

RPP PEARTHEACHING CALON FASIL PGP

Sekolah :SD Negeri Dinas Pendidikan Pidie Jaya
Mata Pelajaran : PJOK
Kelas/Semester : 5/2 (Genap)
Materi :Bahaya Merokok, Miras, Narkotika, Psikotropika
Alokasi Waktu : 15 menit

A. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti kegiatan pembelajaran yang menggunakan pendekatan Sainstifik dan Model problem Basic Learning diharapkan siswa mampu:

1. Melalui menyimak informasi dan peragaan materi tentang bahaya merokok, minuman keras, dan narkotika, psikotropika, zat-zat aditif (NAPZA) siswa dapat menjelaskan penertian Narkoba serta bahaya merokok dan bahaya Narkoba dengan benar
2. Melalui diskusi Kelompok Siswa membuat kesimpulan tentang bahaya merokok, serta Narkoba terhadap kesehatan tubuh dengantepat.
3. Melalui kerjassama dengan kelompok siswa dapat mempresentasi hasil diskusi kedepan kelas dengan percaya diri

B. Langkah-langkah Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi	Alokasi Waktu
Pendahuluan		
	<p>Guru</p> <p>Orientasi</p> <ul style="list-style-type: none">• Kelas dibuka dengan salam, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa.• Kelas dilanjutkan dengan doa dipimpin oleh salah seorang siswa. Siswa yang diminta membaca doa adalah siswa yang hari itu datang paling awal (<i>Menghargai kedisiplinan siswa</i>)• Siswa diingatkan untuk selalu mengutamakan <i>sikap disiplin</i> setiap saat dan manfaatnya bagi tercapainya cita – cita.• Menyanyikan salah satu <i>Lagu Wajib/Lagu Nasional</i>. Guru memberikan penguatan tentang pentingnya menanamkan semangat <i>Nasionalisme</i>.• Siswa diminta untuk memeriksa kerapian diri dan kebersihan kelas• Siswa memperhatikan penjelasan guru tentang tujuan, manfaat dan aktivitas pembelajaran yang akan dilakukan.• Siswa menyimak penjelasan guru tentang pentingnya	3 menit

	<p>sikap <i>disiplin, kerjasama, dan mandiri</i> yang akan dikembangkan dalam pembelajaran.</p> <p>Apersepsi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mengaitkan materi/tema/kegiatan pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik dengan materi/tema/kegiatan sebelumnya. • Mengingat kembali materi prasyarat dengan bertanya. • Mengajukan pertanyaan yang ada keterkaitannya dengan pelajaran yang akan dilakukan <p>Motivasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari dalam kehidupan sehari-hari • Apabila materi tema/projek ini kerjakan dengan baik dan sungguh-sungguh ini dikuasai dengan baik, maka peserta didik diharapkan dapat menjelaskan tentang materi sesuai tema • Menyampaikan tujuan pembelajaran pada pertemuan yang berlangsung • Mengajukan pertanyaan 	
Kegiatan Inti	Materi : <i>Bahaya Merokok, Miras, Narkotika, Psikotropika</i>	
<p>Sintak Model Pembelajaran</p> <p>Stimulation (stimulasi/pemberian rangsangan)</p>	<p>Peserta didik diberi motivasi atau rangsangan untuk memusatkan perhatian pada topik materi : <i>Bahaya Merokok, Miras, Narkotika, Psikotropika</i> dengan cara :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melihat (tanpa atau dengan Alat) Menayangkan gambar/foto/video yang relevan • Mengamati Siwa mengamati tanyang vidio Materi Ajar tentang Bahaya Merokok dan Narkoba (Teliti, cermat) • Menulis Melakukan Tanya jawab Menulis resume dari hasil pengamatan vidio : <i>Bahaya Merokok, Miras, Narkotika, Psikotropika</i> • Menyimak Penjelasan pengantar kegiatan secara garis besar/global tentang materi pelajaran mengenai materi : <i>Bahaya Merokok, Miras, Narkotika, Psikotropika</i> 	10 menit
Problem statemen (pertanyaan/identifikasi masalah)	<p>CRITICAL THINKING (BERPIKIR KRITIK)</p> <p>Guru memberikan kesempatan pada peserta didik untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin pertanyaan yang berkaitan dengan vidid yang disajikan dan akan dijawab melalui kegiatan belajar, contohnya :</p> <p>Mengajukan pertanyaan tentang materi :</p> <p>:<i>Bahaya Merokok, Miras, Narkotika, Psikotropika</i></p>	

