

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SD Negeri 01 Sumberejo
Kelas / Semester : VI / II
Tema : 6 (Menuju Masyarakat Sejahtera)
Sub Tema : 3 (Masyarakat Sejahtera, Negara Kuat)
Pembelajaran ke : 2
Alokasi Waktu : 10 Menit

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Melalui kegiatan mengamati poster, siswa dapat menyebutkan cara menyikapi masa pubertas dengan baik.
2. Melalui kegiatan membaca teks berjudul “Kesehatan Reproduksi”, siswa dapat mengidentifikasi perawatan kesehatan organ reproduksi laki-laki dan perempuan dalam Diagram Ven dengan baik.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none">• Melakukan pembukaan dengan salam, berdoa, dan mengecek kehadiran siswa (Orientasi)• Mengaitkan materi sebelumnya dengan materi yang akan berlangsung dan dikaitkan dengan pengalaman siswa (Apersepsi)• Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari materi yang akan dipelajari dalam kehidupan sehari-hari (Motivasi)	2 Menit
Kegiatan Inti	<p>Ayo Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none">○ Guru menyajikan poster “Pubertas Dini”○ Siswa mengamati poster dengan cermat○ Guru meminta siswa menyebutkan cara menyikapi masa pubertas dengan baik berdasarkan poster yang diamati pada selembar kertas <p>Ayo Membaca</p> <ul style="list-style-type: none">○ Siswa dibagi menjadi 4 kelompok○ Siswa membaca teks “Kesehatan Reproduksi” <p>Ayo Berdiskusi</p> <ul style="list-style-type: none">○ Siswa berdiskusi untuk mengidentifikasi perawatan kesehatan organ reproduksi pada anak laki-laki dan perempuan berdasarkan teks yang disajikan <p>Ayo Mencoba</p> <ul style="list-style-type: none">○ Guru membagikan lembar portofolio○ Siswa menuliskan hasil identifikasinya ke dalam Diagram Ven○ Setiap kelompok mempresentasikan hasil diskusinya di depan kelas.	6 Menit
Kegiatan Penutup	<ul style="list-style-type: none">• Guru memberikan apresiasi dan penguatan• Guru bersama siswa menyimpulkan dan merefleksi pembelajaran yang sudah berlangsung• Guru mengucapkan salam penutup	2 Menit

C. PENILAIAN PEMBELAJARAN

Penilaian Sikap : Pengamatan selama kegiatan berlangsung

Penilaian Pengetahuan : Pertanyaan pengamatan gambar


Penilaian Keterampilan : Lembar Portofolio

Mengetahui
Kepala SDN 01 Sumberejo

Sindik Mulyani, S.Pd.SD
NIP. 19660220198062001

Karanganyar, 28 Juni 2021

Guru Kelas VI


Dian Handayani, M.Pd
NIP 198005052008012047

Lampiran

Lampiran 1 : Materi Pembelajaran (Gambar dan Teks bacaan)

tirtoid

WASPADA Pubertas Dini

Anak-anak sekarang mengalami puber lebih cepat. Banyak foto dan video anak di bawah umur yang melakukan adegan dewasa. Hasil penelitian menunjukkan keperawanan rata-rata dilepas pada umur 19 tahun.

Penyebab Pubertas Dini:

-  Konsumsi makanan cepat saji yang mengandung hormon pertumbuhan (ayam hasil suntikan)
-  Menonton adegan berbau pornografi/ seksual tanpa dampingan.
-  Efek paparan radiasi pada otak atau tulang belakang.
-  Gangguan hipotiroid – kondisi yang disebabkan kelenjar tiroid tidak menghasilkan hormon yang cukup.

Fakta!

- Keperawanan di Indonesia lepas pada usia 19 tahun.
- Rata-rata remaja Singapura, Cina dan India melakukan hubungan seks pertama di usia 22 tahun.

tirtoid

Sumber: Dihimpun tim riset tirtoid | Infografik: Quita

Kesehatan reproduksi

Remaja pubertas mengalami perkembangan fisik yang sangat pesat dan pada umumnya disertai peningkatan aktifitas, sehingga terjadi peningkatan kebutuhan kalori minimal 2000 kalori perhari. Untuk itu diperlukan asupan gizi yang seimbang antara karbohidrat, protein, lemak, mineral dan vitamin.

