

Penyusunan Teknik Pembelajaran Kompetensi Sosial dan Emosional

| Ruang Lingkup | KSE | Teknik Pembelajaran KSE |
|--|---|---|
| <p>Terintegrasi dalam mata pelajaran</p> | <p>Kesadaran diri – pengenalan emosi</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Teknik: Latihan Menyadari Kondisi Tubuh (Body Scanning) 2. Yang dilakukan guru: Arahkan perhatian pada bagian tubuh yang spesifik, seperti contohnya hidung. Tarik napas mendalam, amati bagian tubuh untuk merasakan sensasinya. Sadari apa yang Anda rasakan, namun jangan mencoba untuk memikirkannya. Fokuskan perasaan pada bagian tubuh yang lain pada sistem eksresi, seperti Ginjal, <ol style="list-style-type: none"> 1) Ketika Anda menyadari sesuatu, biarkan pikiran itu tetap di sana dan Kembali perhatikan bagian tubuh Anda. Berlatih untuk tidak terlibat dalam pikiran Anda. 2) Jika Anda memiliki rasa sakit dan tidak nyaman, cukup sadari hal itu, terima, dan Kembali amati tubuh Anda. 3) Ajak murid menceritakan apa yang mereka rasakan setelah latihan tersebut. 3. Yang dikatakan pada murid: Anak – anak hari ini kita akan merefleksikan diri dengan menjaga kesehatan tubuh 4. Tujuan : melatih murid untuk menjadi sadar pada pikiran dalam menjaga kesehatan tubuh agar terhindar dari segala macam penyakit, melatih murid untuk mencintai dirinya dalam membangun penuh perhatian terhadap segala hal dalam hidup dan terbuka hati dalam meghadapi sebuah masalah kesehatan. |
| <p>PROTOKOL (BUDAYA atau TATA TERTIB)</p> | <p>Pengambilan Keputusan yang Bertanggung Jawab</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Teknik: Membuat Kolase Diri 2. Yang dilakukan guru: Murid diminta untuk menyiapkan Buku tulis, kertas, lem, dan alat tulis lainnya. Ajak murid-murid untuk membuat ilustrasi dirinya sendiri dalam bentuk sebuah kolase diri. Kolase yang dibuat harus mendeskripsikan kualitas-kualitas yang ada pada diri mereka. Caranya dengan mengidentifikasi kekuatan, potensi yang dimiliki, hal-hal yang diminati, serta nilai-nilai hidup yang diyakini. 3. Yang dikatakan pada murid: Anak – anak, Refleksikan diri sesuai dengan gambar ilustrasi yang dibuat. Misalkan membuat kolase tentang tata tertib perpakaian, tata tertib mentaati protocol kesehatan covid, Kolase cara berdiskusi yang baik, dll. |

| | | |
|--|--|---|
| | | <p>4. Tujuan : melatih murid untuk merefleksikan tentang kedisiplinan, gotong royong, tata tertib, dan sadar pada pikiran dalam mengemukakan pendapat dengan baik, membiasakan kerjasama dalam menyelesaikan suatu masalah yang sedang dihadapi.</p> |
|--|--|---|

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) JARAK JAUH (DARING)

Satuan Pendidikan : SMP Negeri 3 Maumere
Mata Pelajaran : IPA
Kelas/Semester : VIII / Genap
Materi Pokok : Sistem Ekskresi pada Manusia
Alokasi Waktu : 80 menit

A. Tujuan Pembelajaran

- ❖ Melalui Aktivitas observasi langsung, belajar mandiri, membaca literasi, peserta didik dituntun dapat mengidentifikasi struktur dan fungsi, gangguan dan upaya menjaga kesehatan sistem ekskresi dengan tepat.
- ❖ Setelah menonton video tentang gangguan sistem ekskresi pada manusia, peserta didik mampu membuat karya tulis tentang menjaga kesehatan sistem ekskresi dengan baik.

