

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (R P P)

Nama Pembuat	:	Mohammad Iqbal, S.Pd.
Nama Sekolah / Instansi	:	SDN Jembayat 03 Kec. Margasari Kab. Tegal
Surel Pembuat	:	201501188117@guruku.id arsyavengeance@gmail.com
Jenjang / Kelas	:	SD / V (Lima)
Topik / Tema Pembelajaran	:	Sehat itu Penting (Tema 4 Subtema 3 Pembelajaran 1)

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (R P P)

Satuan Pendidikan : SDN Jembayat 03
Kelas / Semester : V / 1 (Satu).
Tema : 4. Sehat Itu Penting
Subtema : 3. Cara Memelihara Kesehatan Organ Peredaran Darah Manusia.
Pembelajaran ke : 1
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 bendabenda 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 DAN INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI

Bahasa Indonesia

Kompetensi dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
3.6 Menggali isi dan amanat pantun yang disajikan secara lisan dan tulis dengan tujuan untuk kesenangan.	3.6.1 Menganalisis ciri-ciri pantun
4.6 Melisankan pantun hasil karya pribadi dengan lafal, intonasi, dan ekspresi yang tepat sebagai bentuk ungkapan diri.	4.6.1 Membuat dan Membaca pantun dengan benar.

IPA

Kompetensi dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
3.4 Memahami organ peredaran darah dan fungsinya pada hewan dan manusia serta cara memelihara kesehatan organ peredaran darah.	3.4.1 Menganalisis gangguan peredaran darah pada manusia
4.4 Menyajikan karya tentang organ peredaran darah pada manusia.	4.4.1 Melengkapi tabel penyebab, jenis dan upaya pencegahan gangguan peredaran darah pada manusia

C. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Melalui kegiatan menelaah video pembelajaran dari youtube tentang berbagai gangguan sistem peredaran darah manusia berupa penyebab, jenis gangguan/penyakit dan pencegahannya, siswa dapat **menganalisis** berbagai gangguan sistem peredaran darah manusia berupa penyebab, jenis gangguan/penyakit dan pencegahannya. (Ranah Kognitif_C4).
2. Melalui kegiatan diskusi tentang berbagai gangguan sistem peredaran darah manusia berupa penyebab, jenis gangguan/penyakit, siswa dapat **mengaitkan** aktivitas sehari-hari dalam upaya pencegahannya. (Ranah Afektif_Mengorganisasikan_A4).
3. Melalui kegiatan menelaah pantun, siswa dapat **menganalisis** bagian-bagian, ciri-ciri pantun dan amanat pantun. (Ranah Kognitif_C4).
4. Dengan kegiatan **membuat** pantun dengan tema menjaga kesehatan tubuh, siswa dapat membacakan pantun yang dibuatnya dengan lafal dan intonasi yang tepat. (Ranah Psikomotorik_Naturalisasi_P5).

D. MATERI PEMBELAJARAN

1. Video berbagai gangguan sistem peredaran darah manusia berupa penyebab, jenis gangguan/penyakit dan pencegahannya. diambil dari channel youtube : (<https://youtu.be/umAFJQxv8gk> diupload oleh kids learning Indonesia tanggal 2 Oktober 2020)
2. Video Pengertian Pantun, Ciri-Ciri Pantun, Jenis-Jenis Pantun, Contoh Pantun. (<https://youtu.be/OPeSpq3SEsE> diupload oleh UmaRazan tanggal 6 Oktober 2020).
3. LKPD

E. MODEL DAN METODE PEMBELAJARAN

- Model pembelajaran : Group Investigation
- Pendekatan : *Scientific*
- Strategi : *Cooperative Learning*
- Teknik : *Example Non Example*
- Metode : Penugasan, pengamatan, Tanya Jawab, Diskusi

F. MEDIA PEMBELAJARAN

1. Video berbagai gangguan sistem peredaran darah manusia berupa penyebab, jenis gangguan/penyakit dan pencegahannya. diambil dari channel youtube : (<https://youtu.be/umAFJQxv8gk> diupload oleh kids learning Indonesia tanggal 2 Oktober 2020)
2. Video Pengertian Pantun, Ciri-Ciri Pantun, Jenis-Jenis Pantun, Contoh Pantun. (<https://youtu.be/OPeSpq3SEsE> diupload oleh UmaRazan tanggal 6 Oktober 2020).
3. LKPD
4. Laptop + LCD Proyektor
5. Papan tulis dan kertas

G. SUMBER BELAJAR

1. Video berbagai gangguan sistem peredaran darah manusia berupa penyebab, jenis gangguan/penyakit dan pencegahannya. diambil dari channel youtube : (<https://youtu.be/umAFJQxv8gk> diupload oleh kids learning Indonesia tanggal 2 Oktober 2020)
2. Video Pengertian Pantun, Ciri-Ciri Pantun, Jenis-Jenis Pantun, Contoh Pantun. (<https://youtu.be/OPeSpq3SEsE> diupload oleh UmaRazan tanggal 6 Oktober 2020).
3. LKPD

Langkah-langkah Pembelajaran menggunakan model Group Investigation **menurut** (Slavin, 1995), sebagai berikut :

- 1) *grouping* (menetapkan jumlah anggota kelompok, menentukan sumber, memilih topik, merumuskan permasalahan),
- 2) *planning* (menetapkan apa yang akan dipelajari, bagaimana mempelajari, siapa melakukan apa, apa tujuannya),
- 3) *investigation* (saling tukar informasi dan ide, berdiskusi, klarifikasi, mengumpulkan informasi, menganalisis data, membuat inferensi),
- 4) *organizing* (anggota kelompok menulis laporan, merencanakan presentasi laporan, penentuan penyaji, moderator, dan notulis),
- 5) *presenting* (salah satu kelompok menyajikan, kelompok lain mengamati, mengevaluasi, mengklarifikasi, mengajukan pertanyaan atau tanggapan), dan
- 6) *evaluating* (masing-masing siswa melakukan koreksi terhadap laporan masing-masing berdasarkan hasil diskusi kelas, siswa dan guru berkolaborasi mengevaluasi pembelajaran yang dilakukan, melakukan penilaian hasil belajar yang difokuskan pada pencapaian pemahaman

H. KEGIATAN PEMBELAJARAN

TAHAP PEMBELAJARAN	KEGIATAN PEMBELAJARAN	ALOKASI WAKTU
<p style="text-align: center;">Pendahuluan</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa menjawab salam dari guru • Siswa berdo'a bersama sebelum pembelajaran dimulai dipimpin oleh salah satu siswa. • Siswa melaporkan kehadirannya dan menyampaikan jika ada teman yang tidak hadir • Siswa menyanyikan lagu Hari Merdeka guru memberikan penguatan tentang pentingnya menanamkan semangat Nasionalisme. • Siswa mengingat kembali point penting materi pembelajaran yang telah lalu untuk menghubungkan materi sekarang. • Siswa menyimak penjelasan guru tentang KD, materi dan tujuan pembelajaran pada hari ini • Siswa menjawab pertanyaan dari guru tentang siapa yang suka bersepeda dll 	<p style="text-align: center;">2 menit</p>
<p style="text-align: center;">Inti</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa membentuk kelompok (1 kelompok berisi 5 siswa) dengan bimbingan guru • Siswa menelaah video pembelajaran dari channel youtube tentang berbagai gangguan sistem peredaran darah manusia berupa penyebab, jenis gangguan/penyakit dan pencegahannya. (https://youtu.be/umAFJQxv8qk diupload oleh kids learning Indonesia tanggal 2 Oktober 2020) • Siswa secara berkelompok menganalisis berbagai gangguan sistem peredaran darah manusia berupa penyebab, jenis gangguan/penyakit dan pencegahannya dan mengisi tabel yang ada dalam LKPD. 	<p style="text-align: center;">6 menit</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa berdiskusi dengan bimbingan guru tentang berbagai gangguan sistem peredaran darah manusia dikaitkan dengan aktivitas sehari-hari dalam upaya pencegahannya. • Siswa mempresentasikan hasil diskusinya (perwakilan kelompok). • Siswa dipandu guru mengevaluasi hasil presentasi • Siswa menyimak pantun yang dibacakan guru • Siswa menelaah video pembelajaran dari channel youtube tentang Pengertian Pantun, Ciri-Ciri Pantun, Jenis-Jenis Pantun, Contoh Pantun. (https://youtu.be/OPeSpq3SEsE diupload oleh UmaRazan tanggal 6 Oktober 2020). • Siswa menganalisis Pengertian Pantun, Ciri-Ciri Pantun, Jenis-Jenis Pantun dan amanat pantun kemudian mengisi tabel dalam LKPD. • Siswa membuat pantun dengan tema menjaga kesehatan tubuh • Siswa membacakan pantun yang dibuatnya dengan lafal dan intonasi yang tepat • Siswa dipandu guru mengevaluasi hasil pembuatan dan pembacaan pantun 	
<p style="text-align: center;">Penutup</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa melakukan evaluasi kegiatan hari ini menggunakan LKPD • Siswa bersama guru menyimpulkan kegiatan hari ini • Siswa mencatat Penugasan dirumah berupa membuat pantun nasehat • Siswa menyimak penjelasan guru tentang aktivitas pembelajaran yang akan datang. • Siswa menyanyikan lagu daerah gundul-gundul pacul • Siswa mendapat motivasi dari guru untuk selalu bekerja sama dalam hidup, bersemangat dalam belajar, selalu menjaga kesehatan dan mematuhi protokol covid-19. • Siswa mengakhiri kegiatan pembelajaran dengan berdoa bersama. 	<p style="text-align: center;">2 menit</p>

