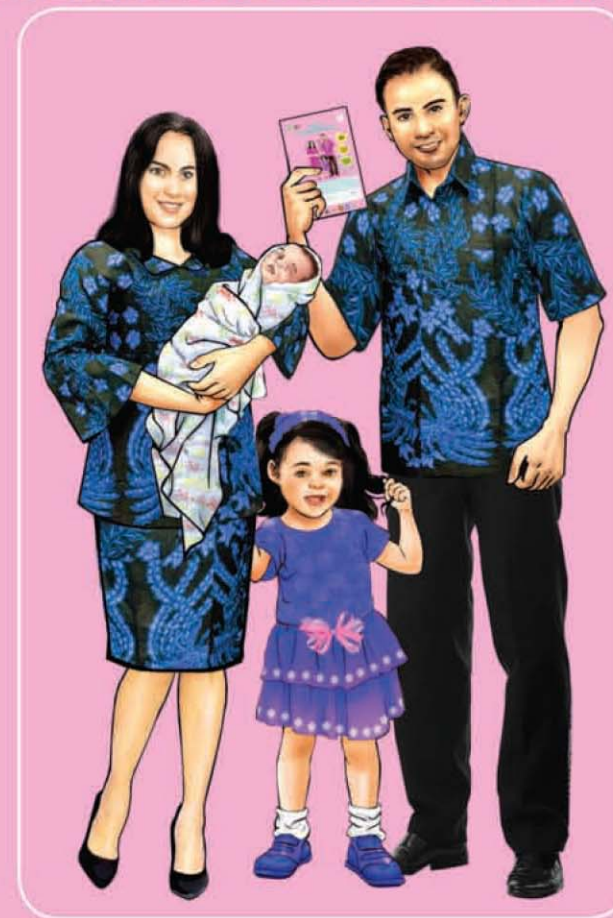




BUKU KIA

KESEHATAN IBU DAN ANAK



BAGIAN
ANAK

BAWA BUKU KIA
SETIAP KE FASILITAS
KESEHATAN, POSYANDU,
KELAS IBU, BKB, DAN
PAUD

BUKU KIA
DIGUNAKAN SAMPAI
ANAK BERUMUR
6 TAHUN

Nama Anak :
NIK Anak :
Nama Ibu :
NIK Ibu :

Dikeluarkan Tanggal:

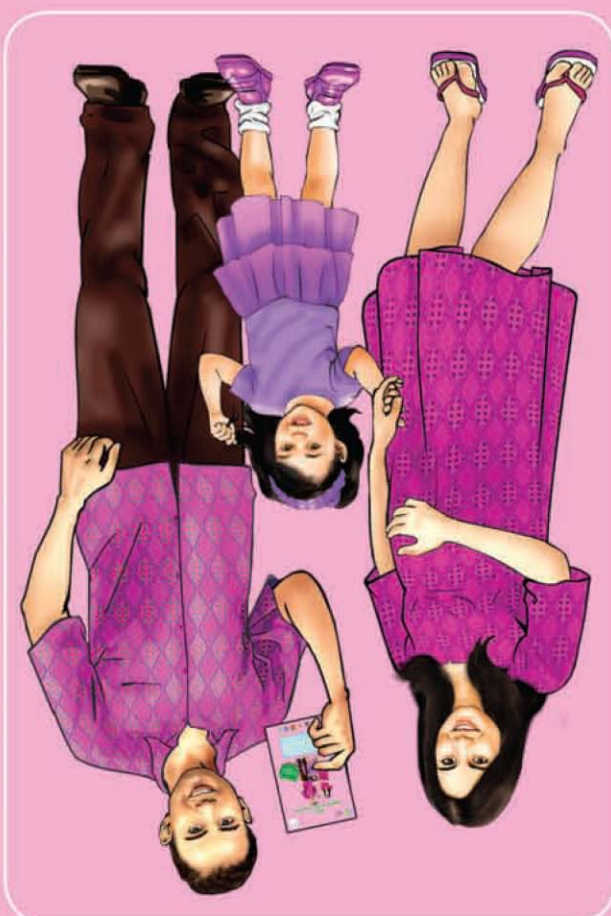
No. Buku:

Tanggal, Bulan, Tahun

Fasilitas Kesehatan:

Kab./Kota

Provinsi



BAGIAN
IBU

BAWA BUKU KIA
SETIAP KE FASILITAS
KESEHATAN, POSYANDU,
KELAS IBU, BKB, DAN
PAUD

BUKU KIA
DIGUNAKAN SAMPAI
ANAK BERUMUR
6 TAHUN

No. Buku:

Dikeluarkan Tanggal:
Fasilitas Kesehatan:

Kab./Kota

Provinsi

NIK Ibu

Nama Ibu



Cetakan Tahun 2020

Judul:
1. MOTHER – CHILD RELATION
2. MATERNAL – CHILD NURSING
3. MATERNAL HEALTH SERVICES

Indonesia. Kementerian Kesehatan RI
Buku Kesehatan Ibu dan Anak
Jakarta: Kementerian Kesehatan dan JICA
(Japan International Cooperation Agency),
1997

362.198.2
Ind.
b

Katalog Dalam Terbitan. Kementerian Kesehatan RI



Katalog Dalam Terbitan. Kementerian Kesehatan RI

362.198.2
Ind.
b

Indonesia. Kementerian Kesehatan RI
Buku Kesehatan Ibu dan Anak
Jakarta: Kementerian Kesehatan dan JICA
(Japan International Cooperation Agency),
1997

Judul:

1. MOTHER – CHILD RELATION
2. MATERNAL – CHILD NURSING
3. MATERNAL HEALTH SERVICES

Cetakan Tahun 2020



KESEHATAN IBU

Identitas Ibu hamil hal. 1 		Pernyataan Pelayanan Kesehatan Ibu hal. 2 	Amanat Persalinan hal. 4 	Pelayanan Dokter hal. 5 - 12 	Pelayanan Kehamilan hal. 7 - 8 	Pelayanan Nifas hal. 14 	Rujukan hal. 15 	Ibu Hamil hal. 16 - 22 	Ibu Bersalin hal. 23 - 25 	Ibu Nifas hal. 26 - 28 	Ibu Menyusui hal. 29 - 31 	Keluarga Berencana hal. 33 	Kelas Ibu Hamil hal. 17 
---	--	---	--	---	--	---	---	---	---	--	--	---	--

KESEHATAN ANAK

Identitas hal. 1	Pelayanan Kesehatan Neonatus hal. 7	Pelayanan SIDIOTK hal. 10 - 11	Kurva Pertumbuhan hal. 13-25
Imunisasi hal. 8 - 9	PMBA, Vit.A, Obat Cacing hal. 12	Ringkasan Pelayanan MTBS hal. 27	Rujukan hal. 31
Bayi Baru Lahir hal. 34 - 37	Kondisi Balita hal. 38	Bayi, Anak Balita 6 - 24 bulan hal. 40 - 47	Anak Balita 2 - 3 tahun hal. 49
Anak Balita 3 - 4 tahun hal. 51	Anak Balita 4 - 5 tahun hal. 52	Anak 5 - 6 Tahun hal. 53	Kelas Ibu Balita hal. 52

KESEHATAN ANAK

C A T A N	Identitas hal. 1 	Pelayanan Kesehatan Neonatus hal. 7 	Pelayanan SDIDTK hal. 10 - 11 	Kurva Pertumbuhan hal. 13- 25 
	Imunisasi hal. 8 - 9 	PMBA, Vit.A, Obat Cacing hal. 12 	Ringkasan Pelayanan MTBS hal. 27 	Rujukan hal. 31 
I N F O R M A S I	Bayi Baru Lahir hal. 34 - 37 	Kondisi Balita hal. 38 	Bayi, Anak Balita 6 - 24 bulan hal. 40 - 47 	Anak Balita 2 - 3 tahun hal. 49 
	Anak Balita 3 - 4 tahun hal. 51 	Anak Balita 4 - 5 tahun hal. 52 	Anak 5 - 6 Tahun hal. 53 	Kelas Ibu Balita hal. 32 

KESEHATAN IBU

C A T A N	Identitas Ibu hamil hal. 1	Pernyataan Pelayanan Kesehatan Ibu hal. 2	Amanat Persalinan hal. 4
	Pelayanan Dokter hal. 5 - 12	Pelayanan Kehamilan hal. 7 - 8	Rujukan hal. 15
	Ibu Hamil hal. 16 - 22	Ibu Bersalin hal. 23 - 25	Ibu Nifas hal. 26 - 28
	Ibu Menyusui hal. 29 - 31	Keluarga Berencana hal. 33	Kelas Ibu Hamil hal. 17

PETUNJUK PENGGUNAAN

Buku Kesehatan Ibu dan Anak (Buku KIA) berisi lembar informasi dan catatan kesehatan serta catatan khusus adanya kelainan ibu selama hamil, bersalin sampai nifas serta anak (janin, bayi baru lahir, bayi dan anak sampai usia 6 tahun). Informasi dalam Buku KIA sangat penting untuk pemantauan kesehatan dan catatan khusus adanya kelainan pada ibu serta anak.

Buku KIA harus dibaca dan dimengerti ibu dan keluarga, ditunjukkan pada petugas kesehatan dimanapun pelayanan kesehatan diberikan, untuk dicatatkan tindakan yang diberikan. Setiap informasi tentang kesehatan dan catatan khusus adanya kelainan pada ibu serta anak harus dicatat di dalam Buku KIA

Setiap ibu hamil mendapat 1 (satu) Buku KIA untuk kehamilan tunggal dan mendapat tambahan satu Buku KIA lagi untuk anak yang lain pada kehamilan kembar. Selalu bawa Buku KIA ketika berkunjung ke Posyandu, Kelas Ibu Hamil, Kelas Ibu Balita, Pos PAUD, BKB dan Fasilitas Kesehatan (Puskesmas dan jaringan, Klinik, Praktik Dokter/ Bidan, Rumah Sakit)

Ibu/ Keluarga

- Membaca dan memahami lembar informasi Buku KIA
- Mencentang informasi yang sudah dipahami
- Memastikan kelengkapan pelayanan kesehatan ibu
- Memastikan kelengkapan pelayanan kesehatan dan pemantauan tumbuh kembang anak
- Menghubungi Dinas Kesehatan (Bidang Kesehatan Ibu Anak), jika mengalami kesulitan mendapatkan pelayanan di fasilitas kesehatan

Kader

- Menjelaskan isi dan penggunaan buku KIA kepada ibu/keluarga
- Mengecek pemahaman ibu dengan mencentang kotak pada lembar informasi kesehatan
- Mengecek kelengkapan pelayanan kesehatan ibu
- Mengecek kelengkapan pelayanan kesehatan dan pemantauan tumbuh kembang anak

Guru PAUD/TK/RA

- Memastikan peserta didik memiliki Buku KIA
- Memantau pertumbuhan dan perkembangan peserta didik
- Mengkomunikasikan hasil pemantauan kepada Puskesmas setempat
- Mengintegrasikan pelaksanaan parenting class dengan kelas ibu balita
- Membiasakan perilaku kebersihan, kesehatan dan makanan gizi seimbang

Tenaga Kesehatan

- Melakukan KIE kepada ibu/ keluarga
- Menjelaskan isi buku KIA kepada ibu/ keluarga
- Mendampingi kader dalam pemanfaatan buku KIA
- Mengisi lembar catatan ringkasan hasil pelayanan dan melakukan tatalaksana

Tenaga Kesehatan

- Melakukan KIE kepada ibu/ keluarga
- Menjelaskan isi buku KIA kepada ibu/ keluarga
- Mendampingi kader dalam pemanfaatan buku KIA
- Mengisi lembar catatan ringkasan hasil pelayanan dan melakukan tatalaksana

Kader

- Menjelaskan isi dan penggunaan buku KIA kepada ibu/keluarga
- Mengecek pemahaman ibu dengan mencentang kotak pada lembar informasi kesehatan
- Mengecek kelengkapan pelayanan kesehatan ibu
- Mengecek kelengkapan pelayanan kesehatan dan pemantauan tumbuh kembang anak

Ibu/ Keluarga

- Membaca dan memahami lembar informasi Buku KIA
- Mencentang informasi yang sudah dipahami
- Memastikan kelengkapan pelayanan kesehatan ibu
- Memastikan kelengkapan pelayanan kesehatan dan pemantauan tumbuh kembang anak
- Menghubungi Dinas Kesehatan (Bidang Kesehatan Ibu Anak), jika mengalami kesulitan mendapatkan pelayanan di fasilitas kesehatan

Buku Kesehatan Ibu dan Anak (Buku KIA) berisi lembar informasi dan catatan pelayanan kesehatan serta catatan khusus bila mana ada kelainan pada ibu selama hamil, bersalin sampai nifas serta anak (janin, bayi baru lahir, bayi dan anak sampai usia 6 tahun). Informasi dalam Buku KIA sangat penting untuk pemantauan kesehatan ibu dan anak.

Buku KIA harus dibaca dan dimengerti ibu dan keluarga, ditunjukkan pada petugas kesehatan dimanapun pelayanan kesehatan diberikan, untuk dicatatkan tindakan yang diberikan. Informasi tentang kesehatan dan catatan khusus bila mana ada kelainan pada ibu serta anak harus dicatat di dalam Buku KIA

Setiap ibu hamil mendapat 1 (satu) Buku KIA untuk kehamilan tunggal dan mendapat tambahan satu Buku KIA lagi untuk anak yang lain pada kehamilan kembar. Selalu bawa Buku KIA ketika berkunjung ke Posyandu, Kelas Ibu Hamil, Kelas Ibu Balita, Pos PAUD, BKB dan Fasilitas Kesehatan (Puskesmas dan jaringannya, Klinik, Praktik Dokter, Praktik Bidan dan Rumah Sakit)

PETUNJUK PENGGUNAAN

PUSKESMAS DOMISILI:			NO. REGISTER KOHORT IBU:		
TELEPON					
ALAMAT RUMAH					
PEKERJAAN					
PENDIDIKAN					
TANGGAL LAHIR					
TEMPAT					
GOL. DARAH					
FASKES TR 1:					
NO. JKN:					
FASKES RUJUKAN:					
PEMBIAYAAN					
NIK					
NAMA					
IBU					SUAMI/KELUARGA

Foto Ibu

Foto Anak

	ANAK	IBU/AYAH/ WALI*
Nama		
Anak Ke		
Nomor Akte Kelahiran		
NIK		
Tempat/Tanggal Lahir		
Golongan Darah		
JENIS PELAYANAN		
- JKN/ Asuransi Lain - Nomor - Tanggal Berlaku		
Fasilitas Pelayanan Kesehatan:		
- Primer: - Nomor Registrasi Kohort Bayi: - Nomor Registrasi Kohort Balita dan Anak Pra-sekolah: - Sekunder: - Nomor Catatan Medik RS		
Pendidikan		
Pekerjaan		
Alamat		
Telepon		
Email/ Media Sosial		

* coret yang tidak perlu

Ibu menulis tanggal, tempat pelayanan; tenaga kesehatan membubuhkan paraf sesuai jenis pelayanan

[illegible]

* tenaga kesehatan juga menulis jenis vaksin yang diberikan

Ibu Hamil	HPHT:	BB:	TB:	IMT:
Trimester I	Periksa			
	Periksa			
	Periksa			
Trimester II	Periksa			
	Periksa			
	Periksa			
Trimester III	Periksa			
	Periksa			
	Periksa			
Timbang				
Ukur Lingkar Lengan Atas				
Tekanan Darah				
Periksa Tinggi Rahim				
Periksa Letak dan Denyut Jantung Janin				
Status dan Imunisasi Tetanus				
Konseling				
Skrining Dokter				
Tablet Tambah Darah				
Test Lab Hemoglobin (Hb)				
Test Colongan Darah				
Test Lab Protein Urine				
Test Lab Gula Darah				
PPA				
Tata Laksana Kasus				
Ibu Bersalin	TP:	Fasilitas Kesehatan:	Rujukan:	
Inisiasi Menyusu Dini				
Ibu Nifas sampai 42 hari setelah bersalin	KF 1 (6-48 jam)	KF 2 (3-7 hari)	KF 3 (8-28 hari)	KF 4 (28-42 hari)
Periksa Payudara (ASI)				
Periksa Perdarahan				
Periksa Jalan Lahir				
Vitamin A				
KB Pasca Persalinan				
Konseling				
Tata Laksana Kasus				
Bayi baru lahir/ neonatus 0 - 28 hari	KN1 (6-48 jam)	KN 2 (3-7 hari)	KN 3 (8-28 hari)	Pastikan pelayanan kesehatan neonatus dicatatkan di bagian anak

Ibu menulis tanggal, tempat pelayanan, dan tenaga kesehatan membubuhkan paraf sesuai jenis pelayanan

Kotak Kontrol Minum TTD pada IBU HAMIL

Nama: Usia: tahun

Bulan ke-3

Bulan:

Bulan ke-2

Bulan:

Bulan ke-1

Bulan:

Bulan ke-6

Bulan:

Bulan ke-5

Bulan:

Bulan ke-4

Bulan:

Bulan ke-8

Bulan:

Bulan ke-9

Bulan:

Beri tanda (✓) pada kotak bila sudah minum

KETERANGAN LAHIR

No :

Yang bertandatangan di bawah ini, menerangkan bahwa;
Pada hari ini, tanggal, Pukul
telah lahir seorang bayi:

Jenis Kelamin : Laki-laki/Perempuan
Jenis Kelahiran : Tunggal/Kembar 2/Kembar 3/Lainnya
Anak ke : Usia gestasi:
Berat lahir : gr, Panjang Badan : cm, Lingkar Kepala: cm
di Rumah Sakit/Puskesmas/Rumah Bersalin/Praktik Mandiri Bidan/di

Alamat :

Diberi nama :

Dari Orang Tua;
Nama Ibu : Umur : tahun
NIK :
Nama Ayah :
NIK :
Pekerjaan :
Alamat :
Kecamatan :
Kab/Kota :

....., Tanggal,

Saksi I

Saksi II

Penolong persalinan

(.....) (.....) (.....)



