

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SDN 146 MALEKU
Kelas / Semester : 5 /1
Tema : Sehat Itu Penting (Tema 4)
Sub Tema : Peredaran Darahku Sehat (Sub Tema 1)
Topik : Menerapkan hidup sehat dalam kehidupan sehari – hari
Pembelajaran ke : 1
Alokasi waktu : 3 x 35 Menit

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan kegiatan mengamati gambar peredaran darah manusia, siswa dapat menjelaskan organ peredaran darah dan fungsinya pada manusia secara rinci.
2. Dengan kegiatan berkreasi menggambar, siswa dapat menggambar cara kerja organ peredaran darah manusia secara rinci.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	1. Melakukan Pembukaan dengan Salam dan Dilanjutkan Dengan Membaca Doa (Orientasi) 2. Mengaitkan Materi Sebe dengan Materi yang akan dipelajari dan diharapkan dikaitkan dengan pengalaman peserta didik (Apersepsi) 3. Memberikan motivasi dengan melakukakn tanya jawab kepada peserta didik agar aktif dalam proses pembelajaran. 4. Memberikan informasi tentang tujuan pembelajaran dan penilaian yang akan dilakukan selama proses pembelajaran.	15 menit
Kegiatan Inti	A. Ayo Mengamati ➤ Secara mandiri peserta didik diminta untuk mengamati gambar peredaran darah pada manusia. ➤ Guru memberikan stimulus dengan mengajukan pertanyaan . Misal : coba kalian perhatikan apa saja bagian bagian jantung yang ada pada gambar ? ➤ Peserta didik mengamati dan menyebutkan bagian bagian jantung ➤ Guru menjelaskan kepada peserta didik bahwa peredaran darah pada manusia ada dua, yaitu peredaran darah kecil dan peredaran darah besar. B. Ayo Menulis ➤ Setelah peserta didik mengetahui peredaran darah kecil dan peredaran darah besar pada manusia, peserta didik diminta mencari informasi tentang organ tubuh yang terlibat dalam proses peredaran darah dari berbagai sumber (buku siswa, internet, dan lain sebagainya). ➤ Guru membagikan LKS kepada peserta didik dan meminta menuliskan nama dan fungsi organ-organ tubuh manusia yang terlibat dalam peredaran darah . ➤ Guru memberikan penjelasan bahwa kita harus menjaga kesehatan organ peredaran darah dengan menerapkan hidup sehat dalam kehidupan sehari – hari . C. Ayo Mencoba ➤ Setelah memahami organ jantung peserta didik diminta merasakan denyut nadi atau denyut jantung yang terjadi karena jantung memompa darah ke dalam pembuluh nadi.	75 menit

	➤ Guru meminta masing-masing siswa untuk menempelkan ketiga jari tangan kanan (telunjuk, tengah, dan manis) pada pergelangan tangan kiri, lalu menekannya secara perlahan. ➤ Peserta didik diminta merasakan dan menghitung denyut nadinya selama 15 detik. ➤ Peserta didik diminta menghitung kecepatan denyut jantung dengan cara, hasil penghitungan denyut jantung selama 15 detik dikalikan 4. D. Ayo Berkreasi ➤ Peserta didik di bagi menjadi beberapa kelompok setiap kelompok diminta untuk menggambar peredaran darah pada manusia lengkap dengan keterangan bagian – bagiannya. Dan cara kerja organ peredaran darah manusia . ➤ Guru menyatukan hasil gambar siswa dalam bentuk kliping.	
Kegiatan Penutup	➤ Peserta didik dan guru mereflesi kegiatan pembelajaran (menceritakan pengalaman belajar hari ini) ➤ Peserta didik dan guru menarik kesimpulan dari hari kegiatan pembelajaran. ➤ Peserta didik melaksanakan hasil evaluasi akhir pembelajaran ➤ Guru memberikan penghargaan kepada peserta didik yang mendapat nilai baik. ➤ Guru menginformasikan materi pertemuan berikutnya.	15 menit

C. PENILAIAN (ASESMEN)

Penilaian dilakukan terhadap 3 aspek yaitu :

1. Penilaian sikap (sosial dan religi)

Teknik dan bentuk penilaian : observasi / pengamatan dalam proses pembelajaran.

