



Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi  
Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar, dan Pendidikan Menengah  
Direktorat Pendidikan Masyarakat dan Pendidikan Khusus  
Tahun 2021

# Ada yang Berubah pada Diriku

ILMU PENGETAHUAN ALAM (IPA)  
PAKET A SETARA SD/MI KELAS VI



MODUL  
TEMA **12**







Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi  
Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar, dan Pendidikan Menengah  
Direktorat Pendidikan Masyarakat dan Pendidikan Khusus  
Tahun 2021

# Ada yang Berubah pada Diriku

ILMU PENGETAHUAN ALAM (IPA)  
PAKET A SETARA SD/MI KELAS VI



MODUL  
TEMA 12

Hak Cipta © 2020 pada Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan  
Dilindungi Undang-Undang

Ilmu Pengetahuan Alam (IPA) Paket A Setara SD/MI Kelas VI  
Modul Tema 12 : Ada yang Berubah pada Diriku

- **Penulis:** Haris Dianal, S.Pd., M.A.
- **Editor:** Dr. Samto; Dr. Subi Sudarto  
Dra. Maria Listiyanti; Dra. Suci Paresti, M.Pd.; Apriyanti Wulandari, M.Pd.
- **Diterbitkan oleh:** Direktorat Pendidikan Masyarakat dan Pendidikan Khusus  
Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar, dan Pendidikan Menengah  
Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan

iv+ 40 hlm + ilustrasi + foto; 21 x 28,5 cm

Edisi Revisi Tahun 2021

**Modul Dinamis:** Modul ini merupakan salah satu contoh bahan ajar pendidikan kesetaraan yang berbasis pada kompetensi inti dan kompetensi dasar serta didesain sesuai kurikulum 2013. Selain itu modul ini merupakan dokumen yang bersifat dinamis dan terbuka lebar sesuai dengan kebutuhan dan kondisi daerah masing-masing, namun merujuk pada tercapainya standar kompetensi dasar.

## Daftar Isi

Kata Pengantar.....	iii
Daftar Isi .....	iv
Petunjuk Penggunaan Modul .....	1
Tujuan yang Diharapkan .....	2
Pengantar Modul .....	3
<b>Unit 1 Apa dan Mengapa Aku Berubah? .....</b>	<b>4</b>
Penugasan 1.1 .....	5
Perubahan Fisik pada Masa Pubertas.....	10
1. Perubahan Fisik pada Laki-Laki.....	10
2. Perubahan Fisik pada Perempuan.....	10
Penugasan 1.2 .....	13
Rangkuman .....	14
Refleksi .....	15
Soal Latihan Unit 1 .....	15
<b>Unit 2 Mari Menjaga Kesehatan Reproduksi.....</b>	<b>17</b>
Penugasan 2.1 .....	18
Menjaga Kebersihan Alat Reproduksi.....	19
1. Cara Menjaga Kebersihan Alat Reproduksi Perempuan	20
Penugasan 2.2 .....	21
2. Cara Menjaga Kebersihan Alat Reproduksi Laki-laki .....	22
Penugasan 2.3 .....	23
Penugasan 2.3 .....	25
Rangkuman .....	27
Refleksi .....	27
Soal Latihan Unit 2.....	28
Glosarium .....	30
Penilaian.....	31
Saran Referensi.....	39
Daftar Pustaka.....	39
Profil Penulis .....	40





# Ada yang Berubah pada Diriku

## Petunjuk Penggunaan Modul



Modul mata pelajaran Ilmu Pengetahuan Alam (IPA) Paket A ini disusun untuk dipelajari secara berurutan. Modul ini meliputi dua unit yaitu Unit 1 Apa dan Mengapa Aku Berubah? dan Unit 2 Apa yang Harus Dilakukan? Mulailah dengan mempelajari Unit 1 kemudian dilanjutkan dengan Unit 2.

Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam mempelajari modul 12 “Ada yang Berubah pada Diriku” adalah:

1. Pelajari modul ini dengan cermat sehingga Anda dapat memahami langkah-langkah belajarnya dengan mudah.
2. Pelajari modul ini secara mandiri dan kelompok.
3. Untuk membantu Anda dalam mempelajari modul ini, ada baiknya diperhatikan beberapa petunjuk belajar berikut ini:
  - a. Baca dan pahami dengan benar tujuan yang terdapat dalam modul ini
  - b. Baca dengan cermat bagian pengantar modul hingga anda memahami secara tuntas tentang apa, untuk apa, dan bagaimana mempelajari modul ini
  - c. Bila Anda mengalami kesulitan dalam memahami modul ini, diskusikan dengan teman atau tanyakan pada tutor saat tatap muka
  - d. Baca referensi lain yang berhubungan dengan modul ini guna memperluas wawasan Anda.
  - e. Kerjakan tugas yang diberikan dalam modul ini dan perhatikan rubrik penilaiannya

## Kata Pengantar

Pendidikan kesetaraan sebagai pendidikan alternatif memberikan layanan kepada masyarakat yang karena kondisi geografis, sosial budaya, ekonomi dan psikologis tidak berkesempatan mengikuti pendidikan dasar dan menengah di jalur pendidikan formal. Kurikulum pendidikan kesetaraan dikembangkan mengacu pada kurikulum 2013 pendidikan dasar dan menengah hasil revisi berdasarkan peraturan Mendikbud No.24 tahun 2016. Proses adaptasi kurikulum 2013 ke dalam kurikulum pendidikan kesetaraan adalah melalui proses kontekstualisasi dan fungsionalisasi dari masing-masing kompetensi dasar, sehingga peserta didik memahami makna dari setiap kompetensi yang dipelajari.

Pembelajaran pendidikan kesetaraan menggunakan prinsip *flexible learning* sesuai dengan karakteristik peserta didik kesetaraan. Penerapan prinsip pembelajaran tersebut menggunakan sistem pembelajaran modular di mana peserta didik memiliki kebebasan dalam penyelesaian tiap modul yang disajikan. Konsekuensi dari sistem tersebut adalah perlunya disusun modul pembelajaran pendidikan kesetaraan yang memungkinkan peserta didik untuk belajar dan melakukan evaluasi ketuntasan secara mandiri.

Tahun 2017 Direktorat Pembinaan Pendidikan Keaksaraan dan Kesetaraan, Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini dan Pendidikan Masyarakat mengembangkan modul pembelajaran pendidikan kesetaraan dengan melibatkan Pusat Kurikulum dan Perbukuan Kemdikbud, para akademisi, pamong belajar, guru dan tutor pendidikan kesetaraan. Modul pendidikan kesetaraan disediakan mulai paket A tingkat kompetensi 2 (kelas 4 Paket A), sedangkan untuk peserta didik Paket A usia sekolah, modul tingkat kompetensi 1 (Paket A setara SD kelas 1-3) menggunakan buku pelajaran Sekolah Dasar kelas 1-3, karena mereka masih memerlukan banyak bimbingan guru/tutor dan belum bisa belajar secara mandiri.

Kami mengucapkan terimakasih atas partisipasi dari Pusat Kurikulum dan Perbukuan Kemdikbud, para akademisi, pamong belajar, guru, tutor pendidikan kesetaraan dan semua pihak yang telah berpartisipasi dalam penyusunan modul ini.

Jakarta, 1 Juli 2020  
Plt. Direktur Jenderal



Hamid Muhammad

Ada yang Berubah pada Diriku

iii

# UNIT 1

## Apa dan Mengapa Aku Berubah?

Pernahkah Anda membandingkan foto-foto Anda ketika kecil hingga sekarang? Apa saja perbedaannya? Apakah ada perubahan yang terlihat? Apa saja perubahan yang Anda rasakan?

Mengapa saat Anda masih kecil tidak ada kumis tumbuh di wajah? Dan mengapa setelah besar wajah mulai berminyak dan tumbuh jerawat? Tumbuhnya kumis, kulit menjadi berminyak, dan berjerawat merupakan salah satu ciri pubertas yang normal terjadi pada usia remaja.

Tahukah Anda apakah pubertas itu? Bagaimana pubertas bisa terjadi? Kapan masa pubertas itu terjadi?

Agar Anda lebih memahami apa dan bagaimana pubertas itu, ayo kita kerjakan tugas di bawah ini!

### Snapshot

Perhatikan gambar di bawah ini



Gambar 1. Jakun

Sumber : <https://www.amongguru.com>

Gambar di samping adalah salah satu ciri fisik yang terjadi pada laki-laki yang sudah mengalami puber, yaitu jakun.

Carilah informasi tentang jakun pada buku atau internet.

No	Bagian Tubuh	Perubahan yang terjadi	
		Laki-laki	Perempuan
5	Tangan		
6	Pinggul		
7	Organ Reproduksi		
8	Kaki		

Selanjutnya, perhatikan kolom di bawah ini!

