

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

TEMA 4 : SEHAT ITU PENTING

SUBTEMA 3 : CARA MEMELIHARA KESEHATAN ORGAN PEREDARAN DARAH MANUSIA

PEMBELAJARAN 1

NAMA : LUQMAN HAKIM ,S.Pd

NIP : 197004261990071001

SEKOLAH : SDN. 121/1 MUARA SINGOAN

DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN

KABUPATEN BATANGHARI

PROVINSI JAMBI

2021

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SDN.121/1 Muara Singoan

Kelas / Semester : 5 (lima)/1(satu)

Tema : Sehat itu penting (Tema 4)

Sub Tema : Cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia (Subtema 3)

Pembelajaran ke : 1

Alokasi waktu : 1 kali pertemuan (2 x35 menit)

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Melalui kegiatan tanya jawab, siswa dapat menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia dengan rasa ingin tahu yang tinggi. (Ranah Kognitif)
2. Melalui kegiatan membuat pantun, siswa dapat menyajikan karya tentang cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia dengan percaya diri. (Ranah Psikomotor)
3. Melalui kegiatan mengamati pantun, siswa dapat menentukan amanat pantun yang disajikan secara lisan dan tulis dengan rasa ingin tahu yang tinggi. (Ranah Kognitif)
4. Melalui kegiatan membacakan pantun, siswa dapat melisankan pantun hasil karya pribadi dengan lafal, intonasi, dan ekspresi yang tepat sebagai bentuk ungkapan diri dengan rasa percaya diri. (Ranah Psikomotor).

Karakter siswa yang diharapkan : Religius, Nasionalis, Mandiri, Gotong royong, Integritas

B. KOMPETENSI INTI (KI)

KI 1 : Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya.

KI 2 : Memiliki perilaku jujur, disiplin dan tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi Dengan keluarga, teman dan guru.

KI 3 : Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati (mendengar ,melihat,membaca) dan Menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatan Nya,dan benda – benda yang di jumpainya di rumah,sekolah.

KI 4 : Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas dan logis dan sistematis, dalam karya yang estetis dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

C. KOMPETENSI DASAR DAN INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
Bahasa Indonesia 3.6 Menggali isi dan amanat pantun yang disajikan secara lisan dan tulis dengan tujuan untuk kesenangan. 4.6 Melisankan pantun hasil karya pribadi dengan lafal, intonasi, dan ekspresi yang tepat sebagai bentuk ungkapan diri.	3.6.1. Menelaah isi pantun. 3.6.2. Menganalisis pantun berdasarkan ciri-ciri pantun. 4.6.1. Membuat pantun tentang menjaga kesehatan tubuh. 4.6.2. Membacakan pantun berdasarkan ciri-ciri pantun.
IPA 3.4 Memahami organ peredaran darah dan fungsinya pada hewan dan manusia serta cara memelihara kesehatan organ peredaran darah. 4.4 Menyajikan karya tentang organ peredaran darah pada manusia.	3.4.1. Mengumpulkan informasi gangguan organ peredaran darah. 3.4.2. Menganalisis cara pencegahan pada gangguan organ peredaran darah. 4.4.1. Membuat peta pikiran tentang gangguan organ peredaran darah dan cara pencegahannya. 4.4.2. Mendesain aktivitas dalam sehari pola hidup sehat.

D. MATERI

BAHASA INDONESIA

Pantun

Pantun berbentuk puisi, terdiri atas empat baris, berirama silang (a – b – a – b), disusun dengan irama yang indah, dan memiliki makna yang penting.

Ciri - ciri pantun adalah sebagai berikut :

1. Pantun bersajak a – b – a – b
2. Satu bait terdiri dari empat baris
3. Tiap bait terdiri dari 8 sampai 12 suku kata
4. Pantun terdiri atas sampiran dan isi, sampiran merupakan kata – kata dalam dua baris pertama, isi merupakan kata – kata dalam dua baris terakhir.

Contoh pantun

Memang indah bunga selasih
Selasih bunga tanpa getah
Lingkungan asri juga bersih
Belajarnya nyaman hatinya betah

IPA

Cara mencegah gangguan kesehatan pada organ peredaran darah manusia

1. Hipertensi, hipotensi dan jantung koroner dapat dicegah dengan olahraga teratur, istirahat yang cukup, serta mengonsumsi makanan berserat seperti sayur – sayuran dan buah – buahan.
2. Varises dapat dicegah dengan cara melakukan pendinginan /meluruskan kaki setelah berolahraga agar aliran darah kembali lancar.

