RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SDN 10 V Koto Kampung Dalam

Kelas / Semester : Lima (V) / I (Satu)
Tema : (4) Sehat itu Penting

Sub Tema : (3) Cara Memelihara Kesehatan Organ

Peredaran Darah Manusia

Pembelajaran Ke : (I) Pertama

Alokasi Waktu : 10 Menit

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Setelah mengamati teks "Manfaat Bersepeda", siswa mampu membuat pantun secara lisan, tertulis, dan runtut secara benar

- 2. Melalui pantun yang dibuat secara lisan, tertulis, dan runtut, siswa mampu membacakan pantun hasil karya sendiri dengan lafal dan intonasi yang tepat.
- 3. Setelah mengamati vidio tentang peredaran darah manusia, siswa mampu merumuskan organ peredaran darah pada manusia serta menerapkan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah dalam kehidupan sehari-hari dengan benar
- 4. Setelah berdiskusi tentang gangguan kesehatan pada organ peredaran darah manusia, siswa mampu menampilkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari agar terhindar dari berbagai penyakit organ peredaran darah dengan tepat

B. KOMPETENSI DASAR DAN INDIKATOR

Muatan: Bahasa Indonesia

No	Kompetensi	Indikator
3.6	Menggali isi dan amanat pantun yang disajikan secara lisan dan tulis dengan tujuan untuk kesenangan.	3.6.1 Membuat pantun secara lisan, tertulis serta amanat pantun dengan tujuan untuk hiburan

4.6	Melisankan pantun hasil karya pribadi	4.6.1 Membacakan pantun hasil karya		
	dengan lafal, intonasi, dan ekspresi yang	sendiri dengan lafal dan intonasi		
	tepat sebagai bentuk ungkapan diri	yang tepat.		

Muatan: IPA

No	Kompetensi	Indikator
3.4	Menjelaskan organ peredaran darah dan fungsinya pada hewan dan manusia serta cara memelihara kesehatan organ peredaran darah.	3.4.1 Merumuskan organ peredaran darah pada manusia serta menerapkan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah dalam kehidupan sehari-hari
4.4	Menyajikan karya tentang organ peredaran darah pada manusia	4.4.1 Menampilkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari agar terhindar dari berbagai penyakit organ peredaran darah

C. MATERI PEMBELAJARAN

- 1. Pantun serta jenis-jenis Pantun
- 2. Organ Peredaran Darah Pada Manusia
- 3. Gangguan yang terjadi Pada Organ Peredaran Darah Manusia
- 4. Menerapkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari agar terhindar dari berbagai penyakit organ peredaran darah

D. PENDEKATAN / METODE, MODEL

➤ Pendekatan : Saintifik.- TPACK

- Mengamati
- Menanya
- Mencoba
- Menalar
- Mengkomunikasikan

Metode : Penugasan, tanya jawab, diskusi, dan ceramah.

➤ Model : Inquiri

- Orientasi
- Merumuskan Masalah

- Merumuskan Hipotesis
- Tahap pengumpulan data
- Menguji Hipotesis
- Menarik Kesimpulan

E. MEDIA PEMBELAJARAN, SUMBER, ALAT

Media

- > Pantun
- Lagu "Aku Anak Sehat"
- > Teks Bacaan "Manfaat Bersepeda"

Sumber:

- ➤ Kemendikbud. 2016. Permen Nomor 24 Tahun 2016. Jakarta: Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan
- Faisal. 2017. Buku Guru Kelas V Tema 5 Sehat itu Penting. Jakarta: Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan
- ➤ Faisal. 2017. *Buku Siswa Kelas V Tema 5 Sehat itu Penting* . Jakarta: Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan

Alat : LKPD I, LKPD II

F. LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN

Kegiatan	Kegiatan Guru	Kegiatan Siswa	Alokasi
			Waktu
Kegiatan	1. Guru mengucapkan salam	1. Siswa menjawab salam guru	`2 Menit
Awal	dan menanyakan kabar	dan menanggapi pertanyaan	
		guru	
	2. Guru mengajak siswa untuk berdo'a. do'a dipimpin oleh salah seorang siswa.	2. Siswa menanggapi perintah guru dan berdoa bersama sebelum pembelajaran dimulai (religius dan integritas).	
	3. Guru melakukan presensi kepada siswa yang hadir	3. Siswa menanggapi presensi dari guru	
		Fase I : Orientasi	
	4. Guru melakukan apersepsi	4. Siswa Menyanyikan lagu "Aku	
	melalui lagu "Aku Anak	Anak Sehat"(TPACK).	
	Sehat " (TPACK).	Setelah menelaah lagu tersebut,	

