

Menggunakan Pendekatan
TEMATIK DAN TERPADU



IPA

ILMU PENGETAHUAN ALAM



MODUL 2

Mengenal Fase Kehidupan Manusia



**KEMENTRIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
DIREKTORAT JENDERAL PENDIDIKAN ANAK USIA DINI DAN
PENDIDIKAN MASYARAKAT
2018**

IPA (ILMU PENGETAHUAN ALAM)

KELAS VI PAKET A

MODUL II TENTANG MASA PUBERTAS MANUSIA

KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
DIREKTORAT JENDERAL PENDIDIKAN ANAK USIA DINI DAN
PENDIDIKAN MASYARAKAT
TAHUN 2018

Kata Pengantar

Modul 2 ini disusun berdasarkan kurikulum 2013 berbasis daring yang bertujuan untuk melatih penalaran, mengembangkan aktivitas yang melibatkan imajinasi dalam memecahkan masalah dan membangun kemampuan menyampaikan informasi yang disampaikan pada modul 2 ini.

Untuk memudahkan peserta didik dalam memahami materi, modul ini dirancang tidak hanya berbasis pembelajaran tatap muka dan tutorial, tetapi juga modul ini mengarah pada bentuk pembelajaran mandiri. Dalam modul ini, materi yang diberikan disertai dengan contoh-contoh soal beserta penyelesaiannya termasuk soal-soal yang berkaitan dengan kehidupan sehari-hari. Bukan hanya itu, peserta didik juga diberikan latihan mandiri yaitu soal latihan yang disertai kunci jawaban untuk menguji pemahaman peserta didik mengenai materi yang dipelajari. Selain itu, modul ini dilengkapi dengan kegiatan dan diskusi yang berkaitan dengan materi yang dipelajari agar peserta didik lebih memahami konsep Ilmu Pengetahuan Alam (IPA) Paket A setara kelas VI SD.

Semoga kehadiran modul ini dapat memudahkan peserta didik dalam mempelajari materi Ilmu Pengetahuan Alam (IPA) sehingga IPA tidak lagi dianggap sebagai pelajaran yang sulit, melainkan pelajaran yang mudah, menyenangkan, dan aplikatif. Selamat Belajar!

Gorontalo, Juni 2018

Tim Penyusun

Tentang Modul Ini

Siapkan diri peserta didik untuk menyelami Ilmu Pengetahuan Alam. Modul ini kaya akan rubrik yang menarik. Belajar IPA akan sangat menyenangkan dengan petunjuk penggunaan modul ini berupa instruksi dalam penggunaan modul ini. Bagaimana cara penggunaan rubrik di modul ini?



SNAPSHOT

Berisi judul, tema, gambar/video, serta uraian singkat. Dirubrik ini dikaitkan materi dengan fenomena kehidupan sehari-hari



PETA MATERI

Menghubungkan materi dalam satu bab. Hal ini memudahkan dalam memahami garis besar materi dalam bab tertentu.



JELAJAH

Berisi kegiatan yang dilakukan di dalam dan di luar kelas berupa pengamatan, diskusi, tugas kelompok atau studi pustaka



LABORATORIA

Berisi kegiatan praktikum guna menunjang peserta didik dalam penguasaan materi, serta mengakrabkan peserta didik dengan kerja ilmiah



KATA KUNCI

Berisi istilah-istilah penting yang terdapat dalam materi yang dipelajari. Kata kunci dalam rubrik ini perlu untuk memahami makna



KUIS

Berisi pertanyaan singkat terkait dengan materi. Hal ini dilakukan untuk mengukur tingkat pemahaman terhadap materi



CAKRAWALA

Berisi pengetahuan umum yang terkait dengan materi dan pengetahuan terkini sebagai tambahan ilmu dan wawasan peserta didik



RANGKUMAN

Berisi ringkasan materi yang telah dipelajari pada setiap bab, guna mempertajam tingkat pemahaman terhadap materi

Untuk mempelajari modul ini, hal-hal yang perlu dilakukan adalah sebagai berikut:

1. Pelajari daftar isi dengan cermat, karena daftar isi akan menuntun Anda dalam mempelajari materi ini
2. Untuk mempelajari modul ini haruslah berurutan, karena materi yang mendahului merupakan prasyarat untuk mempelajari materi berikutnya. Untuk itu, perlu bagi Anda untuk memahami peta materi terlebih dahulu
3. Pahami rubrik kegiatan yang terdapat dalam materi. Kerjakan rubrik kegiatan sebagai bentuk latihan dalam mengukur kemampuan Anda. Jika dalam mengerjakan rubrik kegiatan Anda menemui kesulitan, kembalilah mempelajari materi yang terkait
4. Kerjakan soal uji kompetensi dengan cermat. Kerjakanlah soal tersebut untuk mengukur kemampuan Anda
5. Apabila anda mencapai tingkat penguasaan 80% atau lebih, anda dapat meneruskan pada modul selanjutnya. Namun, jika tingkat penguasaan anda berada di bawah 80%, anda harus mengulangi materi kegiatan belajar terutama bagian yang belum dikuasai
6. Jika Anda mempunyai kesulitan dalam memahami materi yang sulit dipecahkan, diskusikan dengan teman sekelas Anda. Jika masih belum jelas tanyakan kepada tutor pada saat kegiatan tatap muka atau bacalah referensi lain yang berhubungan dengan materi modul tersebut. Dengan membaca referensi lain, Anda juga akan mendapatkan pengetahuan tambahan.

