

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN DARING

Satuan Pendidikan	: SD Negeri 1 Mertasari
Kelas/ Semester	: V(Lima)/ I (Satu)
Tema	: 4. Sehat itu Penting
Subtema	: 2. Gangguan Kesehatan pada Organ Peredaran Darah
Pembelajaran	: 2
Muatan Pembelajaran	: Bahasa Indonesia, IPA
Alokasi Waktu	: 4 x 35 menit
Hari/ tanggal	:

I. TUJUAN PEMBELAJARAN

- 3.6.1.1 Setelah mengumpulkan contoh-contoh pantun, peserta didik dapat mengidentifikasi ciri-ciri pantun dengan tepat.
- 4.6.1.1 Setelah mengidentifikasi ciri-ciri pantun, peserta didik dapat membuat 2 pantun dengan benar dan mempresentasikan menggunakan aplikasi WaG.
- 3.4.1.1 Setelah mengamati dua video tentang gangguan peredaran darah, peserta didik dapat mengidentifikasi gangguan peredaran darah dengan tepat.
- 4.4.1.1 Setelah mengidentifikasi tentang gangguan peredaran darah, peserta didik dapat membuat klipng tentang gangguan peredaran darah dan mempresentasikan menggunakan aplikasi WaG.

II. 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.

III. KOMPETENSI DASAR DAN INDIKATOR

Muatan Bahasa Indonesia

No	Kompetensi Dasar	Indikator
3.6	Menggali isi dan amanat pantun yang disajikan secara lisan dan tulis dengan tujuan untuk kesenangan	3.6.1 Mengidentifikasi ciri-ciri pantun.
4.6	Meliskan pantun hasil karya pribadi dengan lafal, intonasi, dan ekspresi yang tepat sebagai bentuk ungkapan diri	4.6.1 Membuat pantun.

Muatan IPA

No	Kompetensi Dasar	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 macam-macam gangguan pada peredaran darah manusia.
4.4	Menyajikan karya tentang organ peredaran darah pada manusia	4.4.1 Mempresentasikan gambar tentang penyebab gangguan pada organ peredaran darah pada manusia.

IV. MATERI PEMBELAJARAN

1. Muatan Bahasa Indonesia
 - Ciri - ciri pantun beserta contohnya
 - Jenis - jenis pantun
2. Muatan Pembelajaran IPA
 - Gangguan peredaran darah pada manusia

V. PENDEKATAN, MODEL, DAN METODE PEMBELAJARAN

1. Pendekatan : Saintifik, Tematik Integratif
2. Model Pembelajaran : *Contextual Teaching Learning*
3. Metode Pembelajaran : Penugasan, pengamatan, tanya jawab

VI. LANGKAH PEMBELAJARAN

Kegiatan	Sintak Model Pembelajaran <i>Contextual Teaching Learning</i>	Deskripsi Kegiatan Pembelajaran	Alokasi Waktu
Persiapan		Sebelum pembelajaran dimulai, Guru melakukan kegiatan berikut ini: a. Peserta didik menyiapkan artikel tentang gangguan peredaran darah.	15 menit

Awal		b. Peserta didik dan guru menyiapkan pembelajaran daring melalui aplikasi WaG.	
		c. Salam pembuka doa dan absensi melalui aplikasi WaG. Literasi : Peserta didik membaca teks “Manfaat Olahraga Pagi yang Jarang Diketahui Banyak Orang. d. Motivasi : Guru mengajak peserta didik senam jari. e. Apersepsi : Mengulang kembali pembelajaran kemarin tentang organ peredaran darah manusia dengan menggunakan tanya jawab.	
		f. Peserta didik memperhatikan tujuan pembelajaran dan kegiatan yang akan dilakukan yang disampaikan guru. g. Guru membacakan pantun, peserta didik untuk mengamati h. Guru kemudian melontarkan pertanyaan kepada peserta didik :”Apakah ada yang mau mengemukakan contoh pantun yang lain?” i. Pantun yang dikemukakan peserta didik sesuai kemampuan dasarnya.	
Inti		j. Guru memberikan tugas kepada peserta didik untuk mencari contoh pantun di internet. k. Guru bersama peserta didik mengumpulkan contoh-contoh pantun hasil pencarian peserta didik. l. Guru bersama siswa mengidentifikasi ciri-ciri pantun berdasarkan contoh yang di dapat. m. Siswa membuat pantun berdasarkan hasil pengamatan dengan tema kesehatan jantung. n. Siswa mengumpulkan tugas. o. Guru mengaitkan pembelajaran dengan literasi yang telah dibaca oleh peserta didik. p. Guru menampilkan 2 video tentang gangguan peredaran darah melalui WaG, peserta didik untuk mengamati dan menarik	45 menit

		kesimpulan. q. Peserta didik dengan di dampingi guru membuat kliping tentang gangguan peredaran darah pada manusia. r. Melalui WaG peserta didik mengirimkan hasil video presentasi.	
Akhir		s. Melakukan tanya jawab tentang hal yang belum dipahami oleh siswa menggunakan WaG t. Membuat kesimpulan pembelajaran u. Menutup pembelajaran dengan doa.	10 Menit

VII. MEDIA, ALAT/ BAHAN, DAN SUMBER BELAJAR

1. Media
 - a. Video tentang gangguan peredaran darah
 - b. Internet
 - c. Aplikasi WaG
2. Alat/ bahan
Artikel tentang gangguan peredaran darah
3. Sumber Belajar
 - a. Ari Subekti. 2017. *Buku Guru Tema 4 Sehat itu Penting*. Jakarta: Kemendikbud.
 - b. Ari Subekti. 2017. *Buku Siswa Tema 4 Sehat itu Penting*. Jakarta: Kemendikbud.