	5. Guru bertanya kepada siswa tentang apa saja yang diceritakan dari lagu "Aku Anak Sehat". Setelah itu guru menyampaikan bahwa lagu "Aku Anak Sehat" ini akan berhubungan dengan pembelajaran berikutnya.	siswa mengkontruksikan tentang lagu dengan hidup sehat dalam kehidupan seharihari (Critical Thinking and Problem Solving, C6) 5. Melalui lagu Siswa menemukan cara agar kita tetap sehat dalam melaksanakan aktivitas dalam kehidupan sehari-hari (TPACK)	
	6. Guru menyampaikan Tujuan Pembelajaran dan materi pelajaran yang akan dilaksanakan yaitu Tema: 4 Subtema 3 Pembelajaran 1	6. Siswa menganalisis Tujuan Pembelajaran yang disampaikan oleh guru (4C)	
Kegiatan Inti	7. Guru Membaca Pantun mengenai pola hidup sehat	7. Siswa mendengarkan guru membacakan sebuah pantun	6 Menit
		Fase II : Merumuskan Masalah	
	 8. Guru mengajak siswa membaca Teks "Manfaat Bersepeda Santai" 9. Guru memberikan tugas kepada siswa menuliskan pantun berdasarkan teks bacaan 	 8. Siswa membaca dan menggali imformasi dari teks"Manfaat Bersepeda" (Critical Thinking and Problem Solving, 4C) 9. Siswa membuat pantun berdasarkan isi teks 	
	10. Guru memfasilitasi siswa bertanya jawab mengenai isi teks dan menghubungkannya dengan organ peredaran darah pada manusia	10.Siswa mengamati dan merumuskan organ peredaran darah pada manusia (HOTS) Fase III : Merumuskan Hipotesis	

- Guru membagi siswa beberapa kelompok dan memberikan LKPD
- 12. Guru memfasilitasi diskusi kerja kelompok dan memberikan Reward/ hadiah

- 13. Guru mengajukan pertanyaan mengenai gangguan kesehatan pada organ peredaran darah manusia.
- 14. Guru dan siswa bertanya jawab dan menghubungkan organ peredaran darah manusia dengan cara memeliharanya
- 16. Guru menyampaikan penguatan materi dan bertanya pesan moral apa yang kita petik dari materi yang sudah dipelajari

Kegiatan Akhir

- 17. Guru bersama siswa menyimpulkan pembelajaran
- 18. Guru bersama siswa melakukan refleksi :

- 11. Siswa duduk dalam kelompok yang sudah disusun serta membuat LKPD (Communication)
- 12. Siswa berdiskusi dalam kelompoknya dan mempersentasikan hasil kerja kelompok (Kolaborasi)

Fase IV : Tahap Pengumpulan Data

13. Siswa menemukan berbagai gangguan kesehatan pada organ peredaran darah manusia (HOTS)

Fase V : Menguji Hipotesis

14. Siswa merangkum organ peredaran darah manusia serta menghubungkan dengan cara menerapkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari

Fase VI: Menarik Kesimpulan

- 16. Siswa mengkontruksikan penguatan materi yang disampaikan guru dan bersama-sama dengan guru menyimpulkan pesan moral yang berhubungan dengan materi yang sudah dipelajari
- 17. Bersama guru, siswa merangkum kegiatan pembelajaran. (**Kolaborasi**) 18.Siswa bersama guru

2 Menit

- Materi apa saja yang telah
- Materi apa saja yang belum dipahami?
- · Adakah hal-hal yang ingin diketahui oleh siswa lebih lanjut?
- Bagaimana perasaan selama pembelajaran berlangsung?
- 19. Guru menyampaikan tindak pembelajaran lanjut untuk berikutnya. Mengenai tugas yang dijadikan evaluasi. Bagi soal (evaluasi) yang belum dipahami bisa direviu nantinya bersama guru.
- 20. Guru menutup pembelajaran dan diakhiri dengan berdoa