I. PENILAIAN PEMBELAJARAN

1. Penilaian Sikap terdiri dari sikap spiritual dan sikap sosial
 - Spiritual (ketaatan beribadah, berperilaku syukur dan toleransi dalam beribadah)
 - Sosial (kerjasama)
2. Penilaian Pengetahuan terdiri dari :
 - Penilaian akhir berupa tes pada kegiatan evaluasi
3. Penilaian Keterampilan terdiri dari :
 - Penilaian akhir berupa produk yaitu tabel tentang gangguan peredaran darah manusia dan pantun
 - Penilaian proses berupa unjuk kerja pada kegiatan presentasi

Mengetahui
Kepala SDN Jembayat 03

Tegal, 16 Juli 2021
Guru Kelas V

DARYONO, S.Pd.
NIP. 19710406 199308 1 001

MOHAMMAD IQBAL

LAMPIRAN PENILAIAN

A. PENILAIAN SIKAP

1) Sikap Spiritual

Indikator sikap bekerjasama dalam kegiatan kelompok.

1. Kurang baik *jika* sama sekali tidak melakukan berdo'a, bersyukur, taat beribadah dan toleransi.
2. Cukup *jika* menunjukkan ada sedikit usaha untuk melakukan berdo'a, bersyukur, taat beribadah dan toleransi.
3. Baik *jika* menunjukkan sudah ada usaha untuk melakukan berdo'a, bersyukur, taat beribadah dan toleransi tetapi masih belum ajeg/konsisten.
4. Sangat baik *jika* menunjukkan adanya usaha melakukan berdo'a, bersyukur, taat beribadah dan toleransi secara terus menerus dan ajeg/konsisten.

Jurnal Penilaian Sikap Spiritual - Observasi pada Kegiatan Pembelajaran

Kelas/Semester : 5 / 1

Tema / Subtema : 4 / 1

Indikator : Peserta didik menunjukkan perilaku berdo'a, bersyukur, taat beribadah dan toleransi sebagai wujud kemampuan memecahkan masalah dan membuat keputusan.

No	Nama Siswa	Indikator				Ket
		Berdo'a	Bersyukur	Ketaatan Beribadah	Toleransi	
1	KHUMAESATUL BONAT					
2	AHMAD BAEHAQI					
3	DAVA NUR HIDAYAT					
4	DELIA ARIN NURMALA					
5	DWI IKHSAN MAULANA					
6	FADEL RAMADHAN					
7	HAYFA THUFAIL AUFA					
8	HENI DWI CLATINOVA					
9	IKHTIFATUL ARBA'ATU S.					
10	KANIA RAHMAYA AZZAHRA					
11	LENCIANA ADELIA PUTRI HADI					
12	MUHAMAD AL HAFIZI YANA					
13	MUHAMMAD ABDUL MUHALIF					
14	MUHAMMAD FATHIR RAZAQ					
15	MUHAMMAD IBRA ARIFIN					
16	MUHAMMAD KHAIRUL AZZAM					
17	M. RAFFA AZZA AZZAVIER					
18	OKA FIRMAN SYAHFUDIN					
19	PUTRI DEWI CANDRA KIRANA					
20	SATRIA BIMA SANDILAGA					
21	SISKA ISTIANTI					
22	SITI NUR FAHMA APRILIYANTI					
23	GIZTA NAYA PUTRI					
24	IZYAN SYAZWANI ZAFIROH					
25	M. ARGA PRATAMA					

Kolom Aspek perilaku diisi dengan angka yang sesuai dengan kriteria berikut.

4 = sangat baik

3 = baik

2 = cukup

1 = kurang

2) Sikap Sosial

Indikator sikap bekerjasama dalam kegiatan kelompok.

1. Kurang baik *jika* sama sekali tidak berusaha untuk bekerjasama dalam kegiatan kelompok.
2. Cukup *jika* menunjukkan ada sedikit usaha untuk bekerjasama dalam kegiatan kelompok tetapi masih belum ajeg/konsisten.
3. Baik *jika* menunjukkan sudah ada usaha untuk bekerjasama dalam kegiatan kelompok tetapi masih belum ajeg/konsisten.
4. Sangat baik *jika* menunjukkan adanya usaha bekerjasama dalam kegiatan kelompok secara terus menerus dan ajeg/konsisten.

Jurnal Penilaian Sikap Sosial - Observasi pada Kegiatan Diskusi

Kelas/Semester : 5 / 1

Tema / Subtema : 4 / 1

Indikator : Peserta didik menunjukkan perilaku kerja sama sebagai wujud kemampuan memecahkan masalah dan membuat keputusan.

No	Nama Siswa	Kerja sama	Keterangan
1	KHUMAESATUL BONAT		
2	AHMAD BAEHAQI		
3	DAVA NUR HIDAYAT		
4	DELIA ARIN NURMALA		
5	DWI IKHSAN MAULANA		
6	FADEL RAMADHAN		
7	HAYFA THUFAIL AUFA		
8	HENI DWI CLATINOVA		
9	IKHTIFATUL ARBA'ATU SHOLIAH		
10	KANIA RAHMAYA AZZAHRA		
11	LENCIANA ADELIA PUTRI HADI WIJAYA		
12	MUHAMAD AL HAFIZI YANA		
13	MUHAMMAD ABDUL MUHALIF		
14	MUHAMMAD FATHIR RAZAQ		
15	MUHAMMAD IBRA ARIFIN		
16	MUHAMMAD KHAIRUL AZZAM		
17	MUHAMMAD RAFFA AZZA AZZAVIER		
18	OKA FIRMAN SYAHFUDIN		
19	PUTRI DEWI CANDRA KIRANA		
20	SATRIA BIMA SANDILAGA		
21	SISKA ISTIANI		
22	SITI NUR FAHMA APRILYANTI		
23	GIZTA NAYA PUTRI		
24	IZYAN SYAZWANI ZAFIROH		
25	M. ARGAS PRATAMA		

Kolom Aspek perilaku diisi dengan angka yang sesuai dengan kriteria berikut.

