

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : UPTD SDN 106 Inpres Manarang

Kelas / Semester : V / Ganjil

Topik : Sehat Itu Penting

Subtopik : Menerapkan hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari

Alokasi waktu : 1 hari

Muatan Pelajaran : Bahasa Indonesia dan IPA

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

- 1. Melalui pengamatan gambar dan membaca materi, peserta didik dapat menjelaskan organ peredaran darah pada manusia dan fungsinya secara rinci.
- 2. Melalui peragaan, peserta didik dapat membedakan peredaran besar dengan peredaran darah kecil
- 3. Melalui diskusi, peserta didik mampu mengidentifikasi ciri-ciri pantun dengan tepat.
- 4. Melalui diskusi dan kerja kelompok, peserta didik mampu menyusun pantun dengan tema tertentu

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Awal	<ul style="list-style-type: none">1. Peserta didik berdoa bersama dipimpin oleh salah seorang peserta didik2. Menyampaikan apesepsi dengan mengaitkan materi pembelajaran sebelumnya dengan materi yang akan dipelajari dan pengalaman peserta didik3. Menyampaikan tujuan dan langkah-langkah pembelajaran4. Memotivasi peserta didik dengan memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang dalam kehidupan sehari-hari.	10 menit
Inti	<p>Langkah-Langkah Pembelajaran:</p> <ul style="list-style-type: none">1. Pada awal pembelajaran, salah seorang peserta didik membacakan pantun pada buku siswa dengan suara nyaring.2. Guru menstimulus daya analisis siswa dengan mengajukan pertanyaan: Apa isi pantun yang dibacakan temanmu?3. Siswa mengembangkan jawaban mengenai isi pantun yang dibacakan temannya dalam kaitannya dengan pentingnya menjaga kesehatan tubuh.4. Peserta didik membaca handout yang disediakan oleh guru5. Setiap perwakilan kelompok memilih salah satu amplop yang berisi potongan kertas tentang organ peredaran darah dan fungsinya6. Peserta didik secara berkelompok memasang organ peredaran	85 menit

	<p>darah dengan fungsinya.</p> <p>7. Peserta didik saling berkunjung antarkelompok untuk mengamati hasil kerja kelompok lain.</p> <p>8. Guru memberi penguatan terkait organ peredaran darah dan fungsinya berdasarkan hasil karya peserta didik.</p> <p>9. Secara bergilir peserta didik melakukan peragaan tentang peredaran darah besar dan peredaran darah kecil. (alat: pola gambar tubuh manusia di lantai dan karton bertuliskan OKSIGEN/KARBONDIOKSIDA)</p> <p>10. Peserta didik yang lain mengamati dan memberikan komentar terhadap peragaan yang dilakukan temannya.</p> <p>11. Peserta didik mengamati pantun yang terdapat pada buku siswa</p> <p>12. Tanya jawab guru dengan peserta didik tentang ciri-ciri pantun</p> <p>13. Perwakilan kelompok memilih amplop berisi pantun secara acak</p> <p>14. Secara berkelompok peserta didik menyusun pantun acak tersebut menjadi pantun berdasarkan ciri-ciri pantun</p> <p>15. Sebagian anggota kelompok berkunjung ke kelompok lain dengan kode amplop yang sama untuk mengamati pantun yang telah disusun</p>	
Penutup	<p>1. Guru meminta peserta didik melakukan refleksi terhadap pembelajaran yang telah diikuti</p> <p>2. Guru Bersama peserta didik menyimpulkan materi pembelajaran</p> <p>3. Guru memberikan penguatan dan pesan-pesan moral</p>	10 menit

C. Penilaian Pembelajaran

- 1. Penilaian sikap: Observasi selama kegiatan pembelajaran
- 2. Penilaian pengetahuan (terlampir)
- 3. Penilaian keterampilan (terlampir)

D. Sumber dan Media Pembelajaran

Sumber:

- 1. Sehat Itu Penting Buku Siswa Tema 4 Kelas V Jakarta: Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan
- 2. Sehat Itu Penting Buku Guru Tema 4 Kelas V. Jakarta: Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan
- 3. Hand out materi tambahan

Media pembelajaran:

- 1. Gambar organ peredaran darah manusia
- 2. Karton bertuliskan OKSIGEN dan KARBONDIOKSIDA
- 3. Potongan-potongan pantun (dalam amplop)

Mengetahui
Kepala Sekolah,



Abdul Azis, S.Pd., M.Pd.
NIP 19720325 199307 1 001

Maros, 17 Desember 2021
Guru Kelas,



Abdul Azis, S.Pd., M.Pd.
NIP 19720325 199307 1 001

Lampiran 1 Penilaian

A. Penilaian Pengetahuan

Jawablah pertanyaan berikut ini!

- 1. Jelaskan 3 organ peredaran darah manusia dan fungsinya masing-masing!
- 2. Jelaskan perbedaan peredaran darah besar dengan peredaran darah kecil!
- 3. Tulislah 4 ciri-ciri pantun!