MENYAMBUT PERSALINAN

(Agar Aman dan Selamat)

Saya :
Alamat :
Memberikan kepercayaan kepada nama-nama ini untuk membantu persalinan saya agar aman dan selamat, yang diperkirakan pada, Bulan: Tahun: Penolong persalinan:

1. Dokter/Bidan:
2. Dokter/Bidan:

Untuk Dana Persalinan, disiapkan sendiri/ditanggung JKN/JAMPERSAL dibantu oleh:

Untuk kendaraan/ambulan desa oleh:

1. HP
2. HP
3. HP

Metode kontrasepsi setelah melahirkan yang dipilih:

Untuk sumbangan darah (golongan darah: rhesus:) dibantu oleh:

1. HP
2. HP
3. HP
4. HP

Bersedia dirujuk jika memiliki faktor risiko/ komplikasi/ kegawatdaruratan

..... 20

Persetujuan, Ibu Hamil

Suami/ Orang Tua/ Keluarga

()

Bidan/Dokter

()

Mengesahkan:

Fasilitas Kesehatan:

ttd, stempel

()

Nama Dokter :
Faskes :

EVALUASI KESEHATAN IBU HAMIL

Status Imunisasi TT

TT	ke-	selang waktu	perlindungan
1	awal		
2	1 bulan		
3	3 tahun		
4	6 bulan		
5	12 bulan		
5	> 25 tahun		

Kesimpulan: Status imunisasi

Riwayat Perilaku Berisiko 1 Bulan sebelum hamil

merokok	pola makan	aktivitas fisik
alkohol	Obat-obatan	kosmetik

Lingkari pilihan yang sesuai

Lain-lain, jelaskan

Riwayat Kehamilan dan Persalinan (termasuk keguguran, kembar, dan Lahir Mati)

Lingkari pilihan yang sesuai

Hipertensi	Asma	TB	Jantung	Tyroid	Alergi	Jiwa	Sifilis	Diabetes	Lainnya:

Riwayat Kesehatan Ibu Sekarang

TB	cm	BB	kg	Lila	cm

Tanggal periksa :

Kondisi Kesehatan Ibu

Status Imunisasi TT

Lain-lain, jelaskan

Riwayat Penyakit Keluarga

Hipertensi	Diabetes	Sesak Nafas
Jantung	TB	Alergi
Jiwa	Kelainan Darah	Hepatitis B

Lingkari pilihan yang sesuai

Pemeriksaan Khusus

Inspeksi/Inspeksi	Vulva	Uretra	Vagina	Flukus +/-	Porsio	Fluor +/-	tidak normal
	normal	normal	normal	Fluor +/-	normal	Fluor +/-	tidak normal

KETERANGAN LAHIR

No :

Yang bertandatangan di bawah ini, menerangkan bahwa;

Pada hari ini, tanggal, Pukul

telah lahir seorang bayi:

Jenis Kelamin : Laki-laki/Perempuan

Jenis Kelahiran : Tunggal/Kembar 2/Kembar 3/Lainnya

Anak ke : Usia gestasi:

Berat lahir : gr, Panjang Badan : cm, Lingkar Kepala: cm
di Rumah Sakit/Puskesmas/Rumah Bersalin/Praktik Mandiri Bidan/di

Alamat :

Diberi nama :

Dari Orang Tua;

Nama Ibu : Umur : tahun

NIK :

Nama Ayah :

NIK :

Pekerjaan :

Alamat :

Kecamatan :

Kab/Kota :

....., Tanggal,

Saksi I

Saksi II

Penolong persalinan

(.....) (.....) (.....)

Pemeriksaan Dokter Trimester 1 (Usia kehamilan <12 minggu)

(Konsep : Anamnesa dan pemeriksaan dokter umum mengenai risiko kehamilan saat ini normal/ kehamilan berkomplikasi)

Pemeriksaan Fisik

Kadaan umum:

Konjunktiva	normal	tidak
Sklera	normal	tidak normal
Kulit	normal	tidak normal
Leher	normal	tidak normal
Gigi mulut	normal	tidak normal
THT	normal	tidak normal
Dada	Jantung	tidak normal
	Paru	tidak normal
Perut	normal	tidak normal
Tungkai	normal	tidak normal

USG Trimester I

HPHT :, Kehamilan minggu

GS (Gestational Sac)	cm
CRL (Crown-rump Length)	cm
DJL (Denyut Jantung Janin)	dpm
Sesuai usia kehamilan	minggu
Letak janin	intrauterin/ ekstrauterin
Taksiran Persalinan	

Pemeriksaan laboratorium (tanggal / / 20)

Hasil USG

Pemeriksaan	Hasil	Rencana Tindak Lanjut
Hemoglobin	gr/dL	
Colongan darah & Rhesus		
Gula darah sewaktu	mg/dL	
PPIA		
H	R/NR	
S	R/NR	
Hepatitis B	R/NR	
Lain-lain		

Kesimpulan :

(ANC dapat dilakukan di FKTP atau rujuk ke FKRTL)

RIWAYAT KELAHIRAN

☐ Riwayat persalinan:

• G.... P.... A.....

• Tanggal lahir:, Jam:

• Cara persalinan:

a. Spontan ☐, Sungsang ☐

b. Dengan tindakan: Ekstraksi vakum ☐, Ekstraksi forseps ☐, SC ☐

• Penolong persalinan: Dokter spesialis ☐, Dokter ☐, Bidan ☐

CAP KAKI BAYI

PELAYANAN KESEHATAN NEONATUS (0-28 HARI)

Pelayanan kesehatan neonatus menggunakan pendekatan MTBS algoritma bayi muda umur <2 bulan

0 - 6 jam	6 - 48 jam (KN1)	3 - 7 hari (KN2)	8 - 28 hari (KN3)
Kondisi: BB: gr PB: cm LK: cm Inisiasi Menyusui Dini (IMD) ☐ Vit K1 ☐ Salep/Tetes Mata ☐ Imunisasi HB ☐ Tgl/bl/th: Jam: Nomor Batch: BB: gr PB: cm LK: cm Skrining Hipotiroid Kongenital ☐ <i>*Bila belum diberikan</i>	Menyusu ☐ Tali Pusat ☐ Vit K1* ☐ Salep/Tetes Mata* ☐ Imunisasi HB* ☐ Tgl/bl/th: Jam: Nomor Batch: BB: gr PB: cm LK: cm Skrining Hipotiroid Kongenital ☐ <i>*Bila belum diberikan</i>	Menyusu ☐ Tali Pusat ☐ Tanda bahaya Identifikasi kuning ☐ Imunisasi HB* ☐ Tgl/bl/th : Jam : Nomor Batch : Skrining Hipotiroid Kongenital* ☐ <i>*Bila belum diberikan</i>	Menyusu ☐ Tali Pusat ☐ Tanda bahaya Identifikasi kuning ☐ **  ** Berikan tanda pada bagian tubuh mana bayi tampak kuning dengan melingkari angka.
Masalah:	Masalah:	Masalah:	Masalah:
Dirujuk ke:**	Dirujuk ke:**	Dirujuk ke:**	Dirujuk ke:**
Nama jelas petugas:	Nama jelas petugas:	Nama jelas petugas:	Nama jelas petugas:

* Catatan penting:

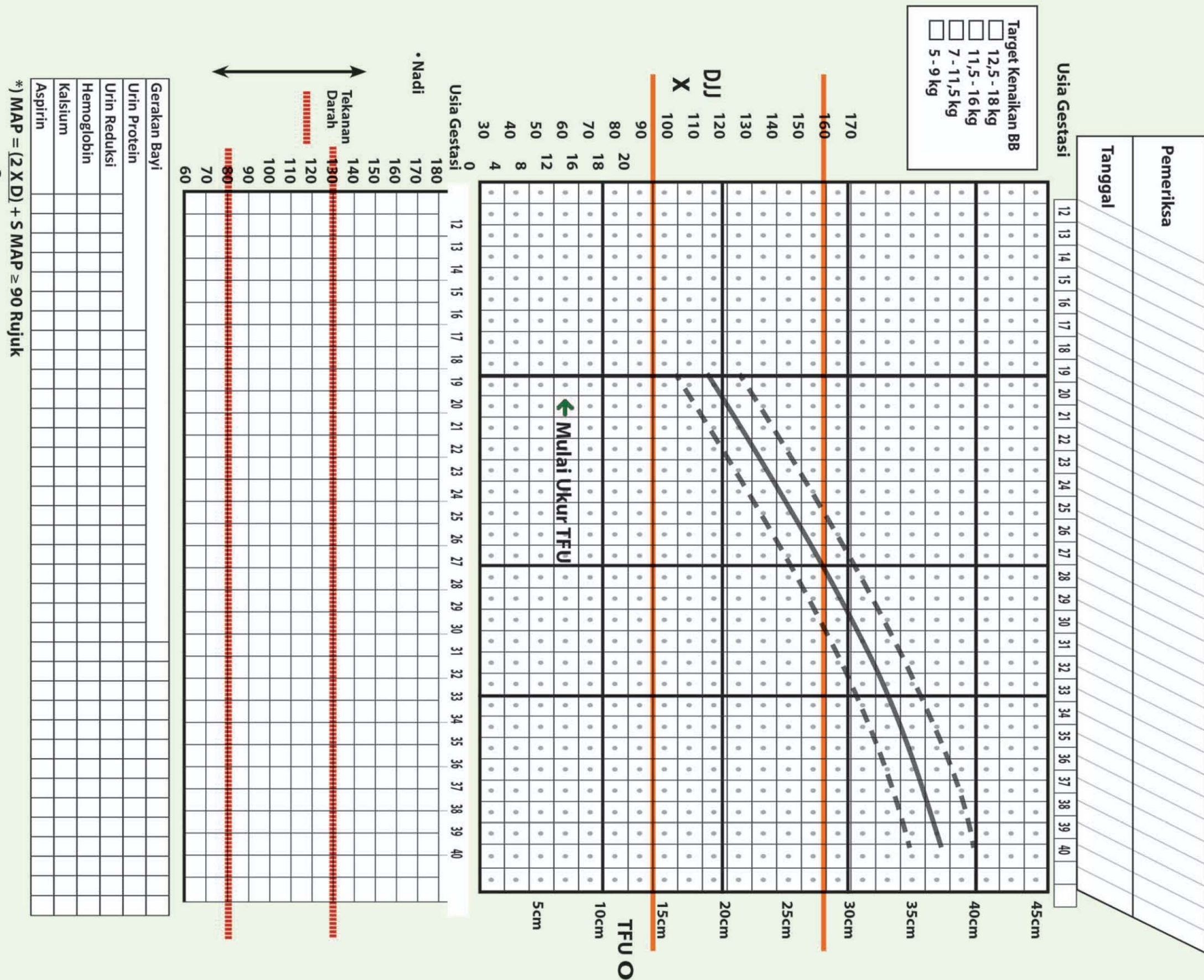
Nama tenaga kesehatan:

** Beri tanda strip (-) jika tidak ada masalah/ tidak dirujuk

PELAYANAN KEHAMILAN

Diisi oleh Bidan atau Perawat

GRAFIK EVALUASI KEHAMILAN



UMUR	BULAN														
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	12	18	24	30	36
Jenis Vaksin	Tanggal Pemberian dan Paraf Petugas														
Hepatitis B (< 24 jam) No Batch:															
BCG No Batch:															
Polio tetes 1 No Batch:															
DPT-HB-Hib 1 No Batch:															
Polio tetes 2 No Batch:															
DPT-HB-Hib 2 No Batch:															
Polio tetes 3 No Batch:															
DPT-HB-Hib 3 No Batch:															
Polio tetes 4 No Batch:															
Polio suntik (IPV) No Batch:															
Campak – Rubella (MR) No Batch:															
DPT-Hib-HB lanjutan No Batch:															
Campak – Rubella (MR) lanjutan No Batch:															

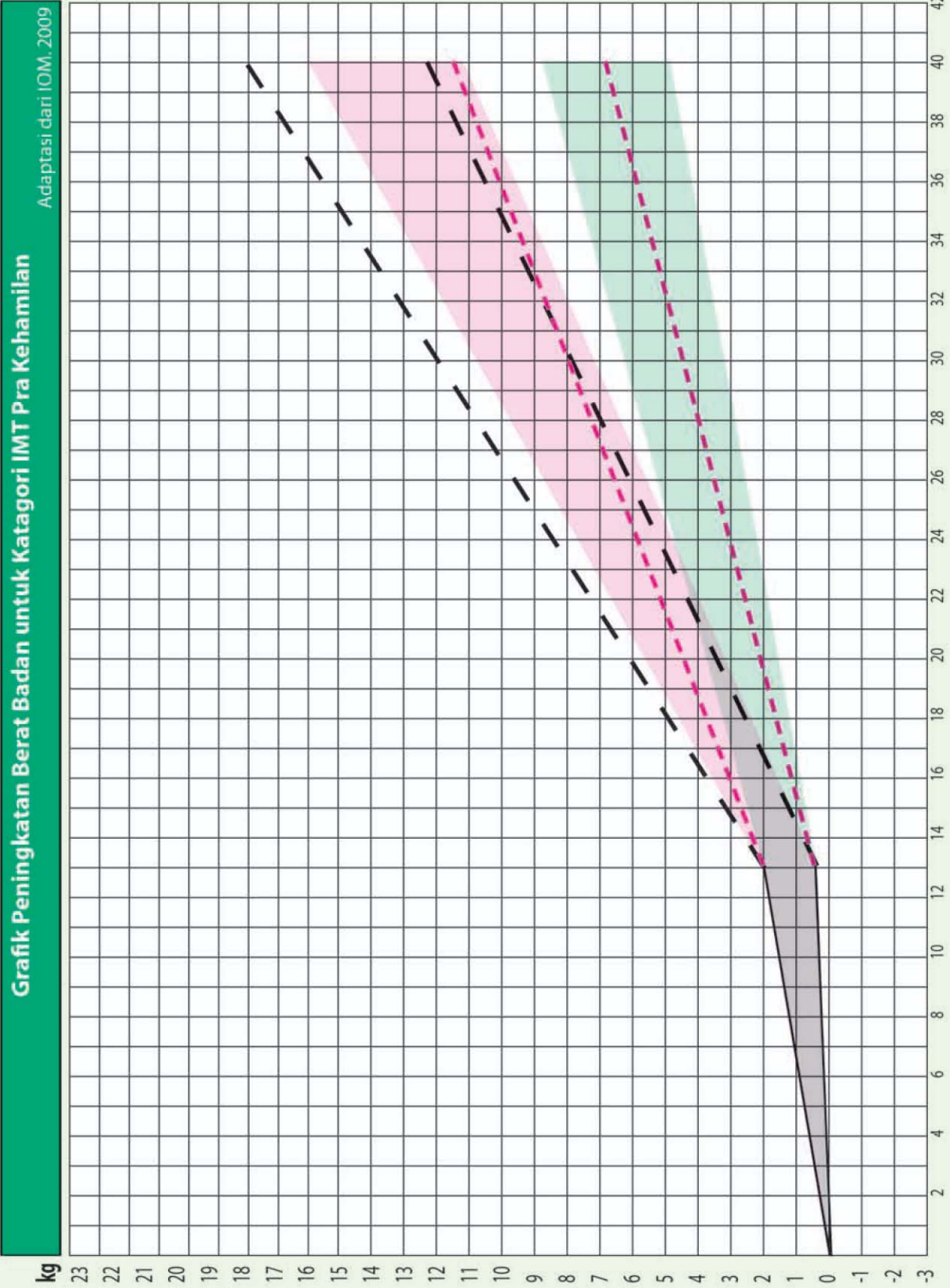
Keterangan:

- Jadwal tepat pemberian imunisasi dasar
- Waktu yang masih diperbolehkan untuk pemberian imunisasi dasar
- Waktu Pemberian imunisasi bagi anak di atas 1 tahun yang belum lengkap
- Waktu yang tidak diperbolehkan untuk pemberian imunisasi dasar

PELAYANAN KEHAMILAN

Diisi oleh Bidan atau Perawat

GRAFIK Peningkatan Berat Badan



MINGGU KEHAMILAN

Tanda	BB Pra- Kehamilan	IMT Pra- Kehamilan	Rekomendasi Peningkatan Berat Badan
---		<18,5	12,5 - 18 kg
---		10,5 - 24,9	11,5 - 16kg
---		25,0 - 29,9	7 - 11,5 kg
---		≥30	5 - 9 kg

Skrining Preeklampsia pada usia kehamilan < 20 minggu

Kriteria	Risiko sedang	Risiko tinggi
Anamnesis		
Multipara dengan kehamilan oleh pasangan baru		
Kehamilan dengan teknologi reproduksi berbantu: bayi tabung, obat induksi ovulasi		
Umur ≥ 35 tahun		
Nullipara		
Multipara yang jarak kehamilan sebelumnya > 10 tahun		
Riwayat preeklampsia pada ibu atau saudara perempuan		
Obesitas sebelum hamil ($IMT > 30 \text{ kg/m}^2$)		
Multipara dengan riwayat preeklampsia sebelumnya		
Kehamilan multiple		
Diabetes dalam kehamilan		
Hipertensi kronik		
Penyakit ginjal		
Penyakit autoimun, SLE		
Anti phospholipid syndrome*		
Periksaan Fisik		
Mean Arterial Pressure $> 90 \text{ mmHg}$ **		
Proteinuria (urin celup $> +1$ pada 2 kali pemeriksaan berjarak 6 jam atau segera kuantitatif 300 mg/24 jam)		
Keterangan Sistem Skoring:		
ibu hamil dilakukan rujukan bila ditemukan sedikitnya		
2 risiko sedang dan atau, 1 risiko tinggi 		
*: Manifestasi klinis APS antara lain : keguguran berulang, IUFD, kelahiran premature **: MAP dihitung setiap kali kunjungan ANC		

Centang pilihan yang sesuai!