	<p>yang tidak dipahami dari apa yang diamati atau pertanyaan untuk mendapatkan informasi tambahan tentang apa yang diamati (dimulai dari pertanyaan faktual sampai ke pertanyaan yang bersifat hipotetik) untuk mengembangkan kreativitas, rasa ingin tahu, kemampuan merumuskan pertanyaan untuk membentuk pikiran kritis yang perlu untuk hidup cerdas dan belajar sepanjang hayat</p>	
<p>Data collection (pengumpulan data)</p>	<p>Peserta didik mengumpulkan informasi yang relevan untuk menjawab pertanyaan yang telah diidentifikasi melalui kegiatan:</p> <p>Berdiskusi dalam kelompok</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengamati dengan seksama materi sub :<i>Bahaya Merokok, Miras, Narkotika, Psicotropika</i> yang sedang dipelajari dalam bentuk gambar di buku siswa <p>Membaca sumber lain selain buku teks atau mencari bahan di internet</p> <ul style="list-style-type: none"> Secara disiplin melakukan kegiatan literasi dengan mencari dan membaca berbagai referensi dari berbagai sumber guna menambah pengetahuan dan pemahaman tentang materi :<i>Bahaya Merokok, Miras, Narkotika, Psicotropik dan cara menghindari kecanduan merokok</i> <p>Wawancara/tanya jawab dengan siswa</p> <ul style="list-style-type: none"> mengajukan pertanyaan berkaitan dengan materi :<i>Bahaya Merokok, Miras, Narkotika, Psicotropika</i> yang telah disusun dalam daftar pertanyaan kepada guru <p>COLLABORATION (KERJA SAMA)</p> <p>Peserta didik</p> <p>Mendiskusikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik dan guru secara bersama-sama membahas contoh dalam buku paket mengenai materi : <i>Bahaya Merokok, Miras, Narkotika, Psicotropika</i> <p>Mengumpulkan informasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Mencatat semua informasi tentang materi : <i>Bahaya Merokok, Miras, Narkotika, Psicotropika</i> yang telah diperoleh pada buku catatan dengan tulisan yang rapi dan menggunakan bahasa Indonesia yang baik dan benar <p>Mempresentasikan ulang</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik mengkomunikasikan secara lisan atau mempresentasikan materi dengan rasa percaya diri sub tema :<i>Bahaya Merokok, Miras, Narkotika, Psicotropika</i> sesuai dengan pemahamannya <p>Saling tukar informasi tentang materi:</p> <ul style="list-style-type: none"> :<i>Bahaya Merokok, Miras, Narkotika, Psicotropika</i> dengan ditanggapi aktif oleh peserta didik dari kelompok lainnya sehingga diperoleh sebuah pengetahuan baru yang dapat dijadikan sebagai bahan diskusi kelompok kemudian, dengan menggunakan metode ilmiah yang terdapat pada buku 	

	<p>pegangan peserta didik atau pada lembar kerja yang disediakan dengan cermat untuk mengembangkan sikap teliti, jujur, sopan, menghargai pendapat orang lain, kemampuan berkomunikasi, menerapkan kemampuan mengumpulkan informasi melalui berbagai cara yang dipelajari, mengembangkan kebiasaan belajar dan belajar sepanjang hayat</p>	
Data processing (pengolahan Data)	<p>COLLABORATION (KERJASAMA) dan CRITICAL THINKING (BERPIKIR KRITIK)</p> <p>Peserta didik dalam kelompoknya berdiskusi mengolah data hasil pengamatan dengan cara :</p> <p>Berdiskusi tentang data dari Materi : <i>:Bahaya Merokok, Miras, Narkotika, Psikotropika</i></p> <p>mengolah informasi dari materi : <i>Bahaya Merokok, Miras, Narkotika, Psikotropika</i> yang sudah dikumpulkan dari hasil kegiatan/pertemuan sebelumnya mau pun hasil dari kegiatan mengamati dan kegiatan mengumpulkan informasi yang sedang berlangsung dengan bantuan pertanyaan-pertanyaan pada lembar kerja. peserta didik mengerjakan beberapa soal mengenai materi <i>:Bahaya Merokok, Miras, Narkotika, Psikotropika</i></p>	
Verification (pembuktian)	<p>CRITICAL THINKING (BERPIKIR KRITIK)</p> <p>Peserta didik mendiskusikan hasil pengamatannya dan memverifikasi hasil pengamatannya dengan data-data atau teori pada buku sumber melalui kegiatan :</p> <p>Menambah keluasan dan kedalaman sampai kepada pengolahan informasi yang bersifat mencari solusi dari berbagai sumber yang memiliki pendapat yang berbeda sampai kepada yang bertentangan untuk mengembangkan sikap jujur, teliti, disiplin, taat aturan, kerja keras, kemampuan menerapkan prosedur dan kemampuan berpikir induktif serta deduktif dalam membuktikan tentang materi : <i>:Bahaya Merokok, Miras, Narkotika, Psikotropika</i></p> <p>antara lain dengan : Peserta didik dan guru secara bersama-sama membahas jawaban soal-soal yang telah dikerjakan oleh peserta didik.</p>	
Generalization (menarik kesimpulan)	<p>COMMUNICATION (BERKOMUNIKASI)</p> <p>Peserta didik berdiskusi untuk menyimpulkan</p> <p>Menyampaikan hasil diskusi tentang materi : <i>Bahaya Merokok, Miras, Narkotika, Psikotropika</i> berupa kesimpulan berdasarkan hasil analisis secara lisan, tertulis, atau media lainnya untuk mengembangkan sikap jujur, teliti, toleransi, kemampuan berpikir sistematis, mengungkapkan pendapat dengan sopan.</p> <p>Mempresentasikan hasil diskusi kelompok secara klasikal tentang materi : <i>:Bahaya Merokok, Miras, Narkotika, Psikotropika</i></p> <p>Mengemukakan pendapat atas presentasi yang dilakukan tentang materi : <i>:Bahaya Merokok, Miras, Narkotika,</i></p>	

