

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Satuan Pendidikan	: SDN JARAK I
Kelas / Semester	: V/ 1
Tema	: 4. Sehat itu Penting
Sub tema	: 3. Cara Memelihara Kesehatan Organ Peredaran Darah Manusia
Mata Pelajaran	: IPA
Pembelajaran ke	: 1 (satu)
Alokasi Waktu	: (10) menit

A. Kompetensi Inti

1. Menerima, menjalankan, dan menghargai ajaran agama yang dianutnya.
2. Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru, dan tetangganya serta cinta tanah air.
3. Memahami pengetahuan faktual dan konseptual 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. Menyajikan pengetahuan faktual dan konseptual dalam bahasa yang jelas, sistematis, logis dan kritis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia

B. Kompetensi Dasar

Kompetensi Dasar	Indikator
IPA	
3.4 Memahami organ peredaran darah dan fungsinya pada hewan dan manusia serta cara memelihara kesehatan organ peredaran darah.	3.4.1 Mengidentifikasi faktor gangguan kesehatan pada organ manusia 3.4.2 Menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah.
4.4 Menyajikan karya tentang organ peredaran darah pada manusia.	4.4.1 Menampilkan hasil mind mapping cara mencegah gangguan kesehatan organ peredaran darah pada manusia

C. Tujuan Pembelajaran

1. Dengan membaca teks siswa dapat mengidentifikasi 2 faktor penyebab gangguan kesehatan pada organ peredaran darah pada manusia
2. Melalui diskusi, siswa dapat mengidentifikasi 4 cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia dengan tepat
3. Melalui penugasan, siswa dapat membuat bagan tentang cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia dengan benar.

D. Materi Pembelajaran

- Faktor penyebab gangguan kesehatan pada organ peredaran darah manusia,
- Cara menjaga kesehatan organ peredaran darah manusia

E. Pendekatan dan Metode Pembelajaran

1. Pendekatan : TPACK, Scientific
2. Metode : Diskusi, Tanya Jawab, Penugasan
3. Model : Kooperatif (*Estafet writing*)

F. Media dan Sumber Belajar

1. Media

- Gambar
- Teks tentang cara menjaga kesehatan organ peredaran darah

2. Sumber Belajar

- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 2017. *Tema Sehat itu Penting (Buku siswa)*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 2017. *Tema Sehat itu Penting (Buku guru)*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- https://www.youtube.com/watch?v=oOKjp9JQMzk&t=47s&ab_channel=DianDirgantara
- https://www.youtube.com/watch?v=UUMBzjHI_8A&ab_channel=SerbaSerbiKata
https://www.youtube.com/watch?v=INhQjW0bmig&ab_channel=AYOHIDUPSEHAT

G. Langkah-Langkah Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Awal	<ol style="list-style-type: none">1. Memberikan salam dilanjutkan dengan memeriksa kehadiran siswa2. Siswa membaca doa dipimpin oleh salah satu siswa (<i>Religius</i>)3. Siswa diingatkan untuk selalu disiplin mematuhi protokol kesehatan. (<i>Integritas</i>)	3 menit

	<ol style="list-style-type: none"> 4. Menyanyikan lagu Nasional “ Aku Anak Sehat”, Untuk memberikan penguatan tentang pentingnya menanamkan semangat nasionalisme. (<i>Nasionalisme</i>) 5. Guru memberikan beberapa pertanyaan untuk menstimulus rasa ingin tahu siswa mengenai topik yang akan dibahas tentang faktor penyebab gangguan pada organ peredaran darah pada manusia. 6. Siswa mengamati beberapa gambar yang berkaitan dengan kesehatan organ peredaran darah. (<i>kegiatan literasi</i>) 7. Siswa memperhatikan penjelasan guru tentang tujuan dan cara belajar materi yang akan dipelajari. 	
Inti	<ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa membaca teks yang diberikan oleh guru tentang faktor penyebab gangguan pada organ peredaran darah. 2. Berdasarkan teks yang dibaca, siswa dapat menyebutkan faktor-faktor penyebab gangguan pada peredaran darah manusia. (critical thinking). 3. Guru memberikan penguatan terhadap jawaban siswa. 4. Siswa membentuk kelompok diskusi yang terdiri dari 3-4 orang dengan panduan guru. 5. Masing-masing kelompok menerima LKPD dari guru 6. Siswa berdiskusi bersama kelompoknya dibawah bimbingan guru . (Colaboration) 7. Setiap kelompok mempresentasikan hasil kegiatan di LKPD (Comunication) 8. Guru memberikan apresiasi dan penguatan kepada setiap kelompok 	5 menit
Akhir	<ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa menyimpulkan materi yang telah dipelajari dengan bimbingan guru. 2. Siswa mengerjakan evaluasi dan mengumpulkannya jika waktu pengerjaannya telah usai. 3. Siswa melakukan refleksi kesimpulan kegiatan hari ini. Kegiatan refleksi berikut ini: Apa yang telah kamu pelajari hari ini? Apa yang paling kalian sukai dari pembelajaran hari ini? Apa yang belum kalian pahami pada pembelajaran hari ini? 4. Guru menyampaikan tindak lanjut untuk mempelajari materi selanjutnya 5. Kegiatan belajar ditutup dengan doa bersama dan salam 	2 menit

