

PERTUMBUHAN DAN PERKEMBANGAN MANUSIA

PENGERTIAN, TAHAPAN, DAN CIRI-CIRI PUBERTAS

IDENTITAS

Nama : _____

Kelas : _____

Tanggal : _____



A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Menjelaskan pengertian pertumbuhan dan perkembangan manusia.
2. Mengidentifikasi tahapan perkembangan manusia.
3. Menjelaskan ciri-ciri pubertas pada remaja.
4. Mengaitkan materi dengan kehidupan sehari-hari.

B. RINGKASAN MATERI

PERTUMBUHAN adalah proses bertambahnya ukuran tubuh (tinggi, berat, volume) yang bersifat kuantitatif dan dapat diukur.

PERKEMBANGAN adalah proses perubahan menuju kedewasaan yang bersifat kualitatif (fungsi dan kemampuan).



TAHAPAN PERKEMBANGAN MANUSIA



C. CIRI-CIRI PUBERTAS

PADA LAKI-LAKI

- ✓ Suara menjadi lebih berat
- ✓ Tumbuh jakun
- ✓ Tumbuh rambut di ketiak dan wajah
- ✓ Mimpi basah

PADA PEREMPUAN

- ✓ Payudara berkembang
- ✓ Pinggul membesar
- ✓ Mengalami menstruasi
- ✓ Tumbuh rambut di ketiak

UMUM (PADA LAKI-LAKI & PEREMPUAN)



Pertumbuhan cepat
(Growth Spurt)



Emosi tidak stabil

D. KEGIATAN 1 – PEMAHAMAN

Jawablah pertanyaan berikut!

1. Apa yang dimaksud dengan pertumbuhan?

2. Apa yang dimaksud dengan perkembangan?

F. KEGIATAN 3 – IDENTIFIKASI PUBERTAS

Tentukan pernyataan berikut!
(L = Laki-laki, P = Perempuan, U = Umum)

Pernyataan	L / P / U
1. Mengalami menstruasi	
2. Suara menjadi berat	
3. Emosi tidak stabil	
4. Tumbuh jakun	

E. KEGIATAN 2 – ANALISIS TAHAPAN

Lengkapi tabel berikut!

Tahap	Ciri-ciri
Bayi (0-2 tahun)	
Anak-anak (3-10 tahun)	
Remaja (11-18 tahun)	
Dewasa (19-60 tahun)	
Lansia (60+ tahun)	

I. EVALUASI

A. PILIHAN GANDA

Pilihlah jawaban yang paling tepat!

1. Tahap perkembangan manusia dengan perubahan fisik paling cepat adalah
a. Dewasa b. Lansia
c. Remaja d. Bayi
2. Ciri pubertas pada perempuan adalah
a. Tumbuh jakun b. Suara berat
c. Menstruasi d. Mimpi basah
3. Masa lansia ditandai dengan
a. Pertumbuhan cepat b. Penurunan fungsi tubuh
c. Pubertas d. Aktivitas tinggi

B. URAIAN

1. Sebutkan tahapan perkembangan manusia!

2. Jelaskan ciri-ciri pubertas pada remaja!

G. KEGIATAN 4 – PENGAMATAN DIRI

Isi tabel berikut!

Usia	Tinggi Badan	Berat Badan
10 tahun		
13 tahun		
Sekarang		

1. Apakah terjadi pertumbuhan? Jelaskan!

2. Perubahan apa yang kamu rasakan selain fisik?

H. KEGIATAN 5 – DISKUSI

Diskusikan dengan teman sekelompokmu!

1. Mengapa pubertas terjadi?

2. Mengapa setiap orang mengalami pubertas berbeda waktu?



J. REFLEKSI

1. Apa yang kamu pelajari hari ini?

2. Apa yang akan kamu lakukan untuk menjaga pertumbuhan dan perkembangan yang sehat?

K. PENILAIAN

Aspek yang Dinilai	Skor (1-4)
Pemahaman materi	
Keaktifan dalam kegiatan	
Kerapian & kebersihan	
Kerja sama kelompok	
Total Skor	

Keterangan Skor:
4 = Sangat Baik
3 = Baik
2 = Cukup
1 = Kurang