4 = sangat baik

3 = baik

2 = cukup

1 = kurang

B. PENILAIAN PENGETAHUAN

1) Penilaian akhir berupa tes pada kegiatan evaluasi

Kisi kisi evaluasi

No	Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pokok	Indikator Soal	Level	Bentuk Soal	Nomor Soal
1	2	3	4	5	6	7	8
1.	3.6 Menggali isi dan amanat pantun yang disajikan secara lisan dan tulis dengan tujuan untuk kesenangan.	3.6.1 Menganalisis ciri-ciri pantun	Ciri-ciri pantun	1. Disajikan sebuah pantun, peserta didik mampu menganalisis (C4) ciri-ciri pantun	L3	Pilihan Ganda	1, 2
				2. Peserta didik mampu membuat pantun dan menganalisis (C4) ciri-ciri pantun	L3	Uraian	7
		3.6.2 Menafsirkan amanat dalam pantun.	Amanat pantun	1. Disajikan sebuah pantun, peserta didik mampu menafsirkan (C5) amanat dalam pantun		Pilihan Ganda	3, 4
				2. Peserta didik mampu membuat pantun dan menafsirkan (C5) amanat dalam pantun		Uraian	8
2.	3.4 Memahami organ peredaran darah dan fungsinya pada hewan dan manusia serta cara memelihara kesehatan organ peredaran darah.	3.4.1 Menganalisis gangguan peredaran darah pada manusia	Penyebab, jenis penyakit dan upaya pencegahan gangguan peredaran darah manusia	1. Disajikan soal cerita tentang gejala dan penyakit peredaran darah, peserta didik mampu menganalisis (C4) penyebab dan upaya pencegahan	L3	Pilihan Ganda Uraian	5, 6 9, 10

**KARTU SOAL NOMOR 1
(PILIHAN GANDA)**

Muatan Pelajaran : Bahasa Indonesia
Kelas/Semester : V/1
Tema 4 Sub Tema 3 Pembelajaran 1

Kompetensi Dasar	3.6 Menggali isi dan amanat pantun yang disajikan secara lisan dan tulis dengan tujuan untuk kesenangan.
Materi	Ciri-ciri pantun
Indikator Soal	Disajikan sebuah pantun, peserta didik mampu menganalisis (C4) ciri-ciri pantun
Level Kognitif	L3

Soal

1. Perhatikan pantun di bawah ini!
- I. Tupai melompat ke pohon kelapa,
 - II. Kelapa dibelah dengan pahat,
 - III. Rajinlah untuk berolahraga,
 - IV. Agar tubuh menjadi sehat.
- Bagian pantun yang merupakan sampiran adalah
- a. I dan II
 - b. III dan IV
 - c. I dan III
 - d. II dan IV

Jawaban = A

(Soal ini sudah mengandung unsur HOTS, karena siswa dituntut memahami bagian-bagian pantun kemudian siswa dituntut untuk mampu **menganalisis** bagian yang merupakan sampiran)

**KARTU SOAL NOMOR 2
(PILIHAN GANDA)**

Muatan Pelajaran : Bahasa Indonesia
Kelas/Semester : V/1
Tema 4 Sub Tema 3 Pembelajaran 1

Kompetensi Dasar	3.6 Menggali isi dan amanat pantun yang disajikan secara lisan dan tulis dengan tujuan untuk kesenangan.
Materi	Ciri-ciri pantun
Indikator Soal	Disajikan sebuah pantun, peserta didik mampu menganalisis (C4) ciri-ciri pantun
Level Kognitif	L3

Soal

2. Perhatikan pantun di bawah ini!
- I. Pagi hari melihat helicopter
 - II. Berputar di atas lapangan
 - III. Kalau kamu ingin jadi anak pintar
 - IV. Rajinlah belajar jangan bermalas-malasan
- Bagian pantun yang merupakan isi adalah
- a. I dan II
 - b. III dan IV
 - c. I dan III
 - d. II dan IV

Jawaban = B

(Soal ini sudah mengandung unsur HOTS, karena siswa dituntut memahami bagian-bagian pantun kemudian siswa dituntut untuk mampu **menganalisis** bagian yang merupakan isi pantun)

**KARTU SOAL NOMOR 3
(PILIHAN GANDA)**

Muatan Pelajaran : Bahasa Indonesia
Kelas/Semester : V/1
Tema 4 Sub Tema 3 Pembelajaran 1

Kompetensi Dasar	3.6 Menggali isi dan amanat pantun yang disajikan secara lisan dan tulis dengan tujuan untuk kesenangan.
Materi	Ciri-ciri pantun
Indikator Soal	Disajikan sebuah pantun, peserta didik mampu menafsirkan (C5) amanat dalam pantun
Level Kognitif	L3

Soal

3. Perhatikan pantun di bawah ini!

Ke pasar membeli cat rumah,
Sebentar lagi mau lebaran,
Penyakit itu dapat dicegah,
Asalkan disiplin jaga kesehatan

Amanat pantun di atas adalah

- a. Disuruh membeli cat ke pasar
- b. Sebentar lagi mau lebaran, rumah sebaiknya di cat
- c. Untuk mencegah penyakit maka rumah harus di cat
- d. Untuk mencegah penyakit, kita harus disiplin menjaga kesehatan

Jawaban = D

(Soal ini sudah mengandung unsur HOTS, karena siswa dituntut memahami isi pantun kemudian siswa dituntut untuk mampu **menganalisis** amanat pantun)

**KARTU SOAL NOMOR 4
(PILIHAN GANDA)**

Muatan Pelajaran : Bahasa Indonesia
Kelas/Semester : V/1
Tema 4 Sub Tema 3 Pembelajaran 1

Kompetensi Dasar	3.6 Menggali isi dan amanat pantun yang disajikan secara lisan dan tulis dengan tujuan untuk kesenangan.
Materi	Ciri-ciri pantun
Indikator Soal	Disajikan sebuah pantun, peserta didik mampu menganalisis (C4) ciri-ciri pantun
Level Kognitif	L3

Soal

4. Perhatikan pantun di bawah ini!

Rendang Daging sungguh enak,
Kualitas tinggi harganya murah,
.....

Nanti menghambat peredaran darah.

Kalimat yang tepat untuk mengisi kekosongan pantun di atas adalah

- a. Jalan-jalan ke kota Demak
- b. Pergi ke pasar bersama emak
- c. Jangan makan banyak lemak,
- d. Janganlah suka bermain katak

Jawaban = C

(Soal ini sudah mengandung unsur HOTS, karena siswa dituntut memahami isi pantun kemudian siswa dituntut untuk mampu **menganalisis** amanat pantun)

**KARTU SOAL NOMOR 5
(PILIHAN GANDA)**

Muatan Pelajaran : IPA
Kelas/Semester : V/1
Tema 4 Sub Tema 3 Pembelajaran 1

Kompetensi Dasar	3.4 Memahami organ peredaran darah dan fungsinya pada hewan dan manusia serta cara memelihara kesehatan organ peredaran darah.
Materi	Penyebab, jenis gangguan/penyakit dan upaya pencegahan gangguan peredaran darah manusia
Indikator Soal	Disajikan soal cerita tentang gejala dan penyakit peredaran darah, peserta didik mampu menganalisis (C4) penyebab dan upaya pencegahan
Level Kognitif	L3

Soal

5. Pa Joko terlihat mudah marah, sering mengalami sakit kepala hebat dan sesak napas. Melihat gejala yang dialami pa Joko, maka besar kemungkinan pa Joko menderita penyakit ...
- Anemia
 - Varises
 - Jantung koroner
 - Hipertensi

Jawaban = D

(Soal ini sudah mengandung unsur HOTS, karena siswa dituntut memahami gejala dan penyakit peredaran darah, peserta didik mampu **menganalisis (C4)** penyebab dan upaya pencegahan)

**KARTU SOAL NOMOR 6
(PILIHAN GANDA)**

Muatan Pelajaran : IPA
Kelas/Semester : V/1
Tema 4 Sub Tema 3 Pembelajaran 1

Kompetensi Dasar	3.4 Memahami organ peredaran darah dan fungsinya pada hewan dan manusia serta cara memelihara kesehatan organ peredaran darah.
Materi	Penyebab, jenis gangguan/penyakit dan upaya pencegahan gangguan peredaran darah manusia
Indikator Soal	Disajikan soal cerita tentang gejala dan penyakit peredaran darah, peserta didik mampu menganalisis (C4) penyebab dan upaya pencegahan
Level Kognitif	L3

Soal

6. Pa Ridwan suka bermain bola. Namun pa Ridwan punya kebiasaan buruk yaitu setelah bermain bolaa, kaki tidak diluruskan tetapi malah duduk bersila. Hal ini dapat menimbulkan penyakit
- Jantung koroner
 - Varises
 - Stroke
 - Anemia

Jawaban = B

(Soal ini sudah mengandung unsur HOTS, karena siswa dituntut memahami gejala dan penyakit peredaran darah, peserta didik mampu **menganalisis (C4)** penyebab dan upaya pencegahan)

**KARTU SOAL NOMOR 7
(URAIAN)**

Muatan Pelajaran : Bahasa Indonesia
Kelas/Semester : V/1
Tema 4 Sub Tema 3 Pembelajaran 1