H. Penilaian

1. **Penilaian Sikap** : Observasi selama kegiatan
2. **Penilaian Pengetahuan** : Tes tertulis
3. **Penilaian Keterampilan** : Rubrik penilaian karya tentang peta pikiran cara menjaga kesehatan organ peredaran darah.

I. Lampiran

1. Bahan Ajar
2. LKPD
3. Media pembelajaran
4. Soal Evaluasi
5. Rubrik Penilaian

Jombang, 11 November 2021

Guru Kelas

SUWAJI, S.Pd.

NIP.197208251996051001

Lampiran 1



Faktor Keturunan

a. Hemofilia

Adanya kelainan darah sulit membeku jika terjadi luka.

b. Talasemia

Penyakit yang disebabkan karena bentuk sel darah yang tidak beraturan. Hal ini menyebabkan daya ikat sel darah merah terhadap oksigen dan karbondioksida berkurang.

c. Sickle Cell Anemia

Kelainan pada bentuk sel darah merah yang tidak sempurna, seperti bulan sabit atau huruf C. Hal ini disebabkan oleh gen hemoglobin S yang diturunkan oleh kedua orang tuanya.



Faktor Bukan Keturunan

Gangguan pada sistem peredaran darah ini dapat terjadi karena pola makan yang tidak sehat, penyakit dan kerusakan organ. Berikut gangguan sistem peredaran darah yang bukan karena faktor keturunan.

a. Anemia

Keadaan tubuh yang kekurangan hemoglobin atau sel darah merah.

b. Leukimia (Kanker Darah)

Penyakit akibat pertumbuhan sel-sel darah putih yang tidak normal.

c. Hipotensi

Keadaan di mana tekanan darah berada di bawah normal. Gejala hipotensi adalah, lesu, pusing, gangguan penglihatan bahkan pingsan.

d. Hipertensi

Keadaan dimana tekanan darah melebihi tekanan normal. Hipertensi terjadi karena nikotin pada rokok, stress, factor keturunan, kelebihan berat badan, kelebihan garam, kurang olahraga dan kelebihan obat-obatan

e. Arteriosklerosis

Pengerasan pembuluh nadi (arteri) yang disebabkan oleh terbentuknya kerak keras di bagian dalam dinding pembuluh nadi.

f. Serangan jantung

Serangan jantung merupakan gagalnya jantung dalam memompa darah. Serangan jantung ditandai dengan sakit bagian dada, gelisah, pucat dan kulit terasa dingin.

g. Varises

Pelebaran pembuluh vena di bagian kaki.

h. Diabetes Melitus (DM)

Kelainan dimana kadar gula glukosa di dalam darah melewati batas normal



Cara menjaga kesehatan organ peredaran darah manusia

- a. Selalu memperhatikan asupan nutrisi bagi tubuh
- b. Menghindari makanan terlalu banyak mengandung garam dan gula
- c. Melakukan olahraga secara teratur
- d. Jauhi rokok
- e. Menghindari konsumsi alkohol
- f. Membatasi asupan lemak
- g. Istirahat yang cukup

Video cara menjaga kesehatan oragan peredaran darah manusia dapat di lihat di youtube :

https://www.youtube.com/watch?v=oOKjap9JQMzk&t=47s&ab_channel=DianDirgantara

Lampiran 2



Satuan Pendidikan : SDN JARAK I
Kelas / Semester : V/ 1
Tema : 4. Sehat itu Penting
Subtema : 3. Cara Memelihara Kesehatan Organ Peredaran Darah Manusia
Pembelajaran ke : 1 (satu)

Nama Kelompok :
Anggota Kelompok :
1.
2.
3.



