



Masa Pubertas



Pubertas atau akil balig adalah proses perubahan fisik saat tubuh anak berubah menjadi tubuh dewasa yang mampu melakukan reproduksi seksual. Masa pubertas ini biasanya terjadi pada anak usia 9 - 14 tahun di mana sel reproduksinya sudah dapat menghasilkan sel sperma dan sel telur.

Ciri pubertas anak laki-laki dan perempuan terdiri dari dua, yaitu ciri pubertas secara primer dan sekunder. Ciri primer adalah ciri perubahan yang tidak tampak pada anak laki-laki dan perempuan seperti perubahan pada hormon. Sedangkan ciri sekunder adalah perubahan yang tampak pada anak laki-laki dan perempuan seperti perubahan pada fisiknya.

- ♦ Ciri Pubertas pada Laki-laki

Pada laki-laki, ciri primer saat masa pubertasnya adalah mimpi basah. Bisa dikatakan ini adalah ciri utama

laki-laki. Hal tersebut terjadi untuk menunjukkan pematangan sel kelamin atau sperma pada laki-laki.

Sementara ciri sekunder pada pria mempunyai beberapa ciri, antara lain:

1. Tumbuhnya rambut halus di ketiak dan sekitar alat kelamin
2. Suara laki-laki akan semakin membesar
3. Mulai tumbuhnya jakun
4. Mulai tumbuhnya kumis, janggut, dan jambang
5. Di bagian pundak dan dada akan terasa besar dan bidang
6. Adanya jerawat dan meningkatnya produksi keringat

- ♦ Ciri-ciri Pubertas pada Perempuan

Ciri primer atau ciri utama yang terjadi pada perempuan adalah menstruasi yang disebut sebagai menarkhe. Hal ini menjadi tanda bahwa organ kelamin perempuan telah berfungsi untuk menghasilkan sel telur. Dengan kata lain sel telur siap untuk dibuahi. Selain ciri primer, ada lagi ciri sekunder pada perempuan, antara lain:

1. Mulai tumbuhnya rambut halus di bagian ketiak dan sekitar alat kelamin
2. Suara yang dimiliki perempuan akan menjadi halus dan tinggi
3. Bagian payudara dan pinggul akan membesar
4. Kulit perempuan akan bertambah halus
5. Mulai muncul jerawat serta meningkatnya produksi keringat

Nama :

.....

Kelas:

.....

Canva



Ayo Berlatih !

Langkah - langkah kegiatan

1. Berdoa sebelum mengerjakan tugas.
2. Kerjakan soal dari yang paling mudah.
3. Periksa kembali sebelum dikumpulkan.
4. Siswa maju dan mempresentasikan hasil kerja kedepan kelas.

Pengertian
masa
pubertas

Ciri - ciri masa
pubertas pada
laki - laki

Ciri - ciri masa
pubertas pada
perempuan

Cara merawat
diri pada
masa
pubertas

