

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan	: SDIT BINA INSANI KEDIRI
Kelas / Semester	: V (Lima) / 1
Tema	: 4. Sehat itu Penting
Sub Tema	: 2. Gangguan Kesehatan Pada Organ Peredaran Darah
Pembelajaran ke	: 1 (Satu)
Alokasi waktu	: 10 menit
Mupel (KD)	: IPA (3.4-4.4)

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan kegiatan mencari tahu, siswa dapat menjelaskan berbagai macam gangguan pada organ peredaran darah manusia dan penyebabnya.
2. Dengan kegiatan mencari tahu, siswa dapat mempresentasikan berbagai gangguan pada organ peredaran darah manusia dan penyebabnya menggunakan model sederhana.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

a. Kegiatan Pendahuluan (2 menit)

- 1) Guru mengucapkan salam, menyapa siswa, mengecek kehadiran siswa (absensi) dan menanyakan kondisi kesehatan siswa dan keluarga.
- 2) Menyiapkan siswa secara psikis dan fisik untuk mengikuti proses pembelajaran dengan cara berdo'a menurut agama dan keyakinan masing-masing.
- 3) Mengajukan pertanyaan-pertanyaan yang mengaitkan pengetahuan sebelumnya.
- 4) Menjelaskan tujuan pembelajaran yang akan dicapai dengan menggunakan bahasa yang mudah dipahami dan memotivasi siswa.

b. Kegiatan Inti (6 menit)

- 1) Guru menyampaikan informasi mengenai adanya gangguan pada organ peredaran darah manusia melalui cerita dan slide berita.
- 2) Siswa membaca berbagai literasi (buku siswa dan sumber lain) mengenai gangguan pada organ peredaran darah.
- 3) Siswa berdiskusi dengan teman sebangkunya mencari dan mengumpulkan data dan informasi untuk mengisi tabel gangguan pada organ peredaran darah manusia dan penyebabnya.
- 4) Siswa mempresentasikan hasil diskusinya mengenai gangguan pada peredaran darah manusia dan penyebabnya kemudian siswa yang lain menanggapi.
- 5) Siswa membaca narasi singkat pada buku siswa mengenai tanda-tanda sirkulasi darah yang tidak lancar serta cara mengatasinya.

c. Kegiatan Penutup (2 menit)

- 1) Guru bersama siswa melakukan refleksi untuk mengevaluasi seluruh rangkaian aktivitas pembelajaran dan hasil-hasil yang diperoleh untuk selanjutnya secara bersama menemukan manfaat langsung maupun tidak langsung dari hasil pembelajaranyang telah berlangsung.
- 2) Memberikan umpan balik terhadap proses dan hasil pembelajaran
- 3) Melakukan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk pemberian tugas, baik tugas individual maupun kelompok.
- 4) Menginformasikan rencana kegiatan pembelajaran untuk pertemuanberikutnya.
- 5) Mengajak semua siswa berdo'a menurut agama dan keyakinan masing-masing untuk mengakhiri kegiatan pembelajaran.

C. PENILAIAN PEMBELAJARAN

1. Penilaian Sikap : Lembar Observasi
2. Penilaian Pengetahuan : Tes
3. Penilaian Keterampilan : Unjuk kerja

Lembar Observasi Penilaian Sikap Sosial

No	Nama Siswa	Perubahan Tingkah Laku											
		Aktif				Disiplin				Bekerjasama			
		BT	IT	IB	M	BT	IT	IB	M	BT	IT	IB	M
1													
2													
3													
4													

Keterangan:

- BT : Belum Terlihat
 MT : Mulai Terlihat
 MB : Mulai Berkembang
 SM : Sudah Membudaya

Berilah tanda centang (✓) pada kolom yang sesuai

Penilaian Pengetahuan : Tes tulis

Tuliskan 4 contoh penyakit gangguan peredaran darah dan penyebabnya!

