

BAHAN AJAR KELAS 5 TEMA 4 SUB TEMA 2 PB 1

Nama : SANTI JANIAN TI

No Peserta PPG : 20021902710022

Satuan Pendidikan : SDN NAGRAK

Muatan terpadu : Bahasa Indonesia, IPA

Kelas / Semester : V / 1

Tema : 4. Sehat itu Penting

SubTema : 2. Gangguan kesehatan pada organ peredaran darah

Pembelajaran : 1

Materi Pokok : 1. Bagian-bagian dan ciri-ciri pantun.
2. Organ peredaran darah pada manusia.

KOMPETENSI DASAR DAN INDIKATOR

Muatan : Bahasa Indonesia

No	Kompetensi	Indikator
3.6	Menggali isi dan amanat pantun yang disajikan secara lisan dan tulis dengan tujuan untuk kesenangan.	3.6.1 Menjelaskan ciri-ciri pantun 3.6.2 Mencari amanat dalam pantun.
4.6	Melisankan pantun hasil karya pribadi dengan lafal, intonasi, dan ekspresi yang tepat sebagai bentuk ungkapan diri..	4.6.1 Membaca pantun dengan benar.

Muatan : IPA

No	Kompetensi	Indikator
3.4	Memahami organ peredaran darah dan fungsinya pada hewan dan manusia serta cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia.	3.4.1 Menjelaskan organ peredaran darah pada manusia.
4.4	Menyajikan karya tentang organ peredaran darah pada manusia.	4. 4.1 Menggambar organ peredaran darah pada manusia.

Gangguan Kesehatan pada Organ Peredaran Darah

Darah merupakan bagian tubuh yang sangat vital. Di dalam tubuh terdapat sekitar empat sampai dengan lima liter darah. Darah mengangkut segala sari-sari makanan yang dibutuhkan oleh tubuh. Jika sari-sari makanan tidak terangkut dengan baik dan lancar, fungsi-fungsi bagian tubuh akan terganggu. Hal ini tentunya akan mengakibatkan beberapa penyakit dalam tubuh kita seperti penyakit jantung, kanker darah, kolestrol, diabetes, dan masih banyak lagi.

Darah adalah bagian tubuh manusia yang berfungsi untuk mengedarkan oksigen dan sari-sari makanan ke seluruh tubuh. Darah merupakan komponen penting di dalam tubuh yang mempengaruhi semua kinerja organ tubuh. Oleh karena itu organ peredaran jantung dan pembuluh darah hendaknya dijaga kesehatannya.

Catatan:

- Guru membangun suasana belajar yang menyenangkan dan menantang dengan pendekatan interaktif.
- Jadikan jawaban-jawaban siswa sebagai media untuk mengetahui seberapa jauh siswa dalam mengetahui tanggung jawab dalam kelompok.
- Apresiasi semua jawaban siswa.

**Pembe
lajaran
1**



Ayo Membaca

Bacalah pantun berikut secara bersama-sama.

*Jalan-jalan ke kota Semarang
Jangan lupa makan lumpia
Rajinlah bersepeda di waktu senggang
Darah lancar hati bahagia*

*Di sawah banyak tanaman padi
Di rumah banyak makanan lezat
Ayo kita rajin lari pagi
Badan sehat jiwapun kuat*

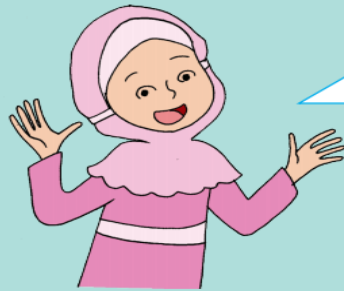
Pantun adalah puisi melayu asli yang sudah mengakar lama di budaya masyarakat. Pantun salah satu jenis karya sastra yang lama. Lazimnya puisi hanya terdiri atas 4 larik atau baris bersajak ab-ab atau aa-aa.

Ciri-ciri pantun secara umum yaitu sebagai berikut:

1. Bersajak a-b-a-b
2. Setiap bait terdiri atas empat baris
3. Setiap baris pantun terdiri atas 8-12 suku kata
4. Baris pertama dan kedua berupa sampiran sedangkan ketiga dan keempat berupa isi.

