

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SDN TEGALSARI
Kelas / Semester : V / 1
Tema : 4. Sehat itu Penting
Sub tema : 3. Cara Memelihara Kesehatan Organ Peredaran Darah Manusia
Pembelajaran : 1
Alokasi Waktu : 10 menit (Seleksi Simulasi mengajar CGP)

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan mengidentifikasi penyakit yang mengganggu sistem peredaran darah pada manusia melalui gambar dan demonstrasi, siswa mampu mencegah penyakit jantung koroner dan memelihara organ peredaran darah pada manusia dengan tepat.

B. LANGKAH KEGIATAN

Kegiatan	Skenario	Alokasi Waktu
Awal	Memberi salam dan menyapa siswa Berdoa menurut keyakinan masing-masing Apersepsi : Meningatkan kembali tentang alat peredaran darah pada manusia Guru menyampaikan tujuan pembelajaran hari ini	2 menit
Inti	Guru menampilkan gambar orang yang sedang mengalami serangan jantung. Pertanyaan guru: 1. apa penyakit yang kalian lihat pada gambar? 2. kira-kira apakah kalian tahu apa penyebab penyakit ini? Sebelum menjawab pertanyaan diatas, Guru melakukan demonstrasi dengan melakukan percobaan berikut ini: 1. membawa 2 buah sedotan, 1 sedotan dimasukkan kapas, 1 sedotan tidak 2. memasukkan air ke dua sedotan tsb. Guru memberikan pertanyaan? 1. apa yang terjadi pada sedotan 1, jika diisi air? 2. apa yang akan terjadi pada sedotan 2 jika diisi air? Kapas diibaratkan lemak yang tertimbun di dalam pembuluh darah, Anak-anak diberikan tugas berupa LKPD untuk menjawab pertanyaan ibu guru berdasarkan demonstrasi yang sudah guru beri. (terlampir), siswa	5 menit

	<p>sebelumnya membentuk kelompok yang terdiri dari 5 siswa.</p> <p>(seolah-olah sudah presentasi tiap kelompok)</p> <p>Guru bersama murid membuat kesimpulan bahwa kapas itu dinabgikan sebagai lemak yang tertimbun dalam pembuluh darah, yang menyebabkan peredaran darah tersumbat sehingga peredaran darah tidak lancar, dan hal itulah yang merupakan penyebab timbulnya penyakit jantung coroner.</p> <p>Siswa membacakan/ menyajikan hasil kerja kelompok di depan kelas</p>	
Akhir	<p>Refleksi :</p> <p>Guru memberikan pertanyaan yang dijawab secara lisan oleh siswa secara acak</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. apa yang sudah kamu pelajari hari ini? 2. apa manfaat dari materi hari ini? 3. kesulitan apa yang kamu dapatkan pada pembelajaran hari ini? 4. siapa yang bisa memberi kesimpulan pada pembelajaran hari ini? <p>Penutup:</p> <p>Guru memberikan PR untuk dikerjakan di rumah Menutup pelajaran dengan Doa</p>	2 menit

C. PENILAIAN PEMBELAJARAN

1. Penilaian sikap : Observasi selama pembelajaran berlangsung.

Aspek penilaian : keaktifan, percaya diri, mampu bekerjasama atau berkolaborasi

No	NAMA	ASPEK PENILAIAN														
		Keaktifan				Percaya Diri				Kerjasama						
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4			
1																
2																
3																

Skala penilaian :

1 = tidak menunjukkan

2 = sedikit menunjukkan

3= cukup menunjukkan

4= sering menunjukkan

2. penilaian Pengetahuan : Tes tertulis. (terlampir)

IPA KD 3.4 Menjelaskan organ peredaran darah dan fungsinya pada hewan dan manusia serta cara memelihara kesehatan organ peredaran darah pada manusia

3. penilaian Keterampilan : Unjuk kerja berupa presentasi atau menyajikan laporan kerja kelompok di depan kelas.

Cianjur, Januari 2021

Mengetahui

Kepala SDN Tegalsari

Wali Kelas V

Amung Mustofa, S.Pd, M.M
19670604 200012 1 002

Ruri Kusriani, S.Pd
19850129 200902 2 003

Lampiran tes tertulis

Nama :

Kelas :

A. Berilah tanda (√) pada jawaban yang kamu anggap benar.

1. alat peredaran darah pada manusia terdiri dari:

- Jantung
- Paru-paru
- Pembuluh darah
- Lambung

2. Dibawah ini yang termasuk penyebab penyakit Jantung Koroner

- tersumbatnya pembuluh darah
- Malas berolahraga
- Obesitas
- Makan makanan pedas

3. Cara memelihara kesehatan Jantung adalah :

- makan yang mengandung banyak lemak
- Rajin Berolahraga
- Istirahat yang cukup
- Merokok

B. Lingkari, apakah pernyataan dibawah ini Benar atau Salah.

No soal	Pernyataan	Benar atau Salah?
4	Timbunan lemak dalam darah dapat menyebabkan tersumbatnya aliran pada pembuluh darah	Benar / Salah
5	Jantung Koroner adalah salah satu penyakit yang mengganggu system pencernaan pada manusia	Benar / Salah

PENYAKIT JANTUNG KORONER



Penyakit Jantung Koroner menyerang system peredaran darah manusia, hal ini disebabkan karena penumpukan lemak pada dinding dalam pembuluh darah jantung (pembuluh coroner), dan hal ini lama kelamaan diikuti oleh berbagai proses seperti penimbunan jaringan ikat, perkapuran, pembekuan darah, dll. Yang kesemuanya akan mempersempit dan menyumbat pembuluh darah tersebut, sehingga akan mengalami kekurangan aliran darah yang menimbulkan akibat yang cukup serius yaitu nyeri dada sampai menyebabkan kematian mendadak yang dikenal dengan nama serangan Jantung.

Beberapa faktor penyebab Penyakit Jantung Koroner adalah:

1. terlalu banyak makan-makanan yang mengandung lemak dan gula tinggi
2. kurangnya aktivitas olahraga
3. pola hidup tidak sehat
4. merokok
5. obesitas

Berdasarkan data WHO, penyakit jantung koroner merupakan salah satu penyakit tidak menular penyebab kematian tertinggi di dunia. Pada tahun 2015 saja, tercatat lebih dari 7 juta orang meninggal karena PJK. Sedangkan di Indonesia sendiri, lebih dari 2 juta orang terkena PJK di tahun 2013. Dari jumlah tersebut, PJK lebih sering terjadi pada rentang usia 45-54 tahun.

Jawablah!

1. Jantung Koroner disebabkan karena Pembuluh darah
2. Bagaimana supaya lemak didalam pembuluh darah tidak menumpuk?
3. apa yang dimaksud dengan Obesitas?
4. apa saja pola hidup tidak sehat?
5. Penyakit Jantung Koroner (PJK) lebih sering terjadi pada usia

