

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Satuan Pendidikan : SDN 3 KEMUNING
Kelas / Semester : V (Lima) / 1
Tema : Sehat Itu Penting
Sub Tema 3 : Cara Memelihara Kesehatan Organ Peredaran Darah Manusia
Pembelajaran : 1
Fokus Materi : IPA
Alokasi Waktu : 10 Menit

A. KOMPETENSI DASAR (KD) & INDIKATOR

IPA

Kompetensi Dasar (KD)	Indikator Pencapaian Kompetensi
3.4 Menjelaskan organ peredaran darah dan fungsinya pada hewan dan manusia serta cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia.	3.4.1 mengidentifikasi berbagai macam penyakit yang mempengaruhi organ peredaran darah manusia dan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah.
4.4 Menyajikan karya tentang organ peredaran darah pada manusia.	4.4.1 menjelaskan tentang berbagai macam penyakit yang mempengaruhi organ peredaran darah manusia

Penguatan Pendidikan Karakter (PPK)

Rasa ingin tahu tinggi, Percaya diri dan Bekerja sama

C. TUJUAN PEMBELAJARAN

- Siswa dapat mengidentifikasi 2 macam penyakit yang mempengaruhi organ peredaran darah manusia dengan benar.
- Siswa dapat menjelaskan 2 cara memelihara kesehatan organ peredaran darah dengan benar.

D. MATERI PEMBELAJARAN

- Berbagai macam penyakit yang mempengaruhi organ peredaran darah pada manusia.
 - ✓ Anemia adalah keadaan saat jumlah sel darah merah atau jumlah hemoglobin dalam sel darah merah berada di bawah normal. Anemia ditandai oleh hematokrit (persentase eritrosit dalam volume darah) yang rendah. Jenis anemia antara lain seperti anemia pernisiiosa, anemia gizi dan anemia aplastik.
 - ✓ Hemophilia adalah kegagalan dalam proses pembekuan darah pada pembuluh darah yang cedera (darah sulit membeku). Hemophilia disebabkan oleh defisiensi faktor pembekuan darah. Sekitar 80% disebabkan oleh kelainan genetic (penyakit keturunan)
 - ✓ Leukemia adalah gangguan produksi leukosit yang terlalu banyak. Leukemia dapat terjadi pada semua umur terutama anak-anak. Pada leukemia akut, kematian dapat terjadi dalam beberapa minggu. Pada leukemia kronik pasien dapat hidup beberapa tahun.
 - ✓ Siklemia, adalah penyakit genetik akibat mutasi gen yang menyebabkan sel darah memiliki hemoglobin abnormal sehingga kekurangan jumlah oksigen dan berbentuk

seperti bulan sabit. Sel sabit ini rapuh dan mudah pecah saat melewati pembuluh darah, akibatnya terjadi anemia, penyumbatan aliran darah, kerusakan organ dan kematian.

- ✓ Talasemia, adalah penyakit keturunan yang terjadi akibat kelainan sel darah merah. Sel darah merah berbentuk tidak normal, cepat rusak, kekurangan oksigen dan berumur lebih pendek dari sel darah merah normal. Penderita memerlukan transfuse darah secara berulang-ulang seumur hidupnya.
- ✓ Hipertensi, adalah tekanan darah arteri meningkat hingga di atas normal (misalnya, diatas 140 mmHg systole/99 mmHg diastole). Hipertensi dapat mengakibatkan pecahnya pembuluh darah dan stroke (tersumbatnya arteri otak).
- ✓ Hipotensi, adalah tekanan darah arteri menurun hingga dibawah normal (misalnya, kurang dari 90 mmHg systole/60 mmHg diastole). Penyebab hipotensi yaitu kehamilan berbaring terlalu lama karena sakit, konsumsi obat pelangsing yang berlebihan dan dehidrasi.
- ✓ Thrombus, adalah gumpalan bekuan darah yang menyumbat pembuluh darah ditempat terjadinya kerusakan (misalnya setelah operasi).
- ✓ Jantung koroner, adalah tersumbatnya pembuluh arteri koroner sehingga aliran darah yang mencapai sel-sel otot jantung hanya berjumlah sedikit. Jantung koroner dapat disebabkan oleh kebiasaan merokok, makanan berkolesterol tinggi, kegemukan, diabetes mellitus, penuaan, tekanan darah tinggi dan faktor keturunan.
- ✓ Varises, adalah pelebaran pembuluh darah vena. Biasanya pada anggota tubuh bawah (misalnya betis). Varises disebabkan oleh menurunnya elastisitas pembuluh vena (misalnya karena terlalu lama berdiri atau memakai sepatu hak tinggi yang memaksa vena bekerja lebih berat).

