

**TEMA  
SEHAT ITU  
PENTING**

MERDEKA BERKARYA  
**LAWAN  
COVID19**

## Peredaran Darahku Sehat



### RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

|                   |                                                |
|-------------------|------------------------------------------------|
| Satuan Pendidikan | : SDN Bertingkat Naikoten                      |
| Kelas / Semester  | : V / I                                        |
| Tema              | : 4 (Sehat itu Penting)                        |
| Sub Tema          | : 1                                            |
| Pembelajaran ke   | : 1                                            |
| Alokasi waktu     | : 2 jam pembelajaran (10 menit untuk simulasi) |

#### A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan kegiatan mencari tahu tentang pantun, siswa dapat menyebutkan bagian dan ciri-ciri pantun dengan tepat.
2. Dengan kegiatan mengamati gambar peredaran darah manusia, siswa dapat menjelaskan organ peredaran darah dan fungsinya pada manusia secara rinci.
3. Dengan kegiatan berkreasi menggambar, siswa dapat menggambar cara kerja organ peredaran darah manusia secara rinci.

#### B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

| Kegiatan    | Deskripsi Kegiatan                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Alokasi Waktu |
|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| Pendahuluan | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Melakukan pembukaan dengan salam dan dilanjutkan dengan doa (<b>Orientasi</b>)</li> <li>2. Mengaitkan materi sebelumnya dengan materi yang akan dipelajari dan diharapkan dikaitkan dengan pengalaman peserta didik. (<b>Apresepsi</b>)</li> <li>3. Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari dalam kehidupan sehari-hari. (<b>Motivasi</b>)</li> </ol> |               |
| Inti        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Salah satu siswa membacakan pantun pada buku siswa dengan suara nyaring,</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |               |

|         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|         | <p>guru berdiskusi dengan siswa. Dengan mengajukan pertanyaan :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Apa yang dimaksudkan dengan pantun?</li> <li>➤ Sebutkan ciri-ciri pantun!</li> <li>➤ Apa isi pantun yang dibacakan temanmu?</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa mengembangkan jawaban, mengenai isi pantun yang dibacakan temannya, secara mandiri dalam kaitannya dengan pentingnya menjaga kesehatan tubuh.</li> <li>• Siswa mencermati gambar, system peredaran darah yang ditayangkan, guru lalu meminta siswa untuk menceritakan apa yang dia temukan dalam gambar.</li> <li>• Guru berdiskusi dengan siswa, tentang system peredaran darah pada manusia.</li> <li>• Siswa diminta menggambar organ-organ tubuh manusia, yang terlibat dalam peredaran darah secara rinci.</li> <li>• Siswa melaporkan hasil kerjanya</li> </ul> |
| Penutup | <p><b>Peserta didik</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Membuat kesimpulan dengan bimbingan guru tentang materi yang baru dilakukan.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

### C. PENILAIAN (ASSESMEN)

#### LEMBAR PENILAIAN SIKAP

- Penilaian terhadap materi ini, dapat dilakukan sesuai dengsn kebutuhan guru. Yaitu dari pengamatan sikap, tes pengetahuan dan presentasi, unjuk kerja atau hasil kerja/projek dengan rubrik penilaian.

Mengetahui

Kupang, 12 Mei 2021

Kepala Sekolah

Guru kelas 5

ttd

ttd

**MARTINHA AMARAL, S.Pd**

**HERMINA LAUS, S.Pd**

**NIP.196612151985072001**

**NIP. 197204021996062002**

## LAMPIRAN I

### Rangkuman Materi

Rambutku lebat rambutku subur

Tidak dapat dipasang jepitan

Tubuhku sehat ku ucap syukur

Darah mengalir tanpa hambatan

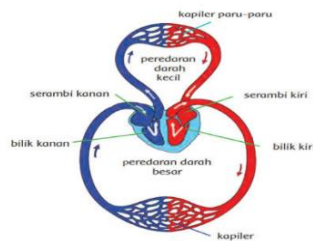
Pantun adalah jenis puisi lama yang terdiri dari 4 larik berirama silang. Irama yang indah dan memiliki makna yang penting. Ciri-ciri pantun adalah sebagai berikut :