VIII. PENILAIAN

Sikap : Pengamatan, penugasan melalui WaG dan Zoom
 Pengetahuan : Tes tertulis
 Keterampilan : Presentasi, hasil karya.

Banjarnegara,

Mengetahui
Kepala Sekolah

Guru Kelas V

KUNTADI HERU SUDARWO, S.Pd
NIP. 19630614 198405 1 001

WAKHIDATUL LATIFAH, S.Pd

LAMPIRAN



Penyusun	: Wakhidatul Latifah
Satuan Pendidikan	: SD Negeri 1 Mertasari
Kelas/ Semester	: V (Lima) / I (Satu)
Tema	: 4 Sehat itu Penting
Subtema	: 2. Gangguan Kesehatan pada Organ Peredaran Darah
Pembelajaran ke	: 2
Muatan Pelajaran	: Bahasa Indonesia, IPA
Alokasi Waktu	: 2 x 35 Menit

Manfaat Olahraga Pagi yang Jarang Diketahui Banyak Orang

Melakukan aktivitas fisik di pagi hari, seperti lari yang membawa dampak



baik bagi kesehatan.

Apalagi jika hal ini dilakukan secara tepat dan teratur. Lantas, apa saja manfaat olahraga pagi terhadap tubuh kita? Berikut manfaat Olahraga pagi yang belum banyak diketahui orang yaitu:

1. Mengurangi Risiko Terkena Penyakit Jantung

Hal pertama yang menjadi manfaat dari aktivitas fisik ini yakni mengurangi risiko terkena penyakit jantung. Ketika seseorang berlari, maka otot jantung akan dilatih sehingga lebih kuat dalam mengalirkan aliran darah.

2. Menurunkan Tekanan Darah

Selain itu, olahraga ini juga dapat menurunkan tekanan darah di dalam tubuh mereka yang mengalami hipertensi. Kadar kolesterol jahat akan dikikis dan tingkat kolesterol baik pun akan meningkat.

3. Menjaga Berat Badan Ideal

Adapun manfaat olahraga pagi sebelum sarapan adalah menjaga berat badan agar tetap ideal. Jika dilakukan secara teratur, lemak di dalam tubuh akan terbakar dan massa otot akan terbangun sehingga membuat tubuh terasa lebih bugar.

4. Membuat Perasaan Lebih Bahagia

Siapa sangka bahwa dengan rutin berlari di pagi hari mampu membuat perasaan lebih bahagia? Pasalnya, saat berolahraga tubuh akan mengaktifkan hormon *Endocannabinoid* yang berperan membuat suasana hati lebih senang.

Itu tadi beberapa beberapa manfaat olahraga pagi bagi kesehatan yang perlu diketahui. Adapun tips buat Anda yang baru memulai aktivitas fisik ini yaitu mulailah dengan berlari jarak pendek, jangan berlari terlalu cepat, pilih area lari yang menyenangkan dan selalu beri waktu untuk tubuh agar bisa beristirahat.

Muatan Bahasa Indonesia



Sumber: Gifimage.net,2019.

Pantun adalah jenis puisi lama yang tiap baitnya terdiri atas empat baris serta memiliki sampiran dan isi.

Ciri-ciri pantun:

1. Bersajak a-b-a-b.
2. Setiap bait terdiri atas empat baris.
3. Setiap baris pantun terdiri atas 8-12 suku kata.
4. Baris pertama dan kedua berupa sampiran, baris ketiga dan keempat berupa isi.

Sumber : Pinteres.com

Jenis-jenis pantun:

1. **Pantun nasihat**

Pada dasarnya, pantun dibuat untuk memberi imbauan dan anjuran terhadap seseorang ataupun masyarakat. Pantun ini bertujuan menyampaikan pesan moral dan didikan.

Contoh :

Di jalan tak sengaja berjumpa daun sugi
Ingat manfaat, lantas cepat dibawa
Tiada belajar tiada yang rugi
Kecuali diri sendiri di masa tua



Sumber : Publicdomainvectors.org

2. **Pantun jenaka**

Pantun yang memiliki kandungan isi yang lucu dan menarik.

Contoh :

Duduk manis di bibir pantai
Lihat gadis, aduhai tiada dua
Masa muda kebanyakan santai
Sudah renta sulit tertawa

3. **Pantun agama**

Pantun yang memiliki kandungan isi yang membahas mengenai manusia dengan pencipta-Nya.

Contoh :

Kalau sudah duduk berdamai
Jangan lagi diajak perang
Kalau sunah sudah dipakai
Jangan lagi dibuang-buang



Sumber : Infobaru.id, 2015

4. **Pantun teka teki**

Pantun yang selalu memiliki ciri khas khusus di bagian isinya, yakni diakhiri dengan pertanyaan pada larik terakhir. Tujuan dari pantun ini umumnya untuk hiburan dan mengakrabkan kebersamaan.

Contoh :

Terendak bentan lalu dibeli
Untuk pakaian, saya turun ke sawah
Kalaulah tuan bijak bestari
Apa binatang kepala di bawah?



