

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan	: SDN Jatipulo 03
Kelas / Semester	: 5 / 1
Tema	: Sehat Itu Penting
Sub Tema	: Cara Memelihara Kesehatan Organ Peredaran Darah Manusia (Sub Tema 3)
Muatan Terpadu	: Bahasa Indonesia, IPA
Pembelajaran ke	: 5
Alokasi waktu	: 1 hari

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan kegiatan mengamati gambar cerita, siswa dapat mengidentifikasi gambar cerita dengan tepat.
2. Dengan kegiatan membuat diagram alur, siswa dapat menjelaskan berbagai macam gangguan yang dapat mempengaruhi organ peredaran manusia dan dapat mempresentasikan berbagai gangguan yang dapat mempengaruhi organ peredaran darah manusia menggunakan model sederhana.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan (orientasi/ apersepsi/ motivasi)	<ul style="list-style-type: none">● Kelas diawali dengan mengucapkan salam, do'a bersama, penyampaian kabar siswa, dan memeriksa kehadiran siswa● Siswa menyanyikan lagu Indonesia Raya● Siswa bersama Guru sedikit mengulas mengenai materi pelajaran sebelumnya● Siswa mendapatkan informasi mengenai tujuan, manfaat, dan aktivitas kegiatan pembelajaran hari ini.	2 menit
Inti	<ul style="list-style-type: none">● Siswa untuk mengamati gambar ilustrasi.● Siswa bersama Guru melakukan tanya-jawab mengenai gambar ilustrasi.● Siswa meneruskan untuk membaca materi tentang manfaat emosional dan manfaat sosial memiliki kemampuan beladiri.(literasi)● Secara mandiri siswa upaya-upaya yang sudah dilakukannya untuk menjaga kesehatan organ peredaran darah.(jujur)	6 menit

	<ul style="list-style-type: none"> ● Siswa membentuk kelompok-kelompok terdiri dari 5-6 siswa. (<i>gotong royong</i>) ● Siswa melakukan diskusi kelompok untuk membuat diagram alur berbagai macam gangguan yang dapat mempengaruhi organ peredaran manusia. ● Siswa mempresentasikan hasil diskusi kelompoknya di muka kelas dengan santun dan teratur. (disiplin) ● Siswa bersama Guru mendiskusikan hasil diskusi kelompok siswa. 	
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> ● Siswa dengan dibimbing Guru menyimpulkan kegiatan pembelajaran yang sudah dilakukan. ● Siswa mengerjakan soal pada Lembar Kerja Siswa sebagai penguatan ● Sisa menyampaikan bagaimana perasaannya setelah melakukan pembelajaran. ● Siswa mendapat informasi mengenai materi pelajaran yang akan dilakukan pada pembelajaran berikutnya. ● Kelas ditutup dengan membaca do'a bersama. 	2 menit

C. PENILAIAN :

1. Sikap : Dilakukan dengan observasi kegiatan siswa di kelas. Penilaian dilakukan pada pemberian skor terhadap perilaku disiplin, sopan-santun, kerja sama dan percaya diri.
2. Pengetahuan : Dilakukan dengan mengerjakan tes tertulis.
3. Keterampilan : Dilakukan dengan unjuk kerja hasil diskusi siswa (menggunakan rubrik penilaian)

Mengetahui,
Ka. SDN Jatipulo 03

Jakarta, Januari 2022
Guru Kelas V/A

Susiana, S. Pd.
NIP. 197110172006042012

Suliyanti Kurniawati, K., S. Pd.
NIP. 197711112014082001

LAMPIRAN

I. Kompetensi Dasar (KD)

1. Bahasa Indonesia :

3.6. Menggali isi dan amanat pantun yang disajikan secara lisan dan tulis dengan tujuan untuk kesenangan.

4.6. Melisankan pantun hasil karya pribadi dengan lafal, intonasi, dan ekspresi yang tepat sebagai bentuk ungkapan diri

2. IPA :

3.4. Menjelaskan organ peredaran darah dan fungsinya pada hewan dan manusia serta cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia.