Berkaitan dengan kesehatan reproduksi remaja putri yaitu proses menstruasi, maka remaja putri memerlukan nutrisi yang banyak mengandung zat besi dan vitamin C agar terhindar dari anemia. Anemia (sel darah merah/hemoglobin rendah) merupakan suatu gangguan yang banyak dialami remaja wanita pada masa pubernya. Hal ini disebabkan karena masa pubertas merupakan awal

fungsi fisiologi organ reproduksinya mulai mengalami menstruasi yang berarti mulai mengalami pendarahan. Anemia menyebabkan tubuh lemah tak bertenaga, mudah lelah dan sulit berfikir karena kebutuhan oksigen untuk metabolisme sel-sel tubuh dan sel-sel otak berkurang.

Untuk itu bila terjadi gejala anemia, maka perlu mendapatkan tablet penambah darah. Remaja perlu mengetahui perawatan kesehatan reproduksi yang sangat penting dilakukan, karena tanpa pemeliharaan yang baik dapat menimbulkan berbagai gangguan yang merugikan seperti infeksi.

Perawatan kesehatan organ reproduksi laki-laki:

1. Tidak menggunakan celana dalam terlalu ketat. Tidak menggunakan celana terlalu ketat. Karena dapat meningkatkan suhu yang dapat mengganggu alat reproduksi.
2. Tidak menggunakan celana dalam dari nilon, karena tidak menyerap air/keringat. Suasana lembab disukai jamur dan bakteri.
3. Membersihkan kotoran yang keluar dari anus dan alat kelamin menggunakan air bersih, jika tidak ada air bersih gunakan tisu atau sejenisnya.
4. Mengganti celana dalam sehari 2 kali.
5. Menjalani khitan mencegah penumpukan kotoran dan sisa urine.
6. Mengindari rokok dan minuman beralkohol.
7. Menjalankan pola hidup sehat seperti mengkonsumsi makanan bergizi, berolah raga, dan menciptakan ketenangan dalam diri.

Perawatan kesehatan organ reproduksi perempuan:

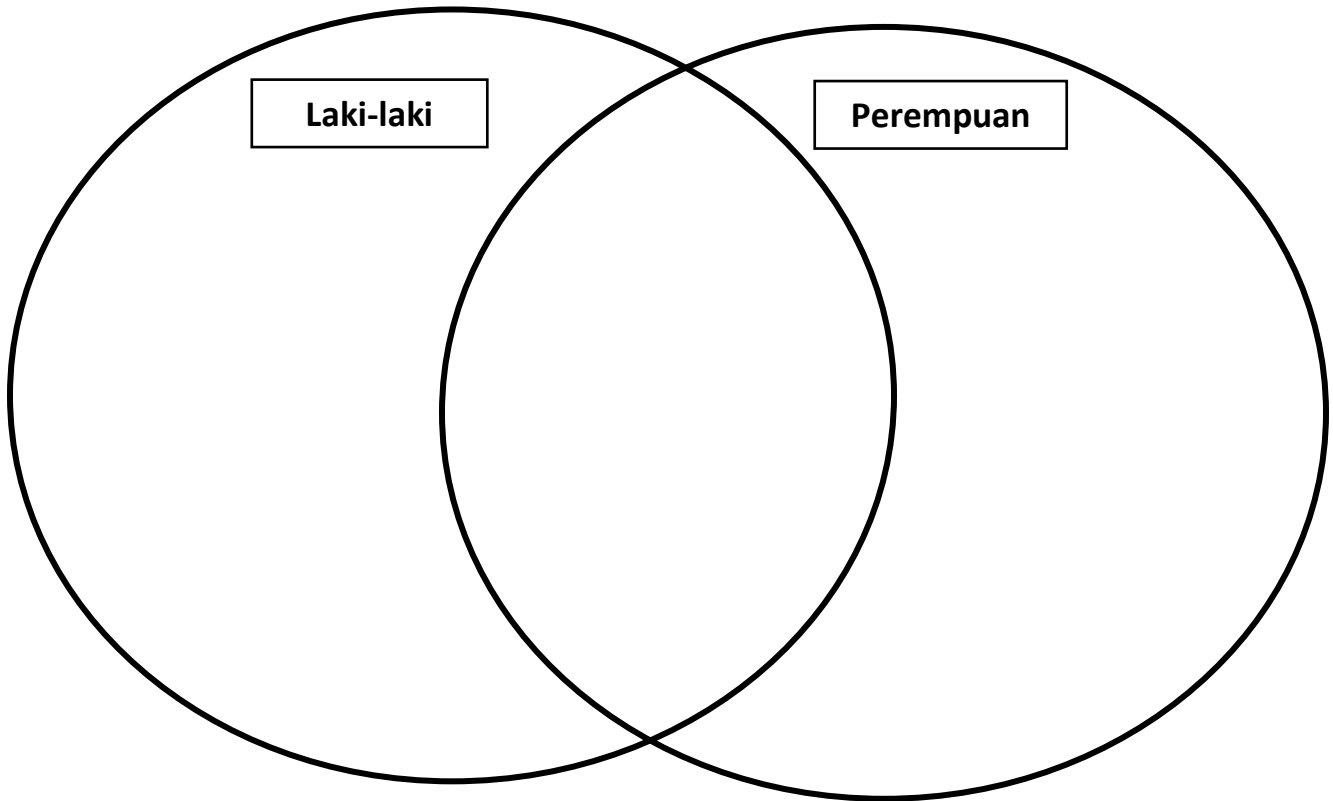
1. Mengganti celana dalam minimal 2 kali sehari.
2. Gunakan celana dalam yang mudah menyerap keringat dan air, usahakan suasananya tidak basah dan lembab karena lingkungan tersebut memudahkan tumbuhnya bakteri dan kuman.
3. Membersihkan vagina maupun anus dengan air bersih, karena vagina merupakan bagian tubuh yang berongga sehingga mudah terinfeksi kuman dan bakteri jika menggunakan air kotor.
4. Setelah buang air besar, gerakan membersihkan searah, dari daerah alat kelamin ke arah anus (dari atas ke bawah), hal ini mencegah kotoran dari anus masuk ke vagina.
5. Tidak menggunakan cairan pembilas vagina kecuali ada infeksi, cukup menggunakan air biasa dengan sabun berkadar soda rendah.
6. Menghentikan kebiasaan menahan buang air kecil