2. Penilaian pengetahuan

Teknik dan bentuk penilaian : tes lisan.

- Sebutkan 3 organ peredaran darah manusia !

Jawab : 3 organ peredaran darah manusia adalah :

- Jantung fungsinya untuk memompa darah ke seluruh tubuh.
- Pembuluh darah fungsinyasebagai tempat mengalirnya darah dari jantung ke seluruh tubuh dan sebaliknya.
- Paru – paru berfungsi sebagai penyuplai oksigen ke dalam darah .

- Sebutkan 2 jenis pembuluh darah !

Jawab : 2 jenis pembuluh darah adalah pembuluh nadi (arteri) , pembuluh balik (vena)

- Sebutkan 4 bagian jantung !

Jawab : 4 bagian jantung adalah : serambi kanan , serambi kiri , bilik kanan dan bilik kiri

- Sebutkan 2 jenis proses peredaran darah !

Jawab : 2 jenis proses peredaran darah adalah peredaran darah besar dan peredaran darah kecil

3. Penilaian keterampilan : praktek /rubrik

Teknik penilaian : unjuk kerja / bentuk penilaian penugasan

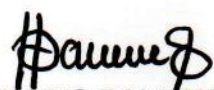
Mengetahui :

Kepala Sekolah,



DAMARIS PALLAN, S.Pd .SD
NIP : 19691016 199401 2 003

Maleku , 4 November 2021
Guru


DAMARIS PALLAN, S.Pd .SD
NIP : 19691016 199401 2 003

LAMPIRAN :

1. PENILAIAN PROSES

A. KEAKTIFAN

NO	ASPEK YANG DINILAI	SKOR	KATOGORI
1	Siswa sangat aktif dalam pembelajaran	4	Sangat Baik
2	Siswa aktif dalam pembelajaran	3	Baik
3	Siswa cukup aktif dalam pembelajaran	2	Cukup baik
4	Siswa tidak aktif dalam pembelajaran	1	Kurang baik

B. KERJASAMA DALAM KELOMPOK

NO	ASPEK YANG DINILAI	SKOR	KATOGORI
1	Kerjasama siswa sangat baik dalam diskusi	4	Sangat Baik
2	Kerjasama siswa baik dalam diskusi	3	Baik
3	Kerjasama siswa cukup baik dalam diskusi	2	Cukup baik
4	Kerjasama siswa kurang baik dalam diskusi	1	Kurang baik

LEMBAR PENILAIAN SISWA

NO	NAMA SISWA	ASPEK YANG DI NILAI								JUMLAH	NILAI
		KEAKTIFAN DALAM PEMBELAJARAN				KERJASAMA DALAM KELOMPOK					
		1	2	3	4	1	2	3	4		
1											
2											
3											
4											

Petunjuk menggunakan kolom penilaian diatas , dengan memberikan tanda (√) jika :

- Skor 1 : kurang baik
- Skor 2 : cukup
- Skor 3 : baik
- Skor 4 : sangat baik

Keterangan :

Jumlah skor ke dua aspek

- 12 : baik sekali (A)
 10 – 8 : baik (B)
 7 – 6 : cukup (C)
 < 5 : kurang (D)

LEMBAR KERJA SISWA

NAMA KELOMPOK :

KETUA :

SEKERTARIS :

ANGGOTA : 1.

2.

3.

4.



Ayo Berkreasi !

Kamu telah mempelajari peredaran darah manusia . Coba pahami materinya dan gambarlah .

Kemudian tulislah keterangan gambar yang kamu buat . Tuliskan juga cara kerjanya.