4.4. Menyajikan karya tentang organ peredaran darah pada manusia.

II. Metode Pembelajaran

1. Diskusi kelompok

2. Unjuk kerja

III. Indikator Hasil Pembelajaran:

Setelah melakukan pembelajaran, siswa dapat :

1. Menyebutkan fungsi jantung dengan baik dan benar.

2. Menyebutkan penyakit yang mengganggu kerja jantung manusia dengan baik.

3. Menyebutkan suatu kebiasaan yang berakibat terganggunya kesehatan jantung dengan baik.

4. Menyebutkan kegiatan-kegiatan yang dapat menjaga kesehatan organjantung dengan baik.

5. Menyebutkan hal yang terjadi jika terjadi stroke dengan baik.

IV. Instrumen Penilaian

1. Penilaian Sikap

No	Nama Siswa	Disiplin	Kerja Sama	Sopan Santun	Percaya Diri	Rata-rata

Penilaian dilakukan dengan pengskoran:

Sangat Baik : 4 Perlu Bimbingan : 2

Baik : 3 Perlu Perbaikan : 1

2. Penilaian pengetahuan : Ter tertulis soal yang diberikan Guru.

$$\text{Nilai (N)} = \frac{\text{Jumlah butir soal jawaban benar (R)} \times \text{Nilai maksimal dapat dicapai}}{\text{Jumlah butir soal}}$$

Nilai maksimal dapat dicapai = 100

3. Penilaian Keterampilan

No.	Aspek	Sangat Baik (4)	Baik (3)	Cukup (2)	Kurang (1)
	Presentasi hasil unjuk kerja	<ul style="list-style-type: none"> ● Menunjukkan sikap sempurna. ● Artikulasi jelas ● Intonasi benar 	Baik pada 2 kriteria dari 3 kriteria	Baik pada 1 kriteria dari 3 kriteria	Penyampaian hasil karya didominasi dengan nilai kurang pada tiap kriteria.
	Penulisan hasil unjuk kerja	<ul style="list-style-type: none"> ● Menggunakan kalimat yang baik dan efisien. ● Penulisan huruf kapital pada hasil kerja benar 	<ul style="list-style-type: none"> ● Menggunakan kalimat yang baik dan efisien pada sebagian besar kalimat. ● Terdapat 5 - 10 penulisan huruf kapital pada hasil kerja benar 	<ul style="list-style-type: none"> ● Menggunakan kalimat yang baik tetapi tidak efisien pada sebagian besar kalimat. ● Terdapat 11 - 20 penulisan huruf kapital pada hasil kerja benar 	<ul style="list-style-type: none"> ● Tidak menggunakan kalimat yang baik dan efisien . ● Terdapat lebih dari 21 kesalahan penulisan huruf kapital pada hasil kerja benar

V. Media/Sumber belajar :

1. Gambar cerita tentang kegiatan bela diri.
2. Buku Tematik Kelas 5, Tema 4.

VI. Materi Pembelajaran

Organ peredaran darah memegang peranan penting dalam kelangsungan hidup manusia. Oleh karena itu, sudah seharusnya setiap orang menjaga dan mencegah terjadinya gangguan-gangguan terhadap organ peredaran darah dalam tubuh. Bagaimanakah caranya?

Cara paling mudah dan murah tanpa biaya dalam menjaga dan mencegah terjadinya gangguan-gangguan organ peredaran darah manusia, sudah dicontohkan oleh Siti dan teman-temannya, yaitu dengan bersepeda santai. Masih banyak cara lain yang bisa kamu lakukan untuk menjaga kesehatan organ peredaran darah dalam tubuh. Apa sajakah itu?

Salah satu manfaat memiliki kemampuan beladiri yaitu Manfaat Fisik. Beladiri sangat bermanfaat bagi fisikmu. Contohnya, terbentuk koordinasi otot-otot tubuh, berbentuk postur tubuh yang seimbang yang sangat penting untuk mengurangi risiko timbulnya penyakit, serta menciptakan stamina dan ketahanan tubuh. Terbentuknya koordinasi otot-otot tubuh yang sangat mendukung kelancaran proses peredaran darah pada tubuh. Mengapa demikian?