: Kesimpulan

Bilamana ibu berisiko preeklamsi maka pemeriksaan kehamilan, persalinan dan pemeriksaan nifas dilaksanakan di Rumah Sakit.

Lakukan rujukan terencana pada ibu hamil dengan kondisi yang disebutkan di atas (tidak perlu menunggu inputu)

Dokter Pemeriksa,

[illegible]

* imunisasi PCV dan JE baru diberikan di beberapa provinsi/ kab/kota percontohan

Skrining Preeklampsia pada usia kehamilan < 20 minggu

Kriteria	Risiko sedang	Risiko tinggi
Anamnesis		
Multipara dengan kehamilan oleh pasangan baru		
Kehamilan dengan teknologi reproduksi berbantu: bayi tabung, obat induksi ovulasi		
Umur ≥ 35 tahun		
Nullipara		
Multipara yang jarak kehamilannya > 10 tahun		
Riwayat preeklampsia pada ibu atau saudara perempuan		
Obesitas sebelum hamil ($IMT > 30 \text{ kg/m}^2$)		
Multipara dengan riwayat preeklampsia sebelumnya		
Kehamilan multiple		
Diabetes dalam kehamilan		
Hipertensi kronik		
Penyakit ginjal		
Penyakit autoimun, SLE		
Anti phospholipid syndrome*		
Per pemeriksaan Fisik		
Mean Arterial Pressure $> 90 \text{ mmHg}$ **		
Proteinuria (urin celup $> +1$ pada 2 kali pemeriksaan berjarak 6 jam atau segera kuantitatif 300 mg/24 jam)		
Keterangan Sistem Skoring:		
ibu hamil dilakukan rujukan bila ditemukannya sedikitnya		
• 2 risiko sedang dan atau, • 1 risiko tinggi 		
** Manifestasi klinis APS antara lain : keguguran berulang, IUFD, kelahiran premature MAP dihitung setiap kali kunjungan ANC		

Centang pilihan yang sesuai!

: Kesimpulan

Bilamana ibu berisiko preeklamsi maka pemeriksaan kehamilan, persalinan dan pemeriksaan nifas dilaksanakan di Rumah Sakit.

pemeriksaan nifas dilaksanakan di Rumah Sakit.

Lakukan rujukan terencana pada ibu hamil dengan kondisi yang disebutkan di atas (tidak

(perlu menunggu input)

Dokter Amerika,

[illegible]

* imunisasi PCV dan JE baru diberikan di beberapa provinsi/ kab/kota percontohan

PEMANTAUAN PERKEMBANGAN BUKU KIA

PEMANTAUAN PERKEMBANGAN BUKU KIA				Umur	Deteksi Dini Penyimpangan Pertumbuhan				
CEKLIS	HASIL PERKEMBANGAN SESUAI UMUR (LENGKAP/TIDAK LENGKAP)				BB/U (SK/K/N/RBBL)	BB/TB (Gb/Gk/Gn/Gl/O)	TB/U (SP/P/Tn/Ti)	LK/U (Mi/N/Ma)	
29 hari-3 bulan				3 bulan					
3-6 bulan				6 bulan					
6-9 bulan				9 bulan					
9-12 bulan				12 bulan					
12-18 bulan				15 bulan					
18-24 bulan				18 bulan					
2-3 tahun				21 bulan					
3-4 tahun				24 bulan					
4-5 tahun				30 bulan					
5-6 tahun				36 bulan					
Orangtua dan keluarga dibantu oleh Kader, memantau perkembangan anak sesuai ceklis pada Buku KIA halaman 42, 43, 44, 45, 46, 47, 49, 51, 52, dan 53.				42 bulan					
				48 bulan					
				54 bulan					
				60 bulan					

Orangtua dan keluarga
dibantu oleh Kader,
memantau perkembangan
anak sesuai ceklis pada Buku
KIA halaman 42, 43, 44, 45, 46,
47, 49, 51, 52, dan 53.

**Lembar Pemeriksaan Dokter Trimester 3
(Usia kehamilan 32 -36 minggu)**

PELAYANAN DOKTER

Pemeriksaan Fisik

Kedua umum:

Kedadaan Umum	baik	sedang	buruk	Konjunctiva			anemia	tidak anemia
				Sklera	ikterik	tidak ikterik		
Leher		normal	tdk normal	Gigi mulut			normal	tdk normal
				THt	normal	tdk normal		
Dada		Jantung	tdk normal		Paru	normal	tdk normal	
						normal	tdk normal	
Perut			normal			normal	tdk normal	
						Tungkai	normal	tdk normal

USG Trimester III

HPHT : , Kehamilan minggu

Janin	Hidup / Tidak Hidup		BPD		Cm
Jumlah janin	Tunggal / Ganda		HC		Cm
Letak janin	Intrauterine	ekstrauterine	AC		Cm
	Presentasi kepala Presentasi sungsang Presentasi mellingtang				
Berat janin	gram		FL		Cm
Plasenta	Normal / Tidak		Cairan Ketuban		Cm
Usia kehamilan					

Lingkari pilihan yang sesuai!

Pemeriksaan laboratorium (tanggal / / 20

Pemeriksaan	Hasil	rencana tindak lanjut
Hemoglobin	gr/dL	
Gula darah puasa		
Gula darah 2 jam post prandial	mg/dL	

Rencana Konsultasi Lanjut:

Cizi	Kebidanan	Anak	Penyakit Dalam	Neurologi	THT	Psikiatri	Lain-lain
------	-----------	------	----------------	-----------	-----	-----------	-----------

Rencana Persalinan

Persalinan normal	Persalinan pervaginam	Sectio caesaria	Berantu
-------------------	-----------------------	-----------------	---------

Pilihan Rencana Kontraspsi

MAL	Pil	Suntik	AKDR	implan	Steril	Belum memilih
-----	-----	--------	------	--------	--------	---------------

MAL = Metode Amnoren Laktasi

ADPK = Alat Kontrasepsi Dalam Rahim

Konseling

Kebutuhan Konseling	tidak	ya			
---------------------	-------	----	--	--	--

jelaskan

Lingkari pilihan yang sesuai!

Kesimpulan :

(Persalinan dapat dilakukan di FKTP atau Rujuk ke FKRTL)

RINGKASAN PELAYANAN KESEHATAN DOKTER SPESIALIS

Tenaga kesehatan melakukan skrining perkembangan dan tatalaksana segera sesuai Pedoman Pelaksanaan SDIDTK

PMBA, VIT A & OBAT CACING

UMUR	Nasihat Pemberian Makan bagi Anak oleh Tenaga Kesehatan/ Tenaga Terlatih			
	Nasihat/ isi pesan	Tgl/Bln/Thn	Tgl/Bln/Thn	Tgl/Bln/Thn
0-6 bulan	IMD ASI Eksklusif			
6-11 bulan				
12-23 bulan				
2-3 tahun				
3-4 tahun				
4-5 tahun				
5-6 tahun				

Umur	Kapsul Vitamin A			Obat Cacing
	VIT A KAPSUL BIRU (100.000 IU)	VIT A KAPSUL MERAH (200.000 IU)		
	Februari atau Agustus	Februari	Agustus	
6 – 11 bulan				
1– 2 tahun				
2 – 3 tahun				
3 – 4 tahun				
4 – 5 tahun				

• Ket: Kolom yang diisi: Tanggal, Bulan, dan Tahun pemberian

Tanggal Kembali	Keluhan, Pemeriksaan, Tindakan	Tanggal Periksa, dan Paraf

Ibu Bersalin dan Ibu Nifas

Tanggal persalinan :
Umur kehamilan : Minggu
Spog/ Dokter umum/ Bidan :
Cara persalinan : Normal/Tindakan
Kondisi ibu : Sehat/Sakit (Pendarahan/Dermam/Kejang/
Lokhia berbau/lain-lain
Meninggal* :
KB Pasca persalinan :
Keterangan tambahan :
* Lingkar yang sesuai

Bayi Saat Lahir

Anak ke :
Berat Lahir : gram
Panjang Badan : cm
Lingkar Kepala : cm
Jenis Kelamin : Laki-laki/Perempuan/tidak bisa ditentukan*

Kondisi bayi saat lahir**:

[] Segera menangis

[] Anggota gerak kebiruan

[] Menangis beberapa saat

[] Tidak menangis

[] Seluruh tubuh kemerahan

[] Meninggal

Asuhan Bayi Baru Lahir **:

[] Inisiasi menyusui dini (IMD) dalam 1 jam pertama kelahiran bayi

[] Suntikan Vitamin K1

[] Salep mata antibiotika profilaksis

[] Imunisasi HB0

Keterangan tambahan:

* Lingkar yang sesuai

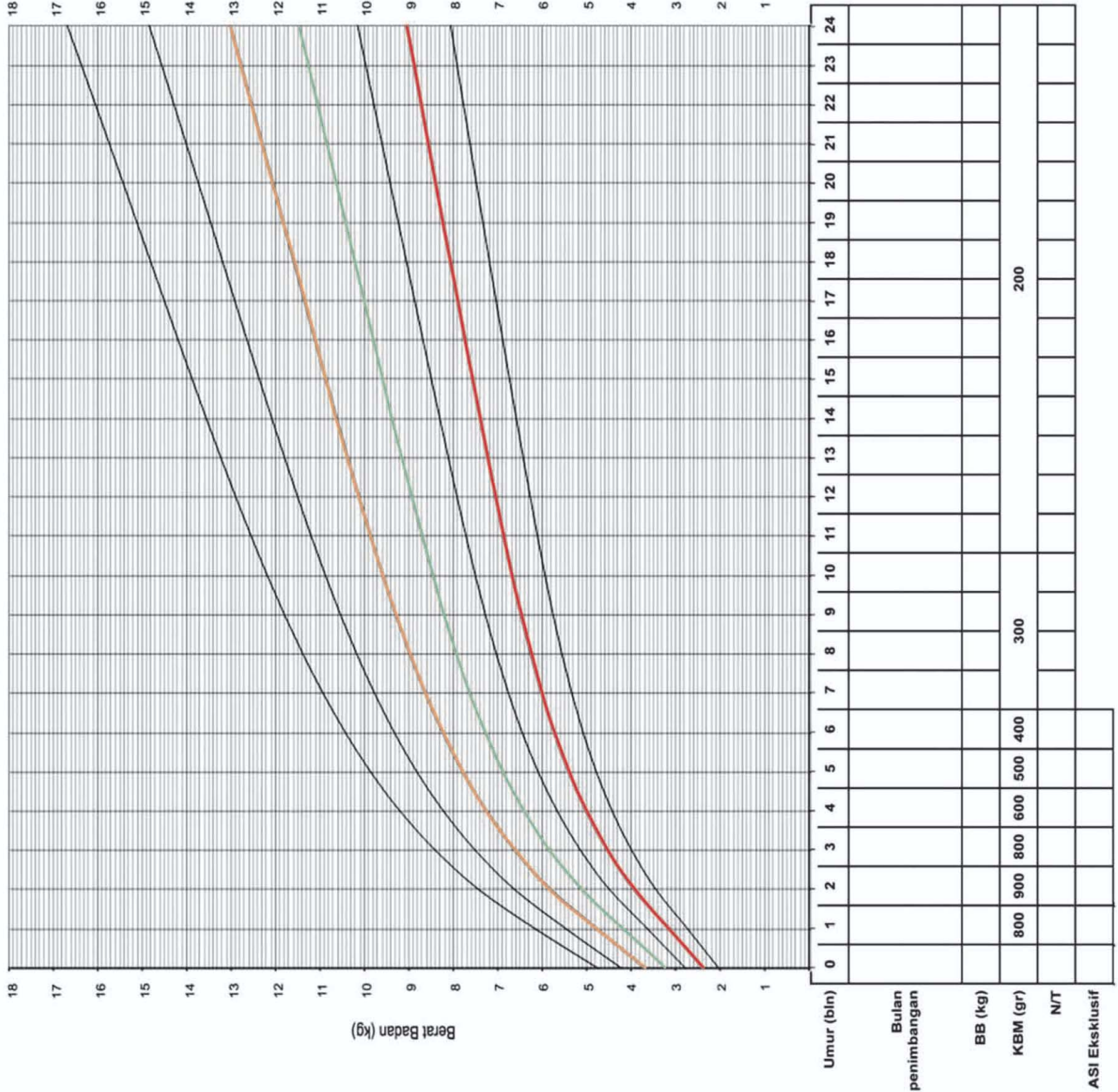
** Beri tanda [✓] pada kolom yang sesuai



KMS
KARTU MENUJU SEHAT
Untuk Perempuan

Nama Anak :
Nama Posyandu :

Timbanglah Anak Anda Setiap Bulan
Anak Sehat, Tambah Umur, Tambah Berat, Tambah Pandai



NAIK (N)

Grafik BB/U mengikuti garis pertumbuhan atau
Kenaikan BB sama dengan KBM
(Kenaikan Berat Badan Minimal) atau lebih

TIDAK NAIK (T)

Grafik BB/U mendatar atau menurun
memotong garis pertumbuhan dibawahnya
atau
Kenaikan BB kurang dari KBM

Rujuk Bila Berat Badan Anak Tidak Naik (T) atau Dibawah Garis Merah atau Diatas Garis Oranye

Kader kesehatan melakukan plotting hasil penimbangan, penyuluhan kepada ibu dan rujukan ke petugas kesehatan
Tenaga kesehatan memastikan plotting hasil penimbangan dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak

Pelayanan Kesehatan Ibu Nifas (KF)	RESUME			
Kunjungan Nifas 1 (KF1)	Masalah:	Tindakan:	Faskes: Tgl: (6-48 jam)	
Kunjungan Nifas 2 (KF2)	Masalah:	Tindakan:	Faskes: Tgl: (3-7 hari)	
Kunjungan Nifas 3 (KF3)	Masalah:	Tindakan:	Faskes: Tgl: (8-28 hari)	
Kunjungan Nifas 4 (KF4)	Masalah:	Tindakan:	Faskes: Tgl: (29-42 hari)	

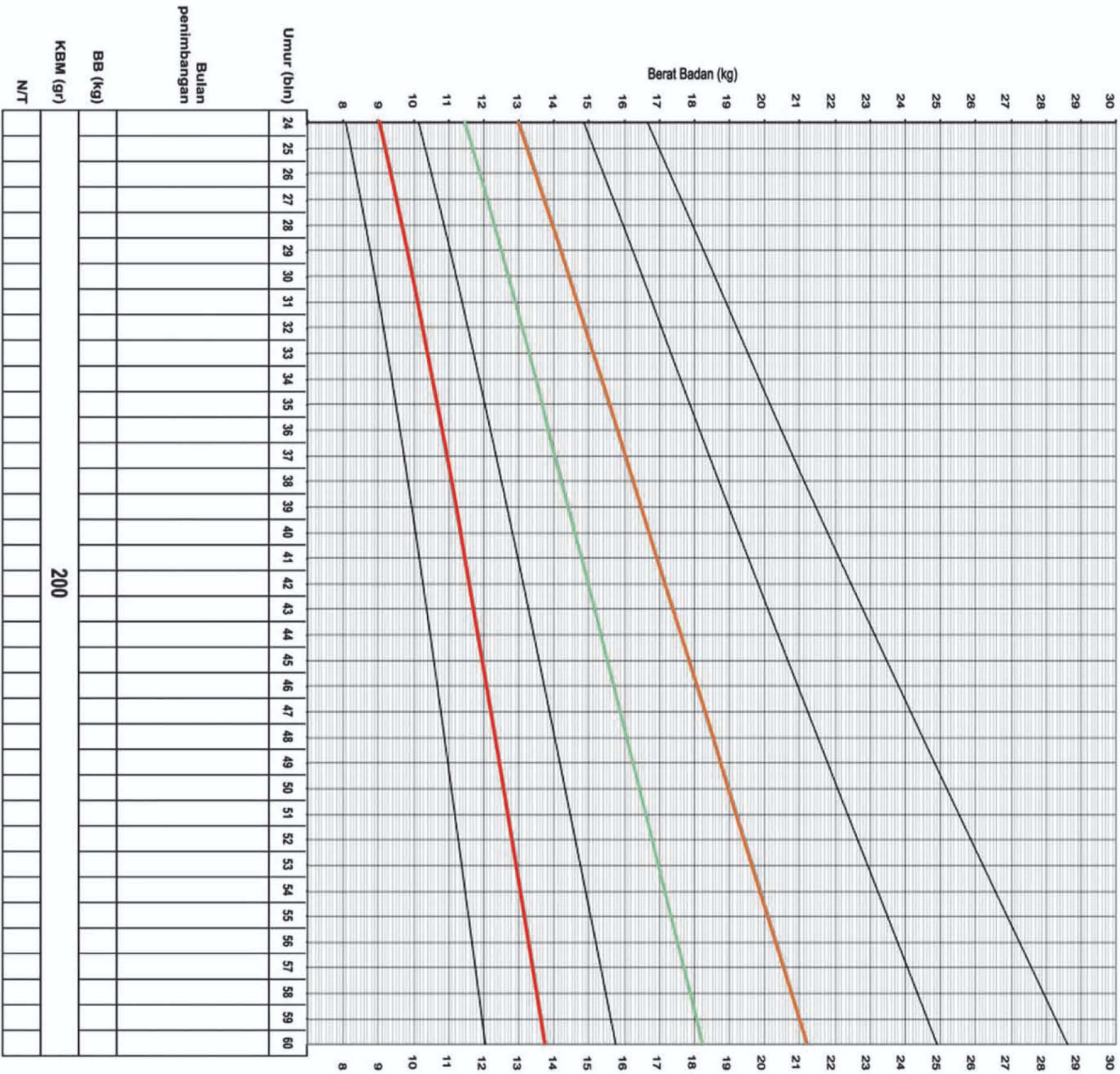
Kesimpulan Akhir Nifas
Kedaaan Ibu**:
[] Sehat
[] Sakit
[] Meninggal
Komplikasi Nifas:**
[] Perdarahan
[] Infeksi
[] Hipertensi
[] Lain-lain: Sebutkan
Pastikan bayi mendapat pelayanan kesehatan neonatal (KN) dan catat hasil pemeriksaan pada lembar anak
Kesimpulan:

Kedaaan Bayi:**
[] Sehat
[] Sakit
[] Kelainan Bawaan:
**
Beri tanda [✓] pada kolom yang sesuai



Nama Anak :
Nama Posyandu :

Timbanglah Anak Anda Setiap Bulan
Anak Sehat, Tambah Umur, Tambah Berat, Tambah Pandai



NAIK (N)
Grafik BB/U mengikuti garis pertumbuhan atau Kenaikan BB sama dengan KBM (Kenaikan Berat Badan Minimal) atau lebih

TIDAK NAIK (T)
Grafik BB/U mendatar atau menurun memotong garis pertumbuhan dibawahnya atau Kenaikan BB kurang dari KBM

Rujuk Bila Berat Badan Anak Tidak Naik (T) atau Dibawah Garis Merah atau Diatas Garis Oranye

Kader kesehatan melakukan plotting hasil penimbangan, penyuluhan kepada ibu dan rujukan ke petugas kesehatan
Tenaga kesehatan memastikan plotting hasil penimbangan dan menataksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak

RUJUKAN
Resume hasil pemeriksaan dan tatalaksana yang telah dilakukan di FKTP, diagnosis akhir alasan dan alasan dirujuk ke FKRTL:

Umpa balik rujukan
Tanggal/ bulan/ tahun :
Diagnosis akhir :
Resume (hasil pemeriksaan dan tatalaksana di FKRTL):

Anjuran :
Rekomendasi tempat persalinan: FKTP/ FKRTL (coret salah satu)

RUJUKAN
Resume hasil pemeriksaan dan tatalaksana yang telah dilakukan di FKTP, diagnosis akhir alasan dan alasan dirujuk ke FKRTL:

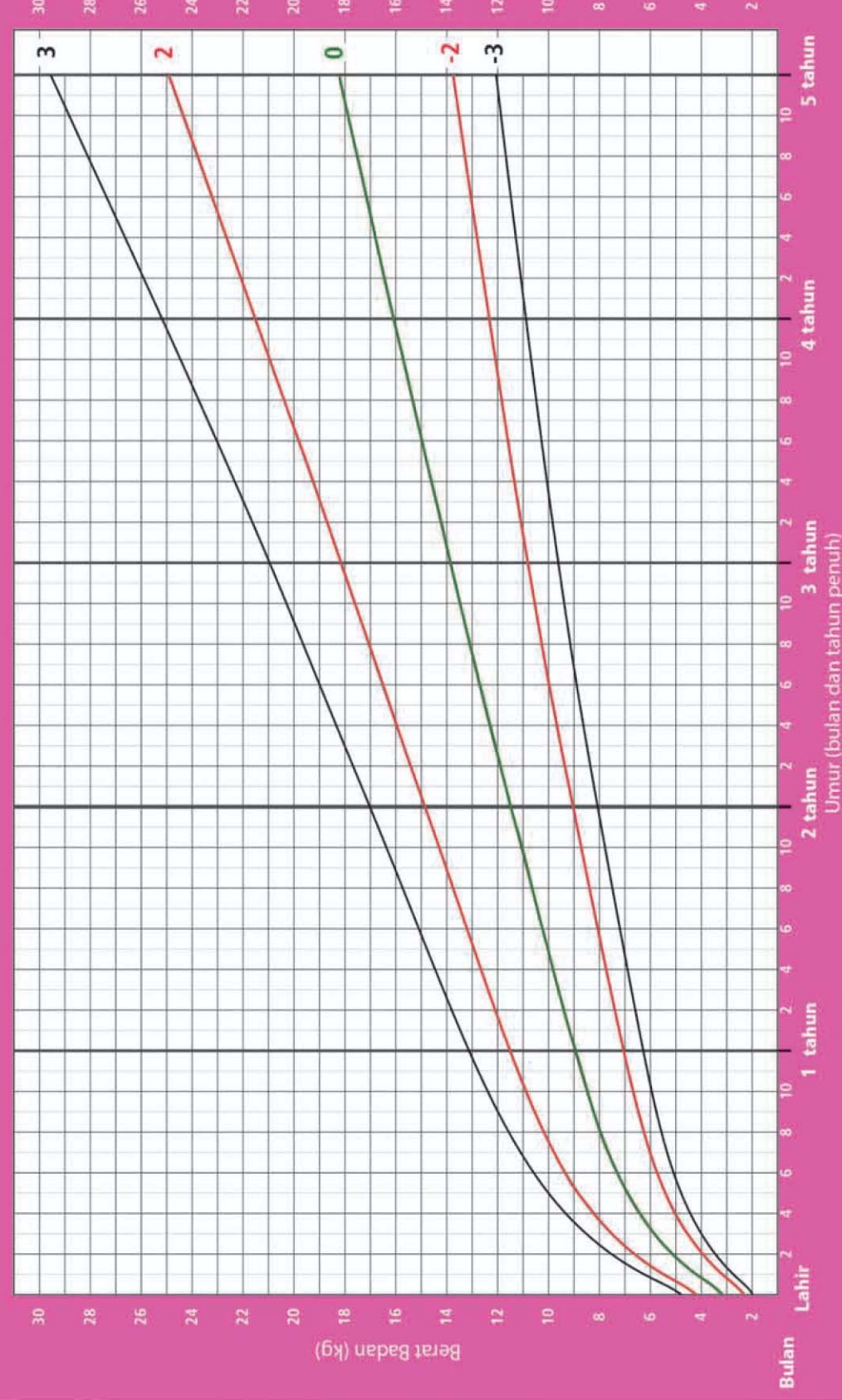
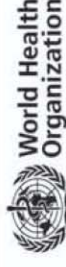
Umpa balik rujukan
Tanggal/ bulan/ tahun :
Diagnosis akhir :
Resume (hasil pemeriksaan dan tatalaksana di FKRTL):

Anjuran :
Rekomendasi tempat persalinan: FKTP/ FKRTL (coret salah satu)

Grafik Berat Badan Menurut Umur Anak Perempuan

0-5 tahun

DIISI OLEH TENAGA KESEHATAN



Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SDIDTK

Orangtua, kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur



Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SDIDTK

Orangtua, kader kesehatan memantau anak sesuai pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur

IBU HAMIL

- Pastikan ibu hamil mendapatkan pelayanan pemeriksaan kehamilan yang meliputi:
- 3 kali pada trimester pertama (kehamilan hingga 12 minggu)
 - 1 kali pada trimester kedua (kehamilan diatas 12 minggu sampai 24 minggu)
 - 3 kali pada trimester ketiga (kehamilan diatas 24 minggu sampai 40 minggu)

Secepatnya ke dokter atau bidan jika terlamat datang bulan. Periksa kehamilan minimal 6 kali selama kehamilan dan minimal 2 x pemeriksaan oleh dokter pada trimester 1 dan 3:

6. Skrining status imunisasi Tetanus dan berikan imunisasi Tetanus bila diperlukan

Status T	Interval Minimal	Masa Perlindungan
T 1	1 bulan setelah T 1	Langkah awal pembentukan kekebalan tubuh terhadap penyakit Tetanus
T 2	3 tahun	
T 3	6 bulan setelah T 2	
T 4	12 bulan setelah T 3	
T 5	12 bulan setelah T 4	Lebih dari 25 tahun

7. Beri Tablet Tambah Darah

- Ibu mendapatkan minimal 90 tablet selama kehamilan
- Pemeriksaan laboratorium



9. Tata laksana/penanganan kasus

- Apabila ditemukan masalah, segera ditangani atau dirujuk
- Dilakukan pada saat ibu melakukan pemeriksaan kehamilan



1. Timbang berat badan dan ukur Tinggi Badan

- Tinggi badan ibu untuk menentukan status gizi

- Minimal BB ibu naik sebanyak 9 Kg atau 1 Kg setiap bulannya

2. Ukur Tekanan Darah

- Tekanan Darah > 140/90 mmHg (Hipertensi)
- Nilai Status Gizi (ukur Lengan Atas /LILA)
- LILA < 23,5 cm, risiko KEK (Kurang Energi Kronis)

4. Ukur Tinggi Fundus Uteri/tinggi Rahim

5. Tentukan Presentasi Janin dan Denyut Janin (DJJ)

- Untuk melihat kelainan letak janin, atau masalah lain

IKUTI KELAS IBU HAMIL



Dengan mengikuti kelas ibu hamil akan diperoleh informasi tentang kehamilan, persalinan, perawatan masa nifas, perawatan bayi baru lahir, kebutuhan dan pemenuhan gizi serta pelayanan kesehatan yang diterima. Ibu harus mengikuti kelas ibu hamil dan minimal 1 kali diikuti oleh suami.

Tanyakan pada petugas kesehatan jadwal dan tempat pelaksanaan Kelas Ibu

Grafik Berat Badan Menurut Panjang Badan/Tinggi Badan Anak Perempuan

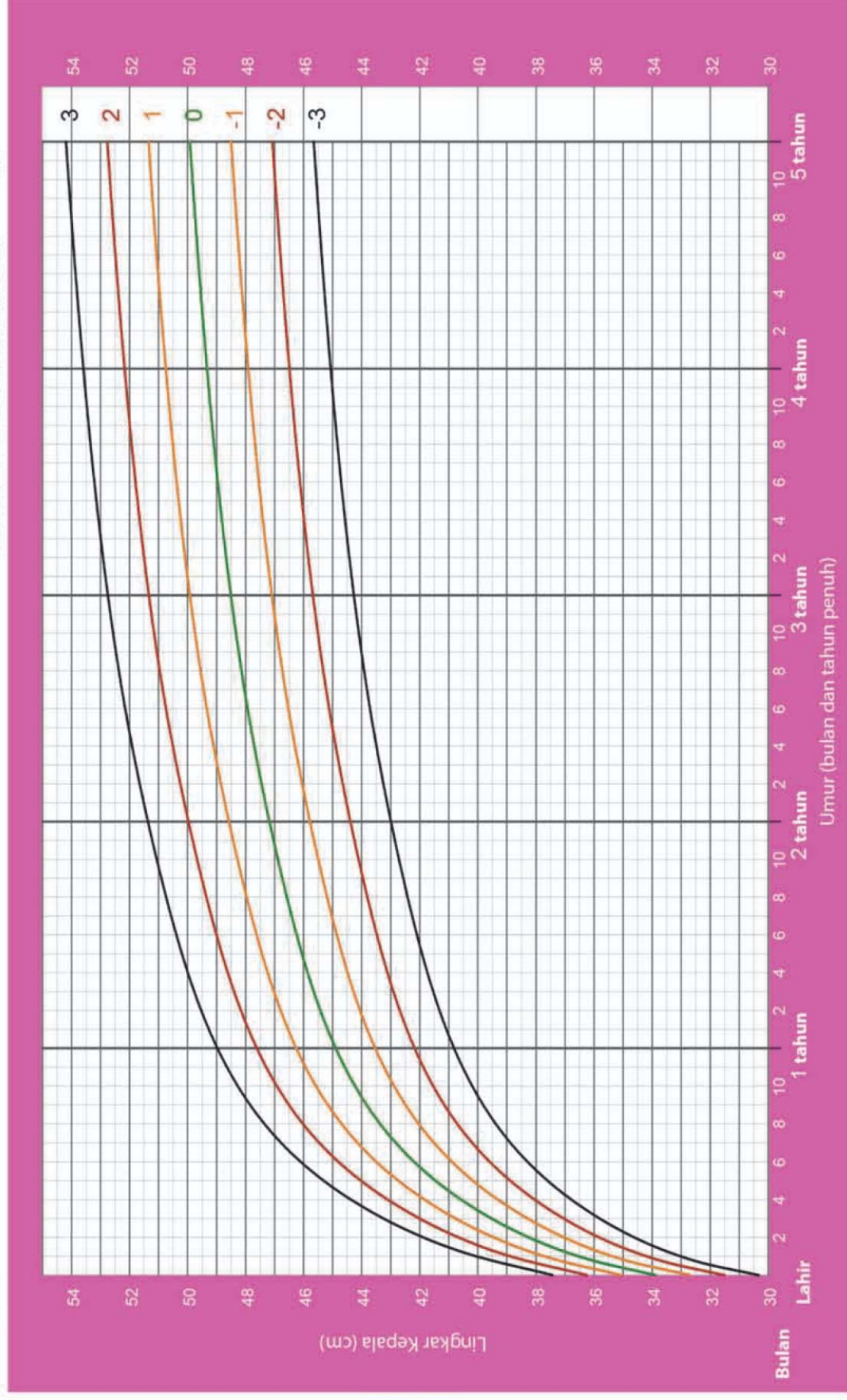
0-5 tahun

DIISI OLEH TENAGA KESEHATAN



Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SDIDTK

Orangtua, kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur



Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SDIDTK

Orangtua, kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur

PERAWATAN SEHARI-HARI IBU HAMIL

- Makan beragam makanan secara proporsional dengan pola gizi seimbang dan 1 porsi lebih banyak daripada sebelum hamil.**
 - Minum TTD (Tablet Tambah Darah) satu tablet setiap hari selama kehamilannya.
- KEBERSIHAN DIRI:**
 - Cuci tangan dengan sabun dan menggunakan air bersih mengalir
 - mandi dan gosok gigi 2 kali sehari
 - Keramas / cuci rambut 2 hari sekali
 - Jaga kebersihan payudara dan daerah kemaluan
 - Ganti pakaian dan pakaiannya
 - Periksa gigi
- HUBUNGAN SUAMI-ISTRI SELAMA HAMIL**
 - Hubungan suami-istri selama hamil dapat dilakukan, selama kehamilan sehat.
- BERSAMA SUAMI LAKUKAN STIMULASI JANIN** dengan cara, sering berbicara dengan janin, dan sering lakukan sentuhan pada perut ibu
- ISTIRAHAT YANG CUKUP:**
 - Tidur malam sedikitnya 6 - 7 jam
 - Siang hari usahakan tidur atau berbaring telentang 1 - 2 jam
- BERSAMA SUAMI LAKUKAN STIMULASI JANIN** dengan cara, sering berbicara dengan janin, dan sering lakukan sentuhan pada perut ibu
- HUBUNGAN SUAMI-ISTRI SELAMA HAMIL**
 - Hubungan suami-istri selama hamil dapat dilakukan, selama kehamilan sehat.