	<p><i>Psikotropik</i>adan ditanggapi oleh kelompok yang mempresentasikan Bertanya atas presentasi tentang materi : <i>Bahaya Merokok, Miras, Narkotika, Psikotropika</i> yang dilakukan dan peserta didik lain diberi kesempatan untuk menjawabnya.</p> <p>CREATIVITY (KREATIVITAS)</p> <p>Menyimpulkan tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan berupa : Laporan hasil pengamatan secara <i>tertulis</i> tentang materi : <i>:Bahaya Merokok, Miras, Narkotika, Psikotropika</i> Menjawab pertanyaan tentang materi : <i>Bahaya Merokok, Miras, Narkotika, Psikotropika</i> yang terdapat pada buku pegangan peserta didik atau lembar kerja yang telah disediakan Bertanya tentang hal yang belum dipahami, atau guru melemparkan beberapa pertanyaan kepada siswa berkaitan dengan materi : <i>Bahaya Merokok, Miras, Narkotika, Psikotropika</i> yang akan selesai dipelajari Menyelesaikan uji kompetensi untuk materi : <i>Bahaya Merokok, Miras, Narkotika, Psikotropika</i> yang terdapat pada buku pegangan peserta didik atau pada lembar kerja yang telah disediakan secara individu untuk mengecek penguasaan siswa terhadap materi pelajaran</p>	
<p>Catatan : Selama pembelajaran berlangsung, guru mengamati sikap siswa dalam pembelajaran yang meliputi sikap: nasionalisme, disiplin, rasa percaya diri, berperilaku jujur, tangguh menghadapi masalah tanggungjawab, rasa ingin tahu, peduli lingkungan</p>		
<p>Penutup</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa bersama guru melakukan refleksi atas pembelajaran yang telah berlangsung ; <ul style="list-style-type: none"> ➤ Apa saja yang telah dipahami siswa? ➤ Apa yang belum dipahami siswa? ➤ Bagaimana perasaan selama pembelajaran? Materi tentang sub tema: yang baru dilakukan • Siswa bersama guru menyimpulkan hasil pembelajaran. • Siswa menyimak penjelasan guru tentang aktivitas pembelajaran pada pertemuan selanjutnya. Termasuk menyampaikan kegiatan bersama orangtua • Siswa menyimak cerita motivasi tentang pentingnya sikap <i>Disiplin, kerjasama, dan syukur</i> • Kelas ditutup dengan doa bersama dipimpin salah seorang siswa. 	<p>2.Menit</p>

7. Seseorang yang minum-minuman keras akan mabuk. Saat mabuk, orang tersebut mengalami perubahan fisik yang ditandai dengan
- A. kemampuan berpikir meningkat C. mudah tersinggung
 B. bicara tidak karuan D. mata merah