Sumber : Clipartmax.com



Sumber : Syarisandi33.wordpress.com.2017

5. Pantun Berkasih kasihan

Isi dari jenis pantun ini erat kaitannya dengan cinta dan kasih sayang. Umumnya, pantun berkasih-kasihian tenar di kalangan muda-mudi Melayu untuk menyampaikan perasaan mereka kepada kekasih maupun orang yang disukainya.

Contoh :

Jelas sudah muram si duda
Karena kasihnya tiada lagi asa
Tiada detik bias wajah dinda
Hingga lapar tak lagi terasa

6. Pantun Anak

Pantun ini isinya lebih ringan dan menyangkut hal-hal yang dianggap menyenangkan oleh anak. Tujuan awal dari jenis pantun ini adalah untuk mengakrabkan anak dengan pantun, sekaligus memberikan didikan moral bagi mereka.

Contoh :

Kita menari ke luar bilik
Sembarang tari kita tarikan
Kita bernyanyi bersama adik
Sembarang lagi kita nyanyikan



Sumber : Clipartmax.com

Si Nana mengayuh sepeda
Di dahinya penuh peluh
Wahai anak-anak muda
Sehat itu pasti kamu butuh

Berdasarkan pantun di atas bahwa walaupun kita masih muda namun tetap membutuhkan kesehatan. Untuk itu anak-anak mari kita bersama memahami apa saja yang membuat peredaran darah kita tidak sehat.

Muatan IPA



Sumber : Ilmu-Pendidikan. Net, 2015



Sumber : lucuketawangakak.bloger

ANEMIA



Sumber: Macrofag.blogspot.com, 2017

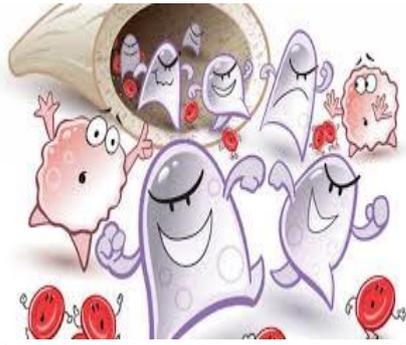
Anemia (Kekurangan Darah)

Gejala Anemia yaitu tubuh mudah lemah dan cepat lelah.

Tubuh mudah mengalami kesemutan dan jantung berdebar-debar. Penyebabnya:

1. Pendarahan akibat kecelakaan atau luka di bagian luar tubuh

2. Kekurangan produksi sel darah merah akibat kekurangan zat besi.



Sumber: Jabar.tribunnews.com, 2019

Leukimia

Penyakit ini terjadi karena produksi sel darah putih terlalu banyak. Akibatnya, keseimbangan komposisi darah terganggu. Gejala : rasa lelah, lemah, dan kurang nafsu makan. Lama-lama timbul nyeri di tulang dan terjadi pendarahan di kulit dan di bagian tubuh lain.

Hipertensi

Penyakit ini ditunjukkan dengan tingginya tekanan darah. Alat pengukur tekanan darah adalah tensimeter. Gejala yang timbul antara lain:

1. Terasa nyeri di kepala
2. Jantung berdebar-debar
3. Sesak nafas saat melakukan pekerjaan berat
4. Badan lemah dan kepala pusing

Orang penderita hipertensi tidak boleh mengonsumsi garam. Penyakit ini juga mengakibatkan penyakit lain seperti penyakit jantung, pembuluh darah otak, dan ginjal.



Sumber: youtube.com, 2018.



Sumber: Halodoc.com, 2019.

Jantung Bawaan

Penyakit ini sudah diderita sejak bayi masih dalam kandungan. Biasanya berupa kelainan pada katup jantung. Sehingga darah yang membawa karbondioksida tercampur dengan darah yang mengandung oksigen. Gejalanya penderita sering menderita infeksi pada saluran pernafasan.

Pembuluh Nadi Mengeras

Penyakit ini berupa dinding pembuluh nadi mengeras atau menebal. Penyebabnya antara lain : kelebihan zat kapur, lemak, kolesterol, dan gula dalam tubuh. Penyakit ini dapat menyebabkan penyakit jantung, pendarahan otak (stroke), dan nyeri di tungkai. Untuk mencegahnya kurangi makanan berlemak tinggi.



Sumber: Indozone.id, 2020

Kegiatan Belajar : Membuat Kliping

Kliping adalah suatu kegiatan menggunting atau memotong bagian-bagian tertentu dari media cetak, seperti majalah, buku, koran, tabloid atau sumber lain. Setelah itu, potongan tersebut disusun dalam sistem tertentu pada suatu bidang seperti kertas, kartu, karton dan lainnya untuk dijadikan bahan dokumentasi. Kliping mewakili satu tema tertentu. Pada kali ini kita akan membuat kliping dengan tema gangguan organ peredaran darah pada manusia.

