

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN ( RPP )

Satuan Pendidikan : SD Negeri Temuroso 1  
Kelas / Semester : 5/1  
Tema : 4 / Sehat Itu Penting  
Sub Tema : 3 / Cara Memelihara Kesehatan Organ Peredaran Darah Manusia  
Muatan Pelajaran : IPA dan Bahasa Indonesia  
Pembelajaran ke : 1  
Alokasi waktu : 1x10 Menit

### A. TUJUAN PEMBELAJARAN

- Setelah mengamati slide gambar dan video, peserta didik dapat memahami aktivitas yang baik dan buruk bagi Kesehatan dan cara menjaga kesehatan organ peredaran darah manusia.
- Setelah melakukan kegiatan diskusi, peserta didik dapat memaknai pantun yang bertema kesehatan dan membuat poster sederhana sesuai makna pantun.
- Dengan kegiatan kolaborasi, peserta didik dapat membuat karya "Piramida Sehat".

### B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Guru memberikan salam, menanyakan kabar, mengecek kehadiran peserta didik.</li><li>2. Peserta didik yang datang paling awal memimpin do'a dilanjutkan dengan menyanyikan lagu wajib dan melafalkan Pancasila. <b>(Orientasi)</b></li><li>3. Peserta didik melakukan pembiasaan memeriksa kerapihan diri dan kebersihan area tempat duduk masing-masing.</li><li>4. Guru mengaitkan materi pelajaran sebelumnya dengan materi yang akan dipelajari, disesuaikan dengan pengalaman peserta didik <b>(Apersepsi)</b></li><li>5. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran dan penilaian yang akan diambil hari ini.</li><li>6. Guru mengajak peserta didik melakukan salam sehat. <b>(Motivasi)</b></li></ol>	3 menit
Inti	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Guru membagi kelas menjadi 5 kelompok dengan Permainan Gerakan "LINTANG NGALEH".</li><li>2. Melalui arahan guru, Peserta didik secara klasikal mencoba merasakan denyut jantung</li></ol>	5 Menit

	<p>masing-masing dan membedakan saat peserta didik selesai berolahraga sesuai pengalamannya. <b>(Mengamati/Observing)</b></p> <p>3. Guru memancing rasa ingin tahu peserta didik <b>(Menanya/questioning)</b></p> <p>4. Peserta didik mengamati video cara kerja jantung, gambar mengenai aktivitas sehari-hari manusia yang baik dan buruk serta cara untuk menjaga Kesehatan peredaran darah. <b>(Mengamati/Observing) TPACK</b></p> <p>5. Peserta didik menyimak penjelasan dari guru mengenai video dan gambar.</p> <p>6. Peserta didik membuat catatan penting di buku tulis mengenai materi yang diamati serta penjelasan yang disampaikan guru. <b>(mengumpulkan data/exploring)</b></p> <p>7. Peserta didik mengisi check list tentang kebiasaan baik dan buruk manusia bagi Kesehatan peredaran darah. <b>(mengasosiasi/associating)</b></p> <p>8. Guru memberikan undian kartu yang berisi pantun bertema kesehatan.</p> <p>9. Peserta didik berdiskusi memaknai pantun dan membuat poster sederhana sesuai makna pantun.</p> <p>10. Guru mengamati jalannya diskusi dan mengarahkan jika ada kelompok yang kesulitan.</p> <p>11. Peserta didik mempresentasikan hasil diskusi kelompoknya. <b>(Mengomunikasikan/communicating)</b></p> <p>12. Peserta didik berkolaborasi mengkreasikan poster hasil diskusi menjadi sebuah karya “Piramida Sehat” . <b>(mengkreasikan/creation)</b></p> <p>13. Guru mengapresiasi karya peserta didik.</p> <p>14. Peserta didik mengerjakan soal evaluasi pembelajaran secara tertulis.</p>	
Penutup	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik bersama guru melakukan refleksi pembelajaran hari ini.</li> <li>2. Guru memberikan simpulan dan penguatan.</li> <li>3. Guru memberikan pesan moral pada peserta didik.</li> <li>4. Guru menyampaikan topik pembelajaran yang akan dilaksanakan pada hari esok.</li> </ol>	2 menit

