



## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

### CALON GURU PENGGERAK

Nama Pembuat RPP	:	Dwi Sari Fauziati
Instansi	:	SDN Galur 03
ID/Surel Pembuat RPP	:	<a href="mailto:201500142573@guruku.id">201500142573@guruku.id</a>
Kelas/Tema	:	5 (Lima) /4 (Sehat itu Penting)
Subtema 3	:	Cara memelihara kesehatan organ Peredaran darah manusia
Pembelajaran ke	:	1
Topik/Deskripsi	:	6/Menerapkan Hidup Sehat dalam Kehidupan Sehari-hari
Alokasi Waktu	:	10 menit

Sehat itu Penting

## A. KOMPETENSI INTI

Kompetensi Inti	
1.	Menerima, menjalankan, dan menghargai ajaran agama yang dianutnya.
2.	Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, santun, percaya diri, peduli, dan bertanggung jawab dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru, dan tetangga, dan negara.
3.	Memahami pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif pada tingkat dasar dengan cara mengamati, menanya, dan mencoba berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah, dan tempat bermain.
4.	Menunjukkan keterampilan berfikir dan bertindak kreatif, produktif, kritis, mandiri, kolaboratif, dan komunikatif. Dalam bahasa yang jelas, sistematis, logis dan kritis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan tindakan yang mencerminkan perilaku anak sesuai dengan tahap perkembangannya.

## B. KOMPETENSI DASAR (KD)

- 3.4. Memahami organ peredaran darah dan fungsinya pada hewan dan manusia serta memelihara kesehatan organ peredaran darah.
- 4.4 Menyajikan karya tentang organ peredaran darah manusia

### INDIKATOR

- 3.4.1. Menyebutkan macam-macam penyakit yang mengakibatkan terganggunya kesehatan organ peredaran darah manusia.
- 3.4.2. Menyebutkan cara mencegah penyakit yang mengakibatkan terganggunya kesehatan organ peredaran darah manusia.
- 3.4.3. Menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia.

## C. TUJUAN PEMBELAJARAN

- Melalui kegiatan mengelompokkan gambar, siswa dapat menyebutkan macam-macam penyakit yang disebabkan karena terganggunya kesehatan organ peredaran darah manusia.
- Melalui kegiatan memasang jenis gangguan peredaran darah manusia serta cara pencegahannya, siswa dapat menyebutkan cara mencegah penyakit yang disebabkan karena terganggunya organ peredaran darah manusia.

- Melalui kegiatan penyajian karya, siswa dapat menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia dalam kehidupan sehari-hari

#### D. MATERI PEMBELAJARAN

- Macam-macam penyakit yang disebabkan karena terganggunya kesehatan organ peredaran darah manusia.
- Cara mencegah penyakit yang disebabkan karena terganggunya organ peredaran darah manusia.
- Cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia dalam kehidupan sehari-hari.

#### E. METODE PEMBELAJARAN

- Pendekatan : *Scientific*
- Strategi : *Cooperative Learning*
- Model Pembelajaran : *Problem Based Learning*
- Metode : Penugasan, pengamatan, tanya jawab, dan ceramah

#### F. MEDIA PEMBELAJARAN

- Gambar macam-macam penyakit
- Tulisan cara mencegah penyakit

#### G. SUMBER PEMBELAJARAN

- Buku Pedoman Guru Tema 4 : *Sehat itu penting* Kelas 5, Jakarta: Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan, 2017
- Buku Siswa Tema 4 : *Sehat itu Penting* Kelas 5, Jakarta : Kementrian dan Kebudayaan, 2017.

#### H. LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN

##### 1. KEGIATAN PENDAHULUAN

- Guru menyapa siswa dan bertanya kabar siswa
- Guru dan siswa berdoa bersama sebelum pembelajaran di mulai **(religius)**
- Guru dan siswa bersama-sama menyanyikan lagu nasional : garuda pancasila **(nasionalis)**
- Guru dan siswa melakukan tanya jawab mengenai pertemuan sebelumnya kalian telah memahami organ peredaran darah manusia **(apersepsi)**
- Guru memotivasi siswa dengan mengajak tepuk semangat **(motivasi)**
- Guru bertanya kepada siswa mengenai : "Siapa yang tadi naik tangga, dan tiba di atas dadanya sesak (nafas tersengal-sengal) ?, kira-kira mengapa hal itu terjadi ?" **(Sainifik dan Critical Thinking)**

## 2. KEGIATAN INTI

- Siswa mendengarkan penjelasan guru mengenai hal dada sesak dan nafas tersengal-sengal **(Saintifik)**
- Siswa diajak mengamati gambar-gambar yang ditempel guru di papan tulis **(Saintifik)**
- Siswa melihat dan mengelompokkan gambar-gambar yang disebabkan karena adanya gangguan organ peredaran darah pada manusia yang guru berikan di papan tulis **(Saintifik dan Critical Thinking)**
- Siswa bertanya jawab dengan guru terkait hasil mengelompokkan gambar **(Saintifik)**
- Siswa diajak melihat LKPD mengenai nama gangguan peredaran darah manusia di papan tulis beserta dengan pernyataan cara mencegah penyakit/gangguan peredaran darah tersebut **(Saintifik)**
- Siswa memasangkan nama gangguan peredaran darah manusia dengan pernyataan cara mencegah penyakit/gangguan peredaran darah tersebut **(Saintifik dan Critical Thinking)**
- Siswa mendengarkan penjelasan guru terkait kegiatan memasangkan gambar **(Saintifik)**