Tujuan yang Diharapkan

Modul ini pada dasarnya membahas tentang masa pubertas manusia. Setelah mempelajari modul ini, Anda diharapkan dapat:

1. Mengetahui pengertian pubertas
2. Mendeskripsikan perubahan fisik tubuh laki-laki dan perempuan pada masa pubertas
3. Menjelaskan cara menjaga kesehatan organ reproduksi pada perempuan dan laki-laki
4. Membuat rangkuman tentang perbedaan fisik laki-laki dan perempuan pada masa pubertas dari berbagai sumber
5. Menerapkan cara menjaga kesehatan organ reproduksi pada perempuan dan laki-laki
6. Menunjukkan sikap bertanggungjawab dalam membuat rangkuman dan laporan perbedaan fisik laki-laki dan perempuan pada masa pubertas

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



MODUL 2

Pengantar Modul: “Mengenal Fase Kehidupan Manusia”



Deskripsi:

Modul ini mengkaji dan membahas tentang masa pubertas manusia. Dalam modul ini, kegiatan dibagi dalam dua unit yaitu unit 1 tentang Cerita Dibalik Perempuan dan Laki-Laki yang Berbeda, dan Unit 2 membahas tentang Cara menjaga Kesehatan Reproduksi.

Modul ini disajikan untuk tidak hanya membahas tentang perubahan fisik baik pada laki-laki maupun perempuan, tetapi juga modul ini membahas tentang cara menjaga alat reproduksi baik pada laki-laki maupun pada perempuan.

Daftar Isi

Kata Pengantar	i
Tentang Modul Ini.....	ii
Petunjuk Modul.....	iii
Tujuan yang Diharapkan	iv
Pengantar Modul	v
Daftar Isi.....	vi
Unit 1 Cerita Dibalik Perempuan dan Laki-laki Yang Berbeda	1
A. Perubahan Fisik pada Masa Pubertas	3
1. Perubahan Fisik pada Laki-Laki	3
1. Ciri Kelamin Primer	3
2. Ciri Kelamin Sekunder.....	3
2. Perubahan Fisik pada Perempuan	4
1. Ciri Kelamin Primer.....	4
2. Ciri Kelamin Sekunder.....	5
Unit 2 Mari Menjaga Kesehatan Reproduksi.....	10
A. Menjaga Kebersihan Alat Reproduksi	12
1. Cara Menjaga Kebersihan Alat Reproduksi Perempuan.....	12
2. Cara Menjaga Kebersihan Alat Reproduksi Laki-laki.....	12
Glosarium.....	21
Tes Akhir.....	22
Kunci Jawaban	23
Daftar Pustaka	26

UNIT 1

Cerita Dibalik Perempuan dan Laki-laki yang Berbeda

Pernahkah Anda berpikir kenapa saat Anda masih kecil tidak ada rambut yang tumbuh dibawah hidung? Sementara itu, bagi perempuan kenapa masih balita dan anak-anak belum ada buah dada? Tentu saja, hal ini yang kita kenal dengan kehidupan remaja. Ketika seorang anak mulai beranjak remaja, ada beberapa perubahan yang terjadi pada diri pria dan perempuan.

Terkadang sebagai manusia, tentunya Anda tidak akan terlepas dari perubahan fisik yang terjadi pada diri seseorang. Ketika Anda mulai tumbuh dari kecil, setiap perubahan fisik itu dapat terlihat secara seksama, sekalipun Anda berada dan berkembang di setiap daerah, akan kelihatan perubahan seseorang mulai sejak mengalami pertumbuhan dan perkembangannya.