YANG HARUS DIHINDARI IBU SELAMA HAMIL

- Tidur terlewat > 10 menit pada masa hamil tua untuk menghindari kekurangan oksigen pada janin
- Ibu hamil minum obat tanpa resep dokter
- Stress berlebihan
- Tanyakan kepada Bidan/Perawat/Dokter untuk penjelasan lebih lanjut terkait kehamilan
- Minum minuman bersoda, beralkohol dan jamu
- Merokok atau terpapar asap rokok
- Kerja berat
- Tidur terlewat > 10 menit pada masa hamil tua untuk menghindari kekurangan oksigen pada janin
- Ibu hamil minum obat tanpa resep dokter
- Stress berlebihan
- Tanyakan kepada Bidan/Perawat/Dokter untuk penjelasan lebih lanjut terkait kehamilan
- Minum minuman bersoda, beralkohol dan jamu
- Merokok atau terpapar asap rokok
- Kerja berat

PORSI MAKAN DAN MINUM IBU HAMIL UNTUK KEBUTUHAN SEHARI

Keterangan					
Bahan Makanan	Nasi atau Makanan Pokok	Protein hewani seperti: ikan, telur, ayam, dan lainnya	Protein nabati seperti: tahu, tempe, tahu, dan lainnya	Sayur-sayuran	Buah-buahan
Ibu Hamil trimester 1	5 porsi	4 porsi	4 porsi	4 porsi	4 porsi
Ibu Hamil trimester 2 dan 3	6 porsi	4 porsi	4 porsi	4 porsi	4 porsi
Minum Air Putih: 8 - 12 gelas per hari					
Gula	2 porsi	2 porsi	2 porsi	2 porsi	2 porsi
Makan bersumber dari kue-kue manis, minum teh manis dan lain-lainnya					
Minyak/lemak	5 porsi	5 porsi	5 porsi	5 porsi	5 porsi
Minyak/lemak termasuk santan yang digunakan dalam pengolahan, makanan digoreng, ditumis atau dimasak dengan santan					
1 sendok teh, bersumber dari pengolahan makanan seperti menggoreng, menumis, santan, kemiri, mentega dan sumber lemak lainnya	1 porsi = 5 gr atau 1 sendok teh, bersumber dari pengolahan makanan seperti menggoreng, menumis, santan, kemiri, mentega dan sumber lemak lainnya	1 porsi = 10 gr atau 1 sendok teh manis, minum teh manis dan lain-lainnya	1 porsi = 100 gr atau 1 potong sedang pisang 1 porsi = 100-190 gr atau 1 potong besar pepaya	1 porsi = 100 gr atau 1 mangkuk sayur matang tanpa kuah	1 porsi = 100 gr atau 1 potong sedang pisang 1 porsi = 100-190 gr atau 1 potong besar pepaya

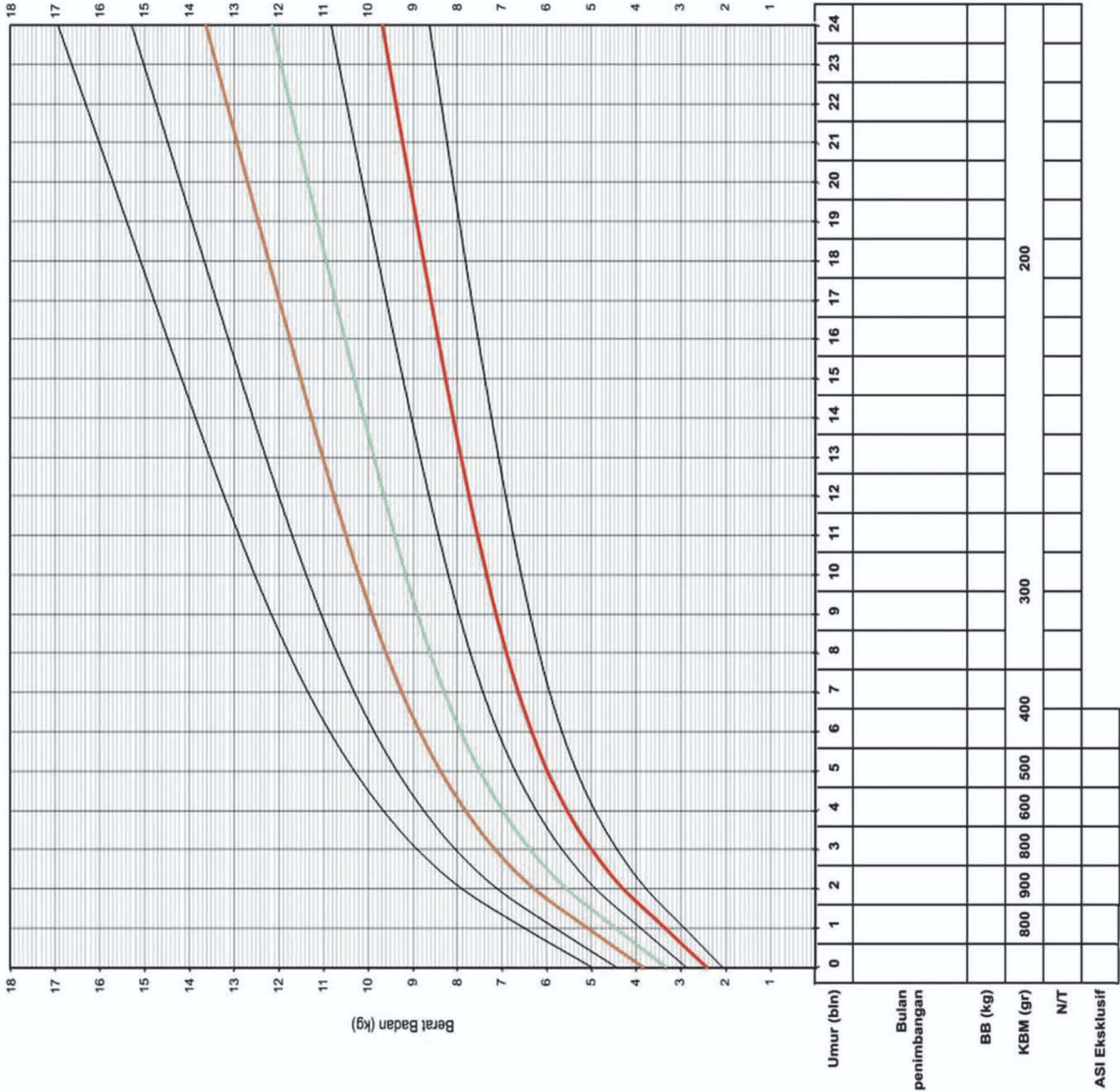
Catatan:
Konsultasikan porsi makan kepada tenaga kesehatan, perhatikan indeks massa tubuh



KMS
KARTU MENUJU SEHAT
Untuk Laki-Laki

Nama Anak :
Nama Posyandu :

Timbanglah Anak Anda Setiap Bulan
Anak Sehat, Tambah Umur, Tambah Berat, Tambah Pandai



NAIK (N)

Grafik BB/U mengikuti garis pertumbuhan atau Kenaikan BB sama dengan KBM (Kenaikan Berat Badan Minimal) atau lebih

TIDAK NAIK (T)

Grafik BB/U mendatar atau menurun memotong garis pertumbuhan dibawahnya atau kenaikan BB kurang dari KBM

Rujuk Bila Berat Badan Anak Tidak Naik (T) atau Dibawah Garis Merah atau Diatas Garis Oranye

Kader kesehatan melakukan plotting hasil penimbangan, penyuluhan kepada ibu dan rujukan ke petugas kesehatan
Tenaga kesehatan memastikan plotting hasil penimbangan dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak

Aktivitas Fisik dan Latihan Fisik

- Ibu hamil yang sehat dapat melakukan Manfaat aktivitas fisik dan latihan fisik bagi

- Ibu hamil yang sehat dapat melakukan aktivitas fisik sehari-hari dengan memperhatikan kondisi Ibu dan keamanan janin yang dikandungnya.
- Suami membantu istrinya yang sedang hamil untuk melakukan pekerjaan sehari-hari.
- Aktivitas fisik dilakukan 30 menit dengan intensitas ringan sampai sedang dan menghindari gerakan-gerakan yang membahayakan seperti mengangkat benda-benda berat, jongkok lebih dari 90 derajat, mengejan
- Mengikuti senam ibu hamil sesuai anjuran petugas kesehatan



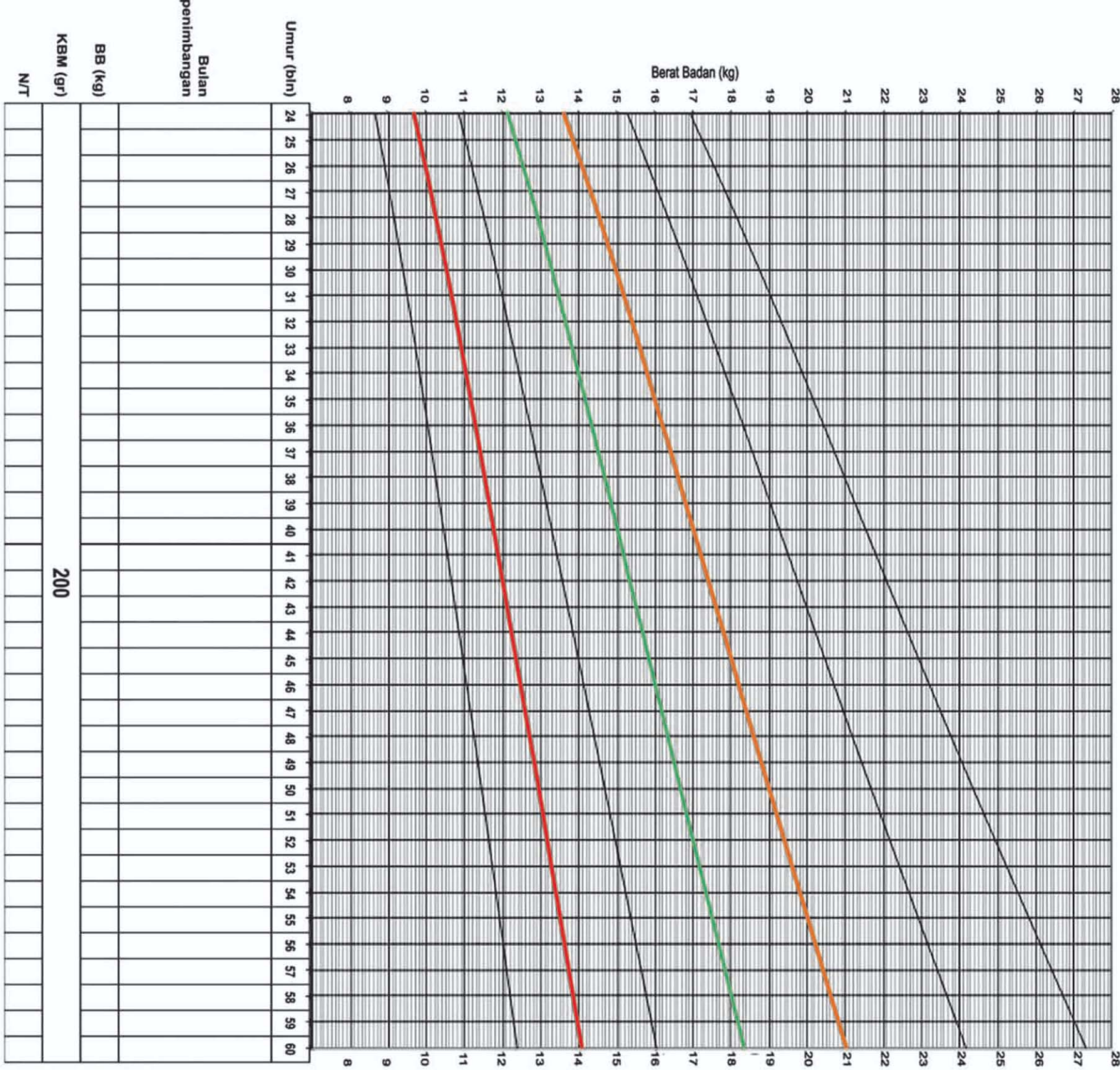
- Jenis latihan fisik yang diperbolehkan menurut usia kehamilannya:
- Trimester I (0-12 minggu): pemanasan/ + stretching, aerobic, kegel exercise, pendinginan/ + stretching
 - Trimester II (13-28 minggu): pemanasan/ + stretching, aerobic, kegel exercise, senam hamil, pendinginan/ + stretching
 - Trimester III (29-40 minggu): pemanasan/ + stretching, kegel exercise, senam hamil/ + stretching



Nama Anak :

Nama Posyandu :

Timbanglah Anak Anda Setiap Bulan
Anak Sehat, Tambah Umur, Tambah Berat, Tambah Pandai



NAIK (N)

Grafik BB/U mengikuti garis pertumbuhan atau kenaikan BB sama dengan KBM (Kenaikan Berat Badan Minimal) atau lebih

TIDAK NAIK (T)

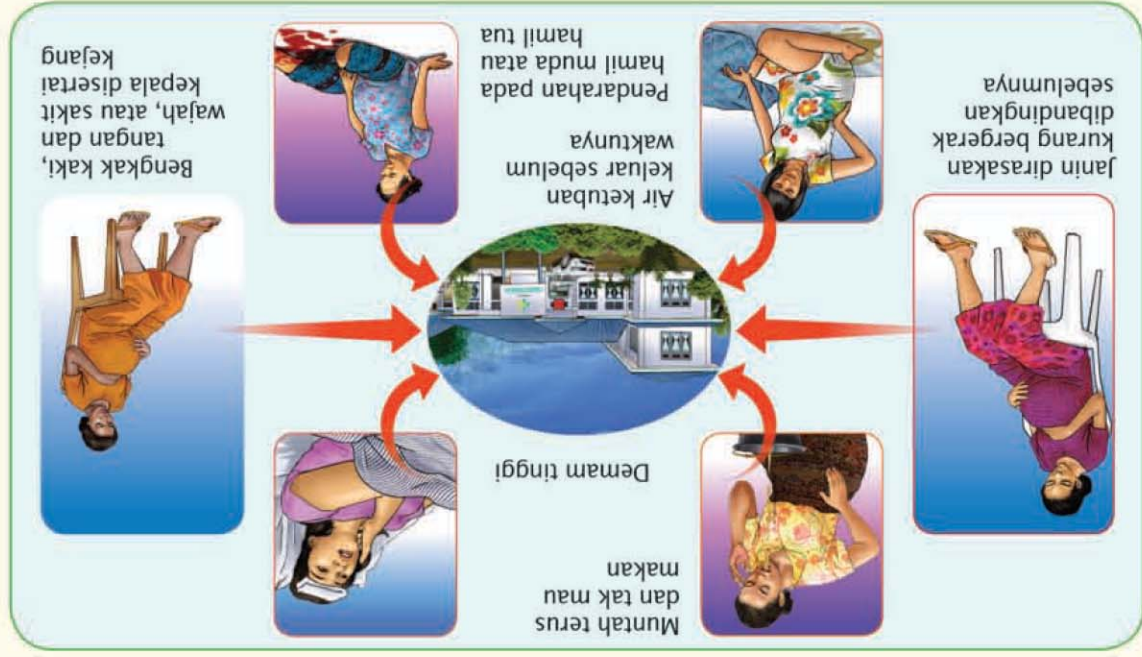
Grafik BB/U mendatar atau menurun memotong garis pertumbuhan dibawahnya atau kenaikan BB kurang dari KBM

Rujuk Bila Berat Badan Anak Tidak Naik (T) atau Dibawah Garis Merah atau Diatas Garis Oranye

Kader kesehatan melakukan plotting hasil penimbangan, penyuluhan kepada ibu dan rujukan ke petugas kesehatan
Tenaga kesehatan memastikan plotting hasil penimbangan dan menataksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak

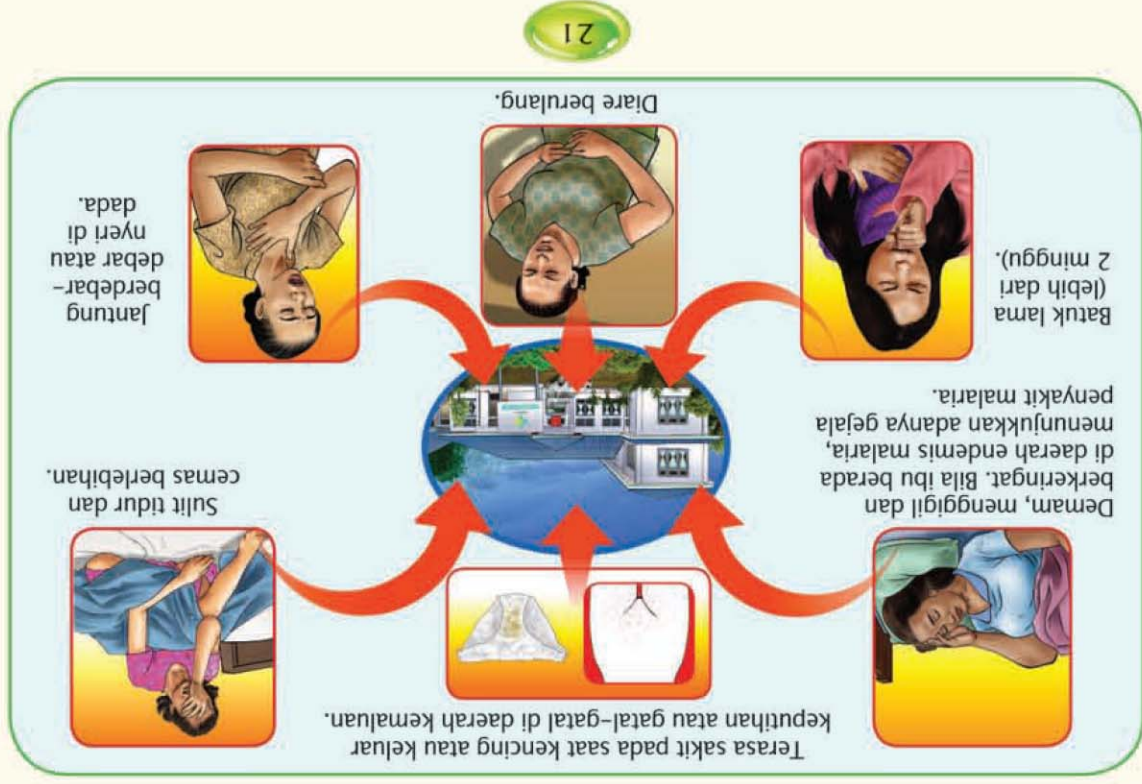
Segera bawa ibu hamil ke puskesmas, rumah sakit, dokter dan bidan bila dijumpai keluhan dan tanda-tanda di bawah ini;

TANDA BAHAYA PADA KEHAMILAN



Apabila mengalami keluhan di bawah ini, segera bawa ibu hamil ke puskesmas, rumah sakit, dokter atau bidan, didampingi suami atau keluarga.