KD IPA : 3.4

Aspek	Baik Sekali (4)	Baik (3)	Cukup (2)	Perlu Bimbingan (1)
-------	--------------------	-------------	--------------	------------------------

Informasi yang termuat dalam tulisan.	Memuat 4 nama dan penyebab gangguan pada peredaran darah manusia yang dijelaskan dengan rinci dan tepat.	Memuat 3 nama dan penyebab gangguan pada peredaran darah manusia yang dijelaskan dengan rinci dan tepat.	Memuat 3 nama dan penyebab gangguan pada peredaran darah manusia yang dijelaskan dengan rinci dan tepat.	Hanya memuat 1 nama dan penyebab gangguan pada peredaran darah manusia yang dijelaskan dengan rinci dan tepat.
Penggunaan Bahasa Indonesia yang baik dan benar Bahasa Indonesia yang baik dan benar digunakan dalam penulisan	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
Keterampilan Penulisan: Informasi ditulis dengan benar, sistematis dan jelas, yang menunjukkan keterampilan penulisan yang baik	Keseluruhan hasil penulisan yang sistematis dan benar menunjukkan keterampilan penulisan yang sangat baik, di atas rata-rata kelas	Keseluruhan hasil penulisan yang sistematis dan benar menunjukkan keterampilan penulisan yang baik	Sebagian besar hasil penulisan yang sistematis dan benar menunjukkan keterampilan penulisan yang terus berkembang	Hanya sebagian kecil hasil penulisan yang sistematis dan benar menunjukkan keterampilan penulisan yang masih perlu terus ditingkatkan

Penilaian Keterampilan : Unjuk kerja

Instrumen Penilaian :

Rubrik Mempresentasikan Berbagai Gangguan Organ Peredaran Darah

Kriteria	Baik	Cukup	Perlu Pendampingan
	3	2	1
Percaya Diri	Siswa mempresentasikan dengan sikap sangat percaya diri	Siswa mempresentasikan dengan sikap cukup percaya diri	Siswa mempresentasikan dengan sikap kurang percaya diri
Kesesuaian Materi	Menjelaskan gangguan dan penyebab pada organ peredaran darah manusia dengan benar	Menjelaskan gangguan dan penyebab pada organ peredaran darah manusia dengan kurang benar.	Menjelaskan gangguan dan penyebab pada organ peredaran darah manusia dengan tidak benar.
Suara	Suara terdengar dengan lantang	Suara cukup terdengar	Suara kurang terdengar
Penampilan	Semua anggota berpartisipasi.	Ada 1 anggota yang tidak berpartisipasi.	Ada 2 anggota yang tidak berpartisipasi.

❖ Form Penilaian Presentasi

No	NAMA	PENILAIAN				Total Skor	Nilai
		Percaya Diri (skala 1-3)	Kesesuaian Materi (skala 1-3)	Suara (skala 1-3)	Penampilan (skala 1-3)		
1							
2							
3							

Mengetahui
Kepala SDIT BINA INSANI KEDIRI,

Kediri, 18 Juli 2021
Guru Kelas 5 ,

VIETA KARINA, S.Pd.
NIP. -

MIRTA SUSANTI, S.Pd.
NIP. -

LAMPIRAN RPP

A. Gambar dan artikel mengenai gangguan pada organ peredaran darah manusia :



Apakah tekanan darah rendah/ hipotensi itu?
Adalah penurunan tekanan dalam pembuluh darah dimana bagian atas (sistolik) 90mmHg dan bagian bawah (diastolik) 70mmHg

Gejala :

- ↳ Mudah lelah
- ↳ Kepala pusing
- ↳ Mata berkedip-kedip
- ↳ Pusing saat berubah postur tiba-tiba
- ↳ Nafas pendek

Kenapa hipotensi harus dicegah ?
Karena hipotensi dapat menyebabkan:

- ↳ Badan terasa lemas
- ↳ Sering jatuh
- ↳ Aktivitas terganggu
- ↳ Kurang bisa konsentrasi
- ↳ Tidak bisa bersemangat
- ↳ Penyakit jantung
- ↳ Kehilangan kesadaran tiba-tiba
- ↳ Kemafian

Apa yang menyebabkan hipotensi ?