SNAPSHOT

Lihat cuplikan video berikut ini 



Video disamping dapat diunduh melalui www.m.youtube.com yang diunggah oleh Sumber Ilmu tentang masa pubertas manusia. Mintalah video kepada tutor Anda untuk membagikan atau bisa diunduh pada laman tersebut

Perhatikan cuplikan video tentang pubertas yang terjadi pada Rio dan Nina. Dalam cuplikan video tersebut telah dijelaskan ciri-ciri perubahan fisik yang terjadi pada kedua anak tersebut. Setelah video tersebut telah diputar, telusuri lebih lanjut kegiatan kalian pada rubrik jelajah berikut ini:



JELAJAH

Buatlah kelompok kecil di dalam kelas. Kelompok laki-laki terpisah dengan kelompok perempuan

1. Diskusikan tanda-tanda perubahan fisik yang terjadi pada masa puber. Masukkan hasil diskusi ke dalam tabel berikut

No	Bagian Tubuh	Perubahan yang terjadi	
		Laki-laki	Perempuan
1	Wajah		
2	Leher		
3	Dada		
4	Ketiak		
5	Tangan		
6	Pinggul		
7	Organ Reproduksi		
8	Kaki		

2. Setelah melengkapi tabel, lanjutkan diskusi mengenai beberapa hal berikut, lalu buatlah kesimpulan

Diskusi kelompok siswa putri

- Menstruasi dan penyebabnya
- Kaitan menstruasi dengan aktifnya organ perkembangbiakkan
- Bahaya pergaulan bebas antarlawan jenis
- Cara membersihkan organ reproduksi berkaitan dengan pakaian yang dikenakan
- Cara membersihkan organ reproduksi saat menstruasi
- Cara membuang pembalut yang sopan dan aman bagi lingkungan

Diskusi kelompok siswa putra

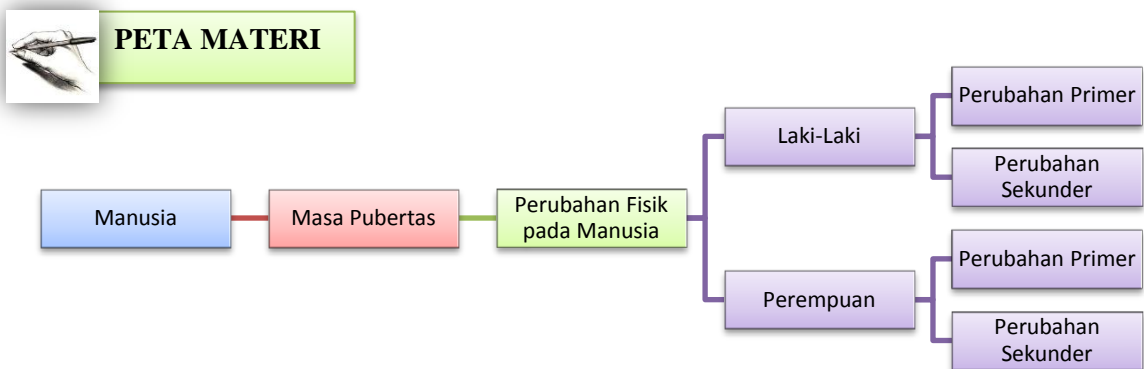
- Mimpi basah
- Kaitan mimpi basah dengan aktifnya organ perkembangbiakkan
- Bahaya pergaulan bebas antarlawan jenis
- Cara menjaga kesehatan organ reproduksi berkaitan dengan pakaian yang dikenakan

3. Presentasikan hasil diskusi di depan kelas agar kelompok lain dapat memberi tanggapan dan komentar.

Tujuan Pembelajaran:

1. Mengetahui cara perkembangbiakkan manusia pada masa pubertas
2. Menjelaskan perubahan fisik manusia pada masa pubertas

Dalam fase kehidupan, tentunya manusia akan mengalami perkembangan. Untuk itu, salah satu fase perubahan yang terjadi pada manusia adalah masa pubertas. Masa ini dikenal juga dengan masa remaja. Untuk mengetahui masa pubertas manusia lebih rinci, perhatikan peta materi dibawah ini:



KATA KUNCI

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

Masa Pubertas adalah masa terjadinya perubahan fisik dan mental 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 dewasa. Masa pubertas pada anak laki-laki dan perempuan tidak sama. 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. Untuk itu, simaklah baik-baik penjelasan tersebut berikut ini.

A. Perubahan Fisik pada Masa Pubertas

1. Perubahan Fisik pada Laki-Laki

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

a. Ciri-Ciri Kelamin Primer

Ciri primer pada laki-laki adalah mengalami 'Mimpi Basah'. Pada seorang laki-laki, perubahan yang terjadi adalah mulai diproduksi sperma pada organ reproduksi laki-laki. Perubahan ini menandakan bahwa sistem reproduksinya telah berfungsi. Alat reproduksi pada laki-laki yakni terdiri atas testis, saluran sperma, uretra, dan juga penis. Organ testis menghasilkan sperma. Testis dapat memproduksi jutaan sperma setiap hari. Akibatnya, kantung testis akan terisi penuh dengan cairan sperma. Cairan sperma keluar melalui saluran sperma, kemudian menuju uretra. Cairan sperma akhirnya akan keluar dengan sendirinya.