Kompetensi Dasar	3.6 Menggali isi dan amanat pantun yang disajikan secara lisan dan tulis dengan tujuan untuk kesenangan.
Materi	Ciri-ciri pantun
Indikator Soal	Peserta didik mampu membuat pantun dan menganalisis (C4) ciri-ciri pantun
Level Kognitif	L3

Soal

7. Buatlah sebuah pantun, kemudian tunjukkan bagian sampiran dan bagian isi!

Jawaban = Kebijakan guru

(Soal ini sudah mengandung unsur HOTS, karena siswa dituntut mampu membuat pantun dan **menganalisis (C4)** ciri-ciri pantun

**KARTU SOAL NOMOR 8
(URAIAN)**

Muatan Pelajaran : Bahasa Indonesia
Kelas/Semester : V/1
Tema 4 Sub Tema 3 Pembelajaran 1

Kompetensi Dasar	3.6 Menggali isi dan amanat pantun yang disajikan secara lisan dan tulis dengan tujuan untuk kesenangan.
Materi	Ciri-ciri pantun
Indikator Soal	Peserta didik mampu membuat pantun dan menafsirkan (C5) amanat dalam pantun
Level Kognitif	L3

Soal

8. Buatlah sebuah pantun, kemudian tafsirkan amanat yang terkandung dalam pantun!

Jawaban = Kebijakan guru

(Soal ini sudah mengandung unsur HOTS, karena siswa dituntut mampu membuat pantun dan **menafsirkan (C5)** amanat dalam pantun

**KARTU SOAL NOMOR 9
(URAIAN)**

Muatan Pelajaran : IPA
Kelas/Semester : V/1
Tema 4 Sub Tema 3 Pembelajaran 1

Kompetensi Dasar	3.4 Memahami organ peredaran darah dan fungsinya pada hewan dan manusia serta cara memelihara kesehatan organ peredaran darah.
Materi	Penyebab, jenis gangguan/penyakit dan upaya pencegahan gangguan peredaran darah manusia
Indikator Soal	Disajikan soal cerita tentang gejala dan penyakit peredaran darah, peserta didik mampu menganalisis (C4) penyebab dan upaya pencegahan
Level Kognitif	L3

Soal

9. Pa Doni sering merasakan dada terasa sakit, rasa sakit pada bagian lengan dan punggung, napas terasa pendek, dan kepala mudah pusing. Coba analisa apa jenis penyakit yang diderita pa Doni, penyebabnya dan apa upaya pencegahan dari penyakit tersebut!

Jawaban = Kebijakan guru

(Soal ini sudah mengandung unsur HOTS, karena siswa dituntut mampu memahami gejala dan penyakit peredaran darah, peserta didik mampu **menganalisis (C4)** penyebab dan upaya pencegahan

**KARTU SOAL NOMOR 10
(URAIAN)**

Muatan Pelajaran : IPA
Kelas/Semester : V/1
Tema 4 Sub Tema 3 Pembelajaran 1

Kompetensi Dasar	3.4 Memahami organ peredaran darah dan fungsinya pada hewan dan manusia serta cara memelihara kesehatan organ peredaran darah.
Materi	Penyebab, jenis gangguan/penyakit dan upaya pencegahan gangguan peredaran darah manusia
Indikator Soal	Disajikan soal cerita tentang gejala dan penyakit peredaran darah, peserta didik mampu menganalisis (C4) penyebab dan upaya pencegahan
Level Kognitif	L3

Soal

10. Bu Reni pulang dari klinik dokter. Ia disarankan untuk banyak mengonsumsi sayuran hijau. Coba analisa apa jenis penyakit yang diderita bu Reni, penyebabnya dan apa upaya pencegahan dari penyakit tersebut!

Jawaban = Kebijakan guru

(Soal ini sudah mengandung unsur HOTS, karena siswa dituntut mampu memahami gejala dan penyakit peredaran darah, peserta didik mampu **menganalisis (C4)** penyebab dan upaya pencegahan

SOAL PENILAIAN HARIAN

Nama Sekolah : SDN Jembayat 03
Jumlah Soal : 10 soal
Muatan Pelajaran : Tematik (Bahasa Indonesia, dan IPA)
Bentuk Soal : Pilihan Ganda dan uraian
Penyusun : Mohammad Iqbal
Alokasi Waktu : 10 menit
KELAS 5 TEMA 4 SUBTEMA 3 PEMBELAJARAN 1 (5.4.3.1)

1. Perhatikan pantun di bawah ini!

- I. Tupai melompat ke pohon kelapa,
- II. Kelapa dibelah dengan pahat,
- III. Rajinlah untuk berolahraga,
- IV. Agar tubuh menjadi sehat.

Bagian pantun yang merupakan sampiran adalah

- a. I dan II
- b. III dan IV
- c. I dan III
- d. II dan IV

2. Perhatikan pantun di bawah ini!

- I. Pagi hari melihat helicopter
- II. Berputar di atas lapangan
- III. Kalau kamu ingin jadi anak pintar
- IV. Rajinlah belajar jangan bermalas-malasan

Bagian pantun yang merupakan isi adalah

- a. I dan II
- b. III dan IV
- c. I dan III
- d. II dan IV

3. Perhatikan pantun di bawah ini!

Ke pasar membeli cat rumah,
Sebentar lagi mau lebaran,
Penyakit itu dapat dicegah,
Asalkan disiplin jaga kesehatan

Amanat pantun di atas adalah

- a. Disuruh membeli cat ke pasar
- b. Sebentar lagi mau lebaran, rumah sebaiknya di cat
- c. Untuk mencegah penyakit maka rumah harus di cat
- d. Untuk mencegah penyakit, kita harus disiplin menjaga kesehatan

4. Perhatikan pantun di bawah ini!

Rendang Daging sungguh enak,
Kualitas tinggi harganya murah,

.....
Nanti menghambat peredaran darah.

Kalimat yang tepat untuk mengisi kekosongan pantun di atas adalah

- a. Jalan-jalan ke kota Demak
 - b. Pergi ke pasar bersama emak
 - c. Jangan makan banyak lemak,
 - d. Janganlah suka bermain katak
5. Pa Joko terlihat mudah marah, sering mengalami sakit kepala hebat dan sesak napas. Melihat gejala yang dialami pa Joko, maka besar kemungkinan pa Joko menderita penyakit
- a. Anemia
 - b. Varises
 - c. Jantung koroner
 - d. Hipertensi
6. Pa Ridwan suka bermain bola. Namun pa Ridwan punya kebiasaan buruk yaitu setelah bermain bolaa, kaki tidak diluruskan tetapi malah duduk bersila. Hal ini dapat menimbulkan penyakit
- e. Jantung koroner
 - f. Varises
 - g. Stroke
 - h. Anemia
7. Buatlah sebuah pantun, kemudian tunjukkan bagian sampiran dan bagian isi!
8. Buatlah sebuah pantun, kemudian tafsirkan amanat yang terkandung dalam pantun!
9. Pa Doni sering merasakan dada terasa sakit, rasa sakit pada bagian lengan dan punggung, napas terasa pendek, dan kepala mudah pusing. Coba analisa apa jenis penyakit yang diderita pa Doni, penyebabnya dan apa upaya pencegahan dari penyakit tersebut!
10. Bu Reni pulang dari klinik dokter. Ia disarankan untuk banyak mengkonsumsi sayuran hijau. Coba analisa apa jenis penyakit yang diderita bu Reni, penyebabnya dan apa upaya pencegahan dari penyakit tersebut!