Dari penjelasan tersebut dapat kita simpulkan bahwa cara memelihara kesehatan organ peredaran darah adalah :

- a. Rajin berolahraga
- b. Istirahat yang cukup
- c. Menjaga pola makan
- d. Rutin memeriksakan kesehatan ke dokter

E. KEGIATAN PEMBELAJARAN

a. Kegiatan Pendahuluan (±5 menit)

1. Guru membuka pembelajaran dengan mengucapkan salam, sapa, mengecek kehadiran siswa dan berdoa bersama yang dipimpin oleh siswa yang datang paling awal. (Religi)
2. Guru mengingatkan siswa tentang pentingnya menjaga kesehatan dan mengikuti protokol kesehatan terkait covid-19, siswa mendengarkan.
3. Guru memotivasi siswa dengan nyanyian: *Kalau tubuhmu sehat, tepuk tangan! Kalau jantungmu sehat, tepuk tangan! Kalau tubuhmu sehat, ayo lari di tempat! Kalau*

jantungmu sehat, ayo lompat!

4. Guru menginformasikan kepada siswa tentang tujuan, manfaat, dan kegiatanyang akan dilakukan dan siswa memperhatikan.
 5. Apersepsi
Guru mengingatkan kembali point penting materi pembelajaran yang telah lalu untuk menghubungkan dengan materi sekarang yaitu :
 - Gangguan pada alat peredaran darah manusia
 - Faktor yang menyebabkan gangguan pada alat peredaran darah manusia.
 6. Menginformasikan tema yang akan dibelajarkan yaitu tentang ”*Cara Memelihara Kesehatan Organ Peredaran Darah Manusia*”(**Mandiri**)
- b. Kegiatan Inti (±55 menit)
1. Guru menyampaikan contoh permasalahan tentang gangguan pada organ peredaran darah manusia serta faktor-faktor penyebabnya dan meminta siswa untuk mengamati permasalahan yang diberikan.
 2. Melalui kegiatan tanya jawab, siswa dibimbing untuk mengidentifikasi permasalahan yang ditampilkan dengan menganalisis apa saja gangguan pada alat peredaran darah manusia dan faktor-faktor yang mengakibatkan gangguan tersebut. Kemudian siswa dibagikan menjadi beberapa kelompok heterogen.
 3. Guru membagikan LKPD Eksploratif terstruktur berupa langkah kerja untuk memandu siswa menyelesaikan masalah yang berkaitan dengan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah pada manusia, siswa mengerjakan LKPD dan dibimbing oleh guru melalui kegiatan membaca buku siswa, buku catatan, atau sumber lain guna memperoleh informasi pendukung untuk penyelidikan dalam rangka menyelesaikan masalah yang diberikan guru.
 4. Setelah selesai, guru mempersilakan beberapa orang siswa sebagai perwakilan kelompok untuk mempresentasikan hasil pekerjaannya untuk dilihat dan ditanggapi oleh teman-temannya di kelas.
 5. Setelah presentasi siswa selesai, guru memberikan analisis dan evaluasi terhadap proses dan hasil penyelesaian masalah.

c. Kegiatan Akhir (± 10 menit)

1. Guru memberikan soal evaluasi tentang cara menjaga organ peredaran darah pada manusia dan menentukan amanat pantun, siswa mengerjakan lalu mengumpulkannya kembali.
2. Guru memberi penghargaan dalam berbagai bentuk untuk kelompok yang paling baik.
3. Siswa dengan bimbingan guru membuat kesimpulan hasil pembelajaran yang telah di pelajari.
4. Kelas ditutup dengan pesan agar tetap menjaga kesehatan dan mematuhi protokol covid-19, bersyukur, dan mengucapkan salam.

F. SUMBER DAN MEDIA PEMBELAJARAN

1. Buku siswa Tema : Sehat Itu Penting kelas v (buku tematik)
2. Buku dan alat tulis seperti pensil dan pena.

G. PENILAIAN PEMBELAJARAN

1. Penilaian sikap terdiri dari sikap spiritual dan sikap sosial.
 - Spiritual (ketaatan beribadah, berperilaku syukur, dan toleransi dalam beribadah)
 - Sosial (rasa ingin tahu yang tinggi dan percaya diri)
2. Penilaian pengetahuan terdiri dari:
 - penilaian proses berupa penugasan mengerjakan LKPD
 - penilaian akhir berupa tes pada kegiatan evaluasi
3. Penilaian keterampilan terdiri dari:
 - Penilaian proses berupa unjuk kerja pada kegiatan presentasi
 - Penilaian akhir berupa produk yaitu pantun