Gambar 2.7. Perubahan Fisik pada Remaja Pria

b. Ciri-Ciri Kelamin Sekunder

Ciri-ciri kelamin primer biasanya diikuti dengan perkembangan ciri-ciri kelamin sekunder. Ciri-ciri kelamin sekunder dapat kita amati dengan melihat perubahan fisik yang dialami seseorang. Berikut ini ciri-ciri kelamin sekunder pada laki-laki.

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

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

2. Perubahan Fisik pada Perempuan

Sama halnya seperti pada laki-laki, perempuan juga mengalami perubahan primer maupun juga sekunder. Adapun cirinya adalah sebagai berikut.

a. Ciri-Ciri Kelamin Primer

Ciri primer pada perempuan adalah menstruasi. Dimana pada awalnya mulai diproduksi sel telur. Sel ini dihasilkan oleh organ kelamin yang disebut indung telur atau ovarium. Alat reproduksi pada perempuan terdiri atas ovarium, tuba falopi, uterus, dan lubang kemaluan (vagina). Seperti yang telah dijelaskan pada unit 1 bahwa menstruasi merupakan hasil peluruhan yang disertai dengan pendarahan yang dikeluarkan melalui vagina. Hal itu juga sebagai hasil dari sel telur yang tidak bertemu sperma dan tidak mengalami pembuahan.

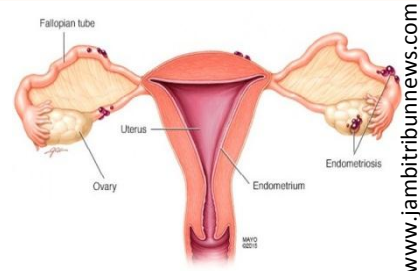


Gambar 2.8. Perubahan Fisik pada Remaja Perempuan



CAKRAWALA

Pada suatu fase di mana ovum tidak dibuahi oleh sperma, maka kampus luteum akan berhenti memproduksi hormon progesteron dan berubah menjadi kampus albikan yang menghasilkan sedikit hormon diikuti meluruhnya lapisan endometrium yang telah menebal, karena hormon estrogen dan progesteron telah berhenti diproduksi. Pada fase ini, biasa disebut menstruasi atau peluruhan dinding rahim. (sumber: id.wikipedia.org/endometrium.)



Gambar 2.9. Alat Perkembangbiakan Perempuan

b. Ciri-Ciri Kelamin Sekunder

Adapun ciri-ciri sekunder pada perempuan adalah sebagai berikut.

1. Tumbuh rambut-rambut halus di ketiak dan organ kemaluan.
2. Payudara dan pinggul mulai membesar.
3. Organ kelamin membesar.



JELAJAH



Sumber: www.cucugam.blogspot.com



sumber: www.wajibbaca.com

Gambar 3. Perbedaan Anak-Anak dan Orang Dewasa

Tugas 1

1. Perhatikan dengan baik dua gambar di atas yaitu gambar antara anak-anak dan orang dewasa
2. Buatlah pertanyaan apabila ada instruksi yang tidak jelas
3. Diskusikan dengan teman kelompok Anda tentang perbedaan antara orang dewasa dengan anak-anak secara fisik
4. Uraikan perubahan apa saja yang terjadi di antara keduanya berdasarkan hasil diskusi Anda
5. Berikan penjelasan mengenai perbedaan antara karakteristik orang dewasa dan anak-anak
6. Sajikan hasil diskusi dan pengamatan Anda dalam bentuk laporan pengamatan
7. Sajikan atau presentasikan hasil diskusi Anda di depan kelas

Tugas 2.

1. Amatilah foto-foto Anda mulai dari masa bayi hingga saat ini!
2. Tulislah perubahan-perubahan yang tampak pada kolom berikut ini!

No	Perubahan yang terjadi pada remaja putra	Perubahan yang terjadi pada remaja putri

3. Setelah itu, analisis setiap perubahan yang terjadi pada remaja baik putra maupun putri
4. Bandingkan hasil pengamatan Anda dengan teman lainnya
5. Presentasikan hasil pengamatan Anda di depan kelas

Dari uraian di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa antara laki-laki dan perempuan memiliki perbedaan ketika mulai beranjak pada fase remaja atau puber. Hal ini dapat terlihat dengan jelas perubahan secara fisik 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 (rambut yang tumbuh di dagu), 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.

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. Bagian materi yang mana yang Anda anggap mudah?
3. Bagian materi yang mana yang Anda anggap sulit?
4. Tuliskan dua atau lebih kalimat yang berhubungan dengan topik atau materi?

UJI KOMPETENSI

A. Petunjuk Pengisian Soal

1. Berdoalah sebelum mengerjakan soal di bawah ini
2. Kerjakan soal di bawah ini sesuai dengan pilihan jawaban Anda
3. Bentuk soal ini pilihan ganda yang terdiri dari 10 butir soal yang masing-masing dengan 4 (empat) pilihan jawaban
4. Silahkan silanglah salah satu jawaban yang benar
5. Setelah selesai mengerjakan soal, periksalah kembali soal yang telah dikerjakan!

