

# **PERANGKAT PEMBELAJARAN**

**KURIKULUM 2013**

**KELAS V (LIMA)**

**TEMA 4 SEHAT ITU PENTING**

**SUB TEMA 2**

**GANGGUAN KESEHATAN PADA ORGAN PEREDARAN DARAH**

**PEMBELAJARAN 2**

**TOPIK**

**MENERAPKAN HIDUP SEHAT DALAM KEHIDUPAN SEHARI-HARI**

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Mengikuti Simulasi Mengajar  
Seleksi Program Sekolah Penggerak Tahap 2



**Disusun oleh :**

**DEDE SETIAWAN, M.M.Pd.**

**NIP 19670923 198803 1 006**

**SD NEGERI CIBEUREUM KECAMATAN CIPONGKOR**

**DINAS PENDIDIKAN**

**KABUPATEN BANDUNG BARAT**

**2021**

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Satuan Pendidikan : SDN Cibeureum  
Kelas/Semester : V (Lima) / 1  
Tema 4 : Sehat Itu Penting  
Subtema 2 : Gangguan Kesehatan Pada Organ Peredaran Darah  
Pembelajaran : 2  
Alokasi Waktu : 10 Menit

### A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Melalui pengamatan gambar, siswa dapat mengidentifikasi hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari dengan benar.
2. Melalui diskusi kelompok kecil, siswa dapat menjelaskan pentingnya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari dengan percaya diri.
3. Melalui kegiatan mencari informasi, siswa dapat menerapkan hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari dengan penuh tanggung jawab.

### B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

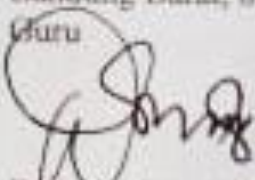
Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
<b>Pendahuluan</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Melakukan pembukaan dengan salam dan dilanjutkan dengan menayakan kabar, dan mengecek kehadiran siswa dilanjutkan dengan membaca doa (<b>Orientasi</b>)</li><li>2. Memeriksa kebersihan kelas, kehadiran, kerapian berpakaian, posisi tempat duduk disesuaikan dengan kegiatan pembelajaran. (<b>Orientasi</b>)</li><li>3. Mengaitkan materi sebelumnya tentang “Manusia rentan terhadap gangguan organ tubuhnya” dengan materi yang akan dipelajari tentang “pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari”. (<b>Apersepsi</b>)</li><li>4. Bertanya jawab tentang pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam mencegah penyebaran Covid-19. (<b>Apersepsi</b>)</li><li>5. Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari dalam kehidupan sehari-hari. (<b>Motivasi</b>)</li></ol>	2 menit
<b>Inti</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Siswa diminta mengamati dua gambar yang dipasang di papan tulis.</li><li>2. Siswa menjawab pertanyaan berdasarkan gambar yang diamati.</li></ol>	6 menit

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
	5. Masing-masing kelompok mempresentasikan hasil diskusinya di depan kelas. 6. Siswa curah pendapat saling mencocokkan dan saling konfirmasi tentang hasil pengamatan mereka pada gambar. 7. Guru memberikan pertanyaan penutup dan memberikan penguatan tentang pentingnya menjaga hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. 8. Bersama menyusun program hidup sehat sehari-hari (papan control hidup sehat)	
<b>Penutup</b>	1. Bersama siswa menarik kesimpulan tentang pentingnya melaksanakan dan menjaga hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. 2. Siswa mengerjakan soal sebagai penilaian hasil belajar. 3. Guru memberikan tindak lanjut berupa penugasan kepada siswa untuk mencatat perilaku hidup bersih dan sehat yang dilakukan di rumah masing-masing. 4. Menutup pembelajaran dengan membaca do'a bersama-sama.	

#### G. PENILAIAN PEMBELAJARAN

1. Penilaian pengetahuan melalui tes tertulis
2. Penilaian sikap sosial melalui jurnal
3. Penilaian keterampilan melalui praktek hidup sehat.


  
 Kepala SDN Cibeureum  
 Dede Setiawan, M.M.Pd.  
 NIP.19670923 198803 1 006

Bandung Barat, 8 April 2021  
 Guru  
  
 Dede Setiawan, M.M.Pd.  
 NIP.19670923 198803 1 006

## LAMPIRAN 1

### BAHAN AJAR

#### Menerapkan Hidup Sehat Dalam Kehidupan Sehari-Hari



Kesehatan merupakan salah satu aspek yang langsung berhubungan dengan kehidupan manusia. Kita bisa menikmati hidup dengan nyaman jika memiliki badan yang sehat. Namun untuk mendapatkan badan yang sehat, kita perlu menerapkan pola hidup bersih dan sehat. Manusia membutuhkan perilaku hidup sehat untuk meningkatkan kualitas diri agar dapat hidup lebih lama dengan sehat dan mandiri.

Contoh perilaku sehat dalam kehidupan sehari-hari:

- a. Mencuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah makan
- b. Mengonsumsi jajanan sehat
- c. Menggunakan jamban bersih dan sehat
- d. Olahraga yang teratur
- e. Memberantas jentik nyamuk
- f. Tidak merokok di lingkungan sekolah
- g. Membuang sampah pada tempatnya

Manfaat dari menerapkan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari adalah:

- a. Gaya hidup sehat membantu dalam memperpanjang usia.
- b. Dapat tidur lebih nyenyak
- c. Dapat belajar lebih baik
- d. Merasa damai dan tenang
- e. Dapat berpikir sehat
- f. Berkehidupan dan berinteraksi sosial dengan baik
- g. Menjaga imun sehingga terhindar dari berbagai penyakit
- h. Tentunya lebih bahagia dan terlihat bugar

## LAMPIRAN 2

### LEMBAR KERJA SISWA

#### A. Amatilah kedua gambar di bawah ini!



**Gambar A**



**Gambar B**

1. Gambar manakah yang paling kamu sukai? Berikan alasanmu!
2. Menurut pendapat kalian manakah cara cuci tangan yang sehat?