Kunci jawaban

- 1. Organ peredaran darah dan fungsinya
 - a. Jantung fungsinya memompa darah ke seluruh tubuh (skor 1)
 - b. Pembuluh darah nadi fungsinya mengalirkan darah dari jantung ke seluruh tubuh (skor 1)
 - c. Pembuluh darah balik fungsinya mengalirkan darah ke jantung (skor 1)
 - d. Darah berfungsi mengangkut hormon, nutrisi, oksigen, antibodi, dan hal-hal penting lainnya yang diperlukan untuk menjaga kesehatan tubuh (skor 1)
- 2. Perbedaan peredaran besar dengan peredaran darah kecil:

No.	Peredaran Darah Besar	Peredaran Darah Kecil
1.	Peredaran darah dari jantung ke seluruh tubuh kembali ke jantung	Peredaran darah dari jantung ke paru-paru kembali ke jantung
2.	Pembuluh darah nadi kaya oksigen	Pembuluh darah nadi kaya karbondioksida
3.	Pembuluh darah balik kaya karbondioksida	Pembuluh darah balik kaya oksigen

Skor 1 jika memenuhi 1 dari 3 unsur
Skor 2 jika memenuhi 2 dari 3 unsur
Skor 3 jika memenuhi 3 dari 3 unsur

- 3. Ciri-ciri yaitu : (skor 1-4)
 - a. Satu bait pantun terdiri atas empat baris
 - b. Bersajak a – b – a – b
 - c. Setiap baris terdiri atas 8 sampai 12 suku kata
 - d. Terdiri atas 2 bagian yaitu sampiran dan isi.

B. Penilaian Keterampilan

- 1. Lakukan peragaan tentang peredaran darah besar!
- 2. Lakukan peragaan tentang peredaran darah kecil!
- 3. Susunlah pantun acak di bawah dengan tepat!

Tubuhku sehat kuucap syukur
Rambutku lebat rambutku subur
Darah mengalir tanpa hambatan
Tidak dapat dipasang jepitan

C. Rubrik berkreasi

Aspek	Baik sekali	Baik	Cukup	Perlu bimbingan
	4	3	2	1
Peragaan peredaran darah besar	Peragaan tepat dan semua penjelasan sesuai	Peragaan tepat dan hanya sebagian penjelasan sesuai	Peragaan kurang tepat dan penjelasan kurang sesuai	Peragaan kurang tepat dan penjelasan tidak sesuai
Peragaan peredaran darah kecil	Peragaan tepat dan semua penjelasan sesuai	Peragaan tepat dan hanya sebagian penjelasan sesuai	Peragaan kurang tepat dan penjelasan kurang sesuai	Peragaan kurang tepat dan penjelasan tidak sesuai
Menyusun pantun	4 baris pantun sesuai urutan	3 baris pantun sesuai urutan	2 baris pantun sesuai urutan	1 baris pantun sesuai urutan

Lampiran 2 Sumber dan media pembelajaran

Kenali Berbagai Organ dalam Sistem Peredaran Darah Manusia

Sistem peredaran darah manusia tersusun atas pembuluh darah dan beberapa organ, yaitu:

1. Jantung



Jantung merupakan salah satu organ vital dalam tubuh manusia yang berfungsi untuk memompa darah ke seluruh tubuh. Jantung terletak di bagian tengah rongga dada, tepatnya di bagian belakang sisi kiri tulang dada. Ukuran jantung orang dewasa kira-kira sedikit lebih besar dari satu kepalan tangan.

Di dalam jantung, terdapat empat ruangan yang terbagi menjadi dua bilik (ventrikel) dan dua serambi (atrium). Serambi dan bilik kiri jantung berisi darah bersih yang kaya oksigen, sedangkan bilik dan serambi kanan berisi darah kotor.

Empat ruangan di dalam jantung juga dilengkapi empat katup yang berfungsi untuk menjaga aliran darah mengalir ke arah yang tepat.

2. Pembuluh darah

Pembuluh darah adalah bagian dari sistem peredaran darah yang berfungsi untuk mengedarkan darah dari jantung ke berbagai organ dan jaringan tubuh maupun sebaliknya. Ada dua jenis pembuluh darah di dalam tubuh, yaitu:

Arteri (Pembuluh nadi)

Pembuluh darah ini bertugas membawa darah yang kaya akan oksigen dari jantung menuju seluruh jaringan dan organ tubuh, kecuali pembuluh arteri pulmonalis.

Darah bersih dipompa keluar dari jantung akan melalui pembuluh darah utama (aorta) dari bilik kiri jantung. Aorta ini kemudian bercabang menjadi pembuluh darah arteri yang lebih kecil (arteriol) yang menyebar di seluruh bagian tubuh.

Vena (Pembuluh balik)

Pembuluh darah vena berfungsi untuk membawa darah dari seluruh jaringan dan organ tubuh untuk kembali ke jantung, baik dari seluruh tubuh atau dari paru-paru.