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. penambahan tinggi badan
 - B. perubahan suara
 - C. perubahan berat badan
 - D. suara menjadi kecil

7. Masa remaja perempuan ditandai dengan....

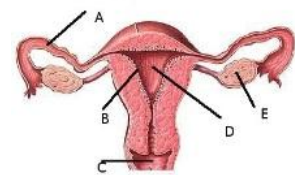
- A. Kaki membesar
- B. Leher membesar
- C. Tangan membesar
- D. Pinggul membesar

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

RUBRIK PENILAIAN

A. Pilihlah jawaban yang tepat

Jawaban yang benar = 1

Jawaban yang salah = 0

Total nilai = $\frac{\text{Jawaban yang Benar}}{10} \times 100\%$

10

UNIT 2

Mari Menjaga Kesehatan Reproduksi

Dalam sehari Anda berapa kali mandi? Apa yang Anda lakukan ketika Anda akan membersihkan diri Anda? Inilah pertanyaan yang harus kita tanamkan pada diri kita ketika hendak membersihkan diri kita. Menjaga kesehatan reproduksi sangat penting Anda lakukan untuk diri sendiri. Kalau Anda bisa menjaga diri, tentu saja hidup Anda akan sehat.

Mandi saja tidak cukup 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 



Video disamping dapat diunduh melalui www.m.youtube.com yang diunggah oleh Midwife Channel tanggal 17 Mei 2016 tentang Perawatan Organ Reproduksi Remaja. Mintalah video kepada tutor Anda untuk membagikan atau bisa diunduh pada laman tersebut

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.



JELAJAH

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

1. Amatilah video itu dengan baik dalam setiap kelompok yang telah dibagi oleh tutor Anda.
2. Tanyakan pada tutor Anda apa yang tidak jelas dalam video tersebut
3. Catat hal-hal penting yang Anda peroleh dari video tersebut, dan analisis apa saja yang Anda temukan dalam video tersebut
4. Diskusikan hasil analisis kelompok Anda dengan teman-teman Anda
5. Paparkan hasil diskusi kelompok Anda dihadapan tutor, dan kemukakan pendapat Anda terkait dengan video yang Anda tonton!
6. Simpulkan hasil diskusi Anda, dan serahkan hasil simpulan Anda kepada tutor Anda sebagai bentuk penilaian.

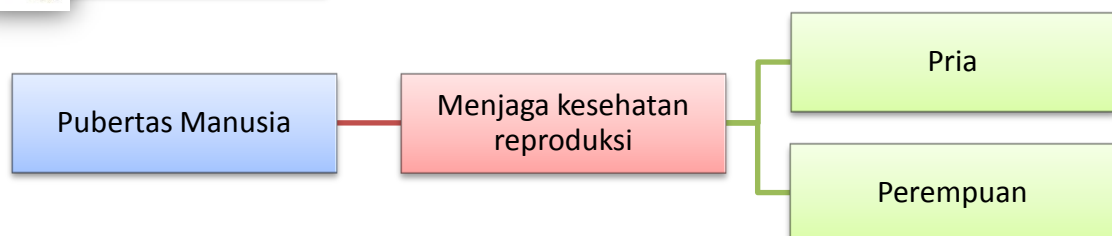
Tujuan Pembelajaran:

1. Menghubungkan ciri-ciri pubertas yang ada dengan cara menjaga kesehatan reproduksi
2. Mendiskusikan perilaku yang harus dijaga untuk masa depan yang baik, hubngannya dengan sikap dan tindakan yang boleh dan tidak boleh dilakukan dengan berbagai resikonya

Pada unit 1, kita telah mempelajari ciri pubertas pada manusia. Tentu saja, ciri pubertas antara laki-laki dan perempuan berbeda. Nah, pada unit 2 ini materi yang akan dikaji terkait dengan cara menjaga kesehatan reproduksi. Berikut ini peta materi yang akan dikaji pada unit 2, antara lain:



PETA MATERI





KATA KUNCI

- Masa pubertas manusia
- Kesehatan reproduksi
- Pria
- Perempuan

Peta materi di atas pada dasarnya menggambarkan hubungan antara masa pubertas manusia 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 manusia pun berbeda-beda. Hal ini sangat penting dilakukan demi kebersihan dan

kesehatan diri manusia.