PETUNJUK UMUM

1. Berdoalah sebelum mengerjakan
2. Tulislah nama kelompok dan anggota kelompokmu
3. Bacalah petunjuk dengan teliti
4. Lakukan kegiatan sesuai dengan petunjuk
5. Jika mengalami kesulitan tanyakan pada gurumu

➤ **Alat dan bahan :**

Bulpoin, Pensil, Penghapus, Penggaris,



❖ **Kegiatan I**

Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat menyebutkan 4 cara menjaga kesehatan organ peredaran darah pada manusia dengan tepat

2. Siswa dapat membuat bagan tentang cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia dengan benar.

Petunjuk:

- a. Bacalah teks bacaan tentang faktor penyebab gangguan kesehatan organ peredaran darah pada manusia yang sudah disediakan
- b. Buatlah bagan tentang faktor penyebab gangguan dan penyakit pada organ peredaran darah manusia berdasarkan teks yang sudah kalian baca.

Teks Bacaan

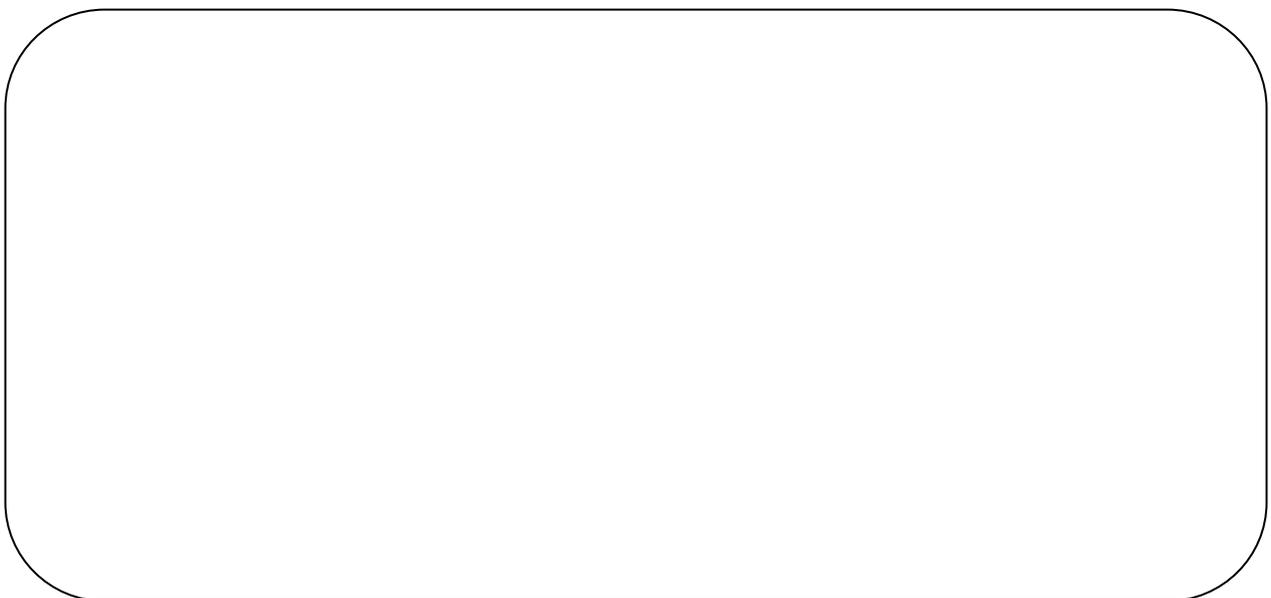
Organ peredaran darah pada manusia dapat mengalami gangguan atau kelainan. Gangguan pada sistem organ peredaran darah dapat terjadi karena pola hidup yang tidak sehat, penyakit, kerusakan organ, atau factor keturunan.

Gangguan peredaran darah yang bukan karena factor keturunan diantaranya Anemia, leukemia (kanker darah), tekanan darah rendah (hipotensi), tekanan darah rendah (hipertensi), serangan jantung, arterioskleriosis, varises dan diabetes mellitus (DM).