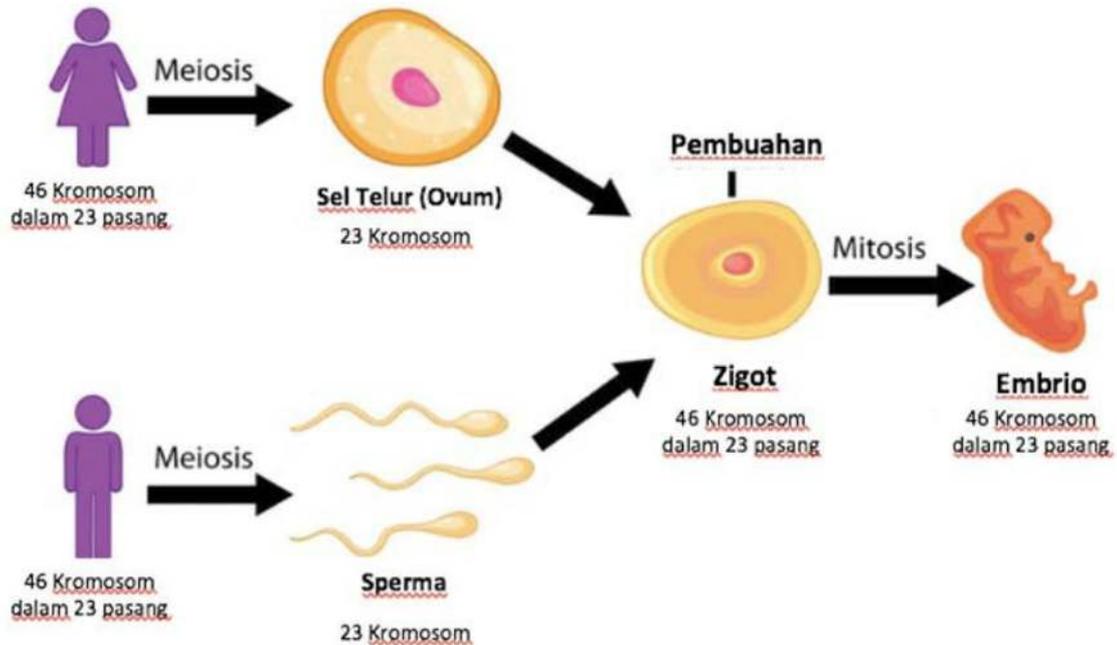
Sebelum memulai belajar, baca dan cermati materi-materi yang terdapat dalam kolom di bawah ini. Apakah Anda sudah mengetahui tentang hal tersebut?

Laki-laki	Perempuan
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mimpi basah</li> <li>• Kaitan mimpi basah dengan aktifnya organ perkembangbiakan</li> <li>• Bahaya pergaulan bebas dengan lawan jenis</li> <li>• Cara menjaga kesehatan alat kelamin</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menstruasi</li> <li>• Kaitan menstruasi dengan aktifnya organ perkembangbiakan</li> <li>• Bahaya pergaulan bebas dengan lawan jenis</li> <li>• Cara membersihkan alat kelamin saat menstruasi</li> <li>• Cara membuang pembalut yang benar dan aman bagi lingkungan.</li> </ul>

Anda sudah membaca hal-hal yang terdapat dalam kolom di atas. Untuk memahami lebih dalam tentang hal tersebut, selanjutnya, ayo kita pelajari materi di bawah ini tentang perkembangan masa manusia.

Dalam fase kehidupan, tentunya manusia akan mengalami perkembangbiakan. Perkembangbiakan pada manusia bertujuan untuk melestarikan diri agar tidak punah. Proses perkembangbiakan pada manusia diawali dengan pembuahan atau fertilisasi. Fertilisasi adalah peleburan sel sperma dari organ reproduksi laki-laki dengan sel telur (ovum) dari organ reproduksi perempuan yang terjadi di dalam rahim. Kedua sel yang melebur menjadi zigot, yang akan berkembang menjadi embrio. Embrio atau calon individu baru ini akan membawa sifat dari orang tuanya karena menerima kromosom berjumlah sama dari orang tua laki-laki dan perempuan.

Embrio kemudian berkembang menjadi janin. Janin akan lahir menjadi bayi setelah 9 bulan di dalam kandungan. Bayi lahir ke dunia melalui proses melahirkan. Bayi yang dilahirkan akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan. Tubuh manusia akan terus tumbuh seiring bertambahnya usia.



Gambar 2. Proses pembuahan pada manusia

Sumber: <https://theconversation.com/seorang-ahli-genetika-jelaskan-apa-yang-membuat-anda-menjadi-laki-laki-atau-perempuan-104408>

Saat lahir, kita hanya mempunyai panjang tubuh beberapa sentimeter. Tubuh kita akan berhenti tumbuh dan tidak bertambah tinggi lagi pada usia tertentu.

Tahukah Anda apa perbedaan pertumbuhan dan perkembangan pada manusia?

Pertumbuhan merupakan proses pertambahan besar, jumlah, ukuran yang bisa diukur dengan ukuran berat (gram, kilogram), ukuran panjang (cm, meter), umur tulang dan keseimbangan metabolik. Pertumbuhan juga ditandai dengan bertambahnya ukuran fisik dan struktur tubuh. Contohnya: manusia akan bertambah tinggi sampai usia tertentu.

### Kata Kunci

- Perkembangbiakkan
- Pertumbuhan dan perkembangan
- Bayi, remaja, dewasa, tua



Sumber: *Ensiklopedia Iptek*

Gambar 3. Pertumbuhan dan perkembangan manusia  
 Sumber: *semi-yanto.blogspot.com*

Perkembangan adalah perubahan menuju lebih dewasa. Ditandai dengan bertambahnya kemampuan serta struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam pola yang teratur. Perkembangannya dapat diperkirakan sehingga memenuhi fungsinya. Perkembangan meliputi perkembangan emosi, intelektual dan perilaku sebagai hasil interaksi dengan lingkungan. Contohnya: manusia semakin berkembang kemampuan berpikir dan berbicara sampai usia tertentu.

Dapat disimpulkan pertumbuhan berdampak pada aspek fisik yang dapat dilihat dan diukur. Sedangkan perkembangan berkaitan dengan kematangan fungsi organ atau kemampuan individu. Pertumbuhan akan mempengaruhi perkembangan manusia, sehingga keduanya penting dalam kehidupan manusia.

Untuk lebih jelasnya, mari kita baca dengan seksama tahapan perkembangan pada manusia berikut ini!

1. Bayi, yaitu anak sejak lahir sampai berusia 1 tahun.
2. Balita, yaitu anak berusia 1 sampai 5 tahun.
3. Anak-anak, yaitu usia 5 sampai 10 tahun
4. Remaja, yaitu anak usia 11 sampai 20 tahun
5. Dewasa, usia 21 sampai 49 tahun
6. Tua, yaitu usia 60 tahun sampai 65 tahun.
7. Lanjut Usia, yaitu usia di atas 66 tahun.

## Pengantar Modul



Sumber : [www.odemedia.blogspot.com](http://www.odemedia.blogspot.com)

Masa pubertas adalah masa peralihan dari anak-anak menjadi dewasa. Baik laki-laki maupun perempuan akan mengalami perubahan bentuk fisik dan juga prilaku. Pada masa ini, baik laki-laki maupun perempuan mulai memiliki ketertarikan pada lawan jenisnya. Hal ini dikarenakan orang reproduksi pada laki-laki maupun perempuan mulai berkembang.

Modul ini akan membahas bagaimana laki-laki dan perempuan berubah pada masa pubertas yang akan dibahas pada unit 1 Apa dan mengapa aku berubah? Dijelaskan pula apa yang menyebabkan perubahan tersebut. Lalu pada unit 2 akan dibahas apa yang harus dilakukan ketika memasuki usia pubertas. Antara lain bagaimana menjaga kebersihan dan kesehatan organ reproduksi serta menjaga pergaulan antara laki-laki dan perempuan dalam batas kesopanan.

Semoga modul ini memberikan pengetahuan bagi Anda untuk bersiap menghadapi pubertas. Akan terjadi perubahan fisik dan prilaku menuju manusia dewasa.

## Penugasan 1.1

**Tugas :** Mengamati Tanda-Tanda Perubahan Fisik pada Masa Puber

### Tujuan

- Mengidentifikasi tanda-tanda perubahan fisik yang terjadi pada laki-laki
- Mengidentifikasi tanda-tanda perubahan fisik yang terjadi pada perempuan
- Melatih kemampuan mengidentifikasi berdasarkan informasi yang ada di berbagai media.

### Media

- Lembar kegiatan
- Alat tulis
- Buku penunjang lain

### Langkah - langkah

1. Carilah informasi tentang ciri-ciri fisik yang terjadi masa puber pada laki-laki dan perempuan melalui buku atau internet.
2. Identifikasi apa saja ciri-ciri fisik pada laki-laki dan perempuan yang mengalami masa puber!
3. Tulis hasil identifikasi Anda ke dalam lembar kegiatan yang tersedia di bawah ini!