- ↳ Gaya hidup tak sehat
 - Kurang olah raga
 - Makan makanan yang kurang bergizi
 - Terlalu lelah
 - Bekerja berat
 - Stres
 - Kurang istirahat

BREAKTHROUGH
GENERATION
BREAK YOUR LIMIT THROUGH YOURSELF



Yasmin HOSPITAL #PoliPenyakitDalam

Hipotensi/ Darah Rendah

Hipotensi atau darah rendah adalah kondisi ketika tekanan darah berada di bawah $90/60\text{ mmHg}$. Hipotensi umumnya tidak berbahaya dan dapat dialami oleh siapa saja. Namun pada beberapa orang, hipotensi dapat menyebabkan pusing dan lemas.

Ketika tekanan darah berada di bawah rentang tersebut, maka seseorang dapat dikatakan menderita hipotensi. Meskipun umumnya tidak berbahaya, hipotensi dapat menjadi gejala dari suatu penyakit yang sedang diderita.

nb: segera konsultasikan diri anda ke Rumah Sakit bila ada keluhan

Yasmin Hospital | @yasminhospital | Yasmin Hospital TV | www.yasminhospital.com



Gejala HIPERTENSI

Pada umumnya hipertensi tidak disertai dengan gejala atau keluhan tertentu.

Keluhan tidak spesifik pada penderita hipertensi adalah:

- Sakit kepala, pusing
- Santung berdebar-debar, rasa sakit di dada
- Gelisah
- Penglihatan kabur
- Mudah lelah, dll.

HIPERTENSI



HIPERTENSI

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik $>140\text{ mmHg}$ dan atau tekanan darah diastolik $>90\text{ mmHg}$

Sering disebut The Silent Killer karena sering tanpa keluhan

HIPERTENSI

JANTUNG KORONER

Penyakit Jantung Koroner (PJK) adalah Penyakit Jantung yang terjadi akibat **penyempitan pembuluh darah koroner di jantung** yang dapat menyebabkan **serangan jantung**.

- Arteri Normal
- Penimbunan lemak pada dinding pembuluh darah
- Pembuluh tersumbat oleh gumpalan bekuan darah

www.pjkm.kemkes.go.id | @pjk.kemkes

PENYAKIT JANTUNG KORONER

adalah penyakit pembuluh darah pada jantung yang diakibatkan penyempitan dan pengumbatan pembuluh darah jantung sehingga terjadi serangan jantung yang mengakibatkan kematian.

- Arteri Koroner Kiri
- Arteri Koroner Benda
- Arteri Desenden Anterior Kiri

www.pjkm.kemkes.go.id | @pjk.kemkes

Tekanan darah normal adalah 120/80 mmHg. Tekanan darah tinggi adalah 130/80 mmHg.

130/80 mmHg

Tekanan darah rendah adalah 90/60 mmHg.

HIPOTENSI

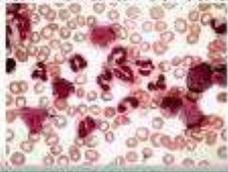
- Penderita kelainan ini memiliki tekanan darahnya berada di bawah normal. Pengembalian darah ke jantung berkurang akibat kerja jantung menurun. Penyebabnya, antara lain perubahan posisi tubuh dan jongkok menjadi berdiri. Saat jongkok darah tertimbun di pembuluh baik pada kaki sehingga pengembalian darah ke jantung lambat. Selain itu, dapat juga disebabkan oleh berkurangnya volume darah akibat pendarahan atau muntaber. Gejala yang biasa timbul adalah pusing, lesu, penglihatan berkunang-kunang, dan sering pingsan.

HEMOFILIA

- Penyakit yang disebabkan karena darah sukar membeku dan penyakit ini biasanya turun menurun. Di akibatkan oleh kekurangan faktor pengukur darah sehingga apabila penderita hemofilia mengalami benturan akan mudah memar, dan jika mengalami luka susah di hentikan.

