

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan	: SD N 08 Talamau
Kelas / Semester	: 5/1
Tema	: 4. Sehat Itu Penting
Sub Tema	: 2. Gangguan Kesehatan pada Organ Peredaran Darah
Topik	: Menerapkan Hidup Sehat Dalam Kehidupan Sehari-Hari
Pembelajaran ke	: 2
Fokus Pembelajaran	: Bahasa Indonesia, IPA, dan SBDP
Alokasi Waktu	: 1 x pertemuan (10 Menit)

### A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan membaca pantun, siswa mampu menjelaskan amanat pantun dengan tepat.
2. Dengan kegiatan berdiskusi, siswa dapat membuat pantun dan menyebutkan ciri-cirinya dengan benar.
3. Dengan kegiatan membaca, siswa dapat menjelaskan organ peredaran darah pada manusia secara rinci.
4. Dengan kegiatan diskusi, siswa dapat membuat alur cara kerja peredaran darah manusia.
5. Dengan kegiatan mengamati gambar, siswa dapat mengidentifikasi berbagai properti tari sesuai gambar.
6. Dengan kegiatan mengamati gambar, siswa dapat menyebutkan berbagai karya tari daerah yang menggunakan properti tari dengan tepat.
7. Dengan kegiatan mengamati gambar, siswa dapat memperagakan tari daerah dengan menggunakan properti dengan tepat.

## B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

### 1. Kegiatan Pendahuluan

Kegiatan	Deskripsi	Alokasi waktu
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"><li>❖ Guru memberikan salam , menanyakan kabar, mengecek kehadiran dan kebersihan serta kerapian kelas dan siswa, kemudian meminta siswa berdoa sebagai wujud syukur kepada sang pencipta.</li><li>❖ Guru meminta siswa menyanyikan lagu Indonesia Raya.</li><li>❖ Guru mengingatkan tentang protokol kesehatan dan literasi sekolah .</li><li>❖ Guru memberikan appersepsi dan motivasi agar siswa konsentrasi belajar.</li><li>❖ Guru menyampaikan tujuan pembelajaran, langkah-langkah kegiatan dan bentuk penilaian yang dilakukan.</li></ul>	3 menit
Kegiatan Inti	<ul style="list-style-type: none"><li>❖ Siswa membaca contoh pantun pada buku siswa Siswa lalu menjelaskan amanat pantun yang dibaca.</li><li>❖ Setelah mengetahui ciri-ciri pantun, siswa berdiskusi mencoba membuat pantun. Kemudian, siswa menunjukkan ciri-ciri pantun yang dibuat.</li><li>❖ Selama proses kegiatan berlangsung, guru berkeliling memandu siswa-siswa yang mengalami kesulitan.</li><li>❖ Guru mengajak siswa untuk mengingat kembali mengenai alat peredaran darah manusia.</li><li>❖ siswa membaca teks mengenai alat peredaran darah.</li><li>❖ Setelah membaca bacaan, siswa berdiskusi membuat diagram alur cara kerja peredaran darah manusia.</li><li>❖ Guru memberikan penjelasan singkat mengenai gangguan pada alat peredaran darah.</li><li>❖ Siswa membaca narasi dan pantun pada buku siswa.</li></ul>	5 menit

	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ mengamati gambar tarian pada buku siswa.</li> <li>❖ Kemudian, siswa menuliskan nama-nama properti tari yang digunakan penari pada gambar.</li> <li>❖ Siswa menuliskan jawabannya pada kotak yang pada buku siswa.</li> <li>❖ Siswa diminta untuk menyebutkan nama karya tari pada gambar dan memperagakan menggunakan properti.</li> <li>❖ siswa menuliskan pengertian properti tari.</li> <li>❖ Siswa menuliskan jawabannya pada kotak yang telah disediakan.</li> </ul>	
<b>Kegiatan Penutup</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Guru memimpin diskusi kelas dan memberikan beberapa pertanyaan lisan tentang materi secara individu ( tes lisan) dan membantu siswa mengambil kesimpulan dari pelajaran yang telah berlangsung.</li> <li>❖ Siswa diminta untuk merefleksikan sikap, pengetahuan, dan keterampilan yang terkait materi pembelajaran pada hari itu.</li> <li>❖ Guru memberikan pesan moral, dan informasi tentang kegiatan pembelajaran bersama orang tua di rumah.</li> <li>❖ guru menyampaikan kepada siswa pembelajaran pada pertemuan berikutnya.</li> </ul>	<b>2 menit</b>

### C. PENILAIAN PEMBELAJARAN

1. **Penilaian Sikap:** Menggunakan lembar observasi sikap spritual dan sikap sosial.