Materi berikut ini merupakan pembelajaran tentang pentingnya menjaga kebersihan terutama menjaga kebersihan alat reproduksi. Dalam mengulas tentang materi menjaga alat reproduksi terkadang membuat seseorang malu menyampaikannya, karena sering dikaitkan dengan seks. Padahal membahas seks sekalipun bukanlah hal yang tabu. Sementara itu, permasalahan ini sangat perlu. Oleh karena itu, dalam hal ini tanggung jawab keluarga sangat besar. Oleh sebab itu ada baiknya kita pelajari materi berikut ini. berikut ulasan tentang cara menjaga kebersihan alat reproduksi

A. Menjaga Kebersihan Alat Reproduksi

Alat reproduksi laki-laki dan perempuan sangatlah berbeda. Bentuk alat reproduksi laki-laki yang letaknya diluar, memudahkan untuk merawat dan membersihkannya. Akan tetapi, berbeda dengan perempuan yang memerlukan perawatan yang lebih. Hal tersebut dikarenakan organ reproduksi berada di dalam. Lalu, bagaimana cara menjaga kebersihan alat reproduksi? Simak penjelasan berikut.

1. Cara Menjaga Kebersihan Alat Reproduksi Perempuan



www.pekanbaru.com
Mandi Dua Kali Sehari



www.beritaunikindonesia.blogspot.
Mengganti Pembalut



www.tutyqueen.com

Banyak Minum Air Putih



www.Jefrisoranto23.blogspot.com

Berolahraga Secara Teratur

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.

1. Sebaiknya mandi dua kali sehari dengan air bersih. Jika badan kotor dan lengket, sebaiknya langsung dibersihkan.
2. Gunakan celana dalam yang mudah menyerap keringat dan air, usahakan suasananya tidak basah dan lembab karena lingkungan tersebut memudahkan tumbuhnya bakteri dan kuman.
3. Saat mengalami menstruasi, sebaiknya mengganti pembalut setiap beberapa jam sekali. Pembalut yang dikenakan harus bersih, nyaman, serta berbahan lembut.
4. Membasuh 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.
5. Jangan terlalu sering memakan makanan yang terlalu banyak mengandung garam. Garam dapat menyebabkan perasaan tertekan dan tegang.
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.
7. Berolahraga secara teratur untuk menjaga kebugaran tubuh
8. Tidak memasukkan benda asing ke dalam vagina.
9. Menghentikan kebiasaan menahan buang air kecil



JELAJAH

Judul Kegiatan : Mengidentifikasi Cara Menjaga Kesehatan Reproduksi Perempuan
Jenis Kegiatan : Tugas Kelompok

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

1. Bentuklah kelompok bersama teman sekelasmu dengan jumlah anggota 4 atau 5 orang!
2. **Amatilah** situs internet yang membahas tentang cara menjaga kesehatan reproduksi perempuan
3. Untuk mendalami cara menjaga kesehatan reproduksi perempuan, **tanyakan** kepada tutor Anda dengan santun!
4. **Diskusikan** informasi yang Anda peroleh dan tulis kesimpulan!
5. **Analisislah** cara menjaga kesehatan reproduksi perempuan. Misalnya, apa saja yang dilakukan untuk menjaga kesehatan reproduksinya.
6. Sajikan analisis kalian dalam bentuk tabel, deskripsi, seperti berikut ini:

No	Hal-Hal yang dilakukan untuk menjaga reproduksi	Deskripsi

7. **Presentasikan** hasil kerja Anda kepada teman sekelas serta tutor Anda dengan santun!

2. Cara Menjaga Kebersihan Alat Reproduksi Laki-Laki

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

1. Mandilah minimal dua kali sehari menggunakan air bersih. Jika badan terasa kotor dan lengket, sebaiknya langsung dibersihkan.
2. Gantilah pakaian paling sedikit dua kali sehari.
3. Basuhlah organ reproduksi sehabis buang air kecil.
4. Berolahraga secara teratur dan minum air putih yang cukup banyak

5. Hindari pemakaian pakaian dalam yang terlalu ketat karena dapat meningkatkan suhu testes sehingga mengganggu spermatogenesis.
6. Tidak menggunakan celana dalam dari nilon, karena tidak menyerap air/keringat. Suasana lembab disukai jamur dan bakteri.
7. Menjalani khitan mencegah penumpukan kotoran, sisa urine, semen dan cairan yang keluar dari kelenjar-kelenjar pada organ reproduksi.
8. Menghilangkan kebiasaan mandi dengan air panas, temperatur yang sejuk diperlukan untuk perkembangan sperma.
9. Mengindari rokok dan minuman beralkohol.



JELAJAH

Judul Kegiatan : Mengidentifikasi Cara Menjaga Kesehatan Reproduksi Laki-laki

Jenis Kegiatan : Tugas Mandiri

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

1. Amatilah Gambar 2. Disamping dengan teliti
2. Untuk meningkatkan kreativitas Anda, bertanyalah kepada teman sebangku Anda
3. Catatlah informasi yang Anda peroleh 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 ke depan kelas dengan percaya diri!
6. Apabila ada pertanyaan dari teman atau tutor tanggapilah secara



Sumber: wajibbaca.com

Gbr 2. Cara Menjaga Reproduksi Pria

7. responsif!
8. Mintalah saran dan masukan dari tutor sebagai bahan evaluasi pembelajaran selanjutnya!