DAFTAR PUSTAKA

- Animasi Bergerak Guru Mengajar.* Diunduh dari <https://syarisandi33.wordpress.com/2017/02/24/animasi-bergerak-guru-mengajar/> tanggal 2 Oktober 2020.
- Ani Yudhoyono Meninggal, ini Tahapan-tahapan Penderita Leukemia serta Apa Saja Gejalanya.* Diakses dari <https://jabar.tribunnews.com/2019/06/01/ani-yudhoyono-meninggal-ini-tahapan-tahapan-penderita-leukemia-septa-apa-saja-gejalanya> tanggal 2 Oktober 2020.
- Bukan Hanya Gagal Jantung, Ini 4 Komplikasi dari Penyakit Katup Jantung.* Diunduh dari <https://www.halodoc.com/artikel/bukan-hanya-gagal-jantung-ini-4-komplikasi-dari-penyakit-katup-jantung> tanggal 2 Oktober 2020.
- Faktor Risiko Hipertensi dan Cara Mencegahnya.* Diunduh dari <https://www.youtube.com/watch?v=kHY8paJcJo4> tanggal 2 Oktober 2020.
- Fungsi-fungsi Guru dalam Peran sebagai Pengelola Pembelajaran.* Diakses dari <https://ilmu-pendidikan.net/profesi-kependidikan/guru/fungsi-guru-sebagai-pengelola-pembelajaran> tanggal 2 Oktober 2020.
- Gambar Animasi Kartun Orang Berpikir.* Diunduh dari https://lucuketawangakak.blogspot.com/2019/12/gambar-animasi-kartun-orang-berpikir_26.html tanggal 2 Oktober 2020.
- Guru Mengajar Gambar.* Diunduh dari <https://publicdomainvectors.org/id/bebas-vektor/Guru-mengajar-gambar/81124.html> tanggal 2 Oktober 2020.
- Haryanto. 2012. *Sains untuk SD/ MI Kelas V.* Jakarta : Erlangga.
- Kartun Muslimah Apple Macbook Transparent Png - Gambar Kartun Muslimah Cute.* Diunduh dari https://www.clipartmax.com/middle/m2H7i8Z5i8b1b1b1_kartun-muslimah-apple-macbook-transparent-png-gambar-kartun-muslimah-cute/ tanggal 2 Oktober 2020.
- Mengenal Anemia (Kekurangan Darah Merah).* Diakses dari <http://macrofag.blogspot.com/2017/12/mengenal-anemia-kekurangan-darah-merah.html> tanggal 2 Oktober 2020.
- Muslimah Gambar Guru Mengajar Kartun.* Diunduh dari <https://kumpulan-poster.web.app/muslimah-gambar-guru-mengajar-kartun.html> tanggal 2 Oktober 2020.
- Pantun- Pengertian, Jenis-jenis, dan Contoh Pantun.* Diakses dari <https://www.studiobelajar.com/pantun-pengertian-jenis-contoh/> tanggal 2 Oktober 2020.
- Seputar Penyakit Jantung Koroner: Penyebab, Gejala, dan Cara Mengatasinya.* Diunduh dari <https://www.indozone.id/health/d5sB5oa/seputar-penyakit-jantung-koroner-penyebab-gejala-dan-cara-mengatasinya> tanggal 2 Oktober 2020.
- Subekti, Ari. 2017. *Buku Guru Tema 4 Sehat itu Penting.* Jakarta: Kemendikbud.
- Subekti, Ari. 2017. *Buku Siswa Tema 4 Sehat itu Penting.* Jakarta: Kemendikbud.

Syah, Marwan. 2020. Video Pembelajaran Gangguan Organ Peredaran Darah (Video file). Retrieved from <https://www.youtube.com/watch?v=VfbOFybjXnYW2ai7o0gdnj7P7sfckprckk6m5nXtfy3hrhj7u6yijH2560> tanggal 2 Oktober 2020.

W2ai7o0gdnj7 P7sfckprckk6m5n Xtfy3hrhj7u 6yij H2560 - Kartun Guru Hijab. Diunduh dari https://www.clipartmax.com/middle/m2i8G6b1b1G6b1G6_w2ai7o0gdnj7-p7sfckprckk6m5n-xtfy3hrhj7u-6yij-h2560-kartun-guru-hijab/ tanggal 2 Oktober 2020.

19+ *Gambar Animasi Gerak Guru.* Diunduh dari <https://gambarzamannow.blogspot.com/2019/11/19-gambar-animasi-bergerak-guru.html> tanggal 2 Oktober 2020.

4 *Manfaat Olahraga Pagi yang Jarang Diketahui Banyak Orang.* Diakses dari <https://www.prudential.co.id/id/Informasi-untuk-Anda/artikel-asuransi-jiwa/kesehatan/4-manfaat-olahraga-pagi-yang-jarang-diketahui-banyak-orang/> tanggal 2 Oktober 2020.

87 *Gambar Animasi Guru sedang Mengajar Kekinian.* Diunduh dari <https://www.infobaru.id/2015/02/87-gambar-animasi-guru-sedang-mengajar.html> tanggal 2 Oktober 2020.

**LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK
(LKPD)**

Tema 4. Sehat itu Penting

Subtema 2
Gangguan
Kesehatan pada
Organ Peredaran
Darah

Pembelajaran 2

Oleh : Wakhidatul Latifah





Lembar kerja ini dikerjakan
secara individu

Sumber: istockphoto.com

Nama :
No. Absensi :

Jangan lupa tulis nama dan
nomor absensi di atas ya!

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD)

Satuan Pendidikan : SDN 1 Mertasari
Kelas : V (Lima)
Tema : 4. Sehat itu Penting
Subtema : 2 Gangguan Kesehatan pada Organ Peredaran Darah
Pembelajaran : 2 (Dua)
Hari/ Tanggal :
Waktu : 30 menit

KOMPETENSI DASAR DAN INDIKATOR

Muatan Bahasa Indonesia

No	Kompetensi Dasar	Indikator
3.6	Menggalisi isi dan amanat pantun yang disajikan secara lisan dan tulis dengan tujuan untuk kesenangan	3.6.1 Mengidentifikasi bentuk-bentuk pantun.
4.6	Meliskan pantun hasil karya pribadi dengan lafal, intonasi, dan ekspresi yang tepat sebagai bentuk ungkapan diri	4.6.1 Membuat pantun.

