

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SDN 2 NAGRIKALER
Kelas / Semester : 5 /1
Tema/ Topik : 4. Sehat Itu Penting
Sub Tema : 3. Cara Memelihara Kesehatan Organ Peredaran Darah Manusia
Pembelajaran ke : 1
Alokasi waktu : 10 menit

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan kegiatan mencari tahu tentang berbagai penyakit yang mempengaruhi organ peredaran darah dan cara pencegahannya, siswa dapat mengidentifikasi berbagai macam penyakit yang mempengaruhi organ peredaran darah manusia dan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah.
2. Dengan kegiatan menulis pantun, siswa dapat menjelaskan isi dan ciri-ciri pantun yang disajikan secara tertulis dan runtut.
3. Dengan kegiatan mencoba menulis pantun dengan tema menjaga kesehatan tubuh, siswa dapat membacakan pantun yang dibuatnya dengan lafal dan intonasi yang tepat.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pembukaan	<ol style="list-style-type: none">1. Peserta didik memberi salam, berdo'a, serta dilanjutkan dengan menyanyikan lagu "Indonesia Raya". (Religius, Nasionalis)2. Guru mengecek kehadiran peserta didik dan memberi motivasi3. Melakukan apersepsi dengan menanyakan :<ol style="list-style-type: none">a) Sudah sarapan belum ?b) Menurut kalian apa manfaat sarapan?c) Bagaimana kalian bisa sampai ke sekolah ?4. Peserta didik mendengarkan penjelasan guru tentang tujuan pembelajaran, materi, dan kegiatan pembelajaran yang akan dilakukan hari ini.	2 menit
Inti	<p>Langkah-Langkah Pembelajaran :</p> <ol style="list-style-type: none">1. Peserta didik mencari informasi dan mengumpulkan data untuk mengisi tabel tentang nama-nama penyakit yang dapat mengganggu peredaran darah dan cara pencegahannya. (Mandiri, bertanggung jawab)2. Peserta didik membaca bacaan tentang cara-cara memelihara kesehatan peredaran darah dalam tubuh, selain bersepeda (Mandiri, teliti)3. Peserta didik mengidentifikasi dan menyebutkan cara-cara memelihara kesehatan peredaran darah dalam tubuh berdasarkan teks yang telah dibaca dan di tambah dengan jawaban lain berdasarkan pengetahuan mereka. (Mandiri, teliti, jujur).4. Peserta didik menyimak dan mencermati pantun yang dibacakan oleh guru, kemudian mengidentifikasi ciri-ciri pantun. (Mandiri, teliti). HOTS	7 Menit

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 5. Peserta didik menuliskan hasil identifikasi ciri-ciri pantun pada buku tulisnya kemudian guru secara acak meminta peserta didik membacakan hasil jawabannya (Mandiri, berani, jujur) 6. Peserta didik dan guru bersama-sama membahas hasil pekerjaan peserta didik (Kerjasama, berani) 7. Setelah memahami ciri-ciri pantun, peserta didik di minta membuat satu buah pantun dengan tema menjaga kesehatan tubuh. (Mandiri) HOTS 8. Siswa di minta maju ke depan kelas untuk membacakan pantun yang telah dibuat. (Mandiri, berani, tanggung jawab) 1. Peserta didik mampu menyimpulkan hasil pembelajaran hari ini 2. Peserta didik bersama guru melakukan refleksi atas pembelajaran yang telah berlangsung: <ol style="list-style-type: none"> a. Apa saja yang telah dipelajari hari ini? b. Bagaimana perasaan peserta didik selama pembelajaran? 3. Peserta didik diberikan kesempatan berbicara/ bertanya/ dan menambah informasi tentang pembelajaran hari ini 4. Guru memberikan pesan moral bahwa peserta didik harus selalu menjaga Kesehatan apalagi di masa pandemi saat ini 5. Peserta didik mendengarkan penjelasan guru tentang tugas yang harus dikerjakan di rumah, yaitu membawa satu buku bacaan yang ada dirumahnya masing-masing 6. Pembelajaran di akhiri dengan doa bersama di pimpin oleh salah satu siswa, serta mengucapkan salam. 	1menit

C. PENILAIAN (ASESMEN)

1. Sikap : Observasi saat proses pembelajaran (Terlampir)
2. Pengetahuan : Penugasan (Terlampir)
3. Keterampilan : Kinerja dan Rubrik Pengamatan (Terlampir)

Mengetahui
Kepala Sekolah

Purwakarta, 04 Januari 2022
Guru Kelas 5

Hj. Sri Maryani, S.Pd
NIP. 19630116 198306 2 001

Nia Kaniati, S.Pd
NIP. 19861107 200902 2 004

MATERI

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.