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 reproduksi yang sangat penting dilakukan, karena 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:



JELAJAH



Sumber: <http://staff.unila.ac.id>

Gambar 5. Upaya Menjaga Kesehatan Reproduksi

1. Amatilah dengan baik gambar 5 di atas terkait dengan aktivitas yang dapat dilakukan dalam menjaga kesehatan reproduksi
2. Buatlah daftar pertanyaan untuk melatih kreativitasmu kaitannya dengan upaya yang dilakukan dalam menjaga kesehatan reproduksi
3. Diskusikan dengan kelompokmu tentang aktivitas yang dapat dilakukan dalam menjaga kesehatan reproduksi seperti yang ditunjukkan pada gambar 5 di atas
4. Berikan penjelasan mengenai aktivitas apa saja yang dapat dilakukan dalam menjaga kesehatan reproduksi dan perilaku apa saja yang boleh dilakukan dan tidak boleh dilakukan dalam menjaga kesehatan reproduksi
5. Tunjukkan salah satu anggota kelompok Anda untuk mempresentasikan hasil analisis Anda kepada teman di kelas!



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 diproduksi 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. Bagian materi yang mana yang Anda anggap mudah?
3. Bagian materi yang mana yang Anda anggap sulit?
4. Tuliskan dua atau lebih kalimat yang berhubungan dengan topik atau materi?

UJI KOMPETENSI

A. Petunjuk Pengisian Soal

1. Berdoalah sebelum mengerjakan soal di bawah ini
2. Kerjakan soal di bawah ini sesuai dengan pilihan jawaban Anda
3. Bentuk soal ini pilihan ganda yang terdiri dari 10 butir soal yang masing-masing dengan 4 (empat) pilihan jawaban
4. Silahkan silanglah salah satu jawaban yang benar
5. Setelah selesai mengerjakan soal, periksalah kembali soal yang telah dikerjakan!

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

RUBRIK PENILAIAN

A. Pilihlah jawaban yang tepat

Jawaban yang benar = 1

Jawaban yang salah = 0

Total nilai = $\frac{\text{Jawaban yang Benar}}{10} \times 100\%$

10

GLOSARIUM

Estrogen	:	Hormon kelamin yang dihasilkan terutama indung telur dan berfungsi antara lain, untuk merangsang munculnya tanda kelamin sekunder pada perempuan
Infertilitas	:	Ketidakmampuan menghasilkan keturunan; keadaan kurang subur (mandul)
Jakun	:	Ujung kerongkongan yang tampak menonjol pada leher orang laki-laki dewasa; lekum
Korpus albikan	:	Badan putih atau juga disebut korpus luteum yang tidak menghasilkan hormone lagi.
Korpus Luteum	:	Folikel yang telah mengeluarkan ovum didalamnya, dengan kata lain folikel yang telah kehilangan ovum. Korpus luteum juga disebut dengan badan kuning
Menstruasi	:	Datang bulan; haid
Ovum	:	Sel reproduksi betina yang akan dihasilkan oleh organ ovarium wanita
Ovarium	:	Alat kelamin dalam yang membentuk sel telur pada wanita; indung telur
Perkembangbiakkan	:	Hal-hal yang berhubungan dengan berkembangbiak
Progesteron	:	Hormon perempuan yang dihasilkan korpus luteum, korteks adrenal, dan plasenta, yang menyebabkan timbulnya stadium sekresi pada selaput lendir uterus
Pubertas	:	Masa akil baliq; masa remaja
Reproduksi	:	Pengembangbiakkan; tiruan; hasil ulang
Sperma	:	Mani
Spermatogenesis	:	Sel sperma yang matang dalam spesies jantan
Testis	:	Alat kelamin laki-laki yang menghasilkan manii; buah zakar
Tuba falopi	:	Dua buah saluran yang halus yang menghubungkan ovarium mamalia betina dengan rahim
Uterus	:	Rahim; peranakan
Vagina	:	Saluran antara leher rahim dan alat kelamin perempuan; liang sanggama pada perempuan

KUNCI JAWABAN

Kunci jawaban ini dapat digunakan apabila Anda mengalami kesulitan disaat menjawab setiap pertanyaan yang diberikan dalam modul ini. 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 Uji Kompetensi