Muatan IPA

No	Kompetensi Dasar	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 macam-macam gangguan pada peredaran darah manusia.
4.4	Menyajikan karya tentang organ peredaran darah pada manusia	4.4.1 Mempresentasikan gambar tentang penyebab gangguan pada organ peredaran darah pada manusia.

TUJUAN PEMBELAJARAN

- 3.6.1.1 Setelah mengumpulkan contoh-contoh pantun, peserta didik dapat mengidentifikasi ciri-ciri pantun dengan tepat.
- 4.6.1.1 Setelah mengidentifikasi ciri-ciri pantun, peserta didik dapat membuat 2 pantun dengan benar dan mempresentasikan menggunakan aplikasi WaG.
- 3.4.1.1 Setelah mengamati dua video tentang gangguan peredaran darah, peserta didik dapat mengidentifikasi gangguan peredaran darah dengan tepat.
- 4.4.1.1 Setelah mengidentifikasi tentang gangguan peredaran darah, peserta didik dapat membuat klipring tentang gangguan peredaran darah dan mempresentasikan menggunakan aplikasi WaG.

KEGIATAN 1

A. PETUNJUK PEMBELAJARAN

Carilah contoh pantun di internet minimal 2 buah!

B. KEGIATAN BELAJAR SISWA

- a. Tulislah kembali pantun yang kalian peroleh di internet.
 - 1. Amati pantun yang kalian peroleh, samakah jumlah bait pada pantun 1 dan 2?
 - 2. Setiap bait terdiri dari berapa baris?
 - 3. Setiap Baris terdiri dari berapa suku kata?
 - 4. Coba kalian amati sajak setiap baris!
 - 5. Coba kalian amati setiap barisnya, bagaimana bunyi baris pertama dan kedua?
 - 6. Selanjutnya amati baris ketiga dan keempat!
- b. Berdasarkan kegiatan di atas, apa kesimpulanmu tentang ciri-ciri pantun?



- c. Berdasarkan pengamatanmu tentang ciri-ciri pantun, buatlah pantun dengan tema kesehatan jantung di bawah ini minimal 2 buah!



C. PENILAIAN KEGIATAN

No	Nama Siswa	Ketepatan dalam membuat kesimpulan ciri-ciri pantun	Percaya Diri	Kualitas pantunnya	Syarat-syarat pantun Terpenuhi
1					
2					

KEGIATAN 2

D. PETUNJUK PEMBELAJARAN

Amatilah 2 Video tentang Gangguan Peredaran Darah pada manusia di bawah ini!

- <https://www.youtube.com/watch?v=kHY8paJcJo4>
- <https://www.youtube.com/watch?v=FWCeeLkWMz4>

E. KEGIATAN BELAJAR SISWA

- a. Berdasarkan pengamatan video tentang peredaran darah pada manusia jawablah pertanyaan-pertanyaan berikut:
1. Pada video 1 dan video 2 apakah terdapat persamaan? Sebutkan persamaannya!
 2. Jelaskan, apa perbedaan antara video 1 dan video 2!
 3. Selain dua macam gangguan peredaran darah yang telah kamu amati, coba carilah gangguan peredaran darah pada manusia yang lain di internet dan tulislah masing- masing penyebabnya!
- b. Berdasarkan kegiatan di atas, dapat disimpulkan bahwa gangguan peredaran darah pada manusia antara lain :



- c. Berdasarkan pengamatanmu tentang gangguan peredaran darah pada manusia, buatlah klipng tentang gangguan peredaran darah pada manusia.

Bahan dan Alat

1. Gunting
2. Lem cair
3. Artikel dari media cetak, seperti majalah, buku, koran, tabloid atau sumber lain tentang gangguan peredaran darah pada manusia.

Langkah Kegiatan

1. Gunting atau potong bagian-bagian media cetak, seperti majalah, buku, koran, tabloid atau sumber lain yang berisi tentang gangguan peredaran darah pada manusia.
2. Susunlah potongan tersebut pada suatu bidang seperti kertas, kartu, karton dan lainnya untuk dijadikan bahan dokumentasi.
3. Presentasikan kegiatanmu dalam bentuk video, kemudian kirim menggunakan aplikasi WaG.

F. PENILAIAN

No.	Nama Siswa	Ketepatan dalam menyebutkan			Kliping		
		persamaan video 1 dan video 2	perbedaan video 1 dan 2	Contoh lain gangguan peredaran darah pada manusia	Kerapian	Kesesuaian dengan tema	Percaya Diri
1							

PARAF ORANG TUA	PARAF GURU

MEDIA PEMBELAJARAN

➤ Literasi

Bacalah teks di bawah ini!

Manfaat Olahraga Pagi yang Jarang Diketahui Banyak Orang

Melakukan aktivitas fisik di pagi hari, seperti lari yang membawa dampak baik



bagi kesehatan.

Apalagi jika hal ini dilakukan secara tepat dan teratur. Lantas, apa saja manfaat olahraga pagi terhadap tubuh kita? Berikut manfaat Olahraga pagi yang belum banyak diketahui orang yaitu:

1. **Mengurangi Risiko Terkena Penyakit Jantung**

Hal pertama yang menjadi manfaat dari aktivitas fisik ini yakni mengurangi risiko terkena penyakit jantung. Ketika seseorang berlari, maka otot jantung akan dilatih sehingga lebih kuat dalam mengalirkan aliran darah.