Gambar organ peredaran darah besar manusia

Cara kerja organ peredaran darah besar manusia adalah :

LEMBAR KERJA SISWA

NAMA KELOMPOK :

KETUA :

SEKERTARIS :

ANGGOTA :

1.

2.

3.

4.



Ayo Berkreasi !

Kamu telah mempelajari peredaran darah manusia . Coba pahami materinya dan gambarlah .

Kemudian tulislah keterangan gambar yang kamu buat . Tuliskan juga cara kerjanya.

Gambar organ peredaran darah kecil manusia

Cara kerja organ peredaran darahkecil manusia adalah :

LEMBAR KERJA SISWA

Nama siswa :



Ayo Menulis !

Kamu telah membaca uraian di atas ternyata ada beberapa organ tubuh dalam peredaran darah manusia .Coba tuliskan organ tubuh manusia dalam peredaran darah !

Organ tubuh manusia yang berperan dalam peredaran darah adalah :

Pembuluh darah terdiri atas pembuluh nadi dan pembuluh balik . Pembuluh nadi dan pembuluh balik memiliki peranan yang berbeda .

Apakah perbedaan peranan pembuluh nadi dan pembuluh balik ?

Carilah informasi melalui buku , internet dan media lainnya.

Tuliskan hasilnya pada tabel berikut ini !

NO	PERBEDAAN	
	PEMBULUH NADI	PEMBULUH BALIK
1		
2		
3		
4		
5		

KUNCI JAWABAN

1. Organ tubuh manusia yang terlibat dalam proses peredaran darah sebagai berikut.
 - Jantung Jantung berfungsi untuk memompa darah ke seluruh tubuh.
 - Pembuluh darah Pembuluh darah berfungsi sebagai tempat mengalirnya darah dari jantung ke seluruh tubuh dan sebaliknya.
 - Paru-paru Paru-paru berfungsi sebagai penyuplai oksigen ke dalam darah.
2. Perbedaan pembuluh nadi dan pembuluh balik :

NO	PERBEDAAN	
	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 karbondioksida)
3	Mengalirkan darah dari jantung ke seluruh tubuh	Mengalirkan darah dari seluruh tubuh ke jantung
4	Denyut terasa (seirama denyut jantung)	Denyut tidak terasa
5	Dinding pembuluh tebal , kuat dan elastis	Dinding pembuluh tipis dan tidak elastis
6	Letaknya di bagian dalam tubuh	Letaknya depan permukaan tubuh (tampak kebiru biruan)

FORMAT PENILAIAN KETERAMPILAN :**RUBRIK BERKREASI**

ASPEK / KRITERIA	BAIK SEKALI	BAIK	CUKUP	PERLU BIMBINGAN
	4	3	2	1
Hasil kreasi	Memuat gambar, keterangan gambar, tulisan tentang cara kerja peredaran darah manusia, dan sesuai dengan materi atau teori	Hanya memuat 3 dari 4 hasil yang diharapkan	Hanya memuat 2 dari 4 hasil yang diharapkan	Hanya memuat 1 dari 4 hasil yang diharapkan
Keterampilan Penulisan: Informasi ditulis dengan benar, sistematis dan jelas, yang menunjukkan keterampilan penulisan yang baik	Keseluruhan hasil penulisan yang sistematis dan benar menunjukkan keterampilan penulisan yang sangat baik, di atas rata-rata kelas	Keseluruhan hasil penulisan yang sistematis dan benar menunjukkan keterampilan penulisan yang baik	Sebagian besar hasil penulisan yang sistematis dan benar menunjukkan keterampilan penulisan yang terus berkembang	Hanya sebagian kecil hasil penulisan yang sistematis dan benar menunjukkan keterampilan penulisan yang masih perlu terus ditingkatkan