#### Lembar Kegiatan

No	Bagian Tubuh	Perubahan yang terjadi	
		Laki-laki	Perempuan
1	Wajah		
2	Leher		
3	Dada		
4	Ketiak		

Ada yang Berubah pada Diriku

5

Salah satu fase perubahan yang terjadi pada manusia adalah masa puber atau pubertas. Masa ini dikenal juga dengan masa remaja. Untuk mengetahui masa pubertas manusia lebih rinci, perhatikan peta materi dibawah ini :



Gambar 4. Peta Bahasan Pubertas



Gambar 5 Ciri Masa Pubertas

Sumber: <http://www.alifkiky.com/2018/05/fitrah-seksualitas-masa-pubertas.html>

Masa Pubertas adalah masa terjadinya perubahan fisik dan mental, termasuk emosi dan perilaku pada anak laki-laki dan anak perempuan yang disebabkan perubahan hormon.

Masa pubertas disebut juga masa akil balig (usia remaja). Masa pubertas adalah masa peralihan dari anak-anak menjadi remaja. Masa pubertas pada anak laki-laki dan perempuan

tidak sama. Anak perempuan biasanya mengalami perubahan lebih cepat dibandingkan anak laki-laki. Ada yang lebih dulu mengalami dan ada yang lambat. Biasanya anak perempuan mengalami masa pubertas pada usia 8-13 tahun, sedangkan anak laki-laki pada usia 10-15 tahun.

Pada masa pubertas, tubuh laki-laki dan perempuan mengalami perubahan. Ada dua jenis perubahan yang terjadi pada masa pubertas, yaitu perubahan primer dan perubahan sekunder. Perubahan primer disebut juga perubahan utama yang terjadi di dalam tubuh. Perubahan tersebut memungkinkan seorang laki-laki dan perempuan pada masa pubertas menghasilkan bayi. Perubahan primer diiringi perubahan sekunder. Perubahan sekunder disebut perubahan fisik atau perubahan yang ciri-cirinya tampak pada tubuh laki-laki dan perempuan. Perubahan apa yang terjadi pada masa ini, mari kita baca penjelasan berikut.

## A. Perubahan pada Masa Pubertas

### 1. Perubahan pada Laki-Laki

Laki-laki mengalami perubahan pada masa pubertas. Tahukah kalian, perubahan apa saja yang terjadi?

Pada laki-laki yang mengalami pubertas akan mengalami mimpi basah. Mimpi basah merupakan perubahan primer pada laki-laki. Mimpi basah berkaitan dengan mulai diproduksi sel kelamin pria atau sperma pada organ reproduksi laki-laki. Ini menandakan bahwa sistem reproduksinya telah berfungsi.

Ciri-ciri fisik atau perubahan sekunder yang dialami seseorang laki-laki adalah

1. Tumbuh jakun
2. Tumbuh kumis dan janggut
3. Tumbuh rambut-rambut halus di ketiak dan organ kelamin
4. Organ kelamin membesar
5. Suara berubah menjadi berat
6. Dada tampak bidang
7. Bau Tubuh

Namun, tidak semua laki-laki mengalami ciri-ciri kelamin sekunder yang mencolok. Ada juga yang tidak mengalami pertumbuhan kumis dan jakun.

### 2. Perubahan pada Perempuan

Sama halnya seperti pada laki-laki, perempuan juga mengalami perubahan pada masa pubertas.

3. Pinggul mulai membesar.
4. Suara menjadi lebih melengking

Anak perempuan mengalami menstruasi dan anak laki-laki mengalami mimpi basah merupakan pertanda bahwa organ reproduksi mereka sudah matang. Anak perempuan sudah mampu menghasilkan sel telur dan anak laki-laki sudah mampu menghasilkan sperma. Jika kedua sel tersebut bertemu, akan terjadi pembuahan yang dapat menyebabkan kehamilan.

Oleh karena itu, anak perempuan dan anak laki-laki sudah harus menjaga diri dan sikapnya. Tanda kedewasaan tidak hanya terlihat dari perubahan fisik, namun juga dari cara kita bersikap dan bertanggung jawab terhadap setiap perilaku yang kita lakukan.

Saat ini kita berada pada zaman dimana informasi yang berkembang sangat pesat. Dengan adanya internet kita bisa dengan mudah mendapatkan informasi baik positif maupun negatif. Termasuk informasi mengenai masalah perilaku atau pergaulan laki-laki dan perempuan.

Oleh karena itu, bekal mengenai nilai benar dan salah sangat diperlukan. Kita tidak boleh melanggar aturan agama dan normal sosial.

Nah... Apa saja yang harus kita siapkan dalam menjaga diri pada masa pubertas:

1. Jalinlah komunikasi yang lebih erat dengan dengan ayah dan ibu, karena remaja pubertas akan mengalami emosi yang tidak stabil.
2. Jika ada masalah ceritakan pada orang tua.
3. Pilihlah bacaan dan tontonan yang sesuai dengan umur kita.
4. Jagalah kebersihan diri agar tidak ada masalah seperti bau badan dan jerawat.
5. Dalam pergaulan kita harus tahu area mana yang boleh disentuh orang lain dan mana yang harus dijaga
6. Pilihlah lingkungan pertemanan atau pergaulan yang baik.

Kita dapat berteman dengan banyak orang dari berbagai kalangan. Agar tidak salah bergaul, kita harus memiliki dasar yang kuat yang bisa didapatkan dari pendidikan dalam keluarga atau pendidikan agama. Dengan pondasi yang kuat, kita tidak akan mudah terpengaruh oleh hal negatif dalam pergaulan.

Dalam pergaulan kita harus bisa membatasi diri. Jangan takut menolak ajakan teman, jika ajakan tersebut merupakan ajakan berbuat keburukan. Jangan terpancing bujukan teman. Pilih dan pilah mana yang baik dan buruk

## Penugasan 1. 2

**Tugas :** Mengamati Perubahan yang Terjadi pada Anak laki-laki dan anak perempuan

### Tujuan

Setelah mengerjakan tugas, peserta didik diharapkan mampu:

- Mengetahui perubahan yang terjadi pada anak laki-laki dan anak perempuan setelah pubertas

### Media

- Foto masa kecil hingga sekarang
- Alat tulis
- Lembar kegiatan
- Buku penunjang yang lain

### Langkah - langkah

1. Amatilah foto-foto Anda saat masih kecil dan saat ini!
2. Tulislah perubahan-perubahan yang terlihat pada lembar kerja berikut ini!

Lembar kerja Anak laki-laki

No	Bagian tubuh yang berubah	Perubahan yang terjadi
1		
2		
3		
4		
5		

- f. Jawab soal-soal latihan dalam bentuk pilihan ganda dalam setiap akhir unit yang terdapat dalam modul
- g. Periksa hasil latihan anda dengan mencocokkan pada kunci jawaban yang tersedia. Dan bila ada jawaban yang belum benar, pelajari lagi materi yang bersangkutan.

- **Kriteria Ketuntasan Pembelajaran**

Peserta didik dapat melanjutkan ke modul berikutnya apabila telah memperoleh skor minimum 70.



## Tujuan yang Diharapkan

Modul ini membahas tentang Mengenal fase kehidupan manusia, yang meliputi dua unit, yaitu Unit 1 Apa dan Mengapa Aku Berubah? dan Unit 2 Apa yang Harus Dilakukan? Setelah mempelajari modul ini, Anda diharapkan dapat :

1. Mengenal perubahan fisik manusia pada masa pubertas.
2. Dapat mengidentifikasi perubahan fisik yang dialami atau akan dialami memasuki masa pubertas.
3. Mengetahui perbedaan organ reproduksi laki-laki dan perempuan.
4. Mengetahui cara menjaga kesehatan organ reproduksi pada perempuan dan laki-laki.
5. Mampu menjaga kesehatan organ reproduksi sendiri.
6. Mengetahui batas pergaulan antara laki-laki dan perempuan.
7. Menjaga pergaulan antara laki-laki dan perempuan pada batas-batas kesopanan.

Agar semua tujuan tersebut dapat tercapai, Anda diharapkan membaca modul ini dan memahaminya dengan saksama, serta melaksanakan semua kegiatan yang kami harap Anda lakukan

## Penugasan 2.1

**Tugas :** Mari Menjaga Kesehatan Reproduksi

### Tujuan

Setelah mengerjakan tugas, peserta didik diharapkan mampu;

- Mengetahui cara menjaga kesehatan reproduksi berdasarkan isi video
- Menyimpulkan hasil pengamatan
- Melatih untuk melakukan pengamatan berdasarkan video

### Media

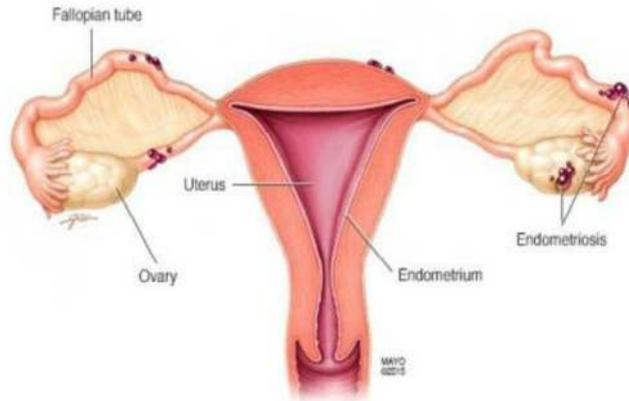
- Video cara menjaga kesehatan reproduksi
- Alat tulis
- tBuku penunjang lainnya

### Langkah - langkah

Setelah Anda menonton dan menyimak video di atas, kerjakan aktivitas berikut ini:

1. Amatilah video dibagi oleh tutor dengan baik.
2. Catat hal-hal penting yang Anda peroleh dari video tersebut.
3. Tanyakan pada tutor, apa yang tidak dipahami dari video tersebut
4. Buatlah kesimpulan dan serahkan hasilnya kepada tutor Anda sebagai bentuk penilaian.

