



PERANGKAT PEMBELAJARAN
RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)
TEMA 4 : SEHAT ITU PENTING

Sub Tema 3 : Cara Memelihara Kesehatan Organ Peredaran Darah Manusia

Pembelajaran : 2

Nama Sekolah	: SDN RAJEGWESI 01
Kelas / Semester	: V / 1
Muatan Pembelajaran	: IPA
Waktu	: 2 X 25 menit
Pelaksanaan	: Senin,15 Nopember 2021

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan	:	SDN RAJEGWESI 01
Kelas / Semester	:	V / 1
Tema	:	Sehat itu Penting
Sub Tema	:	3. Cara Memelihara Kesehatan Organ Peredaran Darah Manusia
Pembelajaran	:	2
Muatan Pembelajaran	:	IPA
Alokasi Waktu	:	2 x 35 menit

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Melalui penjelasan dan tanya jawab guru tentang penyakit yang mempengaruhi organ peredaran darah manusia siswa dapat memberikan contoh minimal 3 penyakit yang mempengaruhi peredaran darah manusia
2. Melalui diskusi kelompok tentang cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia siswa dapat memecahkan minimal 3 cara memelihara Kesehatan organ peredaran darah manusia secara kritis dengan sikap Kerjasama
3. Melalui pengamatan tabel tentang penyakit organ peredaran darah manusia dan cara pencegahannya siswa dapat menerapkan cara menjaga Kesehatan organ peredaran darah dengan baik

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Diskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none">1. Guru memberi salam, dilanjutkan dengan doa bersama2. Guru mengecek kehadiran siswa3. Guru memberikan literasi pagi4. Apersepsi materi sebelumnya dan dikaitkan dengan materi yang akan dipelajari Bersama5. Guru menyampaikan kompetensi dan tujuan pembelajaran yang harus dikuasai siswa6. Guru membagi siswa dalam kelompok	10 menit
Inti	<ol style="list-style-type: none">1. Siswa mengamati gambar peredaran darah pada manusia2. Siswa memperhatikan penjelasan guru tentang penyakit yang mempengaruhi peredaran darah manusia3. Siswa mencontohkan penyakit penyakit yang mempengaruhi peredaran darah pada manusia4. Guru memandu diskusi kelompok tentang cara memelihara kesehatan organ peredaran darah pada manusia5. Siswa mempresentasikan hasil diskusi kelompoknya	50 menit

	6. Guru menuliskan hasil presentasi siswa dalam tabel tentang penyakit organ peredaran darah pada manusia dan cara pencegahannya 7. Siswa mengamati dan menanggapi hasil presentasi dalam tabel yang telah di tuliskan di tabel	
Akhir	1. Siswa Bersama guru menyimpulkan hasil pembelajaran 2. Siswa mengerjakan evaluasi 3. Siswa melakukan refleksi pembelajaran dengan menjawab pertanyaan secara lisan 4. Guru menyampaikan tindak lanjut dari hasil evaluasi 5. Guru menyampaikan persiapan materi pada pertemuan yang akan datang 6. Kegiatan pembelajaran ditutup dengan doa	10 menit

C. PENILAIAN PEMBELAJARAN

1. Sikap spiritual dan sosial
2. Pengetahuan
Tes tertulis
3. Keterampilan
Membuat peta konsep bagan peredaran darah pada manusia
4. Tindak Lanjut
 - a. Remedial
Meringkas materi dari video
 - b. Pengayaan
Menggambar proses peredaran darah besar dan peredaran darah kecil !

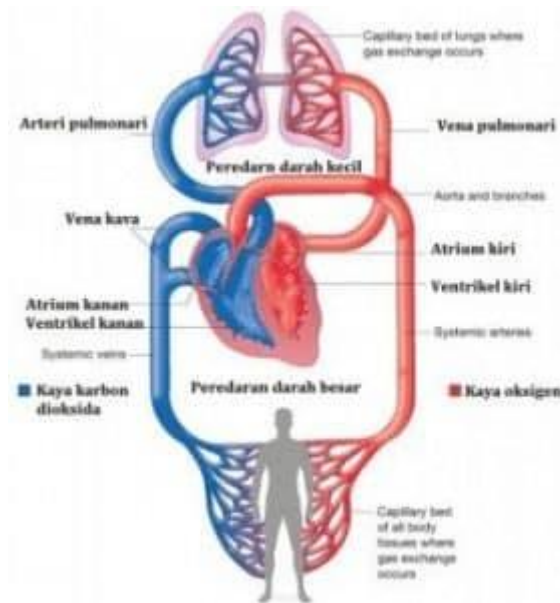
Rajegwesi, 12 Nopember 2021
Kepala Sekolah

ENI SUMARYATI,S.Pd.SD
NIP.19660627 199203 2 008

Lampiran :

1. Materi

- Organ peredaran darah manusia



Peredaran darah pada manusia ada 2

- Peredaran darah Kecil
Dari jantung ke paru-paru Kembali ke jantung
- Peredaran darah besar
Dari jantung keseluruh tubuh Kembali ke jantung

2. Penyakit organ peredaran darah pada manusia dan cara pencegahannya

No	Nama Penyakit	Cara Pencegahannya
1.	Hipertensi/tekanan darah tinggi	Olah raga teratur, menjaga pola tidur, perbanyak makan buah dan sayur, kurangi garam
2.	anemia	Makan makanan yang banyak mengandung zat besi dan vitamin C
3.	farises	Premanasan sebelum OR, kaki jangan di tekuk setelah OR, jangan senang melipat kaki saat duduk, makan olahan kacang hijau
4.	hipotensi	Banyak mengkonsumsi air putih, konsumsi buah, rajin OR, jangan makan makanan berkadar garam tinggi
5.	Aterosklerosis	Kurangi makanan berlemak

3. Cara menjaga organ peredaran darah kita:

- OR teratur
- Konsumsi makanan yang baik untuk peredaran darah kita
- Banyak minum air putih

- Kelola berat badan
- Jangan stress

Tugas Kelompok

Kelompok :

Nama Anggota :

1.....

