

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SDN 1 Pendosawalan
 Kelas / Semester : V /1
 Tema : Sehat itu Penting (Tema 4)
 Sub Tema : Cara Memelihara Kesehatan Organ Peredaran Darah Manusia (Sub Tema 3)
 Muatan Terpadu : Bahasa Indonesia (3.6, 4.6), IPA (3.4, 4.4)
 Pembelajaran ke : 1
 Alokasi waktu : 1 Pertemuan

A. TUJUAN

1. Dengan kegiatan mencari tahu tentang berbagai penyakit yang mempengaruhi organ peredaran darah dan cara pencegahannya, siswa dapat mengidentifikasi berbagai macam penyakit yang mempengaruhi organ peredaran darah manusia dan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah.
2. Dengan kegiatan mengamati pembacaan pantun, siswa dapat menjelaskan isi pantun yang disajikan secara lisan dan runtut.
3. Dengan kegiatan menulis pantun, siswa dapat menjelaskan isi pantun yang disajikan secara tertulis dan runtut.
4. Dengan kegiatan mencoba menulis pantun dengan tema menjaga kesehatan tubuh, siswa dapat membacakan pantun yang dibuatnya dengan lafal dan intonasi yang tepat.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pembukaan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kelas dimulai dibuka dengan salam, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa. (<i>Orientasi, Religius</i>) 2. Kelas dilanjutkan dengan do'a dipimpin oleh salah seorang siswa. Siswa yang diminta membaca do'a adalah siswa yang hari ini datang paling awal. (<i>Disiplin, Religius dan integritas</i>) 3. Menyanyikan lagu Indonesia Raya. Guru memberikan penguatan tentang pentingnya menanamkan semangat Nasionalisme. (<i>Nasionalisme</i>) 4. Mengingatnkan pembiasaan membaca / literasi. (<i>literasi</i>) 5. Mengulas sedikit materi yang telah disampaikan hari sebelumnya. 6. Menginformasikan tema serta menyampaikan tujuan pembelajaran hari ini. (<i>Communication</i>) 7. Guru bertanya tentang aktivitas yang dapat memelihara peredaran darah manusia, yakni bersepeda. (<i>Apersepsi</i>) 	2 menit
Inti	<p>Langkah-langkah pembelajaran</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru mengkondisikan siswa secara klasikal, mendeskripsikan ilustrasi gambar berkaitan dengan aktivitas yang dapat memelihara peredaran darah manusia. 2. Siswa membaca bacaan tentang manfaat bersepeda. (<i>literasi</i>) 3. Dengan kelompok kecil, siswa mencari dan mengumpulkan data serta informasi untuk mengisi tabel tentang nama-nama penyakit yang dapat mengganggu peredaran darah dalam tubuh dan cara pencegahannya. (<i>Collaboration</i>) 4. Wakil dari tiap kelompok mempresentasikan hasil kerja kelompok, siswa yang lain menanggapi. (<i>Communication</i>) 5. Berdasarkan hasil kerja kelompok siswa mengidentifikasi dan menyebutkan cara-cara memelihara kesehatan peredaran darah dalam tubuh. 6. Guru memberikan penguatan cara memelihara peredaran darah dalam tubuh manusia dengan berpantun tentang penerapan slogan "mencegah lebih baik daripada mengobati" 	6 Menit

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
	7. Siswa mengamati dan mencermati pantun berdasarkan ciri-cirinya. 8. Siswa menjawab pertanyaan pada buku siswa, guru secara acak dan spontan menunjuk beberapa siswa untuk membacakan hasil jawabannya. (<i>Creative thinking</i>) 9. Siswa mencoba membuat pantun dengan tema menjaga kesehatan tubuh. (<i>Creative thinking, Reflective thinking</i>) 10. Siswa membacakan pantun yang telah dibuat dengan lafal dan intonasi yang tepat, serta menjelaskan isinya. (<i>Communication</i>)	
Penutup	1. Bersama-sama siswa membuat kesimpulan /rangkuman hasil belajar selama sehari dengan bantuan sumber belajar 2. Guru memberi kesempatan kepada siswa untuk bertanya/berpendapat tentang pembelajaran yang telah diikuti. 3. Melakukan penilaian hasil belajar dan tindak lanjut. 4. Memberitahukan pembelajaran berikutnya. 5. Mengajak semua siswa berdo'a menurut agama dan keyakinan masing-masing untuk mengakhiri pembelajaran. (<i>religius</i>)	2 menit

