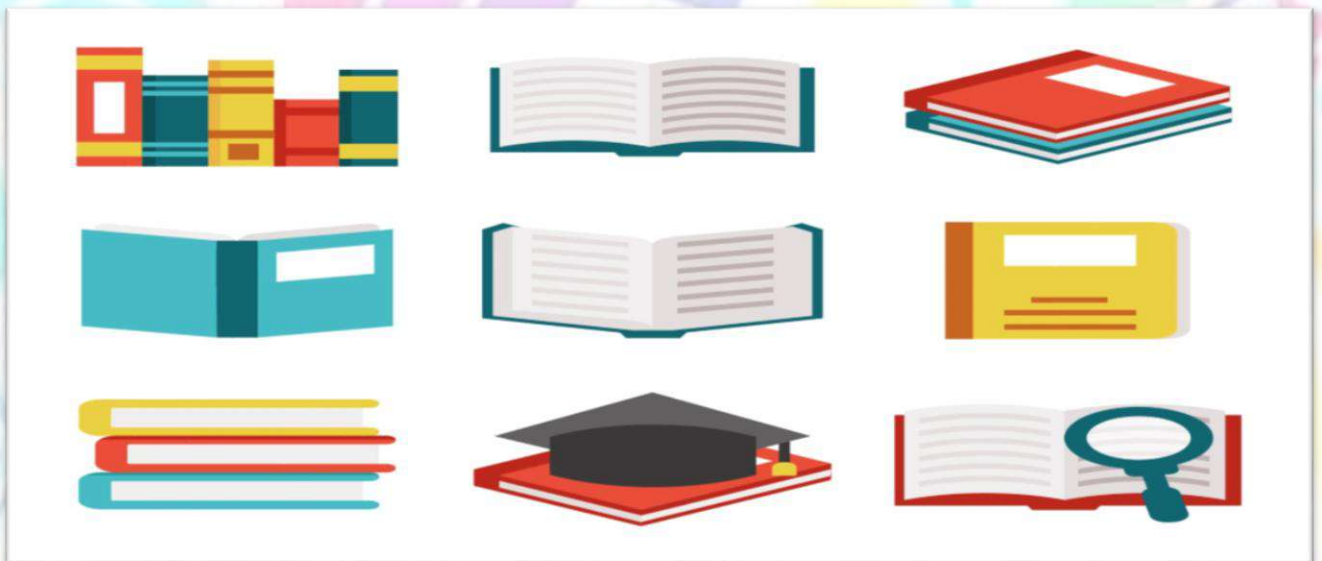


Bahan Ajar Daring

Kelas V



Tema 4 Sehat Itu Penting

Subtema 3
Cara memelihara kesehatan Organ Peredaran darah manusia

Oleh:

Irene Irma Wijaya, S.PD

Kompetensi Dasar, Indikator Pencapaian Kompetensi dan Tujuan Pembelajaran.

Kompetensi Dasar	IPK	Tujuan Pembelajaran
<u>Ilmu Pengetahuan Alam</u> 3.4 Memahami organ peredaran darah dan fungsinya pada hewan dan manusia serta cara memelihara kesehatan organ peredaran darah 4.4 Menyajikan karya tentang organ peredaran darah pada manusia	3.4.1 Menjelaskan berbagai macam penyakit yang mempengaruhi organ peredaran darah pada manusia 4.4.1 Membuat bagan tentang jenis penyakit pada organ peredaran darah manusia	Setelah mengamati Video siswa mampu menganalisis berbagai penyakit yang mempengaruhi organ peredaran darah manusia. Setelah mengamati Video siswa mampu membuat bagan tentang berbagai penyakit yang mempengaruhi organ peredaran darah manusia.
<u>Bahasa Indonesia</u> 3.6 Menggali isi dan amanat pantun yang disajikan secara lisan dan tulis dengan tujuan untuk kesenangan. 4.6 Melisankan pantun hasil karya pribadi dengan lafal, intonasi, dan ekspresi yang tepat sebagai bentuk ungkapan diri	3.6.1 Menjelaskan isi pantun secara lisan, tertulis, dan runtut. 4.6 Menulis Pantun	Setelah mengamati Video penjelasan pantun yang disajikan guru siswa mampu menjelaskan dengan isi pantun dengan bahasa sendiri Setelah mengamati beberapa contoh pantun siswa mampu membuat pantun sendiri

Bahan Ajar

Pernah mendengar Istilah Serangan Jantung?

Serangan Jantung itu adalah penyakit yang terjadi pada Organ Peredaran darah manusia. Kita akan membahasnya dalam modul ini apa itu Organ Peredaran darah manusia dan Penyakit yang mengganggu Organ Peredaran darah Manusia.

URAIAN MATERI

Organ Peredaran darah manusia adalah organ-organ yang berfungsi mengedarkan Darah yang ada dalam tubuh manusia.