Butir operasional yang diobservasi meliputi Berdoa, bersyukur, tanggung jawab, kerja sama dan disiplin.

2. **Penilaian Pengetahuan :** Tes lisan, tulisan dan penugasan. Daftar soal terlampir.

3. **Penilaian Keterampilan :** Praktek melakukan percobaan, dan Gambar Bercerita. Rubrik penilaian terlampir.

Kajai, 27 Desember 2021

Mengetahui :

Pengawas Pembina

Kepala Sekolah

FAKHRIDA REVELIYANTI, SPd.,M.Si

NIP. 196904181990052001

WASTILA HENDRI, S.Pd,SD

NIP. 196908251991092001

**LEMBAR KERJA SISWA  
(LKPD) 1**

Tema : 4 Sehat Itu Penting  
Sub Tema : 2 Gangguan Kesehatan pada Organ Peredaran Darah  
Topik : Menerapkan Hidup Sehat Dalam Kehidupan Sehari-Hari

Bentuklah kelompok terdiri atas lima anak. Bersama kelompokmu, bacalah berbagai karya pantun. Berdiskusilah bersama teman sekelompokmu mengenai ciri-ciri pantun. Kemudian, tuliskan dalam kotak-kotak berikut!

**Ciri-Ciri  
Pantun**

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

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

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

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

## LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK

### (LKPD) 2

Tema : 4 Sehat Itu Penting  
Sub Tema : 2 Gangguan Kesehatan pada Organ Peredaran Darah  
Topik : Menerapkan Hidup Sehat Dalam Kehidupan Sehari-Hari

Diskusikanlah

1. Bagaimana cara kerja peredaran darah manusia !
2. Apa sajakah penyebab gangguan pada alat peredaran darah...?
3. Apa saja pencegahan terhadap gangguan pada alat peredaran darah..?

**LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK  
(LKPD) 3**

Tema : 4 Sehat Itu Penting  
Sub Tema : 2 Gangguan Kesehatan pada Organ Peredaran Darah  
Topik : Menerapkan Hidup Sehat Dalam Kehidupan Sehari-Hari



Gambar 1



Gambar 2



Gambar 3

Amatilah gambar tiga tarian di atas. Kemudian, tuliskan nama-nama property yang dipakai pada gambar tarian itu. Tuliskan jawabanmu dalam kolom berikut!

Nama properti tari pada gambar 1

.....  
.....

Nama properti tari pada gambar 2

.....  
.....

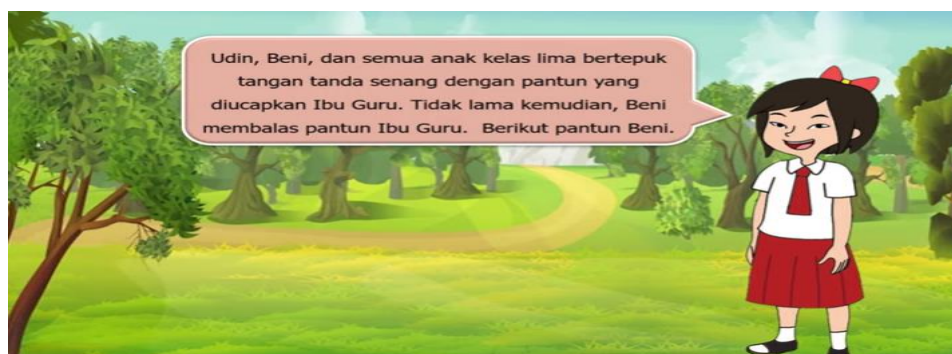
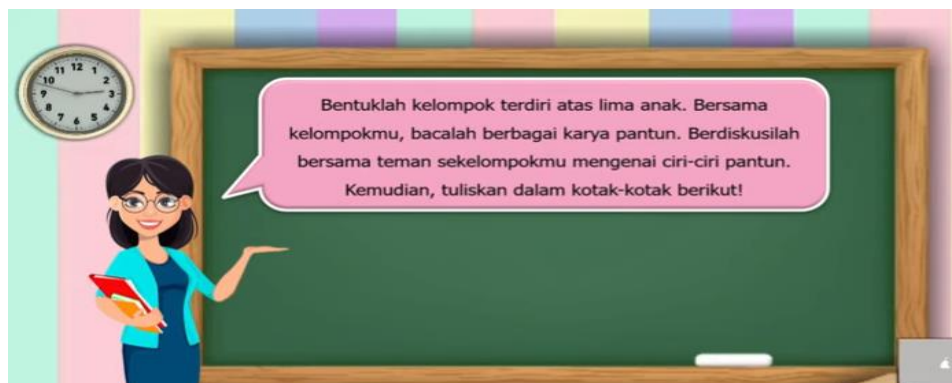
Nama properti tari pada gambar 3

.....  
.....