Model Pembelajaran : *Discovery Learning*
 Pendekatan : Saintifik
 Metode : Tanya jawab, diskusi terbimbing, penugasan
 Media dan alat : Gambar, bahan bacaan
 Sumber Belajar : Buku Guru kelas 5 Tema 4 hal. 130-137
 Buku Siswa kelas 5 Tema 4 hal. 93-100
 Buku BUPENA kelas 5 Jilid 5B hal 49-51
 Pendalaman Buku Tes Tematik Sehat itu Penting 5D hal. 57-61

C. PENILAIAN

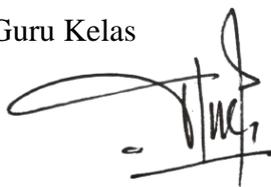
Jenis Penilaian	Teknik Penilaian	Bentuk Penilaian
Penilaian Sikap Spiritual	Observasi	Lembar Observasi
Penilaian Sikap Sosial	Observasi	Lembar Observasi
Penilaian Pengetahuan	Tes Tulis	Soal tertulis
Penilaian Keterampilan	Unjuk Kerja	Rubrik Penilaian Kerja

Pendosawalan, 04 Januari 2022

Kepala
 SD Negeri 1 Pendosawalan

Muhsinin, S.Pd.SD
 Pembina / IV/a
 NIP. 19620603 198201 1 003

Guru Kelas


Nur Wakhidah Fitriyani, S.Pd.SD
 Penata Muda Tk.I / III/b
 NIP. 19850617 200902 2 005

INSTRUMEN PENILAIAN

PENILAIAN SIKAP SPIRITUAL

Indikator : Kekhusyuan dalam berdoa sebelum dan sesudah belajar

No	Nama Siswa	Kekhusyuan dalam berdoa	
		Terlihat*	Belum terlihat*

* Tanda centang (√)

PENILAIAN SIKAP SOSIAL

Indikator :

1. Disiplin dalam mengikuti kegiatan pembelajaran
2. Tanggung jawab dalam menyelesaikan tugas
3. Teliti dalam mengerjakan tugas

No	Nama Siswa	Disiplin		Tanggung jawab		Teliti	
		Terlihat*	Belum terlihat*	Terlihat*	Belum terlihat*	Terlihat*	Belum terlihat*

* Tanda centang (√)

PENILAIAN KETERAMPILAN

A. Membuat Pantun Anak

1. Buatlah satu bait pantun dengan tema menjaga kesehatan tubuh. Bacakan di depan kelas dengan percaya diri!
2. Tuliskan makna pantun yang telah kamu buat!

Rubrik Berkreasi Membuat Pantun

Aspek	Baik Sekali	Baik	Cukup	Perlu Bimbingan
	4	3	2	1
Isi dan Pengetahuan: Hasil yang dibuat oleh siswa	Sesuai dengan ciri-ciri pantun: <ul style="list-style-type: none"> • Pantun bersajak a-b-a-b. • Satu bait terdiri atas 4 baris. • Tiap baris terdiri atas 8 sampai 12 suku kata. • Terdapat sampiran pada dua baris pertama dan isi pada dua baris berikutnya 	Memenuhi 3 kriteria dari 4 kriteria yang ditetapkan	Memenuhi 2 kriteria dari 4 kriteria yang ditetapkan	Memenuhi 1 kriteria dari 4 kriteria yang ditetapkan
Penggunaan Bahasa Indonesia yang baik dan benar: Bahasa Indonesia yang baik dan benar digunakan dalam penulisan ringkasan	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

B. Mengidentifikasi gangguan organ peredaran darah

1. Carilah contoh penyakit yang bisa mengganggu organ peredaran darah manusia beserta cara pencegahannya.
2. Tuliskan hasilnya dalam bentuk tabel atau diagram!
3. Bacakan hasilnya di depan kelas untuk mendapatkan tanggapan dari temanmu!