2.....

Dst

Penugasan !

Lengkapi tabel berikut!

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

SOAL EVALUASI

A. Pilihlah salah satu jawaban yang paling tepat!

1. Jantung manusia terdiri atas.....
 - a. 3 serambi 2 bilik
 - b. 1 serambi 2 bilik
 - c. 3 bilik 1 serambi
 - d. 2 serambi 2 bilik
2. Pembuluh nadi terbesar disebut....
 - a. Kapiler
 - b. Aorta
 - c. Paru-paru
 - d. serambi
3. Peredaran darah manusia termasuk peredaran darah....
 - a. Tertutup
 - b. Terbuka
 - c. Pendek
 - d. panjang
4. Agar terhindar dari penyakit anemia kita harus makan makanan yang banyak mengandung....
 - a. Zat besi
 - b. Karbohidrat
 - c. Protein
 - d. Lemak
5. Makan buah-buahan seperti pisang, alpukat,serta mengurangi makanan yang banyak mengandung garam dapat mencegah penyakit....
 - a. Thalassemia
 - b. Hipertensi

- c. Hemofilia
 - d. diare
6. Perhatikan gangguan peredaran darah berikut!
- 1. Talasemia
 - 2. Leokimia
 - 3. Hipertensi
 - 4. Struk
- Gangguan peredaran darah eksternal yaitu....
- a. 1, 2, 3
 - b. 1, 2, 4
 - c. 2, 3, 4
 - d. 1, 3, 4
7. Perhatikan olah raga berikut!
- 1. Senam
 - 2. Berenang
 - 3. Catur
 - 4. Menembak
- Olah raga yang baik untuk kesehatan jantung adalah....
- a. 1, 3
 - b. 2, 4
 - c. 2, 3
 - d. 1, 2
8. Penyakit yang menyerang organ peredaran darah adalah....
- a. Tipus
 - b. Struk
 - c. Desentri
 - d. malaria
9. Penyempitan pembuluh darah terjadi karena pembiasaan...
- a. Bangun siang
 - b. Begadang
 - c. Merokok
 - d. makan
10. Ruang jantung yang memompa darah ke paru-paru
- a. Bilik kanan

- b. Bilik kiri
- c. Serambi kanan
- d. Serambi nkiri

B. Jawablah pertanyaan berikut dengan benar

1. Ada berapa peredaran darah pada manusia? Sebutkan !
2. Apakah peredaran darah kecil itu ?
3. Apakah tugas ruang jantung bilik kanan dan bilik kiri ?
4. Sebutkan 4 macam penyakit yang mengganggu peredaran darah pada manusia !
5. Sebutkan 4 cara menjaga Kesehatan jantung kita !

Kunci jawaban :

A.

- | | |
|------|-------|
| 1. d | 6. c |
| 2. b | 7. d |
| 3. a | 8. b |
| 4. a | 9. c |
| 5. b | 10. a |

- B. 1. Ada 2 , peredaran darah besar dan peredaran darah kecil
2. peredaran darah dari jantung ke paru-paru
3. bilik kanan memompa darah ke paru-paru, Bilik kiri memompa darah ke seluruh Tubuh
4. hipertensi, anemia, varises, hipotensi
- 5.- OR teratur
- Konsumsi makanan yang baik untuk peredaran darah kita
 - Banyak minum air putih
 - Kelola berat badan

Skor Penilaian:

A. Betul X 1 skor maksimal 10

- | | |
|------------------------|-----------------------------|
| B. 1. Tidak menjawab 0 | 4. 1 jawaban benar nilai 1 |
| 1 jawaban benar 2 | 2 jawaban benar nilai 2 |
| 2 jawaban benar 4 | 3 jawaban benar nilai 3 |
| 2. tidak menjawab 0 | 4 jawaban benar nilai 4 |
| Mendekati benar 2 | 5. 1. Jawaban benar nilai 1 |
| Jawaban benar 4 | 2 jawaban benar nilai 2 |
| 3. tidak menjawab 0 | 3 jawaban benar nilai 3 |
| 1 jawaban benar 2 | 4 jawaban benar nilai 4 |
| 2 jawaban benar 4 | |

Skor maksimal 20

$$\text{Nilai Akhir} = \frac{\text{skor A} + \text{skor B}}{3} \times 10$$

Soal Tindak Lanjut

1. Soal Remidi
Amati video peredaran darah !
Buatlah ringkasan materi tentang peredaran darah berdasarkan video tersebut!
2. Soal Pengayaan
Gambarkan proses alur peredaran darah besar dan peredaran darah kecil menggunakan kertas manila !

DAFTAR NILAI SIKAP KETERAMPILAN

MAPEL :

KELAS :

NO	NIS	NAMA	NILAI	PREDIKAT	DESKRIPSI
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					