



Tema 4 : Sehat Itu Penting
Sub Tema 1 : Peredaran Darahku Sehat
Pembelajaran : 1



Disusun Oleh :
YUSNIRAWATI, S.Pd.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena atas limpahan rahmat-Nya sehingga kami dapat menyelesaikan modul Belajar Dari Rumah untuk siswa kelas 5 Sekolah Dasar.

Modul ini disusun berdasarkan Buku Guru dan Buku Siswa Kelas 5 Tema 4 : Sehat Itu Penting Sub Tema 1 : Peredaran Darahku Sehat. Modul ini juga dilengkapi dengan latihan soal untuk menguji pemahaman siswa terkait dengan materi yang terdapat pada modul. Modul ini disusun sebagai salah satu tugas PPG Dalam Jabatan Angkatan 2 PGSD Universitas Pendidikan Indonesia.

Kami menyadari masih banyak kekurangan dalam penyusunan modul ini. Oleh karena itu, kami sangat mengharapkan kritik dan saran demi perbaikan dan kesempurnaan modul ini.

Kami mengucapkan terima kasih kepada berbagai pihak yang telah membantu proses penyelesaian modul ini. Semoga modul ini dapat bermanfaat bagi kita semua, khususnya para peserta didik.

Penulis

PANDUAN PENDAMPING

➤ Penjelasan tentang Modul :

1. Modul Belajar Mandiri kelas 5 ini memuat pembelajaran pada Tema 4 : Sehat Itu Penting
2. Modul ini dikembangkan dari Buku Guru dan Buku Siswa Kelas 5 Pembelajaran Tematik Terpadu Kurikulum 2013.
3. Untuk memudahkan anak belajar mandiri, kegiatan pembelajaran dilakukan untuk setiap KD (Pengetahuan dan Keterampilan) dari setiap mata pelajaran.
4. Bapak/ibu diharapkan mengembangkan ide-ide pembelajaran kreatif sesuai dengan situasi dan kondisi di lapangan.
5. Dalam setiap kegiatan, mohon menekankan pentingnya motivasi dan juga nilai-nilai karakter yang akan dikembangkan oleh anak.

➤ Penjelasan Pendampingan Kegiatan Belajar Mandiri :

1. Berikan gambaran besar tujuan pembelajaran dan kegiatan pembelajaran berdasarkan modul
2. Bantulah anak untuk memahami cara menggunakan modul
3. Upayakan tidak berpindah dari satu kegiatan ke kegiatan lain sebelum kegiatan tersebut dituntaskan oleh anak.

Selamat bertugas, semoga kesehatan dan kesuksesan senantiasa menyertai Bapak/Ibu.

Terimakasih.



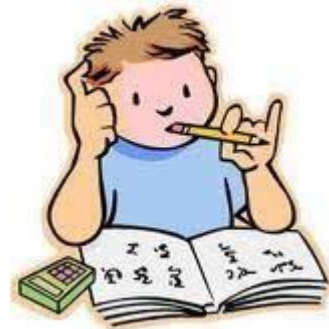
PANDUAN PENGGUNAAN MODUL

**1. Berdoalah sebelum dan
sesudah membaca modul ini**



**2. Bacalah petunjuk terlebih
dahulu**

**3. Kerjakan soal yang ada, dengan
sungguh - sungguh**



**4. Tanyakan hal yang sulit
kepada guru atau orang tua
kalian**

BAHAN AJAR 1 KELAS 5 TEMA 4



- Tema 4** : Sehat Itu Penting
Sub Tema 1 : Peredaran Darahku Sehat
Muatan Terpadu : Bahasa Indonesia dan IPA
Materi Pokok :
- Organ peredaran darah dan fungsinya pada manusia
 - Bagian-bagian dan ciri-ciri pantun

Tujuan Pembelajaran :

1. Setelah melihat video tentang organ peredaran darah dan fungsinya pada manusia, siswa dapat menganalisis organ peredaran darah dan fungsinya pada manusia secara rinci.
2. Setelah siswa dan guru berdiskusi, siswa dapat membuat gambar cara kerja organ peredaran darah manusia secara rinci.
3. Setelah membaca pantun dalam teks powerpoint, siswa dapat mengidentifikasi bagian-bagian dan ciri-ciri pantun secara tepat.
4. Setelah siswa dan guru bertanya jawab, siswa dapat membuat pantun dengan tema tertentu, lalu menunjukkan unsur-unsur pantun yang dibuat secara runtut.



Mengenal Organ Peredaran Darah pada Manusia Yuk!