Pantun adalah bentuk puisi Indonesia (Melayu) yang tiap baitnya terdiri atas empat baris. Berikut merupakan ciri-ciri pantun.

- a. Pantun bersajak a-b-a-b.
- b. Satu bait terdiri atas empat baris.
- c. Tiap baris terdiri atas 8 sampai 12 suku kata.
- d. Dua baris pertama adalah sampiran dan dua baris berikutnya adalah isi pantun.

Saat malas dan tak bertenaga
Jangan diam seperti pagar
Sebaiknya lakukan olahraga
Agar peredaran darah menjadi lancar

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK

Satuan Pendidikan : SDN 2 NAGRIKALER

Kelas / Semester : 5 /1

Tema/ Topik : 4. Sehat Itu Penting

Tujuan Pembelajaran : Dengan kegiatan mencari tahu tentang berbagai penyakit yang mempengaruhi organ peredaran darah dan cara pencegahannya, siswa dapat mengidentifikasi berbagai macam penyakit yang mempengaruhi organ peredaran darah manusia dan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah

Petunjuk : Isilah tabel dibawah sesuai pemahamanmu tentang penyakit yang dapat menyerang organ peredaran darah.

No.	Penyakit	Cara pencegahannya
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK

Satuan Pendidikan : SDN 2 NAGRIKALER

Kelas / Semester : 5 /1

Tema/ Topik : 4. Sehat Itu Penting

Tujuan Pembelajaran : Dengan kegiatan menulis pantun, siswa dapat menjelaskan isi dan ciri-ciri pantun yang disajikan secara tertulis dan runtut.

Dengan kegiatan mencoba menulis pantun dengan tema menjaga kesehatan tubuh, siswa dapat membacakan pantun yang dibuatnya dengan lafal dan intonasi yang tepat.

Petunjuk :

1. Perhatikan pantun dibawah ini :

*Ayam berkokok sangatlah kuat
Sinar mentari mulai terpancar
Sungguh senang jantungku sehat
Peredaran darah menjadi lancar*

Jawablah pertanyaan berikut :

Apa jenis pantun diatas ?

Ada berapa baitkah pantun diatas ?

Terdiri atas berapa bariskah pantun diatas ?

Tuliskan baris yang merupakan sampiran !

Tuliskan pula baris yang merupakan isi pantun !

Tuliskan jawabanmu dalam bentuk tabel seperti berikut !

Jenis Pantun	Jumlah bait	Jumlah baris	Baris sampiran	Baris isi pantun

2. Buatlah satu buah pantun dengan tema menjaga kesehatan tubuh !

INSTRUMEN PENILAIAN

1. PENILAIAN SIKAP

LEMBAR PENILAIAN SIKAP PERCAYA DIRI (INDIVIDU)

Petunjuk

Berilah tanda cek (v) pada kolom skor sesuai sikap percaya diri yang ditampilkan oleh peserta didik, dengan kriteria sebagai berikut :

4 = selalu (sangat baik), apabila selalu melakukan sesuai pernyataan

3 = sering (baik), apabila sering melakukan sesuai pernyataan dan kadang- kadang tidak melakukannya

2 = kadang-kadang (cukup), apabila kadang-kadang melakukan dan sering tidak melakukannya

1 = tidak pernah (kurang), apabila tidak pernah melakukannya

Nama Peserta Didik :

Kelas :

Tanggal Pengamatan :

Materi Pokok :

No.	Aspek Pengamatan	Skor			
		1	2	3	4
1.	Melakukan segala sesuatu tanpa ragu-ragu.				
2.	Berani mengambil keputusan secara cepat dan bisa dipertanggungjawabkan.				
3.	Tidak mudah putus asa.				
4.	Berani menunjukkan kemampuan yang saya miliki di depan orang banyak.				
5.	Berani mencoba hal-hal yang baru				
Jumlah Skor					

$$Skor\ Akhir = \frac{Perolehan\ skor}{20} \times 4$$

Kriteria:

Sangat Baik : 3,66 – 4,00

Baik : 2,66 – 3,65

Cukup : 1,66 – 2,65

Kurang : < 1,65

2. PENILAIAN PENGETAHUAN

Penilaian pengetahuan dilakukan berdasarkan hasil kerja siswa yaitu mengisi tabel tentang menganalisis pantun.

