

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Tema : 4. Sehat Itu Penting
Sub Tema : 1. Peredaran Darahku Sehat
Pb ke : 2
Fokus : Bahasa Indonesia, IPA, SBdP.
A.W : 1 x Pertemuan (10 menit)



OLEH : ERNITA,S.Pd.SD
NIP : 19690701 1992102001
JABATAN : KEPALA SEKOLAH
INSTANSI : SD N 09 TALAMAU
T.P. : 2021 / 2022

KECAMATAN TALAMAU
KABUPATEN PASAMAN BARAT
PROPINSI SUMATERA BARAT



RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SDN 09 Talamau
Kelas / Semester : 5 /1
Tema : 4. Sehat Itu Penting
Sub Tema : 1. Peredaran Darahku Sehat
Pembelajaran ke : 2
Fokus Pembelajaran. : Bahasa Indonesia, IPA, SBdP.
Alokasi waktu : 1 x Pertemuan (10 menit)

A. TUJUAN

1. Dengan membaca pantun, siswa mampu menjelaskan amanat pantun dengan tepat.
2. Dengan Diskusi siswa dapat membuat pantun dan menunjukkan ciri-cirinya dengan benar.
3. Dengan kegiatan membaca dan mengamati gambar peredaran darah manusia, siswa dapat menjelaskan organ peredaran darah dan fungsinya pada manusia secara rinci.
4. Dengan kegiatan berkreasi menggambar, siswa dapat menggambar cara kerja organ peredaran darah manusia secara rinci.
5. Dengan mengamati gambar siswa dapat menyebutkan berbagai karya tari daerah yang menggunakan properti tari dengan tepat.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

1. Kegiatan Pendahuluan

- ❖ Guru mengucapkan salam, menanyakan kabar, mengecek kerapian kelas dan juga siswa. Dilanjutkan dengan doa yg dipimpin oleh ketua kelas.
- ❖ Guru bersama siswa menyanyikan lagu wajib Indonesia raya.
- ❖ Guru mengingatkan pentingnya budaya membaca dengan literasi, serta protokol kesehatan 5M
- ❖ Guru memberikan apersepsi dan motivasi agar siswa fokus belajar.
- ❖ Guru menyampaikan tujuan pembelajaran, langkah kegiatan, serta penilaian yang akan dilakukan.

2. Kegiatan Inti.

- ❖ Siswa mengamati beberapa pantun yang terpajang di papan tulis.
- ❖ Setelah menuliskan pengertian pantun siswa melakukan diskusi kelompok
- ❖ Peserta didik dibagi dalam 5 kelompok.
- ❖ Peserta didik dalam kelompok menerima selembar kertas LKPD
- ❖ Setiap kelompok mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru dalam kelompoknya masing-masing.
- ❖ Peserta didik mendiskusikan pengamatan gambar dan menulis hasil diskusinya pada lembaran lain
- ❖ .Peserta didik mempresentasikan hasil diskusi kelompoknya masing-masing di depan kelas.
- ❖ Peserta didik curah pendapat mencocokkan pemikiran dengan hasil kerja kelompok lain.
- ❖ Guru melemparkan pertanyaan penutup pembelajaran “ Kenapa kita perlu menjaga hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari
- ❖ Bersama mengamati tarian dan propertinya dan hubungannya dengan kesehatan dan berkomitmen melakukan budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

3. Kegiatan Akhir (2 Menit)

- ❖ Guru memimpin diskusi kelas dan memberikan beberapa pertanyaan lisan tentang materi dan membantu siswa mengambil kesimpulan dari pelajaran yang telah berlangsung.
- ❖ Peserta didik menarik kesimpulan pentingnya menerapkan hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.
- ❖ Guru memberikan pesan moral
- ❖ Menutup pembelajaran dengan membaca doa bersama dan mengucapkan salam

C. PENILAIAN (ASESMEN)

1. **Penilaian Pengetahuan** : melalui tes tertulis, tes lisan, dan penugasan.
(Soal terlampir)
2. **Penilaian Sikap** : melalui jurnal, menggunakan lembar observasi sikap spritual dan sikap sosial. Butir operasional yang diobservasi meliputi :
Berdoa, bersyukur, tanggung jawab, kerjasama dan disiplin.
3. **Penilaian Keterampilan** : melalui praktek hidup sehat.