INSTRUMEN PENILAIAN KETERAMPILAN BERKREASI

NO	NAMA SISWA	KRITERIA			
		4	3	2	1
1					
2					
3					
4					

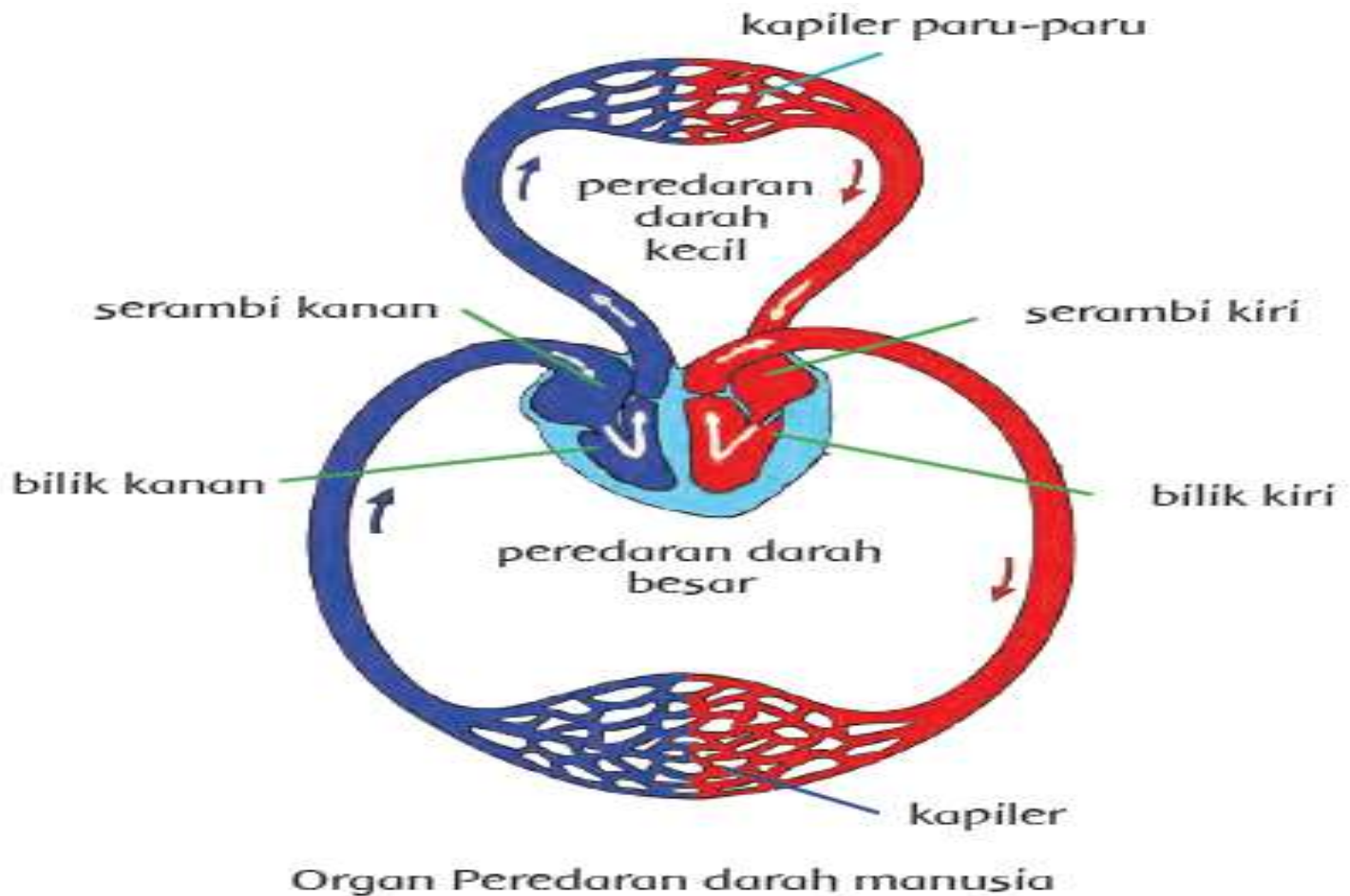
Penilaian Sikap

No	Nama	Perubahan tingkah laku											
		Santun				Peduli				Tanggung Jawab			
		K	C	B	SB	K	C	B	SB	K	C	B	SB
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1													
2													
3													
4													
5													
6													
7													
8													
9													
10													

Keterangan:

K (Kurang) : 1, C (Cukup) : 2, B (Baik) : 3, SB (Sangat Baik) : 4

BAHAN AJAR



Mengalirnya darah di dalam tubuh **disebut sistem peredaran darah**. Sistem peredaran darah dalam tubuh ada dua, yaitu peredaran darah kecil dan peredaran darah besar.