Organ peredaran darah manusia merupakan sistem yang dapat mengedarkan darah dari jantung hingga ke seluruh tubuh dan akan kembali lagi ke jantung. Organ peredaran darah manusia ada tiga komponen utama, yaitu darah, jantung dan pembuluh darah. Darah, jantung dan pembuluh darah sebagai komponen penyusun organ peredaran darah manusia yang akan bekerja menjalankan tugas-tugas besar yang ada dalam tubuh, tugas besarnya yaitu:

- a. Mengangkut oksigen dari paru-paru ke seluruh sel-sel tubuh dan mengangkut karbon dioksida dari sel-sel tubuh ke paru-paru untuk dibuang.
- b. Membuat darah jadi membeku ketika kita terluka untuk mencegah banyaknya darah yang hilang.
- c. Menyalurkan sari-sari makanan dari sistem pencernaan ke seluruh sel dalam tubuh.
- d. Melindungi tubuh dari bakteri dan virus dengan mensirkulasikan antibodi dan sel darah putih.
- e. Mengangkut sampah-sampah buangan dan beracun ke hati atau ginjal untuk dibuang ke luar tubuh.

Anak-anak, sebelum kita membahas pembelajaran lebih dalam, coba baca teks di bawah ini dengan seksama !



"Udara dingin di pagi hari
Minum teh nikmat dirasa
Hendaklah kita menjaga diri
Kesehatan sangatlah berharga"

Siti anak yang rajin dan disiplin. Siti selalu berangkat ke sekolah lebih awal. Jarak rumah Siti dan sekolah tidak terlalu jauh. Siti berangkat ke sekolah naik sepeda. Naik sepeda juga merupakan kegiatan olahraga. Siti mengayuh sepedanya dengan santai. Siti hanya membutuhkan waktu 20 menit untuk sampai ke sekolah. Siti sangat peduli dengan kesehatan tubuh. Bersepeda termasuk olahraga yang mendukung kebugaran dan dapat membantu melancarkan peredaran darah.

Darah sangat penting peranannya bagi manusia. Peranan darah antara lain mengalirkan oksigen ke seluruh tubuh dan mengangkut karbon dioksida dari seluruh tubuh menuju paru-paru. Dalam tubuh manusia, darah mengalir melalui organ-organ peredaran darah. Apa saja organ peredaran darah manusia? Apa fungsi organ peredaran darah manusia?



Agar dapat lebih memahami tentang organ peredaran darah pada manusia, aya kita tonton video dengan link [https://www.youtube.com/watch?v= vMIvibgEcg](https://www.youtube.com/watch?v=vMIvibgEcg)



Ilmu Pengetahuan Alam

geniora

SISTEM PEREDARAN DARAH

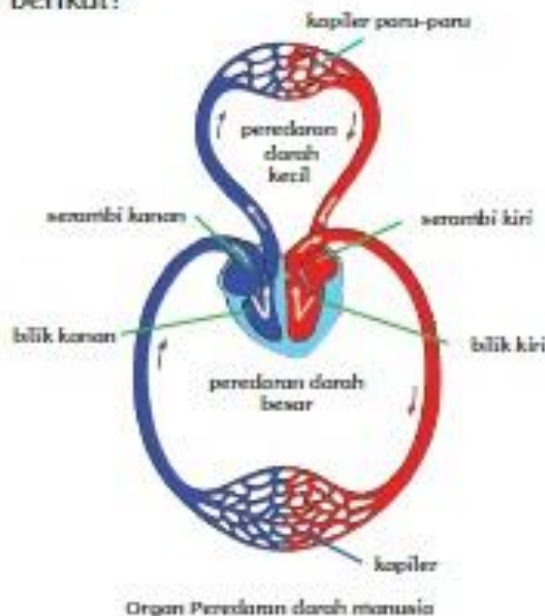
#IPA #Kelas5 #SistemPeredaranDarahManusia
Sistem Peredaran Darah Manusia | IPA | Kelas 5 SD
70.140 x ditonton · 25 Okt 2019

SUKA TIDAK SUKA BAGIKAN SIMPAN

Ayo Mengamati



Perhatikan gambar berikut!



Mengalirnya darah di dalam tubuh disebut sistem peredaran darah. Sistem peredaran darah dalam tubuh ada dua, yaitu peredaran darah kecil dan peredaran darah besar. Sistem peredaran darah kecil, yaitu darah mengalir dari bilik kanan menuju paru-paru melalui arteri pulmonalis. Dalam paru-paru terjadi pertukaran darah yang banyak mengandung karbon dioksida (CO_2) dengan darah yang banyak mengandung oksigen (O_2). Darah yang banyak mengandung O_2 kembali ke jantung melalui vena pulmonalis. Sistem peredaran darah kecil sebagai berikut.

