

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP) KURIKULUM 2013**

Satuan Pendidikan : SD Negeri 25 Indralaya
Kelas / Semester : 5 /1
Tema : Sehat Itu Penting (Tema 4)
Sub Tema : Cara Memelihara Kesehatan Organ Peredaran Darah Manusia (Sub Tema 3)
Pembelajaran ke : 1
Alokasi waktu : 10 menit

A. KOMPETENSI INTI

1. Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya.
2. Memiliki perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman dan guru.
3. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati [mendengar, melihat, membaca] dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, sekolah.
4. Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas dan logis dan sistematis, dalam karya yang estetis dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

B. KOMPETENSI DASAR DAN INDIKATOR

Muatan : Bahasa Indonesia

No	Kompetensi	Indikator
3.6	Menggali isi dan amanat pantun yang disajikan secara lisan dan tulis dengan tujuan untuk kesenangan.	3.6.1 Menjelaskan isi pantun secara lisan, tertulis, dan runtut.
4.6	Melisankan pantun hasil karya pribadi dengan lafal, intonasi, dan ekspresi yang tepat sebagai bentuk ungkapan diri	4.6.1 Membacakan pantun dengan lafal dan intonasi yang tepat. 4.6.2 Memasangkan isi pantun dari sampiran yang telah ditentukan guru

Muatan : IPA

No	Kompetensi	Indikator
3.4	Memahami organ peredaran darah dan fungsinya pada hewan dan manusia serta cara memelihara kesehatan organ peredaran darah.	3.4.1 Menyebutkan penyakit yang mempengaruhi organ peredaran darah pada manusia 3.4.2 Menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah.
4.4	Menyajikan karya tentang organ peredaran darah pada manusia.	4.4.1 Menentukan gambar yang tepat dengan cara menjaga kesehatan organ tubuh

C. TUJUAN

1. Setelah mendengarkan guru membaca pantun dengan lafal dan intonasi yang tepat, peserta didik dapat membacakan pantun dengan lafal dan intonasi yang tepat
2. Setelah membaca pantun, peserta didik dapat menjelaskan isi pantun secara lisan dan runtut
3. Setelah berdiskusi, peserta didik dapat memasangkan isi pantun dari sampiran yang telah ditentukan guru dengan benar.
4. Setelah membaca pantun, peserta didik dapat menjelaskan isi pantun secara lisan dan runtut

5. Setelah membaca teks bacaan “kesehatan organ peredaran darahku”, peserta didik dapat menyebutkan beberapa penyakit yang dapat mempengaruhi kesehatan organ peredaran darah manusia.
6. Setelah membaca teks bacaan “kesehatan organ peredaran darahku”, peserta didik dapat menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah dengan tepat.
7. Setelah berdiskusi, peserta didik dapat menentukan gambar yang tepat dengan cara menjaga kesehatan organ tubuh dengan tepat.

D. MATERI

1. Penyakit Yang Menyerang Sistem Peredaran Darah Manusia Dan Cara Menjaga Kesehatan tubuh.
2. pengertian pantun dan cara membaca pantun dengan benar.

E. PENDEKATAN & METODE

Pendekatan	: <i>Scientific</i>
Strategi	: <i>Cooperative Learning</i>
Teknik	: <i>STAD</i>
Metode	: Penugasan, Tanya Jawab, Diskusi dan Ceramah

F. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pembukaan	<p>Pendahuluan:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru menyapa siswa, menanyakan kabar, dan mengecek kehadiran siswa. 2. Guru melakukan pengondusifan kelas seperti: merapikan pakaian, meja dan kursi, sampah, ventilasi dan papan tulis. 3. Peserta didik berdoa bersama untuk mengawali pembelajaran. <p>Apersepsi:</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Guru memberikan pantun kepada peserta didik 5. Peserta didik diminta untuk membacakan pantun dengan lafal dan intonasi yang tepat. 6. Peserta didik diberikan pertanyaan lebih lanjut mengenai pantun yang dibacakan oleh guru. <p>Motivasi:</p> <p>Guru menyampaikan tema, sub tema, tujuan pembelajaran dan langkah-langkah saintifik. (mengamati, menanya, mencoba, menalar, dan mengkomunikasikan).</p>	2 menit
Inti	<p>Langkah-Langkah Pembelajaran</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik diberikan penjelasan lebih lanjut mengenai pantun. 2. Peserta didik diminta duduk secara berkelompok. Satu kelompok terdiri dari 4 orang peserta didik. 3. Peserta didik dibagikan teks bacaan “kesehatan organ peredaran darahku”. 4. Peserta didik diberikan pertanyaan yang berkaitan dengan teks bacaan tersebut. 5. Peserta didik dibagikan LKPD. 6. Peserta didik diminta untuk berdiskusi untuk 	7 menit

	<p>mengerjakan LKPD yang telah dibagikan dengan bimbingan guru.</p> <ol style="list-style-type: none"> 7. Perwakilan kelompok mempresentasikan hasil diskusinya kedepan kelas 8. Guru memberikan penjelasan atau arahan jika terjadi miskonsepsi dalam presentasi hasil LKPD peserta didik 9. Kelompok yang memiliki nilai tertinggi diberikan reward oleh guru. 	
Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kegiatan diakhiri dengan peserta didik menyimpulkan pembelajaran dibimbing oleh guru. 2. Guru melakukan refleksi berdasarkan hasil belajar peserta didik dengan memberikan pertanyaan berupa: <ol style="list-style-type: none"> a. apakah pelajaran hari ini menyulitkan atau menyenangkan bagi kalian? b. pada bagian materi yang mana yang kalian tidak mengerti? 3. Peserta didik diberikan tes formatif 4. Guru memberikan penguatan dapat berupa pengayaan, PR, atau remedial. 5. Peserta didik mengakhiri pembelajaran dengan berdoa bersama. 	1 Menit

G. PENILAIAN PROSES DAN HASIL BELAJAR

1. Penilaian Sikap

- a. Prosedur tes : penilaian proses
- b. Jenis tes : Perbuatan (terlampir)
- c. Jenis penilaian : pengamatan (terlampir)
- d. Deskriptor : terlampir
- e. Lembar penilaian : terlampir

2. Penilaian Pengetahuan (kognitif)

- a. Prosedur tes : tes akhir
- b. Jenis tes : tes tertulis
- c. Bentuk instrumen : pilihan ganda/esai
- d. Instrumen penilaian :
 - 1) Soal : terlampir
 - 2) Kunci jawaban : terlampir
 - 3) Pedoman penskoran : terlampir

3. Penilaian keterampilan (psikomotor)

- a. Prosedur tes : penilaian proses
- b. Jenis tes : pengamatan
- c. Deskriptor : terlampir
- d. Lembar penilaian : terlampir

RENCANA TINDAK LANJUT HASIL PENILAIAN (REMEDIAL DAN/ATAU PEGAYAAN)

a. PENGAYAAN

1. Pengayaan diberikan untuk menambah wawasan peserta didik mengenai materi pembelajaran yang dapat diberikan kepada peserta didik yang telah tuntas mencapai KKM atau mencapai Kompetensi Dasar.
2. Pengayaan dapat ditagihkan atau tidak ditagihkan, sesuai kesepakatan dengan peserta didik.
3. Jika soal yang diberikan oleh guru kepada peserta didik berupa pengayaan, soal tersebut dapat dibantu oleh orang tua siswa.
4. Direncanakan berdasarkan IPK atau materi pembelajaran yang membutuhkan pengembangan lebih luas misalnya
 - ★ *Peserta didik yang sudah menguasai materi mengerjakan soal pengayaan yang telah disiapkan oleh guru berupa pertanyaan-pertanyaan pilihan ganda dalam buku panduan guru. Guru mencatat dan memberikan tambahan nilai bagi peserta didik yang berhasil dalam pengayaan.*

b. Pemantapan

1. Peserta didik yang memperoleh nilai mencapai KKM diberikan soal yang sejenis dengan soal formatif
2. Peserta didik yang memperoleh nilai belum mencapai KKM diberikan soal dengan tingkat kesukaran yang lebih mudah.