Ciri utama atau perubahan primer pada perempuan yang mengalami pubertas adalah menstruasi atau haid. Menstruasi



Gambar 2.9. Alat Perkembangbiakkan Perempuan

adalah proses saat darah keluar dari rahim melalui alat kelamin perempuan atau vagina. Menstruasi biasanya dialami perempuan ketika memasuki usia 11 atau 12 tahun. Namun beberapa anak mengalami masa menstruasi lebih cepat dari usia itu, yaitu sekitar 9 atau 10 tahun. Ada juga yang mulai lebih lambat, yaitu saat berusia sekitar 15 tahun. Menstruasi biasanya terjadi sekali dalam sebulan selama 3 sampai 7 hari. Menstruasi adalah siklus yang berulang setiap bulan.

Perempuan yang sudah mengalami masa puber akan menghasilkan sebuah sel telur setiap bulannya. Jika ada proses pembuahan saat sel telur matang, maka akan terjadi kehamilan, sehingga tidak terjadi menstruasi. Tetapi jika tidak terjadi pembuahan, maka lapisan dinding rahim akan meluruh dan keluar berupa darah menstruasi.

Saat menstruasi darah akan keluar dengan sendirinya dan tidak dapat dikendalikan oleh manusia. Darah keluar secara perlahan-lahan selama beberapa hari. Untuk menahan darah supaya tidak tercecer kemana-mana saat menstruasi, perempuan perlu menggunakan pembalut. Pembalut harus sering diganti dalam sehari, karena daya tampungnya terbatas. Selain itu, dengan mengganti pembalut akan menjaga kebersihan dan kesehatan vagina.

Ciri fisik atau perubahan sekunder pada perempuan yang mengalami pubertas adalah sebagai berikut.

1. Tumbuh rambut-rambut halus di ketiak dan organ kemaluan.
2. Payudara mulai membesar.

## Refleksi

Di akhir unit ini, tentu saja Anda telah memahami masa pubertas manusia. Sebagai bentuk refleksi, jawablah pertanyaan berikut ini:

1. Topik apa yang Anda pelajari pada Unit 1 ini?
2. Materi mana yang Anda anggap mudah?
3. Materi mana yang Anda anggap sulit?
4. Tuliskan dua atau lebih kalimat yang berhubungan dengan topik atau materi?



## Soal Latihan Unit 1

### A. Petunjuk Pengisian Soal

1. Berdoalah sebelum mengerjakan soal di bawah ini
2. Bacalah soal dengan teliti.
3. Pilihlah satu jawaban yang benar.
4. Setelah selesai mengerjakan soal, periksalah kembali jawaban anda!

### B. Kerjakan Soal-Soal Berikut Ini!

1. Wajah yang mudah berjerawat biasanya dialami pada masa....  
A. pubertas      B. kanak-kanak      C. dewasa      D. matang
2. Ciri perkembangan fisik yang dialami baik oleh anak laki-laki maupun perempuan adalah....  
A. pelebaran pinggul  
B. suara menjadi semakin berat  
C. membesarnya pita suara  
D. tumbuhnya rambut di sekitar kemaluan dan ketiak
3. Mulai aktifnya organ reproduksi wanita ditandai dengan peristiwa....  
A. mimpi basah      B. ovum  
C. menstruasi      D. gestasi

4. Peristiwa yang menandakan dimulainya pubertas pada laki-laki disebut....
  - A. pembuahan
  - B. mimpi basah
  - C. ovulasi
  - D. menstruasi
5. Alat tubuh yang mengalami perubahan besar pada masa pubertas adalah....
  - A. jantung pada wanita
  - B. testis pada laki-laki
  - C. penis pada wanita
  - D. lambung pada laki-laki
6. Tumbuhnya jakun pada laki-laki menyebabkan terjadinya....
  - A. pertambahan tinggi badan
  - B. perubahan suara
  - C. perubahan berat badan
  - D. suara menjadi kecil
7. Masa remaja perempuan ditandai dengan....
  - A. Kaki membesar
  - B. Leher membesar
  - C. Tangan membesar
  - D. Pinggul membesar
8. Masa remaja pria ditandai dengan...
  - A. Tumbuh jakun pada leher
  - B. Pinggul membesar
  - C. Tumbuh uban pada rambut
  - D. Buah dada membesar
9. Darah yang keluar saat menstruasi berasal dari peluruhan endometrium. Endometrium ditunjukkan oleh huruf....
  - A. A
  - B. B
  - C. C
  - D. D
10. Produksi minyak berlebih selama masa pubertas menimbulkan....
  - A. bercak-bercak kulit
  - B. kerutan
  - C. noda hitam
  - D. jerawat

## UNIT 2

# Mari Menjaga Kesehatan Reproduksi

Berapa kali Anda mandi dalam sehari? Apa manfaat mandi bagi diri Anda? Mandi merupakan salah satu cara membersihkan badan secara keseluruhan dan membersihkan organ tubuh tertentu secara khusus. Mandi membuat badan menjadi bersih dan sehat.

Saat mandi, secara tidak langsung kita juga membersihkan organ reproduksi. Menjaga kesehatan reproduksi sangat penting Anda lakukan untuk diri sendiri. Kalau Anda bisa menjaga diri, tentu saja hidup Anda akan sehat.

Mandi menjadi salah satu cara untuk membersihkan dan menjaga kesehatan Anda, tetapi menjaga pola hidup akan memberikan dampak besar bagi kesehatan Anda yang sebenarnya.

### Snapshot

Lihat cuplikan video berikut ini

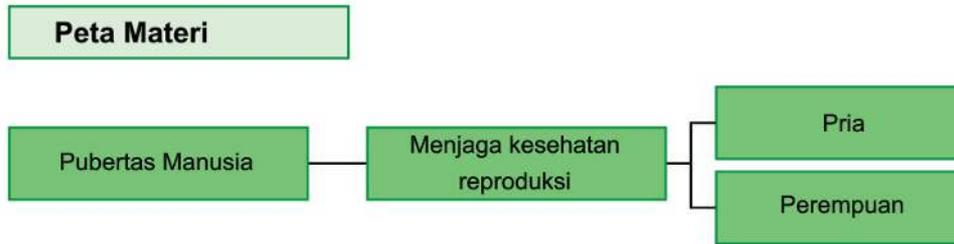


Gambar 1. Jakun  
Sumber : <https://www.amongguru.com>

Mintalah video kepada tutor Anda tentang Perawatan Organ Reproduksi Remaja.

Video di atas menggambarkan bagaimana cara kita untuk menjaga kesehatan organ reproduksi. Seperti yang perlu kita ketahui, organ reproduksi remaja itu rentan dengan berbagai penyakit, karena organ reproduksi merupakan organ vital pada diri manusia yang sensitif dengan apapun. Untuk itu, perlu bagi kita untuk menjaga kebersihan organ reproduksi.

Pada unit 2 ini materi yang akan kita pelajari adalah tentang cara menjaga kesehatan organ reproduksi. Berikut ini peta materi yang akan dikaji pada unit 2, antara lain :



Peta materi di atas menggambarkan hubungan antara masa pubertas dengan cara menjaga kesehatan organ reproduksi manusia. Seperti yang telah dijelaskan pada unit sebelumnya, ciri-ciri pubertas antara laki-laki dan perempuan berbeda. Untuk itu, cara menjaga kesehatan reproduksi laki-laki dan perempuan pun berbeda. Hal ini sangat

penting dilakukan demi kebersihan dan kesehatan diri manusia.

Materi berikut ini mempelajari tentang pentingnya menjaga kebersihan alat reproduksi. Membicarakan materi tentang menjaga alat reproduksi terkadang membuat seseorang merasa malu, karena sering dikaitkan dengan seks yang dianggap tabu. Padahal hal ini sangat perlu dan penting untuk dipelajari. Keluarga bertanggung jawab dan memegang peranan besar dalam memberikan informasi tentang kesehatan baik itu kesehatan umum maupun kesehatan alat reproduksi.

Oleh sebab ayo kita pelajari materi berikut ini dengan sungguh-sungguh!

## A. Menjaga Kebersihan Alat Reproduksi

Alat reproduksi laki-laki dan perempuan sangatlah berbeda. Bentuk alat reproduksi laki-laki yang letaknya di luar, memudahkan untuk merawat dan membersihkannya. Sedangkan alat reproduksi perempuan memerlukan perawatan yang lebih khusus dan hati-hati karena organ reproduksinya berada di dalam.

Lalu, bagaimana cara menjaga kebersihan alat reproduksi? Simak penjelasan berikut.