Bilik kanan → arteri pulmonalis → paru-paru → vena pulmonalis → serambi kiri

Sistem peredaran darah besar, yaitu darah yang banyak mengandung oksigen (O_2) mengalir dari bilik kiri jantung ke seluruh tubuh (kecuali paru-paru) melalui arteri besar (aorta). Selanjutnya, terjadi pertukaran darah yang banyak mengandung oksigen dengan darah yang banyak mengandung karbon dioksida di seluruh tubuh. Darah yang banyak mengandung karbon dioksida kembali ke jantung melalui vena ke serambi kanan. Sistem peredaran darah besar adalah sebagai berikut.

Bilik kiri → arteri besar (aorta) → arteri → seluruh tubuh → vena → serambi kanan

Ayo Menulis



Kamu telah membaca uraian di atas. Ternyata, ada beberapa organ tubuh dalam peredaran darah manusia. Coba tuliskan organ tubuh manusia dalam peredaran darah.

Organ tubuh manusia yang berperan dalam peredaran darah adalah.

.....

.....

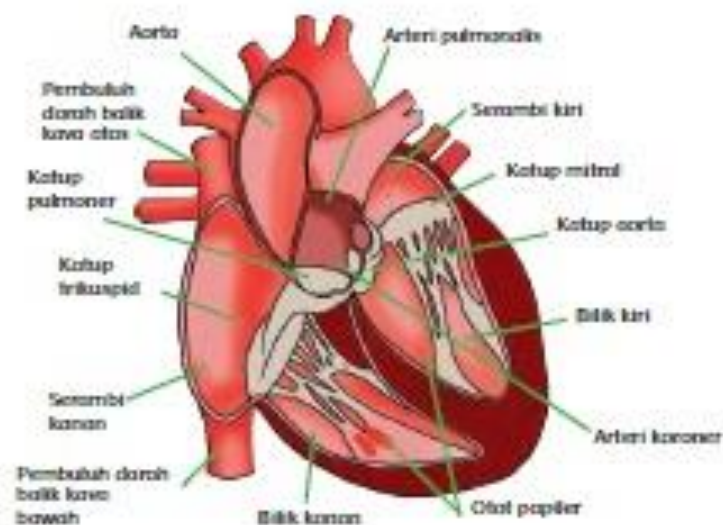
.....

.....

Kamu telah melakukan kegiatan di atas. Kamu telah mengetahui organ-organ peredaran darah pada manusia. Tahukah kamu peranan setiap organ peredaran darah manusia? Fungsi atau peranan organ peredaran darah pada manusia adalah sebagai berikut.

1. Jantung

Jantung adalah organ tubuh manusia yang berfungsi memompa darah ke seluruh tubuh. Jantung memompa darah dengan cara berkontraksi dan berelaksasi secara bergantian, sehingga jantung berdenyut, mengembang, dan mengempis. Jantung terletak di dalam rongga dada sebelah kiri. Ukuran jantung kira-kira sebesar kepala tangan pemiliknya. Jantung tersusun atas kumpulan otot-otot yang sangat kuat yang disebut miokardium. Jantung terdiri atas empat ruang, yaitu serambi kanan, serambi kiri, bilik kanan, dan bilik kiri.



Jantung manusia

Antara bagian kanan dan kiri jantung dibatasi oleh sekat jantung yang disebut **katup jantung**. Katup jantung berfungsi untuk mencegah bercampurnya darah yang mengandung oksigen dengan darah yang mengandung karbon dioksida. Otot penyusun bilik jantung lebih tebal daripada otot pada serambi jantung. Hal ini disebabkan tugas bilik jantung lebih berat. Tugasnya, yaitu memompa darah keluar dari jantung ke seluruh bagian tubuh.

Kontraksi dan relaksasi pada jantung mengakibatkan terjadinya denyut jantung atau denyut nadi. Ketika jantung memompa darah ke dalam pembuluh nadi, pembuluh tersebut ikut berdenyut. Dengan demikian, melalui denyut nadi kamu dapat mengetahui denyut jantung. Denyut nadi akan terasa jelas dengan menekan pembuluh nadi pada pergelangan tangan dan bagian leher di bawah telinga. Untuk dapat menghitung denyut nadi, ayo lakukan percobaan berikut.