8. Perhatikan keterangan berikut!

1. Denyut nadi meningkat.
2. Daya ingat menurun.
3. Muncul rasa takut dan panik.
4. Terjadi depresi.
5. Terjadi kejang.

Dampak penyalahgunaan ganja ditunjukkan oleh angka

- A. 1, 2, dan 3
- B. 1, 3, dan 5
- C. 2, 3, dan 4
- D. 3, 4, dan 5

9. Perhatikan ciri-ciri berikut!

1. Obat penenang.
2. Pencegah kuman.
3. Menyebabkan tertidur.
4. Obat pencegah muntah.

Ciri-ciri sedativa-hipnotika ditunjukkan oleh angka

- A. 1) dan 2)
- B. 1) dan 3)
- C. 2) dan 3)
- D. 2) dan 4)

10. Prevensi merupakan salah satu upaya untuk menanggulangi masalah narkoba. Contoh tindakan prevensi ialah

- A. mengikuti program rehabilitasi
- B. mengikuti kegiatan ekstrakurikuler
- C. mengadakan kegiatan belajar bersama
- D. mengikuti penyuluhan bahaya narkoba

Kunci jawaban:

NO	Kunci Jawaban	NO	Kunci Jawaban
1	D	6	B
2	C	7	C
3	D	8	C
4	D	9	B
5	C	10	D

3. Penilaian Keterampilan

Contoh instrumen penilaian unjuk kerja sebagai berikut:

Instrumen Penilaian Diskusi

No	Aspek yang Dinilai	100	75	50	25
1	Penguasaan materi diskusi				
2	Kemampuan menjawab pertanyaan				
3	Kemampuan mengolah kata				
4	Kemampuan menyelesaikan masalah				

Kriteria penilaian (skor)

100 = Sangat Baik

50 = Kurang Baik

75 = Baik

25 = Tidak Baik

Cara mencari nilai (N) = Jumlah skor yang diperoleh siswa dibagi jumlah skor maksimal dikali skor ideal (100)

Instrumen Penilaian Presentasi

No	Aspek yang Dinilai	Sangat Baik (100)	Baik (75)	Kurang Baik (50)	Tidak Baik (25)
1	Kesesuaian respon dengan pertanyaan				
2	Keserasian pemilihan kata				
3	Kesesuaian penggunaan tata bahasa				
4	Pelafalan				

Keterangan :

100 = Sangat Baik

50 = Kurang Baik

75 = Baik

25 = Tidak Baik

Lembar Kerja Peserta Didik siswa (LKPD) 1

Tuliskanlah Hasil Pengamatan Video, bacaan dan hasil diskusi dalam kelompokmu dalam LKPD di bawah ini atau laporkan sesuai dengan hasil kreasi KLP MU!

NO	Bahaya Merokok	Bahaya Narkoba
1		
2		
3		
4		
5		

Tuliskan kesimpulanMU!

BAHAN AJAR BAHYA MEROKOK dan NARKOBA

Kita sering mendengar tentang bahaya merokok karena merokok adalah kegiatan buruk. Merokok dapat merugikan kesehatan kita. Dalam rokok terdapat racun yang bernama nikotin. Kegiatan lain yang merugikan kesehatan selain merokok adalah minum minuman keras. Dalam minuman keras terdapat zat yang bernama alkohol. Apabila masuk dalam tubuh kita baik nikotin dan alkohol akan merusak bagian tubuh kita. Tahukan kalian tentang bahaya merokok bagi kesehatan? Tahukah kalian tentang bahaya minuman keras bagi kesehatan? Nah, untuk lebih jelasnya, pelajari dengan saksama uraian berikut ini.

A. Bahaya Merokok bagi Kesehatan

Merokok adalah kegiatan menghisap asap yang berasal dari tembakau. Bahan utama untuk membuat rokok adalah tembakau. Dalam tembakau terdapat sebuah racun yang bernama *nikotin*. Apabila masuk ke dalam tubuh, nikotin akan menyerang

selaput-selaput halus pada saluran pernapasan dan alat-alat peredaran darah. Apabila nikotin terlalu banyak dihisap dapat mengakibatkan hal-hal sebagai berikut:

1. denyut jantung yang luar biasa,
2. denyut nadi tidak teratur,
3. badan gemetar,
4. sukar tidur,
5. gangguan mata, dan
6. gangguan pencernaan.



Gambar 12.1 Merokok dapat menyebabkan penyakit batuk

Oleh karena rokok sangat berbahaya, maka sebaiknya kita tidak merokok. Apabila sudah telanjur merokok, sebaiknya menghentikan kebiasaan merokok. Cara-cara yang dapat dilakukan untuk menghindari bahaya rokok adalah sebagai berikut.