No	Hal-Hal yang dilakukan untuk menjaga reproduksi	Penjelasan
1		
2		
3		
4		

Selanjutnya ayo kita pelajari tentang cara menjaga kebersihan alat reproduksi laki-laki.

## 2. Cara Menjaga Kebersihan Alat Reproduksi Laki-Laki

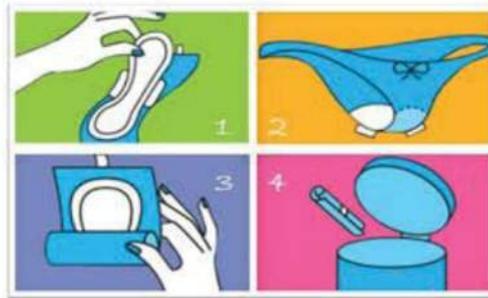
Remaja laki-laki dapat menjaga kebersihan organ reproduksinya dengan cara-cara berikut.

- a. Mandilah minimal dua kali sehari menggunakan air bersih. Jika badan terasa kotor dan lengket, sebaiknya langsung dibersihkan.
- b. Gantilah pakaian dalam paling sedikit dua kali sehari.
- c. Basuhlah organ reproduksi sehabis buang air kecil.
- d. Berolahraga secara teratur dan minum air putih yang cukup.
- e. Hindari pemakaian pakaian dalam yang terlalu ketat karena dapat meningkatkan suhu testis.
- f. Tidak menggunakan celana dalam dari nilon, karena tidak menyerap air/keringat. Suasana lembab disukai jamur dan bakteri.
- g. Menjalani khitan atau sunat. Khitan untuk mencegah penumpukan kotoran, sisa urine, semen dan cairan yang keluar dari kelenjar-kelenjar pada organ reproduksi.
- h. Menghilangkan kebiasaan mandi dengan air panas, temperatur yang sejuk diperlukan untuk perkembangan sperma.

## 1. Cara Menjaga Kebersihan Alat Reproduksi Perempuan



**Mandi Dua Kali Sehari**  
sumber : [www.pekanbaru.com](http://www.pekanbaru.com)



**Mengganti Pembalut**  
sumber : [www.beritaunikindonesia.blogspot.com](http://www.beritaunikindonesia.blogspot.com)



**Banyak Minum Air Putih**  
sumber : [www.tutyqueen.com](http://www.tutyqueen.com)



**Berolahraga Secara Teratur**  
sumber : [www.Jefrisoranto23.blogspot.com](http://www.Jefrisoranto23.blogspot.com)

*Gambar 1. Beberapa Hal untuk Menjaga Kebersihan Organ Reproduksi Perempuan*

Di bawah ini adalah hal-hal yang perlu diperhatikan untuk menjaga kebersihan organ reproduksi perempuan.

- Mandi dua kali sehari dengan air bersih. Jika badan kotor dan lengket, sebaiknya langsung dibersihkan.
- Gunakan pakaian dalam yang mudah menyerap keringat. Usahakan alat kelamin tidak basah dan lembab karena lingkungan yang basah atau lembab memudahkan tumbuhnya kuman.
- Pakaian dalam diganti minimal 2 kali dalam sehari.
- Saat menstruasi, sebaiknya mengganti pembalut setiap beberapa jam sekali. Pembalut yang dikenakan harus bersih, nyaman, serta berbahan lembut.
- Basuh dan keringkan alat kelamin sehabis buang air kecil. Cara membersihkannya adalah dari arah depan ke belakang. Hal ini dilakukan agar kuman dari anus tidak masuk ke saluran reproduksi.
- Hindarilah penggunaan sabun yang mengandung deodoran atau parfum untuk membasuh kemaluan.
- Jangan terlalu sering memakan makanan yang terlalu banyak mengandung garam. Garam dapat menyebabkan perasaan tertekan dan tegang.

## Penugasan 2.3

**Tugas :** Mengidentifikasi Cara Menjaga Kesehatan Reproduksi Laki-laki

### Tujuan

Setelah mengerjakan tugas, peserta didik diharapkan mampu:

- Mengetahui cara menjaga kesehatan produksi laki-laki
- Mengetahui penyakit yang ditimbulkan kalau tidak menjaga kesehatan reproduksi laki-laki
- Melatih untuk melakukan presentasi dari hasil pengamatan

### Media

- Smartphone untuk jaringan internet
- alat tulis
- buku penunjang lain

### Langkah - langkah

Ikuti langkah-langkah kegiatan dibawah ini untuk mengidentifikasi cara menjaga kesehatan reproduksi laki-laki

1. Amatilah Gambar 2. Disamping dengan teliti.
2. Carilah informasi terkait dengan cara menjaga reproduksi laki-laki melalui internet
3. Catatlah informasi tentang hubungan olahraga dengan menjaga kesehatan organ reproduksi laki-laki pada buku tugas dengan rapi.
4. Lakukan analisis mengenai cara menjaga kesehatan reproduksi laki-laki
  - a. Upaya menjaga kesehatan reproduksi
  - b. Penyakit yang ditimbulkan kalau tidak menjaga kesehatan reproduksi laki-laki
5. Setelah menganalisis, laporkan secara lisan maupun tertulis kepada tutor!
6. Apabila ada pertanyaan dari teman atau tutor tanggapilah secara responsif!



Gbr 2. Cara Menjaga Reproduksi Pria  
Sumber: wajibbaca.com

Pada masa remaja, biasanya tubuh kita mudah berkeringat. Hal ini dapat menyebabkan jerawat pada wajah. Untuk menghindarinya, lakukan cara-cara sebagai berikut ini.

1. Segera cuci wajah jika terasa kotor dan lengket.
2. Hindarilah poni yang terlalu panjang dan menutupi wajah. Hal ini karena kotoran pada rambut dapat berpindah ke wajah.
3. Jika diperlukan, pakailah wewangian tubuh agar tubuh terasa segar dan harum

## Cakrawala

### Pentingnya Menjaga Kesehatan Reproduksi

Oleh: Kemenkes RI

Cara menjaga organ reproduksi, diantaranya:

- Pakai handuk yang lembut, kering, bersih, dan tidak berbau atau lembab.
- Memakai celana dalam dengan bahan yang mudah menyerap keringat
- Pakaian dalam diganti minimal 2 kali dalam sehari
- Bagi perempuan, sesudah buang air kecil, membersihkan alat kelamin sebaiknya dilakukan dari arah depan menuju belakang agar kuman yang terdapat pada anus tidak masuk ke dalam organ reproduksi.
- Bagi laki-laki, dianjurkan untuk dikhitan atau disunat agar mencegah terjadinya penularan penyakit menular seksual serta menurunkan risiko kanker penis.

Sumber: [www. http://promkes.depkes.go.id](http://promkes.depkes.go.id)

Uraian di atas menegaskan bahwa pentingnya bagi remaja untuk menjaga kesehatan organ reproduksi. Remaja perlu mengetahui perawatan kesehatan organ reproduksi yang sangat penting dilakukan. Tanpa pemeliharaan yang baik dapat menimbulkan berbagai gangguan yang merugikan seperti infeksi bahkan dapat menimbulkan infertilitas atau kemandulan.

Setelah Anda mempelajari Upaya yang dapat dilakukan untuk menjaga kesehatan reproduksi remaja, kerjakan rubrik kegiatan berikut ini:

- h. Minumlah air putih lebih banyak dan mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi. Saat menstruasi, banyak zat besi yang hilang dari tubuh kita melalui darah menstruasi.
- i. Berolahraga secara teratur untuk menjaga kebugaran tubuh
- j. Tidak memasukkan benda apapun ke dalam vagina.
- k. Menghentikan kebiasaan menahan buang air kecil.

## Penugasan 2.2

**Tugas :** Mengidentifikasi Cara Menjaga Kesehatan Reproduksi Perempuan



### Tujuan

Setelah mengerjakan tugas, peserta didik diharapkan mampu:

- Mengetahui cara menjaga kesehatan reproduksi perempuan
- Mendeskripsikan hal-hal yang dilakukan untuk menjaga reproduksi
- Melatih dalam kerja kelompok



### Media

- Smartphone dengan jaringan internet
- Alat tulis
- Lembar kegiatan



### Langkah - langkah

Agar Anda dapat mengidentifikasi cara menjaga kesehatan reproduksi perempuan dengan baik, lakukanlah hal-hal berikut ini:

1. Carilah informasi dari situs internet yang membahas tentang cara menjaga kesehatan reproduksi perempuan
2. Bertanyalah kepada tutor jika ada yang belum dipahami!
3. Sajikan hasil kerja Anda pada tabel di bawah ini:

## Lembar kerja anak perempuan

No	Bagian tubuh yang berubah	Perubahan yang terjadi
1		
2		
3		
4		
5		

3. Buatlah kesimpulan setiap perubahan yang terjadi pada anak laki-laki dan anak perempuan
4. Buatlah laporan hasil pengamatan Anda dan sampaikan kepada tutor.

Dari uraian di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa antara laki-laki dan perempuan memiliki perbedaan ketika memasuki masa puber. Hal ini dapat terlihat dengan jelas perubahan secara fisik baik pada perubahan laki-laki dan perempuan.