Gangguan peredaran darah ada juga yang disebabkan oleh factor pewarisan atau keturunan. Pada gen tertentu menyebabkan individu yang mewarisinya memiliki sifat yang tidak menguntungkan, salah satunya terkait ekspresi pada sistem peredaran darah. Gangguan pada sistem peredaran darah yang terjadi karena faktor keturunan , antara lain hemophilia, talasemia, sickle cell anemia.

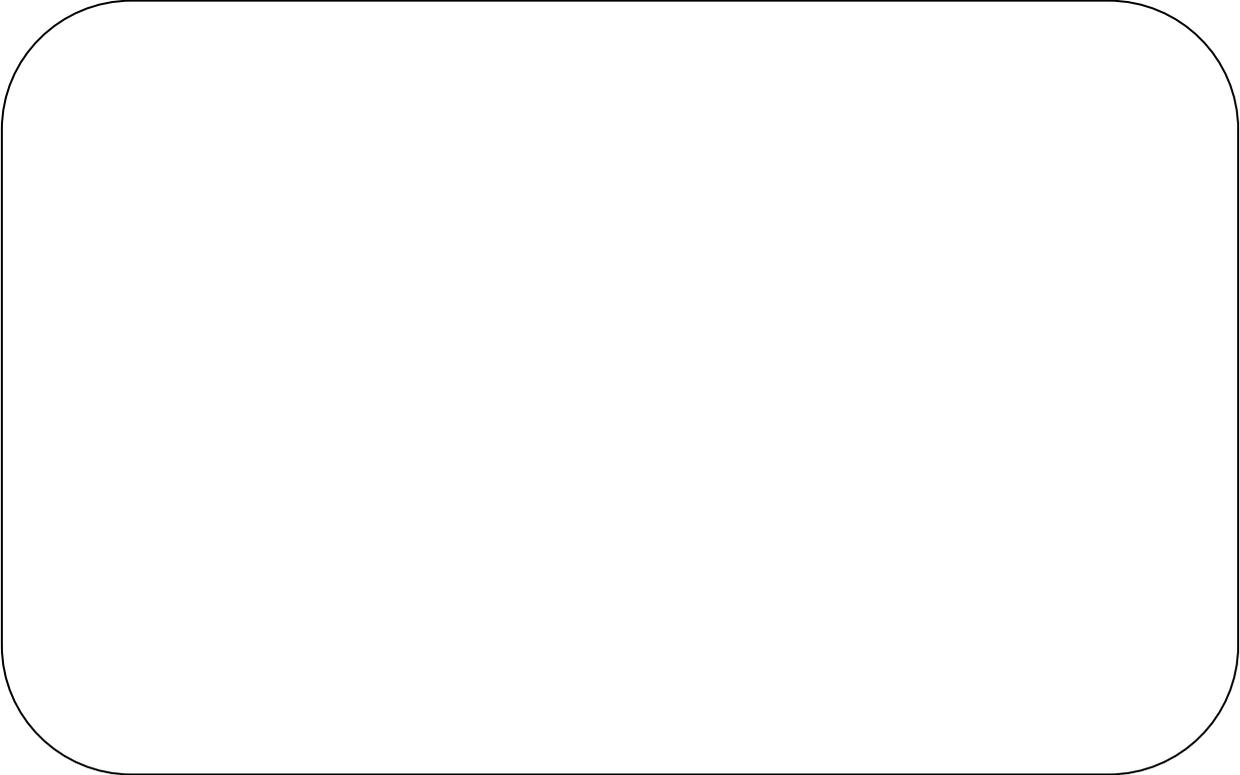
Dari teks bacaan di atas buatlah bagan tentang faktor penyebab gangguan kesehatan pada organ peredaran darah manusia dan jenis penyakitnya !

FAKTOR PENYEBAB GANGGUAN ORGAN PEREDARAN DARAH MANUSIA



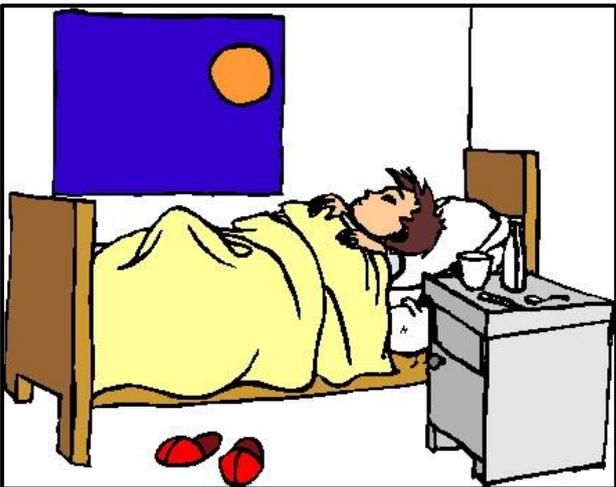
Setelah mencermati gambar, buatlah bagan tentang cara memelihara kesehatan organ peredaran darah pada manusia!

