

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan	: SD Negeri 10 Banda Aceh
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Tema/Sub Tema	: 6 Organ Tubuh Manusia dan Hewan/2. Organ Tubuh Manusia dan Hewan
Kelas/Semester	: V/II
Materi Pokok	: Bahaya Merokok
Alokasi Waktu	: 1 x 10 Menit
Pelajaran ke	: 1 (Simulasi Mengajar)

A. KOMPETENSI INTI

3. Memahami pengetahuan faktual dan konseptual dengan cara mengamati, menanya, dan mencoba berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, sekolah, dan tempat bermain.
4. Menyajikan pengetahuan faktual dan konseptual dalam bahasa yang jelas, sistematis, dan logis, dan kritis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak.

B. KOMPETENSI DASAR

- 3.10 Memahami bahaya merokok, minuman keras, dan narkotika, zat-zat aditif (NAPZA) dan obat berbahaya lainnya terhadap kesehatan tubuh.
- 4.10 Memaparkan bahaya merokok, meminum minuman keras, dan mengonsumsi narkotika, zat-zat aditif (NAPZA) dan obat berbahaya lainnya terhadap kesehatan tubuh.

C. INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI

- 3.10.1 Menjelaskan bahaya merokok, minuman keras dan narkotika, psikotropika terhadap kesehatan tubuh.
- 4.10.1 Memaparkan penyakit-penyakit yang diakibatkan oleh kebiasaan merokok

D. TUJUAN PEMBELAJARAN

Setelah mempelajari materi ini peserta didik diharapkan mampu :

1. Menjelaskan bahaya merokok terhadap kesehatan tubuh.
2. Memahami perlunya menghindari merokok dan perokok untuk menjaga kesehatan tubuh.
3. Mengenali zat-zat yang terkandung dalam rokok dan bahayanya bagi kesehatan tubuh
4. Memaparkan penyakit-penyakit yang diakibatkan oleh kebiasaan merokok bagi kesehatan tubuh dengan bahasa sendiri.

E. MATERI PEMBELAJARAN

1. Faktual;
 - Merokok yaitu menghisap asap yang berasal dari tembakau

- Minuman keras adalah minuman yang mengandung alkohol tingkat ringgi
- 2. Konseptual:
 - Nikotin atau alkohol yang masuk kedalam tubuh akan merusak bagian-bagian dalam tubuh kita
- 3. Prosedural
 - Memaparkan bahaya merokok, minuman keras dan narkotika serta psikotropika

F. METODE PEMBELAJARAN

1. Pendekatan : Scientific Learning
2. Model Pembelajaran : Discovery Learning



G. MEDIA PEMBELAJARAN

- Lembar Kerja Peserta Didik

H. SUMBER BELAJAR

- Buku Guru dan Buku Siswa Kurikulum 2013 Revisi 2018 Pelajaran Jasmani Olahraga Kesehatan Kelas 5.
- Internet, dan sumber lain yang relevan

I. LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN

NO	KEGIATAN	DESKRIPSI KEGIATAN	ALOKASI WAKTU
1.	PENDAHULUAN	<ul style="list-style-type: none"> • Guru memberi salam dan mengajak siswa berdoa • Mengabsensi kehadiran siswa • Guru menegur siswa yang tidak berpakaian lengkap • Memastikan siswa telah duduk sesuai kelompok masing-masing • Guru bertanya kepada siswa tentang pelajaran yang lalu, kemudian melanjutkan pelajaran yang akan diberikan hari ini 	5 menit
2.	INTI	<p>Fase-1 : <i>Stimulation</i> (pemberian rangsangan) <u>Mengamati</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik diminta mengamati gambar yang disajikan <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">   </div> <ul style="list-style-type: none"> • Guru membagikan LKPD untuk setiap kelompok dan peserta didik mengamati LKPD yang telah dibagikan <p>Fase 2 : <i>Problem Statement</i> (Pertanyaan / Identifikasi Masalah) <u>Menanya</u></p>	25 menit

		<ul style="list-style-type: none"> • Guru memberikan stimulus dengan memberikan pertanyaan berupa, "Apa yang dimaksud dengan rokok dan bagaimana perasaan kalian kalau berada di dekat asap rokok?" "Berbahaya tidak bagi tubuh orang yang merokok?" <p>Fase 3 : <i>Data Collection</i> (Pengumpulan Data) <u>Mengumpulkan informasi</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik membaca materi yang ada di buku paket kelas • Guru membimbing peserta didik dalam kelompok untuk mendiskusikan masalah yang ada di LKPD <p>Fase 4 : <i>Data Processing</i> (Pengolahan Data) <u>Mengasosiasikan:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Tempelkan hasil kerja setelah berdiskusi di dinding • Diskusikan hasil yang diperoleh dalam LKPD <p>Fase 5 : <i>Verification</i> (Pembuktian) <u>Mengkomunikasikan</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik mendiskusikan hasil jawaban mereka dengan teman kelompoknya • Dengan memperhatikan masalah dalam LKPD dan buku siswa, peserta didik dapat menjelaskan bahaya merokok terhadap kesehatan tubuh • Peserta didik diminta untuk memeriksa dugaan tentang bahaya merokok terhadap kesehatan tubuh • Generalisasikan jawaban • Setiap kelompok mempresentasikan hasil kerja mereka kepada kelompok lain dengan teknik karya kunjung <p>Fase 6 : <i>Menarik kesimpulan</i> (Generalization)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Setiap kelompok menarik kesimpulan hasil presentasi hasil kerja mereka. 	
3.	PENUTUP	<ul style="list-style-type: none"> • Guru membimbing peserta didik menyimpulkan tentang perbedaan konsep permutasi dan kombinasi • Setiap kelompok diberikan penghargaan berdasarkan keberhasilan belajar kelompoknya. • Setelah aktivitas belajar, guru bertanya kepada siswa tentang perasaan mereka setelah melakukan tahu bahaya merokok • Guru memberi apresiasi kepada siswa atas kesungguhan mereka mengikuti pelajaran • Siswa melakukan refleksi kegiatan dengan arahan guru • Guru mengingatkan siswa untuk mensyukuri nikmat tubuh sehat yang telah diberikan Allah kepadanya dan menjauhi asap rokok baik di rumah atau diluar rumah. 	5 menit

