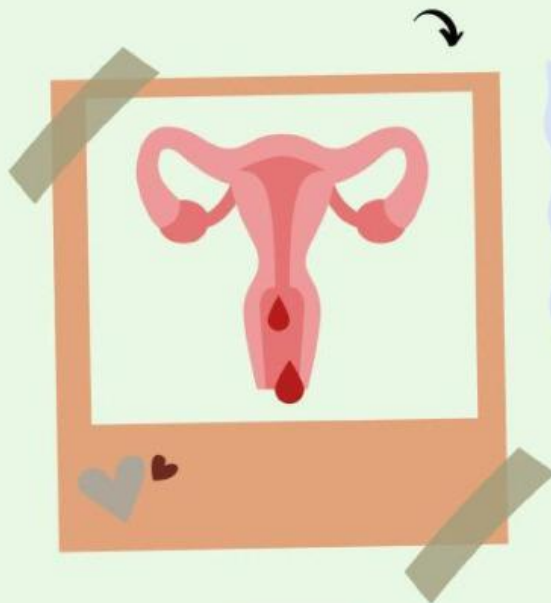


## LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK



### SIKLUS MENSTRUASI

Nama Anggota Kelompok

Kelas :

Peserta didik dapat menganalisis  
tahap siklus menstruasi pada  
wanita

## Kegiatan Pembelajaran

### Petunjuk Kerja

1. Baca dan pahami LKPD berikut ini dengan seksama
2. Ikuti setiap langkah-langkah kegiatan yang ada dalam LKPD
3. Diskusikan dengan teman kelompokmu mengenai apa yang harus kamu lakukan dan tuliskan hasil diskusi pada tempat yang disediakan
4. Jika terdapat masalah yang tidak bisa terselesaikan dengan diskusi kelompok, tanyakan pada guru

### Video Materi Pembelajaran



### Video Orientasi Masalah



Fase 1. Orientasi Peserta Didik Pada Masalah

## **Minum Jamu Bisa Atasi Nyeri Menstruasi ???**

Menstruasi atau haid adalah siklus normal bulanan di mana wanita mengalami perdarahan dari vagina. Darah menstruasi berasal dari lapisan rahim. Setiap bulan tubuh mempersiapkan kehamilan dengan menghasilkan sel telur dari indung telur, proses yang disebut ovulasi. Jika kehamilan tidak terjadi, maka terjadilah menstruasi.

Tidak sedikit perempuan yang merasakan nyeri menstruasi saat datang bulan. Ada yang intensitas sakitnya terasa biasa saja, namun ada juga yang merasakan sakit yang sangat menyiksa. Terasa begitu menusuk hingga sipenderita tidak bisa melakukan aktivitas secara normal. Untuk mengatasinya, tidak sedikit perempuan mencoba beragam cara untuk meringankan rasa sakit salah satunya adalah dengan minum jamu. Masyarakat meyakini bahwa beberapa diantara fungsi jamu adalah untuk mengurangi nyeri dan memperlancar menstruasi terutama bahan alami seperti dari kunyit asam.

## Kegiatan Pembelajaran

Berdasarkan artikel diatas, kini kamu bisa merumuskan suatu pertanyaan/rumusan masalah yang akan kita kaji pada pembelajaran ini. Tulislah pertanyaan pada kolom dibawah ini !

## Fase 2. Mengorganisasi Peserta Didik dalam Belajar

Setelah kalian membuat pertanyaan sebagai bentuk identifikasi masalah terhadap artikel yang disajikan, buatlah hipotesis atau perkiraan mengenai permasalahan tersebut ?

### Fase 3. Membimbing Penyelidikan

1. Mengapa saat menstruasi mayoritas perempuan mengalami sakit ?

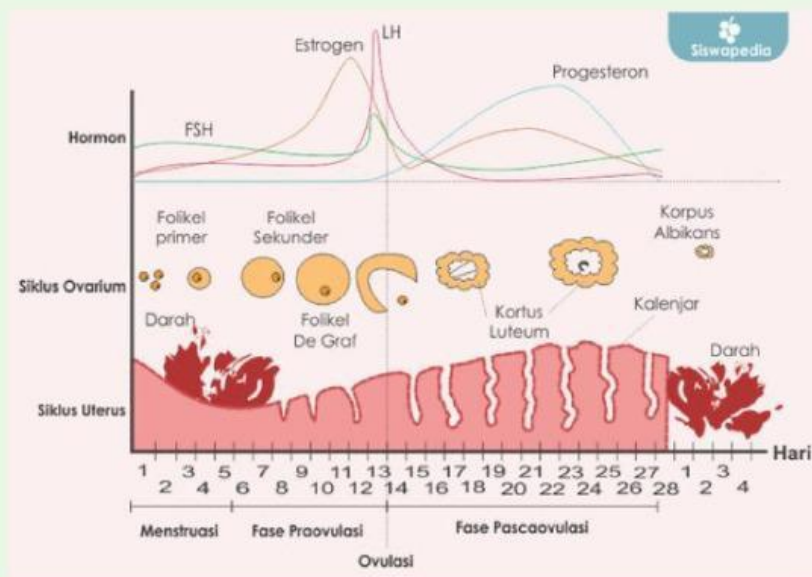
2. Analisislah kebenaran mengenai fenomena minum jamu dapat mengatasi sakit saat menstruasi !  
Jelaskan analisismu secara ilmiah !

3. Cantumkan satu artikel ilmiah atau jurnal yang mendukung hasil analisis kalian !

## Kegiatan Pembelajaran

### Fase 4. Mengembangkan dan Menyajikan Hasil

1. Berdasarkan grafik siklus menstruasi dibawah ini, diskusikanlah tahapan dan fase hormon yang berperan pada siklus menstruasi wanita



| Hari Ke | Fase | Hormon yang berperan dan perannya |
|---------|------|-----------------------------------|
| 1 - 5   |      |                                   |
| 6 - 13  |      |                                   |
| 14      |      |                                   |
| 15 - 28 |      |                                   |

## Kegiatan Pembelajaran

2. Seorang wanita usia 24 tahun memiliki siklus haid yang teratur setiap bulannya yaitu 29 hari. Haid terakhirnya yaitu tanggal 20-25 Mei. Kapan masa subur wanita tersebut ?

### Fase 5. Menganalisis dan Mengevaluasi

Buatlah simpulan berdasarkan masalah yang telah kalian diskusikan pada kolom di bawah ini dan tuliskan kendala pada saat proses pemecahan masalah !

**Selamat Mengerjakan**