- melakukan refleksi:
- Materi apa yang telah dipahaminya
- Materi apa saja yang belum dipahaminya
- Apa saja hal-hal yang ingin diketahui oleh siswa lebih lanjut
- Meungkapkan perasaan selama pembelajaran berlangsung
- 19. Siswa menyimak apa yang disampaikan guru dan kalau ada yang belum dipahaminya siswa bertanya kepada guru
- 20. siswa menutup pelajaran dan berdoa

G. PENILAIAN/ ASESMENT

1.Penilaian Pengetahuan : Tes Tertulis

: Observasi pada saat kegiatan PBM berlangsung 2. Penilaian Sikap

3.Penilaian Keterampilan : Rubrik Mempresentasikan Berbagai Gangguan Organ Peredaran

Darah dan berkreasi dalam membuat Pantun

Kenala Sekolah & Kampung Dalam

9820801 200604 1 014

Pariaman, 18 Juli 2021 Guru Kelas V

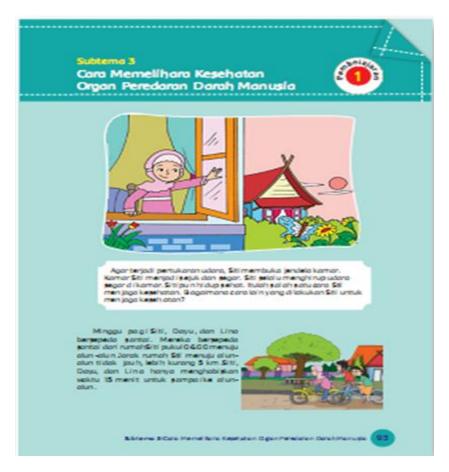
Elisa Febriana, S.Pd Nip: 19880214 201101 2 009

LAMPIRAN I

BAHAN AJAR

Bahasa Indonesia

a. Teks Bacaan "Manfaat Bersepeda"



b. Pantun

Udara dingin dipagi hari Minum teh nikmat terasa Hendaklah kita menjaga diri Kesehatan sangatlah berharga

IPA

c. Organ Peredaran Darah Manusia

1. Jantung

Organ jantung merupakan salah satu organ dalam sistem peredaran darah yang terletak dalam rongga dada, tepatnya di antara paru-paru. Jantung memiliki posisi yang miring sehingga bagian ujungnya yang runcing (apex) menunjuk ke arah bawah ke pelvis kiri dan ujungnya menghadap ke atas bahu kanan. Jantung memiliki dua lapisan, yaitu lapisan dalam (perikardium viseral) dan lapisan luar (perikardium parietal). Pada lapisan jantung terdapat cairan pelumas yang berfungsi untuk mengurangi gesekan ketika jantung memompa darah. Pada dinding jantung terdapat tiga lapisan, yaitu epikardia, miokardia, dan endokardia. Lapisan endokardia merupakan endotelium tipis dan halus yang menjadi pembatas dalam jantung yang berhubungan dengan pembatas pada pembuluh darah.

Jantung terdiri dari empat bagian, yaitu atrium kanan, atrium kiri, ventrikel kanan, dan ventrikel kiri. Dalam sistem peredaran darah, atrium kanan berfungsi sebagai penampung darah yang mengandung sedikit oksigen dari seluruh tubuh melalui vena kava superior dan inferior dan dari jantung melalui sinus koronari. Kemudian darah dipompakan ke ventrikel kanan dan selanjutnya ke paru. Ventrikel kanan menerima darah dari atrium kanan dan dipompakan ke paru-paru melalui arteri pulmonalis. Sedangkan pada atrium kiri berfungsi dalam menerima darah yang mengandung banyak oksigen dari kedua paru melalui empat buah vena pulmonalis. Setelah itu ventrikel kiri menerima darah dari atrium kiri dan dipompakan keseluruh tubuh melalui aorta.