C. PENILAIAN KETRAMPILAN

- 1) Penilaian akhir berupa produk yaitu tabel tentang gangguan peredaran darah manusia dan pantun

PENILAIAN KETRAMPILAN / PRODUK RUBRIK MEMBUAT TABEL TENTANG GANGGUAN PEREDARAN DARAH MANUSIA

Kompetensi Dasar	Materi	Indikator
4.4 Menyajikan karya tentang organ peredaran darah pada manusia	Mengisi Tabel	4.4.1 Membuat karya tentang organ peredaran darah pada manusia

Rubrik Penilaian Membuat Tabel

Aspek	Baik Sekali (4)	Baik (3)	Cukup (2)	Perlu Bimbingan (1)
Isi dan pengetahuan : hasil yang dibuat oleh siswa	Membuat tabel sesuai dengan isi video pembelajaran - Penyebab - Jenis Gangguan - Upaya Pencegahan - Rapi dan indah dipandang	Membuat tabel hanya ada 3 ciri	Membuat tabel hanya ada 2 ciri	Membuat tabel hanya ada 1 ciri

No	Nama Siswa	Penilaian Membuat Pantun				Catatan
		Baik Sekali (4)	Baik (3)	Cukup (2)	Perlu Bimbingan (1)	
1	KHUMAESATUL BONAT					
2	AHMAD BAEHAQI					
3	DAVA NUR HIDAYAT					
4	DELIA ARIN NURMALA					
5	DWI IKHSAN MAULANA					
6	FADEL RAMADHAN					
7	HAYFA THUFAIL AUFA					
8	HENI DWI CLATINOVA					
9	IKHTIFATUL ARBA'ATU SHOLIHAH					
10	KANIA RAHMAYA AZZAHRA					
11	LENCIANA ADELIA PUTRI HADI WIJAYA					
12	MUHAMAD AL HAFIZI YANA					
13	MUHAMMAD ABDUL MUHALIF					
14	MUHAMMAD FATHIR RAZAQ					
15	MUHAMMAD IBRA ARIFIN					
16	MUHAMMAD KHAIRUL AZZAM					
17	MUHAMMAD RAFFA AZZA AZZAVIER					
18	OKA FIRMAN SYAHFUDIN					
19	PUTRI DEWI CANDRA KIRANA					
20	SATRIA BIMA SANDILAGA					
21	SISKA ISTIANTI					
22	SITI NUR FAHMA APRILYANTI					
23	GIZTA NAYA PUTRI					
24	IZYAN SYAZWANI ZAFIROH					
25	M. ARGAS PRATAMA					

**PENILAIAN KETRAMPILAN / PRODUK
RUBRIK MEMBUAT PANTUN**

Kompetensi Dasar	Materi	Indikator
4.6 Melisankan pantun hasil karya pribadi dengan lafal, intonasi, dan ekspresi yang tepat sebagai bentuk ungkapan diri..	Membuat Pantun	4.6.1 Membuat pantun.

Rubrik Penilaian Membuat Pantun.

Aspek	Baik Sekali (4)	Baik (3)	Cukup (2)	Perlu Bimbingan (1)
Isi dan pengetahuan : hasil yang dibuat oleh siswa	Membuat pantun sesuai ciri-ciri berikut - Satu bait terdiri atas 4 baris - 8-12 suku kata tiap baris - Terdapat sampiran dan isi - Berima a-b-a-b	Membuat pantun hanya ada 3 ciri	Membuat pantun hanya ada 2 ciri	Membuat pantun hanya ada 1 ciri

No	Nama Siswa	Penilaian Membuat Pantun				Catatan
		Baik Sekali (4)	Baik (3)	Cukup (2)	Perlu Bimbingan (1)	
1	KHUMAESATUL BONAT					
2	AHMAD BAEHAQI					
3	DAVA NUR HIDAYAT					
4	DELIA ARIN NURMALA					
5	DWI IKHSAN MAULANA					
6	FADEL RAMADHAN					
7	HAYFA THUFAIL AUFA					
8	HENI DWI CLATINOVA					
9	IKHTIFATUL ARBA'ATU SHOLIHAH					
10	KANIA RAHMAYA AZZAHRA					
11	LENCIANA ADELIA PUTRI HADI WIJAYA					
12	MUHAMAD AL HAFIZI YANA					
13	MUHAMMAD ABDUL MUHALIF					
14	MUHAMMAD FATHIR RAZAQ					
15	MUHAMMAD IBRA ARIFIN					
16	MUHAMMAD KHAIRUL AZZAM					
17	MUHAMMAD RAFFA AZZA AZZAVIER					
18	OKA FIRMAN SYAHFUDIN					
19	PUTRI DEWI CANDRA KIRANA					
20	SATRIA BIMA SANDILAGA					
21	SISKA ISTIANTI					
22	SITI NUR FAHMA APRILIYANTI					
23	GIZTA NAYA PUTRI					
24	IZYAN SYAZWANI ZAFIROH					
25	M. ARGAS PRATAMA					

- 2) Penilaian proses berupa unjuk kerja pada kegiatan presentasi
 a. Penilaian Presentasi gangguan peredaran darah manusia

RUBRIK MEMPRESENTASIKAN TABEL PEREDARAN DARAH MANUSIA

Kompetensi Dasar	Materi	Indikator
4.4 Menyajikan karya tentang organ peredaran darah pada manusia	Mengisi Tabel	4.4.2 Mempresentasikan karya tentang organ peredaran darah pada manusia

Rubrik Penilaian Presentasi gangguan peredaran darah manusia

Aspek	Baik Sekali	Baik	Cukup	Perlu Bimbingan
	4	3	2	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
Menggunakan bagan atau diagram alur untuk menjelaskan berbagai penyakit yang mempengaruhi kerja organ peredaran darah	Menyajikan bagan atau diagram alur untuk menjelaskan berbagai penyakit yang mempengaruhi kerja organ peredaran darah dengan sistematis bahasa Indonesia yang baik dan benar	Menyajikan bagan atau diagram alur untuk menjelaskan berbagai penyakit yang mempengaruhi kerja organ peredaran darah dengan cukup sistematis	Menyajikan laporan bagan atau diagram alur untuk menjelaskan berbagai penyakit yang mempengaruhi kerja organ peredaran darah dengan kurang sistematis	Belum dapat bagan atau diagram alur untuk menjelaskan berbagai penyakit yang mempengaruhi kerja organ peredaran darah dengan sistematis

No	Nama Siswa	Penilaian Presentasi Peredaran Darah				Catatan
		Baik Sekali (4)	Baik (3)	Cukup (2)	Perlu Bimbingan (1)	
1	KHUMAESATUL BONAT					
2	AHMAD BAEHAQI					
3	DAVA NUR HIDAYAT					
4	DELIA ARIN NURMALA					
5	DWI IKHSAN MAULANA					
6	FADEL RAMADHAN					
7	HAYFA THUFAIL AUFA					
8	HENI DWI CLATINOVA					
9	IKHTIFATUL ARBA'ATU SHOLIHAH					
10	KANIA RAHMAYA AZZAHRA					
11	LENCIANA ADELIA PUTRI HADI WIJAYA					
12	MUHAMAD AL HAFIZI YANA					
13	MUHAMMAD ABDUL MUHALIF					
14	MUHAMMAD FATHIR RAZAQ					
15	MUHAMMAD IBRA ARIFIN					
16	MUHAMMAD KHAIRUL AZZAM					
17	MUHAMMAD RAFFA AZZA AZZAVIER					
18	OKA FIRMAN SYAHFUDIN					
19	PUTRI DEWI CANDRA KIRANA					
20	SATRIA BIMA SANDILAGA					
21	SISKA ISTIANTI					
22	SITI NUR FAHMA APRILYANTI					
23	GIZTA NAYA PUTRI					
24	IZYAN SYAZWANI ZAFIROH					
25	M. ARGAS PRATAMA					

b. Penilaian Membaca Pantun

RUBRIK MEMBACA PANTUN

Kompetensi Dasar	Materi	Indikator
4.6 Melisankan pantun hasil karya pribadi dengan lafal, intonasi, dan ekspresi yang tepat sebagai bentuk ungkapan diri..	Membuat Pantun	4.6.2 Membacakan pantun hasil karya sendiri dengan lafal, intonasi, dan ekspresi yang tepat sebagai bentuk ungkapan diri..

Rubrik Penilaian Membaca Pantun.

