

(A) ZAMAN REMAJA

Amar dan Maria telah mencapai akil baligh.

Apakah akil baligh?



Akil baligh ialah peringkat kematangan anggota seksual dan sistem reproduktif seseorang. Tanda akil baligh bagi lelaki ialah ihtilam manakala perempuan ialah menarke. Apabila seseorang mencapai akil baligh, beberapa perubahan fizikal akan berlaku pada dirinya.

Berlaku sekitar
umur 9 - 16
tahun

Akil baligh **LELAKI** (Ihtilam)

PERUBAHAN FIZIKAL

- ➔ Mengalami perubahan bau badan.
- ➔ Tumbuh misai dan bulu dada.
- ➔ Halkum jelas kelihatan dan bersuara garau.
- ➔ Dada membidang.
- ➔ Zakar membesar.
- ➔ Tumbuh bulu di ketiak dan pubis.
- ➔ Otot tangan dan kaki membesar.

(Sumber: Portal MyHealth,
Kementerian Kesihatan Malaysia.
www.myhealth.gov.my/tubuh-anda.com)

Adakah benar ihtilam berlaku kerana saya berpenyakit?



Itu tidak benar, Amar. Itu hanyalah mitos. Ihtilam menandakan kamu telah memasuki alam remaja.

INFORMASI

Ihtilam— ejakulasi atau pancutan air mani kali pertama ketika tidur.

Menarke— haid kali pertama.