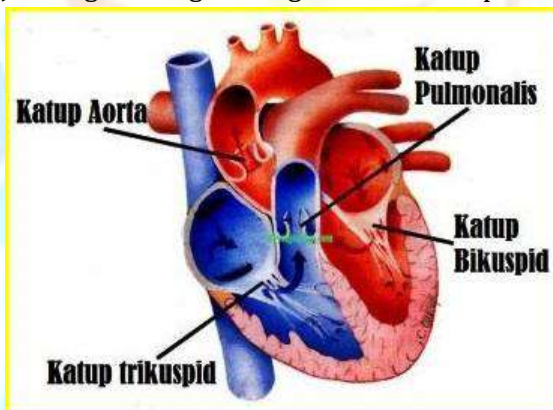
70 % Bagian Tubuh manusia tersusun atas Cairan yaitu darah Dalam Tubuh darah Bertugas Mengedarkan Oksigen dan sari-sari Makanan keseluruh bagian Tubuh.

Darah dapat mengalir keseluruh tubuh karena di dalam tubuh terdapat alat yang dapat megedarkan Darah keshuruh Tubuh yaitu alat atau Organ Peredaran darah.

Organ Peredaran darah manusia meliputi :

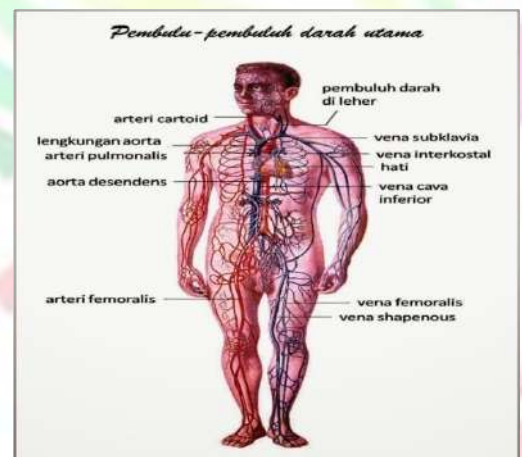
1. Jantung

Jantung berfungsi sebagai Alat Pemompa Darah keseluruh tubuh.



2. Pembuluh darah

Pembuluh darah berfungsi sebagai Saluran tempat darah mengalir keseluruh tubuh



Penjelasan tentang Sistem Peredaran Darah pada Manusia

dapat di lihat pada :

[https://youtu.be/ vMlvibgEcq](https://youtu.be/vMlvibgEcq)

Penyakit Jantung adalah salah satu penyakit yang menyerang Organ peredaran darah manusia.

Serangan jantung terjadi karena Serangan jantung terjadi akibat terhambatnya aliran darah ke otot jantung.

Penyebab utamanya yaitu tersumbatnya pembuluh darah yang memasok darah ke jantung (pembuluh darah koroner), akibat timbunan kolesterol yang membentuk plak di dinding pembuluh darah.

Serangan jantung bisa dicegah dengan melakukan gaya hidup sehat, banyak makan makanan yang mengandung Serat dan olahraga teratur.

Yukkkk.....kita Kenali Apa Saja sih Penyakit yang ada pada Organ Peredaran darah manusia.....?!

Penyakit Yang mempengaruhi Organ peredaran darah manusia



Penyakit yang menyerang Organ peredaran darah manusia sangatlah beragam. Kelainan atau penyakit pada sistem peredaran seseorang disebabkan oleh beberapa faktor yaitu faktor keturunan dan faktor bukan keturunan

1. Jantung Koroner

Penyakit jantung Koroner sangat beresiko pada Orang yang telah berusia diatas 40 Tahun ke atas.

PENYAKIT JANTUNG KORONER

(PJK)



Merupakan penyakit dimana jantung tidak dapat berfungsi karena otot jantung rusak akibat kekurangan pasokan oksigen

FAKTOR YANG MENYEBABKAN SESEORANG TERKENA PENYAKIT JANTUNG



1. Faktor Usia

Semakin seseorang bertambah tua risiko terkena serangan jantung dan jantung koroner semakin meningkat.



5. Alkohol

Mengonsumsi alkohol dapat meningkatkan risiko penyakit jantung.



9. Hipertensi

Tekanan darah tinggi adalah salah satu risiko paling besar yang menyebabkan sakit jantung dan stroke.

2. Jenis Kelamin
Sebuah penemuan terbaru mengungkapkan bahwa wanita memiliki faktor risiko yang eksklusif.



6. Diet Tidak Sehat

Batasi konsumsi makanan dengan kandungan lemak jenuh setidaknya kurang dari 7 gram per hari.



10. Diabetes

Penderita diabetes memiliki risiko terkena penyakit jantung yang lebih tinggi.



3. Merokok

Kebiasaan merokok dapat menyebabkan meningkatnya risiko seseorang terserang penyakit jantung.



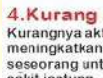
7. Obesitas

Jika Anda kelebihan berat badan, kemungkinan untuk terkena penyakit jantung akan meningkat.



11. Kolesterol

Memiliki jumlah kolesterol jahat yang tinggi dapat meningkatkan risiko penyakit jantung.



