

LKM

Ilmu Pengetahuan Alam dan Sosial

Perubahan Pada Diriku

Untuk Siswa SD / MI Kelas V Fase C

Kelompok: _____

Nama Anggota Kelompok:

Kelas: _____



Bagian 5

1. Pahami ciri-ciri fisik remaja pada masa pubertas terlebih dahulu sebelum mengerjakan!
2. Pasangkanlah ciri-ciri fisik yang terjadi pada laki-laki dan perempuan pada masa pubertas dengan cara *join with arrow* (menjodohkan dengan panah)!

Ciri Fisik Remaja Laki-laki



1



2



3



4



5



6



Tumbuh rambut di beberapa area tubuh

Tumbuh jakun

Mimpi basah

Dada dan bahu melebar

Tumbuh jerawat

Tinggi dan berat badan meningkat

Ciri Fisik Remaja Perempuan



1



2



3



4



5



6



Mengalami keputihan

Tumbuh jerawat

Tumbuh rambut di beberapa area tubuh

Mengalami menstruasi

Payudara membesar

Pinggul melebar

1. Pahamiilah perubahan emosi dan sosial remaja pada masa pubertas terlebih dahulu sebelum mengerjakan!
2. Pasangkanlah perubahan emosi serta dampak sosial yang terjadi pada masa pubertas dengan cara *join with arrow* (menjodohkan dengan panah)!

Perubahan Emosi

Bimo ingin menunjukkan ia bisa mandiri mengerjakan PR.

Mega merasa tersisih saat teman asyik mengobrol.

Joko mulai sadar pentingnya memakai deodoran.

Rio ingin membuktikan bahwa ia teman yang setia.

Eka menyesal setelah sempat membentak adiknya.

Dampak Sosial

Ia menyimpan rahasia temannya dengan sangat baik.

Ia berusaha minta maaf untuk memperbaiki suasana.

Ia berusaha mencari topik agar bisa ikut mengobrol.

Ia menolak bantuan kakaknya sebelum mencoba sendiri.

Teman-teman merasa nyaman saat duduk di dekatnya.

1. Baca dan pahamiilah soal terlebih dahulu sebelum mengerjakan!
2. Pilihlah jawaban dengan tepat dari opsi yang tersedia, yaitu A,B,C,D dengan cara memilih satu jawaban (*single choice*) mengenai cara menjaga kesehatan pada masa pubertas dengan tepat!

Pubertas juga memengaruhi emosi (*mood*) yang sering berubah-ubah. Manakah cara analisis yang paling sehat untuk menjaga kesehatan mental tersebut?

Jawaban:

A. Menceritakan perasaan atau perubahan yang dialami kepada orang tua atau guru yang dipercaya.

B. Mencari informasi tentang perubahan tubuh melalui situs internet yang tidak terpercaya.

C. Meluapkan amarah kepada teman jika merasa kesal karena pengaruh hormon.

D. Mengurung diri di kamar sepanjang hari agar tidak perlu bicara dengan orang lain.