Ma.Bulian, november 2021

Mengetahui
Kepala SDN 121/1 Ma.Singoan

Guru kelas v

LUQMAN HAKIM,S.Pd.
NIP.197004261990071001

LUQMAN HAKIM,S.Pd
NIP. 197004261990071001

LAMPIRAN PENILAIAN

a. Sikap

1) Sikap spiritual

Format penilaian sikap (jurnal)

Butir sikap: Ketaatan beribadah, berperilaku syukur dan toleransi dalam beribadah

No	Tanggal	Nama Siswa	Catatan Perilaku	Karakter	Butir Sikap	Tindak Lanjut
1.						
2.						
3.						
4.						

Catatan : Cukup tulis perilaku siswa yang dianggap menonjol dari siswa lainnya.

2) Sikap Sosial : IPA dan Bahasa Indonesia

Format penilaian sikap (jurnal)

Butir sikap : rasa ingin tahu tinggi dan percaya diri.

No	Tanggal	Nama Siswa	Catatan Perilaku	Karakter	Butir Sikap	Tindak Lanjut
1.						
2.						
3.						
4.						

Catatan : Cukup tulis perilaku siswa yang lebih atau yang kurang dari siswa lainnya.

b. Pengetahuan**1) Kisi-kisi****Soal Uraian Tertulis**

Muatan	IPK	Indikator Soal	No Soal	Soal	Kunci Jawaban	Skor
IPA	3.4.3 Menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia.	Disajikan pertanyaan, siswa dapat menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia.	1	Jelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia!	<ul style="list-style-type: none">- menjaga pola makan teratur dan makan makanan gizi seimbang- menghindari rokok dan gaya hidup tidak sehat- berpikiran positif dan menghindari stres berlebihan- memeriksa kesehatan secara teratur- berolahraga secara teratur dan istirahat yang cukup- dsb.	20 x 5 item =100
Bahasa Indonesia	3.6.2 Menentukan amanat pantun yang disajikan secara lisan dan tulis.	Disajikan pantun, siswa dapat menentukan amanat pantun yang disajikan secara lisan dan tulis.	2	Bacalah pantun di bawah ini! <i>Jalan-jalan ke kota Roma</i> <i>Jalannya banyak berkelok-kelok</i> <i>Kalau usia hendak lama</i> <i>Hiduplah sehat jauhi rokok</i> Tentukan amanat pantun di atas!	Jika kita hendak hidup sehat dan berumur panjang maka kita harus mengamalkan hidup sehat dan menjauhi rokok.	100

c. Keterampilan

Muatan	KD	IPK
IPA	4.4 Menyajikan karya tentang organ peredaran darah pada manusia	4.4.3 Menyajikan karya tentang cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia.
Bahasa Indonesia	4.6 Melisankan pantun hasil karya pribadi dengan lafal, intonasi, dan ekspresi yang tepat sebagai bentuk ungkapan diri.	4.6.2 Melisankan pantun hasil karya pribadi dengan lafal, intonasi, dan ekspresi yang tepat.

1) Rubrik Penilaian Penyajian Karya Berupa Pantun Tentang Cara Memelihara Kesehatan Organ Peredaran Darah pada Manusia

Aspek	Baik Sekali	Baik	Cukup	Perlu Bimbingan
	4	3	2	1
Menyajikan karya berupa pantun untuk menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia.	Disajikan dengan lafal, intonasi, dan ekspresi sangat baik dan tepat.	Disajikan dengan lafal, intonasi, dan ekspresi baik.	Disajikan dengan lafal, intonasi, dan ekspresi cukup.	Disajikan dengan lafal, intonasi, dan ekspresi yang kurang.

2) Rubrik Mempresentasikan Cara Memelihara Kesehatan Organ Peredaran Darah Manusia

Aspek	Baik Sekali	Baik	Cukup	Perlu Bimbingan
	4	3	2	1
Menjelaskan gangguan dan faktor penyebabnya serta cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia	Informasi yang disampaikan benar	Informasi yang disampaikan sebagiannya benar	Informasi yang disampaikan tidak benar	Informasi yang disampaikan tidak ada

Isilah dengan angka 1,2,3, atau 4 pada kolom aspek yang diamati sesuai nomor aspekberdasarkan rubrik A dan B di atas dari hasil pengamatan.

No	Nama Siswa	Aspek yang diamati							
		A				B			
		1	2	3	4	1	2	3	4
1									
2									
3									
4									
Dst.									