Mengetahui,

Pengawas Pembina

Fakhrida Reveliyanti,S.Pd.M.Si
NIP. 19690418 1990052001

Timbo Abu, 29 Des 2021

Kepala Sekolah



Errita,S.Pd.SD
NIP.196907011992102001

Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD) 1

Tema : 4. Sehat Itu Penting
Sub Tema : 1. Peredaran Darahku Sehat
Pembelajaran ke : 2

AYO MEMBUAT PANTUN

A. Maksud dan Tujuan.

1. Untuk melihat kemampuan siswa dalam membuat dan memaknai pantun.
2. Kemampuan siswa dalam mengkomunikasikan hasil pencapaiannya..

B. Alat dan Bahan

Kertas karton, spidol, pensil, rol dan pena.

C. Petunjuk Kerja

1. Pastikan semua alat yang dibutuhkan sudah tersedia dengan lengkap.
2. Baca dengan baik dan pahami maksud dan tujuan tugas yang diberikan.

D. Langkah Kerja

1. Duduklah dalam kelompokmu dan bagilah tugas masing-masing.
2. Buatlah laporan tugas dan laporkan ke depan kelas.
3. Perbaikilah jika ada yang harus diperbaiki kembali.

a. Carilah makna pantun di bawah ini bersama kelompokmu !

Pantun	Makna pantun
Pergi berlibur ke Pariaman Sekalian belajar budaya dan tari Tidak ada yang lebih nyaman Selain menjaga kesehatan diri	
Ingin belajar di tanah Jawa Tetapi enggan jauh dari orang tua Perutku sakit sebab tertawa Melihat rambutnya tercukur semua	
Ani ke toko membeli palu Palu untuk keperluan merakit meja Lupakan kesedihan ditahun lalu Mari sambut tahun baru dengan bahagia	

b. Buatlah sebuah pantun lalu identifikasilah ciri-cirinya dan presentasikan di depan kelas !

Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD) 2

Tema : 4. Sehat Itu Penting
Sub Tema : 1. Peredaran Darahku Sehat
Pembelajaran ke : 2

Ayo Membaca !

Bacalah buku Siswa halaman 59 !

Organ Peredaran Darah Manusia

Organ peredaran darah pada manusia terdiri atas pembuluh darah dan jantung. Keduanya memiliki fungsi berbeda beda. Namun, membahas kedua organ pembuluh darah itu saja tidaklah lengkap tanpa membahas tentang darah. Darah, pembuluh darah, dan jantung merupakan suatu komponen yang berperan penting dalam kehidupan manusia.

1. Darah.

Fungsi darah adalah sebagai berikut

- a. Sebagai alat pengangkut sari makanan dan O₂ ke seluruh tubuh dan sisa sisa metabolisme ke organ ekskresi
- b. Menjaga agar temperatur tubuh tetap
- c. Mengedarkan air yang berfungsi untuk reaksi Enzy Mathis atau untuk menjaga tekanan Osmosis tubuh.
- d. Mengedarkan getah bening
- e. Menghindarkan tubuh dari infeksi membentuk antibodi berupa sel darah putih dan sel darah pembeku
- f. Menjaga kestabilan suhu tubuh
- g. Mengatur keseimbangan asam basa

2. Pembuluh darah

Pada peredaran darah manusia terdapat tiga pembuluh darah yaitu pembuluh darah arteri, Vena dan kapiler. Arteri berfungsi untuk mengalirkan darah keluar dari jantung, Vena untuk mengalirkan darah menuju jantung, dan pembuluh kapiler untuk menghubungkan ujung pembuluh nadi terkecil arteriyola dan ujung pembuluh vena terkecil venouela.