Aspek	Baik Sekali (4)	Baik (3)	Cukup (2)	Perlu Bimbingan (1)
Isi dan pengetahuan : hasil yang dibuat oleh siswa	Membaca pantun dengan indikator : - Penghayatan sesuai tema pantun - Intonasi sesuai tema pantun - Ekspresi sesuai tema pantun - Lancar	Membaca pantun hanya ada 3 indikator	Membaca pantun hanya ada 2 indikator	Membaca pantun hanya ada 1 indikator

No	Nama Siswa	Penilaian Membaca Pantun				Catatan
		Baik Sekali (4)	Baik (3)	Cukup (2)	Perlu Bimbingan (1)	
1	KHUMAESATUL BONAT					
2	AHMAD BAEHAQI					
3	DAVA NUR HIDAYAT					
4	DELIA ARIN NURMALA					
5	DWI IKHSAN MAULANA					
6	FADEL RAMADHAN					
7	HAYFA THUFAIL AUFA					
8	HENI DWI CLATINOVA					
9	IKHTIFATUL ARBA'ATU SHOLIHAH					
10	KANIA RAHMAYA AZZAHRA					
11	LENCIANA ADELIA PUTRI HADI WIJAYA					
12	MUHAMAD AL HAFIZI YANA					
13	MUHAMMAD ABDUL MUHALIF					
14	MUHAMMAD FATHIR RAZAQ					
15	MUHAMMAD IBRA ARIFIN					
16	MUHAMMAD KHAIRUL AZZAM					
17	MUHAMMAD RAFFA AZZA AZZAVIER					
18	OKA FIRMAN SYAHFUDIN					
19	PUTRI DEWI CANDRA KIRANA					
20	SATRIA BIMA SANDILAGA					
21	SISKA ISTIANTI					
22	SITI NUR FAHMA APRILYANTI					
23	GIZTA NAYA PUTRI					
24	IZYAN SYAZWANI ZAFIROH					
25	M. ARGAS PRATAMA					

Kerja Sama dengan Orang Tua

- Dengan bimbingan dan pengawasan orang tua, siswa membuat jadwal olah raga untuk menjaga kesehatan peredaran darah dalam tubuh manusia.
- Siswa menerapkan secara disiplin jadwal dan kekuatan olah raga untuk menjaga kesehatan peredaran darah dalam tubuh manusia.

Mengetahui
Kepala SDN Jembayat 03

Tegal, 16 Juli 2021
Guru Kelas V

DARYONO, S.Pd.
NIP. 19710406 199308 1 001

MOHAMMAD IQBAL



LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK

TEMA 4

(SEHAT ITU PENTING)

SUB TEMA 3

**(GANGGUAN KESEHATAN PADA ORGAN
PEREDARAN DARAH)**

PEMBELAJARAN KE-1

KELAS 5

MOHAMMAD IQBAL

SDN JEMBAYAT 03



LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD)

Satuan Pendidikan : SDN Jembayat 03

Muatan Pelajaran : Tematik (Bahasa Indonesia, IPA)

Kelas/Semester : V/1

Materi / Pokok Bahasan : 1. Gangguan peredaran darah manusia

2. Pantun

A. IDENTITAS SISWA

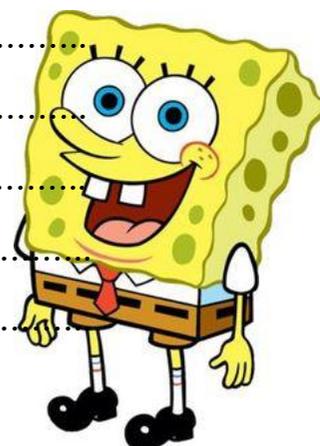
Kelompok :

Kelas :

Anggota Kelompok : 1.

2.

3.



B. KOMPETENSI DASAR DAN IPK

Bahasa Indonesia

Kompetensi dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
3.6 Menggali isi dan amanat pantun yang disajikan secara lisan dan tulis dengan tujuan untuk kesenangan.	3.6.1 Menganalisis ciri-ciri pantun
4.6 Melisankan pantun hasil karya pribadi dengan lafal, intonasi, dan ekspresi yang tepat sebagai bentuk ungkapan diri.	4.6.1 Membuat dan Membaca pantun dengan benar.

IPA

Kompetensi dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
3.4 Memahami organ peredaran darah dan fungsinya pada hewan dan manusia serta cara memelihara kesehatan organ peredaran darah.	3.4.1 Menganalisis gangguan peredaran darah pada manusia
4.4 Menyajikan karya tentang organ peredaran darah pada manusia.	4.4.1 Melengkapi tabel penyebab, jenis dan upaya pencegahan gangguan peredaran darah pada manusia

C. TUJUAN KEGIATAN

1. Melalui kegiatan menelaah video pembelajaran dari youtube tentang berbagai gangguan sistem peredaran darah manusia berupa penyebab, jenis gangguan/penyakit dan pencegahannya, siswa dapat **menganalisis** berbagai gangguan sistem peredaran darah manusia berupa penyebab, jenis gangguan/penyakit dan pencegahannya. (Ranah Kognitif_C4).
2. Melalui kegiatan diskusi tentang berbagai gangguan sistem peredaran darah manusia berupa penyebab, jenis gangguan/penyakit, siswa dapat **mengaitkan** aktivitas sehari-hari dalam upaya pencegahannya. (Ranah Afektif_Mengorganisasikan_A4).
3. Melalui kegiatan menelaah pantun, siswa dapat **menganalisis** bagian-bagian, ciri-ciri pantun dan amanat pantun. (Ranah Kognitif_C4).
4. Dengan kegiatan **membuat** pantun dengan tema menjaga kesehatan tubuh, siswa dapat membacakan pantun yang dibuatnya dengan lafal dan intonasi yang tepat. (Ranah Psikomotorik_Naturalisasi_P5).

D. PETUNJUK

1. Berdoalah sebelum mengerjakan tugas !
2. Isikan kelompok, kelas dan anggota kelompok pada kolom yang tersedia !
3. Perhatikan penjelasan yang disampaikan oleh guru !
4. Kerjakan tugas secara berkelompok dengan tepat dan penuh tanggung jawab !
5. Sampaikan pertanyaan pada guru apabila mengalami kesulitan !
6. Periksa kembali yang telah kamu kerjakan dan kumpulkan kepada gurumu !



E. URAIAN MATERI

PANTUN

A. Pengertian Pantun

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

B. Ciri-ciri Pantun

1. Tiap Bait Terdiri atas Empat Baris
2. 8-12 Suku Kata di Tiap Baris
3. Memiliki Sampiran dan Isi
4. Berima a-b-a-b

C. Jenis-jenis dan Amanat Pantun

1. Pantun Nasihat

Pantun yang satu ini memiliki isi yang bertujuan menyampaikan pesan moral dan didikan.

2. Pantun Jenaka

Pantun yang satu ini memang memiliki kandungan isi yang lucu dan menarik. Tujuannya tak lain untuk memberi hiburan kepada orang yang mendengar ataupun membacanya.

3. Pantun Agama

Pantun yang satu ini memiliki kandungan isi yang membahas mengenai manusia dengan pencipta-Nya. Tujuannya serupa dengan pantun nasihat, yaitu memberikan pesan moral dan didikan kepada pendengar dan pembaca.

4. Pantun Teka-teki

Pantun yang satu ini selalu memiliki ciri khas khusus di bagian isinya, yakni diakhiri dengan pertanyaan pada larik terakhir.

5. Pantun Berkasih-kasih

Sama dengan namanya, isi dari jenis pantun yang satu ini erat kaitannya dengan cinta dan kasih sayang.

6. Pantun Anak

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

<https://www.studiobelajar.com/pantun-pengertian-jenis-contoh/>



Berbagai Gangguan Sistem Peredaran Darah Manusia dan Upaya Pencegahannya

1. Jantung koroner

Penyakit jantung koroner merupakan salah satu penyebab utama terjadinya kematian di dunia. Penyakit jantung koroner terjadi apabila arteri koronaria tidak dapat mensuplai darah yang cukup ke otot-otot jantung.

Arteri koronaria merupakan pembuluh darah yang mensuplai nutrisi dan oksigen ke jantung. Kondisi tersebut dapat terjadi karena arteri koronaria tersumbat oleh otot lemak atau kolesterol.

Apabila otot-otot jantung tidak mendapatkan nutrisi dan oksigen, maka otot jantung tidak dapat berkontraksi, sehingga jantung tidak dapat berdenyut.

Gejala dari jantung koroner, antara lain dada terasa sakit, rasa sakit pada bagian lengan dan punggung, napas terasa pendek, dan kepala mudah pusing.

Cara mencegah terjadinya penyakit jantung koroner sebagai berikut.

- a. Melakukan olahraga dan istirahat secara teratur.
- b. Menjaga pola makan sehari-hari.
- c. Menghindari minum minuman beralkohol.
- d. Menghentikan kebiasaan merokok.
- e. Menghindari stress berlebih.
- f. Menjaga berat badan dalam kondisi ideal.

