LEMBAR KERJA SISWA

Materi IPA Kelas 6 semester 2 SDN Depok 2

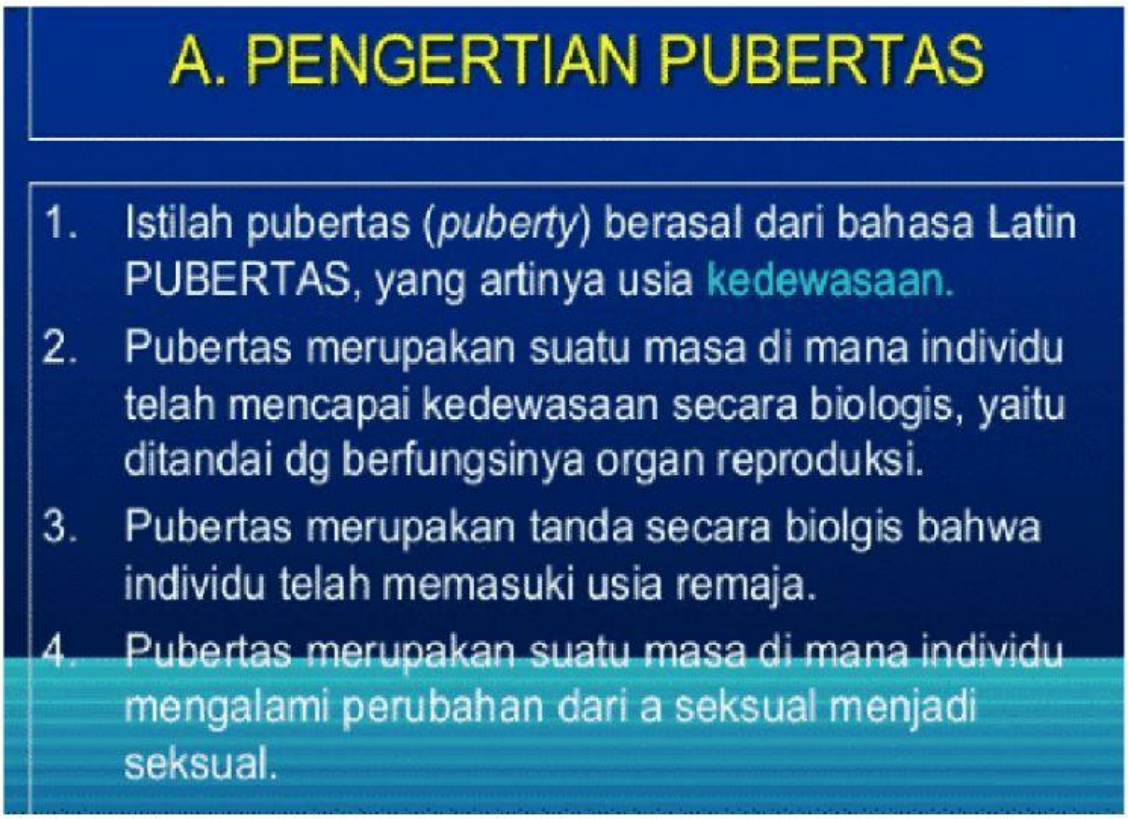
Nama :

Kelas :

Tonton dan simak video ini!

Pengertian Pubertas

Pubertas adalah masa ketika seorang anak mengalami perubahan fisik, psikis, dan saat berumur delapan hingga sepuluh tahun dan berakhir lebih kurang di usia 15 hingga 16 tahun. Pada masa ini memang pertumbuhan dan perkembangan berlangsung dengan cepat. Pada wanita pubertas ditandai denganmenstruasi pertama (*menarche*), sedangkan pada laki-laki ditandai dengan mimpi basah.



2. Ciri-Ciri Pubertas

- Perubahan yang terlihat pertama kali adalah :
- Penonjolan puting susu pada wanita (pada usia 11 – 11 tahun 6 bulan)
- Pembesaran testes (mulai pada usia 11 tahun – 11 tahun 6 bulan)
- Umumnya pubertas dimulai pada usia yang hampir sama pada kedua jenis kelamin.

Perkembangan ciri-ciri seks primer

1. Ciri-ciri seks primer adalah organ tubuh yg berhubungan dg sistem reproduksi.
2. Matangnya organ reproduksi ditandai dengan MENARCHE (pada wanita) dan WET DREAM (pada pria)

ciri-ciri seks sekunder.

1. Perkembangan Ciri-ciri seks sekunder adalah ciri-ciri fisik yang membedakan jenis kelamin.
2. Ciri-ciri seks sekunder pada pria adalah : kumis, jenggot, tubuh berotot, dst. .
3. Ciri-ciri seks sekunder pada wanita adalah : payudara dan pinggul membesar, dst.

3. Sikap Yang Timbul Pada Remaja Yang Pubertas

a. Perubahan dalam ukuran tubuh
b. Pertambahan tinggi badan
c. Pertambahan berat badan
d. Perubahan proporsi tubuh

Proporsi pubertas berubah mendekati proporsi tubuh orang dewasa

Perkembangan ciri-ciri seks primer

1. organ tubuh yg berhubungan dg sistem reproduksi.
2. Matangnya organ reproduksi ditandai dengan MENARCHE (pada wanita) dan WET DREAM (pada pria)

Perkembangan ciri-ciri seks sekunder.

1. Ciri-ciri seks sekunder adalah ciri-ciri fisik yang membedakan jenis kelamin.
2. Ciri-ciri seks sekunder pada pria adalah : kumis, jenggot, tubuh berotot, dst. Ciri-ciri seks sekunder pada wanita adalah : payudara dan pinggul membesar, dst.