## Rangkuman

1. Masa remaja manusia disebut dengan masa pubertas
2. Masa Pubertas adalah masa terjadinya perubahan fisik dan mental anak laki-laki dan anak perempuan yang disebabkan perubahan hormon.
3. Ada dua jenis perubahan yang terjadi pada masa pubertas, yaitu perubahan primer dan perubahan sekunder.
4. Ciri primer pada laki-laki adalah mengalami 'Mimpi Basah'
5. Ciri primer pada perempuan adalah menstruasi
6. Ciri-ciri kelamin sekunder pada laki-laki, antara lain: Bau Tubuh, Tumbuh jakun, Tumbuh kumis dan janggut, Tumbuh rambut-rambut halus di ketiak dan organ kelamin, Organ kelamin membesar, Suara berubah menjadi berat, dan Dada tampak bidang
7. Ciri-ciri sekunder pada perempuan adalah: Tumbuh rambut-rambut halus di ketiak dan organ kemaluan, Payudara dan pinggul mulai membesar, dan Organ kelamin membesar.

1. Amatilah dengan baik gambar 5 di atas terkait dengan aktivitas yang dapat dilakukan dalam menjaga kesehatan reproduksi
2. Tentukan aktivitas apa yang dapat dilakukan dalam menjaga kesehatan reproduksi seperti yang ditunjukkan pada gambar 5 di atas
3. Berikan penjelasan mengenai aktivitas atau perilaku yang dapat dilakukan dalam menjaga kesehatan reproduksi.
4. Sampaikan hasil kerja Anda kepada tutor baik secara lisan maupun tertulis!

## Penugasan 2.4

**Tugas :** Mengamati Aktivitas dalam Menjaga Kesehatan Reproduksi

### Tujuan

Setelah mengerjakan tugas peserta didik diharapkan mampu:

- Mengetahui aktivitas apa saja yang dapat dilakukan untuk menjaga kesehatan reproduksi

### Media

- Gambar aktivitas
- Alat tulis
- Buku penunjang lain

### Langkah - langkah



Gambar 5. Upaya Menjaga Kesehatan Reproduksi  
Sumber: <http://staff.unila.ac.id>

## Rangkuman

1. Semua makhluk hidup tumbuh dan berkembang biak untuk melestarikan jenisnya
2. Ciri-ciri perkembangan pada remaja laki-laki adalah diproduksi sel sperma. Otot remaja laki-laki menjadi kuat dan dada terlihat bidang. Selain itu, juga tumbuh jakun, kumis, dan jenggot.
3. Ciri-ciri perkembangan pada remaja perempuan adalah diproduksinya sel telur (ovum) dan melebarnya pinggul. Selain itu, payudara tumbuh membesar dan mengalami menstruasi.
4. Organ reproduksi perlu dijaga kebersihannya karena sangat penting bagi manusia.

## Refleksi

Di akhir unit ini, tentu saja Anda telah memahami cara menjaga alat reproduksi baik pada perempuan maupun pada laki-laki. Sebagai bentuk refleksi, jawablah pertanyaan berikut ini:

1. Topik apa yang Anda pelajari pada Unit 1 ini?
2. Materi apa yang Anda anggap mudah?
3. Materi apa yang Anda anggap sulit?
4. Tuliskan dua atau lebih kalimat yang berhubungan dengan topik atau materi?



## Soal Latihan Unit 2

### A. Petunjuk Pengisian Soal

1. Berdoalah sebelum mengerjakan soal di bawah ini
2. Bacalah soal dengan teliti.
3. Pilihlah satu jawaban yang benar.
4. Setelah selesai mengerjakan soal, periksalah kembali jawaban anda!

### B. Kerjakan Soal-Soal Berikut Ini!

1. Di bawah ini merupakan cara menjaga kebersihan organ reproduksi yaitu
  - a. memakai celana dalam yang ketat
  - b. menggunakan pembersih vagina dengan pH tinggi
  - c. mengganti celana dalam minimal 2 kali sehari
  - d. memangku laptop
2. Pertumbuhan dan perkembangan organ reproduksi manusia terjadi pada masa . . . .
  - a. balita
  - b. kanak-kanak
  - c. remaja
  - d. dewasa
3. Cara yang dapat dilakukan untuk menjaga kebersihan saat menstruasi adalah . . . .
  - a. tidak keramas dan tidak mandi
  - b. mengganti pembalut setiap beberapa jam sekali
  - c. membersihkan vagina dengan sabun yang mengandung parfum
  - d. memakai celana yang ketat
4. Berikut ini adalah ciri-ciri manusia lanjut usia, yaitu . . . .
  - a. terjadinya pengeroposan tulang
  - b. kemampuan bereproduksi menurun
  - c. memiliki kesiapan dan kematangan mental
  - d. terjadi kemajuan fungsi organ-organ tubuh
5. Berikut ini cara yang dapat dilakukan untuk menjaga kesehatan reproduksi perempuan, kecuali....
  - a. Mandi 2 kali dalam sehari
  - b. Mengganti pembalut setiap jam sekali
  - c. Membasuh organ reproduksi sehabis buang air
  - d. Tidak boleh makan makanan bergaram

6. Kenapa perempuan dianjurkan untuk tidak terlalu banyak makan makanan mengandung garam...
  - a. Karena asin rasanya
  - b. Karena menyebabkan perasaan tertekan dan tegang
  - c. Karena banyak yodium yang terkandung dalam garam
  - d. Karena garam berbahaya untuk kesehatan
7. Berikut ini alasan dianjurkan untuk tidak menggunakan celana dalam tidak bernilon antara lain...
  - a. Karena tidak menyerap air/keringat
  - b. Karena celana dalam tersebut mudah berbau busuk
  - c. Karena mengganggu kesehatan reproduksi
  - d. Karena mengganggu kulit pada area penis
8. Berikut ini pria tidak boleh menggunakan celana dalam yang ketat karena..
  - a. dapat meningkatkan suhu testes sehingga mengganggu spermatogenesis.
  - b. dapat menyebabkan iritasi
  - c. dapat menyebabkan gatal-gatal pada area kelamin
  - d. dapat mengganggu kesehatan reproduksi
9. Alasan pria harus di khitan pada usia remaja adalah...
  - a. Mencegah terjadi kerusakan organ reproduksi
  - b. Meningkatkan daya tahan tubuh
  - c. mencegah penumpukan kotoran, sisa urine, semen dan cairan yang keluar dari kelenjar-kelenjar pada organ reproduksi
  - d. Mencegah terjadinya iritasi pada area kelamin
10. Berikut ini cara yang dapat dilakukan untuk menjaga kesehatan reproduksi pada pria, kecuali...
  - a. Menghindari rokok dan minuman beralkohol
  - b. Menjalankan pola hidup sehat
  - c. Membersihkan vagina dan anus dengan air bersih
  - d. Menghilangkan kebiasaan mandi dengan air panas

## Glosarium

Pubertas	: Masa akil baliq; masa remaja
Jakun	: Ujung kerongkongan yang tampak menonjol pada leher orang laki-laki dewasa; lekum
Menstruasi	: Datang bulan; haid
Perkembangbiakkan	: Hal-hal yang berhubungan dengan berkembangbiak

10	Produksi minyak berlebih selama masa pubertas menimbulkan jerawat	Jawaban yang tepat adalah (D) jerawat
----	---	---------------------------------------

Setiap jawaban benar diberikan skor 1, skor maksimal 10.

**Skor soal latihan Unit 1 =  $\frac{\text{jumlah jawaban benar}}{10} \times 100$**

**10**

## Unit 2: Mari Menjaga Kesehatan Reproduksi

### Penugasan 1: Mengamati Cara Menjaga Kesehatan Reproduksi

Rubrik Penilaian

No	Kriteria	Skor dan Deskripsi	Skor
1	Kemampuan menganalisis	Tidak dapat menjelaskan dengan baik setiap topik diskusi yang dibahas	0
		Hanya dapat menjelaskan sebagian setiap topik diskusi yang dibahas sesuai dengan apa yang dibahas	1
		Dapat menjelaskan setiap topik diskusi yang dibahas sesuai dengan apa yang dibahas	2
2	Kesesuaian Kesimpulan dengan data hasil pengamatan	Kesimpulan tidak sesuai dengan hasil pengamatan	0
		Ada beberapa bagian kesimpulan yang tidak sesuai atau kesimpulan kurang lengkap berdasarkan hasil pengamatan	1
		Kesimpulan sudah lengkap dan sesuai dengan hasil pengamatan	2

### Penugasan II: Mengidentifikasi Cara Menjaga Kesehatan Reproduksi Perempuan

Rubrik Penilaian

No	Kriteria	Deskripsi	Skor
1	Kemampuan menganalisis	Tidak dapat menjelaskan tentang cara menjaga kesehatan reproduksi perempuan	0
		Hanya dapat menjelaskan sebagian tentang cara menjaga kesehatan reproduksi perempuan	1
		Dapat menjelaskan secara lengkap tentang cara menjaga kesehatan reproduksi perempuan	2