2. Pembuluh Darah

Pembuluh darah adalah jalur untuk darah yang mengalir ke seluruh tubuh dari jantung ke jaringan tubuh, begitu juga dengan sebaliknya. Pembuluh darah dibagi menjadi tiga macam yaitu pembuluh arteri, pembuluh vena dan pembuluh kapiler.

Adapun penjelasannya sebagai berikut :

a. Pembuluh Arteri

Pada pembuluh arteri adalah pembuluh darah yang membawa darah dari jantung menuju pembuluh darah kapiler. Fungsi dari pembuluh darah ini adalah mengalirkan darah dari jantung ke seluruh tubuh. Pembuluh arteri menghantarkan oksigen dan nutrisi ke semua sel, mengangkut zat buangan misalnya karbon dioksida, menjaga keseimbangan mobilitas protein, kimia, unsur-unsur dari sistem kekebalan tubuh dan sel.

b. Pembuluh Kapiler

Pembuluh kapiler merupakan pembuluh darah kecil dengan diameter kurang lebih 5-10 µm. Meskipun pembuluh kapiler memiliki ukuran yang benar-benar kecil namun untuk kuantitas kapiler yang berasal dari arteri termasuk besar agar semua daerah sayatan yang melintang pada aliran darah meningkat. Pembuluh kapiler merupakan penghubung antara

pembuluh arteri dan vena di mana tempat terjadinya pertukaran zat, absorbsi nutrisi pada usus, filtrasi pada ginjal, absorbsi sekret kelenjar.

c. Pembuluh Vena

Pada pembuluh darah vena, berfungsi untuk mengangkut karbon dioksida, menyalurkan darah dari seluruh tubuh menuju jantung. Sistem peredaran darah manusia memiliki fungsi yang sangat penting untuk tubuh, salah satunya sebagai pengangkut darah yang penting ke tubuh.

d. Gangguan yang terjadi pada organ peredaran Darah

- a. Anemia adalah keadaan saat jumlah sel darah merah atau jumlah hemoglobin dalam sel darah merah berada di bawah normal. Anemia ditandai oleh hematokrit (persentase eritrosit dalam volume darah) yang rendah. Jenis anemia antara lain seperti anemia pernisiosa, anemia gizi dan anemia aplastik.
- b. Hemophilia adalah kegagalan dalam proses pembekuan darah pada pembuluh darah yang cedera (darah sulit membeku). Hemophilia disebabkan oleh defisiensi faktor pembekuan darah. Sekitar 80% disebabkan oleh kelainan genetic (penyakit keturunan)
- c. Talasemia, adalah penyakit keturunan yang terjadi akibat kelainan sel darah merah. Sel darah merah berbentuk tidak normal, cepat rusak, kekurangan oksigen dan berumur lebih pendek dari sel darah merah normal. Penderita memerlukan transfuse darah secara berulang-ulang seumur hidupnya.
- d. Hipertensi, adalah tekanan darah arteri meningkat hingga di atas normal (misalnya, diatas 140 mmHg systole/99 mmHg diastole). Hipertensi dapat mengakibatkan pecahnya pembuluh darah dan stroke (tersumbatnya arteri otak).
- e. Hipotensi, adalah tekanan darah arteri menurun hingga dibawah normal (misalnya, kurang dari 90 mmHg systole/60 mmHg diastole). Penyebab hipotensi yaitu kehamilan berbaring terlalu lama karena sakit, komsumsi obat pelangsing yang berlebihan dan dehidrasi.
- f. Thrombus, adalah gumpalan bekuan darah yang menyumbat pembuluh darah ditempat terjadinya kerusakan (misalnya setelah operasi).
- g. Jantung koroner, adalah tersumbatnya arteri koroner sehingga aliran darah yang mencapai sel-sel otot jantung hanya berjumlah sedikit. Jantung koroner dapat disebabkan oleh kebiasaan merokok, makanan berkolesterol tinggi, kegemukan, diabetes mellitus, penuaan, tekanan darah tinggi dan faktor keturunan.
- h. Varises, adalah pelebaran pembuluh darah vena. Biasanya pada anggota tubuh bawah (misalnya betis). Varises disebabkan oleh menurunnya elastisitas pembuluh vena (misalnya karena terlalu lama berdiri atau memakai sepatu hak tinggi yang memaksa vena bekerja lebih berat).