Sistem peredaran darah kecil, yaitu darah mengalir dari bilik kanan menuju paru-paru melalui arteri pulmonalis. Dalam paru-paru terjadi pertukaran darah yang banyak mengandung karbon dioksida (CO_2) dengan darah yang banyak mengandung oksigen (O_2). Darah yang banyak mengandung O_2 kembali ke jantung melalui vena pulmonalis. Sistem peredaran darah kecil sebagai berikut.

Bilik kanan → Arteri pulmonalis → Paru-paru → vena pulmonalis → Serambi kiri

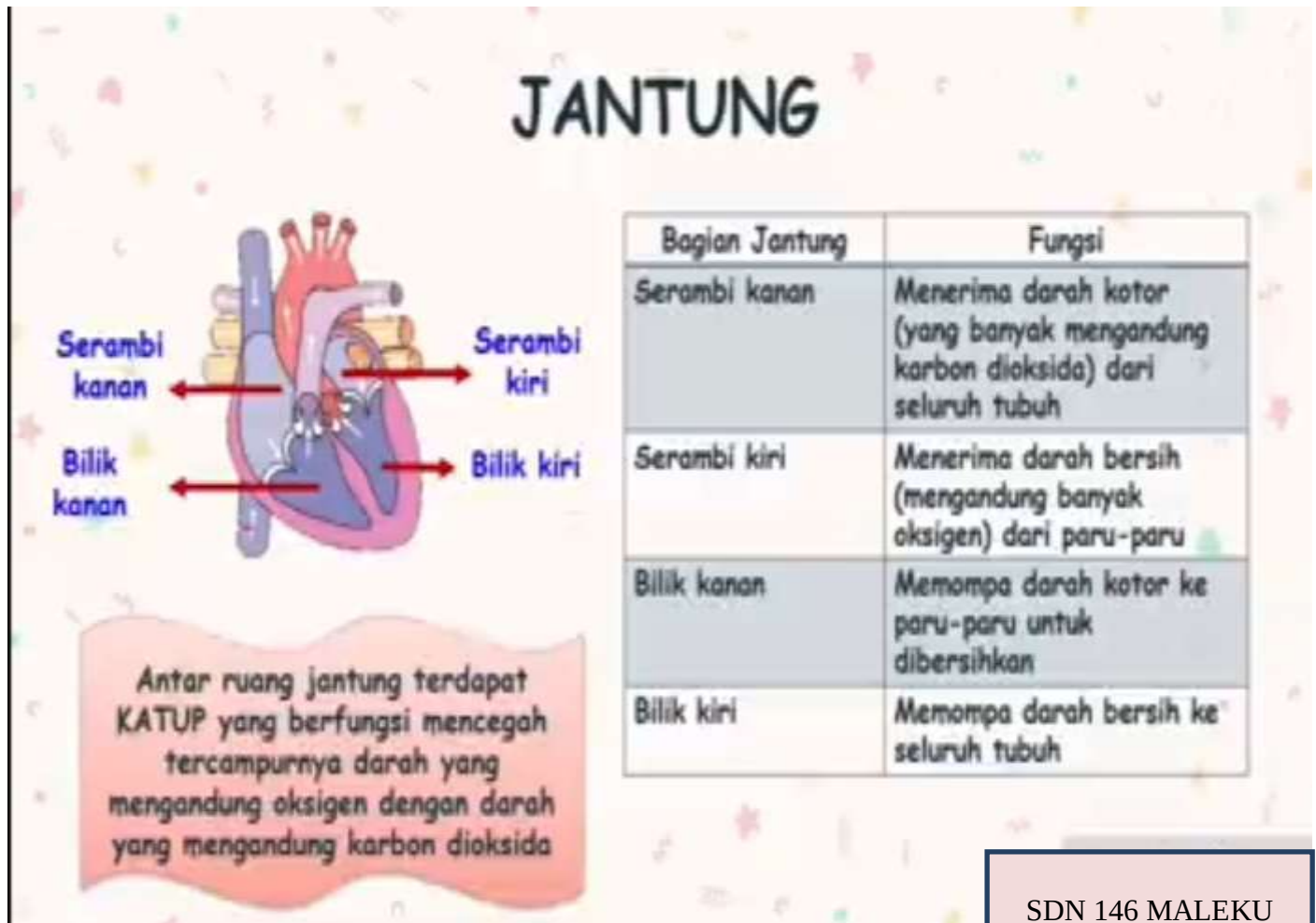
Sistem peredaran darah besar, yaitu darah yang banyak mengandung oksigen (O_2) mengalir dari bilik kiri jantung ke seluruh tubuh (kecuali paru-paru) melalui arteri besar (aorta). Selanjutnya, terjadi pertukaran darah yang banyak mengandung oksigen dengan darah yang banyak mengandung karbon dioksida di seluruh tubuh. Darah yang banyak mengandung karbon dioksida kembali ke jantung melalui vena ke serambi kanan. Sistem peredaran darah besar adalah sebagai berikut.