B. Media, Alat, dan Sumber Belajar

1. Media : WhatsApp, google meet, dan google form
2. Alat : HP android
3. Sumber Belajar : Buku Siswa Kemendikbud Edisi Rev 2017, Buku PR IPA (LKS), Video tentang gangguan sistem ekskresi pada manusia: <https://youtu.be/w0BgJVLWF3Y>

C. KEGIATAN PEMBELAJARAN

| Kegiatan | Deskripsi Kegiatan |
|------------------------------|---|
| Pendahuluan (10 Menit) | <ol style="list-style-type: none">1) Guru menyapa siswa di WAG Kelas VIII2) Guru memberi salam dan mengajak siswa untuk berdoa, dan mengecek kehadiran serta memeriksa kesiapan murid untuk mengikuti pembelajaran3) Guru mengingatkan siswa untuk menjaga kesehatan dengan mengikuti aturan protokol covid-19.4) Mengajak murid untuk merefleksikan dirinya dengan membuat kolose diri5) Guru melakukan apersepsi dan motivasi.6) Guru menyampaikan materi dan tujuan pembelajaran yang ingin dicapai |
| Kegiatan Inti (60 Menit) | <p>Peserta didik diminta untuk:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Mengamati video “Sistem ekskresi pada manusia” https://youtu.be/IPbVeJoeYFU2. Murid diberikan kesempatan untuk saling bertanya jawab dengan menyebutkan atau mendata struktur dan fungsi pada sistem ekskresi pada manusia yang terdapat dalam video yang baru saja diamati dengan benar.3. Guru memberikan penguatan tentang struktur dan fungsi sistem ekskresi pada manusia. <ul style="list-style-type: none">❖ Guru menggunakan gambar dengan warna yang jelas dan ukuran tulisan yang lebih besar agar murid yang mengalami hambatan penglihatan dapat melihatnya dengan baik. Di samping itu, guru juga meminta agar orang tua mendampingi murid yang memiliki hambatan penglihatan agar menggunakan alat bantu optik serta memastikan lingkungan belajarnya cukup terang dan nyaman. (Guru melakukan diferensiasi proses)❖ (Untuk 6 orang murid yang belum mampu menjelaskan system ekskresi pada manusia |

| | |
|--|---|
| | <p>dengan tepat, maka guru memberikan pendampingan individual serta bekerja sama dengan orang tua untuk membantu mendampingi anak dalam belajar menjelaskan struktur dan fungsi ekskresi pada manusia dengan menggunakan kata sederhana serta menciptakan suasana belajar yang nyaman dan menyenangkan agar murid dapat mencapai tujuan pembelajaran)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Murid membuat pertanyaan terkait cara merawat/ menjaga gangguan kesehatan pada sistem ekskresi 2) Guru memutar video contoh gangguan sistem ekskresi manusia dan mengirimkan link-nya lewat WAG untuk dapat diakses lagi setelah pembelajaran 3) Murid diminta membuat produk pembelajaran yang memuat penjelasan cara mengatasi/ menjaga kesehatan pada sistem ekskresi manusia. <ol style="list-style-type: none"> a) Murid yang sudah bisa menulis akan menjelaskan dalam bentuk tulisan. b) Murid yang belum bisa menulis dapat menyajikan penjelasan dalam bentuk gambar dengan deskripsi gambar satu atau dua kata (dengan bimbingan orang tua) dan menjelaskannya secara lisan lewat video. c) Murid yang memiliki hambatan penglihatan diberikan bimbingan khusus agar dapat menuliskan cara menjaga atau mengatasi kesehatan organ ekskresi pada manusia, misalnya dengan menulis satu atau dua kata yang kemudian dijelaskan secara lisan dengan merekam video dibantu orang tua. Produk dapat dikirimkan melalui link google form yang dikirim guru di WAG setelah tatap muka maya. (Guru melakukan diferensiasi produk) |
| <p>Kegiatan Penutup (10 Menit)</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1) Guru meminta murid untuk merefleksikan materi yang barusan dipelajari dan memberikan umpan balik kepada murid. 2) Murid merefleksikan Latihan Menyadari Kondisi Tubuh (Body Scanning) tentang pentingnya kesehatan 3) Guru memberikan tugas 4) Guru menyampaikan materi pertemuan berikut. 5) Guru menutup pembelajaran dengan mengingatkan murid untuk tetap menjaga kebersihan tubuh dan menjaga kesehatan 6) Guru dan siswa menutup pembelajaran sesuai dengan prosedur (salam, terimakasih, doa, dll). |