• Cara Menerapkan pola hidup sehat dalam Kehidupan sehari-hari

a. Bangun pagi dan olahraga teratur

Tidak ada salahnya bagi kita yang tinggal di kota untuk meniru kebiasaan orang desa. Mereka lebih dominan sering bangun pagi. Bangun pagi itu sehat, terlebih lagi diselingin dengan olahraga. Melakukan olahraga rutin setiap hari sangat baik untuk kesehatan tubuh, karena olahraga dapat membakar lemak yang ada didalam tubuh kita. Olahraga juga akan membuat kondisi tubuh tetap stabil serta aktivitas yang kita lakukan setiap hari terasa lebih ringan dan kita tidak mudah lelah.

b. Jalani hari dengan semangat

Tiada hari tanpa semangat. Semangat mampu membangkitkan jiwa dan tidak membuat kita menjadi lesuh. Yang pasti semangat mampu menaikkan mental kita.

c. Perbanyak minum air putih

70% manusia terdiri dari air. Kekurangan cairan akan membuat tubuh kita menjadi lemas. Maka banyaklah untuk mengkonsumsi air setiap harinya. Dianjurkan untuk meminum air putih minimal 8 gelas per hari.

d. Biasakan makan dengan teratur

Tidak jarang sebagian orang mengabaikan hal ini. Biasakanlah untuk makan teratur. Jangan pernah menunda-nunda makan. Bila kebiasaan menunda makan sering dilakukan, bukan tidak mungkin akan mendatangkan penyakit seperti asam lambung, maag.

e. Hindari stress berlebihan

Bila stress sudah berlebihan, alangkah baiknya rilekskan diri sejenak. Jangan terlalu membebani hidup dengan stress. Selalu untuk berpikir positif agar hidup kita jauh lebih terarah dan lebih rileks.

f. Istirahat yang cukup

Walau banyak rutinitas yang kita lakukan setiap hari, bukan berarti tubuh kita tidak membutuhkan istirahat. Istirahat yang cukup sangat dianjurkan karena istirahat dapat mengembalikan stamina tubuh serta membuat semangat baru.

Lampiran II

Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD)

Hari /tanggal	•
Nama siswa	•

Judul : Perbedaan Pembuluh Nadi dan Pembuluh Vena

Tujuan : Membandingkan Perbedaan Pembuluh Nadi dan Pembuluh Vena

Langkah Kerja : - Buatlah tabel perbedaan Pembuluh Nadi dan Pembuluh Vena

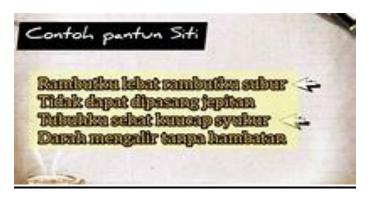
- Isilah tabel sesuai dengan sifat-sifat Pembuluh Nadi dan Vena

	Perbedaan			
No.	Pembuluh Nadi	Pembuluh Balik		
1.	Nama lain pembuluh nadi adalah arteri.	Nama lain pembuluh balik adalah vena.		
2.	Berisi darah bersih (kaya oksigen).	Berisi darah kotor (kaya karbon dioksida).		
3.	Mengalirkan darah dari jantung ke seluruh tubuh.	Mengalirkan darah dari seluruh tubuh ke jantung.		

Lampiran III

Media Pembelajaran

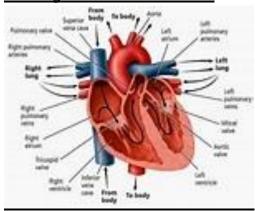
a. Pantun



b. Teks Bacaan



c. Jantung Dan Pembuluh Darah



Lampiran IV

Evaluasi/ Penilaian

a. Penilaian Kognitif/Pengetahuan

> Tes Tulisan

Jawablah pertanyaan ini dengan benar!

- 1. Apa fungsi dari pembuluh darah pada manusia?
- 2. Apa saja cara kita untuk mencegah timbulnya penyakit?
- 3. Apa penyebab terjadinya penyakit jantung koroner?
- 4. Perhatikan pantun berikut ini!