Bilik kiri → Arteri besar (aorta) → Arteri → Seluruh tubuh → Vena → Serambi kanan

Fungsi atau peranan organ peredaran darah pada manusia adalah sebagai berikut.

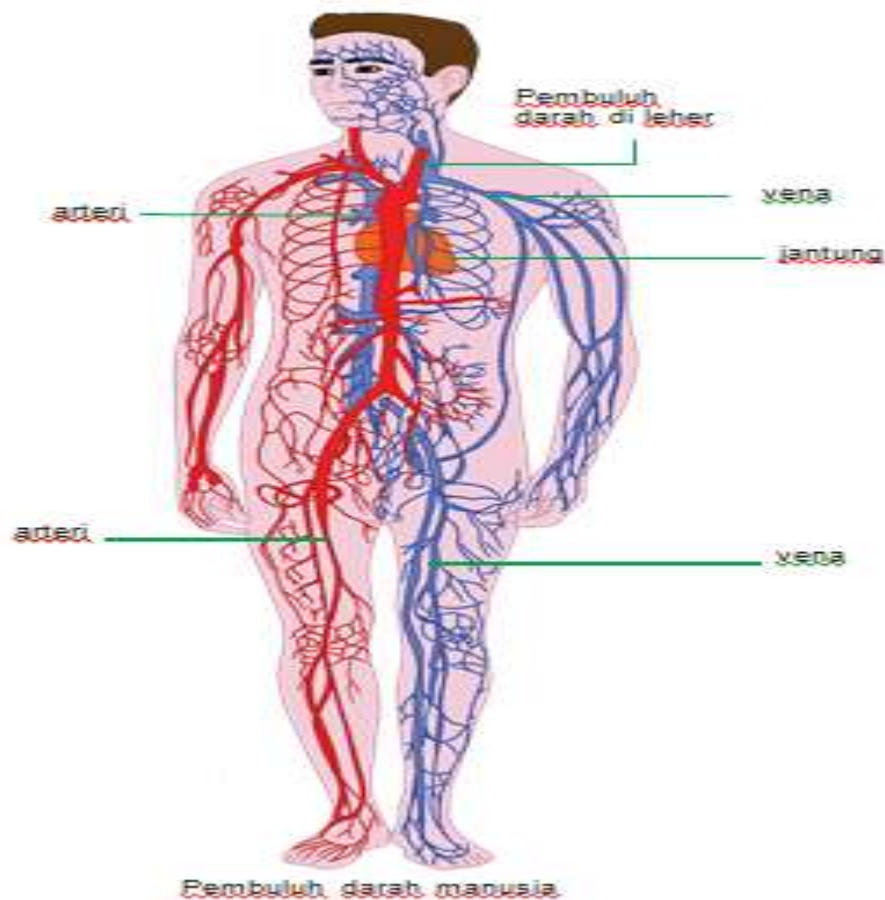
1. Jantung

Jantung adalah organ tubuh manusia yang berfungsi memompa darah ke seluruh tubuh. Jantung memompa darah dengan cara berkontraksi dan berelaksasi secara bergantian, sehingga jantung berdenyut, mengembang, dan mengempis. Jantung terletak di dalam rongga dada sebelah kiri. Ukuran jantung kira-kira sebesar kepalan tangan pemiliknya. Jantung tersusun atas kumpulan otot-otot yang sangat kuat yang disebut miokardium. Jantung terdiri atas empat ruang, yaitu serambi kanan, serambi kiri, bilik kanan, dan bilik kiri.



Antara bagian kanan dan kiri jantung dibatasi oleh sekat jantung yang disebut katup jantung. Katup jantung berfungsi untuk mencegah bercampurnya darah yang mengandung oksigen dengan darah yang mengandung karbon dioksida. Otot penyusun bilik jantung lebih tebal daripada otot pada serambi jantung. Hal ini disebabkan tugas bilik jantung lebih berat. Tugasnya, yaitu memompa darah keluar dari jantung ke seluruh bagian tubuh. Kontraksi dan relaksasi pada jantung mengakibatkan terjadinya denyut jantung atau denyut nadi. Ketika jantung memompa darah ke dalam pembuluh nadi, pembuluh tersebut ikut berdenyut. Dengan demikian, melalui denyut nadi kamu dapat mengetahui denyut jantung. Denyut nadi akan terasa jelas dengan menekan pembuluh nadi pada pergelangan tangan dan bagian leher di bawah telinga.