Jenis-jenis pantun yaitu sebagai berikut:

1. Pantun jenaka
2. Pantun anak
3. Pantun nasihat
4. Pantun agama
5. Pantun teka-teki



Manusia rentan dengan berbagai macam gangguan pada organ tubuhnya, di antaranya gangguan pada organ peredaran darah. Apa penyebab gangguan pada organ peredaran darah manusia? Apa saja jenis gangguan pada organ peredaran darah manusia?

Ayo Membaca



*Di situ kamu di sini aku
Bergandeng tangan bersuka ria
Sehat selalu ini badanku
Karena rajin berolahraga*

*Si Nana mengayuh sepeda
Di dahinya penuh peluh
Wahai anak-anak muda
Sehat itu pasti kamu butuh*

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 O_2 ke seluruh tubuh dan sisa-sisa metabolisme ke organ ekskresi.
- b. Menjaga agar temperatur tubuh tetap.
- c. Mengedarkan air yang berfungsi untuk reaksi enzimatik 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 (Hb).

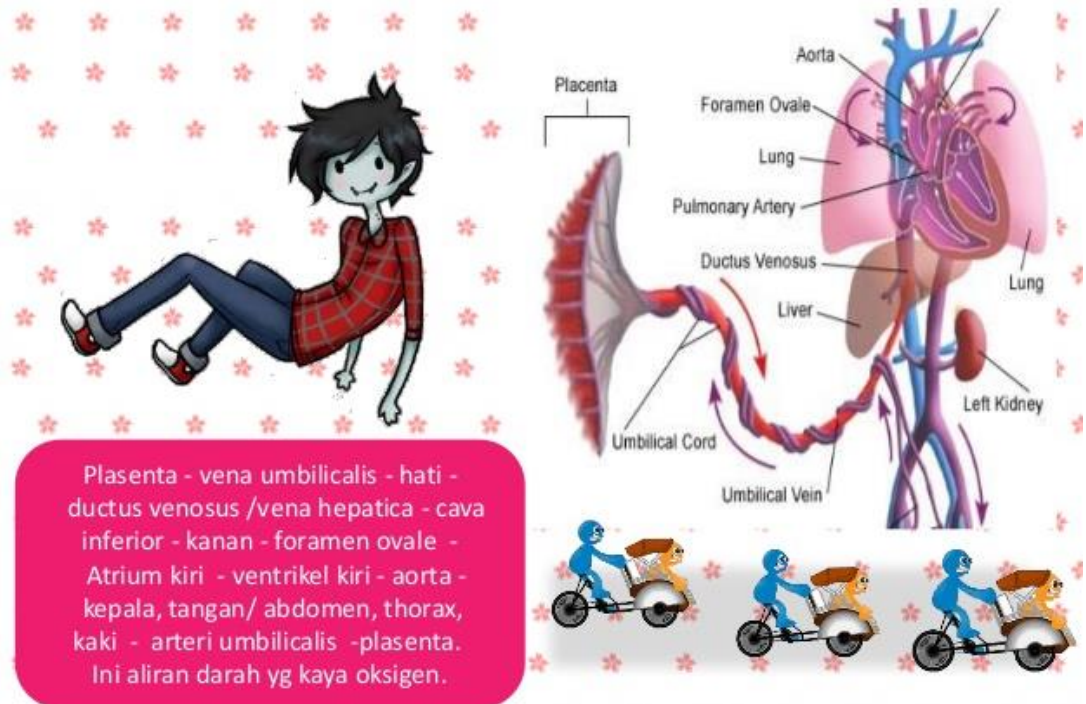
2. Pembuluh Darah

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 (*arteriola*) dan ujung pembuluh vena terkecil (*venula*). Pembuluh kapiler merupakan pembuluh darah yang sangat halus dan langsung berhubungan dengan sel-sel jaringan tubuh.

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 *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*.



Beberapa penyakit akibat gangguan pada organ peredaran darah antara lain:

1. Hipertensi

Hipertensi disebut juga darah tinggi. *Hipertensi* adalah suatu keadaan ketika kondisi tekanan darah yang mengalir pada pembuluh darah melebihi batas normal.