Memang indah bunga selasih

Selasih bunga tanpa getah

Lingkungan asri juga bersih

Belajarnya nyaman hatinya betah

Apa Jenis pantun diatas? Dan apa isi dari pantun tersebut?

5. Sebutkan beberapa penyebab yang menjadi faktor timbulnya penyakit yang berhubungan dengan peredaran darah manusia!

b. Penilaian Afektif/ Sikap

Observasi selama proses pembelajaran berlangsung

No	Tanggal Nama Siswa Catatan Perilaku		Perilaku	Tindak Lanjut	Hasil	
			POSITIF	NEGATIF		

c. Penilaian Keterampilan

* Rubrik Mempresentasikan Berbagai Gangguan Organ Peredaran Darah

and the same of th	Baik Sekali	Baik	Cukup	Perlu Bimbingan	
Aspek	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 pernyakit yang mempengaruhi kerja organ peredaran darah	Menyajikan bagan atau diagram alur untuk menjelaskan berbagai pernyakit yang mempengaruhi kerja organ peredaran darah dengan sistematis bahasa Indonesia yang baik dan benar	Menyajikan bagan atau diagram alur untuk menjelaskan berbagai pernyakit yang mempengaruhi kerja organ peredaran darah dengan cukup sistematis	Menyajikan laporan bagan atau diagram alur untuk menjelaskan berbagai pernyakit yang mempengaruhi kerja organ peredaran darah dengan kurang sistematis	Belum dapat bagan atau diagram alur untuk menjelaskan berbagai pernyakit yang mempengaruhi kerja organ peredaran darah dengan sistematis	

❖ Rubrik Berkreasi Membuat Pantun Jenaka

Aspek	Baik Sekali	Baik Cukup		Perlu Bimbingan	
	4	3	2	1	
Isi dan Pengetahuan: Hasil yang dibuat oleh siswa	 Sesuai dengan ciri-ciri pantun, yaitu: Pantun bersajak a-b-a-b. Satu bait terdiri atas empat baris. Tiap baris terdiri atas 8 sampai 12 suku kata. Terdapat sampiran pada dua baris pertama dan isi pada dua baris berikutnya 	Memenuhi 3 kriteria dari 4 kriteria yang ditetapkan	Memenuhi 2 kriteria dari 4 kriteria yang ditetapkan	Memenuhi 1 kriteria dari 4 kriteria yang ditetapkan	
Penggunaan Bahasa Indonesia yang baik dan benar: Bahasa Indonesia yang baik dan benar digunakan dalam penulisan ringkasan	Bahasa Indonesia yang baik dan benar digunakan dengan efisien dan menarik dalam keseluruhan penulisan	Bahasa Indonesia yang baik dan benar digunakan dengan efisien dalam keseluruhan penulisan	Bahasa Indonesia yang baik dan benar digunakan dengan sangat efisien dalam sebagian besar penulisan	Bahasa Indonesia yang baik dan benar digunakan dengan sangat efisien dalam sebagian kecil penulisan	

H. RENCANA TINDAK LANJUT

> PENGAYAAN DAN REMEDIAL (Terlampir)

a. Pengayaan

- 1) Pengayaan diberikan untuk menambah wawasan siswa mengenai materi pembelajaran yang dapat diberikan kepada siswa yang telah tuntas mencapai KKM.
- 2) Direncanakan berdasarkan IPK atau materi pembelajaran yang membutuhkan pengembangan lebih luas, misalnya :

Peserta didik yang sudah menguasai materi mengerjakan soal pengayaan yang telah disiapkan oleh guru berupa pertanyaan-pertanyaan pilihan ganda dalam buku panduan guru. Guru mencatat dan memberikan tambahan nilai bagi peserta didik yang berhasil dalam pengayaan.

- 3) Siswa diberikan latihan untuk menggali informasi dari teks yang berbeda.
- 4) Siswa diberikan soal-soal latihan yang tingkatan soalnya lebih tinggi dari evaluasi.

b. Remedial

Remedial diberikan kepada siswa yang belum mencapai KKM. Kegiatan remedial ini berupa bimbingan dan pemberian materi yang belum dipahami oleh siswa baik secara kelompok/individu.