PEMERINTAH PROVINSI KALIMANTAN TENGAH
DINAS PENDIDIKAN
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1 MURUNG
Alamat : Jalan Veteran No. 25 Puruk Cahu 73911 Telp/Fax. (0528) 31191;
email : smansa_mura@yahoo.com
KABUPATEN MURUNG RAYA

LKPD
PERGAULAN HIDUP SEHAT
TUGAS INDIVIDU

SatuanPendidikan : SMAN 1 MURUNG
Mapel : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan
Topik/Materi : Pergaulan hidup sehat
Nama :
Kelas :

A. KOMPETENSI DASAR DAN INDIKATOR

KOMPETENSI DASAR	INDIKATOR KETERCAPAIAN KOMPETENSI
3. 9. Memahami konsep dan prinsip pergaulan yang sehat antar remaja dan menjaga diri dari kehamilan pada usia sekolah	3.9. 1 Menganalisis penyebab pergaulan tidak sehat pada remaja. 3. 9. 2 Menganalisis pencegahan pergaulan tidak sehat pada remaja.
4. 9 Mempresentasikan konsep dan prinsip pergaulan yang sehat antar remaja dan menjaga diri dari kehamilan pada usia sekolah	4.9 1 Mempresentasikan hasil analisis penyebab pergaulan tidak sehat pada remaja. 4.9. 2 Mempresentasikan hasil analisis pencegahan pergaulan tidak sehat pada remaja.

B. Tujuan Pembelajaran

Melalui model pembelajaran *saintifik (5 M)* diharapkan mampu:

- Menganalisis dan memprenstasikan penyebab pergaulan tidak sehat pada remaja.
- Menganalisis dan memprenstasikan pencegahan pergaulan tidak sehat pada remaja dengan menanamkan rasa saling menghormati, saling menghargai, kerja sama, tolong menolong, disiplin.

LIVEWORKSHEETS

MATERI
PERGAULAN HIDUP SEHAT

Pergaulan sehat dapat diartikan sebagai proses interaksi yang dilakukan oleh individu dengan individu, atau individu dengan kelompok dengan normal baik tubuh tubuh, jiwa dan kehidupan sosialnya.

Pergaulan tidak sehat biasa disebut dengan pergaulan bebas adalah salah satu bentuk perilaku menyimpang, "bebas" yang dimaksud adalah melewati batas-batas norma ketimuran yang ada. sedangkan bebas artinya terlepas dari ikatan. Jadi pergaulan bebas artinya proses bergaul dengan orang lain terlepas dari ikatan yang mengatur pergaulan.

a. Penyebab pergaulan bebas

1) Kurangnya Pemahaman terhadap Agama dan iman.
2) Perubahan Zaman
3) Kesenjangan
4) Kurang kontrol

b.Dampak Pergaulan Tidak sehat

Terjadinya pergaulan tidak sehat memberikan pengaruh besar terhadap diri sendiri, orang tua dan lingkungan , pengaruh tersebut antara lain :

1) Pergaulan bebas
Adalah perilaku menyimpang, yang melewati batas-batas norma ketimuran yang ada.
2) Ketergantungan obat
3) Konsumsi obat-obat terlarang sampai akhirnya ketergantungan obat.
4) Menurunnya derajat kesehatan
5) Meningkatkan kriminalitas
6) Meregangkan hubungan keluarga
7) Menyebarkan penyakit
8) Menurunnya prestasi

c. Pencegahan

Hal-hal yang perlu dilakukan agar remaja mempunyai pergaulan yang sehat dan baik:

1) Membekali diri dengan bimbingan agama sedini mungkin agar mempunyai kontrol perilaku yang kuat dalam pergaulan.
2) Disaat akan keluar rumah biasakan untuk meminta ijin dan jelaskan tujuan kepergian dan dengan siapa perginy serta pulang jam berapa agar orang tua tahu.
3) Salurkan bakat dan minat dalam hal-hal positif.
4) Yakinlah bahwa aturan yang diberikan orang tua / guru bukan bermaksud mengekang tetapi untuk kebaikan masa depan.
5) Biasakan bicara dengan orang tua, ceritakan tentang kejadian yang sudah dialami, jadikan orang tua atau guru sebagai tempat mencurahkan isi hati.

LIVEWORKSHEETS

A. Soal Pilihan Ganda

1. Sebagai proses interaksi yang dilakukan oleh individu dengan individu, atau individu dengan kelompok dengan normal baik tubuh tubuh, jiwa dan kehidupan sosialnya. Pengertian dari..
   A. Pergaulan sehat.
   B. Pergaulan Hidup
   C. Pergaulan keluarga
   D. Pergaulan tidak sehat
   E. Pergaulan bebas

2. Usia remaja berada pada masa gejolak seks yang besar, sementara di sisi lain mereka harus mampu menguasai gejolak tersebut. Pendiikan seks harus di fahami oleh remaja, Tujuan utama pendidikan seks bagi remaja adalah ....
   A. Menghindari terjadinya hubungan seks bebas
   B. Membantu program Beluarga Berencana
   C. Mengurangi usia perkwinan muda
   D. Menurunkan angka kehamilan
   E. Menghindari penyakit kelamin

3. Akibat seks bebas menyebabkan remaja mengambil jalan pintas ketika tahu dirinya telah hamil di luar nikah, jalan pintas tersebut adalah menggugurkan kandungan (aborsi). Aborsi memiliki resiko...
   A. Kelainan jantung
   B. Kelainan tingkah laku
   C. Gangguan pernapasan
   D. Meningkatkan kecemasan
   E. Pendarahan sampai kematian

LIVEWORKSHEETS

4. Untuk mencegah dan melakukan pembinaan agar remaja tidak melakukan kegiatan seks bebas, banyak cara dapat dilakukan, diantaranya cara preventif, preserpative, rehabilitative dan korektif. Salah satu upaya *preserpatif* yaitu....
   A. Meningkatkan kepercayaan kepada Tuhan Yang Maha Esa.
   B. Menyediakan fasilitas yang diperlukan untuk beraktivitas
   C. Meningkatkan keterampilan
   D. Menumbuhkan motivasi
   E. Melakukan terapi

5. Pencegahan perilaku seks bebas yang dilakukan oleh pihak luar dari diri remaja itu sendiri antara lain orang tua, lingkungan luar dan sekolah . merupakan faktor pencegahan ....
   A. Eksternal
   B. Internal
   C. Korektif
   D. Preventif
   E. Kuratif

6. Berdasarkan hasil survey, yang paling banyak menjadi korban dari penyakit HIV/AIDS adalah....
   A. Bayi
   B. Manula
   C. Orang tua
   D. Anak-anak
   E. remaja /dewasa muda

LIVEWORKSHEETS

B. Soal Menjondohkan

7. Salah satu bentuk perilaku menyimpang, "bebas" yang dimaksud adalah melewati batas-batas norma ketimuran yang ada.
8. Salah satu pencegahan pergaulan bebas adalah
9. Apa yang dimaksud dengan penyakit akibat seks bebas?
10. Bagaimana mencegah penyakit yang di sebab kan seks bebas..

a. Penyakit akibat seks bebas adalah penyakit yang timbul akibat melakukan seks bebas
b. Berprilaku Sehat
c. Pergaulan tidak sehat
d. Lebih banyak mendekati diri kepada tuhan YME

LIVEWORKSHEETS