

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN DARING

|                          |  |
|--------------------------|--|
| <b>Satuan Pendidikan</b> | <b>: SD Negeri Lebaksiu Lor 01</b>                               |
| <b>Kelas / Semester</b>  | <b>: V / 1</b>   |
| <b>Tema 4</b>            | <b>: Sehat Itu Penting</b>                                       |
| <b>Sub Tema 3</b>        | <b>: Cara Memelihara Kesehatan Organ Peredaran Darah Manusia</b> |
| <b>Pembelajaran Ke</b>   | <b>: 1</b>   |
| <b>Muatan Pelajaran</b>  | <b>: IPA dan Bahasa Indonesia</b>                                |
| <b>Alokasi Waktu</b>     | <b>: (4 x 35 menit) 1 x Pertemuan</b>                            |
| <b>Hari, Tanggal</b>     | <b>: Senin, 26 Oktober 2020</b>                                  |

### I. TUJUAN PEMBELAJARAN

3.4.1.1 Dengan kegiatan mencari tahu tentang berbagai penyakit yang mempengaruhi organ peredaran darah dan cara pencegahannya melalui media Ms.power point., siswa dapat menjelaskan berbagai macam penyakit yang mempengaruhi organ peredaran darah manusia dan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah.

3.6.1.1 Dengan kegiatan mengamati pembacaan pantun melalui aplikasi zoom meeting, siswa dapat menjelaskan isi pantun yang disajikan secara lisan dan runtut.

3.6.1.1 Dengan kegiatan menulis pantun, siswa dapat menjelaskan isi pantun yang disajikan secara tertulis dan runtut.

4.6.1.1 Dengan kegiatan mencoba menulis pantun dengan tema menjaga kesehatan tubuh, siswa dapat membacakan pantun yang dibuatnya dengan lafal dan intonasi yang tepat.

- ❖ **Karakter siswa yang diharapkan :**
- Religius
  - Nasionalis
  - Mandiri
  - Gotong Royong
  - Integritas

## II. KOMPETENSI INTI (KI)

KI 1 : Menerima dan menjalankan ajaran Agama yang dianutnya.

KI 2 : Memiliki perilaku jujur, disiplin, 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 kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya 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.

## III. KOMPETENSI DASAR (KD) & INDIKATOR

### IPA

| KOMPETENSI DASAR (KD)   | INDIKATOR   |
|---|---|
| 3.4 Menjelaskan organ peredaran darah dan fungsinya pada hewan dan manusia serta cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia. | 3.4.1 Menjelaskan berbagai macam penyakit yang mempengaruhi organ peredaran darah manusia |
| 4.4 Menyajikan karya tentang organ peredaran darah pada manusia.  | 4.4.1 Menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah.                        |

### Bahasa Indonesia

| KOMPETENSI DASAR (KD)   | INDIKATOR  |
|---|--|
| 3.6 Menggali isi dan amanat pantun yang disajikan secara lisan dan tulis dengan tujuan untuk kesenangan.                | 3.6.1 Menjelaskan isi pantun yang disajikan.                                 |
| 4.6 Melisankan pantun hasil karya pribadi dengan lafal, intonasi, dan ekspresi yang tepat sebagai bentuk ungkapan diri. | 4.6.1 Membacakan pantun yang dibuatnya dengan lafal dan intonasi yang tepat. |

#### IV. MATERI PEMBELAJARAN

- Muatan pembelajaran IPA : Berbagai macam penyakit yang mempengaruhi organ peredaran darah pada manusia.
- Muatan pembelajaran Bahasa Indonesia: Pantun yang disajikan secara lisan

#### V. PENDEKATAN & METODE PEMBELAJARAN

- Pendekatan : Sainifik
- Model : Inkuiri
- Metode : Diskusi, tanya jawab, penugasan dan ceramah