Setiap pertanyaan bernilai 20, jadi jika benar semua maka nilainya 100.

3. PENILAIAN KETERAMPILAN

Penilaian keterampilan dilakukan berdasarkan hasil kerja siswa yaitu mengisi tabel tentang penyakit yang dapat menyerang organ peredaran darah serta mempresentasikan ke depan kelas, serta membuat pantun dengan tema menjaga kesehatan tubuh dan membaakan di depan kelas.

Rubrik Mempresentasikan Berbagai Gangguan Organ Peredaran Darah

Aspek	Baik Sekali	Baik	Cukup	Perlu Bimbingan
	4	3	2	1
Mengetahui berbagai penyakit yang mempengaruhi organ peredaran manusia. Mengetahui cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia	Menjelaskan berbagai penyakit yang mempengaruhi organ peredaran manusia dan menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia dengan benar	Menjelaskan sebagian besar berbagai penyakit yang mempengaruhi organ peredaran manusia dan menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia dengan benar	Menjelaskan sebagian kecil berbagai penyakit yang mempengaruhi organ peredaran manusia dan menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia dengan benar	Belum dapat menjelaskan berbagai penyakit yang mempengaruhi organ peredaran manusia dan menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia
Menggunakan bagan atau diagram alur untuk menjelaskan berbagai penyakit yang mempengaruhi kerja organ peredaran darah	Menyajikan bagan atau diagram alur untuk menjelaskan berbagai penyakit yang mempengaruhi kerja organ peredaran darah dengan sistematis bahasa Indonesia yang baik dan benar	Menyajikan bagan atau diagram alur untuk menjelaskan berbagai penyakit yang mempengaruhi kerja organ peredaran darah dengan cukup sistematis	Menyajikan laporan bagan atau diagram alur untuk menjelaskan berbagai penyakit yang mempengaruhi kerja organ peredaran darah dengan kurang sistematis	Belum dapat bagan atau diagram alur untuk menjelaskan berbagai penyakit yang mempengaruhi kerja organ peredaran darah dengan sistematis

$$\text{Skor Akhir} = \frac{\text{Perolehan skor}}{8} \times 4$$

Kriteria:

Sangat Baik : 3,66 – 4,00

Baik : 2,66 – 3,65

Cukup : 1,66 – 2,65

Kurang : < 1,65

Rubrik Berkreasi Membuat Pantun

Aspek	Baik Sekali	Baik	Cukup	Perlu Bimbingan
	4	3	2	1
Isi dan Pengetahuan: Hasil yang dibuat oleh siswa	Sesuai dengan ciri-ciri pantun, yaitu: <ul style="list-style-type: none"> Pantun bersajak a-b-a-b. Satu bait terdiri atas empat baris. Tiap baris terdiri atas 8 sampai 12 suku kata. Terdapat sampiran pada dua baris pertama dan isi pada dua baris berikutnya 	Memenuhi 3 kriteria dari 4 kriteria yang ditetapkan	Memenuhi 2 kriteria dari 4 kriteria yang ditetapkan	Memenuhi 1 kriteria dari 4 kriteria yang ditetapkan
Penggunaan Bahasa Indonesia yang baik dan benar: Bahasa Indonesia yang baik dan benar digunakan dalam penulisan ringkasan	Bahasa Indonesia yang baik dan benar digunakan dengan efisien dan menarik dalam keseluruhan penulisan	Bahasa Indonesia yang baik dan benar digunakan dengan efisien dalam keseluruhan penulisan	Bahasa Indonesia yang baik dan benar digunakan dengan sangat efisien dalam sebagian besar penulisan	Bahasa Indonesia yang baik dan benar digunakan dengan sangat efisien dalam sebagian kecil penulisan

$$Skor\ Akhir = \frac{Perolehan\ skor}{8} \times 4$$

Kriteria:

Sangat Baik : 3,66 – 4,00

Baik : 2,66 – 3,65

Cukup : 1,66 – 2,65

Kurang : < 1,65