E. METODE PEMBELAJARAN

- Pendekatan : Tematik dan Saintifik
- Metode : Diskusi, tanya jawab, dan penugasan


F. SUMBER DAN MEDIA PEMBELAJARAN

- Buku Guru dan Buku Siswa, Kelas V, Cetakan Ke-2 (Edisi Revisi), Tema 1 : *Sehat Itu Penting*, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, Jakarta: 2017. Halaman 94-95
- Tabel Gangguan (Penyakit) Organ Peredaran Darah dan Cara Pencegahannya

No.	Nama Penyakit	Pencegahannya
1.	<u>Anemia</u>	Konsumsi makanan yang banyak mengandung zat besi (Kangkung)
2.	<u>Hipertensi</u>	Kurangi konsumsi garam
3.	<u>Hipotensi</u>	Konsumsi makanan yang banyak mengandung zat besi (Kangkung)
4.	<u>Jantung koroner</u>	Hindari makanan yang mengandung lemak tinggi (Gorengan, Santan)
5.	<u>Leukemia</u>	Konsumsi makanan yang banyak mengandung trombosit (Jambu Merah)
6.	<u>Varises</u>	Hindari memakai sepatu hak tinggi, Saat kondisi badan lelah kaki jangan ditekuk.

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

G. LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> Pada awal pembelajaran, guru mengondisikan siswa secara klasikal dengan mendeskripsikan ilustrasi gambar dan percakapan berkaitan dengan aktivitas-aktivitas yang dapat memelihara peredaran darah manusia, yakni bersepeda. 	1 menit
Inti	<ul style="list-style-type: none"> 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 : kerja keras, kreatif, disiplin, rajin belajar</i>) Siswa mengidentifikasi dan menyebutkan cara-cara memelihara kesehatan peredaran darah dalam tubuh. (<i>Mandiri : kerja keras, kreatif, disiplin, rajin belajar</i>) 	7 menit
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> Bersama-sama siswa membuat kesimpulan / rangkuman hasil belajar selama sehari Bertanya jawab tentang materi yang telah dipelajari (untuk mengetahui hasil ketercapaian materi) Guru memberi kesempatan kepada siswa untuk menyampaikan pendapatnya tentang pembelajaran yang telah diikuti. Mengajak semua siswa berdo'a menurut agama dan keyakinan masing-masing (untuk mengakhiri kegiatan pembelajaran) 	2 menit

H. PENILAIAN PEMBELAJARAN

Tes Tertulis

- Pada hari Minggu berita menyedihkan datang dari keluarga bu Idah, kami sekeluarga mendapat berita duka bahwa bu Idah jatuh pingsan. Kemudian kami menjenguk bu Idah di rumah sakit. Kami mendapat informasi dari dokter yang merawat, bahwa bu Idah mengalami penyumbatan pembuluh arteri. Berdasarkan keterangan dari dokter tersebut, apa penyakit yang dialami bu Idah?
- Di ruangan bu Idah dirawat juga terdapat pasien yang mengalami pelebaran pembuluh Vena karena sering memakai alas kaki dengan hak tinggi, apa penyakit yang dialami oleh pasien tersebut?
- Buatlah Tabel Gangguan (Penyakit) Organ Peredaran Darah dan Cara Pencegahannya

No.	Nama Penyakit	Pencegahannya
1.		
2.		

Rubrik Mempresentasikan Berbagai Gangguan Organ Peredaran Darah

Aspek	Baik Sekali (4)	Baik (3)	Cukup (2)	Perlu Bimbingan (1)
Mengetahui berbagai penyakit yang mempengaruhi organ peredaran manusia. Mengetahui cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia	Menjelaskan berbagai penyakit yang mempengaruhi organ peredaran manusia dan menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia dengan benar	Menjelaskan sebagian besar berbagai penyakit yang mempengaruhi organ peredaran manusia dan menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia dengan benar	Menjelaskan sebagian kecil berbagai penyakit yang mempengaruhi organ peredaran manusia dan menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia dengan benar	Belum dapat menjelaskan berbagai penyakit yang mempengaruhi organ peredaran manusia dan menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia

**Mengetahui
Kepala Sekolah,**

(_____)
NIP

**Banjarbaru, 2021
Guru Kelas V**

(_____)
NIP