#### VI. KEGIATAN PEMBELAJARAN

| Kegiatan           | Deskripsi Kegiatan  | Alokasi Waktu |
|--------------------|---|---------------|
| <b>Pendahuluan</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Peserta didik dan guru menyiapkan pembelajaran daring melalui aplikasi zoom meeting</li><li>▪ Setelah semua terkoneksi dengan aplikasi zoom meeting , guru memberikan salam dan mengajak semua siswa berdo'a menurut agama dan keyakinan masing-masing. <b>Religius</b></li><li>▪ Guru mengecek kesiapan diri diri siswa dengan mengisi lembar kehadiran siswa.</li><li>▪ Menginformasikan tema yang akan dibelajarkan yaitu tentang ”<i>Cara Memelihara Kesehatan Organ Peredaran Darah Manusia</i>”. <b>Mandiri</b></li><li>▪ Guru menyampaikan tahapan kegiatan yang meliputi kegiatan mengamati, menanya, mengeksplorasi, mengomunikasikan dan menyimpulkan. <b>Communication</b></li></ul> | 15 menit      |
| <b>Inti</b>        | <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Pada awal pembelajaran, guru mengondisikan siswa dengan menunjukkan gambar organ peredaran darah manusia yang ditampilkan melau slide power point pada aplikasi zoom meeting dan memulai percakapan berkaitan dengan aktivitas-aktivitas yang dapat memelihara peredaran darah manusia, yakni</li></ul>   | 110 menit     |

| Kegiatan | Deskripsi Kegiatan  | Alokasi Waktu |
|----------|---|---------------|
|          | <p>bersepeda. <i>Communication</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Pada kegiatan: AYO, BACALAH: siswa membaca bacaan tentang manfaat bersepeda pada aplikasi Ms.power point <i>Literasi</i></li> <li>▪ Hasil yang diharapkan: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa gemar membaca.</li> <li>- Siswa dapat mengkarakteristikkan informasi dari sebuah bacaan. <i>Critical Thinking and Inkuiri</i></li> <li>- Melalui bacaan, siswa dapat merasionalkan manfaat bersepeda khususnya untuk memelihara peredaran darah dalam tubuh manusia.</li> </ul> </li> </ul> <hr/> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Pada kegiatan: AYO MENULIS: siswa mencari dan mengumpulkan data dan informasi untuk mengisi tabel tentang nama-nama penyakit yang dapat mengganggu peredaran darah dalam tubuh dan cara pencegahannya. <i>Mandiri</i></li> <li>▪ Hasil yang diharapkan: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa dapat mengkategorikan macam-macam penyakit yang mengganggu peredaran darah dalam tubuh manusia dan cara pencegahannya. <i>Critical Thinking and Inkuiri</i></li> <li>- Siswa peduli akan kesehatan tubuh terutama berkaitan dengan peredaran darah dalam tubuh.</li> </ul> </li> </ul> <hr/> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Guru menarasikan kalimat penghubung antarkompetensi. <i>Communication</i></li> <li>▪ Slogan“ Mencegah Lebih Baik daripada Mengobati” menjadi kalimat kunci sebagai penghubung antar kompetensi, yakni cara memelihara peredaran darah dalam tubuh manusia dengan pantun.</li> <li>▪ Guru bersama-sama dengan siswa membaca pantun pada tayangan slide power point.</li> <li>▪ Selesai membaca, siswa mencermati pantun dengan seksama. <i>Mandiri</i></li> <li>▪ Pada kegiatan AYO MENGAMATI: siswa secara</li> </ul> |               |

| Kegiatan | Deskripsi Kegiatan   | Alokasi Waktu |
|----------|--|---------------|
|          | <p>mandiri mengamati pantun yang ditayangkan melalui slide power point pada aplikasi zoom meeting.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Hasil pengamatan siswa terhadap pantun digunakan untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan pada LKPD yang diberikan oleh guru melalui aplikasi zoom meeting.</li> <li>▪ Selesai menjawab pertanyaan pada LKPD, guru secara acak dan spontan menunjuk beberapa siswa untuk membacakan hasil jawabannya melalui aplikasi zoom meeting</li> <li>▪ Guru bersama-sama siswa mengategorikan ciri-ciri pantun. <b><i>Critical Thinking and Inkuiri</i></b></li> <li>▪ Pada kegiatan AYO MENULIS: Guru memberikan waktu kepada siswa untuk memahami ciri-ciri pantun.</li> <li>▪ Setelah benar-benar memahami, secara mandiri siswa mengilustrasikan ciri-ciri pantun pada buku siswa. <b><i>Mandiri</i></b></li> <li>▪ Hasil yang diharapkan: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa dapat membandingkan arti dan ciri-ciri pantun.</li> <li>- Siswa memiliki salah satu keterampilan berbahasa, yakni pantun.</li> </ul> </li> </ul> <hr/> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Pada kegiatan: AYO MEMBACA: siswa membaca bacaan tentang cara-cara memelihara kesehatan peredaran darah dalam tubuh, selain bersepeda. <b><i>Literasi</i></b></li> <li>▪ Siswa mengategorikan dan menyebutkan cara-cara memelihara kesehatan peredaran darah dalam tubuh. <b><i>Creativity and Innovation</i></b></li> <li>▪ Hasil yang diharapkan: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa gemar membaca. <b><i>Creativity and Innovation</i></b></li> <li>- Siswa memiliki keterampilan untuk menggali informasi dari sebuah bacaan.</li> <li>- Melalui bacaan, siswa dapat mengetahui cara</li> </ul> </li> </ul> |               |