Rubrik Mempresentasikan Berbagai Gangguan Organ Peredaran Darah

Aspek	Baik Sekali	Baik	Cukup	Perlu Bimbingan
	4	3	2	1
Mengetahui Berbagai penyakit yang mempengaruhi organ peredaran darah manusia. Mengetahui cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia	Menjelaskan berbagai penyakit yang mempengaruhi organ peredaran manusia dan menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia dengan benar	Menjelaskan sebagian besar berbagai penyakit yang mempengaruhi organ peredaran manusia dan menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia dg benar	Menjelaskan sebagian kecil berbagai penyakit yang mempengaruhi organ peredaran manusia dan menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia dg benar	Belum dapat menjelaskan berbagai penyakit yang mempengaruhi organ peredaran manusia dan menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia
Menggunakan bagan atau diagram alur untuk menjelaskan berbagai penyakit yang mempengaruhi kerja organ peredaran darah	Menyajikan bagan atau diagram alur untuk menjelaskan berbagai penyakit yang mempengaruhi kerja organ peredaran darah dengan sistematis bahasa Indonesia yang baik dan benar	Menyajikan bagan atau diagram alur untuk menjelaskan berbagai penyakit yang mempengaruhi kerja organ peredaran darah dengan cukup sistematis	Menyajikan laporan bagan atau diagram alur untuk menjelaskan berbagai penyakit yang mempengaruhi kerja organ peredaran darah dengan kurang sistematis	Belum dapat bagan atau diagram alur untuk menjelaskan berbagai penyakit yang mempengaruhi kerja organ peredaran darah dengan sistematis

PENILAIAN PENGETAHUAN

Bahasa Indonesia

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

IPA

- 3.4 Memahami organ peredaran darah dan fungsinya pada hewan dan manusia serta cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia

$$\text{Nilai B. Indonesia} = \frac{\text{Perolehan skor}}{5} \times 100$$

$$\text{Nilai IPA} = \frac{\text{Perolehan skor}}{6} \times 100$$

No	Nama Siswa	Nilai	
		Bahasa Indonesia	IPA

SOAL EVALUASI

A. Berilah tanda silang (X) di depan jawaban a, b, c, atau d dengan tepat!

- Organ peredaran darah yang berfungsi memompa darah ke seluruh tubuh adalah
 - jantung
 - paru-paru
 - darah
 - pembuluh darah
- Berolahraga secara teratur dan meluruskan kaki setelah berolahraga agar aliran darah kembali lancar merupakan upaya untuk mencegah penyakit
 - anemia
 - leukimia
 - hemofilia
 - varises
- Berikut cara mencegah penyakit anemia adalah
 - makan makanan yang mengandung zat besi
 - tidak berolahraga sama sekali
 - mengonsumsi makanan berserat
 - menghindari penggunaan obat antialergi

Pergi ke pasar beli senar
Belinya di toko depan
Giat-giatlah belajar
Agar manfaat di masa depan
- Rima pantun di atas adalah
 - a- a- a- a
 - a- b- b- a
 - a- b- a- b
 - a- a- b- b
- Amanat pantun di atas adalah
 - rajinlah berjuang demi masa depan
 - rajin belajar bermanfaat untuk masa depan
 - rajinlah menabung untuk masa depan
 - rajinlah mengerjakan pekerjaan rumah

B. Jawablah soal-soal di bawah ini dengan jawaban yang tepat!

- Berilah tiga contoh penyakit organ peredaran darah pada manusia beserta cara pencegahannya!
- Apa saja yang perlu diperhatikan saat membuat pantun?

KUNCI JAWABAN

A. Pilihan ganda

(skor 1)

- A
- D
- A
- C
- B

B. Uraian (Skor 3)

- Anemia : Mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi
Hipotensi : Konsumsi makanan dengan komposisi lemak nabati
Leukimia : Jangan terlalu lelah, kurangi aktivitas
- Menyesuaikan rimanya
Memperhatikan jumlah kata
Memperhatikan jumlah baris

BAHAN AJAR

Cara Mencegah Gangguan pada Organ Peredaran Darah Manusia

Sebagaimana ditegaskan dalam sebuah penelitian di Inggris tepatnya British Medical Association (BMA) bahwa bersepeda sejauh 20 mil dalam seminggu akan mengurangi risiko penyakit jantung koroner sebesar 50%. Bersepeda dengan santai akan mengatur detak jantung sehingga otot-otot jantung bekerja dengan baik. Jantung sangat berperan dalam peredaran darah manusia, yaitu sebagai pemompa. Selain jantung, organ peredaran darah manusia lainnya adalah pembuluh darah. Pembuluh darah manusia memiliki fungsi sebagai pengangkut makanan dan berbagai zat sisa-sisa metabolisme tubuh.

Pembuluh darah dan jantung bertanggung jawab untuk mengalirkan darah yang mengandung nutrisi, oksigen, hormon, dan gas-gas lain. Organ peredaran darah manusia, dapat mengalami gangguan oleh penyakit maupun berbagai kelainan, di antaranya jantung koroner. Oleh karena itu, jantung perlu dijaga kesehatannya. Apa itu jantung koroner? Jantung koroner merupakan penyakit jantung yang disebabkan oleh tersumbatnya arteri koroner, yaitu pembuluh yang menyuplai darah ke jantung. Penyumbatan pembuluh tersebut dapat terjadi karena adanya endapan lemak, terutama berupa kolesterol pada lapisan dalam dinding pembuluh. Penyumbatan pembuluh arteri dikenal dengan istilah *arteriosklerosis*.