3. Jantung

Jantung manusia terletak di rongga dada dan di atas Diafragma. Jantung terdiri atas beberapa bagian yaitu Perikardium Pembungkus jantung, miokardium otot jantung dan endo kardium pembatas ruang jantung.

Gangguan pada organ peredaran darah manusia dapat terjadi karena non keturunan dan keturunan. Gangguan pada organ peredaran darah non keturunan dapat disebabkan oleh pola hidup dan makanan yang tidak sehat. Misalnya,

terlalu sering mengkonsumsi makanan berlemak tinggi dan makanan berkadar kolesterol tinggi. Berikut ini beberapa contoh gangguan pada organ peredaran darah manusia non keturunan

1. Anemia. Gangguan ini disebabkan rendahnya kadar Hb (hemoglobin) dalam darah. Rendahnya kadar Hb dapat disebabkan makanan yang dikonsumsi kurang mengandung zat besi. Ciri-ciri penderitanya adalah mudah lelah dan sering merasa pusing.

2. Tekanan darah rendah hipotensi. Gangguan ini disebabkan terjadinya penurunan tekanan darah.

3. Tekanan darah tinggi hipertensi. Gangguan ini disebabkan naiknya tekanan darah yang diantaranya diakibatkan oleh penyempitan pembuluh darah.

4. Kanker darah Leukimia. Gangguan ini disebabkan sel-sel darah putih yang memperbanyak diri tanpa terkendali yang mengakibatkan sel darah putih ini memakan sel darah merah.

5. Jantung koroner. Suatu gangguan jantung disebabkan oleh penumpukan lemak darah kolesterol pada arteri coronaria.

Berikut ini beberapa faktor gangguan peredaran darah karena faktor keturunan diantaranya sebagai berikut :

1. Hemofilia. Gangguan ini disebabkan adanya kelainan yang menyebabkan darah sulit membeku jika terjadi luka.

2. Thalassemia. Pada gangguan ini, bentuk sel darah merah nya tidak beraturan. Hal ini menyebabkan daya ikat sel darah merah terhadap oksigen dan karbon-dioksida menjadi berkurang.

Usaha-usaha pencegahan terhadap gangguan alat peredaran darah ialah dengan melakukan pola hidup sehat. Pola hidup sehat itu diantaranya sebagai berikut :

1. Makan makanan yang bergizi
2. Olahraga yang teratur
3. Tidur dan istirahat yang cukup

Bahaslah dalam kelompokmu masalah- masalah di bawah ini !

MASAALAH	PENYELESAIAN
1. Organ peredaran darah manusia perlu dijaga kesehatannya, mengapa perlu dijaga ?	
2. Bagaimana menurutmu orang yang tak peduli dengan kesehatannya ? Apa yang akan terjadi ?	
3. Bagaimanakah cara terbaik untuk menjaga kesehatan peredaran darah	
4. Ceritakanlah cara peredaran darah yang kalian ketahui ?	

Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD) 3

Tema : 4. Sehat Itu Penting
Sub Tema : 1. Peredaran Darahku Sehat
Pembelajaran ke : 2

Amatilah gambar di bawah ini !

1. Tari dari daerah manakah ini ? Apakah properti tari yang digunakan ?



2. Tarian daerah dari daerah manakah gambar di bawah ini ? Properti apa sajakah yang dipakai ?



3. Properti apakah yang dipakai pada Tarian di bawah ini ?



BAHAN AJAR

Tema : 4. Sehat Itu Penting
Sub Tema : 1. Peredaran Darahku Sehat
Pembelajaran ke : 2

1. Mata Pelajaran Bahasa Indonesia.

Ciri-ciri Pantun :

- Bersajak a-b-a-b
- Setiap bait terdiri dari 4 baris.
- Setiap baris pantun terdiri dari 8-12 suku kata.
- Baris pertama dan ke dua berupa sampiran, baris ke 3 dan 4 berupa isi. Pantun mengandung pesan. Pesan atau amanat dalam pantun merupakan sesuatu yang ingin disampaikan si pembuat pantun.