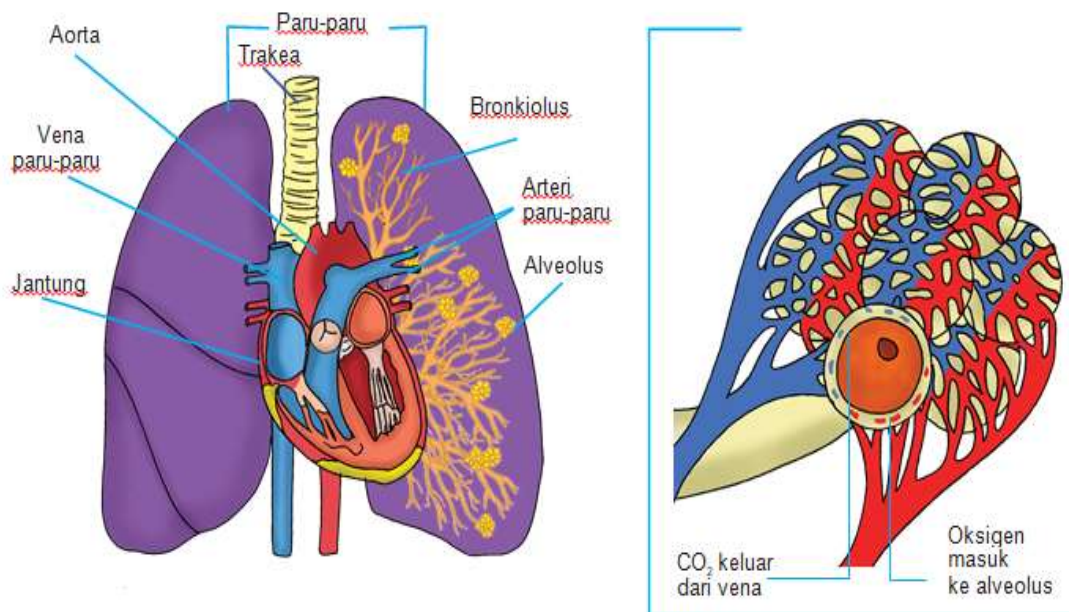
2. Pembuluh Darah



Pembuluh darah merupakan saluran tempat mengalirnya darah dari jantung ke seluruh tubuh dan dari seluruh tubuh kembali ke jantung. Pembuluh darah terdiri atas dua jenis, yaitu pembuluh nadi dan pembuluh balik. Pembuluh nadi disebut arteri. Pembuluh balik disebut vena. Pembuluh nadi atau arteri yaitu pembuluh yang membawa darah yang kaya akan oksigen keluar dari jantung ke seluruh tubuh. Pembuluh nadi yang paling besar disebut aorta. Pembuluh balik yaitu pembuluh darah yang membawa darah yang kaya akan karbon dioksida dari seluruh tubuh menuju jantung.

Pembuluh nadi dan pembuluh balik bercabang-cabang. Ujung cabang pembuluh terkecil disebut, pembuluh kapiler. Pembuluh kapiler sangat halus ber dinding tipis dan berpori. Dalam pembuluh kapiler ini terjadi pertukaran dua zat, yaitu antara oksigen dan karbon dioksida. Panjang seluruh pembuluh darah manusia jika dihubungkan dari satu ujung ke ujung yang lain dapat mencapai sekitar 160.000 km.

3. Paru-Paru

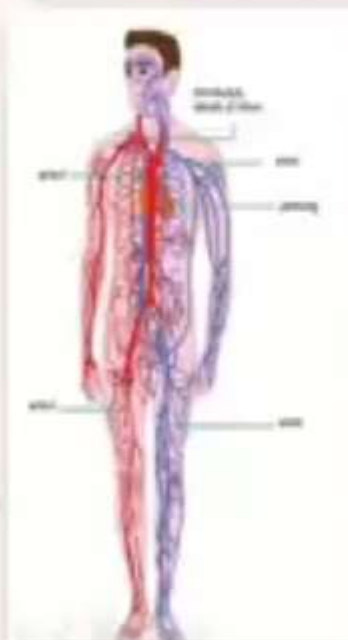


Organ paru-paru dan mekanisme pertukaran O₂ dan CO₂

