

Belajar hari ini,
untuk memahami tubuhmu
lebih baik! ♥



Tujuan Pembelajaran

1. Peserta didik mampu menjelaskan pengertian menstruasi dan siklus menstruasi.
2. Peserta didik mampu menganalisis proses dan faktor yang memengaruhi siklus menstruasi.
3. Peserta didik mampu memberikan solusi atau saran berdasarkan kasus yang diberikan.



Petunjuk Kerja

1. Bacalah kasus dengan cermat.
2. Diskusikan pertanyaan secara berkelompok.
3. Gunakan sumber belajar yang relevan (buku, artikel, internet).
4. Tuliskan hasil diskusi pada tempat yang disediakan.
5. Presentasikan hasil diskusi di depan kelas.



1. Orientasi pada Kasus

Bacalah kasus berikut dengan cermat!

Sinta, siswa kelas VII, pulang sekolah dengan wajah cemas. Ini pertama kalinya ia mengalami menstruasi, dan ia tidak benar-benar paham apa yang sedang terjadi pada tubuhnya. Ia hanya tahu "ada darah yang keluar", tetapi tidak tahu mengapa itu terjadi, berapa lama akan berlangsung, atau apakah ini tanda ada yang salah dengan tubuhnya. Kakaknya, Rara, mencoba menenangkan: "Ini normal, Sin. Tubuhmu sedang menjalani siklus bulanan yang diatur oleh hormon." Tapi Sinta masih punya banyak pertanyaan yang belum terjawab.



2. Mengidentifikasi Masalah

Berdasarkan kasus di atas, tuliskan pertanyaan-pertanyaan yang muncul dalam pikiran Sinta!

1.
2.
3.
4.
5.



3. Merumuskan Hipotesis

Tuliskan dugaan sementara (jawaban awal) terhadap pertanyaan yang telah kalian buat!

1.
2.
3.
4.
5.

"Menstruasi adalah proses alami,
bukan sesuatu yang perlu ditakuti, tetapi perlu dipahami."

Kenali tubuhmu,
sayangi dirimu,
untuk masa depan yang
lebih sehat! ♥