Contoh pantun :

Udara dingin di pagi hari.
Minum teh hangat terasa.
Hendaklah kita menjaga diri.
Kesehatan badan sangat berharga.

2. IPA

Organ Peredaran Darah.

Organ Peredaran Darah Manusia

Organ peredaran darah pada manusia terdiri atas pembuluh darah dan jantung. Keduanya memiliki fungsi berbeda beda.. Darah, pembuluh darah, dan jantung merupakan suatu komponen yang berperan penting dalam kehidupan manusia.

1. Darah.

Fungsi darah adalah sebagai berikut

- a. Sebagai alat pengangkut sari makanan dan O₂ ke seluruh tubuh dan sisa sisa metabolisme ke organ ekskresi
- b. Menjaga agar temperatur tubuh tetap
- c. Mengedarkan air yang berfungsi untuk reaksi Enzy Mathis atau untuk menjaga tekanan Osmosis tubuh.
- d. Mengedarkan getah bening
- e. Menghindarkan tubuh dari infeksi membentuk antibodi berupa sel darah putih dan sel darah pembeku
- f. Menjaga kestabilan suhu tubuh
- g. Mengatur keseimbangan asam basa

2. Pembuluh darah

Pada peredaran darah manusia terdapat tiga pembuluh darah yaitu pembuluh

darah **arteri, Vena dan kapiler.**

Arteri berfungsi untuk mengalirkan darah keluar dari jantung,

Vena untuk mengalirkan darah menuju jantung,

Pembuluh kapiler untuk menghubungkan ujung pembuluh nadi terkecil arteriyola dan ujung pembuluh vena terkecil venouela.

3. Jantung

Jantung manusia terletak di rongga dada dan di atas Diafragma. Jantung terdiri atas beberapa bagian yaitu Perikardium Pembungkus jantung, miokardium otot jantung dan endo kardium pembatas ruang jantung.

Gangguan pada organ peredaran darah manusia dapat terjadi karena non keturunan dan keturunan. Gangguan pada organ peredaran darah non keturunan dapat disebabkan oleh pola hidup dan makanan yang tidak sehat. Misalnya, terlalu sering mengkonsumsi makanan berlemak tinggi dan makanan berkadar kolesterol tinggi.

Berikut ini beberapa contoh gangguan pada organ peredaran darah manusia non keturunan

1. Anemia. Gangguan ini disebabkan rendahnya kadar Hb (hemoglobin) dalam darah. Rendahnya kadar Hb dapat disebabkan makanan yang dikonsumsi kurang mengandung zat besi. Ciri-ciri penderitanya adalah mudah lelah dan sering merasa pusing.

2. Tekanan darah rendah (hipotensi).

Gangguan ini disebabkan terjadinya penurunan tekanan darah.

3. Tekanan darah tinggi (hipertensi). Gangguan ini disebabkan naiknya tekanan darah yang diantaranya diakibatkan oleh penyempitan pembuluh darah.

4. Kanker darah (Leukimia) Gangguan ini disebabkan sel sel darah putih yang memperbanyak diri tanpa terkendali yang mengakibatkan sel darah putih ini memakan sel darah merah

5. Jantung koroner. Suatu gangguan jantung disebabkan oleh penumpukan lemak darah kolesterol pada arteri coronaria.

Berikut ini beberapa faktor gangguan peredaran darah karena faktor keturunan diantaranya sebagai berikut :

1. Hemofilia. Gangguan ini disebabkan adanya kelainan yang menyebabkan darah sulit membeku jika terjadi luka.

2. Thalassemia. Pada gangguan ini, bentuk sel darah merahnya tidak beraturan. Hal ini menyebabkan daya ikat sel darah merah terhadap oksigen dan karbon-dioksida menjadi berkurang.