| Kegiatan       | Deskripsi Kegiatan  | Alokasi Waktu |
|----------------|---|---------------|
|                | memelihara kesehatan peredaran darah dalam tubuh selain bersepeda.  |               |
| <b>Penutup</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Bersama-sama siswa membuat kesimpulan / rangkuman hasil belajar selama sehari <b>Integritas</b></li> <li>▪ Bertanya jawab tentang materi yang telah dipelajari (untuk mengetahui hasil ketercapaian materi)</li> <li>▪ Guru memberi kesempatan kepada siswa untuk menyampaikan pendapatnya tentang pembelajaran yang telah diikuti.</li> <li>▪ Melakukan penilaian hasil belajar</li> <li>▪ Mengajak semua siswa berdo'a menurut agama dan keyakinan masing-masing (untuk mengakhiri kegiatan pembelajaran) <b>Religius</b></li> <li>▪ Guru bersama- sama siswa menutup aplikasi zoom meeting yang diakhiri dengan salam penutup.</li> </ul> | 15 menit      |

## VII. MEDIA DAN SUMBER BELAJAR

- Media:
  - a. Seperangkat computer
  - b. Zoom meeting
  - c. Slide power point
  - d. Microsoft power point
- Sumber belajar:
 

Buku Siswa Tema : *Sehat Itu Penting* Kelas V (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2017).

Buku, teks bacaan, dan alat tulis seperti pensil dan pulpen..

**VIII. Penilaian**  
**Rubrik Berkreasi**

| Aspek   | 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 |

**Rubrik Mencari Tahu tentang Pantun**

| Aspek                                | Baik Sekali   | Baik                      | Cukup                     | Perlu Bimbingan                 |
|--------------------------------------|---|---------------------------|---------------------------|---------------------------------|
|                                      | 4   | 3                         | 2                         | 1                               |
| Informasi yang termuat dalam tulisan | Memuat definisi pantun, ciri-ciri pantun, bagianbagian pantun, dan jenis-jenis pantun | Memuat 3 dari 4 informasi | Memuat 2 dari 4 informasi | Hanya memuat 1 dari 4 Informasi |
| Penggunaan                           | Bahasa  | Bahasa                    | Bahasa Indonesia          | Bahasa                          |

|   |  |  |   |   |
|---|--|--|---|---|
| Bahasa Indonesia yang baik dan benar<br>Bahasa Indonesia yang baik dan benar digunakan dalam penulisan                          | Indonesia yang baik dan benar digunakan dengan efisien dan menarik dalam keseluruhan penulisan                                     | Indonesia yang baik dan benar digunakan dengan efisien dalam keseluruhan penulisan                 | yang baik dan benar digunakan dengan sangat efisien dalam sebagian besar penulisan                                | Indonesia yang baik dan benar digunakan dengan sangat efisien dalam sebagian kecil penulisan  |
| 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 |

**Mengetahui**  
**Kepala Sekolah**

**(Septi Marhaenenti, S.Pd.)**  
**NIP. 196609111988102002**

....., .....2020

**Guru Kelas V**

**(Laeli Setiawati, S.Pd.)**  
**NIP.**





LAELI SETIAWATI, S.Pd.



# TEMA 4 SEHAT ITU PENTING

---

*SUBTEMA 3 Cara Memelihara Kesehatan Organ Peredaran Darah  
Manusia Pembelajaran ke 1*

Untuk Kelas 5 SD/MI

# Cara Memelihara Kesehatan Organ Peredaran Darah Manusia

Muatan IPA KD 3.4 dan 4.4

Ayo Membaca!