2. Stroke

Stroke merupakan suatu penyakit yang terjadi karena kematian pada jaringan di otak yang disebabkan oleh kurangnya asupan oksigen di otak. Hal ini dapat terjadi karena pembuluh darah pada otak

Karena penyebab stroke sama dengan penyebab penyakit jantung koroner, maka usaha yang dapat dilakukan untuk mengurangi resiko stroke juga sama dengan usaha untuk mengurangi resiko terkena serangan jantung koroner.

Caranya antara lain dengan menjaga pola makan, menghindari rokok dan alkohol, olahraga teratur, istirahat yang cukup, dan menghindari stress.

3. Varises

Varises merupakan suatu keadaan dimana pembuluh darah balik (vena) mengalami pelebaran dan terpuntir. Gangguan ini biasanya terjadi pada daerah kaki.

Berikut ini upaya pencegahan agar tidak terkena varises.

- Ketika beristirahat atau tidur (setelah menempuh perjalanan jauh), tungkai dinaikkan kurang lebih 20 – 25 cm.
- Menghindari berat badan berlebih.
- Menghindari berdiri terlalu lama.
- Berolahraga secara teratur.
- Menghindari pemakaian sepatu dengan hak tinggi.

4. Anemia

Anemia merupakan gangguan yang disebabkan karena kekurangan hemoglobin atau sel darah merah.

Apabila kadar hemoglobin dalam darah rendah, dapat menyebabkan tubuh kekurangan oksigen sehingga tubuh akan terasa lesu, muka pucat, dan kepala pusing.

Kondisi ini terjadi karena tubuh kekurangan zat besi. Anemia juga dapat disebabkan karena terjadinya pendarahan yang hebat. Pada wanita, anemia dapat terjadi ketika sedang mengalami menstruasi.

Upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya anemia adalah dengan banyak mengonsumsi sayur. Sayur adalah makanan yang kaya akan zat besi, sebagai bahan pembentuk hemoglobin.

5. Hipertensi

Hipertensi atau disebut juga tekanan darah tinggi, terjadi apabila tekanan darah berada di atas 120/80 mmHg.

Gejala penderita hipertensi, antara lain sakit kepala hebat, kelelahan, pendarahan dari hidung, mual, muntah, dan sesak napas.

Hipertensi dapat disebabkan karena arteriosklerosis (pengerasan pembuluh darah), obesitas (kegemukan), kurangnya berolahraga, stress yang berlebihan, konsumsi minuman beralkohol, konsumsi makanan yang banyak mengandung garam, lemak, dan kolesterol.

Penderita hipertensi yang disebabkan oleh obesitas, harus menurunkan berat badannya melalui diet yang sehat sehingga mencapai berat badan ideal.

Upaya lain yang dapat dilakukan untuk penderita hipertensi adalah menghindari konsumsi minimal beralkohol dan makanan berlemak yang mengandung kolesterol tinggi, berolahraga teratur, menghindari kebiasaan merokok, dan menjauhkan dari faktor-faktor pemicu stress.

6. Hipotensi

Berbeda dengan hipertensi, hipotensi terjadi apabila tekanan darah kurang dari 120/80 mmHg. Hipotensi sering disebut juga dengan tekanan darah rendah.

Orang yang mengalami tekanan darah rendah pada umumnya akan mengeluhkan keadaan sering pusing, sering menguap, penglihatan terkadang kurang jelas (berkunang-kunang), terutama setelah duduk lama, keringat dingin, cepat lelah dan tidak bertenaga, denyut nadi lemah, dan tampak pucat.

Cara mengatasi hipotensi, antara lain dengan minum air putih yang cukup banyak antara 8 sampai 10 gelas per hari, konsumsi minuman yang dapat meningkatkan tekanan darah (misalnya kopi), konsumsi makanan yang cukup mengandung garam, dan berolahraga secara teratur.

<https://www.amongguru.com/berbagai-gangguan-sistem-peredaran-darah-manusia-dan-upaya-pencegahannya/>

di download tanggal 13/07/2021 pukul 21.35

F. LATIHAN

Kegiatan 1 (10 Menit)

Jalan-jalan ke kota Blitar

Jangan lupa membeli lumpia

Jadi siswa rajinlah belajar

Agar kelak mencapai cita-cita

Pohon kelapa tumbuh di pantai

Melambai-lambai tertiuip angin

Janganlah kau hidup terlalu santai

Agar tidak jadi orang miskin

Mari kemari kawan semua

Pepaya mangga petai dijemur

Cintai seni tradisi kita

Budaya bangsa bernilai luhur



Setelah membaca contoh pantun di atas, coba kamu diskusikan dengan temanmu ciri-ciri pantun. Kemudian isikan ke dalam kotak di bawah ini.



Ciri-Ciri Pantun

1.
.....
.....
.....

2.
.....
.....
.....

3.
.....
.....
.....

4.
.....
.....
.....

Setelah mengetahui ciri-ciri pantun, cobalah kamu membuat 1 buah pantun, kemudian bacalah di depan teman-temanmu!

.....
.....
.....
.....

Kegiatan 2 (10 Menit)

Ayo Berdiskusi



Setelah membaca bacaan penyebab, jenis penyakit dan upaya pencegahan gangguan peredaran darah manusia, maka lengkapilah tabel berikut!

No	Nama Penyakit	Penyebab	Upaya Pencegahan

Ayo Renungkan 

Setelah mempelajari materi, coba kamu tulis apa saja yang sudah dipelajari pada hari ini di dalam kotak di bawah ini!

.....

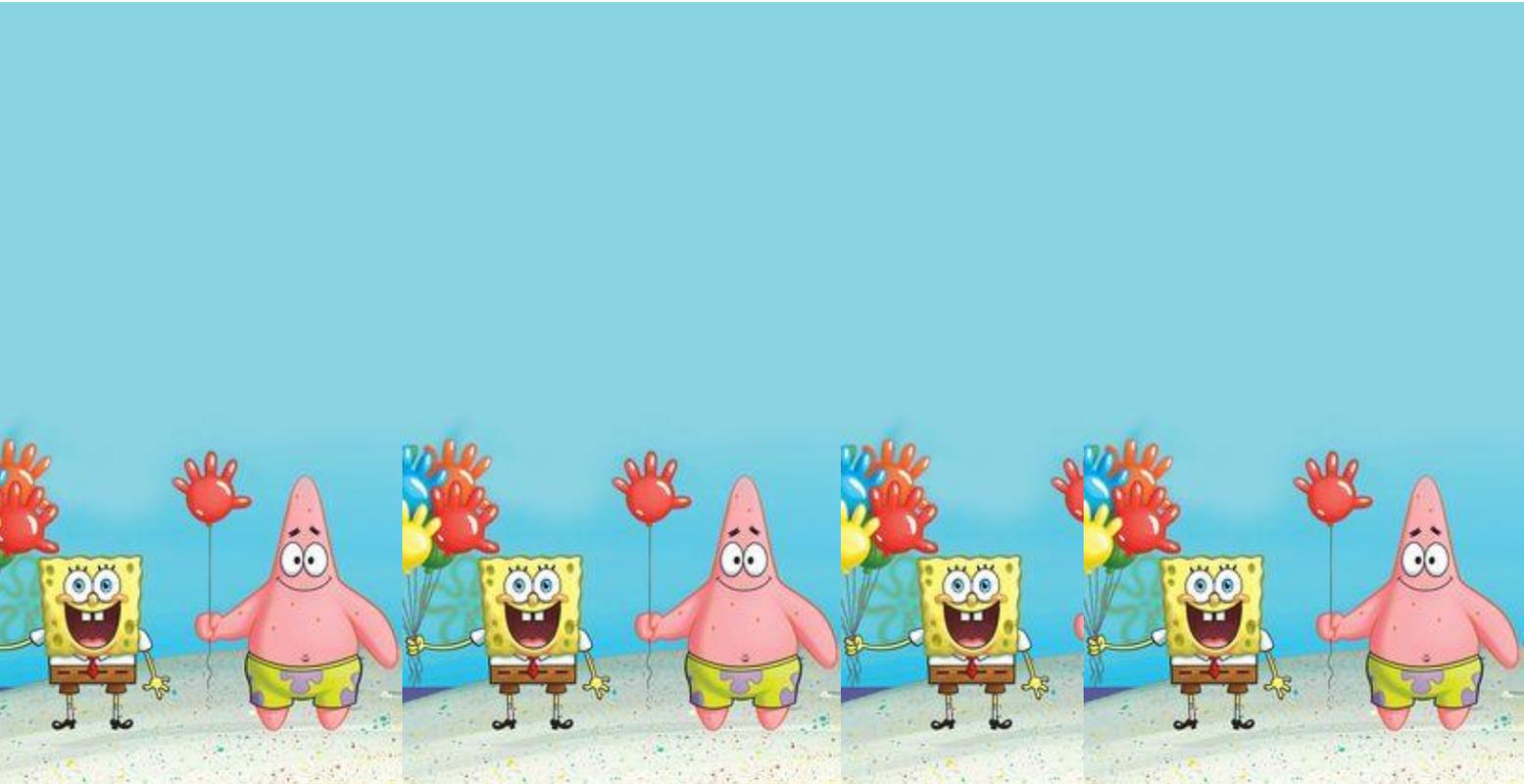
.....