Mengetahui :
Kepala Sekolah,

Dakal Pius,S.Pd
Nip. 19611231 198903 1 181

Nangahure, 8 Maret 2021
Guru Mata Pelajaran,

Yulius Edison Dara,S.Pd

Penilaian Pengetahuan dan Keterampilan

- **Strategi** : Unjuk kerja
- **Alat** : Checklist

Penilaian Ranah Pengetahuan dan Keterampilan

| Indikator | Checklist | | | Catatan |
|---|-----------|------------|---------------------|---------------------------------------|
| Pengetahuan | Tercapai | Berkembang | Baru mulai terlihat | Catatan tambahan terkait diferensiasi |
| Menunjukkan pengetahuan tentang menyebutkan struktur dan fungsi sistem ekskresi dan upaya mengatasi gangguan sistem ekskresi pada manusia | | | | |
| Keterampilan Membuat poster | Tercapai | Berkembang | Baru mulai terlihat | Catatan tambahan terkait diferensiasi |
| Orisinalitas karya | | | | |
| Kesesuaian tema dan unsure teknis | | | | |
| Kedalaman eksplorasi tema serta komunikasi dalam menyampaikan pesan | | | | |
| Inovasi dan sisi artistik penyajian visual | | | | |

Rubrik Penilaian LKPM

Aspek : **Pengetahuan**

| Aspek / kategori/kriteria | Indikator | Teknik | Bentuk instrumen | Waktu penilaian |
|---------------------------|--|-------------------|--------------------------|--------------------------------------|
| Pengetahuan | Mengidentifikasi struktur dan fungsi, gangguan dan upaya menjaga kesehatan sistem ekskresi dengan baik dan benar | Penilaian kinerja | Rubrik penilaian kinerja | Selama kegiatan pembelajaran dirumah |

Rubrik Penilaian Kinerja

| No | Aspek yang dinilai | Skor nilai | | |
|-------------|--------------------------------------|------------------------|----------------------------|------------|
| | | Nilai Maksimum (N.Max) | Nilai yang diperoleh (NP) | Bobot |
| 1 | Mengatur pola makan yang seimbang | 2 | | 25 |
| 2 | Minum air minimal 2 liter per hari | 2 | | 25 |
| 3 | Olahraga teratur | 2 | | 25 |
| 4 | Tidak menunda buang air kecil / urin | 2 | | 25 |
| Jumlah skor | | 8 | | 100 |

$$N = \frac{SKOR\ PEROLEHAN}{SKOR\ MAKSIMAL} \times BOBOT$$

$$NA = N1 + N2 + N3 + N4$$

| No | Indikator | Kriteria |
|----|--------------------------------------|---|
| 1 | Mengatur pola makan yang seimbang | 2= Menuliskan alasan yang logis dan jelas 1= Menuliskan satu kriteria saja 0= Tidak menuliskan hasil analisis |
| 2 | Minum air minimal 2 liter per hari | 2= Menuliskan alasan yang logis dan jelas 1= Menuliskan satu kriteria saja 0= Tidak menuliskan hasil analisis |
| 3 | Olahraga teratur | 2= Menuliskan alasan yang logis dan jelas 1= Menuliskan satu kriteria saja 0= Tidak menuliskan hasil analisis |
| 4 | Tidak menunda buang air kecil / urin | 2= Menuliskan alasan yang logis dan jelas 1= Menuliskan satu kriteria saja 0= Tidak menuliskan hasil analisis |