	5. Peserta didik berdo'a dipimpin oleh ketua kelas. 6. Salam penutup.	
--	--	--

### C. PENILAIAN PEMBELAJARAN

#### 1. Teknik Penilaian (Sikap Spiritual, Sikap Sosial, Pengetahuan, Keterampilan)

Domain/ Ranah	Teknik Penilaian	Bentuk Instrumen
Sikap Spiritual	Observasi	Jurnal sikap spiritual
Sikap Sosial	Observasi	Jurnal sikap sosial
Pengetahuan	Tes tertulis	Pilihan ganda
Keterampilan	Unjuk kerja Produk	Lembar observasi kinerja Rubrik penilaian produk

#### 2. Pembelajaran Remedial

Bagi peserta didik yang belum memenuhi KKM (70) setelah evaluasi, maka akan diberikan pembelajaran tambahan, kemudian diberikan tes tertulis diakhir pembelajaran dengan ketentuan soal yang diberikan berbeda dengan soal sebelumnya namun setara atau dibawahnya.

#### 3. Pembelajaran Pengayaan

Guru memberikan materi pengayaan berupa pengetahuan dan keterampilan pemecahan masalah yang lebih kompleks dengan indikator yang lebih tinggi.

Mengetahui,  
Kepala Sekolah SDN Temuroso 1

Temuroso, 31 Desember 2021  
Guru Kelas 5

**SUHARTONO, S.Pd.**  
NIP. 19620204 198304 1 003

**MURWATI, S.Pd.**  
NIP. 19890604 201903 2 002

## LAMPIRAN

### 1. Ceklist Kebiasaan Manusia

Petunjuk pengisian:

Tulislah tanda check list (V) pada salah satu kolom yang tersedia sesuai jawaban.

Nama :.....

No. Urut:.....

No	Jenis Aktivitas	Baik untuk kesehatan	
		ya	tidak
1	Banyak makan makanan asin		
2	Menghindari asap kendaraan		
3	Merokok		
4	Istirahat yang cukup		
5	Olahraga terlalu lama		
6	Sering makan gorengan		
7	Makan buah dan sayur		
8	Bersepeda di pagi hari		
9	Stress		
10	Tidak mengkonsumsi alkohol		

**1. LEMBAR DISKUSI**

Petunjuk pelaksanaan diskusi:

- 1) Isilah identitas pada lembar diskusi dengan benar!
- 2) Tuliskan makna pantun pada kolom yang tersedia!
- 3) Buatlah poster sederhana sesuai makna pantun pada area segitiga di bawah ini!
- 4) Presentasikan hasil diskusi kelompokmu didepan kelas!