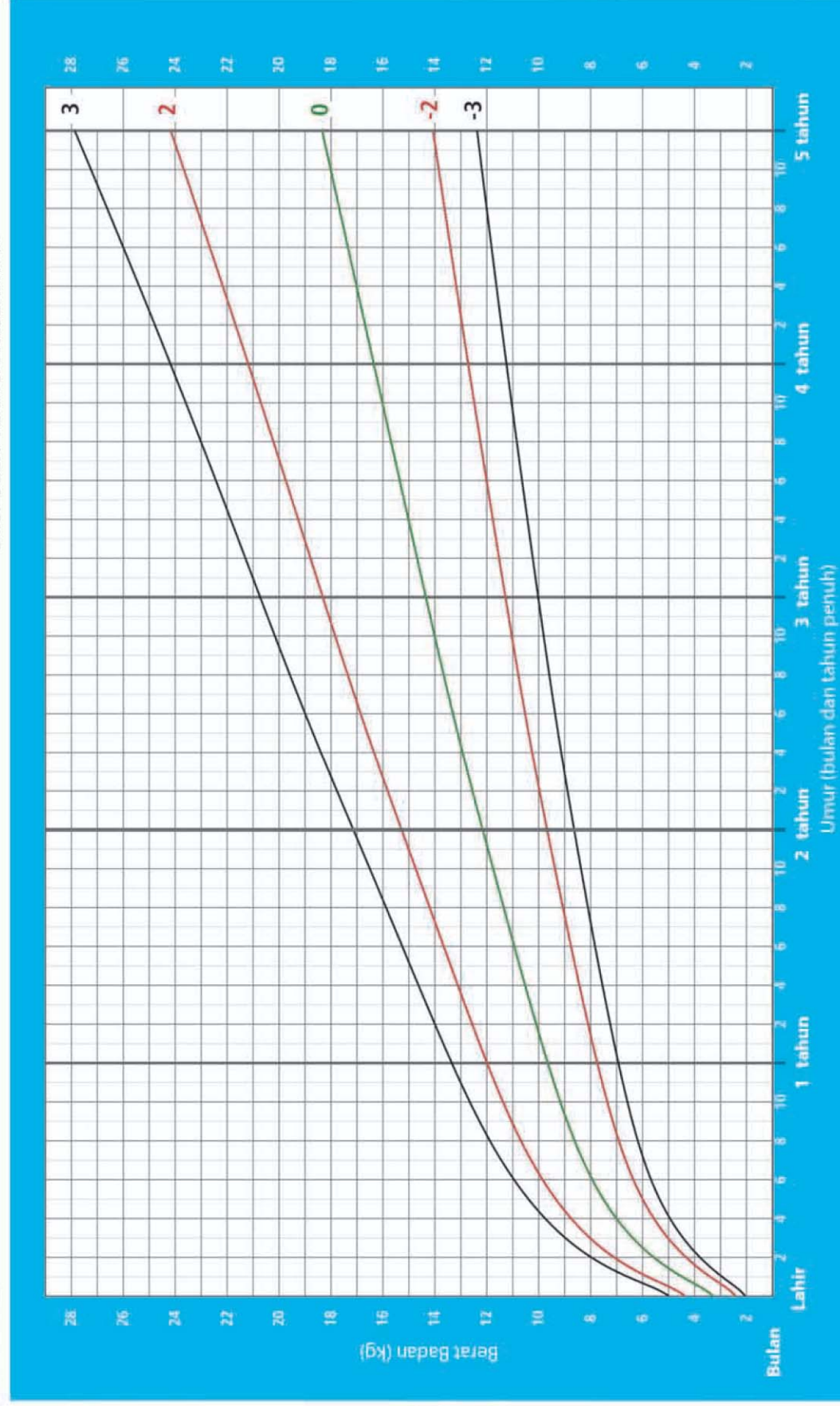
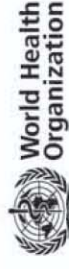
MASALAH LAIN PADA MASA KEHAMILAN:



Grafik Berat Badan Menurut Umur Anak Laki-laki

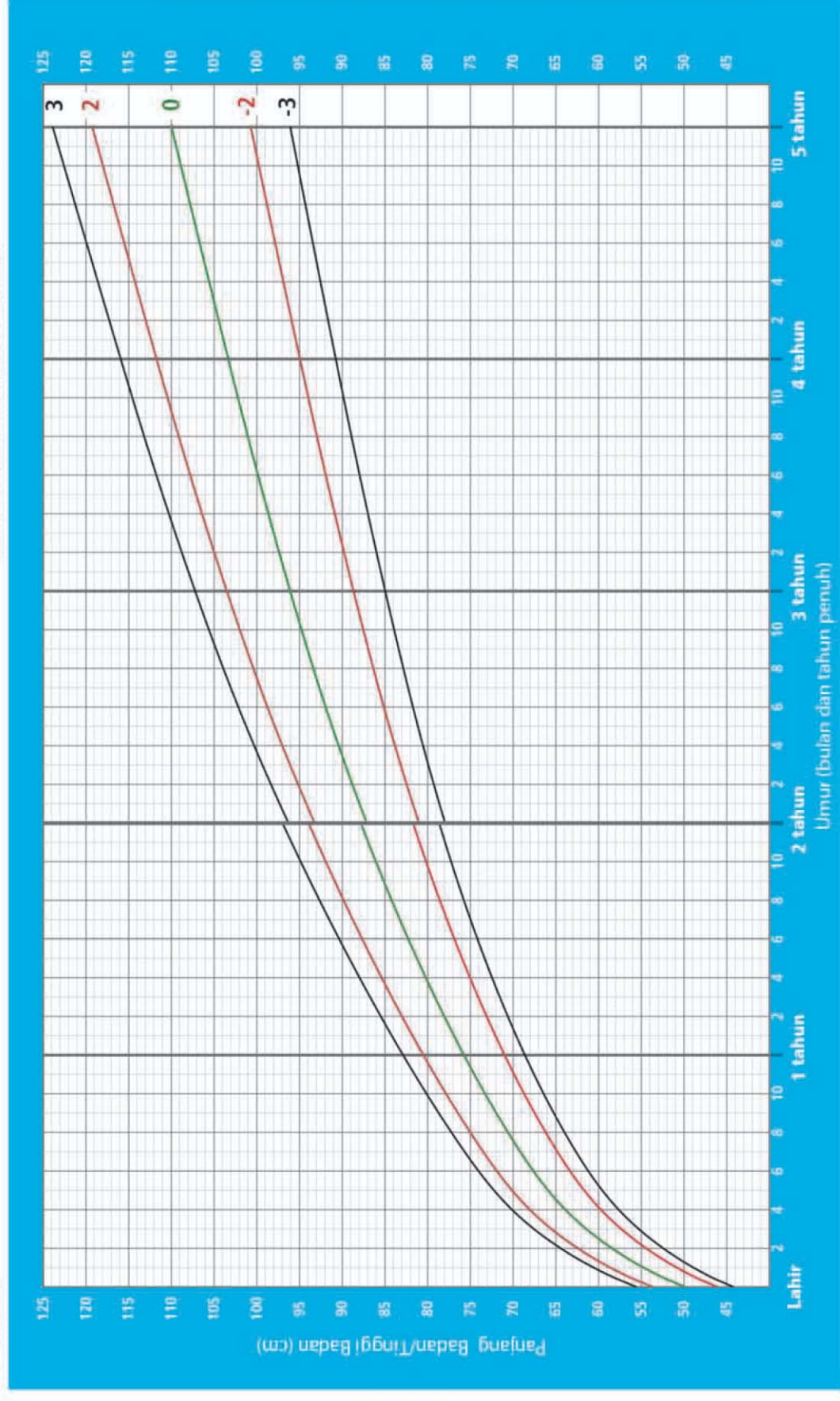
0-5 tahun

DIISI OLEH TENAGA KESEHATAN



Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SDIDTK

Orangtua, kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur



Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SIDDTK

Orangtua, kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur



- ☐ Siapkan lebih dari 1 orang yang memiliki golongan darah yang sama dan bersedia menjadi pendonor jika diperlukan.



- ☐ Suami, keluarga dan masyarakat menyipkan kendaraan jika sewaktu-waktu diperlukan.



- ☐ Pastikan ibu hamil dan keluarga menyepakati amanat persalinan dalam stiker P4K dan sudah ditempelkan di depan rumah ibu hamil.



- ☐ Rencanakan ikut Keluarga Berencana (KB) setelah bersalin. Tanyakan ke petugas kesehatan tentang cara ber-KB.

PERSIAPAN MELAHIRKAN (BERSALIN)



- ☐ Tanyakan kepada bidan dan dokter tanggal perkiraan persalinan.
- ☐ Suami atau keluarga mendampingi ibu saat pemeriksaan kehamilan.



- ☐ Persiapkan tabungan atau dana cadangan untuk biaya persalinan dan biaya lainnya.
- ☐ Siapkan Kartu Jaminan Kesehatan Nasional.
- ☐ Untuk memperoleh Kartu JKN, daftarkan diri anda ke kantor BPJS Kesehatan setempat, atau tanyakan ke petugas Puskesmas.



- ☐ Rencanakan melahirkan ditolong oleh dokter atau bidan di fasilitas kesehatan.



- ☐ Siapkan KTP, Kartu Keluarga, dan keperluan lain untuk ibu dan bayi yang akan dilahirkan.

Keluar lendir bercampur darah dari jalan lahir atau keluar cairan ketuban dari jalan lahir



TANDA AWAL PERSALINAN

Perut mulas-mulas yang teratur, timbulnya semakin sering dan semakin lama



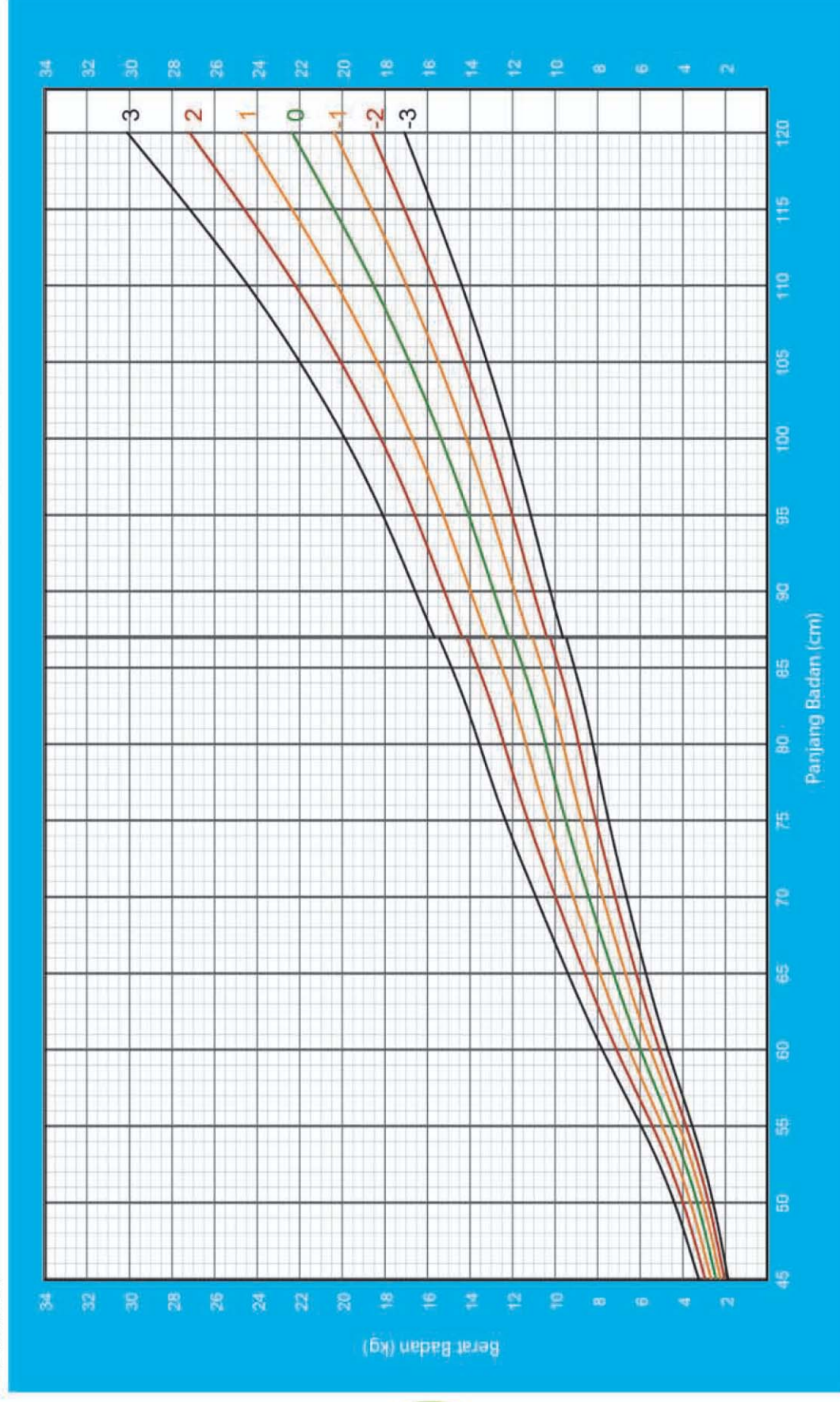
Jika muncul salah satu tanda di atas SEGERA BAWA ibu hamil ke fasilitas kesehatan

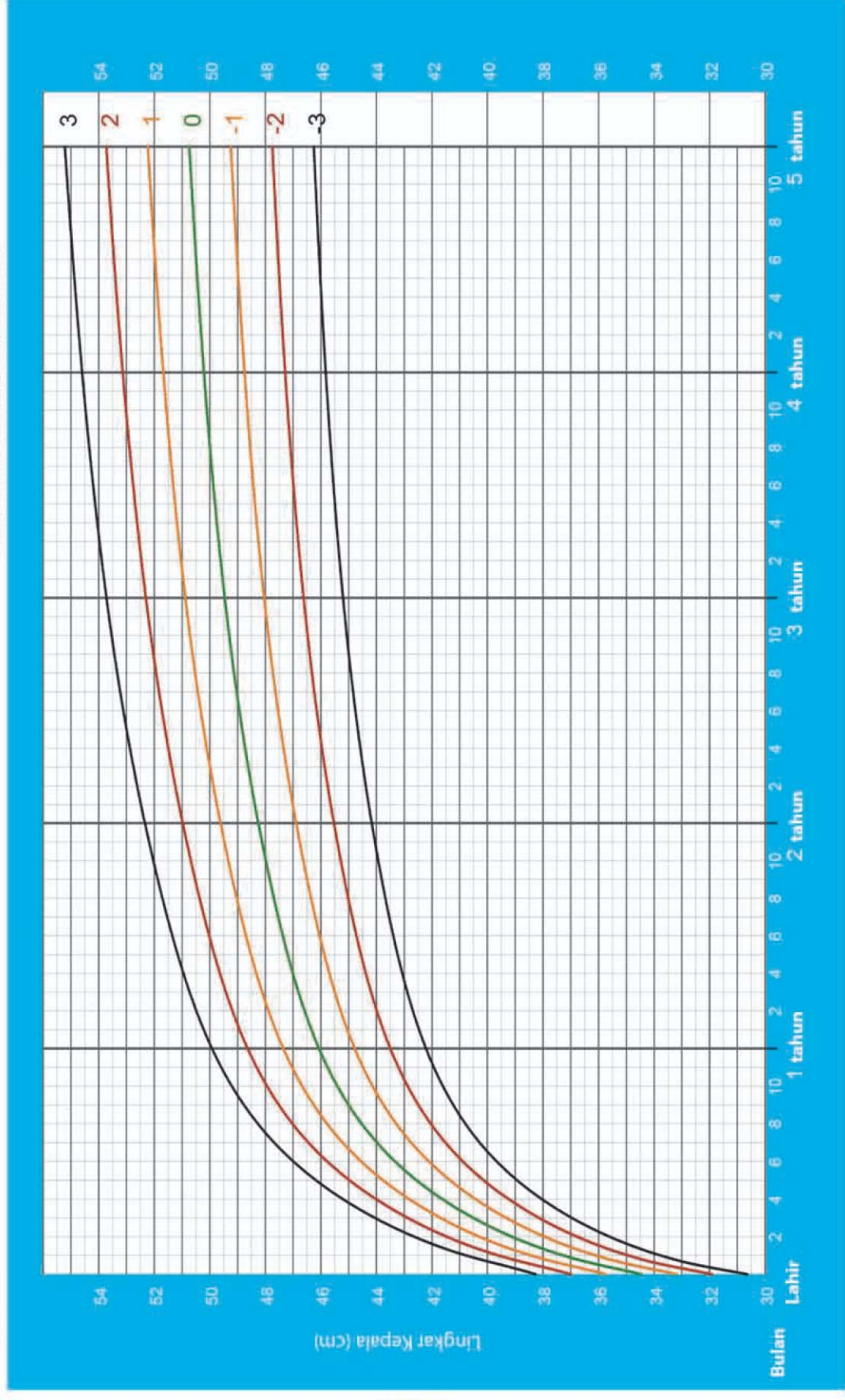


Grafik Berat Badan Menurut Panjang Badan/Tinggi badan Anak Laki-laki

0-5 tahun

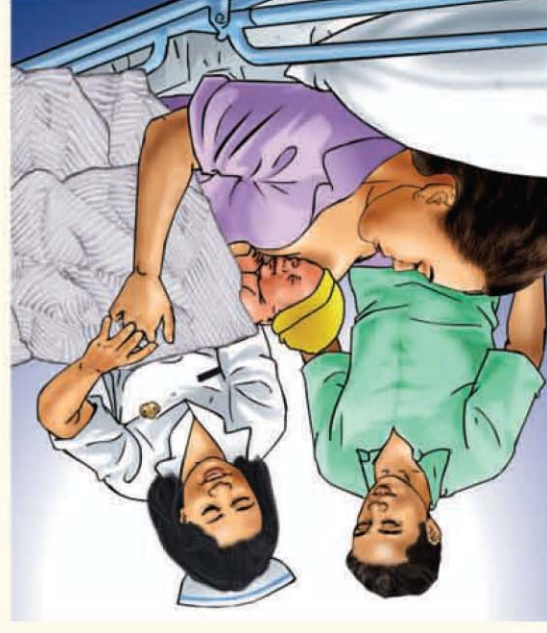
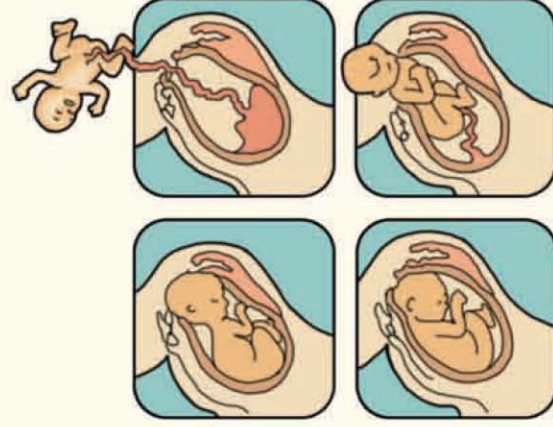
DIISI OLEH TENAGA KESEHATAN





Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SDIDTK

Orangtua, kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur



☐ Tanda-tanda akan bersalin didahului dengan mulas teratur, semakin lama semakin kuat

☐ Kehamilan pertama, biasanya bayi baru lahir setelah 12 jam sejak mulas-mulas. Kehamilan kedua dan berikutnya biasanya bayi lahir lebih cepat dibandingkan anak pertama

☐ Ibu berhak memilih didampingi atau tidak, dan berhak memilih siapa pendampingnya.