Perawatan organ reproduksi wanita pada waktu menstruasi:

1. Menggunakan pembalut yang mempunyai daya serap tinggi.
2. Mengganti pembalut 2 -4 kali sehari, setelah mandi atau buang air kecil. Jika menggunakan pembalut sekali pakai sebaiknya dicuci dulu sebelum dibungkus dan dibuang ke tempat sampah. Jika menggunakan kain sebaiknya sebelum dicuci, direndam dengan sabun dalam tempat tertutup.

Diagram Ven Perawatan Organ Reproduksi

Petunjuk: Isilah Diagram Ven dibawah ini dengan menuliskan nomer dari daftar cara perawatan organ reproduksi!



Cara perawatan organ reproduksi laki-laki dan perempuan:

1. Tidak menahan buang air kecil
2. Mengganti celana dalam 2 kali sehari
3. Melaksanakan Kithan
4. Tidak merokok dan minum Alkohol
5. Celana dalam tidak terlalu ketat
6. Kain celana dalam mudah menyerap keringat
7. Tidak menggunakan cairan pembersih vagina
8. Makan bergizi
9. Menggunakan pembalut berdaya serap tinggi dan mengganti 2-4 kali sehari
10. Membersihkan sisa BAB dari alat kelamin ke anus

Lampiran 3 : Lembar Portofolio

Rubrik Berlatih (Penilaian Bahasa Indonesia)

Aspek	Baik Sekali	Baik	Cukup	Perlu Bimbingan
	4	3	2	1
Pengetahuan	Memenuhi kriteria cara menyikapi masa pubertas dengan baik.	Memenuhi minimal 4 dari 6 kriteria yang diterapkan	Memenuhi minimal 3 dari 6 Kriteria yang ditetapkan	Hanya memenuhi minimal 2 dari 6 kriteria yang ditetapkan

Rubrik Membaca dan Berdiskusi (Penilaian IPA)

Aspek	Baik Sekali	Baik	Cukup	Perlu Bimbingan
	4	3	2	1
Keterampilan	Memenuhi Kriteria cara perawatan organ reproduksi laki-laki dan perempuan	Memenuhi minimal 8 dari 10 kriteria yang diterapkan	Memenuhi minimal 5 dari 10 Kriteria yang ditetapkan	Hanya memenuhi 2 dari 10 kriteria yang ditetapkan
Sikap	Memenuhi keempat kriteria berikut. <ul style="list-style-type: none"> • Cermat dan teliti • Rasa ingin tahu • Kerjasama • Tanggung jawab 	Memenuhi 3 dari 4 kriteria yang diterapkan	Memenuhi 2 dari 4 Kriteria yang ditetapkan	Hanya memenuhi 1 dari 4 kriteria yang ditetapkan

Identitas Penyusun Rencana Pembelajaran:

Nama : Dian Handayani, M.Pd
Nama Sekolah: SD Negeri 01 Sumberejo
Surel : diantripijarrayi@gmail.com