c. REMEDIAL

1. Remedial dapat diberikan kepada peserta didik yang belum mencapai KKM maupun kepada peserta didik yang sudah melampaui KKM. Remedial terdiri atas dua bagian : remedial karena belum mencapai KKM dan remedial karena belum mencapai Kompetensi Dasar
2. Guru memberi semangat kepada peserta didik yang belum mencapai KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal). Guru akan memberikan tugas bagi peserta didik yang belum mencapai KKM (Kriterian Ketuntasan Minimal), misalnya sebagai berikut.

“Peserta didik yang belum menguasai materi akan dijelaskan kembali oleh guru materi Guru akan melakukan penilaian kembali dengan soal yang sejenis. Remedial dilaksanakan pada waktu dan hari tertentu yang disesuaikan contoh: pada saat jam belajar, apabila masih ada waktu, atau di luar jam pelajaran (30 menit setelah jam pelajaran selesai.)”

H. SUMBER DAN MEDIA

1. Buku Pedoman Guru Tema 1 Kelas 5 dan Buku Siswa Tema 1 Kelas 5 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2014).
2. Contoh pantun menjaga kesehatan
3. Teks bacaan “kesehatan organ peredaran darahku”

Mengetahui
Kepala SDN 25 Indralaya

Indralaya, 18 Mei 2021
Guru Kelas

Lisnayati, S.Pd
NIP. 196610281988042001

Suharyati, S.Pd
NIP. 199108112014032001

INSTRUMEN PENILAIAN

Satuan Pendidikan : SDN 25 INDRALAYA
Tema : 4 (Sehat Itu Penting)
Sub Tema : 1 (Peredaran Darahku Sehat)
Kelas / Semester : V (Lima) / 1
Alokasi Waktu : 2 Menit

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Setelah membaca pantun, peserta didik dapat menjelaskan isi pantun secara lisan dan runtut
2. Setelah berdiskusi, peserta didik dapat memasang isi pantun dari sampiran yang telah ditentukan guru dengan benar.
3. Setelah membaca pantun, peserta didik dapat menjelaskan isi pantun secara lisan dan runtut
4. Setelah membaca teks bacaan “kesehatan organ peredaran darahku”, peserta didik dapat menyebutkan beberapa penyakit yang dapat mempengaruhi kesehatan organ peredaran darah manusia.
5. Setelah membaca teks bacaan “kesehatan organ peredaran darahku”, peserta didik dapat menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah dengan tepat.
6. Setelah berdiskusi, peserta didik dapat menentukan gambar yang tepat dengan cara menjaga kesehatan organ tubuh dengan tepat.

B. PENILAIAN

1. PENILAIAN SPIRITUAL DAN SIKAP

Lembar Observasi Sikap Spiritual

Nama Siswa: Kelas :

No.	Sikap yang dinilai	skor			
		4	3	2	1
1	Berdoa sebelum dan sesudah kegiatan belajar				
2	Memberi salam pada saat awal dan akhir kegiatan belajar				
3	Bersyukur ketika berhasil mengerjakan tugas belajar				
4	Memelihara hubungan baik dengan sesama umat ciptaan Tuhan Yang Maha Esa				
Skor yang diperoleh					
Skor (skala 1 – 4)					

a. Rubrik/ Pedoman Penskoran:

Contoh:

- 4 = selalu, apabila selalu melakukan sesuai pernyataan
- 3 = sering, apabila sering melakukan sesuai pernyataan dan kadang-kadang tidak melakukan
- 2 = kadang-kadang, apabila kadang-kadang melakukan dan sering tidak melakukan
- 1 = tidak pernah, apabila tidak pernah melakukan

b. Pedoman Penilaian

Perhitungan skor konversi ke skala 1 – 4 menggunakan rumus:
Nilai = skor yang diperoleh/skor maksimum x 4

2. Penilaian Afektif

No	Nama	Perubahan tingkah laku											
		Santun				Peduli				Tanggung Jawab			
		PB	C	B	SB	PB	C	B	SB	PB	C	B	SB
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1												
2												
3												
4												
5												
Dst												

Keterangan:

PB (Perlu Bimbingan) : 1, C (Cukup) : 2, B (Baik) : 3, SB (Sangat Baik) : 4

Penilaian Berdasarkan Hasil Diskusi

Berikut ini format penilaian diskusi kelompok.