Pada dasarnya peredaran darah ke seluruh tubuh ditimbulkan oleh kontraksi gerakan otot jantung. Oleh karena itu, dikatakan bahwa jantung berfungsi sebagai alat pemompa darah. Sebagai alat pemompa darah, jantung tersusun atas bermacam jaringan dengan karakteristik yang disesuaikan fungsinya. Adapun jaringan penyusun jantung ialah jaringan epitel, jaringan ikat, jaringan otot, dan jaringan saraf. Jaringan otot yang menyusun jantung ialah otot jantung. Otot ini memiliki karakteristik yang berbeda dengan jenis otot lainnya, antara lain memiliki percabangan yang membuat banyak hubungan antar jaringan otot lainnya. Hal ini sangat cocok bagi jantung untuk memompa darah ke seluruh tubuh.

Jadi, peran jantung sebagai pemompa darah sangat dipengaruhi oleh terbentuknya koordinasi otot-otot tubuh, terutama otot jantung. Untuk itu, kamu hendaknya pandai menjaga kesehatan organ peredaran darah seperti jantung. Caranya dengan berolahraga seperti ikut beladiri dan senam. Jika kamu tidak peduli terhadap kesehatan diri, maka dikhawatirkan akan timbul penyakit yang mengganggu organ peredaran darah tubuhmu. Banyak penyakit yang bisa menimbulkan gangguan pada organ peredaran darah, misalnya serangan jantung dan stroke.

Serangan jantung terjadi, saat rusaknya otot jantung akibat kurangnya pasokan darah karena penyumbatan dan terganggunya aliran darah secara mendadak. Serangan jantung, adalah puncak dari kerusakan yang berlangsung lama, yang menimbulkan kejutan emosional, kekacauan fisiologis, dan kelelahan mental. Serangan jantung, pertama kali digambarkan sebagai rasa sakit di bagian dada yang terjadi terus-menerus hingga setengah jam, kemudian menjalar ke tangan kiri dan rahang. Akibatnya, muncul perasaan takut yang begitu besar dan kesulitan bernapas.

Adapun stroke, adalah gangguan fungsi sistem saraf yang terjadi mendadak dan disebabkan oleh gangguan peredaran darah otak. Gangguan peredaran darah otak dapat berupa tersumbatnya pembuluh darah atau pecahnya pembuluh darah. Hal ini menyebabkan kekurangan pasokan oksigen ke otak. Gangguan fungsi otak ini yang menyebabkan gejala stroke.

VII. GAMBAR



Si Pitung rajin mengaji dan silat.



Si pitung gemar berlatih silat bersama teman-temannya.



Si Pitung mengeluarkan jurus silatnya untuk melawan kompeni

VIII. LEMBAR KERJA SISWA

LEMBAR KERJA SISWA

NAMA :

TANGGAL :

NILAI

1. Fungsi jantung adalah ... darah.
 - a) Memompa
 - b) Memproduksi
 - c) menyerap
 - d) memperbaiki
2. Salah satu jaringan yang menyusun jantung adalah jaringan
 - a) Epidermis
 - b) Kontraksi
 - c) epitel
 - d) intestin
3. Penyakit yang mengganggu kerja jantung adalah
 - a) Stroke
 - b) Serangan jantung
 - c) hipotensi
 - d) anemia
4. Salah satu kegiatan yang dapat menjaga kesehatan jantung adalah
 - a) Tidur sebanyak-banyaknya
 - b) Tidur di larut malam
 - c) makan sebanyak-banyaknya
 - d) olahraga teratur
5. Penyakit stroke terjadi dikarenakan
 - a) gangguan fungsi syaraf secaa mendadak
 - b) gangguan saluran peredaran darah di jantung
 - c) tekanan darah yang diatas batas normal
 - d) tekanan darah yang jauh di bawah btas normal

KUNCI JAWABAN

1. A

2. C

3. B

4. D

5. A

6.