2. Hipotensi

Hipotensi adalah suatu keadaan ketika tekanan darah yang mengalir pada pembuluh darah berada pada batasan di bawah normal.

3. Kanker Darah (Leukemia)

Leukemia disebabkan adanya sel kanker yang menyerang bagian darah yang mengalir di pembuluh darah, terutama sel darah putih.

4. Jantung Koroner

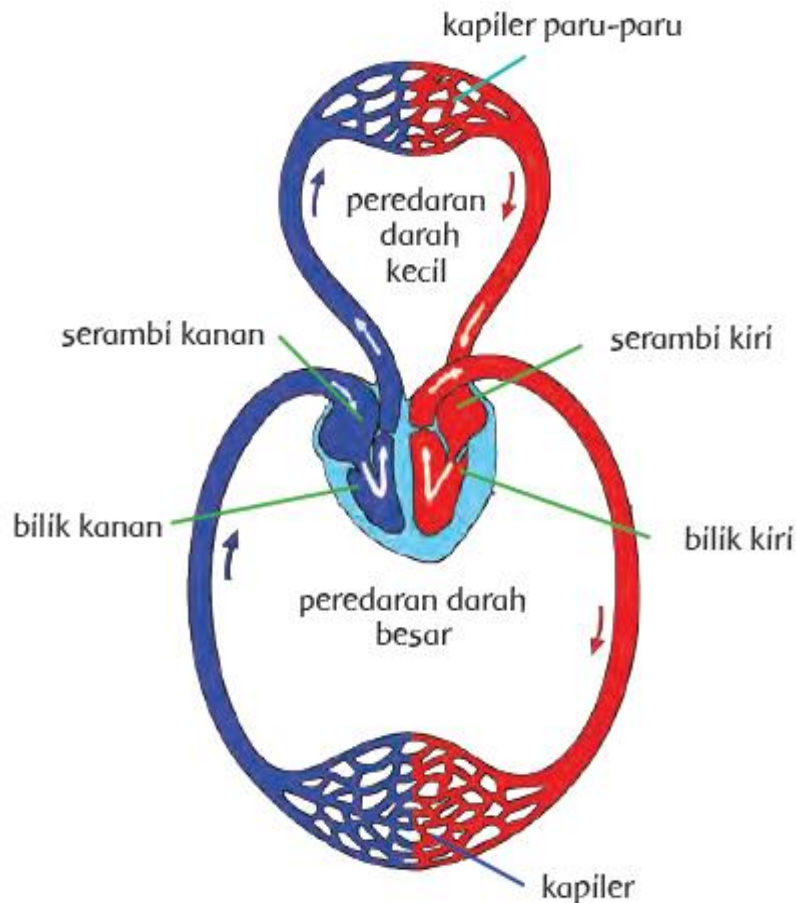
Penyakit jantung koroner adalah suatu keadaan ketika peredaran darah yang mengalir pada pembuluh darah koroner mengalami penyumbatan sehingga peredaran darah terganggu.

. Gagal Jantung

Gagal jantung adalah keadaan ketika jantung pada tubuh seseorang gagal untuk bekerja secara optimal sehingga kekuatan konstruksi dari jantung menurun, yang menyebabkan berkurangnya pasokan darah ke seluruh tubuh.

6. Anemia

Anemia adalah suatu keadaan ketika seseorang mengalami kekurangan darah sehingga darah yang mengalir di pembuluh darah mengalami defisit dan menyebabkan tidak optimalnya peredaran darah ke bagian-bagian tubuh dan organ tubuh tertentu.



Organ Peredaran darah manusia

Hasil yang diharapkan:

- Siswa dapat menjelaskan organ peredaran darah dan fungsinya pada.
- Siswa dapat menggali informasi dari teks bacaan.
- Siswa mampu membaca dengan baik.

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.

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 (leukemia).** 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 koronaria.

Berikut ini beberapa faktor gangguan peredaran darah karena faktor keturunan di antaranya 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 ialah dengan melakukan pola hidup sehat. Pola hidup sehat itu di antaranya sebagai berikut.

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