- Terdiri dari empat baris setiap baitnya  
Puisi lama yang satu ini memiliki ciri khas kuat, yaitu tiap baitnya selalu terdiri atas empat baris. Barisan kata-kata pada pantun dikenal juga dengan sebutan larik. Setiap baris terdiri dari minimal delapan kata dan maksimal 12 kata.
- Memiliki pola  
Ciri-ciri khas pantun yang mudah dikenali adalah pola. Ada dua pola yang biasanya terdapat dalam pantun, yakni pola a-b-a-b dan a-a-a-a
- Memiliki sampiran dan isi  
Dalam pantun terdiri atas dua bagian, yaitu sampiran dan isi. Dua baris pertama disebut dengan sampiran. Sampiran biasanya tak punya hubungan dengan bagian kedua yang menyampaikan maksud, selain untuk mengantarkan rima sajak. Sementara isi berada pada baris ketiga dan keempat, yang berisi pesan atau makna utama dari sebuah pantun.
- Tidak ada nama penulis  
Pada pantun tidak terdapat nama penulis, berbeda dengan puisi atau karya sastra lainnya. Hal ini dikarenakan dahulu penyebaran pantun dilakukan secara lisan.

### **Fungsi Sistem Peredaran Darah pada Manusia**

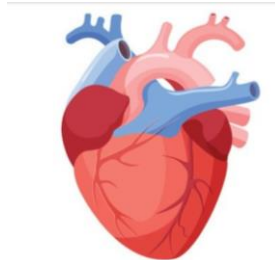
Pada system peredaran manusia, darah menjadi alat pengangkut atau transportasi utama yang sangat penting bagi tubuh kita. Berikut beberapa fungsi peredaran darah yang menunjukkan betapa pentingnya darah bagi manusia :

1. Berguna untuk mengangkut sari-sari makanan
2. Berfungsi untuk mengangkut oksigen
3. Berfungsi untuk mengangkut hormone.
4. Berguna untuk mengangkut zat-zat sisa hasil proses metabolisme sel
5. Bermanfaat untuk menjaga kestabilan temperature tubuh
6. Berfungsi untuk membunuh kuman yang masuk ke tubuh



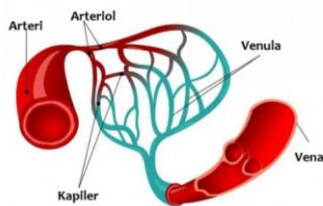
Organ dalam system peredaran darah manusia :

#### **1. Jantung**



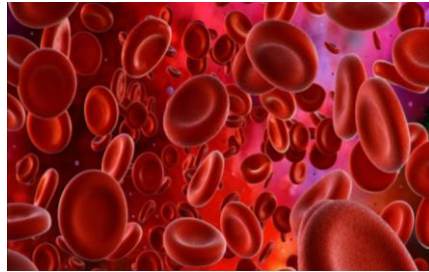
Jantung merupakan salah satu organ vital dalam tubuh manusia yang berfungsi untuk memompa darah ke seluruh tubuh. Di dalam jantung terdapat 4 ruangan yang terbagi jadi 2 bilik dan 2 serambi. Serambi dan bilik kiri jantung berisi darah bersih yang kaya oksigen. Sedangkan bilik dan serambi kanan berisi darah kotor.

#### **2. Pembuluh Darah**



Pembuluh darah berfungsi untuk mengeedarkan darah dari jantung ke seluruh tubuh. Ada 2 jenis pembuluh darah yaitu : Arteri dan Vena

### 3. Darah



Darah berperan sebagai pembawa nutrisi, oksigen, hormon, dan antibodi keseluruh tubuh.