Ayo Mencoba



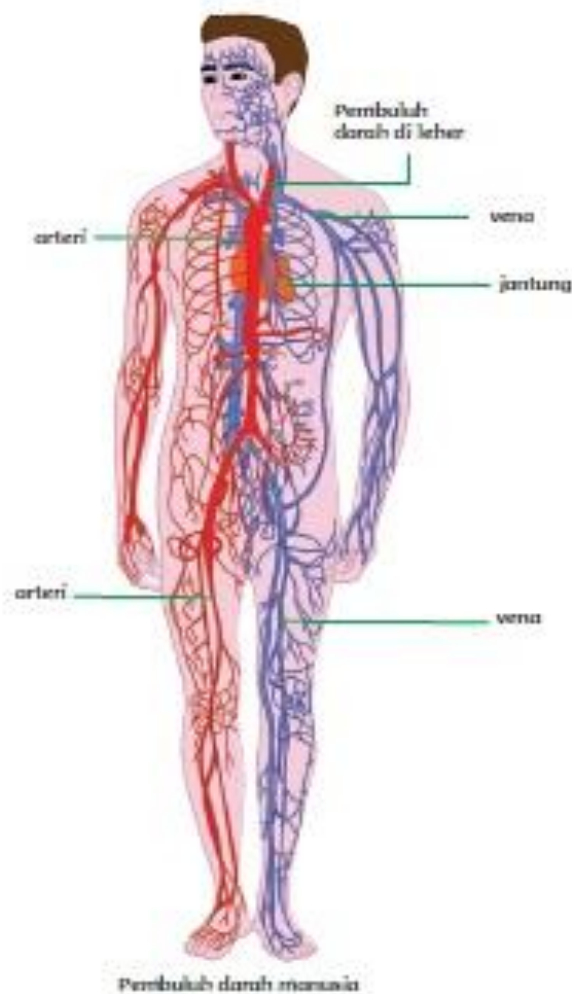
Coba kamu hitung denyut nadimu dengan langkah-langkah berikut.

- Tempel dan tekankan (jangan terlalu keras) tiga jarimu (telunjuk, tengah, manis) pada pergelangan tangan yang lain. Temukan denyut nadimu.
- Hitunglah denyut nadimu selama 15 detik. Kemudian, hasilnya dikalikan 4.

Kecepatan denyut jantung tergantung kegiatan yang dilakukan. Ketika sedang beristirahat, jantung berdenyut kira-kira 60 sampai 80 kali setiap menit. Kecepatan denyut jantung dipengaruhi oleh usia, jenis kelamin, tingkat aktivitas, dan kondisi kesehatan. Semakin aktif tubuhmu, denyut jantungmu semakin aktif. Alat yang digunakan untuk mengukur kecepatan denyut jantung disebut **elektrokardiograf**.

2. Pembuluh Darah

Pembuluh darah merupakan saluran tempat mengalirnya darah dari jantung ke seluruh tubuh dan dari seluruh tubuh kembali ke jantung. Pembuluh darah terdiri atas dua jenis, yaitu pembuluh nadi dan pembuluh balik. Pembuluh nadi disebut **arteri**. Pembuluh balik disebut **vena**. Pembuluh nadi atau arteri yaitu pembuluh yang membawa darah yang kaya akan oksigen keluar dari jantung ke seluruh tubuh. Pembuluh nadi yang paling besar disebut **aorta**. Pembuluh balik yaitu pembuluh darah yang membawa darah yang kaya akan karbon dioksida dari seluruh tubuh menuju jantung.



Pembuluh nadi dan pembuluh balik bercabang-cabang. Ujung cabang pembuluh terkecil disebut, **pembuluh kapiler**. Pembuluh kapiler sangat halus ber dinding tipis dan berpori. Dalam pembuluh kapiler ini terjadi pertukaran dua zat, yaitu antara oksigen dan karbon dioksida. Panjang seluruh pembuluh darah manusia jika dihubungkan dari satu ujung ke ujung yang lain dapat mencapai sekitar 160.000 km. Kamu telah mempelajari tentang pembuluh darah. Untuk lebih memahami ayo lakukan kegiatan menulis berikut ini.