2	<p>Ciri perkembangan fisik yang dialami oleh anak laki-laki adalah</p> <p>A. pelebaran pinggul → perubahan pada perempuan</p> <p>B. suara menjadi semakin berat → perubahan pada laki-laki</p> <p>C. Membesarnya pita suara → bukan bagian dari perubahan</p> <p>D. tumbuhnya rambut pada sekitar kemaluan dan ketiak → perubahan pada perempuan dan laki-laki</p>	Jawaban yang tepat adalah (D) yaitu tumbuhnya rambut pada sekitar kemaluan dan ketiak
3	Mulai aktifnya organ reproduksi wanita ditandai dengan peristiwa menstruasi yaitu masa dimana awalnya mulai diproduksi sel telur.	Jawaban yang tepat adalah (C) menstruasi
4	Peristiwa yang menandakan dimulainya pubertas pada laki-laki yaitu mimpi basah yang merupakan perubahan fisik primer bagi laki-laki	Jawaban yang tepat adalah (B) yaitu mimpi basah
5	Alat tubuh yang mengalami perubahan besar pada masa pubertas adalah testis pada laki-laki. Pada masa pubertas, organ testis menghasilkan sperma. Testis dapat memproduksi jutaan sperma setiap hari. Akibatnya, kantung testis akan terisi penuh dengan cairan sperma.	Jawaban yang tepat adalah (B) Testis pada laki-laki
6	Tumbuhnya jakun pada laki-laki menyebabkan terjadinya perubahan suara	Jawaban yang tepat adalah (B) yaitu perubahan suara
7	<p>Masa remaja perempuan ditandai dengan...</p> <p>Ciri-ciri pubertas pada perempuan antara lain:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tumbuh rambut halus di ketiak dan organ kemaluan</li> <li>• Payudara dan pinggul mulai membesar</li> <li>• Organ kelamin membesar</li> </ul>	Jawaban yang tepat adalah (D) pinggul membesar
8	<p>Masa remaja pria ditandai dengan...</p> <p>Ciri-ciri masa remaja pria antara lain:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bau tubuh</li> <li>• Tumbuh jakun</li> <li>• Tumbuh kumis dan janggut</li> <li>• Tumbuh rambut halus di ketiak dan organ kelamin</li> <li>• Organ kelamin membesar</li> <li>• Suara berubah menjadi berat</li> <li>• Dada tampak bidang</li> </ul>	Jawaban yang tepat adalah (A) tumbuh jakun pada leher
9	<p>Darah yang keluar saat menstruasi berasal dari peluruhan endometrium. Endometrium ditunjukkan oleh ...</p> 	Jawaban yang tepat adalah (D)

6	Pinggul		Pinggul membesar
7	Organ Reproduksi	Tumbuh rambut halus	Tumbuh rambut halus
8	Kaki	Tumbuh rambut halus	Tumbuh rambut halus

Perolehan skor penugasan 1 = ....

(sesuai degan hasil penilaian tutor)

## Penugasan 2. Mengamati Perubahan yang Terjadi pada Anak laki-laki dan anak perempuan

### a. Rubrik Penilaian

No	Aspek Penilaian	Skor dan Deskripsi	Skor
1	Menyebutkan perubahan yang terlihat pada Anak laki-laki dan anak perempuan berdasarkan foto diri sendiri	1. Tidak dapat menyebutkan perubahan fisik anak laki-laki dan perempuan berdasarkan hasil pengamatan	0
		2. Dapat menyebutkan dua perubahan fisik anak laki-laki dan perempuan berdasarkan hasil pengamatan	1
		3. Dapat menyebutkan tiga perubahan fisik anak laki-laki dan perempuan berdasarkan hasil pengamatan	2
		4. Dapat menyebutkan semua perubahan fisik anak laki-laki dan perempuan berdasarkan hasil pengamatan	3

Perolehan skor penugasan 2 = ....

(sesuai degan hasil penilaian tutor)

### Latihan Soal Pilihan Ganda Unit 1

No	Penjelasan	Jawaban yang Benar
1	Wajah yang mengalami jerawat dialami pada masa remaja atau pubertas. Masa pubertas merupakan masa dimana seseorang mulai beranjak pada remaja dengan terjadinya perubahan fisik dan mental anak laki-laki dan anak perempuan yang disebabkan oleh perubahan hormon.	Jawaban yang tepat (A) masa pubertas

## Penilaian

Penilaian ini dapat digunakan untuk membantu peserta didik dalam mengukur kemampuan mereka dalam memahami isi modul ini. Penilaian ini meliputi kunci jawaban, rubrik penilaian, kriteria penilaian, dan tindak lanjut. Namun, diharapkan peserta didik dapat menjawab soal-soal yang diberikan berdasarkan kemampuan sendiri. Hal ini sebagai bentuk tolok ukur bagi tingkat pemahaman peserta didik terhadap materi yang diberikan.

### Unit 1 : Cerita Dibalik Perempuan dan Laki-Laki yang Berbeda

#### Penugasan 1: Mengamati Tanda-Tanda Perubahan Fisik Masa Puber

##### a. Rubrik Penilaian

Kriteria	Aspek Penilaian	Skor
Identifikasi Perubahan Fisik	Hanya dapat mengidentifikasi 1 ciri-ciri fisik pada laki-laki dan perempuan yang mengalami masa puber	1
	Dapat mengidentifikasi 3 ciri-ciri fisik pada laki-laki dan perempuan yang mengalami masa puber	2
	Dapat mengidentifikasi 5 ciri-ciri fisik pada laki-laki dan perempuan yang mengalami masa puber	3
	Dapat mengidentifikasi ciri-ciri fisik pada laki-laki dan perempuan yang mengalami masa puber dengan lengkap	4

##### b. Kunci jawaban

No	Bagian Tubuh	Perubahan yang terjadi	
		Laki-laki	Perempuan
1	Wajah	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kulit wajah berminyak</li> <li>berjerawat</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kulit wajah berminyak</li> <li>berjerawat</li> </ul>
2	Leher	Memiliki jakun	
3	Dada	Dada menjadi bidang	Payudara membesar
4	Ketiak	Tumbuh rambut halus	Tumbuh rambut halus
5	Tangan	Tumbuh rambut halus	Tumbuh rambut halus

Hasil pembelajaran modul:

No	Keterangan	Perolehan Skor	Bobot *)	Skor x Bobot
1	Penugasan 1 unit 1		0.1	
2	Penugasan 2 unit 1		0.1	
3	Soal latihan unit 1		0.2	
4	Penugasan 1 unit 2		0.1	
5	Penugasan 2 unit 2		0.1	
6	Penugasan 3 unit 2		0.1	
7	Penugasan 4 unit 2		0.1	
8	Soal latihan unit 2		0.2	
<b>Total skor</b>				

\*) tutor dapat mengubah pembobotan sesuai dengan pertimbangannya.

Berapakah nilai total skor Anda untuk modul ini?

Total skor Anda menggambarkan penguasaan modul. Arti dari skor Anda adalah:

90 – 100%	= baik sekali
80 – 89%	= baik
70 – 79%	= cukup
< 70%	= kurang



### Penugasan III: Mengidentifikasi Cara Menjaga Kesehatan Reproduksi Laki-laki

#### Rubrik Penilaian

No	Kriteria	Deskripsi	Skor
1	Kemampuan menganalisis	Tidak dapat menjelaskan dengan baik setiap topik diskusi yang dibahas	0
		Hanya dapat menjelaskan sebagian setiap topik diskusi yang dibahas sesuai dengan apa yang dibahas	1
		Dapat menjelaskan setiap topik diskusi yang dibahas sesuai dengan apa yang dibahas	2

### Penugasan IV: Mengamati Aktivitas dalam Menjaga Kesehatan Reproduksi

#### Rubrik Penilaian

No	Kriteria	Deskripsi	Skor
1	Kemampuan menganalisis	Tidak dapat menentukan gambar dan menjelaskan aktivitas dalam menjaga kesehatan reproduksi	0
		Dapat menentukan gambar dan menjelaskan aktivitas dalam menjaga kesehatan reproduksi	1

#### Latihan Soal Pilihan Ganda Unit 2.2

No	Penjelasan	Jawaban yang Benar
1	Cara menjaga kebersihan organ reproduksi yaitu salah satunya adalah mengganti celana dalam minimal 2 kali sehari	Jawaban yang tepat (C)
2	Pertumbuhan dan perkembangan organ reproduksi manusia terjadi pada masa remaja	Jawaban yang tepat adalah (C) yaitu pada masa remaja
3	Cara yang dapat dilakukan untuk menjaga kebersihan saat menstruasi adalah saat mengalami menstruasi, sebaiknya mengganti pembalut setiap beberapa jam sekali. Pembalut yang dikenakan harus bersih, nyaman, serta berbahan lembut	Jawaban yang tepat adalah (B) mengganti pembalut setiap beberapa jam sekali