## BAHAN AJAR

Tema : 4 Sehat Itu Penting  
Sub Tema : 2 Gangguan Kesehatan pada Organ Peredaran Darah  
Topik : Menerapkan Hidup Sehat Dalam Kehidupan Sehari-Hari

### Muatan Pelajaran : Bahasa Indonesia







Bersajak  
a – b – a – b

Setiap bait terdiri atas empat baris

**CIRI – CIRI PANTUN**

Setiap baris pantun terdiri atas 8-12 suku kata

Baris 1 dan 2 berupa sampiran, baris 3 dan 4 berupa isi

## Organ Peredaran Darah Manusia



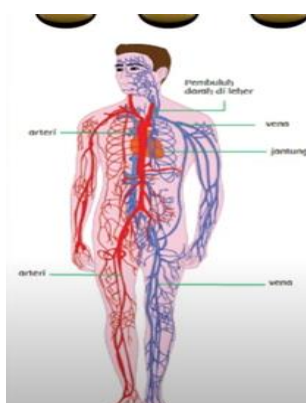
Organ peredaran darah pada manusia terdiri atas pembuluh darah dan jantung. Keduanya memiliki fungsi berbeda-beda. Namun, membahas kedua organ pembuluh darah itu saja tidaklah lengkap tanpa membahas tentang darah. Darah, pembuluh darah, dan jantung merupakan suatu komponen yang berperan penting dalam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

### 1. Darah

Fungsi darah adalah sebagai berikut :

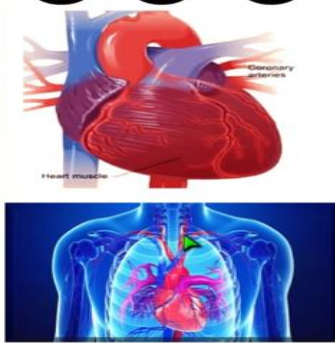
- Sebagai alat pengangkut sari makanan dan O<sub>2</sub> ke seluruh tubuh dan sisa-sisa metabolisme ke organ ekskresi.
- Menjaga agar temperatur tubuh tetap.
- Mengedarkan air yang berfungsi untuk reaksi enzimatik atau untuk menjaga tekanan osmosis tubuh.
- Mengedarkan getah bening.
- Menghindarkan tubuh dari infeksi (membentuk antibodi berupa sel darah putih dan sel darah pembeku).
- Menjaga kestabilan suhu tubuh.
- Mengatur keseimbangan asam basa (Hb).

### Pembuluh Darah

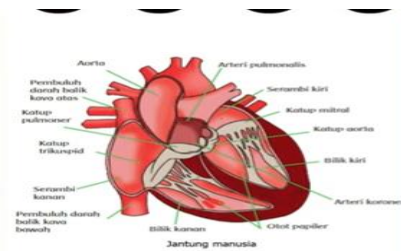


Pada peredaran darah manusia terdapat tiga pembuluh darah, yaitu pembuluh darah arteri, vena, dan kapiler. **Arteri** berfungsi untuk mengalirkan darah keluar dari jantung, **vena** untuk mengalirkan darah menuju jantung, dan **pembuluh kapiler** untuk menghubungkan ujung pembuluh nadi terkecil (arteriola) dan ujung pembuluh vena terkecil (venula). Pembuluh kapiler merupakan pembuluh darah yang sangat halus dan langsung berhubungan dengan sel-sel jaringan tubuh.