Pembuluh vena besar (*vena cava*) membawa darah kotor yang mengandung karbon dioksida dari seluruh tubuh untuk dialirkan ke paru-paru dan ditukar dengan oksigen melalui proses pernapasan. Sementara itu, vena pulmonalis (vena paru) membawa darah bersih yang kaya oksigen dari paru-paru menuju jantung.

3. Darah

Darah adalah komponen terpenting dari sistem peredaran darah manusia. Darah berperan sebagai pembawa nutrisi, oksigen, hormon, dan antibodi ke seluruh tubuh. Tak hanya itu, darah juga mengangkut zat beracun dan sisa metabolisme seperti karbondioksida, untuk dikeluarkan dari tubuh.

Darah manusia terdiri atas beberapa bagian, yang meliputi:

- Plasma darah merupakan cairan berwarna kekuningan yang mengandung berbagai zat penting, seperti hormon dan protein.
- Sel darah merah (eritrosit) berfungsi sebagai pembawa oksigen dan karbon dioksida.
- Sel darah putih (leukosit) merupakan komponen utama dari sistem kekebalan tubuh. Sel darah ini bertugas untuk mendeteksi keberadaan benda asing yang berbahaya, seperti zat beracun dan kuman, lalu melawannya agar tubuh terlindungi dari berbagai penyakit.
- Keping darah (trombosit) dibutuhkan oleh tubuh untuk menunjang proses pembekuan darah saat terjadi luka atau cedera.

Sistem peredaran darah manusia terbagi menjadi dua, yaitu peredaran darah besar dan peredaran darah kecil.

1. Peredaran Darah Besar

Peredaran darah besar dikenal juga dengan nama peredaran darah sistemik.

Sistem peredaran darah besar bermula ketika bilik kiri jantung memompa darah yang mengandung oksigen dan nutrisi melalui aorta (arteri utama) ke seluruh tubuh.

Jika kadar oksigen dalam darah sudah rendah atau hanya tersisa karbondioksida, maka darah akan terkumpul di pembuluh darah.

Kemudian masuk ke serambi kanan jantung dan masuk ke bilik kanan jantung.

Pada sistem peredaran darah besar ada dua pembuluh darah yang bekerja.

Pertama, vena cava superior yang bertugas membawa darah dari kepala dan lengan menuju jantung.

Kedua, vena cava inferior yang membawa darah dari perut dan kaki menuju jantung.

Jadi, peredaran darah besar berfungsi memompa darah dari jantung ke seluruh tubuh, kemudian kembali lagi ke jantung.

2. Peredaran Darah Kecil

Peredaran darah kecil sering juga disebut dengan peredaran darah pulmonal.

Sistem peredaran darah kecil bermula saat darah di bilik kanan jantung yang rendah oksigen dipompa oleh arteri pulmonalis menuju paru-paru.

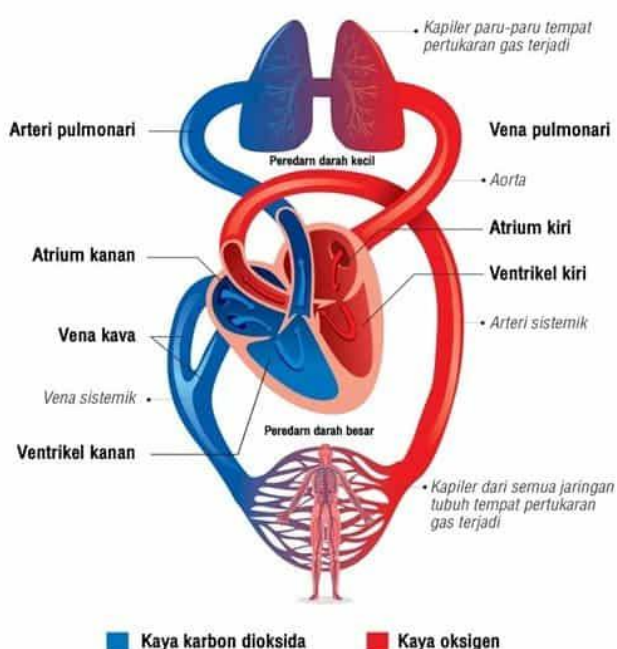
arteri pulmonalis adalah pembuluh darah yang bertugas membawa darah ke paru-paru.

Pada sistem peredaran kecil ini karbon dioksida yang ada dalam darah dilepaskan ke saluran paru, dan akan keluar saat kita membuang nafas.

Saat mengeluarkan karbon dioksida, kita akan menghirup oksigen baru yang akan masuk ke aliran darah.

Kemudian mengalir melalui vena paru-paru dan serambi kiri jantung menuju bilik kiri jantung dan memulai kembali sistem peredaran darah besar.

Jadi peredaran darah kecil berfungsi mengalirkan darah dari jantung ke paru-paru, lalu kembali lagi ke jantung.



Skema Peragaan Peredaran Darah

PEREDARAN DARAH MANUSIA

Media untuk peragaan Peredaran Darah