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 hormone.	Jawaban yang tepat (A) masa pubertas
2.	Ciri perkembangan fisik yang dialami oleh anak laki-laki adalah A. pelebaran pinggul → perubahan pada perempuan B. suara menjadi semakin berat → perubahan pada laki-laki C. Membesarnya pita suara → bukan bagian dari perubahan D. tumbuhnya rambut pada sekitar kemaluan dan ketiak → perubahan pada perempuan dan laki-laki	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"> - Tumbuh rambut halus di ketiak dan organ kemaluan - Payudara dan pinggul mulai membesar - Organ kelamin membesar 	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"> - Bau tubuh - Tumbuh jakun - Tumbuh kumis dan janggut - Tumbuh rambut halus di ketiak dan organ kelamin - Organ kelamin membesar - Suara berubah menjadi berat - Dada tampak bidang 	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)
10	Produksi minyak berlebih selama masa pubertas menimbulkan jerawat	Jawaban yang tepat adalah (D) jerawat

Unit 2: Mari Menjaga Kesehatan Reproduksi

Uji Kompetensi

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
4	<p>Ciri-ciri manusia lanjut usia yaitu...</p> <ul style="list-style-type: none"> - rambut beruban disebabkan karena pigmen serta hormone - kulit mengalami keriput - penglihatan berkurang - kemampuan berproduksi menurun 	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"> 1. Sebaiknya mandi dua kali sehari dengan air bersih. Jika badan kotor dan lengket, sebaiknya langsung dibersihkan. 2. Gunakan celana dalam yang mudah menyerap keringat dan air, usahakan suasananya tidak basah dan lembab karena lingkungan tersebut memudahkan tumbuhnya bakteri dan kuman. 3. Saat mengalami menstruasi, sebaiknya mengganti pembalut setiap beberapa jam sekali. Pembalut yang dikenakan harus bersih, nyaman, serta berbahan lembut. 4. Membasuh 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. 5. Jangan terlalu sering memakan makanan yang terlalu banyak mengandung garam. Garam dapat menyebabkan perasaan tertekan dan tegang. 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. 7. Berolahraga secara teratur untuk menjaga kebugaran tubuh 8. Tidak memasukkan benda asing ke dalam vagina. 9. Menghentikan kebiasaan menahan buang air kecil 	Jawaban yang tepat adalah (D) Tidak boleh makan makanan bergaram
6	Perempuan dianjurkan untuk tidak sering makan makanan bergaram, sebab Garam dapat menyebabkan perasaan tertekan dan tegang	Jawaban yang tepat adalah (B) yaitu menyebabkan tekanan dan tegang
7	Remaja dianjurkan untuk tidak menggunakan celana dalam	Jawaban yang

	yang bernilon karena tidak menyerap air dan keringat. Suasana lembab disukai oleh jamur dan bakteri	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 spermaogenesis	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"> 1. Mandilah minimal dua kali sehari menggunakan air bersih. Jika badan terasa kotor dan lengket, sebaiknya langsung dibersihkan. 2. Gantilah pakaian paling sedikit dua kali sehari. 3. Basuhlah organ reproduksi sehabis buang air kecil. 4. Berolahraga secara teratur dan minum air putih yang cukup banyak 5. Hindari pemakaian pakaian dalam yang terlalu ketat karena dapat meningkatkan suhu testes sehingga mengganggu spermatogenesis. 6. Tidak menggunakan celana dalam dari nilon, karena tidak menyerap air/keringat. Suasana lembab disukai jamur dan bakteri. 7. Menjalani khitan mencegah penumpukan kotoran, sisa urine, semen dan cairan yang keluar dari kelenjar-kelenjar pada organ reproduksi. 8. Menghilangkan kebiasaan mandi dengan air panas, temperatur yang sejuk diperlukan untuk perkembangan sperma. 9. Menghindari rokok dan minuman beralkohol. 	Jawaban yang tepat adalah (A) Menghindari rokok dan minuman beralkohol

Cocokkanlah jawaban anda dengan kunci jawaban tes formatif. Hitunglah jawaban benar anda. Kemudian gunakan rumus berikut untuk mengetahui tingkat penguasaan anda terhadap materi kegiatan belajar.

Arti tingkat penguasaan : $90 - 100\% = \text{baik sekali}$

$80 - 89\% = \text{baik}$

$70 - 79\% = \text{cukup}$

$< 70\% = \text{kurang}$

Apabila anda mencapai tingkat penguasaan 80% atau lebih, anda dapat meneruskan pada modul selanjutnya. Namun, jika tingkat penguasaan anda berada di bawah 80%, anda harus mengulangi materi kegiatan belajar terutama bagian yang belum dikuasai.

SARAN REFERENSI

Video tentang masa pubertas manusia yang dapat diunduh pada laman: www.m.youtube.com yang diunggah oleh Sumber Ilmu

Informasi tentang fase perkembangbiakkan perempuan yang dapat diunduh pada laman: id.wikipedia.org/endometrium

Video tentang Perawatan Organ Reproduksi Remaja yang dapat diunduh pada laman: www.m.youtube.com yang diunggah oleh Midwife Channel

Informasi tentang pentingnya menjaga kesehatan reproduksi yang dapat diunduh pada laman: www.promkes.depkes.go.id

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