Ayo Menulis

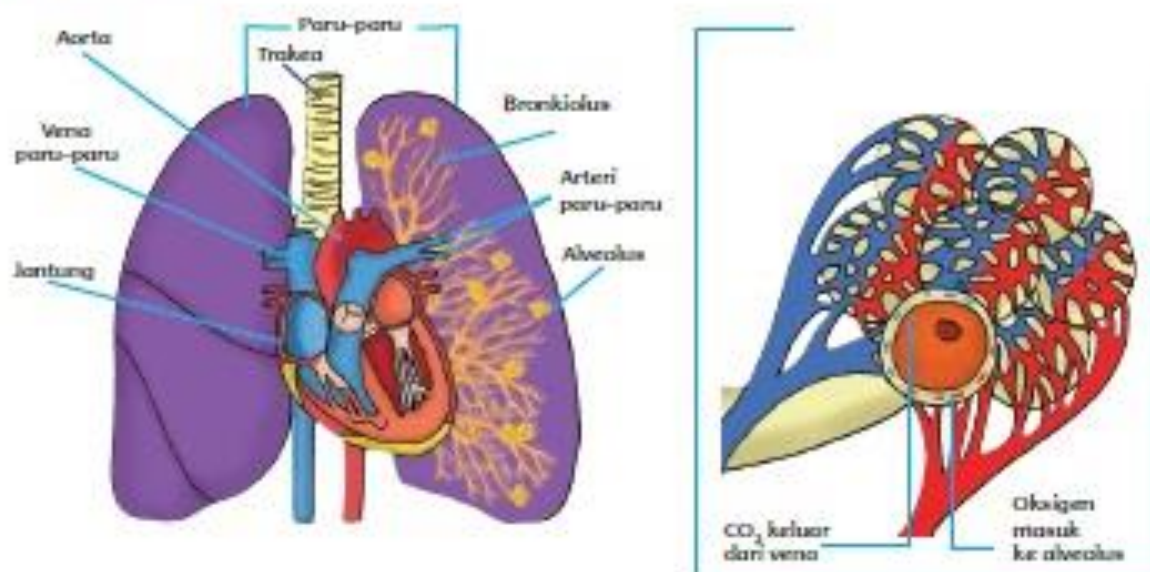


Pembuluh darah terdiri atas pembuluh nadi dan pembuluh balik. Pembuluh nadi dan pembuluh balik mempunyai peranan yang berbeda. Apakah perbedaan peranan pembuluh nadi dan pembuluh balik? Carilah informasi melalui buku, internet, maupun media lainnya.

Tentunya, kamu telah memperoleh informasi tentang peranan yang berbeda antara pembuluh nadi dan pembuluh balik. Tuliskan hasilnya pada tabel berikut ini.

No.	Perbedaan	
	Pembuluh Nadi	Pembuluh Balik
1.
2.
3.

3. Paru-Paru



Organ paru-paru dan mekanisme pertukaran O_2 dan CO_2

Paru-paru juga memiliki peranan yang penting dalam proses peredaran darah. Dalam proses peredaran darah, paru-paru berperan sebagai penyuplai oksigen ke dalam darah. Darah yang telah diedarkan ke seluruh tubuh tidak lagi mengandung oksigen. Akan tetapi banyak mengandung karbon dioksida. Setelah kembali ke jantung, darah yang akan mengandung karbon dioksida tersebut dipompa ke dalam paru-paru. Selanjutnya, karbon dioksida diambil dan diganti dengan oksigen melalui proses pemapasan.

Paru-paru terdiri atas ribuan tabung bercabang. Tabung bercabang yang jumlahnya ribuan semakin ke ujung semakin mengecil. Pada ujung yang mengecil terdapat kantong udara. Kantong udara tersebut dinamakan "alveoli". Masing-masing alveoli memiliki jaringan halus kapiler. Pada jaringan halus kapiler inilah tempat terjadinya pertukaran oksigen dan karbon dioksida.

Ayo Berkreasi



Kamu telah mempelajari peredaran darah manusia. Coba pahami materinya dan gambarlah. Kemudian, tuliskan keterangan gambar yang kamu buat. Tuliskan juga cara kerjanya.

Ayo Mengamati



Bacalah pantun di bawah ini !

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

Ayo Menulis



Apakah yang kamu ketahui tentang pantun? Tanyakan kepada orang yang mengetahui tentang pantun. Kamu juga dapat mencari informasi melalui media tentang pantun. Caranya dengan membaca buku, internet, dan media lainnya. Tuliskan tentang pantun pada kolom berikut.

Pantun adalah.....
.....
.....
.....
.....

Kerja Sama dengan Orang Tua



Kamu telah memahami bahwa organ peredaran darah perlu dijaga kesehatannya. Hal ini dapat kamu biasakan di rumah bersama anggota keluargamu. Apa upayamu untuk menjaga kesehatan organ peredaran darah bersama keluargamu? Coba diskusikan bersama orang tuamu dan saudaramu di rumah. Tuliskan hasilnya pada tabel berikut ini.

No.	Kegiatan Anggota Keluarga dalam Upaya Menjaga Kesehatan Organ Peredaran Darah
1.	
2.	
3.	
4.	