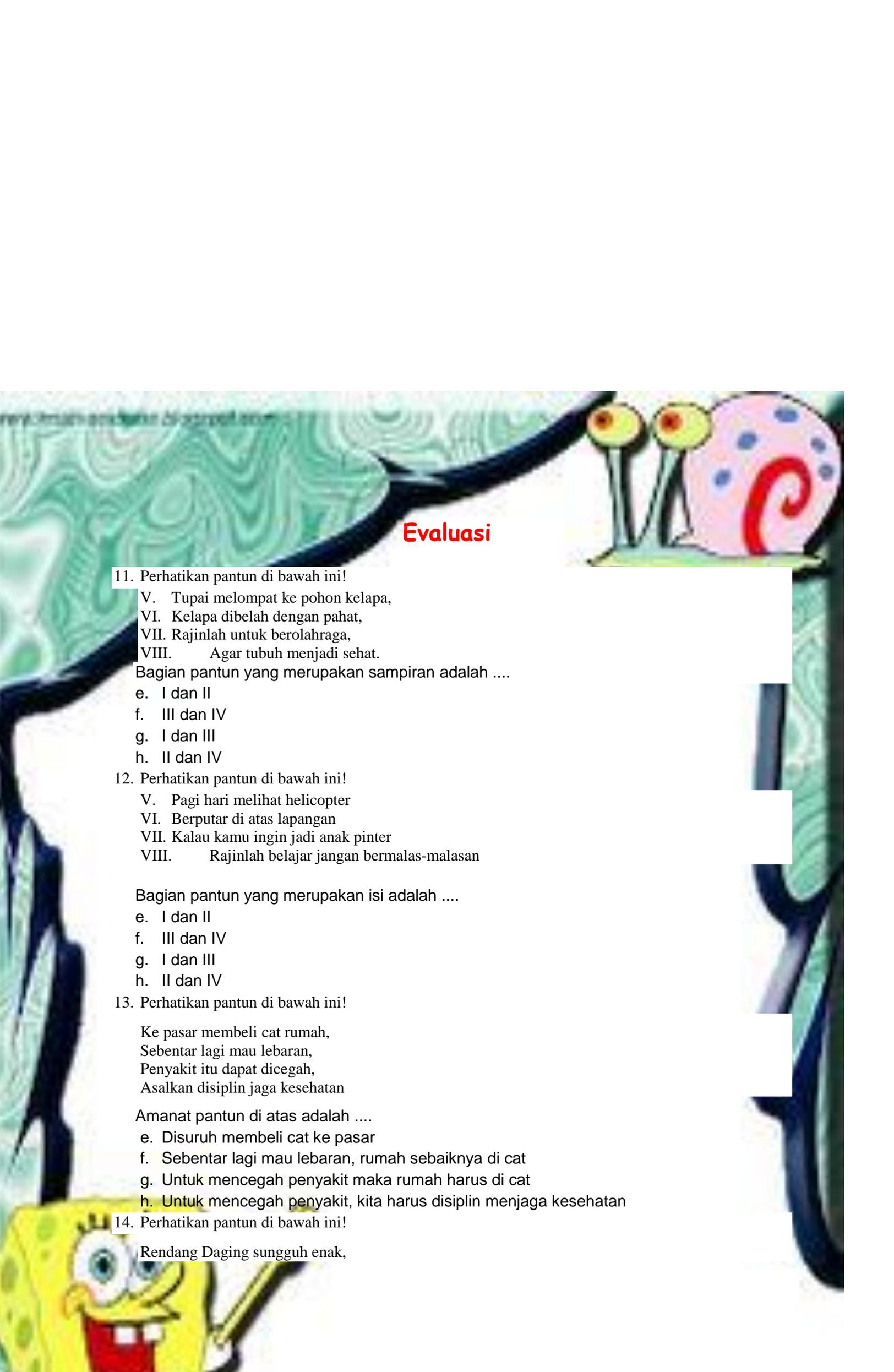
.....

.....

.....

.....





Evaluasi

11. Perhatikan pantun di bawah ini!

- V. Tupai melompat ke pohon kelapa,
- VI. Kelapa dibelah dengan pahat,
- VII. Rajinlah untuk berolahraga,
- VIII. Agar tubuh menjadi sehat.

Bagian pantun yang merupakan sampiran adalah

- e. I dan II
- f. III dan IV
- g. I dan III
- h. II dan IV

12. Perhatikan pantun di bawah ini!

- V. Pagi hari melihat helicopter
- VI. Berputar di atas lapangan
- VII. Kalau kamu ingin jadi anak pintar
- VIII. Rajinlah belajar jangan bermalas-malasan

Bagian pantun yang merupakan isi adalah

- e. I dan II
- f. III dan IV
- g. I dan III
- h. II dan IV

13. Perhatikan pantun di bawah ini!

- Ke pasar membeli cat rumah,
- Sebentar lagi mau lebaran,
- Penyakit itu dapat dicegah,
- Asalkan disiplin jaga kesehatan

Amanat pantun di atas adalah

- e. Disuruh membeli cat ke pasar
- f. Sebentar lagi mau lebaran, rumah sebaiknya di cat
- g. Untuk mencegah penyakit maka rumah harus di cat
- h. Untuk mencegah penyakit, kita harus disiplin menjaga kesehatan

14. Perhatikan pantun di bawah ini!

- Rendang Daging sungguh enak,

Kualitas tinggi harganya murah,

.....
Nanti menghambat peredaran darah.

Kalimat yang tepat untuk mengisi kekosongan pantun di atas adalah

- e. Jalan-jalan ke kota Demak
- f. Pergi ke pasar bersama emak
- g. Jangan makan banyak lemak,
- h. Janganlah suka bermain katak

15. Pa Joko terlihat mudah marah, sering mengalami sakit kepala hebat dan sesak napas. Melihat gejala yang dialami pa Joko, maka besar kemungkinan pa Joko menderita penyakit ...
- e. Anemia
 - f. Varises
 - g. Jantung koroner
 - h. Hipertensi
16. Pa Ridwan suka bermain bola. Namun pa Ridwan punya kebiasaan buruk yaitu setelah bermain bolaa, kaki tidak diluruskan tetapi malah duduk bersila. Hal ini dapat menimbulkan penyakit
- i. Jantung koroner
 - j. Varises
 - k. Stroke
 - l. Anemia
17. Buatlah sebuah pantun, kemudian tunjukkan bagian sampiran dan bagian isi!
18. Buatlah sebuah pantun, kemudian tafsirkan amanat yang terkandung dalam pantun!
19. Pa Doni sering merasakan dada terasa sakit, rasa sakit pada bagian lengan dan punggung, napas terasa pendek, dan kepala mudah pusing. Coba analisa apa jenis penyakit yang diderita pa Doni, penyebabnya dan apa upaya pencegahan dari penyakit tersebut!
20. Bu Reni pulang dari klinik dokter. Ia disarankan untuk banyak mengonsumsi sayuran hijau. Coba analisa apa jenis penyakit yang diderita bu Reni, penyebabnya dan apa upaya pencegahan dari penyakit tersebut!

Penilaian

Kegiatan	Muatan Pelajaran	Nilai
1	Bahasa Indonesia	
2	IPA	
3	SBdP	
4	Evaluasi	