1. Tidak mencoba-coba untuk merokok karena akan ketagihan.
2. Menghindarkan diri dari orang yang merokok.
3. Membuang semua rokok dan tembakau yang dimiliki.
4. Berdoa kepada Tuhan agar dapat menghentikan kebiasaan merokok.
5. Mandi dengan air hangat dua kali sehari.
6. Latihan gerak badan dan jalan-jalan di tempat terbuka.
7. Tidak menahan lapar terlalu lama.

• **Bahaya dan Dampak Narkoba pada Hidup dan Kesehatan**

Peredaran dan dampak narkoba saat ini sudah sangat meresahkan. Mudah-mudahan mendapat bahan berbahaya tersebut membuat penggunaannya semakin meningkat. Tak kenal jenis kelamin dan usia, semua orang berisiko mengalami kecanduan jika sudah mencicipi zat berbahaya ini. Meski ada beberapa jenis yang diperbolehkan dipakai untuk keperluan pengobatan, namun tetap saja harus mendapatkan pengawasan ketat dari dokter. Ada banyak bahaya narkoba bagi hidup dan kesehatan, di antaranya adalah:

Dehidrasi

Penyalahgunaan zat tersebut bisa menyebabkan keseimbangan elektrolit berkurang. Akibatnya badan kekurangan cairan. Jika efek ini terus terjadi, tubuh akan kejang-kejang, muncul halusinasi, perilaku lebih agresif, dan rasa sesak pada bagian dada. Jangka panjang dari dampak dehidrasi ini dapat menyebabkan kerusakan pada otak.

Halusinasi

Halusinasi menjadi salah satu efek yang sering dialami oleh pengguna narkoba seperti ganja. Tidak hanya itu saja, dalam dosis berlebih juga bisa menyebabkan muntah, mual, rasa takut yang berlebih, serta gangguan kecemasan. Apabila pemakaian berlangsung lama, bisa mengakibatkan dampak yang lebih buruk seperti gangguan mental, depresi, serta kecemasan terus-menerus.

Menurunnya Tingkat Kesadaran

Pemakai yang menggunakan obat-obatan tersebut dalam dosis yang berlebih, efeknya justru membuat tubuh terlalu rileks sehingga kesadaran berkurang drastis. Beberapa kasus si pemakai tidur terus dan tidak bangun-bangun. Hilangnya kesadaran tersebut membuat koordinasi tubuh terganggu, sering bingung, dan terjadi perubahan perilaku. Dampak narkoba yang cukup berisiko tinggi adalah hilangnya ingatan sehingga sulit mengenali lingkungan sekitar.

Kematian

Dampak narkoba yang paling buruk terjadi jika si pemakai menggunakan obat-obatan tersebut dalam dosis yang tinggi atau yang dikenal dengan overdosis. Pemakaian sabu-sabu, opium, dan kokain bisa menyebabkan tubuh kejang-kejang dan jika dibiarkan dapat menimbulkan kematian. Inilah akibat fatal yang harus dihadapi jika sampai kecanduan narkotika, nyawa menjadi taruhannya.

Gangguan Kualitas Hidup

Bahaya narkoba bukan hanya berdampak buruk bagi kondisi tubuh, penggunaan obat-obatan tersebut juga bisa mempengaruhi kualitas hidup misalnya susah berkonsentrasi saat bekerja, mengalami masalah keuangan, hingga harus berurusan dengan pihak kepolisian jika terbukti melanggar hukum.

Pemakaian zat-zat narkotika hanya diperbolehkan untuk kepentingan medis sesuai dengan pengawasan dokter dan juga untuk keperluan penelitian. Sebaliknya, obat-obatan tersebut tidak memberikan dampak positif bagi tubuh. Yang ada, kualitas hidup menjadi terganggu, relasi dengan keluarga kacau, kesehatan menurun, dan yang paling buruk adalah menyebabkan kematian. Karena itu, jangan coba-coba memakai barang berbahaya tersebut karena risikonya sangat tinggi bagi hidup dan kesehatan.



- Hindari berkumpul dengan teman - teman yang sedang merokok
- Yakinkan, bahwa rokok bukan satu - satunya sarana pergaulan
- Jangan malu mengatakan bahwa diri kita bukan perokok
- Perbanyak mencari informasi tentang bahaya rokok
- Hindari sesuatu yang terkait tentang rokok (sponsor, iklan, poster, rokok gratis)
- Lakukan hal - hal positif lainnya, seperti : olahraga, membaca atau hobi lain yang menyehatkan