

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah	: SMPN 1 Cibeber
Mata Pelajaran	: Ilmu Pengetahuan Alam
Kelas/Semester	: VIII/ Satu
Materi Pokok	: Sistem Pencernaan pada manusia
Sub Topik	: Nutrisi
Alokasi Waktu	: 1 Pertemuan (3 x 40 menit)

A. Kompetensi Inti (KI)

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan social dan dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya
3. Memahami dan menerapkan pengetahuan (faktual, konseptual, procedural), berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata
4. Mengolah, menyaji, dan menalar dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

No.	Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
	3.5 Menganalisis sistem pencernaan pada manusia dan memahami gangguan yang berhubungan dengan sistem pencernaan, serta upaya menjaga kesehatan sistem pencernaan	3.5.1 Mengidentifikasi jenis-jenis bahan makanan serta kandungan bahan makanan dalam kehidupan sehari-hari 3.5.2 Menjelaskan fungsi dari bahan makanan 4.5.1 Menyajikan hasil penelitian kandungan nutrisi pada makanan
	4.5 Menyajikan hasil penyelidikan tentang pencernaan mekanis dan kimiawi	

**C. Tujuan Pembelajaran
Pertemuan Pertama**




1. Melalui kegiatan pengamatan terhadap gambar 1 paket makanan , peserta didik dapat mengidentifikasi 3 jenis bahan makanan serta kandungan bahan makanan dalam kehidupan sehari-hari
2. Setelah mengamati gambar piramida gizi seimbang dan kartu nutrisi peserta didik dapat menjelaskan fungsi dari 3 bahan makanan
3. Melalui kegiatan percobaan uji nutrisi dan diskusi kelompok, peserta didik dapat menyelidiki 3 kandungan nutrisi pada makanan seperti, karbohidrat, lemak dan protein.

Fokus pengembangan karakter: peduli dan tanggung jawab

C. Materi Pembelajaran

1. Materi Pembelajaran Reguler

- a. Nutrisi
- b. Kebutuhan energi

Materi Faktual	Materi Konseptual	Materi Prosedural	Materi Metakognitif
<p>1. Karbohidrat (talas, ubi, beras, gandum, kentang, singkong)</p>  <p>2. Protein Protein Hewani (ikan, udang, daging sapi, daging ayam, telur, susu)</p>  <p>Protein Nabati (Tahu, tempe, kacang kedelai, susu kedelai)</p> 	<p>1. Fungsi bahan makanan Karbohidrat berfungsi sebagai sumber energi Lemak berfungsi sebagai cadangan energi Protein berfungsi sebagai zat pembangun tubuh Vitamin dan mineral berfungsi sebagai pengatur tubuh</p> <p>2. Faktor-faktor yang mempengaruhi kebutuhan energi seseorang diantaranya adalah usia, jenis kelamin, serta aktivitas yang dilakukan</p>	<p>1. Uji bahan Makanan karbohidrat dengan menggunakan betadine sebagai indicator dan uji lemak dengan menggunakan kertas HVS</p>	<p>Menjaga pola makan setiap hari dengan memperhatikan menu makan yang memenuhi gizi seimbang</p>

<p>3. Lemak Lemak Jenuh (daging, susu sapi, sosis,) Lemak tak jenuh (alpukat, kacang almond, ikan)</p>  <p>4. Vitamin Sayuran dan buah buahan</p>  <p>5. Mineral (air minum)</p>  <p>6. Gambar piramida gizi seimbang</p> 			
---	--	--	--

2. Pembelajaran Remedial

- a. Nutrisi
- b. Kebutuhan energi

3. Pembelajaran Pengayaan

Suplementasi / Nutrifikasi pangan

D. Strategi Pembelajaran

- 1. Model : *Discovery Learning*
- 2. Metode : Eksperimen, Diskusi, Tanya Jawab
- 3. Pendekatan : Saintific,