**Nama Kelompok:**.....

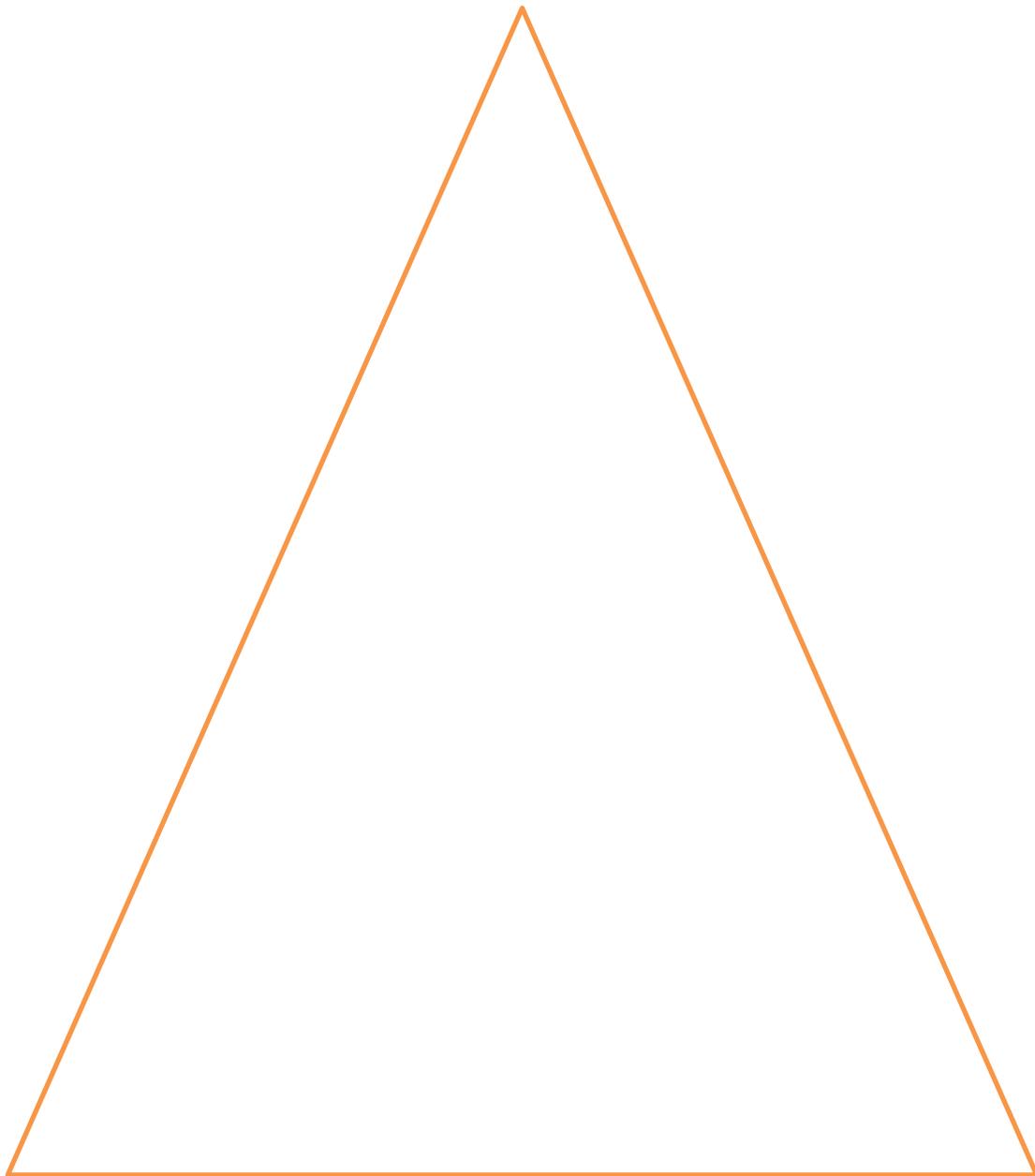
**Anggota** :.....

**Hasil Diskusi**

Makna pantun : .....

.....

.....



**Bahan diskusi (pantun bertema kesehatan)**

**Di situ kamu disini aku  
Bergandeng tangan bersuka ria  
Sehat selalu ini badanku  
Karena rajin berolahraga**

**Ikan cupang suka berlaga  
Bukan berarti mereka jahat  
Ayo kawan jaga raga  
Dengan makan makanan sehat**

**Berang berang rajin berenang  
Berenang disungai deras airnya  
Bila kelak ingin bersenang-senang  
Jaga jantung dan cek kesehatannya**

**Ibu siti jualan donat  
Donat menarik banyak macamnya  
Jika ingin tubuhmu sehat  
Istirahat cukup adalah solusinya**

**Mata terpejam dengan berat  
Dengar suara ayam berkokok  
Bila saudara ingin sehat  
Jauhkanlah diri dari asap rokok**

## 2. Penilaian

### PENILAIAN PROSES DAN HASIL BELAJAR

#### a. Penilaian sikap spiritual

No	Nama Peserta didik	Perubahan Tingkah Laku							
		Berdoa sebelum dan sesudah melakukan kegiatan				Berperilaku syukur			
		BT	MT	MB	SM	BT	MT	MB	SM
1	Ardan								
2	Galih								

Keterangan :

BT : Belum Terlihat

MT : Mulai Terlihat

MB : Mulai Berkembang

SM : Sudah Membudaya

Berilah tanda centang ( √ ) pada kolom yang sesuai

#### b. Penilaian Sikap Sosial

No	Nama Peserta didik	Perubahan Tingkah Laku											
		Percaya Diri				Disiplin				Kerjasama			
		BT	MT	MB	SM	BT	MT	MB	SM	BT	MT	MB	SM
1	Ardan												
2	Galih												

Keterangan :

BT : Belum Terlihat

MT : Mulai Terlihat

MB : Mulai Berkembang

SM : Sudah Membudaya

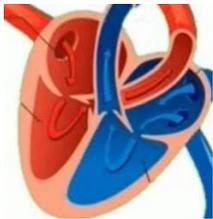
Berilah tanda centang ( √ ) pada kolom yang sesuai

c. Penilaian Pengetahuan

**SOAL EVALUASI**

**Kerjakan soal dibawah ini dengan memberikan tanda silang pada jawaban yang benar!**

1. Kegiatan berikut ini yang tidak dapat membantu melancarkan peredaran darah adalah.....
  - a. berolahraga
  - b. bermain video game
  - c. bersepeda
  - d. makan buah-buahan
2. Kesehatan organ peredaran darah sangat penting. Untuk itu kita perlu merawat dan menjaganya dengan cara.....
  - a. Makan yang banyak
  - b. Olahraga sepanjang hari
  - c. Mengurangi makanan berlemak
  - d. Tidur dalam waktu yang lama
3. Perhatikan gambar dibawah ini!