Paru paru juga memiliki peranan yang penting dalam proses peredaran darah. Dalam proses peredaran darah, paru-paru berperan sebagai penyuplai oksigen ke dalam darah. Darah yang telah diedarkan ke seluruh tubuh tidak lagi mengandung oksigen. Akan tetapi banyak mengandung karbon dioksida. Setelah kembali ke jantung, darah yang akan mengandung karbon dioksida tersebut dipompa ke dalam paru-paru. Selanjutnya, karbon dioksida diambil dan diganti dengan oksigen melalui proses pernapasan. Paru-paru terdiri atas ribuan tabung bercabang. Tabung bercabang yang jumlahnya ribuan semakin ke ujung semakin mengecil. Pada ujung yang mengecil terdapat kantong udara. Kantong udara tersebut dinamakan "alveoli". Masing-masing alveoli memiliki jaringan halus kapiler. Pada jaringan halus kapiler inilah tempat terjadinya pertukaran oksigen dan karbon dioksida.

PEMBULUH DARAH

Pembuluh darah merupakan saluran tempat mengalirnya darah dari jantung ke seluruh tubuh dan dari seluruh tubuh kembali ke jantung.



Proses Peredaran Darah

Peredaran Darah Besar

Jantung (Bilik Kiri)

Seluruh Tubuh

Jantung (Serambi Kanan)

Peredaran Darah Kecil

Jantung (Bilik Kanan)

Paru-Paru

Jantung (Serambi Kiri)