E. Media dan Bahan

1. Media: Video, Proyektor, Laptop, LKPD, App WAG, Googleform, GCR, Quiziz, Kartu nutrisi, PPt
2. Bahan :
 - a. terigu, roti, kentang
 - b. Buah jeruk, papaya
 - c. Biscuit, tahu
 - d. Betadine
 - e. Kertas HVS
 - f. Air
 - g. gelas
3. **Sumber Belajar**
 - a. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 2017. *Ilmu Pengetahuan Alam SMP/MTs Kelas VIII*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
 - b. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 2017. *Buku Gurulmu Pengetahuan Alam SMP/MTs Kelas VIII*. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
 - c. Suryanizar, "*Nutrisi Makanan (Sistem Pencernaan Manusia)*", 31 Oktober 2020, <https://youtu.be/glbvMr2uABw>
 - d. CNN Indonesia, "Puluhan Siswa Pingsan Saat Upacara Hari Pendidikan Nasional" 2 mei 2018, <https://youtu.be/se7ZVVVo7oUw>

F. Langkah-langkah Pembelajaran

Pendahuluan	waktu
<ol style="list-style-type: none">1. Peserta didik bersama guru berdoa untuk memulai pelajaran secara daring di google meet2. Peserta didik mengisi absensi melalui Google form yang disediakan guru di chatroom Gmeet3. Peserta didik diingatkan kembali mengenai kesepakatan kelas/aturan yang sudah dibuat bersama guru <p>Apersepsi</p> <ol style="list-style-type: none">4. Peserta didik diingatkan kembali materi yang sudah dipelajari sebelumnya <p>Motivasi</p> <ol style="list-style-type: none">5. Peserta didik melihat tayangan video mengenai iklan salah satu paket makanan yang diikuti dengan kegiatan tanya jawab mengenai apa yang ada di dalam video	10 menit



Sumber : <https://www.youtube.com/watch?v=YN2URsx8gIs>

6. Peserta didik memahami tujuan pembelajaran yang disampaikan guru hari ini
- Mengidentifikasi 3 jenis bahan makanan serta kandungan bahan makanan dalam kehidupan sehari-hari
 - Menjelaskan fungsi dari 3 bahan makanan
 - Menyelidiki kandungan nutrisi pada makanan seperti, karbohidrat, lemak dan protein.

Sintak	Inti	
<p>Identifikasi Masalah <i>Problem statement</i></p>	<p>Stimulasi</p> <p>Peserta didik menyimak video iklan makanan cepat saji kemudian diminta untuk memberikan pertanyaan mengenai gambar yang sudah diamati</p>  <p>Sumber : https://www.youtube.com/watch?v=YN2URsx8gIs</p> <p>Rumusan masalah:</p> <ol style="list-style-type: none"> “Apa saja kandungan bahan makanan yang ada pada gambar?” “ bagaimana cara kita mengetahui kandungan zat pada setiap makanan itu?” <ol style="list-style-type: none"> Peserta didik melakukan diskusi kelas mengenai pertanyaan yang diajukan Peserta didik mendapatkan penjelasan mengenai pengisian LKPD Peserta didik menerima kartu nutrisi dan gambar piramida gizi seimbang yang dibagikan oleh guru 	<p>10 menit</p>