Peredaran darah juga sangat erat kaitannya dengan kerja dari jantung. Semakin baik kondisi jantung, maka peredaran darah di dalam tubuh juga menjadi semakin baik. Namun demikian, tidak semua orang memiliki kondisi peredaran darah yang normal dan dapat berfungsi dengan baik. Ada beberapa orang yang memiliki kelainan dan juga penyakit yang berhubungan dengan peredaran darah mereka.

Ada beberapa penyebab yang menjadi faktor timbulnya penyakit yang berhubungan dengan peredaran darah manusia. Beberapa penyebab yang dimaksud seperti faktor keturunan, obesitas, pengaruh timbulnya suatu penyakit kronis, gaya hidup tidak sehat, dan karena asap rokok, baik pada perokok aktif maupun perokok pasif.

Berdasarkan penyebab yang ada, kamu tentunya bisa mengidentifikasi cara mencegah timbulnya penyakit seperti berikut.

1. Berolahraga secara teratur.
2. Tidur yang cukup.
3. Atur pola makan.
4. Hindari asap rokok, baik sebagai perokok aktif maupun perokok pasif.

Gangguan organ peredaran darah salah satunya disebabkan oleh pola hidup tidak sehat. Misalnya, banyak mengonsumsi makanan berlemak dan berkolesterol tinggi, mengonsumsi alkohol, kurang berolahraga, serta kebiasaan merokok. Selain pola hidup tidak sehat, gangguan organ peredaran darah juga dapat disebabkan oleh faktor keturunan dan kelainan sejak lahir. Organ peredaran darah perlu dijaga agar terhindar dari gangguan. Contoh penyakit yang dapat mengganggu organ peredaran darah manusia diantaranya Anemia, Hipotensi, Hipertensi, Leukimia, Trombosis, Jantung koroner, dan varises.

Mengidentifikasi Ciri-ciri dan Jenis Pantun

Pengertian Pantun

Pantun adalah bentuk puisi yang terdiri dari empat baris, berima silang (a-b-a-b), irama yang indah, dan memiliki makna yang penting. Pantun merupakan puisi lama melayu Indonesia yang berasal dari bahasa Jawa kuno yaitu "tuntun", yang berarti mengatur atau menyusun. Pada awalnya pantun merupakan karya sastra Indonesia lama dengan pengungkapan secara lisan, tetapi semakin berkembangnya pantun kini telah diungkapkan secara tertulis.

Untuk bisa membuat dan menjelaskan isi pantun, sebelumnya kita harus dapat mengidentifikasi pantun, mengetahui ciri-ciri pantun, serta mampu mengenal serta membedakan jenis pantun berdasarkan isinya

Cara mengidentifikasi pantun

1. Membaca pantun secara seksama
2. Memperhatikan setiap kata, baris, sampiran, dan isi pantun sesuai dengan ciri-ciri pantun

Ciri-ciri Pantun yaitu:

1. Mempunyai bait
2. Tiap bait terdiri dari 4 baris
3. Setiap baris terdiri dari 8-12 suku kata
4. Bersajak a-b-a-b
5. Baris pertama dan kedua sebagai sampiran
6. Baris ketiga dan keempat sebagai isi

Macam-macam Pantun Berdasarkan Isinya

1. Pantun jenaka yaitu pantun yang berisi hal-hal lucu dan menarik.
2. Pantun nasihat yaitu pantun yang berisi nasihat dengan tujuan mendidik dan memberikan nasihat moral, budi pekerti, dan lain-lain.
3. Pantun teka-teki yaitu pantun yang berisikan teka-teki dan pendengar atau pembaca diberi kesempatan untuk menerka teka-teki pantun tersebut.
4. Pantun kiasan adalah pantun yang berisi kiasan biasa untuk menyampaikan suatu hal secara tersirat

Contoh pantun:

*Indahnya persahabatan
Saling menjaga dan menghormati
Jagalah kesehatan badan
Jangan sampai mengobati*

*Memang indah bunga selasih
Selasih bunga tanpa getah
Lingkungan asri juga bersih
Belajarnya nyaman hatinya betah*

*Kacang goreng enak dimakan
Kue tape diberi ragi
Kalau tembok sudah dibersihkan
Jangan ada coretan lagi*