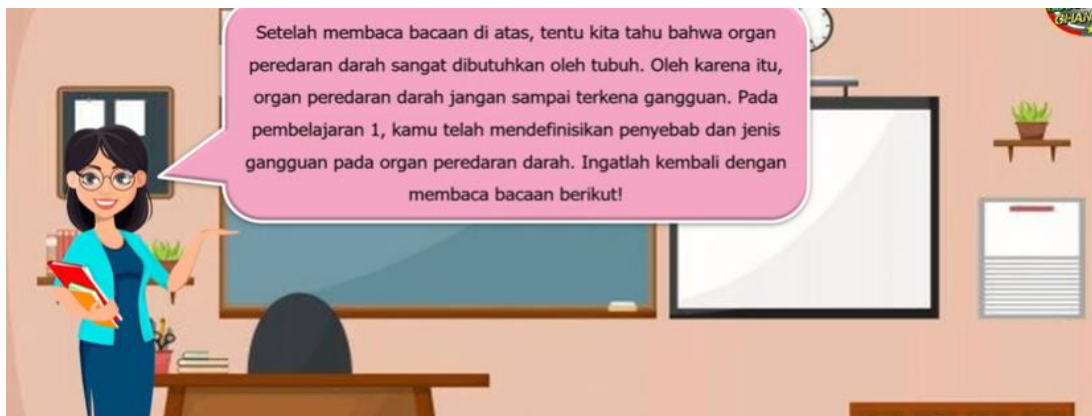
# JANTUNG



Jantung manusia terletak di rongga dada dan di atas diafragma. Jantung terdiri atas beberapa bagian, yaitu perikardium (pembungkus jantung), miokardium (otot jantung) dan endokardium (pembatas ruang jantung). Pada jantung terdapat arteri umbilikus yang menghubungkan aliran darah pada fetus yang menyerap oksigen dan sari makanan, sedangkan foramen ovale merupakan lubang jantung pada fetus.



Jantung manusia terbagi menjadi 4 ruang yaitu 2 serambi (atrium) dan 2 bilik (ventrikel). Ventrikel (bilik) memiliki dinding yang lebih tebal dibanding atrium (serambi). Bagian ventrikel sebelah kiri juga lebih tebal dari yang sebelah kanan. Hal ini berkaitan dengan fungsinya untuk memompa darah bersih ke seluruh tubuh. Antara serambi kiri dan bilik kiri terdapat valvula bikuspidalis dan antara serambi kanan dan bilik kanan terdapat valvula trikuspidalis. Valvula semilunaris bentuknya seperti bulan sabit, terdapat pada klep jantung agar darah tetap mengalir searah.

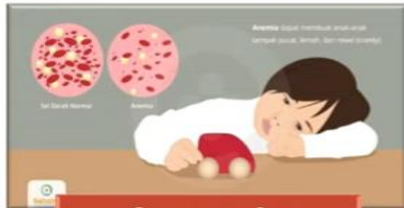


Setelah membaca bacaan di atas, tentu kita tahu bahwa organ peredaran darah sangat dibutuhkan oleh tubuh. Oleh karena itu, organ peredaran darah jangan sampai terkena gangguan. Pada pembelajaran 1, kamu telah mendefinisikan penyebab dan jenis gangguan pada organ peredaran darah. Ingatlah kembali dengan membaca bacaan berikut!

Gangguan pada organ peredaran darah manusia dapat terjadi karena nonketurunan dan keturunan. Gangguan pada organ peredaran darah nonketurunan dapat disebabkan oleh pola hidup dan makanan yang tidak sehat. Misalnya, terlalu sering mengonsumsi makanan berlemak tinggi dan makanan berkadar kolesterol tinggi. Berikut ini beberapa contoh gangguan pada organ peredaran darah manusia nonketurunan.



# ANEMIA



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.

# TEKANAN DARAH TINGGI (HIPERTENSI)



Hipertensi

Gangguan ini disebabkan naiknya tekanan darah yang diantaranya diakibatkan oleh penyempitan pembuluh darah.

# KANKER DARAH (LEUKEMIA)



Leukimia

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

# JANTUNG KORONER



Jantung Koroner

Suatu gangguan jantung disebabkan oleh penumpukan lemak darah (kolesterol) pada arteri koronaria.

# HEMOPHILIA



Hemofilia

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

# THALASSEMIA



Thalassemia

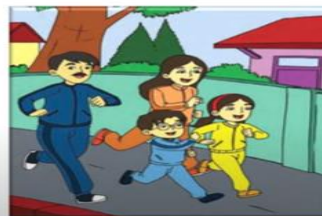
Pada gangguan ini, bentuk sel darah merahnya tidak beraturan. Hal ini menyebabkan daya ikat sel darah merah terhadap oksigen dan karbon dioksida menjadi berkurang.



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



Makan makanan yang bergizi.



Olahraga yang teratur.



Tidur dan istirahat yang cukup.

## Muatan Pelajaran : SBDP