### Alternatif jawaban sebagai berikut.

#### Nama dan Penyebab Gangguan pada Peredaran Darah Manusia

1. Jantung koroner  
Penyebab jantung koroner adalah adanya penyumbatan pembuluh darah dalam jantung, misalnya lemak.
2. Varises  
Penyebab varises adalah tekanan darah yang terlalu besar dan jumlah darah yang dipompa oleh jantung terlalu banyak. Umumnya terjadi pada bagian betis.
3. Hipertensi  
Penyebab hipertensi adalah tingginya tekanan darah dari tekanan darah normal (120/80 mmHg), bisa karena stress, makan berlebihan, merokok, dan banyak minum alkohol.
4. Anemia  
Penyebab anemia di antaranya perdarahan akibat kecelakaan atau luka di bagian luar atau dalam tubuh dan kekurangan produksi sel darah merah akibat tubuh kekurangan zat besi.

- Siswa melakukan perintah guru yaitu menggambarkan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia dalam kehidupan sehari-hari **(Saintifik dan Critical Thinking)**
- Siswa tertentu mempresentasikan gambar sederhana yang telah dikerjakan
- Siswa bertanya jawab mengenai cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia dalam kehidupan sehari-hari

## 3. KEGIATAN AKHIR

- Siswa bersama guru melakukan refleksi kesimpulan kegiatan belajar hari ini :
  - Apa yang telah dipelajari hari ini?
  - Apa perasaan yang kalian rasakan pada pembelajaran hari ini?
  - Apa yang belum dipahami pada pembelajaran hari ini?
- Guru memotivasi siswa untuk selalu menjaga kesehatan organ peredaran darah

- Siswa dan guru mengakhiri pembelajaran dengan berdo'a bersama  
**(religious)**

I. PENILAIAN

1. Teknik penilaian

a. **Sikap spiritual**

Melalui observasi dan dituliskan dalam jurnal pengamatan (rubrik terlampir)

b. **Sikap sosial**

Melalui observasi dan dituliskan dalam jurnal pengamatan (rubrik terlampir)

c. **Pengetahuan**

Tes tertulis, Bentuk Instrumen : Memasangkan/menjodohkan gambar

2. Pembelajaran Remedial

Siswa yang belum mampu menyebutkan dan menjelaskan macam-macam penyakit yang disebabkan adanya gangguan organ peredaran darah manusia dan cara memeliharanya, akan mendapatkan penguatan dari guru. Siswa dapat dibantu oleh siswa lain yang telah menguasai konsep tersebut.

3. Pembelajaran Pengayaan

Guru memberikan latihan lanjutan bagi peserta didik yang telah mampu macam-macam penyakit yang disebabkan adanya gangguan organ peredaran darah manusia dan cara memeliharanya

Mengetahui,  
Kepala SDN Galur 03

Jakarta, 1 Januari 2022  
Guru Kelas 5

Popon E. Sumartini S.Pd

Dwi Sari Fauziati

Sehat itu Penting

## LAMPIRAN-LAMPIRAN

### PENILAIAN SIKAP

#### Penilaian Spiritual

No	Nama Siswa	Aspek yang dinilai											
		Ketaatan beribadah				Berdoa sebelum dan sesudah melakukan kegiatan				Toleransi dalam beribadah			
		BT	MT	MB	SM	BT	MT	MB	SM	BT	MT	MB	SM
1													
2													
3													

Keterangan:

- BT : Belum Terlihat
- MT : Mulai Terlihat
- MB : Mulai Berkembang
- SM : Sudah Membudaya

Berilah tanda centang (✓) pada kolom yang sesuai

#### Penilaian Sosial

No.	Nama Siswa	Perubahan Tingkah Laku											
		Teliti				Cermat				Percaya Diri			
		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	..... dst												

Keterangan :

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

#### Penilaian Pengetahuan

Memasangkan nama gangguan peredaran darah manusia dengan cara mencegah penyakit peredaran darah manusia pada LKPD

## BAHAN AJAR



### Ayo Mengamati



Gambar A



Gambar B



Gambar C



Gambar D



Gambar E

# LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK

## MUATAN IPA

Nama : .....

Kelas : .....

Tujuan :

Melalui kegiatan memasangkan jenis gangguan peredaran darah manusia serta cara pencegahannya, siswa dapat menyebutkan cara mencegah penyakit yang disebabkan karena terganggunya organ peredaran darah manusia

### Ayo Pasangkan dengan tepat !

1. Jantung Koroner

A. Perbanyak konsumsi makanan rendah lemak

2. Tekanan Darah Tinggi

B. Mengonsumsi makanan kaya zat besi

3. Tekanan Darah Rendah

C. Menjaga berat badan ideal dan tidak duduk menyilangkan kaki

4. Varises

D. Perbanyak konsumsi air putih dan garam

5. Anemia

E. Hindari rokok dan istirahat yang cukup

Sehat itu Penting

# Ayo Berkarya !

Gambarlah cara memelihara organ peredaran darah manusia, yang dapat dilakukan dalam kehidupan sehari-hari!

5 cara memelihara Organ peredaran darah manusia, yang dapat dilakukan dalam kehidupan sehari-hari



BELAJAR  
MENGELOLA  
STRESS