No	Nama	Aspek Penilaian					Total Nilai	Presentasi
		Sikap	Keaktifan	Wawasan	Kemampuan Mengemukakan Pendapat	Kerjasama		

Keterangan: nilai maksimal 20

3. PENILAIAN KOGNITIF

IPA DAN BAHASA INDONESIA

- Teknik Penilaian : Tertulis
- Bentuk Instrumen : Soal pilihan ganda
- Instrumen :

SOAL EVALUASI

Berikanlah tanda silang (x) pada huruf A, B, C, atau D pada jawaban yang kamu anggap tepat

- Perhatikan tabel berikut!

Nama penyakit	Nomor
Asam lambung	1
Jantung koroner	2
Usus buntu	3

stroke	4
iskemia	5

Penyakit yang menyebabkan organ peredaran darah mengalami kerusakan yaitu....

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

2. Perhatikan gambar berikut!



Kegiatan diatas merupakan contoh dari...

- A. Menjaga kesehatan tubuh
- B. Menjaga kesehatan jantung
- C. Merusak kesehatan tubuh
- D. Merusak lingkungan

3. Perhatikan pantun berikut!

Warna hijau buah alpukat
 Warna merah buah semangka
 Jika ingin jadi anak sehat
 Makanan harus 4 sehat 5 sempurna

Isi pantun diatas adalah...

- A. Warna hijau buah alpukat
 Warna merah buah semangka
- B. Jika ingin jadi anak sehat
 Makanan harus 4 sehat 5 sempurna
- C. Warna merah buah semangka
 Jika ingin jadi anak sehat
- D. Warna hijau buah alpukat
 Makanan harus 4 sehat 5 sempurna

4.

.....

Olahraga tiap pagi

Agar tubuh jadi segar

Sampiran yang tepat untuk melengkapi pantun diatas adalah...

- A. Sungguh segar susu sapi
 Diminum dengan hangat
- B. Pagi hari lihat sapi

Loncat-loncat dalam pagar

C. Sungguh indah pagi ini

Lihat ayam berkokok riang

D. Aku suka kue bolu

Bolu ada di dalam saji

Kunci jawaban tes formatif

No.	Mata pelajaran	Nomor soal	skor
1	IPA	1	50
2	IPA	2	50
3	B.Indonesia	3	50
4	IPA	4	50

BAHAN AJAR

Satuan Pendidikan	: SDN 25 Indralaya
Tema	: 4 (Sehat Itu Penting)
Sub Tema	: 1 (Peredaran Darahku Sehat)
Kelas / Semester	: V (Lima) / 1
Alokasi Waktu	: 10 menit

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Setelah mendengarkan guru membaca pantun dengan lafal dan intonasi yang tepat, peserta didik dapat membacakan pantun dengan lafal dan intonasi yang tepat
2. Setelah membaca pantun, peserta didik dapat menjelaskan isi pantun secara lisan dan runtut
3. Setelah berdiskusi, peserta didik dapat memasang isi pantun dari sampiran yang telah ditentukan guru dengan benar.
4. Setelah membaca pantun, peserta didik dapat menjelaskan isi pantun secara lisan dan runtut
5. Setelah membaca teks bacaan “kesehatan organ peredaran darahku”, peserta didik dapat menyebutkan beberapa penyakit yang dapat mempengaruhi kesehatan organ peredaran darah manusia.
6. Setelah membaca teks bacaan “kesehatan organ peredaran darahku”, peserta didik dapat menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah dengan tepat.
7. Setelah berdiskusi, peserta didik dapat menentukan gambar yang tepat dengan cara menjaga kesehatan organ tubuh dengan tepat.