Leukimia

- Leukimia (kanker darah) terjadi karena sel darah putih aktif membelah, sehingga produksi leukosit terlalu banyak dan kemudian menahan sel darah merah.



hemofilia

- Hemofilia merupakan penyakit darah sukar membeku. penderita dapat kehilangan banyak darah hanya karena luka kecil, penyakit ini bersifat menurun



Thalasemia

Thalasemia adalah penyakit kelainan darah yang ditandai dengan kondisi sel darah merah mudah rusak atau umumnya lebih pendek dari sel darah normal (120 hari). Akibatnya penderita thalasemia akan mengalami gejala anemia diantaranya pusing, muka pucat, badan sering lemas, sukar tidur, nafsu makan hilang, dan infeksi berulang

Gejala HIPERTENSI

Pada umumnya Hipertensi tidak disertai dengan gejala atau keluhan tertentu.

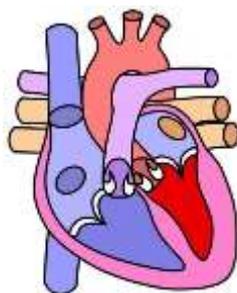
Keluhan tidak spesifik pada penderita hipertensi adalah:

- Sakit kepala, pusing
- Jantung berdebar-debar, rasa sakit di dada
- Gelisah
- Penglihatan kabur
- Mudah letih, dll.



Contoh Gangguan pada Sistem Peredaran Darah Manusia dan Penyebabnya

Avisena Ashari - Selasa, 3 November 2020 | 13:00 WIB



Ilustrasi jantung. Ketahui contoh gangguan pada sistem peredaran darah, yuk!

Bobo.id - Ada beberapa penyakit atau gangguan pada [sistem peredaran darah manusia](#) yang dialami banyak orang.

Gangguan pada sistem peredaran darah dan organ peredaran darah disebut penyakit kardiovaskular.

Kardiovaskular artinya adalah hal yang berhubungan dengan jantung dan pembuluh darah. Ini karena organ [sistem peredaran darah manusia](#) terdiri dari jantung dan pembuluh darah. **Penyebab Gangguan pada Organ Peredaran Darah Manusia**

[Gangguan pada organ peredaran darah manusia](#) bisa terjadi karena faktor non-keturunan dan keturunan.

[Gangguan pada organ peredaran darah manusia](#) bisa disebabkan oleh

beberapa hal, antarlain:

1. Penyumbatan pembuluh darah dalam jantung.
2. Penyempitan pembuluh darah.
3. Pembentukan kerak di bagian dalam dinding pembuluh nadi.
4. Kekurangan zat besi dan hemoglobin.
5. Kelainan kromosom, paparan polusi, paparan radiasi, hingga kondisi obesitas.
6. Kelainan genetik pada darah, kelainan kromosom.
7. Faktor usia dan pengaruh pengobatan tertentu,
8. Pola hidup tidak sehat seperti merokok dan terlalu banyak mengonsumsi makanan tinggi lemak atau tinggi kolesterol.

Macam-Macam Gangguan Peredaran

Darah Manusia Hipotensi

Salah satu gangguan organ peredaran darah yang disebabkan oleh faktor non-keturunan adalah hipotensi.

Hipotensi disebabkan oleh terjadinya penurunan tekanan darah. Karenanya, hipotensi juga disebut darah rendah.

Tekanan darah yang normal berkisar antara 90/60 mmHg dan 120/80 mmHg. Kondisi yang disebut darah rendah adalah jika tekanan darah berada di bawah 90/60 mmHg.

Hipertensi

Berkebalikan dengan darah rendah, ada juga darah tinggi atau hipertensi.

Kondisi hipertensi disebabkan oleh naiknya tekanan darah akibat pembuluh darah menyempit. Kondisi itu menyebabkan darah memberikan tekanan berlebihan pada dinding pembuluh darah dan memaksa jantung bekerja lebih keras untuk mempertahankan tekanan.

Kondisi yang disebut tekanan darah tinggi adalah jika tekanan darah berada pada 130/80 mmHg atau lebih.

Anemia

Anemia merupakan salah satu gangguan pada organ peredaran darah yang disebabkan oleh faktor non-keturunan.

Kondisi anemia disebabkan oleh kadar hemoglobin (Hb) dalam darah yang terlalu rendah. Salah satu penyebab kadar hemoglobin yang rendah dalam darah adalah kurangnya asupan zat besi.