Mengetahui
Kepala SDN 121/1 Ma.Singoan

LUQMAN HAKIM,S.Pd.
NIP.197004261990071001

Ma.Bulian, november 2021

Guru kelas v

LUQMAN HAKIM,S.Pd.
NIP. 197004261990071001

LAMPIRAN LKPD

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK

OLEH : LUQMAN HAKIM

Cara Memelihara Kesehatan Organ Peredaran Darah Manusia



Tujuan:

1. Melalui kegiatan tanya jawab, siswa dapat menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia dengan rasa ingin tahu yang tinggi.
2. Melalui kegiatan membuat pantun, siswa dapat menyajikan karya tentang cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia dengan percaya diri.
3. Melalui kegiatan mengamati pantun, siswa dapat menentukan amanat pantun yang disajikan secara lisan dan tulis dengan rasa ingin tahu yang tinggi.
4. Melalui kegiatan membacakan pantun, siswa dapat melisankan pantun hasil karya pribadi dengan lafal, intonasi, dan ekspresi yang tepat sebagai bentuk ungkapan diri dengan rasa percaya diri.



 **Ayo Mencoba**



Langkah-langkah kegiatan:

1. Simaklah penjelasan gurumu!
2. Carilah dan selidikilah informasi sebanyak-banyaknya dari berbagai sumber!
3. Dari hasil penyelidikanmu, analisislah apa saja yang harus dilakukan untuk mencegah terjadinya gangguan pada organ peredaran darah manusia! Tulis hasil analisismu pada tabel di bawah ini!

No	Jenis Gangguan	Penyebab	Cara Mencegah

4. Buatlah pantun yang berkaitan dengan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia! Lalu tulislah amanat yang terdapat pada pantun tersebut!

Pantun

.....

.....

.....

.....

Amanat Pantun

.....

.....

.....

.....

LEMBAR KHUSUS GURU

OLEH : LUQMAN HAKIM

Alternatif Jawaban yang Diharapkan



No	Jenis Gangguan	Penyebab	Cara Mencegah
1.	Kolesterol Tinggi	Mengonsumsi makanan mengandung lemak jenuh dan lemak trans	Menjaga pola makan dan berolahraga secara teratur
2.	Hipertensi	Naiknya tekanan darah yang disebabkan penyempitan pembuluh darah oleh lemak darah	Menjaga pola makan dan menghindari tekanan pikiran
3.	Hipotensi	Terjadinya penurunan tekanan darah	Menjaga pola makan dan istirahat yang cukup
4.	Anemia	Rendahnya kadar hemoglobin dalam darah	Menjaga pola makan
5.	Gagal Jantung	Jantung tidak memompa darah ke seluruh tubuh dengan baik	Menjaga pola makan dan gaya hidup sehat serta memeriksa kesehatan secara berkala
6.	Jantung Koroner	Penumpukan lemak darah (kolesterol) pada arteri koronaria	Menjaga pola makan dan hidup sehat serta memeriksa kesehatan secara berkala
7.	Leukemia	Kelebihan sel darah putih dalam tubuh yang mengakibatkan sel darah putih memakan sel darah merah	Menjaga pola hidup sehat dan memeriksa kesehatan secara rutin
8.	Stroke	Terjadinya kerusakan otak akibat penyumbatan pembuluh darah yang menuju ke otak oleh gumpalan darah	Menjaga pola makan dan berolahraga secara teratur

Alternatif Jawaban yang Diharapkan



4. Buatlah pantun yang berkaitan dengan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia! Lalu tulislah amanat yang terdapat pada pantun tersebut!

Pantun (tergantung jawaban siswa)	Aspek	Baik Sekali	Baik	Cukup	Perlu Bimbingan
		4	3	2	1
Amanat Pantun (tergantung jawaban siswa)	Menyajikan karya berupa pantun untuk menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia.	Memenuhi karakteristik pantun, yaitu: - bersajak a-b-a-b - satu bait terdiri atas empat baris - satu baris terdiri atas 8-12 suku kata - terdapat sampiran dan isi	Memenuhi 3 unsur	Memenuhi 2 unsur	Memenuhi 1 unsur

Skor Nilai



Tabel	Yang Dinilai			Total Skor Maksimal
1.	Jenis Gangguan 5 x 4 = 20	Penyebab 5 x 4 = 20	Cara Mencegah 5 x 4 = 20	60
2.	Pantun 20	Amanat Pantun 20	-	40

Jumlah skor maksimal = 60 + 40 = 100