B. PENDAHULUAN

Bahan ajar ini digunakan untuk menjelaskan berbagai penyakit yang menyerang sistem peredaran darah manusia dan cara menjaga kesehatan tubuh dan pantun

C. URAIAN BAHAN AJAR

Penyakit Yang Menyerang Sistem Peredaran Darah Manusia Dan Cara Menjaga Kesehatan

Sistem peredaran darah berperan dalam mengirim darah, oksigen, dan nutrisi ke seluruh tubuh. Bila aliran darah ke bagian tubuh tertentu berkurang karena suatu kondisi, hal ini dapat menimbulkan berbagai gejala akibat gangguan pada sistem peredaran darah.

[Sistem peredaran darah](#) terdiri dari jantung dan pembuluh darah, yang meliputi pembuluh darah arteri, vena, dan kapiler. Jantung merupakan organ utama sistem peredaran darah yang memiliki fungsi untuk memompa darah ke seluruh tubuh.

[Arteri dan vena](#) memiliki fungsi yang berbeda. Arteri akan membawa darah keluar dari jantung ke seluruh tubuh, lalu vena membawa darah kembali ke jantung. Jaringan kapiler menghubungkan arteri dan vena, mengirim nutrisi dan oksigen ke sel tubuh, serta mengeluarkan zat sisa metabolisme, seperti karbon dioksida.

Beberapa Gangguan pada Sistem Peredaran Darah

Jika aliran darah terganggu, organ tubuh akan mengalami kerusakan dan mengakibatkan terjadinya beberapa penyakit. Berikut ini adalah beberapa gangguan pada sistem peredaran darah yang perlu Anda waspadai:

1. Tekanan darah tinggi (hipertensi)

Salah satu gangguan pada sistem peredaran darah yang paling umum terjadi adalah [tekanan darah tinggi](#). Hipertensi seringkali tidak bergejala, namun bila muncul gejala bisa berupa sakit kepala, mimisan, sesak napas, dan pusing.

Seiring berjalannya waktu, tekanan darah tinggi yang tidak diobati dapat merusak pembuluh darah dan organ tertentu seperti jantung, otak, dan ginjal.

2. Aterosklerosis

[Aterosklerosis](#) adalah kondisi ketika pembuluh darah arteri mengeras dan kaku, sehingga mengganggu aliran darah ke organ dan jaringan tubuh. Aterosklerosis terjadi karena penumpukan kolesterol, kalsium, dan jaringan ikat di dinding arteri akibat proses peradangan.

Faktor-faktor yang meningkatkan risiko terjadinya aterosklerosis, yakni tekanan darah tinggi, merokok, obesitas, dan diabetes. Pada tahap awal, aterosklerosis umumnya tidak menimbulkan gejala.

Namun, kondisi ini lama kelamaan dapat menyebabkan arteri sangat menyempit, sehingga menghambat aliran darah pada organ-organ tubuh penting, seperti otak, jantung, dan ginjal, serta bagian tubuh tertentu, seperti lengan dan kaki.

3. Serangan jantung

[Serangan jantung](#) adalah gangguan pada sistem peredaran darah yang serius dan tergolong sebagai kondisi kegawatan medis. Kondisi ini terjadi ketika suplai darah ke jantung secara tiba-tiba tersumbat. Biasanya hal ini disebabkan oleh bekuan darah di pembuluh darah jantung atau aterosklerosis.

Beberapa gejala serangan jantung, yaitu nyeri dada, sesak napas, pusing, merasa lemah, serta timbulnya perasaan cemas yang luar biasa. Penyebab utama serangan jantung adalah [penyakit jantung koroner](#).

4. Trombosis vena dalam (*deep vein thrombosis* atau DVT)

Trombosis vena dalam atau [deep vein thrombosis](#) adalah kondisi ketika pembuluh darah vena tersumbat oleh bekuan darah. Kondisi ini sering kali terjadi pada area tungkai.

Penyakit ini dapat menimbulkan gejala berupa tungkai bengkak dan nyeri, serta kulit di tungkai yang bermasalah menjadi menjadi merah dan terasa hangat. Jika tidak diobati, DVT dapat menyebabkan komplikasi berupa [emboli paru](#). Hal ini merupakan kondisi serius dan butuh penanganan medis segera.