2. **Menurunkan Tekanan Darah**

Selain itu, olahraga ini juga dapat menurunkan tekanan darah di dalam tubuh mereka yang mengalami hipertensi. Kadar kolesterol jahat akan dikikis dan tingkat kolesterol baik pun akan meningkat.

3. **Menjaga Berat Badan Ideal**

Adapun manfaat olahraga pagi sebelum sarapan adalah menjaga berat badan agar tetap ideal. Jika dilakukan secara teratur, lemak di dalam tubuh akan terbakar dan massa otot akan terbangun sehingga membuat tubuh terasa lebih bugar.

4. **Membuat Perasaan Lebih Bahagia**

Siapa sangka bahwa dengan rutin berlari di pagi hari mampu membuat perasaan lebih bahagia? Pasalnya, saat berolahraga tubuh akan mengaktifkan hormon *Endocannabinoid* yang berperan membuat suasana hati lebih senang.

Itu tadi beberapa beberapa manfaat olahraga pagi bagi kesehatan yang perlu diketahui. Adapun tips buat Anda yang baru memulai aktivitas fisik ini yaitu mulailah dengan berlari jarak pendek, jangan berlari terlalu cepat, pilih area lari yang menyenangkan dan selalu beri waktu untuk tubuh agar bisa beristirahat.

➤ **Video Senam Jari**



Sumber : https://www.youtube.com/watch?v=F_q6QyUSIHM&t=56s

➤ **Pesan Suara Whatsapp**

Pesan suara berisi guru membacakan pantun

➤ **Video Gangguan Peredaran darah Hipertensi**



Sumber : <https://www.youtube.com/watch?v=kHY8paJcJo4>

➤ **Video Gangguan Peredaran Darah Thalassaemia**



Sumber : <https://www.youtube.com/watch?v=FWCeeLkWMz4>



Nama Siswa :
No. Urut :

LEMBAR EVALUASI

Bahasa Indonesia

Kerjakan soal di bawah ini dengan benar!

Buah nangka buah rambutan
Rasanya enak dan segar
Ayo kawan gerakkan badan
Peredaran darah supaya lancar

1. Jelaskan ciri-ciri pantun pada soal!

2. Tulislah baris sampiran dan isi pantun tersebut!

3. Jelaskan amanat pantun tersebut!

4. Buatlah sampiran dari isi pantun di bawah ini!

Banyak minum air putih
Membuat peredaran darah lancar

5. Buatlah sebuah pantun, lalu identifikasilah ciri-cirinya!

IPA

Kerjakan soal di bawah ini dengan benar!

1. Apa saja gejala-gejala anemia?
2. Sebutkan penyakit pada alat peredaran darah manusia yang disebabkan faktor keturunan!
3. Salah satu cara menjaga kesehatan organ peredaran darah adalah menghindari makanan yang mengandung lemak dan kolesterol. Mengapa demikian?
4. Sebutkan penyakit pada organ peredaran darah manusia yang bukan karena faktor keturunan!
5. Bagaimana cara menjaga kesehatan organ peredaran darah pada manusia?

KUNCI JAWABAN DAN PEDOMAN PENILAIAN

Bahasa Indonesia

1. Ciri-ciri pantun
 - a. 1 bait terdiri dari 4 baris
 - b. 1 baris terdiri dari 8-12 suku kata
 - c. Bersajak a - b - a - b (an - ar - an - ar)
 - d. Baris pertama dan kedua merupakan sampiran
Baris ketiga dan keempat merupakan isi
2. Sampiran : Buah nangka buah rambutan
Rasa enak dan segar
Isi : Ayo kawan gerakkan badan
Peredaran darah supaya lancar
3. Amanat pantun
Rajinlah berolahraga, agar badan sehat dan peredaran darah lancar.
4. Pakai baju merah putih
Dipakai untuk belajar
5. Adanya kesesuaian dengan ciri-ciri pantun.

IPA

1. Gejala anemia : mudah pusing, cepat lelah, lemah, anggota tubuh mengalami kesemutan, dan jantung berdebar-debar.
2. Thalassemia, hemofilia.
3. Kita harus menghindari makanan yang mengandung lemak dan kolesterol dikarenakan jika terjadi penumpukan kolesterol dapat mempersempit pembuluh darah, sehingga tekanan darah naik.
4. Penyakit pada organ peredaran darah manusia yang bukan karena faktor keturunan antara lain: anemia, leukemia, hipertensi, hipotensi, ambeien, stroke, jantung koroner, sklerosis.
5. Cara menjaga kesehatan organ peredaran darah pada manusia
 - a. Olahraga yang teratur
 - b. Makan makanan yang bergizi
 - c. Istirahat yang cukup

INSTRUMEN PENILAIAN DAN RUBRIK PENILAIAN KI 3

Aspek Pengetahuan

KISI-KISI SOAL

Kelas/ Semester : V (Lima)/ 1 (Satu)

Tema/ Subtema : 4. Sehat itu Penting/ 2. Gangguan Kesehatan pada Organ Peredaran Darah

