

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan	: SDN Kesatrian 1
Kelas/ Semester	: V / I
Tema	: 4 ( Sehat itu Penting)
Sub Tema	: 3 (Cara Memelihara Kesehatan Organ Peredaran Darah Manusia)
Pembelajaran ke	: 1
Alokasi waktu	: 10 Menit

### A. KOMPETENSI DASAR DAN INDIKATOR

MUATAN	KOMPETENSI DASAR	INDIKATOR
IPA	3.4 Memahami organ peredaran darah dan fungsinya pada hewan dan manusia serta cara memelihara kesehatan organ peredaran darah.	3.4.1 Mengidentifikasi berbagai macam penyakit yang mempengaruhi organ peredaran darah manusia dan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah.
	4.4 Menyajikan karya tentang organ peredaran darah pada manusia.	4.4.1 Menyajikan karya tentang cara mencegah gangguan pada organ peredaran darah pada manusia

### B. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Melalui kegiatan mengamati video 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 dengan tepat.
2. Melalui kegiatan diskusi kelompok, siswa dapat membuat peta konsep tentang berbagai cara mencegah gangguan pada organ peredaran darah pada manusia dengan cermat.

### C. LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN

KEGIATAN	DESKRIPSI KEGIATAN	WAKTU
PENDAHULUAN	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Guru memberi salam pada seluruh siswa, menyapa siswa dengan bertanya kabar dan keadaan siswa selama dirumah, dan dilanjutkan dengan mengajak berdoa dengan menunjuk ketua kelas untuk memimpin.</li><li>2. Guru melanjutkan dengan mengecek kehadiran siswa.</li><li>3. Guru melakukan apersepsi dengan memberikan sebuah pantun. Jika pergi ke Pulau Madura Harus lewat sebuah selat Rajinlah berolahraga Agar tubuh menjadi sehat. Dilanjutkan dengan memberikan pertanyaan kepada siswa,<ul style="list-style-type: none"><li>• Apa isi pantun tersebut?</li><li>• Apa yang perlu kalian lakukan agar tubuh tetap sehat?</li></ul></li><li>4. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran dan kegiatan yang akan dilakukan.</li></ol>	2 menit

KEGIATAN	DESKRIPSI KEGIATAN	WAKTU
INTI	<p><b>Fase 1 : Orientasi Peserta Didik Pada Masalah</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa menyimak arahan guru tentang hal-hal yang perlu diperhatikan saat mengamati video.</li> <li>2. Siswa memperhatikan dan menyimak video tentang berbagai penyakit yang mempengaruhi organ peredaran darah dan cara pencegahannya,</li> <li>3. Siswa dan guru melakukan kegiatan tanya jawab mengenai isi dari video yang telah disimak. Guru mengajukan beberapa pertanyaan pada siswa, diantaranya sebagai berikut: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Apa saja penyakit yang dapat mempengaruhi organ peredaran darah kita?</li> <li>• Bagaimana cara kita menjaga kesehatan organ peredaran darah?</li> <li>• Mengapa kita harus kesehatan organ peredaran darah?</li> </ul> </li> </ol> <p><b>Fase 2 : Mengorganisasikan peserta didik</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>4. Guru membagi siswa ke dalam kelompok 4 kelompok.</li> <li>5. Siswa diberikan lembar kegiatan kelompok oleh guru.</li> <li>6. Guru memberikan petunjuk tentang kegiatan kelompok yang dilaksanakan siswa, seperti menuliskan penyakit yang mempengaruhi organ peredaran darah dan cara mencegahnya.</li> <li>7. Siswa melakukan kegiatan diskusi dengan kelompoknya masing-masing.</li> </ol> <p><b>Fase 3 : Membimbing Penyelidikan Individu atau kelompok</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>8. Siswa diminta untuk menuliskan 4 penyakit yang mempengaruhi organ peredaran darah dan cara pencegahannya.</li> <li>9. Siswa menuliskan hasil diskusinya pada lembar kegiatan yang telah dibagikan oleh guru.</li> <li>10. Guru memastikan bahwa setiap kelompok telah menyelesaikan tugas pertama yang diberikan.</li> <li>11. Siswa menyimak penjelasan guru tentang tugas ke-2 yaitu membuat peta konsep.</li> <li>12. Siswa bersama dengan anggota kelompoknya membuat peta konsep tentang penyakit yang mempengaruhi organ peredaran darah dan cara mencegahnya pada kertas yang telah disediakan oleh guru.</li> </ol> <p><b>Fase 4 : Mengembangkan dan Menyajikan hasil karya</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>13. Setiap kelompok siswa melakukan presentasi hasil diskusi yang telah dilakukannya.</li> <li>14. Guru memberikan kesempatan pada siswa untuk saling berbagi dan bertanya tentang hasil diskusi kelompok lain. Dengan aturan: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kelompok 1 melakukan presentasi, ditanggapi oleh</li> </ul> </li> </ol>	6 Menit