**CARA MEMELIHARA KESEHATAN
ORGAN PEREDARAN DARAH MANUSIA**

A large, empty rounded rectangular box with a thin black border, intended for the student to draw a diagram about maintaining the health of the human blood circulation system.

MEDIA PEMBELAJARAN

1. GAMBAR



Lampiran 4

SOAL EVALUASI

Kerjakan soal berikut dengan jawaban yang benar!

1. Organ peredaran darah pada manusia dapat mengalami gangguan atau kelainan. Salah satunya ditandai dengan sakit pada bagian dada, gelisah, pucat dan kulit terasa dingin. Hal ini karena gagalnya jantung dalam memompa darah. Yang bukan faktor penyebab kelainan tersebut adalah
 - a. Kegemukan
 - b. Keturunan
 - c. pola hidup yang tidak sehat
 - d. kurang olahraga
2. Perhatikan nama-nama penyakit di bawah ini!
 - 1) Leukimia
 - 2) Talasemia
 - 3) Hipotensi
 - 4) Hemofilia
 - 5) Varises
 - 6) Diabetes

Dari beberapa gangguan kesehatan di atas, yang disebabkan bukan karena factor keturunan adalah

- a. 1, 3, 4, dan 6
 - b. 2, 4, 5, dan 6
 - c. 1, 3, 5 dan 6
 - d. 1, 2, 4, dan 5
3. Kelainan ini menyebabkan darah sukar membeku jika terjadi luka. Kelainan ini juga merupakan faktor keturunan yang langka terjadi. Kelainan tersebut adalah ...
 - a. Varises
 - b. Hemofilia
 - c. Talasemia
 - d. Diabates
 4. Badan Rina merasa pusing, letih, lesu dan wajahnya terlihat pucat. Setelah diperiksa ke dokter ternyata Rina menderita anemia. Menurut kalian apa yang harus Rina lakukan agar cepat sembuh?
 - a. Mengonsumsi kacang-kacangan, daging, buah-buahan dan sayuran hijau
 - b. Berolahraga terlalu berat
 - c. Banyak minum air putih
 - d. Tidur kurang dari 4 jam sehari
 5. Perhatikan pernyataan di bawah ini!
 - 1) Memperhatikan asupan nutrisi bagi tubuh
 - 2) Makan-makanan yang berlemak
 - 3) Olahraga secara teratur
 - 4) Sering merokok
 - 5) Istirahat yang cukup

Dari pernyataan di atas yang merupakan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia adalah

- a. (1), (2) dan (5)
- b. (2), (4), dan (5)
- c. (2), (3) dan (4)
- d. (1), (3) dan (5)

KUNCI JAWABAN

1. B 2. C 3. B 4. A 5.

Lampiran 5

RUBRIK PENILAIAN

a. Lembar Penilaian Sikap

- Sosial

No	Nama	Aspek yang Dinilai								Skor	Nilai
		Percaya Diri				Tanggung Jawab					
		1	2	3	4	1	2	3	4		
1											
2											
3											

Rubrik Penilaian Sikap Sosial

Aspek yang Dinilai	Indikator	Skor	Keterangan
Percaya diri	a. Berani tampil untuk bercerita di depan kelas.	1	Jika siswa hanya memiliki 1 indikator yang diamati.
	b. Berani mengemukakan pendapat terhadap suatu topik/ masalah.	2	Jika siswa memenuhi 2 indikator yang diamati.
	c. Berani mengajukan diri untuk mengerjakan tugas di papan tulis.	3	Jika siswa memenuhi 3 indikator yang diamati.
	d. Berani mengemukakan kritikan membangun terhadap karya orang lain.	4	Jika siswa memenuhi 4 indikator yang diamati.
Tanggung jawab	a. Bersungguh-sungguh dalam menyelesaikan tugas	1	Jika siswa hanya memiliki 1 indikator yang diamati.
	b. Menyelesaikan tugas tepat waktu	2	Jika siswa memenuhi 2 indikator yang diamati.
	c. Tidak menghindar ketika melakukan kesalahan pada saat mengerjakan tugas	3	Jika siswa memenuhi 3 indikator yang diamati.
	d. Menerima pendapat orang lain atas kesalahannya	4	Jika siswa memenuhi 4 indikator yang diamati.