☐ Ibu berhak memilih posisi persalinan yang diinginkan, diskusikan dengan petugas posisi yang aman

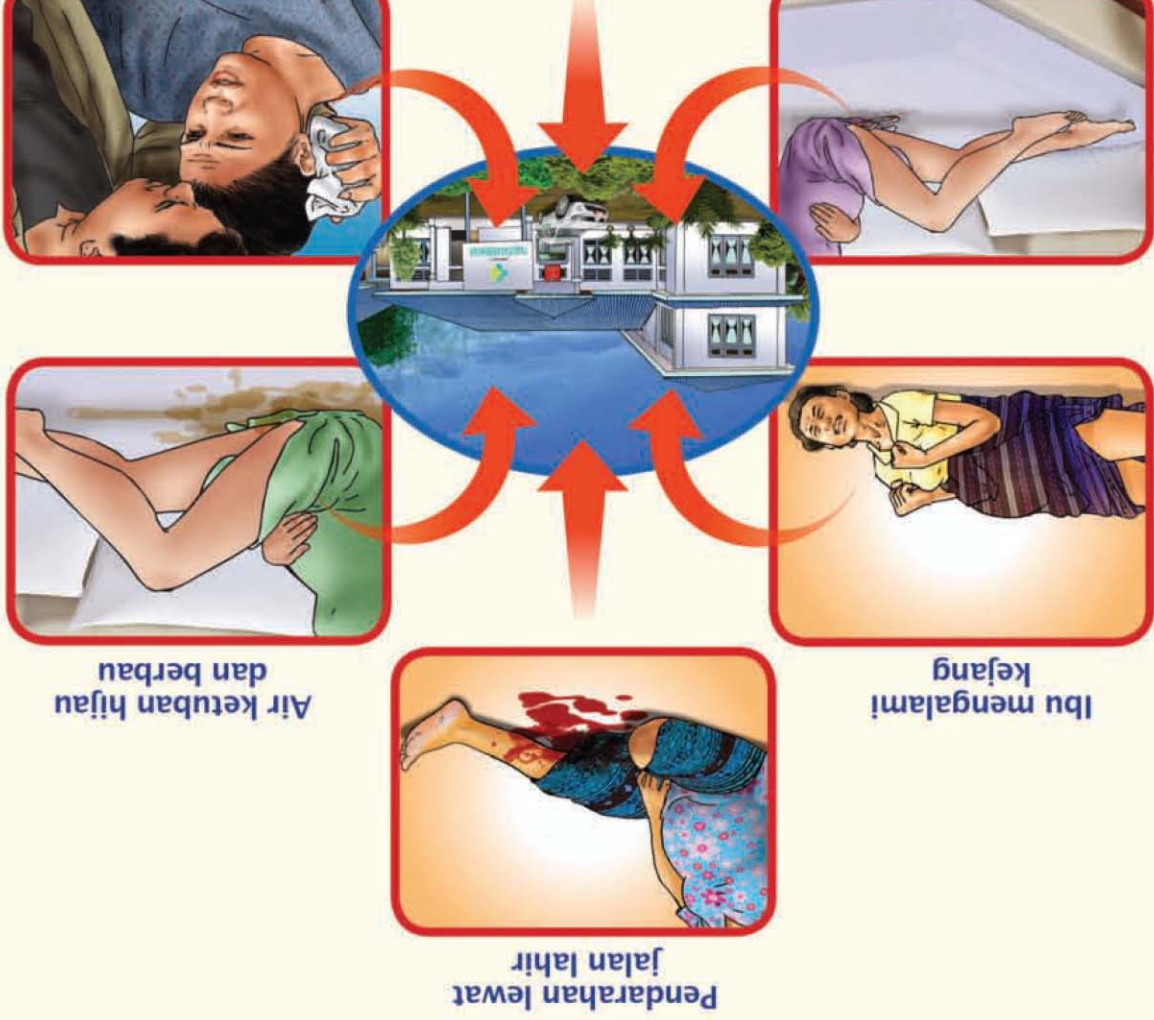
☐ Jika terasa ingin buang air besar, segera beritahu petugas

☐ Untuk mengurangi rasa sakit ketika bersalin, tarik nafas melalui hidung dan keluarkan lewat mulut

☐ Segera setelah bayi lahir, dilakukan Inisiasi Menyusu Dini (IMD) dengan cara kontak kulit ke kulit antara bayi dan ibunya segera dalam waktu 1 jam setelah kelahiran dan berlangsung selama 1 jam.

TANDA BAHAYA PADA PERSALINAN

Jika muncul salah satu tanda bahaya berikut, persalinan harus di Rumah Sakit
PETUGAS KESEHATAN SEGERA MERUJUK IBU KE RUMAH SAKIT

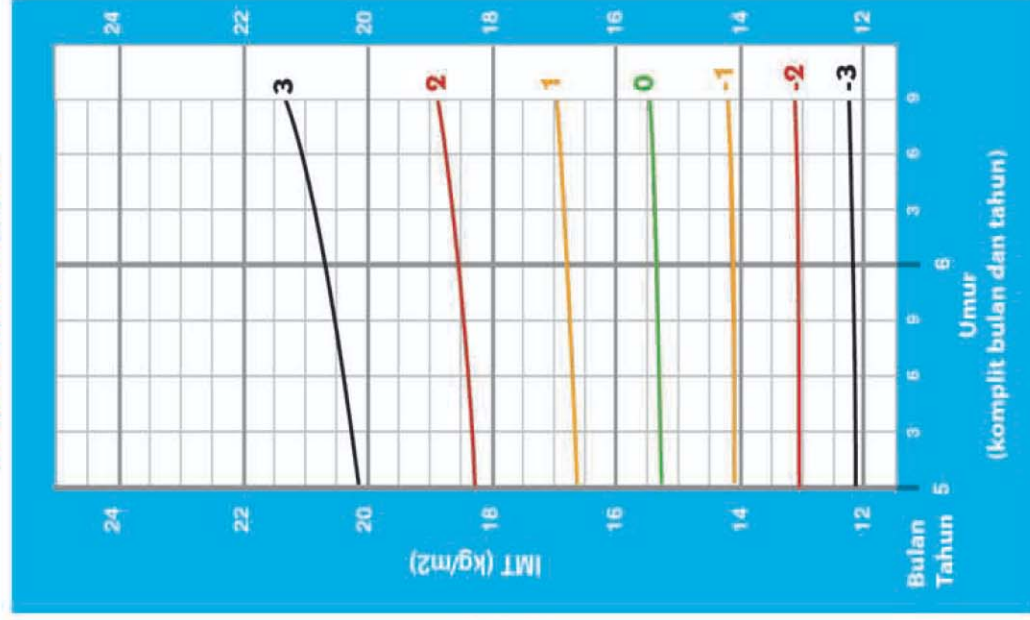


25

GRAFIK INDEKS MASSA TUBUH MENURUT UMUR 5 - 6 TAHUN

DIISI OLEH TENAGA KESEHATAN

ANAK LAKI-LAKI



Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SIDITK
Orangtua, kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur

ANAK PEREMPUAN



MENUJU GIGI SEHAT

Nama: **Umur:**

Pemeriksaan		Jumlah Gigi		Plak		Resiko Gigi Berlubang		
Bulan	Tanggal	Ada	Berlubang	Bersih	kotor	Tinggi	Sedang	Rendah

-  Ada gigi berlubang • ada faktor risiko
 Tidak ada gigi berlubang • ada faktor risiko
 Tidak gigi berlubang • tidak ada faktor risiko

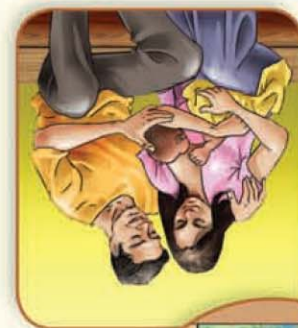
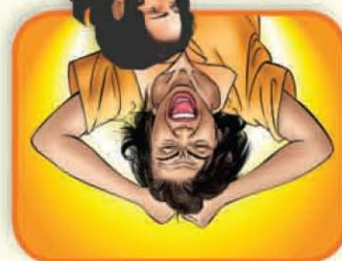
- 🍏 Meminum susu botol saat tidur malam
- 🍏 Mengemil makanan manis di antara waktu makan
- 🍏 Tidak menyikat gigi sebelum tidur
- 🍏 Mengemut makanan

Anak Usia 0-4 bulan

1. Gendong atau pangku anak dengan satu tangan
2. Bersihkan gusi anak secara perlahan dengan kain atau lap basah yang dilingkarkan pada jari telunjuk ibu

Anak Usia 6-12 bulan

1. Bersihkan gusi anak setelah diberi makan menggunakan kain atau lap basah
2. Bila gigi susu mulai muncul, bersihkan giginya dengan sikat gigi anak berbulu halus dengan pasta gigi anak tanpa pasta gigi. Selapis tipis pada permukaan bulu sikat



1. Setelah melahirkan ibu dapat mengalami depresi paska melahirkan atau post partum depression, sebagai berikut:

1. Baby blues terjadi setelah melahirkan dan memuncak dalam beberapa hari hingga 2 minggu
2. Gejala: suasana perasaan tidak stabil, mudah menangis, sulit tidur, mudah cemas dan mudah tersinggung
3. Depresi pasca melahirkan yang terjadi sekitar 4 minggu setelah melahirkan, minimal selama 2 minggu berturut-turut
4. Gejala: merasa sangat sedih, tertekan, sulit konsentrasi, gangguan tidur, tidak selera makan/banyak makan, mudah tersinggung, mudah marah, merasa lelah, tidak bergairah pada aktivitas harian, perasaan bersalah, khawatir tidak dapat menjadi ibu yang baik, pikiran untuk melukai diri/bayinya dan merasa menderita terhadap gejala yang dialami
5. Depresi pasca melahirkan yang terjadi dalam 2 minggu

3. Depresi paska melahirkan yang terjadi dalam 2 minggu paska melahirkan, secepatnya 48-72 jam pertama. Gejala: mudah tersinggung, perubahan perasaan dan perilaku yang tidak sesuai, gangguan tidur, berhalusinasi dan mengalami waham/delus.

Pencegahan

- Ibu hamil dan paska melahirkan dapat mengenali dan memahami tanda-tanda atau gejala-gejala masalah kesehatan jiwa
- Pada saat hamil, kontrol dengan teratur ke bidan atau dokter sesuai jadwal
- Mengonsumsi makanan sehat dan bergizi termasuk vitamin
- Deteksi dini faktor risiko pada ibu hamil atau paska melahirkan
- Dukungan dan perhatian dari suami, keluarga dan teman selama masa kehamilan dan paska melahirkan

Penanganan

- Dukungan keluarga terutama suami tidak hanya bayinya saja yang diperhatikan
- Ada yang membantu mengasuh bayinya
- Mengajak bicara mengenai perasaannya
- Program kunjungan rumah oleh tenaga Puskesmas
- Melakukan konseling oleh tenaga kesehatan Terapi dengan obat-obatan

PERAWATAN IBU NIFAS

1. Perawatan ibu nifas mulai 6 jam sampai 42 hari pasca bersalin oleh tenaga kesehatan minimal 4 kali kunjungan nifas).



- ☐ Pertama: 6 jam – 2 hari setelah persalinan
☐ Kedua: 3 – 7 hari setelah persalinan
☐ Ketiga: 8 – 28 hari setelah persalinan
☐ Keempat 29–42 hari setelah persalinan

2. Pelayanan kesehatan ibu nifas meliputi:

- ☐ Menanyakan kondisi ibu nifas secara umum
☐ Pengukuran tekanan darah, suhu tubuh, pernapasan, dan nadi
☐ Pemeriksaan lokhia dan perdarahan
☐ Pemeriksaan kondisi jalan lahir dan tanda infeksi
☐ Pemeriksaan kontraksi rahim dan tinggi fundus uteri
☐ Pemeriksaan payudara dan anjuran pemberian ASI Eksklusif
☐ Pemberian kapsul vitamin A (2 kapsul)
☐ Pelayanan kontrasepsi Pasca Persalinan
☐ Konseling.
☐ Tatalaksana pada ibu nifas sakit atau ibu nifas dengan komplikasi.
☐ Memberikan nasihat yaitu:

1. Makan makanan yang beraneka ragam mengandung karbohidrat, protein hewani, protein nabati, sayur, dan buah-buahan.

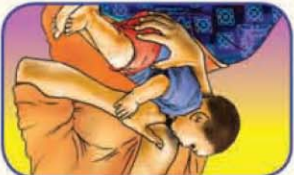
2. Kebutuhan air minum pada ibu menyusui pada 6 bulan pertama adalah 14 gelas sehari dan pada 6 bulan kedua adalah 12 gelas sehari.

3. Menjaga kebersihan diri, termasuk kebersihan daerah kemaluan, ganti pembalut sesering mungkin.
 4. Istirahat cukup, saat bayi tidur ibu istirahat
 5. Melakukan aktivitas fisik pasca melahirkan dengan intensitas ringan sampai sedang selama 30 menit, frekuensi 3 – 5 kali dalam seminggu

6. Bagi ibu yang melahirkan dengan cara operasi caesar maka harus menjaga kebersihan luka bekas operasi. Latihan fisik dapat dilakukan setelah 3 (tiga) bulan pasca melahirkan.
 7. Cara menyusui yang benar dan hanya memberi ASI saja selama 6 bulan.

8. Perawatan bayi yang benar.
 9. Jangan membiarkan bayi menangis terlalu lama, karena akan membuat bayi stress.

10. Lakukan stimulasi komunikasi dengan bayi sedini mungkin bersama suami dan keluarga
 11. Untuk berkonsultasi kepada tenaga kesehatan untuk pelayanan KB setelah persalinan.



