

# **BAHAN AJAR KELAS 5**

## **TEMA 4 SEHAT ITU PENTING**

**SDN SANCA 1  
DINAS PENDIDIKAN  
KABUPATEN SUBANG**

# KOMPETENSI DASAR

## BAHASA INDONESIA

No	KOMPETENSI DASAR	INDIKATOR
1	3.6 Menggali isi dan amanat pantun yang disajikan secara lisan dan tulis dengan tujuan untuk kesenangan	3.6.1 Menemukan makna dan amanat pantun yang disajikan baik secara lisan dan tulisan dengan tepat 3.6.1 Menganalisis makna dan amanat pantun yang di sajikan baik secara lisan dan tulisan dengan tepat
2	4.6 Melisankan pantun hasil karya pribadi dengan lafal, intonasi, dan ekspresi yang tepat sebagai bentuk ungkapan diri.	4.6.1 Mengemukakan ciri - ciri pantun hasil karyanya dengan benar sebagai bentuk apresiasi diri 4.6.2 Memperjelas ciri – ciri pantun hasil karyanya dengan benar sebagai bentuk apresiasi diri

# KOMPETENSI DASAR

## IPA

No	KOMPETENSI DASAR	INDIKATOR
1	3.4 Menjelaskan organ peredaran darah dan fungsinya pada hewan dan manusia serta cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia	3.4.1 Menguraikan fungsi darah dalam tubuh serta berbagai macam gangguan yang dapat mempengaruhi organ peredaran darah pada manusia. 3.4.2 Menganalisis fungsi darah dalam tubuh serta berbagai macam gangguan yang dapat memengaruhi organ peredaran darah pada manusia.
2	4.4 Menyajikan karya tentang organ peredaran darah pada manusia	4.4.1 Mempresentasikan tentang gangguan organ peredaran darah pada manusia 4.4.2 Menyusun tentang gangguan organ peredaran darah pada manusia

# TUJUAN PEMBELAJARAN

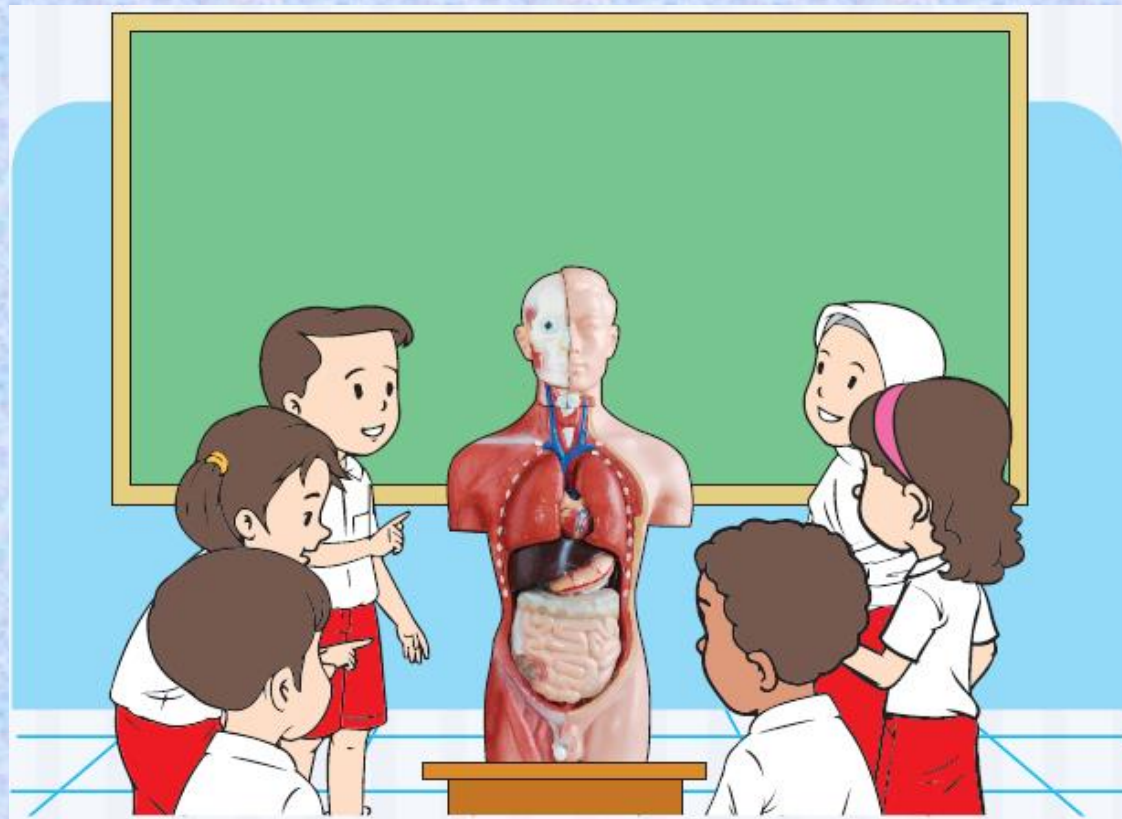
1. Dengan kegiatan membaca pantun, siswa dapat menemukan makna dan amanat pantun dengan benar.
2. Dengan kegiatan membaca pantun ,siswa dapat menganalisis makna dan amanat pantun dengan benar.
3. Dengan kegiatan berkreasi membuat pantun, siswa dapat mengemukakan ciri-ciri pantun buatannya dengan benar.
4. Dengan kegiatan berkreasi membuat pantun,siswa dapat memperjelas ciri-ciri pantun buatannya dengan benar.
5. Dengan kegiatan mencari tahu, siswa dapat menguraikan berbagai macam gangguan yang dapat mempengaruhi organ peredaran darah manusia secara rinci.  
<https://youtu.be/R25RenpRMys>
6. Dengan kegiatan mencari tahu,siswa dapat menganalisis berbagai macam gangguan yang dapat mempengaruhi organ peredaran darah manusia secara rinci.
7. Dengan kegiatan mencari tahu, siswa dapat mempresentasikan tentang gangguan organ peredaran darah pada manusia.
8. Dengan kegiatan mencari tahu,siswa dapat menyusun table tentang gangguan organ peredaran darah manusia.