No.	Muatan Pelajaran	Kompetensi Dasar	Materi	Indikator Soal	Bentuk Soal	No. Soal
1	Bahasa Indonesia	3.6 Menggali isi dan amanat pantun yang disajikan secara lisan dan tulis dengan tujuan untuk kesenangan	Ciri-ciri Pantun	Disajikan sebuah pantun, siswa dapat menyebutkan ciri-ciri pantun pada soal	Uraian	1
				Berdasarkan pantun yang disajikan, siswa dapat menuliskan barisan yang merupakan sampiran dan isi	Uraian	2
				Berdasarkan pantun yang disajikan, siswa dapat menjelaskan amanat pantun	Uraian	3
				Disajikan sebuah isi pantun, siswa dapat membuat barisan sampirannya	Uraian	4
				Siswa dapat membuatlah sebuah pantun, lalu identifikasilah ciri-cirinya	Uraian	5
2	IPA	3.4 Menjelaskan organ peredaran darah dan fungsinya pada hewan dan	Gangguan Peredaran Darah	Disajikan soal uraian, siswa dapat menyebutkan gejala-gejala anemia	Uraian	1

		manusia serta cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia		Disajikan soal uraian, Siswa dapat menyebutkan penyakit pada alat peredaran darah manusia yang disebabkan faktor keturunan	Uraian	2
				Disajikan soal uraian, Siswa dapat menjelaskan alasan mengapa harus menghindari makanan yang mengandung lemak dan kolesterol	Uraian	3
				Disajikan soal uraian, Siswa dapat menyebutkan penyakit pada alat peredaran darah manusia yang disebabkan bukan karena faktor keturunan	Uraian	4
				Disajikan soal uraian, Siswa dapat menyebutkan cara menjaga kesehatan organ peredaran darah pada manusia	Uraian	5

Mupel	Bahasa Indonesia
Indikator	3.6.1 Mengidentifikasi ciri-ciri pantun.
Jenis	Test tertulis → Uraian
Soal	<p>Kerjakan soal di bawah ini dengan benar!</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>Buah nangka buah rambutan Rasanya enak dan segar Ayo kawan gerakkan badan Peredaran darah supaya lancar</p> </div> <ol style="list-style-type: none"> 1. Jelaskan ciri-ciri pantun pada soal! 2. Tulislah baris sampiran dan isi pantun tersebut! 3. Jelaskan amanat pantun tersebut! 4. Buatlah sampiran dari isi pantun di bawah ini! <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>Banyak minum air putih Membuat peredaran darah lancar</p> </div> <ol style="list-style-type: none"> 5. Buatlah sebuah pantun, lalu identifikasilah ciri-cirinya!
Kunci jawaban	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ciri-ciri pantun <ol style="list-style-type: none"> e. 1 bait terdiri dari 4 baris f. 1 baris terdiri dari 8-12 suku kata g. Bersajak a - b - a - b (an - ar - an - ar) h. Baris pertama dan kedua merupakan sampiran Baris ketiga dan keempat merupakan isi 2. Sampiran : Buah nangka buah rambutan Rasa enak dan segar Isi : Ayo kawan gerakkan badan Peredaran darah supaya lancar 3. Amanat pantun Rajinlah berolahraga, agar badan sehat dan peredaran darah lancar. 4. Pakai baju merah putih Dipakai untuk belajar 5. Adanya kesesuaian dengan ciri-ciri pantun.

Rubrik

$$\text{Nilai} = \frac{\text{skor perolehan} \times 100}{\text{Skor maksimal}}$$

No.	Skor 1	Skor 2	Skor 3	Skor 4
1	Hanya menjawab satu ciri pantun saja yang benar	Hanya menjawab dua ciri pantun saja yang benar	Hanya menjawab tiga ciri pantun saja yang benar	Jika menjawab semua ciri pantun dengan benar
2	Jika hanya menyebutkan satu baris sampiran saja, dan baris kedua dan isi salah	Jika hanya menyebutkan dua baris sampiran saja, atau satu baris sampiran dan satu baris isi dengan benar atau sebaliknya	Jika hanya menyebutkan baris sampiran dan satu baris isi atau sebaliknya dengan benar	Jika menjawab semua ciri pantun dengan benar
3	Jika hanya menulis 1 baris isi	Jika hanya menulis ulang isi dari pantun	Jika hanya menyebutkan setengah dari amanat pantun	Jika dapat menyebutkan amanat dengan benar
4	Jika hanya menjawab asal, tidak ada keterkaitan dengan sajak dan ciri-ciri pantun yang lain	Jika hanya menjawab satu baris yang sesuai dengan ciri-ciri pantun tetapi blm sepenuhnya sesuai ciri-ciri	Jika hanya menjawab satu baris tetapi sudah sesuai dengan ciri-ciri pantun	Jika dapat membuat sampiran yang sesuai dengan ciri-ciri pantun
5	Jika hanya membuat pantun tetapi tidak sesuai dengan ciri-cirinya	Jika hanya membuat pantun dan tidak menyebutkan ciri-cirinya	Jika hanya membuat pantun tetapi tidak lengkap dalam menyebutkan ciri-ciri pantun	Jika dapat membuat pantun dan menyebutkan ciri-cirinya