#### B. Amatilah gambar dibawah ini!



**Gambar A**



**Gambar B**

1. Menurut pendapat kalian manakah gambar anak yang sehat?
2. Apa saja upaya yang dilakukan agar tetap bersih dan sehat?
3. Mengapa menjaga kesehatan itu penting?

LAMPIRAN 3

MEDIA PEMBELAJARAN



**PAPAN KONTROL SEHAT**  
**KELAS V**  
**SDN CIBEUREUM**

NO	INDIKATOR	DIKUKUN		KET
		😊	☹️	
1	Cuci Tangan Pakai Sabun (CPTS)			
2	Pakai Masker			
3	Jaga Jarak			
4	Mandi			
5	Membersihkan Kelas			
6	Membersihkan Lingkungan			
7	Minum Air Dimasak			
8	Potong Kuku			
9	Tidak Jajan Sembarangan			
10	Istirahat Cukup			

Mengetahui,  
Guru  
  
H. Setiawan, M.M.Pd.  
NIP. 19670923 198803 1006

## LAMPIRAN 4 PENILAIAN

### 1. Teknik Penilaian:

- a. Penilaian Sikap:
    - 1) Jurnal Temuan oleh Guru (Sikap Spiritual dan Sosial)
  - b. Penilaian Pengetahuan:
    - 1) Tes Tertulis
  - c. Penilaian Keterampilan:
    - 1) Unjuk Kerja
2. Bentuk Instrumen Penilaian
    - a. Sikap
      - ✓ Jurnal Temuan (Instrumen Penilaian Sikap Spiritual)

No.	Nama Siswa	Catatan Perilaku	Butir Sikap	Tindak Lanjut
1				
2				

### ✓ Observasi (Instrumen Penilaian Sikap Spiritual)

No.	Nama Siswa				Jumlah	Predikat
		1	2	3		
1						
2						

### Keterangan :

- 1 : Mengucapkan salam ketika memulai aktivitas  
 2 : Bertutur kata sesuai dengan norma agama.  
 3 : Rendah hati dan tidak merendahkan orang lain.

Predikat :

- (A) Baik Sekali : 3  
 (B) Baik : 2  
 (C) Cukup : 1  
 (D) Kurang : 0

Skor	Penjelasan
1	Jika sikap yang diharapkan muncul
0	Jika sikap yang diharapkan tidak muncul

### ✓ Jurnal Temuan (Instrumen Penilaian Sosial)

Butir Sikap: jujur, disiplin, tanggung jawab, percaya diri,

No.	Waktu	Nama	Catatan Perilaku	Butir sikap	Tindak lanjut	Hasil

**b) Penilaian Pengetahuan**

Siswa mengerjakan soal-soal latihan tertulis.

Tes Evaluasi

Jawablah pertanyaan berikut dengan jawaban yang tepat!

1. Sebutkan tiga contoh perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari!
2. Mengapa kita perlu melakukan hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari?
3. Sebutkan tiga manfaat jika kita menerapkan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari!

Kunci Jawaban:

1. a. Mencuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah makan,  
b. Mengonsumsi jajanan sehat,  
c. Menggunakan jamban bersih dan sehat.  
d. Olahraga yang teratur.  
e. Memberantas jentik nyamuk.  
f. Tidak merokok di lingkungan sekolah.  
g. Membuang sampah pada tempatnya.
2. Manusia membutuhkan perilaku hidup sehat untuk meningkatkan kualitas diri agar dapat hidup lebih lama dengan sehat dan mandiri.
3. a. Gaya hidup sehat membantu dalam memperpanjang usia.  
b. Dapat tidur lebih nyenyak  
c. Dapat belajar lebih baik  
d. Merasa damai dan tenang  
e. Dapat berpikir sehat  
e. Berkehidupan dan berinteraksi sosial dengan baik  
f. Menjaga imun sehingga terhindar dari berbagai penyakit  
g. Tentunya lebih bahagia dan terlihat bugar

Muatan Pelajaran	Nomor Soal	Bentuk Soal	Jumlah Bobot soal
IPA	1	Uraian	30
	2	Uraian	40
	3	Uraian	30
Bobot Maksimal			100

Pedoman Penskoran :  $NA = \frac{Skor\ pencapaian\ siswa}{Skor\ Maximal} \times 100$



## 1) Penilaian Keterampilan

Penilaian uji unjuk kerja

a. Papan kontrol sehat

NO	INDIKATOR	DI AKUKAN		KET
				
1	Cuci Tangan Pakai Sabun (CPTS)			
2	Pakai Masker			
3	Jaga Jarak			
4	Mandi			
5	Membersihkan Kelas			
6	Membersihkan Lingkungan			
7	Minum Air Dimasak			
8	Potong Kuku			
9	Tidak Jajan Sembarangan			
10	Istirahat Cukup			

**Mengetahui,  
Guru**

**Dede Setiawan, M.M.Pd.  
NIP 19670923 198803 1006**

**LAMPIRAN 5**

**LEMBAR EVALUASI**

Nama : .....

NISN : .....

**Jawablah pertanyaan berikut dengan jawaban yang tepat!**

1. Sebutkan tiga contoh perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari!

---

---

---

2. Mengapa kita perlu melakukan hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari?

---

---

---

3. Sebutkan tiga manfaat jika kita menerapkan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari!

---

---

---