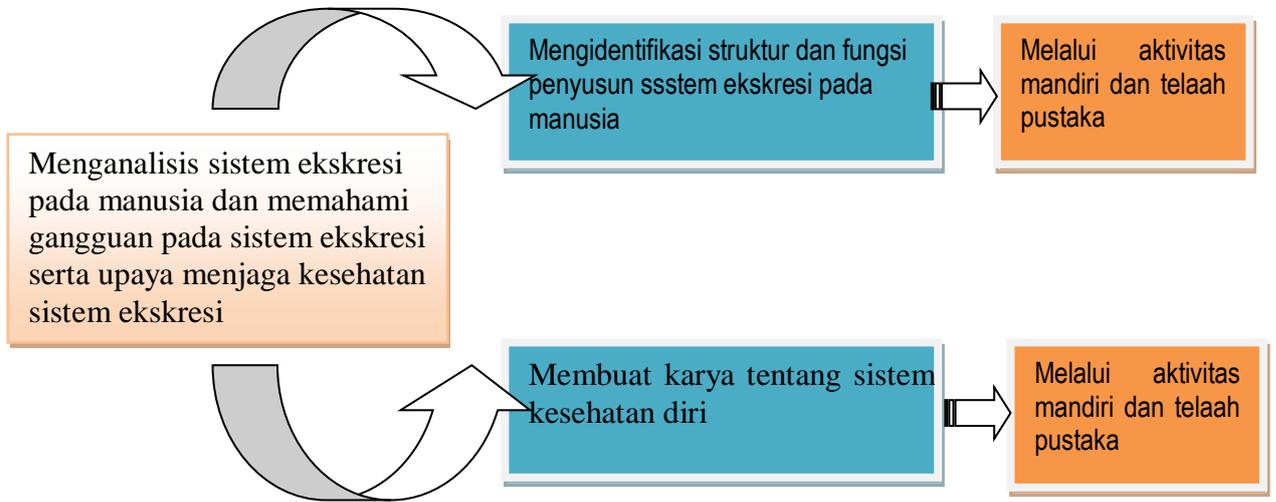
Rubrik Penilaian Poster

Aspek : **Keterampilan**

| Aspek / kategori/kriteria | 4 | 3 | 2 | 1 |
|---------------------------|---|--|--|---|
| Isi / Teks | Isi teks singkat padat dan informasi jelas keterbacaannya | Dua dari kriteria isi/teks yang baik dipenuhi sementara salah satu kriteria tidak dipenuhi | Hanya satu dari kriteria isi/teks yang baik dipenuhi sementara dua kriteria tidak dipenuhi | Isi teks terlalu panjang , informasi tidak jelas keterbacaannya, seluruh kriteria tidak terpenuhi |
| Desain | Warna menarik , ukuran elemen penyusun proposional pesan yang ingin disampaikan menjadi pusat perhatian | Dua dari kriteria desain yang baik dipenuhi sementara salah satu kriteria tidak dipenuhi | Hanya satu dari kriteria desain yang baik dipenuhi sementara dua kriteria tidak dipenuhi | Warna, ukuran , elemen penyusunan pusat perhatian tidak menunjukkan desain yang baik |
| Gambar | Gambar menarik bermakna sebagai penyampai pesan dan orisinal terpenuhi | Dua dari kriteria gambar yang baik dipenuhi sementara salah satu kriteria tidak dipenuhi | Hanya satu dari kriteria gambar yang baik dipenuhi sementara dua kriteria tidak dipenuhi | Gambar tidak menarik , tidak bermakna sebagai penyampaian pesan dan tidak orisinal |
| Tujuan penyampaian | Pesan sangat mudah ditangkap pembaca | Pesan cukup mudah ditangkap pembaca | Pesan sulit ditangkap oleh pembaca | Pesan tidak dapat ditangkap oleh pembaca |

BAHAN / MATERI PEMBELAJARAN

Peta Konsep



Materi Esensial:

1. Sistem ekskresi merupakan salah satu mekanisme tubuh untuk mengeluarkan zat sisa metabolisme. Zat sisa metabolisme ini bersifat beracun bagi tubuh jika tidak dikeluarkan dan secara terus menerus akan merusak berbagai organ dalam tubuh. Sistem ekskresi manusia tersusun atas organ-organ ekskresi yang meliputi ginjal, paru-paru, kulit, dan hati. Ginjal hasil ekskresinya berupa urin, hati hasil ekskresinya berupa empedu, paru-paru dengan hasil ekskresi uap air atau H_2O dan karbondioksida atau CO_2 , sedangkan kulit hasil ekskresinya berupa keringat.
2. Ginjal disebut juga dengan ren berbentuk seperti kacang merah. Ginjal terletak di kanan dan kiri tulang pinggan yaitu di dalam rongga perut pada dinding tubuh bagian belakang. Secara umum, ginjal manusia dibagi menjadi tiga bagian, yaitu korteks ginjal (bagian luar), medula ginjal (bagian tengah), dan pelvis ginjal (bagian dalam). Ginjal mempunyai beberapa fungsi antara lain mempertahankan keseimbangan kadar asam dan basa, mengekskresikan zat-zat yang merugikan bagi tubuh, mengatur volume cairan dalam darah, mengatur keseimbangan kandungan kimia dalam darah, mengendalikan kadar gula dalam darah, menjaga tekanan osmosis, dan menyaring darah sehingga menghasilkan urin. Adapun proses pembentukan urine pada manusia melalui 3 proses yaitu proses filtrasi (penyaringan), reabsorpsi (penyerapan kembali), dan augmentasi (pengeluaran zat).
3. Kelainan dan penyakit yang terdapat pada ginjal antara lain uremia yaitu tertimbunnya urea dalam darah sehingga mengakibatkan keracunan, albuminuria yaitu urine mengandung albumin (protein) yang disebabkan oleh kerusakan pada glomerulus, nefritis yakni gangguan pada ginjal. Kelainan dan penyakit yang terdapat pada ginjal antara lain uremia yaitu karena infeksi bakteri streptococcus sehingga protein masuk ke dalam urine, dan batu ginjal yakni adanya endapan garam kalsium di dalam kantong kemih.
4. Kalian dapat mempelajari materi ini secara lebih luas melalui telaah pustaka dari buku IPA Kelas VIII SMP semester 2 atau mencari di internet melalui link <https://www.gurupendidikan.co.id/sistem-ekskresi-manusia/> <https://www.diadona.id/health/8-penyakit-pada-sistem-eksresi-dan-cara-mencegahnya-2007049.html>.

LEMBAR KEGIATAN PEMBELAJARAN MURID
(LKPM)

Materi : Sistem ekskresi pada manusia

Tujuan Pembelajaran : Peserta didik mampu mengidentifikasi struktur dan fungsi, gangguan dan upaya menjaga kesehatan sistem ekskresi dengan baik dan benar

Pengetahuan

Focus Keterampilan dan Nilai Karakter

- a. Mengamati
- b. Menjawab pertanyaan
- c. Menganalisis
- d. Jujur
- e. Teliti

Alat dan Bahan : berbagai sumber buku siswa, internet

Tugas ! *Untuk materi lebih lengkap silahkan baca buku paket IPA Kelas 8 Semester 2 halaman 104-105 !

Langkah kerja

- a) Bacalah petunjuk sebelum memulai kegiatan
- b) Menggunakan buku sumber belajar lain / internet
- c) Mengisi jawaban dengan teliti
- d) Dikumpulkan tepat waktu



Ayo, Kita Cari Tahu

Berikut ini adalah beberapa upaya untuk menjaga kesehatan sistem ekskresi. Berdasarkan pemahamanmu tentang bagaimana sistem ekskresi bekerja coba berikan alasan logis mengapa beberapa hal berikut ini dapat menjaga kesehatan organ ekskresi!

Tabel 9.2 Upaya Menjaga Sistem Ekskresi

| No | Upaya Menjaga Sistem Ekskresi | Alasan |
|----|------------------------------------|--------|
| 1 | Mengatur pola makan yang seimbang | |
| 2 | Minum air minimal 2 liter per hari | |
| 3 | Olahraga teratur | |
| 4 | Tidak menunda buang air kecil | |

Lembar Jawaban

| No | Upaya Menjaga system ekskresi | Alasan |
|----|--------------------------------------|----------------|
| 1 | Mengatur pola makan yang seimbang | |
| 2 | Minum air minimal 2 liter per hari | |
| 3 | Olahraga teratur | |
| 4 | Tidak menunda buang air kecil / urin | |

TUGAS Keterampilan :

Keterampilan : Buatlah poster tentang bahaya Menjaga kesehatan sistem ekskresi pada manusia (Kesehatan Diri)