	melalui WAG untuk digunakan melihat kandungan dan fungsi nutrisi yang ada dari bahan makanan yang diamati	
Pengumpulan data <i>Data Collection</i> <i>Critical thinking</i>	10. Peserta didik bersama kelompoknya menganalisis, mengelompokkan dan menyimpulkan kandungan bahan makanan dan zat yang terkandung dalam bahan makanan yang ada pada gambar dan dituliskan di LKPD yang sudah disediakan dengan bantuan kartu nutrisi dan piramida gizi seimbang, kemudian hasil pengamatan dikirimkan ke Google form yang tersedia di google classroom	40 menit
Pengolahan Data <i>Data Processing</i> <i>Collaborating dan critical thinking</i>	11. Peserta didik menyimak penjelasan guru bagaimana caranya menguji bahan makanan (uji lemak dan karbohidrat) dengan control (siswa mengirimkan 3 foto /data sblm diuji, saat menguji dan setelah diuji dan dokumentasi, data hasil uji bahan makanan dalam bentuk jurnal dikirimkan melalui WAG 12. Peserta didik melakukan penyelidikan uji nutrisi pada bahan makanan yang telah disediakan Bersama kelompoknya dan data hasil penyelidikan dituliskan di LKPD yang sudah disediakan 13. Uji protein mengirimkan video kegiatan demonstrasi .	
Pembuktian <i>Verification/ Communication</i>	1. Peserta didik mempresentasikan hasil pengamatannya di depan kelas secara bergantian dengan menampilkan tayangan hasil pengamatan melalui proyektor 2. Peserta didik melakukan tanya jawab dari hasil presentasi 3. Guru mereview hasil presentasi yang dilakukan peserta didik	45 menit
Menarik Kesimpulan <i>Generalization</i>	Peserta didik menarik kesimpulan dari kegiatan yang sudah dilakukan mengenai identifikasi kandungan makanan terhadap bahan makanan yang diamati dan uji bahan makanan karbohidrat, lemak dan protein	5 menit
Penutup		
Menyimpulkan Peserta didik menyimpulkan pembelajaran yang telah dilakukan hari ini		10 menit

<p>Evaluasi Peserta didik mengerjakan soal yang ada pada App Quiziz</p> <p>Refleksi dan Rencana tindak lanjut</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik disarankan untuk mengkonsumsi makanan yang mengandung 4 sehat 5 sempurna 2. Memberi tugas kepada peserta didik untuk membuat 1 porsi menu makan gizi seimbang hasilnya difotokan dikirim ke Google form yang sudah disediakan <p>Guru mengakhiri kegiatan pembelajaran dengan ucapan syukur , berdo'a dan ucapan salam</p>	
--	--

G. Penilaian

1. Teknik Penilaian

a. Sikap spiritual dan sikap sosial

No.	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Butir Instrumen	Waktu Pelaksanaan	Keterangan
1.	Observasi	Jurnal	Lihat Lampiran 1.1	Saat pembelajaran berlangsung	Penilaian untuk dan pencapaian pembelajaran (<i>assessment for and of learning</i>)
2.	Penilaian diri		Lihat Lampiran 1.2	Saat pembelajaran usai	Penilaian sebagai pencapaian pembelajaran (<i>assessment as learning</i>)

b. Pengetahuan

No.	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Butir Instrumen	Waktu Pelaksanaan	Keterangan
1.	Tertulis	Pertanyaan tertulis berbentuk pilihan ganda dan esai	Lihat Lampiran 2	Setelah pembelajaran usai	Penilaian pencapaian pembelajaran

c. Keterampilan

No.	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Butir Instrumen	Waktu Pelaksanaan	Keterangan
1.	Praktik	Tugas (keterampilan)	Lihat Lampiran 3.1 dan 3.2	Saat pembelajaran berlangsung dan/atau setelah usai	Penilaian untuk, sebagai, dan/atau pencapaian pembelajaran

2. Pembelajaran Remedial

Bagi peserta didik yang belum mencapai ketuntasan belajar, peserta didik akan mendapat pembelajaran remedial dalam bentuk belajar kelompok.mengenai nutrisi dan jenis nutrisi

3. Pembelajaran Pengayaan

Nutrifikasi /Suplementasi pangan

Sumber <https://www.sebuahutas.com/2021/04/mengenal-perbedaan-fortifikasi-dan.html>

Mengetahui
Kepala SMPN 1 Cibeber

Cibeber, juli 2021

Guru Mata Pelajaran

ETY MULYATI,S.Pd,M.M
NIP. 195908241981031008

SRI ROSDIANI,S.Pd
NIP.198310172014092001