KEGIATAN	DESKRIPSI KEGIATAN	WAKTU
	<p>kelompok 2.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kelompok 2 melakukan presentasi, ditanggapi oleh kelompok 3.</li> <li>• Kelompok 3 melakukan presentasi, ditanggapi oleh kelompok 4.</li> <li>• Kelompok 4 melakukan presentasi, ditanggapi oleh kelompok 1.</li> </ul> <p>15. Siswa lainnya diperbolehkan untuk menanggapi berdasarkan pendapat dan pemahaman serta sikapnya sendiri.</p> <p><b>Fase 5 : Menganalisis dan mengevaluasi proses pemecahan masalah.</b></p> <p>16. Siswa dan guru melakukan tanya jawab diantaranya sebagai berikut:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Apa perasaan kalian setelah mengetahui penyakit yang mempengaruhi organ peredaran darah?</li> <li>• Mengapa kalian merasakan perasaan tersebut?</li> <li>• Menurut kalian apakah penting kita menjaga kesehatan organ peredaran darah mulai saat ini? Mengapa?</li> </ul> <p>17. Guru memberikan penguatan terhadap materi yang telah didiskusikan bersama.</p>	
PENUTUP	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru menanyakan kepada siswa tentang materi yang belum dipahami oleh siswa.</li> <li>2. Siswa mengerjakan soal evaluasi kegiatan hari ini.</li> <li>3. Guru dan siswa melakukan refleksi mengenai kegiatan pembelajaran. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Apa saja yang sudah dipelajari pada hari ini?</li> <li>• Bagaimana perasaan setelah mempelajari materi ini?</li> <li>• Apa kegiatan yang paling disukai?</li> <li>• Informasi apa yang ingin diketahui lebih lanjut?</li> </ul> </li> <li>4. Guru memberikan tindak lanjut berupa tugas untuk mempelajari materi selanjutnya.</li> <li>5. Menyanyikan salah satu lagu daerah untuk menumbuhkan Nasionalisme, Persatuan, dan Toleransi</li> <li>6. Guru meminta salah satu siswa untuk memimpin doa penutup.</li> <li>7. Guru mengakhiri pembelajaran dengan salam.</li> </ol>	10 menit

## D. PENILAIAN

### 1. Penilaian Sikap

Pengamatan dan Pencatatan Sikap selama kegiatan menggunakan lembar observasi

#### Lembar Jurnal Hasil Observasi Sikap Sosial

No	Nama siswa	Jujur	Disiplin	Tanggung jawab	Santun	Peduli	Percaya Diri

### 2. Penilaian Pengetahuan

Tes tertulis

### 3. Penilaian Keterampilan

#### Rubrik Penilaian :

#### Rubrik Mempresentasikan Berbagai Gangguan Organ Peredaran Darah

Aspek	Baik Sekali	Baik	Cukup	Perlu Bimbingan
	4	3	2	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.

Mengetahui,  
Kepala Sekolah

Malang, Juli 2021  
Guru Kelas V

Ike Ernaningsih, S.Pd., M.Pd  
NIP. 19730912 199707 2 001

Tenri Atmasari, S.Pd  
NIP. 19920317 201902 2 004

# LEMBAR KEGIATAN KELOMPOK

NAMA ANGGOTA KELOMPOK :

Diskusikanlah dengan kelompokmu.

Tuliskan 5 jenis penyakit yang mempengaruhi organ peredaran darah manusia beserta cara pencegahannya!

No.	Penyakit	Cara Pencegahannya
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		

# EVALUASI

Nama :  
Kelas :  
No. Presensi :

## Jawablah pertanyaan-pertanyaan berikut ini dengan benar!

1. Pola makanan berikut yang merupakan sebuah upaya untuk menjaga kesehatan peredaran darah adalah ...
  - a) Banyak mengonsumsi makanan berlemak
  - b) Mengurangi konsumsi makanan berlemak
  - c) Banyak mengonsumsi makanan berprotein
  - d) Mengurangi konsumsi makanan berprotein
2. Berikut ini yang bukan merupakan upaya mencegah penyakit peredaran darah adalah ....
  - a) Istirahat yang cukup
  - b) Olahraga secara teratur
  - c) Menghindari asap rokok
  - d) Mengonsumsi makanan berkolesterol tinggi
3. Penyakit tekanan darah tinggi disebut juga dengan istilah ....
  - a) Hemofilia
  - b) Leukimia
  - c) Hipotensi
  - d) Hipertensi
4. Cara mencegah penyakit anemia antara lain adalah ... .
  - a) Memperbanyak tidur di siang hari
  - b) Banyak mengonsumsi susu sapi
  - c) Mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi
  - d) Sering berjemur ketika di pagi hari
5. Penyakit yang menyerang organ peredaran darah contohnya adalah ... .
  - a) Tifus
  - b) Disentri
  - c) Stroke
  - d) Malaria
6. Berikut ini yang termasuk gangguan pada organ peredaran darah manusia yang disebabkan oleh faktor keturunan adalah
  - a) anemia
  - b) varises
  - c) leukemia
  - d) hemofilia
7. Cara menjaga kesehatan jantung kita adalah dengan ... .
  - a) olahraga keras setiap hari
  - b) lari ratusan kilometer setiap pagi
  - c) olahraga teratur setiap hari
  - d) mengonsumsi suplemen penguat jantung
8. Aterosklerosis adalah salah gangguan organ peredaran darah yang disebabkan oleh pengerasan dinding arteri. Hal tersebut bisa diakibatkan karena ....
  - a. Penumpukan oksigen di tubuh
  - b. Penumpukan lemak di lapisan dalam arteri
  - c. Terlalu banyak menghirup CO<sub>2</sub>
  - d. Pembengkakan di lapisan pembuluh vena
9. Makan buah-buahan seperti pisang dan alpukat serta mengurangi mengonsumsi makanan yang menggunakan garam dapur dapat mencegah penyakit ....
  - a. Thalassemia
  - b. Diare
  - c. Hipertensi
  - d. Hemofilia
10. Salah satu olahraga yang dapat membantu melancarkan peredaran darah adalah...
  - a. Tidur di sofa
  - b. Bersepeda di pagi Hari
  - c. Membaca buku sambil berbaring
  - d. sarapan pagi