Usaha-usaha pencegahan terhadap gangguan alat peredaran darah :

1. Makan makanan yang bergizi
2. Olahraga yang teratur
3. Tidur dan istirahat yang cukup

3. SBdP (Seni Budaya dan Prakarya)

- Properti tari adalah semua kelengkapan dan peralatan yang digunakan untuk melakukan gerak tari dalam penampilan atau peragaan karya tari.
- Properti dapat terbuat dari kain,kayu, besi, plastik,atau kulit. Properti ada juga yang merupakan bagian dari busana dan asesoris,seperti selendang, panah, dan keris.
- Contoh tari daerah Minang ada yang asesorisnya piring dan lilin, dll.
- Tarian daerah dari daerah Jawa Banyak menggunakan topeng sebagai asesorisnya, dll.

LAMPIRAN PENILAIAN (ASESMEN)

Penilaian terhadap proses dan hasil pembelajaran dilakukan oleh guru untuk mengukur tingkat pencapaian kompetensi siswa. Hasil penilaian digunakan sebagai bahan penyusunan laporan kemajuan hasil belajar dan memperbaiki proses pembelajaran. Adapun teknik yang digunakan sebagai berikut :

A. PENILAIAN SIKAP

LEMBAR OBSERVASI :

NO	KRITERIA	SKOR
1	Kerjasama	
2	Keberanian mengungkapkan pendapat	
3	Kesungguhan	
4	Presentasi	
	NILAI = Skor perolehan bagi skor ideal.	

B. PENILAIAN PENGETAHUAN.

Isilah Titik-Titik Di Bawah Ini Dengan Jawaban yang benar !

1. Salah satu ciri-ciri pantun adalah bersajak.....
2. Tuliskanlah makna pantun di bawah ini !
Udara dingin di pagi hari
Minum teh nikmat terasa
Hendaklah kita menjaga diri
Kesehatan badan sangatlah berharga.
3. Apa sajakah alat peredaran darah manusia ?
4. Tuliskan 2 cara menjaga alat peredaran darah yang bisa kamu lakukan !
5. Tulislah 4 contoh proPERT tari yang kamu ketahui !

C. PENILAIAN KETERAMPILAN

Rubrik Penilaian Bahasa Indonesia.
Menuliskan Isi dan Amanat Pantun

Kriteria	Sangat Baik (4)	Baik (3)	Cukup (2)	Perlu Pendampingan (1)
Isi dan pengetahuan : Hasil yang dibuat oleh siswa.	Menuliskan 4 ciri-ciri pantun. <ul style="list-style-type: none"> • Bersajak a-b-a-b • Setiap bait terdiri dari 4 baris. • Setiap baris pantun terdiri dari 8-12 suku kata. • Baris pertama dan ke dua berupa sampiran, baris ke 3 dan 4 berupa isi. 	Menuliskan dengan benar 3 dari 4 ciri-ciri pantun.	Menuliskan dengan benar 2 dari 4 ciri-ciri pantun.	Menuliskan dengan benar 1 dari 4 ciri-ciri pantun.
Penggunaan bahasa Indonesia dengan baik dan benar. Bahasa Indonesia yang baik dan benar digunakan dalam penulisan ringkasan.	Bahasa Indonesia yang baik dan benar digunakan dengan efisien dan menarik dalam keseluruhan penulisan.	Bahasa Indonesia yang baik dan benar digunakan dengan efisien dalam keseluruhan penulisan.	Bahasa Indonesia yang baik dan benar digunakan dengan sangat efisien dalam sebagian besar penulisan.	. Bahasa Indonesia yang baik dan benar digunakan dengan sangat efisien dalam sebagian kecil penulisan.