Mupel	IPA
Indikator	3.4.1 Menjelaskan macam-macam gangguan pada peredaran darah manusia.
Jenis	Test tertulis → Uraian
Soal	<p>Kerjakan soal di bawah ini dengan benar!</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Apa saja gejala-gejala anemia? 2. Sebutkan penyakit pada alat peredaran darah manusia yang disebabkan faktor keturunan! 3. Salah satu cara menjaga kesehatan organ peredaran darah adalah menghindari makanan yang mengandung lemak dan kolesterol. Mengapa demikian? 4. Sebutkan penyakit pada organ peredaran darah manusia yang bukan karena faktor keturunan! 5. Bagaimana cara menjaga kesehatan organ peredaran darah pada manusia?
Kunci jawaban	<ol style="list-style-type: none"> a. Gejala anemia : mudah pusing, cepat lelah, lemah, anggota tubuh mengalami kesemutan, dan jantung berdebar-debar. b. Thalassemia, hemofilia. c. Kita harus menghindari makanan yang mengandung lemak dan kolesterol dikarenakan jika terjadi penumpukan kolesterol dapat mempersempit pembuluh darah, sehingga tekanan darah naik. d. Penyakit pada organ peredaran darah manusia yang bukan karena faktor keturunan antara lain: anemia, leukemia, hipertensi, hipotensi, ambeien, stroke, jantung koroner, sklerosis. e. Cara menjaga kesehatan organ peredaran darah pada manusia <ol style="list-style-type: none"> a. Olahraga yang teratur b. Makan makanan yang bergizi c. Istirahat yang cukup

Rubrik

$$\text{Nilai} = \frac{\text{skor perolehan} \times 100}{\text{Skor maksimal}}$$

No.	Skor 1	Skor 2	Skor 3	Skor 4
1	Jika hanya menjawab satu gejala saja yang benar	Jika hanya menjawab dua gejala saja yang benar	Jika hanya menjawab tiga gejala saja yang benar	Jika menjawab semua jawaban dengan benar
2	Jika hanya menjawab tetapi tidak ada keterkaitannya dengan soal	Jika hanya menyebutkan penyakit tetapi salah	Jika hanya menyebutkan Satu jenis penyakit dengan benar	Jika menjawab semua jawaban dengan benar
3	Jika hanya menjawab tetapi tidak ada keterkaitannya dengan soal	Jika ada keterkaitannya dengan soal akan tetapi tidak maksimal	Jika hanya menyebutkan setengah dari alasan	Jika menjawab semua jawaban dengan benar
4	Jika hanya menjawab tetapi tidak ada keterkaitannya dengan soal	Jika hanya menyebutkan Satu jenis penyakit dengan benar	Jika hanya menyebutkan dua jenis penyakit dengan benar	Jika menjawab semua jawaban dengan benar
5	Jika hanya menjawab tetapi tidak ada keterkaitannya dengan soal	Jika hanya menyebutkan satu jawaban dengan benar	Jika hanya menyebutkan dua jawaban dengan benar	Jika menjawab semua jawaban dengan benar

INSTRUMEN PENILAIAN DAN RUBRIK PENILAIAN KI - 4

Aspek Keterampilan

Mupel	Bahasa Indonesia						
Indikator	4.6.1 Membuat pantun.						
Jenis	Unjuk kerja → Lembar isian berskala (Contreng berskala)						
Lembar isian berskala dan rubrik penilaian	Indikator 4.6.1						
	LEMBAR ISIAN BERSKALA KI - 4						
	No.	Nama Siswa	Indikator 4.6.1				Sikap
			Skala				
			4	3	2	1	
	1						
	2						
3							
4							
Dst.							
RUBRIK PENILAIAN INDIKATOR 4.6.1							
Hal-hal yang diamati		Kriteria sikap	Skala	Sikap	Keterangan		
Aspek yang diamati saat siswa mempresentasikan hasil pantun yang telah dibuat: 1. Percaya Diri 2. Kualitas pantunnya 3. Syarat-syarat pantun terpenuhi 4. Intonasi suara		Siswa mempresentasikan dengan 4 aspek penilaian	4	SB	Sangat Baik		
		Siswa mempresentasikan dengan 3 aspek penilaian	3	B	Baik		
		Siswa mempresentasikan dengan 2 aspek penilaian	2	C	Cukup		
		Siswa mempresentasikan dengan 1 aspek penilaian	1	K	Kurang		
Nilai = $\frac{\text{skor perolehan} \times 100}{\text{Skor maksimal}}$							

Mupel	IPA						
Indikator	4.4.1 Mempresentasikan gambar tentang penyebab gangguan pada organ peredaran darah pada manusia.						
Jenis	Unjuk kerja → Lembar isian berskala (Contreng berskala)						
Lembar isian berskala dan rubrik penilaian	Indikator 4.4.1						
	LEMBAR ISIAN BERSKALA KI - 4						
	No.	Nama Siswa	Indikator 4.6.1				Sikap
			Skala				
			4	3	2	1	
	1						
2							
3							
4							
Dst.							
RUBRIK PENILAIAN INDIKATOR 4.6.1							
Hal-hal yang diamati		Kriteria sikap	Skala	Sikap	Keterangan		
Aspek yang diamati saat siswa mempresentasikan hasil pantun yang telah dibuat: 1. Kerapian 2. Kesesuaian dengan tema 3. Percaya diri 4. Intonasi suara		Siswa mempresentasikan dengan 4 aspek penilaian	4	SB	Sangat Baik		
		Siswa mempresentasikan dengan 3 aspek penilaian	3	B	Baik		
		Siswa mempresentasikan dengan 2 aspek penilaian	2	C	Cukup		
		Siswa mempresentasikan dengan 1 aspek penilaian	1	K	Kurang		
Nilai = $\frac{\text{skor perolehan} \times 100}{\text{Skor maksimal}}$							



Program Pengayaan

Pengayaan

1. Lakukan kegiatan pengamatan di lingkungan Rumahmu!
2. Tuliskan gangguan peredaran darah yang dialami anggota keluarga atau tetanggamu!

Format Pengayaan

No	Nama Siswa	KKM	Nilai <i>post test</i>	Bentuk Pengayaan
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				