J. PENILAIAN

1. Penilaian Sikap : Teknik Non Tes, Bentuk Pengamatan sikap dalam pembelajaran
2. Penilaian pengetahuan : Teknik Tes Tertulis, Bentuk Uraian
3. Penilaian Keterampilan : Teknik Non Tes, Bentuk Kinerja

Mengetahui:
Kepala SD Negeri 10 Banda Aceh

Banda Aceh,
Guru PJOK

(.....)
NIP:

(Mukhlis, S.Pd., M. Pd)
NIP: 19790503 200312 1 003

Lampiran 2

Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD)




Mata Pelajaran : PJOK
 Materi : Rokok
 Sub Materi : Bahaya Merokok
 Kelas / Semester : V/II
 Waktu : 1 x 10 menit (Simulasi Mengajar)

Nama Kelompok :
 Nama Anggota :

- 1.
- 2.
- 3.

Petunjuk:

- Tulislah nama anggota kelompok dan nama anggota kelompok pada kolom yang disediakan
- Lakukan kegiatan dalam kelompok masing-masing

No	Gambar atau Petunjuk	Hasil
1.	<p>Diskusikan dengan kelompok tentang zat-zat yang terkandung pada rokok</p> 	<p>Zat-zat yang terkandung dalam rokok yaitu</p>
2.	<p>Diskusikan dengan kelompok tentang bahaya atau penyakit yang diakibatkan oleh kebiasaan merokok</p> 	<p>Penyakit yang diakibatkan oleh kebiasaan merokok</p>
3.	<p>Diskusikan dengan kelompok tentang jenis-jenis rokok</p> 	<p>Cara mencegah bahaya merokok yaitu:</p>

4.

Diskusikan dengan kelompok tentang perasaanmu apabila anggota tubuhmu seperti gambar dibawah

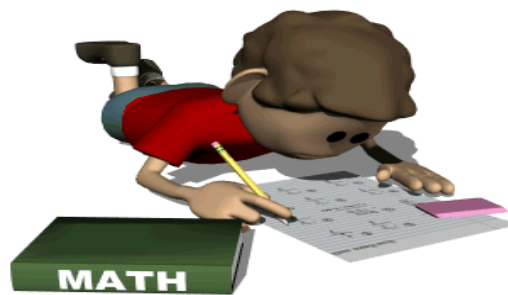


Ceritakan perasaanmu

Tugas Individu

- Di saat kamu berpergian ke suatu tempat menggunakan transportasi kendaraan umum terdapat beberapa penumpang didalam kendaraan tersebut. Diantara sejumlah penumpang ternyata ada satu orang yang merokok. Menurut pendapat kamu, apakah merokok itu hanya membahayakan orang yang merokok saja? Berikan pendapatmu!
- Apakah tindakan terbaik yang kamu lakukan terhadap orang yang merokok di dalam kendaraan umum?

Selamat Bekerja!



INSTRUMEN PENILAIAN KOMPETENSI PENGETAHUAN

Sub Topik : Bahaya Rokok

Kompetensi Dasar : 3.10. Memahami bahaya merokok, minuman keras, dan narkotikan, zat-zat aditif (NAPZA) dan obat berbahaya lainnya terhadap kesehatan tubuh.

No	Soal	Penyelesaian	Skor
1	Tuliskan 3 macam zat berbahaya yang terkandung di dalam rokok	Tar, nikotin dan karbon monoksida	50
2	Tuliskan pengertian rokok filter!	Rokok filter adalah jenis rokok yang diartikan sebagai rokok tanpa campuran cengkih seperti pada rokok kretek	50
		Total	100

$$\text{Skor maks} = \frac{\text{skor yang diperoleh}}{\text{skor total}} \times 100$$

Pedoman penskoran jawaban soal:

No	Aspek Penilaian	Bobot	Rubrik Penilaian	Skor	Nilai
1.	Pemahaman masalah terhadap bahaya rokok	50	Memahami masalah dengan tepat	50	
			Memahami sebagian besar masalah dengan tepat	30	
			Memahami sebagian kecil masalah dengan tepat	10	
			Tidak ada respon/jawaban	0	
2.	Kebenaran jawaban akhir soal	50	Jawaban benar (lihat kunci jawaban)	50	
			Jawaban hampir benar	30	
			Jawaban salah	10	
			Tidak ada respon/jawaban	0	

Jurnal Pengamatan Sikap Spiritual/Sosial

No	Tanggal	Nama Peserta didik	Catatan Perilaku	Butir Sikap	Positif/Negatif	Rencana Tindak Lanjut
1					-	
2					+	
3						

Analisis Hasil Penilaian

No.	Nama Peserta Didik	Nilai Harian	Tuntas/Belum Tuntas	Tindak Lanjut
1				

2				
3				

Program Remedial dan Pengayaan

No	Nama Peserta Didik	Indikator Pencapaian Kompetensi (IPK)	Pengayaan/ Remedial	Rencana Kegiatan
1				
2				
3				