7	Remaja dianjurkan untuk tidak menggunakan celana dalam yang bernilon karena tidak menyerap air dan keringat. Suasana lembab disukai oleh jamur dan bakteri	Jawaban yang tepat adalah (A) karena tidak menyerap air dan keringat
8	Remaja pria dianjurkan tidak menggunakan celana yang ketat karena dapat meningkatkan suhu testes sehingga mengganggu spermatogenesis	Jawaban yang tepat adalah (A)
9	Pria harus di khitan saat remaja dengan tujuan untuk mencegah penumpukan kotoran, sisa urine, semen dan cairan yang keluar dari kelenjar-kelenjar pada organ reproduksi	Jawaban yang tepat adalah (C)
10	<p>Cara yang dapat dilakukan untuk menjaga kesehatan reproduksi pria antara lain:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mandilah minimal dua kali sehari menggunakan air bersih. Jika badan terasa kotor dan lengket, sebaiknya langsung dibersihkan.</li> <li>2. Gantilah pakaian paling sedikit dua kali sehari.</li> <li>3. Basuhlah organ reproduksi sehabis buang air kecil.</li> <li>4. Berolahraga secara teratur dan minum air putih yang cukup banyak</li> <li>5. Hindari pemakaian pakaian dalam yang terlalu ketat karena dapat meningkatkan suhu testes sehingga mengganggu spermatogenesis.</li> <li>6. Tidak menggunakan celana dalam dari nilon, karena tidak menyerap air/keringat. Suasana lembab disukai jamur dan bakteri.</li> <li>7. Menjalani khitan mencegah penumpukan kotoran, sisa urine, semen dan cairan yang keluar dari kelenjar-kelenjar pada organ reproduksi.</li> <li>8. Menghilangkan kebiasaan mandi dengan air panas, temperatur yang sejuk diperlukan untuk perkembangan sperma.</li> <li>9. Menghindari rokok dan minuman beralkohol.</li> </ol>	Jawaban yang tepat adalah (A) Menghindari rokok dan minuman beralkohol

Setiap jawaban benar diberikan skor 1, skor maksimal 10.

**Skor soal latihan Unit 2 = jumlah jawaban benar x 100**

**10**

## Saran Referensi

Buku Ilmu Pengetahuan Alam kelas 6  
Materi dari internet yang mendukung  
Link youtube yang mendukung

## Daftar Pustaka

- Cahyo, Nur. 2008. IPA Ilmu Pengetahuan Alam. Kelas V Paket A. Jakarta: Indocam Prima
- Cahyo, Nur. 2008. IPA Ilmu Pengetahuan Alam. Kelas VI Paket A. Jakarta: Indocam Prima
- Departemen Pendidikan Nasional. 2016. Kurikulum 2013. Standar Kompetensi Mata Pelajaran Ilmu Pengetahuan Alam. Program Paket A. Setara SD. Jakarta
- Haryanto. 2000. Ilmu Pengetahuan Alam untuk Sekolah Dasar kelas 6. Jakarta: Erlangga
- Permendiknas RI Nomor 22 Tahun 2006 tentang Standar Isi untuk Satuan Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Permendiknas RI Nomor 23 Tahun 2006 tentang Standar Kompetensi Lulusan untuk Satuan Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Purwati, Sri. 2008. IPA Kelas 5. Jakarta: Pusat Perbukuan Depdiknas
- Sholehudin. 2008. Asyiknya Belajar IPA. Jakarta: Pusat Perbukuan Depdiknas
- Suhartanti, Isnani Azis Zulaikha, dan Yulinda Erna. 2008. Ilmu Pengetahuan Alam untuk SD Kelas VI. Surabaya: TB. Karunia
- Sularmi & MD. Widayanti. 2009. Sains Ilmu Pengetahuan Alam (IPA) SD/MI. Jakarta: Pusat Perbukuan, Departemen Pendidikan Nasional
- Sulistyanto, Heri. 2008. IPA untuk SD Kelas 5. Jakarta: Pusat Perbukuan Depdiknas
- Tim Kesowo. 2006. Buku Ajar Berisi Mata Pelajaran: Pendidikan Kewarganegaraan, Bahasa Indonesia, Matematika, Ilmu Pengetahuan Alam, Ilmu Pengetahuan Sosial, dan Bahasa Inggris. Untuk SD/ MI Kelas VI Semester I. Jakarta: CV Kesowo
- Yulianawati, Santi. Intisari Lengkap SD Kelas 5. Kurikulum 2013. 2013. Bandung: CV Pustaka Setia
- <https://www.dictio.id/t/apa-yang-dimaksud-dengan-pertumbuhan-dan-perkembangan-manusia/1314>

## Profil Penulis



Nama Lengkap : Haris Danial, S.Pd, M.A.,  
No. Telp (HP) : 082271317124  
E-mail : harisdanial24@yahoo.co.id  
Alamat kantor : Fakultas Sastra dan Budaya, Universitas Negeri  
Gorontalo (UNG)

Pendidikan tinggi ditempuhnya pada S-1 Program studi Pendidikan Bahasa Inggris, Universitas Negeri Gorontalo, S-2 Ilmu Linguistik, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta. Riwayat Pekerjaan sebagai dosen di Universitas Negeri Gorontalo pada Fakultas Sastra dan Budaya. Mata kuliah yang diampunya adalah Bahasa Inggris, Bahasa Inggris Bisnis, Ilmu Linguistik, Grammar, Semantik, Pragmatik, dan Statistik. Kegiatan lain dalam sepuluh tahun terakhir antara lain Anggota Tim Pengembang Hibah Penelitian Dosen 2018, Tutor Pendidikan Kesetaraan Paket A, B, dan C, Ketua Forum Tutor Kesetaraan Kabupaten Bone Bolango, dan Akademisi di BP PAUD dan Dikmas Gorontalo. Judul buku yang ditulis, antara lain Bahas Inggris Komunikasi Penulisan Bersama tahun 2018, Bahan Ajar Tata Rias Pengantin Bili'u Gorontalo Berbasis Audiovisual tahun 2017, Panduan Penilaian Perkembangan Nilai Agama dan Moral pada Kelompok Anak Usia 5-6 Tahun, Modul IPA Paket A tahun 2018, dan Panduan Pengembangan Pembelajaran dan Perangkat Pembelajaran Holistik Integratif. Judul Penelitian yang dihasilkan antara lain The Influence of Concept Mapping Strategy towards Writing Recount Text, Perluasan Makna Leksem Hand (Kajian Linguistik Kognitif), ESP Needs Analysis: A Case Study of Communication Science Students, Faculty of Social Science, State University of Gorontalo (google Scholar Journal), Pengembangan Model Tata Rias Pengantin Berbasis Audiovisual 2017 (Akademisi), Pengembangan Model Penilaian Perkembangan Anak Nilai Agama dan Moral dalam Kelompok Usia 5-6 Tahun (Akademisi), Pengembangan Modul Ilmu Pengetahuan Alam (IPA) Paket A (Akademisi).

4	<p>Ciri-ciri manusia lanjut usia yaitu...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• rambut berubah disebabkan karena pigmen serta hormone</li> <li>• kulit mengalami keriput</li> <li>• penglihatan berkurang</li> <li>• kemampuan berproduksi menurun</li> </ul>	Jawaban yang tepat adalah (B) yaitu kemampuan berproduksi menurun
5	<p>Cara yang dapat dilakukan untuk menjaga kesehatan reproduksi perempuan, kecuali...</p> <p>Cara menjaga kebersihan perempuan antara lain;</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sebaiknya mandi dua kali sehari dengan air bersih. Jika badan kotor dan lengket, sebaiknya langsung dibersihkan.</li> <li>2. Gunakan celana dalam yang mudah menyerap keringat dan air, usahakan suasananya tidak basah dan lembab karena lingkungan tersebut memudahkan tumbuhnya bakteri dan kuman.</li> <li>3. Saat mengalami menstruasi, sebaiknya mengganti pembalut setiap beberapa jam sekali. Pembalut yang dikenakan harus bersih, nyaman, serta berbahan lembut.</li> <li>4. Memasukkan organ reproduksi sehabis buang air kecil. Cara membersihkannya adalah dari arah depan ke belakang. Hal ini dilakukan agar kuman dari anus tidak masuk ke saluran reproduksi. Hindarilah penggunaan sabun yang mengandung deodoran atau parfum untuk membasuh kemaluan.</li> <li>5. Jangan terlalu sering memakan makanan yang terlalu banyak mengandung garam. Garam dapat menyebabkan perasaan tertekan dan tegang.</li> <li>6. Minumlah air putih lebih banyak dan mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi. Saat menstruasi, banyak zat besi yang hilang dari tubuh kita melalui darah menstruasi.</li> <li>7. Berolahraga secara teratur untuk menjaga kebugaran tubuh</li> <li>8. Tidak memasukkan benda asing ke dalam vagina.</li> <li>9. Menghentikan kebiasaan menahan buang air kecil</li> </ol>	Jawaban yang tepat adalah (D) Tidak boleh makan makanan bergaram
6	<p>Perempuan dianjurkan untuk tidak sering makan makanan bergaram, sebab Garam dapat menyebabkan perasaan tertekan dan tegang</p>	Jawaban yang tepat adalah (B) yaitu menyebabkan tekanan dan tegang