## Cara Memelihara Kesehatan Organ Peredaran Darah

Darah merupakan jaringan hidup yang berada dalam tubuh yang berfungsi untuk mencukupi kebutuhan nutrisi serta oksigen bagi tubuh. Selain itu, darah juga berfungsi sebagai agen pembuangan sampah atau racun- racun dalam tubuh. Beberapa kondisi yang menjadikan darah tidak sehat di antaranya adalah terjadinya perdarahan, leukimia, hematoma, hemofilia, dan masih banyak lagi jenis gangguan darah lainnya. Jika darah tidak sehat, maka tubuh dapat beresiko tinggi untuk mengalami beberapa kondisi seperti stroke, serangan jantung, dan kondisi lainnya. Adapun langkah- langkah yang dapat kita tempuh untuk menjaga kesehatan darah antara lain, sebagai berikut:

1. Selalu memperhatikan asupan nutrisi bagi tubuh  
Kebiasaan mengkonsumsi makanan yang sehat merupakan suatu cara cerdas dalam menjaga kesehatan darah



Sumber: photos-ini-makanan-sehat.jpg

2. Menghindari makanan yang terlalu banyak mengandung garam dan gula  
Terlalu banyak mengkonsumsi makanan yang mengandung garam dapat menyebabkan hipertensi dan terlalu banyak makanan yang mengandung gula dapat menyebabkan peningkatan kadar gula dalam darah.
3. Melakukan olahraga secara teratur  
Melakukan gerakan fisik akan sangat membantu kita dalam menjaga kesehatan darah. Dengan rutin berolahraga akan membantu tubuh untuk meningkatkan produksi oksida

nitrat yang berfungsi untuk menjaga agar pembuluh darah tetap terbuka dan sehat.



Sumber: photos olahraga. jpg

4. Menghindari konsumsi alkohol  
Mengonsumsi minuman yang banyak mengandung alkohol secara berlebihan akan dapat berdampak bagi kesehatan tubuh, salah satunya adalah dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah
5. Jauhi rokok  
Kandungan bahaya nikotin yang terdapat dalam rokok yang kita hisap dapat mengakibatkan penyempitan pada pembuluh darah, bahkan akan merusaknya
6. Membatasi asupan lemak  
Lemak jenuh dan lemak trans yang terdapat dalam makanan yang kita konsumsi juga memiliki efek yang tidak baik untuk kesehatan darah kita. Apabila seseorang mengonsumsi terlalu banyak kandungan kedua jenis lemak tersebut, maka akan dapat mengakibatkan rusaknya pembuluh darah serta jantung dari waktu ke waktu.
7. Mencari informasi tentang kesehatan darah  
Ada baiknya jika kita mulai untuk mencari tahu tentang bagaimana cara menjaga kesehatan darah melalui buku - buku kesehatan atau dengan mencari informasinya melalui internet. Akan lebih baik jika kita juga bisa melakukan konsultasi kesehatan dengan dokter atau tenaga kesehatan lainnya.
8. Rutin mengikuti kegiatan donor darah  
Dengan rutin mengikuti donor darah akan membantu kita menjaga kesehatan darah. Dengan melakukan kegiatan social tersebut selain bertujuan untuk menolong sesama juga sangat berguna untuk membantu memproduksi sel - sel darah merah yang baru.



Sumber: Photos donor darah.jpg

### Muatan Bahasa Indonesia KD 3.6 dan 4.6

Perhatikan pantun berikut!

Lihat penguin bermain gitar

Beruang mendengar sambil menari

Jika ingin menjadi saudagar

Rajinlah menabung setiap hari

Pergi ke hutan mencari burung

Lihat penguin bermain gitar

Aku memang rajin menabung

Agar kelak jadi saudagar

Coba kalian cermati baris ketiga dan keempat pada baitnya

Bait 1 Jika ingin menjadi saudagar

Rajinlah menabung setiap hari

Bait 2 Aku memang rajin menabung

Agar kelak jadi saudagar

Jadi, isi pantun di atas adalah jika ingin menjadi saudagar maka rajinlah menabung. Dilihat dari isinya, pantun di atas termasuk jenis pantun nasihat.

### Daftar Pustaka

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. 2017. *Kelas 5 Tema 4 : Sehat Itu Penting, Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013 untuk Guru SD / MI Edisi Refisi 2017*. Jakarta : Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia.

Azmiyawati, Choiril. Wigati Hadi Omegawati, dan Rohana Kusumawati. 2008. *BSE IPA 5 Salingtemas*. Jakarta: Pusat Perbukuan Departemen Pendidikan Nasional.