Perubahan Pada Anak Perempuan

Perubahan yang mempengaruhi anak perempuan selama pubertas.

- payudara berkembang dan mungkin akan merasakan sakitnya ketika mulai tumbuh .
- putting susu mulai kelihatan menonjol.
- pantat semakin bundar .
- kemaluan semakin berkembang, ovarium atau indung telur mulai memproduksi ovum atau sel telur.
- menjelang akhir masa pubertas, mulai menstruasi .

Perubahan Pda Anak Laki-laki

Perubahan yang mempengaruhi anak laki-laki selama pubertas.

- dada dan bahu mulai berkembang
- rambut tumbuh di wajah dan mungkin juga tumbuh di dada
- penis dan buah pelir semakin besar
- buah pelir turun ke kantung kemaluan dan mulaimemproduksi sperma
- bisa ereksi tiba-tiba tanpa ada tanda-tanda awal
- anda akan mengalami ejakulasi pertama yaitu keluarnya air mani dari penis
- Ini bisa terjadi ketika tidur atau sering disebut mimpi basah

4. Penyakit Yang Timbul Bila Kesehatan Organ Intim Terabaikan

1. Precocious Puberty(Pubertas Terlalu Dini)
2. Seorang anak dinyatakan mengalami pubertas terlalu dini *(precocious puberty)* bila dirinya telah memiliki ciri-ciri seks primer dan sekunder sebe-lum berusia 7 atau 8 tahun pada wanita dan 9 tahun pada pria.
3. Pubertas terlalu dini merupakan masalah bio-logis, psikologis dan sosial bagi yang mengalaminya.
4. Pubertas terlalu dini dapat terjadi karena faktor keturunan, penyakit atau gangguan otak, misal-nya tumor dan meningistis.

Deleyed Puberty(Pubertas Yang Terlambat)

1. Seorang anak dinyatakan mengalami *delayed puberty* atau pubertas yang terlambat jika dirinya belum menunjukkan perkembangan payudara menjelang usia 13 atau belum mengalami menarche menjelang usia 16 tahun, untuk anak perempuan dan belum mengalami pembesaran pada alat kelamin menjelang usia 14 tahun, untuk anak laki-laki.
2. Pubertas yang terlambat juga dapat menimbulkan masalah biologis, psikologis, dan sosial bagi yg mengalaminya.
3. Pubertas terlambat terjadi karena faktor , kurang gizi, gangguan fungsi kelenjar pituitary, dst.

5. Cara Mengatasi Penyakit Yang Di Timbulkan

Penanganan untuk Delayed puberty dan Precocious Puberty(Pubertas Terlalu Dini).

Bila seorang anak menunjukkan bahwa terjadi pubertas terlalu dini atau terlambat hendaknya segera mendapatkan pertolongan dg memeriksakan yang bersangkutan pada dokter spesialis gangguan pertumbuhan dan hormonal anak *(pediatric endocronologis)* .

6. Menjaga Kesehatan Organ Intim

Cara-Cara menjaga kesehatan reproduksi pada wanita

1. Selalu menjaga pembalut atau celana dalam agar tetap kering dan bersih
2. Jangan memakai pembalut atau celana dalam yang basah
3. Lebih sering mengganti celana dalam
4. Mencuci tangan sebelum dan sesudah buang air kecil.
5. Mencuci dan dan mengeringkan alat kelamin minimal 1 hari sekali.

Cara-cara menjaga kesehatan reproduksi pada laki-laki

1. Mencuci tangan sebelum dan setelah buang air kecil.
2. Mencuci alat kelamin dengan sabun lembut minimal 1 hari sekali.
3. Mengeringkan alat kelamin dengan handuk setelah dibersihkan.
4. Hindari memakai celana dalam yang ketat.
5. Lebih sering mengganti celana dalam.

Latihan soal

A. Pilihlah jawaban a,b ,c dan d pada jawaban yang paling tepat!

1. Perhatikan ciri-ciri masa pubertas berikut!

   (1) Tumbuh kumis.

   (2) Dada membidang.

   (3) Tumbuh jakun.

   (4) Kulit menjadi lebih halus.

   Ciri masa pubertas perempuan ditunjukkan oleh nomor ....

   a. (1)

   b. (2)

   c. (3)

   d. (4)

2. Suara anak laki-laki pada masa pubertas akan berubah menjadi lebih ....

   a. Lembut

   b. Besar

   c. Kecil

   d. melengking

3. Berikut yang merupakan ciri-ciri pubertas pada perempuan adalah ....

   a. suara menjadi lebih besar

   b. payudara membesar

   c. dada menjadi lebih bidang

   d. otot membesar

4. Ferdi suaranya mulai membesar, bahunya menjadi bidang, dan tumbuh kumis.

   Hal ini menunjukkan ciri-ciri memasuki masa ....

   a. anak-anak

   b. dewasa

   c. remaja

   d. tua

5. Berikut yang bukan merupakan ciri-ciri pubertas pada laki-laki adalah ....

   a. Otot membesar

   b. Tumbuh jakun dileher

   c. Kulit menjadi lebih halus

d. mengalami perubahan suara menjadi lebih besar

B. Jodohkan lajur kanan dengan lajur kiri, dengan cara menarik garis!

1. Datangnya masa haid atau menstruasi terjadi pada	jerawat
2. Suara anak laki-laki pada saat pubertas menjadi	lembut
3. Suara anak perempuan pada saat pubertas menjadi	perempuan
4. Perubahan fisik anak laki-laki dan perempuan terjadi pada masa	membesar
5. Kelenjar minyak yang berlebih selama masa pubertas menimbulkan	pubertas

C. Pasangkan kata dengan gambar !

SUARA MEMBESAR	EMOSI	MIMPI BASAH