Jantung adalah organ tubuh yang berfungsi untuk memompa darah ke seluruh tubuh. Jantung memegang peran penting dalam kelancaran peredaran darah dalam tubuh. Oleh karena itu kita harus menjaga Kesehatan jantung. Pernyataan berikut yang sesuai adalah.....

- a. Makan makanan asin agar jantung sehat
  - b. Rutin cek kesehatan jantung agar bisa mengatasi bila ada masalah
  - c. Menyalakan obat nyamuk saat akan tidur
  - d. Makan makanan cepat saji supaya tubuh kuat
4. Berolahraga adalah cara yang paling mudah dan murah untuk menjaga dan mencegah terjadinya gangguan-gangguan pada organ.....
    - a. Peredaran darah manusia
    - b. Peredaran darah hewan
    - c. Rangka anggota gerak
    - d. Pernafasan manusia
  5. Perhatikan tabel berikut ini!

No	Organ	Cara menjaga kesehatan
1	Pembuluh darah	Mengurangi makan makanan berlemak
2	Paru-paru	Menghindari asap rokok
3	Jantung	Berolahraga teratur

Data nomor berapakah yang paling sesuai dengan upaya menjaga Kesehatan organ peredaran darah?

- a. 1 saja
- b. 2 dan 3
- c. 1 dan 2
- d. 1 dan 3

## KUNCI JAWABAN SOAL EVALUASI

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

Keterangan:

Setiap jawaban benar diberi skor 1 dan bila salah diberi skor 0

Nilai tes =  $\frac{\text{Skor perolehan}}{\text{Skor maksimal}} \times 100$

d Penilaian Keterampilan

Daftar penilaian unjuk kerja

No	Nama Peserta didik	Keterampilan (unjuk kerja)								
		Kelancaran dalam melaporkan			Penggunaan bahasa			Menanggapi pertanyaan		
		B	C	K	B	C	K	B	C	K
1	Ardan									
2	Galih									

Keterangan:

B = baik (skor 3)

C = cukup (skor 2)

K= kurang ( skor 1)

Nilai =  $\frac{\text{skor yang diperoleh}}{\text{Skor maksimal}} \times 100$

**Rubrik penilaian unjuk kerja**

Aspek	B (3)	C(2)	K(1)
Kelancaran dalam melaporkan	Siswa dapat melaporkan hasil diskusi dengan lancar	Siswa dapat melaporkan hasil diskusi dengan sedikit terbata-bata	Siswa dapat melaporkan hasil diskusi dengan terbata-bata
Penggunaan bahasa	Siswa menggunakan Bahasa yang mudah dipahami	Siswa menggunakan Bahasa yang cukup mudah dipahami	Siswa menggunakan Bahasa yang tidak mudah dipahami
Menanggapi pertanyaan	Siswa mampu menanggapi pertanyaan dengan baik	Siswa cukup mampu menanggapi pertanyaan dengan baik	Siswa belum mampu menanggapi pertanyaan dengan baik

Daftar penilaian produk

No	Nama Peserta didik	Keterampilan (produk)								
		Kesesuaian gambar			Kesesuaian keterangan gambar			Kesesuaian tanda alur peredaran darah		
		B	C	K	B	C	K	B	C	K
1	Ardan									
2	Galih									

Keterangan:

B = baik (skor 3)

C = cukup (skor 2)

K= kurang ( skor 1)

Nilai =  $\frac{\text{skor yang diperoleh}}{\text{Skor maksimal}} \times 100$

**Rubrik penilaian produk**

Aspek	B (3)	C(2)	K(1)
Hasil kreasi	Hasil kreasi memuat: 1. gambar sesuai dengan makna pantun 2. Kalimat poster sesuai makna pantun 3. Tampilan poster menarik	Hasil kreasi memuat 2 dari 3 hasil yang diharapkan	Hasil kreasi memuat 1 dari 3 hasil yang diharapkan