5. Iskemia

[Iskemia](#) adalah istilah medis yang digunakan jika jaringan tidak mendapatkan suplai oksigen yang cukup, misalnya pada otot jantung. Iskemia pada jantung biasanya disebabkan oleh penyempitan atau penyumbatan satu atau lebih arteri koroner, yakni arteri yang memasok darah ke otot jantung.

6. Stroke

Stroke adalah kondisi medis serius yang dapat mengancam jiwa. [Stroke](#) terjadi saat suplai darah ke bagian otak terputus atau mengalami gangguan. Hal ini dapat menyebabkan kerusakan otak, kelumpuhan, dan bahkan kematian.

Salah satu penyebabnya adalah adanya sumbatan oleh bekuan darah di pembuluh darah yang memasok darah dan nutrisi ke otak. Semakin cepat seseorang menerima perawatan untuk stroke, semakin sedikit kerusakan yang terjadi.

Gangguan pada sistem peredaran darah bukanlah hal yang dapat dianggap sepele. Kondisi-kondisi tersebut memerlukan penanganan medis segera.

Oleh karena itu, ***untuk mencegah terjadinya gangguan pada sistem peredaran darah, penting bagi kita untuk menjalani pola hidup sehat dengan rutin berolahraga, berhenti merokok, serta mengonsumsi makanan bergizi seimbang, banyak mengonsumsi air putih, tidak mengonsumsi alkohol dan membatasi asupan garam.***

Pantun

Pantun adalah jenis puisi lama yang tiap baitnya terdiri atas empat baris serta memiliki sampiran dan isi. ciri-ciri pantun yaitu :

1. Tiap bait terdiri dari empat baris
2. Terdiri dari 8-12 suku kata dalam tiap baris
3. Memiliki sampiran dan isi
4. Berima a-b-a-b

Contoh pantun:

Pergi ke pasar membeli labu
Jangan lupa membeli sabun
Kalau ingin disayang ibu
Jadilah anak yang sopan santun

Sampiran pada pantun terdapat pada baris ke 1 dan ke 2

Isi pantun terdapat pada baris ke 3 dan 4

D. Sumber Belajar

1. Subekti, Ari. 2017. *Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013 Buku Guru Tema 4 "Sehat Itu Penting"*. Jakarta:Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
2. Subekti, Ari. 2017. *Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013 Buku Siswa Tema 4 "Sehat Itu Penting"*. Jakarta:Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
3. aladokter. 2020. <https://www.alodokter.com/jangan-anggap-sepele-gangguan-pada-sistem-peredaran-darah>

Kesehatan Organ Peredaran Darahku

Disuatu pagi, Edo dan Beni pergi berolahraga. Mereka mengelilingi kompleks perumahan mereka. Edo berlari dengan kencang hingga Beni tertinggal jauh di belakangnya. Setelah 10 menit berlalu, Edo merasa letih dan berhenti berlari. Ia duduk dibawah batang pohon sambil menunggu Beni yang belum juga tiba menghampirinya. Ia sangat letih dan haus, ia sadar bahwa ia menggunakan seluruh kemampuannya agar dapat berlari dengan kencang. Tak lama kemudian Beni menghampirinya sambil tersenyum. “Mengapa kau tersenyum seperti itu?” tanya Edo. “tidakkah kau lihat betapa pucatnya parasmu Edo?” jawab Beni. Kemudian mereka tertawa bersama. Tiba-tiba ada seorang kakek menghampiri mereka. Kakek tersebut sudah lama memperhatikan Edo yang sedari tadi mengganggu Beni tiba. “kau sangat letih rupanya. dulu kakek seperti kalian juga. Sangat bersemangat berlari di pagi hari. namun sekarang kakek tidak dapat melakukan aktivitas seperti itu lagi” cerita kakek kepada Edo dan Beni.