Cara menjaga organ peredaran darah :

1. Makan makanan yang sehat
2. Olahraga yang teratur
3. Hindari merokok
4. Istirahat yang cukup

**LAMPIRAN II****LEMBAR PENILAIAN****INSTRUMEN OBSERVASI PENILAIAN DIRI SIKAP SOSIAL**

Nama :

Kelas : V (Lima)

**1. Aspek Percaya diri**

| No | Pernyataan                                                            | SL | SR | KD | TP |
|----|-----------------------------------------------------------------------|----|----|----|----|
| 1  | Saya berani memperkenalkan diri didepan kelas                         |    |    |    |    |
| 2  | Saya berani melakukan permainan lempar dan tangkap bola didepan kelas |    |    |    |    |
| 3  | Saya berani bertanya kepada guru ketika tidak faham pelajaran .       |    |    |    |    |
| 4  | Saya bisa menjawab semua pertanyaan guru                              |    |    |    |    |
| 5  | Saya mengejakan tugas tidak kenal lelah                               |    |    |    |    |

**2. Aspek disiplin**

| No | Pernyataan                                         | SL | SR | KD | TP |
|----|----------------------------------------------------|----|----|----|----|
| 1  | Saya datang tepat waktu kesekolah                  |    |    |    |    |
| 2  | Saya memakai seragam lengkap setiap hari           |    |    |    |    |
| 3  | Saya mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru    |    |    |    |    |
| 4  | Saya mematuhi peraturan yang ada disekolah / kelas |    |    |    |    |
| 5  | Saya pulang tepat waktu selesai sekolah            |    |    |    |    |

**3. Aspek Kerjasama**

| No | Pernyataan                                                   | SL | SR | KD | TP |
|----|--------------------------------------------------------------|----|----|----|----|
| 1  | Saya melaksanakan piket kelas bersama teman                  |    |    |    |    |
| 2  | Saya membantu teman melaksanakan tugas kelompok              |    |    |    |    |
| 3  | Saya membantu teman yang membutuhkan tanpa mengharap imbalan |    |    |    |    |
| 4  | Saya mengajak teman untuk melaksanakan tugas kelompok        |    |    |    |    |
| 5  |                                                              |    |    |    |    |

**4. Aspek Kesantunan**

| No | Pernyataan                                                                   | SL | SR | KD | TP |
|----|------------------------------------------------------------------------------|----|----|----|----|
| 1  | Saya mengucapkan salam ketika bertemu ibu dan bapak guru                     |    |    |    |    |
| 2  | Saya tidak berkata kotor kepada teman saat disekolah                         |    |    |    |    |
| 3  | Saya tidak menyela pembicaraan guru saat pelajaran berlangsung.              |    |    |    |    |
| 4  | Saya mengucapkan terimakasih ketika menerima bantuan dari teman / orang lain |    |    |    |    |
| 5  | Saya meminta izin guru ketika masuk dan keluar kelas                         |    |    |    |    |

**5. Ketelitian**

| No | Pernyataan                                                  | SL | SR | KD | TP |
|----|-------------------------------------------------------------|----|----|----|----|
| 1  | Saya menyiapkan tas dan buku pelajaran setiap hari          |    |    |    |    |
| 2  | Saya mengerjakan tugas dengan hati-hati                     |    |    |    |    |
| 3  | Saya mengerjakan soal ulangan dengan baik dan hati-hati     |    |    |    |    |
| 4  | Saya mengoreksi kembali hasil pekerjaan sebelum dikumpulkan |    |    |    |    |
| 5  | Saya selalu memperhatikan tugas yang diberikan oleh guru    |    |    |    |    |

## 6. Tanggungjawab

| No | Pernyataan                                                               | SL | SR | KD | TP |
|----|--------------------------------------------------------------------------|----|----|----|----|
| 1  | Saya menyelesaikan tugas sekolah dengan baik                             |    |    |    |    |
| 2  | Saya mau menerima sangsi ketika melakukan kesalahan                      |    |    |    |    |
| 3  | Saya mengembalikan barang yang saya pinjam                               |    |    |    |    |
| 4  | Saya mengakui dan meminta maaf kalau melakukan kesalahan pada orang lain |    |    |    |    |
| 5  | Saya menepati janji yang saya ucapkan                                    |    |    |    |    |

**INSTRUMEN PENILAIAN KOMPETENSI SIKAP SOSIAL  
(LEMBAR OBSERVASI)**

**A. Petunjuk Umum**

1. Instrumen penilaian kompetensi sikap sosial ini berupa Lembar Observasi.
2. Instrumen ini diisi oleh guru yang mengajar peserta didik yang dinilai.