4. Kurang Aktivitas

Kurangnya aktivitas meningkatkan risiko pada seseorang untuk menderita sakit jantung.



8. Keturunan

Riwayat keluarga juga merupakan salah satu faktor yang tidak dapat Anda kendalikan.



12. Stress

Stress sudah lama menjadi salah satu faktor seseorang terkena penyakit jantung.

Tanda tanda sakit jantung koroner



2. Anemia (Kurang darah)

Pengertian

- Anemia adalah kondisi dimana berkurangnya sel darah merah (eritrosit)dalam sirkulasi darah atau massa hemoglobin sehingga tidak mampu memenuhi fungsinya sebagai pembawa oksigen kesuluruhan jaringan.
- Menurut WHO (1992) anemia adalah suatu keadaan dimana kadar hemoglobin lebih rendah dari batas normal untuk kelompok orang yang bersangkutan.
- Anemia secara laboratorik yaitu keadaan apabila terjadi penurunan dibawah normal kadar hemoglobin hitung eritrosit dan hemotokrit
(I Made Bakta, 2003)

Gejala Umum Anemia



Ayo Menulis !



Selain jantung koroner, dan Anemia masih banyak contoh penyakit yang dapat mengganggu organ peredaran darah. Sekarang, tugas kamu untuk mencari contoh penyakit yang bisa mengganggu organ peredaran darah manusia beserta cara pencegahannya. Tuliskan hasilnya dalam bentuk table!

Bahan Ajar

Bahasa Indonesia

"Mencegah lebih baik daripada mengobati". Itulah slogan kesehatan yang sering kita dengar. Apa makna slogan tersebut? Tentu saja slogan yang berisi nasihat.

Selain melalui Pantun Nasihat Juga bisa melalui Pantun, yukkk kita dengarkan.....

Indahnya persahabatan

Saling menjaga dan menghormati

Jagalah kesehatan badan

Jangan sampai mengobati



Materi Ajar

Apa itu



?

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

Ciri-ciri pantun :

1. Tiap baris terdiri atas 4 bait (larik)
2. Tiap baris terdiri atas 8 sampai 12 suku kata
3. Bersajak silang a-b-a-b atau a-a-a-a
4. Baris pertama dan kedua adalah sampiran sedangkan baris ketiga dan keempat adalah isi



Tonton Video tentang pantun pada alamat:

<https://youtu.be/CnqITShZQGU>

Ayo mengamati

Setelah menonton video tentang pantun, coba pilih salah satu pantun dari video tersebut dan analisis artinya!

Aktivitas bersama

Perhatikan contoh pantun berikut!

Memang indah bunga selasih
Selasih bunga tanpa getah
Lingkungan asri juga bersih
Belajarnya nyaman hatinya betah

Berdasarkan pantun di atas dapat dijelaskan sebagai berikut.

1. Pantun memiliki satu bait yang terdiri atas 4 baris.
2. Suku kata pada setiap baris secara urutan berjumlah 9, 9, 10, dan 11.
3. Setiap baris terdiri atas 4 kata.
4. Baris yang menunjukkan sampiran yaitu: Memang indah bunga selasih (baris pertama) Selasih bunga tanpa getah (baris kedua)
5. Baris yang menunjukkan isi yaitu: Lingkungan asri juga bersih (baris ketiga) Belajarnya nyaman hatinya betah (baris keempat)
6. Pantun bersajak a-b-a-b.
7. Pantun di atas termasuk jenis pantun nasihat.

Ayo Berlatih

Buatlah 2 Buah Pantun menggunakan kata-katamu sendiri dengan tema bebas!

LATIHAN :

Ilmu Pengetahuan Alam

Jawablah pertanyaan berikut dengan tepat!

1. Apa Fungsi darah bagi manusia?
2. Sebutkan 2 organ peredaran darah manusia!
3. Analisis Faktor yang menyebabkan penyakit Jantung Koroner!
4. Apa yang kamu ketahui tentang Leukemia?
5. Dari hasil Analisis yang sudah kamu lakukan, apa saja penyakit yang mengganggu organ peredaran darah pada manusia?

Bahasa Indonesia

Jawablah Pertanyaan berikut dengan tepat !

1. Jelaskan pengertian pantun!
2. Jelaskan Bagian- bagian Pantun!
3. Sebutkan dan jelaskan jenis-jenis pantun!

Untuk soal no 4-5

Pakai baju warna biru,
Pergi ke sekolah pukul satu;
Murid sentiasa hormatkan guru,
Kerana guru pembekal ilmu.

- 
4. Coba analisis pantun diatas, Berapa jumlah suku kata pada pantun diatas?
 5. Apa Arti atau makna pantun diatas

Penutup

Daftar Pustaka

Ari Subekti, 2017. Tema 4 : Sehat itu penting/Buku guru. Jakarta: kemendikbud

Ari Subekti, 2017. Tema 4 : Sehat itu penting/Buku siswa. Jakarta: kemendikbud

Blog Internet

Youtube