Ciri kondisi anemia adalah mudah lelah dan sering merasa pusing.

Leukimia

Leukimia juga sering disebut sebagai kanker darah.

Kondisi leukimia terjadi ketika tubuh terlalu banyak memproduksi sel darah putih abnormal. Jumlah sel darah putih yang tidak terkontrol menyebabkan sebagian sel darah putih jadi ganas dan menyerang sel darah merah dan keping darah.

Sklerosis

Sklerosis merupakan kondisi berupa pengerasan pembuluh darah nadi atau arteri.

Ini disebabkan oleh terbentuknya kerak keras di bagian dalam dinding pembuluh nadi. Jika kerak keras pada pembuluh itu asalnya dari lemak, maka disebut aterosklerosis.

Sedangkan, jika terbentuk dari kalsium maka disebut arteriosklerosis.

Varises

Kondisi varises merupakan pelebaran pembuluh balik atau pembuluh vena.

Biasanya varises terjadi pada bagian betis, yaitu terlihat tonjolan berbelok-belok yang warnanya kebiruan.

Penyebab varises adalah terlalu lama berdiri atau melakukan aktivitas yang banyak menggunakan kaki.

Jantung Koroner

Penyakit jantung koroner disebabkan oleh penumpukan lemak darah atau kolesterol pada pembuluh darah jantung atau arteri koronaria.

Sehingga, pembuluh darah itu jadi tersumbat dan membuat aliran darah ke jantung berkurang. Akibatnya, bisa terjadi gejala seperti sesak napas dan angina (radang dalam rongga hulu kerongkongan). Jika tidak ditangani, bisa berisiko pada serangan jantung.

Thalassemia

Thalassemia merupakan gangguan pada sistem peredaran darah yang disebabkan oleh faktor keturunan.

Kondisi thalassemia disebabkan oleh bentuk sel darah merah yang tidak beraturan, sehingga daya ikat sel darah merah terhadap oksigen dan karbon dioksida menurun.

Akibatnya, pasien thalassemia mengalami anemia atau kurang darah.

Hemofilia

Hemofilia juga termasuk gangguan pada sistem peredaran darah yang disebabkan oleh faktor keturunan.

Darah pasien hemofilia sulit membeku jika terjadi luka.

Itulah beberapa contoh gangguan pada sistem peredaran darah dan penyebabnya, teman-teman.

Teman-teman, kalau ingin tahu lebih banyak tentang sains, dongeng fantasi, cerita misteri, dan pengetahuan seru, langsung saja berlangganan majalah Bobo dan Mombi SD. Tinggalklik di www.gridstore.id/

Atau teman-teman bisa baca versi elektronik (e-Magz) yang dapat diakses secara online di ebooks.gramedia.com

B. Tes tulis
IPA (K.D 3.4 Nama dan penyebab gangguan pada organ peredaran darah manusia)

Nama Siswa : _____

Nama gangguan

.....

.....
.....
.....
.....

Tes Tulis (IPA KI3 KD 3.4)

No.	Nama	Aspek			Jumlah Skor	Nilai (jumlah skor/skor maksimal x 100)
		Informasi dalam tulisan	Penggunaan Bahasa	Ketrampilan Menulis		
		(1-4)	(1-4)	(1-4)		
1	Ainun Nisyyah Salukh					
2	Alif Rizki Alhabibi					
3	Alivianissa Aqilla Akmal					
4	Almeira Zuema Alifie					
5	Calvensida Putra Aryasatya					
6	Carisa Ummu Kultsum					
7	Dafa Ahmad Faiq As Syifa					
8	Daffamirza Rajendra Wirawan					
9	Dzakiyya Huwaida Hana					
10	Fadhila Rahmania					
11	Maira Afrin Aliya					
12	Maisyara Salsabila Putri Wahyuni Al-Elbash					
13	Muhammad Rifqi Abdul Lathif					
14	Nova Zaskia Putri					
15	Quinsha Aisy Kamil					
16	Salma Dhia Athaya					
17	Shafira Indira Dewi					
18	Thalhah Yauma Ramadhan					
19	Zaidan Zhafran Kamil					
20	Ahmad Revian Nizar					

