah yang menunjukkan pola hidup tidak sehat?  
Jawab:.....
  - 4) Bagaimana upaya yang dilakukan agar tangan tetap bersih dan sehat?  
Jawab:.....
  - 5) Mengapa menjaga Kesehatan tangan itu penting?  
Jawab:.....
  - 6) Bagaimana upaya yang dilakukan agar badan sehat dan bugar?  
Jawab:.....
  - 7) Mengapa menjaga Kesehatan badan itu penting?  
Jawab:.....
  - 8) Uraikanlah penerapan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari selain yang tertera pada gambar!

## II. Bacalah bacaan berikut ini!

### Membuat Poster

Penulis : Irwan Kustiawan

## III. Bacalah bacaan yang berjudul berikut ini!

### 7 Langkah Cara Mencuci Tangan Yang Benar Menurut WHO

(<http://dinkes.sumutprov.go.id/artikel/7-langkah-cara-mencuci-tangan-yang-benar-menurut-who> diakses pada tanggal 6 Januari 2022 pikul 08.20)

Setelah membaca bacaan berjudul “7 Langkah Cara Mencuci Tangan Yang Benar Menurut WHO” jawablah pertanyaan -pertanyaan berikut ini dengan tepat!

1. Buatlah poster tentang langkah mencuci tangan dengan benar!
2. Demonstrasikan langkah mencuci tangan secara berkelompok di depan kelas!

## LAMPIRAN PENILAIAN

### A. Penilaian sikap

### LEMBAR OBSERVASI

Tema : Sehat Itu penting

Sub Tema : Menerapkan hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari

Kelas / Semester : V / 1

---

No	Kelompok	Aspek yang dinilai			Jml Skor
		Kerjasama	Kerapian	Hasil	
1	Apel				
2	Jeruk				
3	Anggur				
4	Kelengkeng				

#### Keterangan :

**1. Kerjasama**

Skor 3 : Semua siswa dalam kelompok bekerjasama mengerjakan soal

Skor 2 : Pengerjaan soal di dominasi salah satu siswa

Skor 1 : Siswa tidak mengerjakan soal

**2. Kerapian**

Skor 3 : Hasil pekerjaan rapi

Skor 2 : Hasil pekerjaan kurang rapi

Skor 1 : Hasil pekerjaan tidak rapi

**3. Hasil**

Skor 3 : Semua hasil pekerjaan benar dan tepat waktu

Skor 2 : Hasil pekerjaan banyak yang benar tetapi tidak selesai

Skor 1 : Hasil pekerjaan banyak kesalahan dan tidak selesai

( **Nilai** =  $\frac{\text{Skor yang diperoleh}}{\text{Skor Maksimal}} \times 100 = \dots$  )

Skor Maksimal

B. Penilaian Pengetahuan

Jenis tes tertulis

Muatan IPA

I. Amati gambar yang tertera pada LKPD berikut ini! Kemudian analisislah!

Gambar A



Gambar B



Gambar C



Gambar D



Kerjakan soal dibawah ini dengan tepat berdasarkan gambar tersebut!

- 1) Dari keempat gambar tersebut, gambar manakah yang kalian sukai? Jelaskan pendapat kalian!  
Jawab:.....
- 2) Menurut kalian, gambar manakah yang menunjukkan pola hidup sehat?  
Jawab:.....
- 3) Menurut kalian, gambar manakah yang menunjukkan pola hidup tidak sehat?  
Jawab:.....
- 4) Bagaimana upaya yang dilakukan agar tangan tetap bersih dan sehat?  
Jawab:.....
- 5) Mengapa menjaga Kesehatan tangan itu penting?  
Jawab:.....
- 6) Bagaimana upaya yang dilakukan agar badan sehat dan bugar?  
Jawab:.....
- 7) Mengapa menjaga Kesehatan badan itu penting?  
Jawab:.....
- 8) Uraikanlah penerapan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari selain yang tertera pada gambar!

Muatan Bahasa Indonesia

1. Uraikan ciri-ciri poster berdasarkan informasi yang kamu peroleh dari bacaan yang berjudul “Membuat Poster”!
2. Uraikan tujuan poster berdasarkan informasi yang kamu peroleh dari bacaan yang berjudul “Membuat Poster”!

Pedoman penskoran

- a. Skor 0 jika tidak dijawab
- b. Skor 1 jika dijawab tetapi jawaban salah
- c. Skor 2 jika jawaban benar

$$(\text{Nilai} = \frac{\text{Skor yang diperoleh} \times 100}{\text{Skor Maksimal}} = \dots)$$

C. Penilaian Keterampilan

- a. Muatan IPA  
Demonstrasikan langkah mencuci tangan secara berkelompok di depan kelas!
- b. Muatan Bahasa Indonesia  
Buatlah poster tentang langkah mencuci tangan dengan benar!

Rubrik penilaian poster

<b>Aspek / Kategori / Kriteria</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>
Isi / teks	Isi teks singkat, padat akan informasi, jelas keterbacaannya	Dua dari kriteria isi / teks yang baik dipenuhi, sementara salah satu kriteria tidak dipenuhi	Hanya salah satu dari kriteria isi / teks yang baik dipenuhi, sementara dua kriteria tidak dipenuhi	Isi teks terlalu panjang, miskin informasi, tidak jelas keterbacaannya (seluruh kriteria tidak terpenuhi)
Desain	Warna menarik, ukuran elemen penyusun proporsional, pesan yang ingin disampaikan menjadi pusat perhatian (ketiga kriteria terpenuhi)	Dua dari kriteria desain yang baik dipenuhi, sementara salah satu kriteria tidak dipenuhi	Hanya salah satu dari kriteria desain yang baik dipenuhi, sementara dua kriteria	Warna, ukuran elemen penyusun, pusat perhatian tidak menunjukkan desain yang baik (seluruh kriteria tidak terpenuhi)

			tidak dipenuhi	
Gambar	Gambar menarik, bermakna sebagai penyampai pesan, dan orisinil (ketiga kriteria terpenuhi)	Dua dari kriteria gambar yang baik dipenuhi, sementara salah satu kriteria tidak dipenuhi	Hanya salah satu dari kriteria gambar yang baik dipenuhi, sementara dua kriteria tidak dipenuhi	Gambar tidak menarik, tidak bermakna sebagai penyampai pesan, dan tidak orisinil (seluruh kriteria desain yang baik tidak terpenuhi)
Ketersampaian Pesan	Pesan sangat mudah ditangkap pembaca	Pesan cukup mudah ditangkap pembaca	Pesan sulit ditangkap pembaca	Pesan tidak dapat ditangkap pembaca

( **Nilai** =  $\frac{\text{Skor yang diperoleh} \times 100}{\text{Skor Maksimal}}$  = .... )

Rubrik penilaian praktek cuci tangan

<b>Aspek / Kategori / Kriteria</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>
Peralatan cuci tangan	Peralatan lengkap meliputi air mengalir, sabun, kain lap	Dua kriteria dipenuhi, sementara salah satu kriteria tidak dipenuhi	Hanya salah satu dari kriteria dipenuhi, sementara dua kriteria tidak dipenuhi	(seluruh kriteria tidak terpenuhi)
Langkah-langkah mencuci tangan	(ketujuh kriteria terpenuhi)	Hanya 5-6 kriteria terpenuhi	Hanya 3-4 kriteria terpenuhi	Hanya 1-2 kriteria terpenuhi