Instrumen Penilaian Sikap Sosial

No	Nama Peserta Didik	Perolehan Skor	Nilai	Predikat
1.				
2.				
3.				

Pedoman penskoran :

Skor maksimal 8

Skor akhir menggunakan skala 4,00-1,00

$$\frac{\text{Skor yang diperoleh}}{\text{Skor Maksimal}} \times 4,00 = \dots$$

Setelah diketahui skor akhir, guru dapat menentukan predikat keterampilan peserta didik berdasarkan tabel berikut.

No.	Skor Rerata*	Huruf
1.	3,85 – 4,00	A
2.	3,51 – 3,84	A-
3.	3,18 – 3,50	B+
4.	2,85 – 3,17	B
5.	2,51 – 2,84	B-
6.	2,18 – 2,50	C+
7.	1,85 – 2,17	C
8.	1,51 – 1,84	C-
9.	1,18 – 1,50	D+
10.	1,00 – 1,17	D

b. Lembar Penilaian Keterampilan

- Rubrik penilaian membuat bagan factor penyebab gangguan kesehatan dan cara menjaga kesehatan organ peredaran darah manusia.

Kriteria	Baik sekali (4)	Baik (3)	Cukup (2)	Butuh Bimbingan (1)
Kesesuaian bagan	Siswa dapat membuat bagan dengan lengkap dan sesuai.	Siswa dapat membuat bagan dengan lengkap tetapi ada 2-3 bagian tidak sesuai.	Siswa dapat membuat bagan lengkap tetapi ada 4 bagian tidak sesuai.	Siswa dapat membuat bagan kurang lengkap dan ada lebih dari 4 bagian tidak sesuai.

No	Nama Siswa	Kesesuaian Bagan				Skor	Nilai
		1	2	3	4		
1.							
2.							
3.							

- Instrumen penilaian membuat gambar organ peredaran darah.

No	Nama Peserta Didik	Perolehan Skor	Nilai	Predikat
1.				
2.				
3.				

Pedoman penskoran :

Skor maksimal 4

Skor akhir menggunakan skala 4,00-1,00

$$\frac{\text{Skor yang diperoleh}}{\text{Skor Maksimal}} \times 4,00 = \dots$$

Setelah diketahui skor akhir, guru dapat menentukan predikat keterampilan peserta didik berdasarkan tabel berikut.

No.	Skor Rerata*	Huruf
1.	3,85 – 4,00	A
2.	3,51 – 3,84	A-
3.	3,18 – 3,50	B+
4.	2,85 – 3,17	B
5.	2,51 – 2,84	B-
6.	2,18 – 2,50	C+
7.	1,85 – 2,17	C
8.	1,51 – 1,84	C-
9.	1,18 – 1,50	D+
10.	1,00 – 1,17	D

c. Lembar Penilaian pengetahuan

- Penskoran tes tulis pada lembar evaluasi

Nomor Soal	Skor
1	20
2	20
3	20
4	20
5	20
Skor keseluruhan	100

$$\text{Nilai} = \frac{\text{JUMLAH SKOR YANG DIDAPAT}}{\text{JUMLAH SELURUH SKOR}} \times 100$$

Instrumen Penilaian Pengetahuan

No	Nama Peserta Didik	Perolehan Skor	Nilai	Predikat
1.				
2.				
3.				

Pedoman penskoran:

Skor maksimal= 100 Skor akhir menggunakan skala 4,00-1,00

$$\frac{\text{Skor yang diperoleh}}{\text{Skor Maksimal}} \times 4,00 = \dots$$

Setelah diketahui skor akhir, guru dapat menentukan predikat pengetahuan peserta didik berdasarkan tabel berikut.

No.	Skor Rerata*	Huruf
1.	3,85 – 4,00	A
2.	3,51 – 3,84	A-
3.	3,18 – 3,50	B+
4.	2,85 – 3,17	B
5.	2,51 – 2,84	B-
6.	2,18 – 2,50	C+
7.	1,85 – 2,17	C
8.	1,51 – 1,84	C-
9.	1,18 – 1,50	D+
10.	1,00 – 1,17	D