## Subtema 2

# 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.



## Pembelajaran

# 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*



## Ayo Berdiskusi

Amatilah kembali pantun yang dibaca Togar dan Wayan di atas. Mintalah bantuan anggota keluarga kalian tentang ciri dan amanat dalam pantun di atas. Tuliskan jawaban hasil kalian pada lembar tugas di bawah ini.

Ciri-ciri pantun:

Amanat Pantun 1 :

Amanat Pantun 2 :



Pantun Nasihat



## Ayo Mencoba

Carilah contoh pantun ajakan untuk hidup sehat dari berbagai sumber, bisa lewat majalah, koran, atau internet. Salinlah pantun tersebut pada kotak di bawah ini. Tuliskanlah ciri-ciri dan amanat pantun pada kolom sebelahnya. Setelah selesai, kirimlah jawabanmu melalui whatsappgroup.

Ciri-ciri pantun:

.....  
.....

Amanat pantun:

.....  
.....



## Ayo Menulis

Togar dan Wayan sangat menikmati membaca pantun pada pamflet yang mereka temukan di depan puskesmas. Mereka pun tertantang untuk berlatih membuat pantun tentang kesehatan organ peredaran darah manusia. Setelah kalian menyimak beberapa contoh pantun tentang kesehatan, buatlah satu pantun tentang kesehatan organ darah manusia. Bacakan pantun buatan melalui voice note whatsappgroup.





## Ayo Membaca

- Bacalah percakapan tentang **Pentingnya Darah** yang ada di Buku Siswa dengan cermat.
- Selanjutnya, kerjakan tugas berikut ini!



## Ayo Berdiskusi

Cobalah diskusikan dengan anggota keluargamu mengenai kebiasaan hidup sehat untuk menghindari penyakit yang berhubungan dengan alat peredaran darah. Tuliskan hasil diskusimu dengan anggota keluargamu di dalam buku. Bacakan hasilnya melalui voicenote whatsappgroup ya.

1. Nama Penyakit : .....
- Tanda-tanda : .....
- Penyebab : .....
- Cara mencegah : .....
2. Nama Penyakit : .....
- Tanda-tanda : .....
- Penyebab : .....
- Cara mencegah : .....





### Gangguan Peredaran Darah

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.

## 5. 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.



## Kegiatan Bersama Orang Tua

Orang tua mengingatkan jika dulu pernah menjenguk tetangga yang sakit di rumah sakit. Anak dibimbing untuk melakukan refleksi tentang kesehatan dan sakit yang diderita oleh orang yang sedang sakit.