**B. Petunjuk Pengisian** Berdasarkan pengamatan Anda selama dua minggu terakhir, nilailah sikap setiap peserta didik Anda dengan memberi skor 4, 3, 2, atau 1 pada Lembar Observasi dengan ketentuan sebagai berikut:

4 = apabila SELALU melakukan perilaku yang diamati

3 = apabila SERING melakukan perilaku yang diamati

2 = apabila KADANG-KADANG melakukan perilaku diamati

1= apabila TIDAK PERNAH melakukan perilaku yang diamati

**C. Lembar Observasi**

**LEMBAR OBSERVASI**

Kelas : V (Lima)

Semester : 1 (Gasal)

Tahun Ajaran : 2020/2021

Periode Pengamatan : 25 Agustus 2021 s.d 30 Agustus 2021

Butir Nilai : Memelihara hubungan baik dengan teman sekelas dan guru

Indikator Sikap :

1. Memberi salam dengan sesama teman
2. Menghargai teman ketika berbicara di depan

| No.  | Nama Peserta Didik | Skor Indikator Kompetensi Sikap Sosial (1-4) |    |              |    | Jumlah Perolehan Skor | Skor Akhir | Tuntas / Tidak Tuntas |
|------|--------------------|----------------------------------------------|----|--------------|----|-----------------------|------------|-----------------------|
|      |                    | Indikator I                                  |    | Indikator II |    |                       |            |                       |
|      |                    | I                                            | II | I            | II |                       |            |                       |
|      |                    |                                              |    |              |    |                       |            |                       |
| 1.   |                    |                                              |    |              |    |                       |            |                       |
| 2.   |                    |                                              |    |              |    |                       |            |                       |
| Dst. |                    |                                              |    |              |    |                       |            |                       |

## INSTRUMEN PENILAIAN PENGETAHUAN (PILIHAN GANDA KOMPLEK)

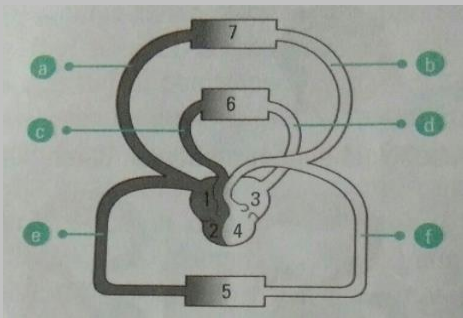
### A. PETUNJUK UMUM

1. Instrumen Penilaian pengetahuan ini berbentuk pilihan ganda kompleks
2. Soal ini dikerjakan oleh peserta didik

### B. PETUNJUK PENGISIAN

Soal dikerjakan dengan waktu satu menit satu soal.

### C. SOAL

| No. | Soal                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Skor |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 1.  | <p>Pilihan ganda kompleks<br/>Centanglah (✓) pernyataan-pernyataan berikut yang benar.<br/>Cermatilah gambar system peredaran darah kecil.</p>  <p> <input type="checkbox"/> Peredaran darah kecil<br/> <input type="checkbox"/> Peredaran darah besar<br/> <input type="checkbox"/> Peredaran darah sedang </p> | 20   |
| 2.  | <p>Pernyataan dibawah ini merupakan ciri-ciri pantun :</p> <p> <input type="checkbox"/> Setiap baris terdiri atas 8 – 12 suku kata<br/> <input type="checkbox"/> Baris pertama dan kedua merupakan isi </p>                                                                                                                                                                                         | 20   |

---

☐ Baris ketiga dan keempat merupakan sampiran

3. Pernyataan dibawah ini merupakan upaya menjaga organ peredaran darah. 20

- ☐ Makan dengan sangat kenyang  
☐ Makan makanan bergizi  
☐ Berolah raga yang teratur

#### **PETUNJUK (RUBRIK) DAN PENENTUAN SKOR**

Petunjuk penentuan Skor Kompetensi Pengetahuan

- a. Rumus Penghitungan Skor Akhir  
Skor Akhir Siswa = Jumlah Skor yang diperoleh
- b. Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM) sebesar 75

| No.  | Nama Peserta Didik | Skor |
|------|--------------------|------|
| 1.   |                    |      |
| 2.   |                    |      |
| Dst. |                    |      |