Mengapa kakek tidak bisa berlari lagi seperti kami? Tanya Edo. Beni pun ikut mengangguk kepala seraya menanyakan hal yang sama. “Ya.. karena kakek sudah tua. Saat ini kakek juga memiliki penyakit jantung koroner” jawab kakek. “Apa itu jantung koroner kek?” tanya Beni. Penyakit Jantung Koroner pada mulanya disebabkan oleh penumpukan lemak pada dinding dalam pembuluh darah jantung (pembuluh koroner), dan hal ini lama kelamaan diikuti oleh berbagai proses seperti penimbunan jaringan ikat, perkapuran, pembekuan darah, dll., yang kesemuanya akan mempersempit atau menyumbat pembuluh darah tersebut. ada banyak sekali penyakit organ peredaran darah. Seperti tekanan darah tinggi, stroke, Aterosklerosis dan Iskemia.

“Lalu, bagaimana cara kita agar terhindar dari penyakit itu?” tanya Edo. “kita dapat berolahraga dengan teratur, tidur secara teratur, tidak mengonsumsi banyak kafein, banyak mengonsumsi air putih, menghindari rokok dan alkohol dan mengurangi makan makanan yang berminyak dan berlemak” jawab kakek. “Wah... kita harus hidup sehat seperti itu Beni agar kita tetap sehat” jawab Edo dengan semangat. Tak lama kemudian, sang kakek pamit kepada Edo dan Beni untuk pulang ke rumah. Sebelum pulang kakek memberikan pantun kepada Beni. Berikut pantun yang diberikan oleh kakek:

Indahnya persahabatan

Saling menjaga dan menghormati

Jagalah kesehatan badan

Jangan sampai mengobati



LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD)



Main kelereng bersama-sama

Jangan lupa mengajak lani

Anak pintar ayo bekerjasama

Marilah kita jawab LKPD ini

Jaga Organ Peredaran Darahmu

dengan



*Olahraga
Teratur*



*Makan
Makanan Bergizi*



*Istirahat
Yang Cukup*

Nama kelompok :

1.
2.
3.
4.

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK

Nama Sekolah : SD Negeri 25 Indralaya
 Kelas/Semester : V (Lima)/Ganjil
 Tema : Sehat Itu Penting (Tema 4)
 Sub Tema : (3) Cara Memelihara Kesehatan Organ Peredaran Darah Manusia

A. Tujuan Pembelajaran : 1. Setelah berdiskusi, peserta didik dapat memasang isi pantun dari sampiran yang telah ditentukan guru dengan benar.
 2. Setelah berdiskusi, peserta didik dapat memasang nama penyakit yang mempengaruhi sistem peredaran darah pada manusia dengan ciri-ciri penyebabnya dengan tepat.

B. Petunjuk Kerja :
 1. Diskusikan bersama kelompokmu, untuk memasang isi pantun dari sampiran yang telah ditentukan dengan cara menarik garis (↘) dari kolom sampiran ke kolom isi pantun yang tepat.
 2. Diskusikan bersama kelompokmu, untuk menentukan gambar yang tepat dengan cara menjaga kesehatan organ tubuh dengan cara memberikan tanda (√) pada gambar yang tepat dan memberikan tanda (x) pada gambar yang tidak tepat.

C. Pernyataan Materi :
 1. Adakah sampiran dan pantun yang tidak memiliki pasangan?
 2. Jika ada, mengapa demikian?

1. Memasang Sampiran dan Isi Pantun

No	Sampiran	Isi
1	Sore hari minum jus alpukat Jangan lupa gosok gigi	Apa jadi pembuluh darah tersumbat Pembuluh tersumbat penyakitpun datang
2	Lebah terbang menghujam sangat Ombak datang menghajar karang	Jangan lupa berolahraga Agar peredaran darah menjadi lancar
3	Ke pasar membeli kakap Tidak lupa membeli pepaya	Jika mau jantungmu sehat Jangan malas lari pagi

2. Menentukan gambar kegiatan cara menjaga kesehatan tubuh

No	Gambar kegiatan	Tanda (√) atau (x) yang menunjukkan cara menjaga kesehatan tubuh
1		
2		

3		
4		
5		