RINGKASAN PELAYANAN MTBS

Tanggal. Puskesmas	Catatan	Tanggal Kembali

Status tumbuh kembang anak pada saat pemeriksaan, sesuai hasil plotting pada lembar kurva pertumbuhan dan hasil pelayanan SDIDTK

Tanggal. Pemeriksaan, Stamp, Paraf	Keluhan, Pemeriksaan, Tindakan	Tanggal Kembali
Status tumbuh kembang anak pada saat pemeriksaan, sesuai hasil plotting pada lembar kurva pertumbuhan dan hasil pelayanan SDIDTK		

HAL-HAL YANG HARUS DIHINDARI OLEH IBU BERSALIN DAN SELAMA NIFAS



Memuang ASI yang pertama keluar (kolostrum) karena sangat berguna untuk kekebalan tubuh anak



Membersihkan payudara dengan alkohol/povidon iodine/obat merah atau sabun karena bisa terminum oleh bayi



Mengikat perut terlalu kencang



Latihan fisik dengan posisi telungkup



Menempelkan daun-daunan pada kemaluan karena akan menimbulkan infeksi

TANDA BAHAYA PADA IBU NIFAS

Segera bawa ibu nifas ke fasilitas kesehatan bila ditemukan salah satu tanda bahaya di bawah ini



Pendarahan lewat jalan lahir



Demam lebih dari 2 hari



Ibu terlihat sedih, murung dan menangis tanpa sebab (depresi)



Bengkak di wajah, tangan dan kaki, atau sakit kepala dan kejang-kejang



Payudara bengkak, merah disertai rasa sakit



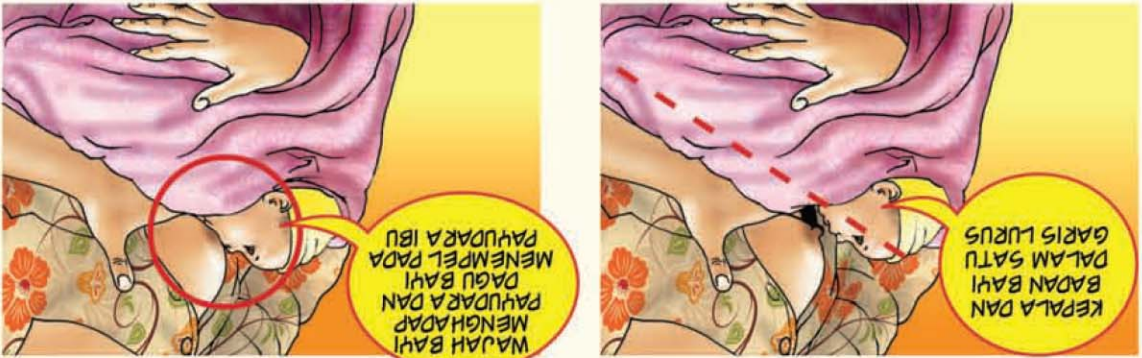
Keluar cairan berbau dari jalan lahir

MENYUSUI BAYI bermanfaat untuk pemulihan rahim, kesehatan payudara & ASI adalah gizi terbaik bagi bayi

Cara menyusui yang benar: ☐

- Menyusui sesering mungkin/semau bayi (8-12 kali sehari atau lebih).
- Bila bayi tidur lebih dari 3 jam, bangunkan, lalu susui
- Susui sampai payudara terasa kosong, lalu pindah ke payudara sisi yang lain
- Apabila bayi sudah kenyang, tetapi payudara masih terasa penuh/kenyang, maka payudara perlu diperah, ASI disimpan. Hal ini bertujuan mencegah mastitis dan menjaga pasokan ASI

Posisi dan pelekatan menyusui yang benar ☐

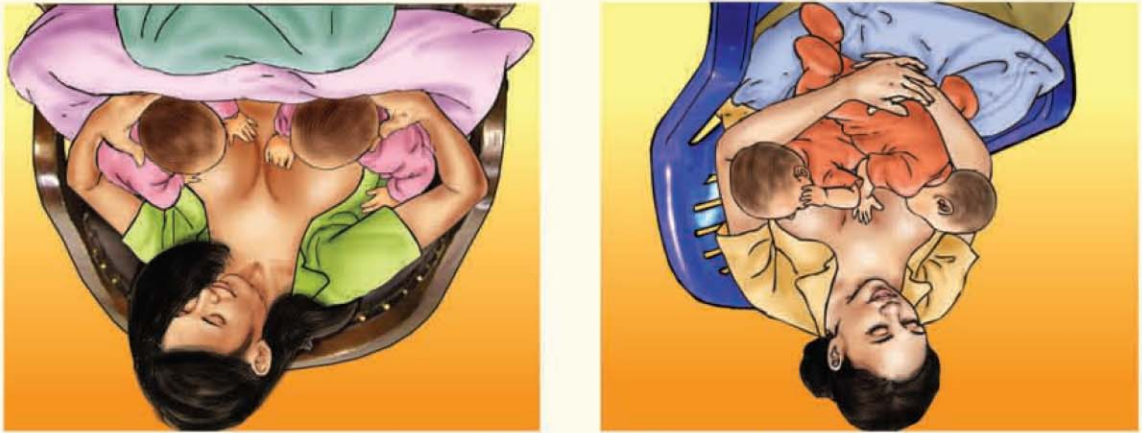


POSISI

PELEKATAN

- Kepala dan badan bayi membentuk garis lurus
- Wajah bayi menghadap payudara, hidung berhadapan dengan puting susu
- Badan bayi dekat ke tubuh ibu
- Ibu menggendong/mendekap badan bayi secara utuh
- Bayi dekat dengan payudara dengan mulut terbuka lebar
- Dagu bayi menyentuh payudara
- Bagian areola di atas lebih banyak terlihat dibanding di bawah mulut bayi
- Bibir bawah bayi memutar keluar (dower)

Posisi Menyusui Bayi Kembar: ☐



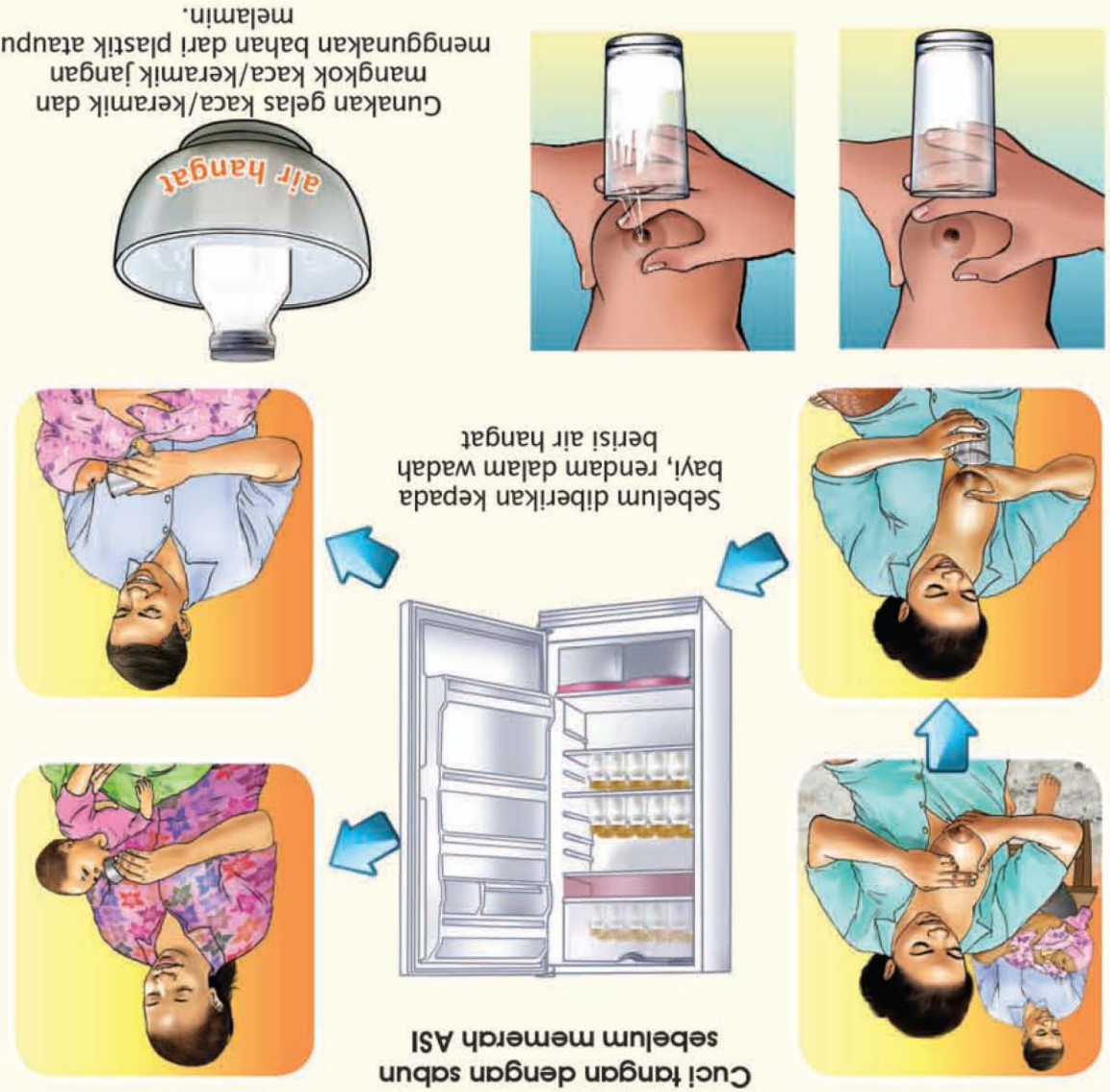
RINGKASAN PELAYANAN DOKER

Tanggal, Pemeriksa, Stamp, Paraf	Keluhan, Pemeriksaan, Tindakan	Tanggal Kembali

Status tumbuh kembang anak pada saat pemeriksaan, sesuai hasil plotting pada lembar kurva pertumbuhan dan hasil pelayanan SDIDTK

Tanggal. Pemeriksaan, Stamp, Paraf	Keluhan, Pemeriksaan, Tindakan	Tanggal Kembali
Status tumbuh kembang anak pada saat pemeriksaan, sesuai hasil plotting pada lembar kurva pertumbuhan dan hasil pelayanan SDIDTK		

CARA MEMERAH DAN MENYIMPAN ASI



Penyimpanan ASI Perah (ASIP)

Tempat Penyimpanan	Suhu	Lama Penyimpanan
ASI baru diperah disimpan dalam cooler bag	15 oC	24 jam
Dalam Ruangan (ASIP Segar)	27oC s/d 32 oC	4 jam
	< 25 oC	6 – 8 jam
Kulkas	< 4 oC	48-72 jam (2-3 hari)
Freezer pada lemari es 1 pintu	-15 oC s/d 0 oC	2 minggu
Freezer pada lemari es 2 pintu	-20 oC s/d -18 oC	3 – 6 bulan

Catatan: Simpan ASI Perah sebanyak 15-60ml per wadah untuk menghindari ASI perah teruang karena tidak habis diminum oleh bayi.

PORSI MAKAN DAN MINUM IBU MENYUSUI UNTUK KEBUTUHAN SEHARI

Bahan Makanan	Ibu Menyusui (0 - 12 bulan)	Keterangan
---------------	-----------------------------	------------

Nasi atau Makanan Pokok	6 porsi	1 porsi = 100 gr atau 3/4 gelas nasi
-------------------------	---------	--------------------------------------

Protein hewani seperti: ikan, telur, ayam, dan lainnya	4 porsi	1 porsi = 50 gr atau 1 potong sedang ikan 1 porsi = 55 gr atau 1 butir telur Ayam
--	---------	--

Protein nabati seperti: tempe, tahu, dan lainnya	4 porsi	1 porsi = 50 gr atau 1 potong sedang tempe 1 porsi = 100 gr atau 2 potong sedang tahu
--	---------	--

Sayur-sayuran	4 porsi	1 porsi = 100 gr atau 1 mangkuk sayur matang tanpa kuah
---------------	---------	---

Buah-buahan	4 porsi	1 porsi = 100 gr atau 1 potong sedang pisang 1 porsi = 100-190 gr atau 1 potong besar pepaya
-------------	---------	---

Minyak/lemak	6 porsi	1 porsi = 5 gr atau 1 sendok teh bersumber dari dalam pengolahan makanan seperti: santan yang digunakan digoreng, ditumis atau dimasak dengan santan
--------------	---------	--

Gula	2 porsi	1 porsi = 10 gr atau 1 sendok makan bersumber dari kue-kue manis, minum teh manis dan lain-lainnya
------	---------	--

Minum Air Putih: 14 gelas/ hari di 6 bulan pertama dan 12 gelas/ hari pada 6 bulan kedua

Catatan:

Konsultasikan porsi makan kepada tenaga kesehatan, perhatikan Indeks Masa Tubuh

RUJUKAN

RUJUKAN

Tanggal/bulan/tahun : / / Jam:
 Dirujuk ke :
 Sebab dirujuk :
 Diagnosis sementara :
 Tindakan sementara :

Yang merujuk

UMPAN BALIK RUJUKAN

Diagnosis :
 Tindakan :
 Anjuran :
 Tanggal :

Penerima Rujukan

RUJUKAN

Tanggal/bulan/tahun : / / Jam:
 Dirujuk ke :
 Sebab dirujuk :
 Diagnosis sementara :
 Tindakan sementara :

Yang merujuk

UMPAN BALIK RUJUKAN

Diagnosis :
 Tindakan :
 Anjuran :
 Tanggal :

Penerima Rujukan

IBU, AYAH, KELUARGA IKUT KELAS IBU BALITA

Manfaat bagi Ibu dan Keluarga:

- Memperoleh informasi penting terkait bagaimana melakukan pola asuh sesuai tahapan usia anak.
- Memperoleh informasi penting tentang tumbuh kembang, imunisasi, gizi, perawatan bayi, dan anak balita serta penyakit yg sering ditemukan.
- Mendapat teman berdiskusi, tukar pendapat, tukar pengalaman akan pemenuhan pelayanan kesehatan, gizi dan stimulasi pertumbuhan dan perkembangan.



Tanyakan petugas kesehatan tempat dan jadwal kelas, centang (tanda ✓ rumput) setiap mengikuti kelas ibu balita:

1. Kelompok bayi usia 0 – 1 tahun

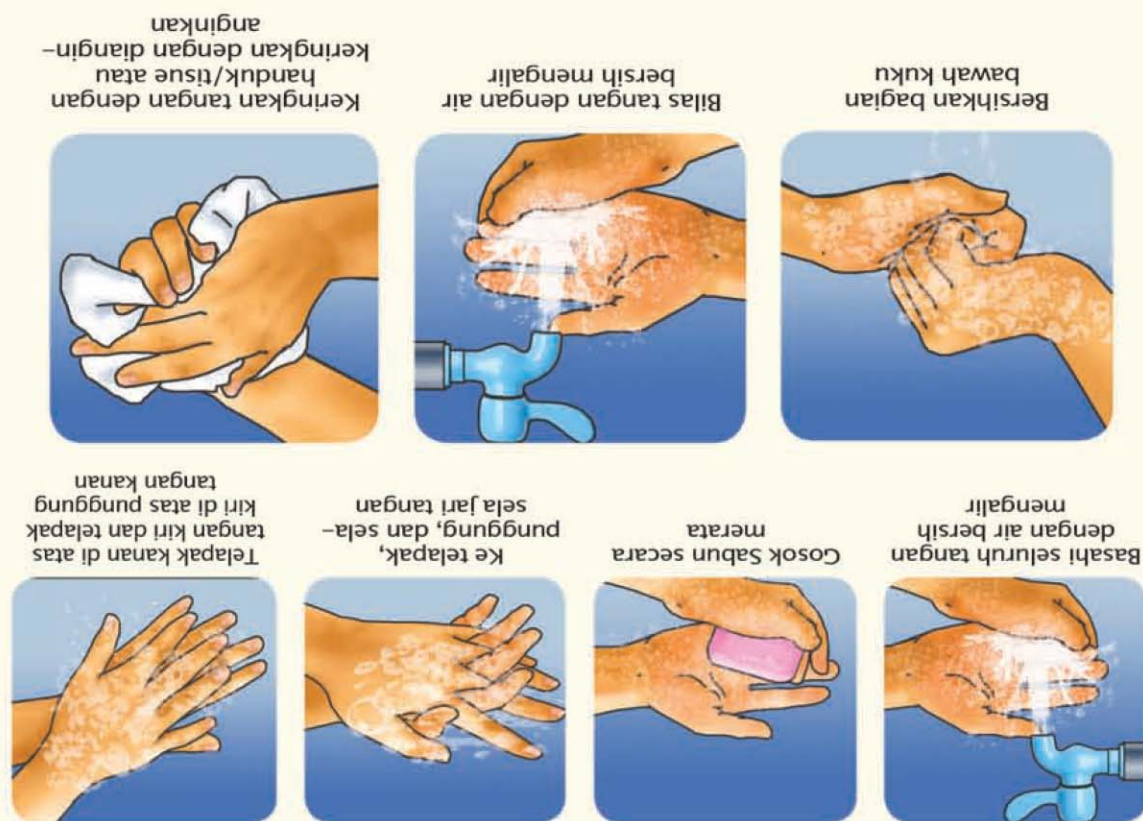
- ☐ Modul 1: Pemberian ASI
- ☐ Modul 2: Pemberian Imunisasi
- ☐ Modul 3: Pemberian MP-ASI usia 6 – 12 bulan
- ☐ Modul 4: Tumbuh kembang bayi
- ☐ Modul 5: Penyakit terbanyak pada bayi

2. Kelompok Anak usia 1 – 2 tahun

- ☐ Modul 1: Merawat gigi anak
- ☐ Modul 2: MP-ASI untuk anak umur 1-2 tahun
- ☐ Modul 3: Tumbuh Kembang Anak umur 1-2 tahun
- ☐ Modul 4: Penyakit pada anak
- ☐ Modul 5: Permainan Anak
- ☐ Modul 6: Stimulasi Pijat

3. Kelompok Anak usia 2 – 5 tahun

- ☐ Modul 1: Tumbuh Kembang Anak
- ☐ Modul 2: Pencegahan kecelakaan
- ☐ Modul 3: Gizi seimbang
- ☐ Modul 4: Penyakit pada anak
- ☐ Modul 5: Obat pertolongan pertama
- ☐ Modul 6: Perilaku Hidup Bersih dan Sehat



Biasakan cuci tangan pakai sabun dengan air mengalir

CARA CUCI TANGAN YANG BENAR

1. Kuman penyakit sangat mudah ditularkan melalui tangan. Pada saat makan kuman dengan cepat masuk ke dalam tubuh, yang bisa menimbulkan penyakit
2. Tangan kadang terlihat bersih secara kasat mata namun tetap mengandung kuman
3. Sabun dapat membersihkan kotoran dan merontokkan kuman. Tanpa sabun, kotoran dan kuman tertinggal di tangan

Pentingnya mencuci tangan dengan air bersih dan sabun karena:



1. Setelah buang air
2. Sebelum memegang dan menyusui bayi
3. Setelah menceboki bayi atau anak
4. Sebelum makan dan menyapi anak
5. Sebelum memegang makanan dan setelah makan
6. Setelah bersin/ batuk
7. Setiap kali tangan kotor: mengetik, memegang uang, hewan/ binatang, berkebun

Kapan saja harus mencuci tangan:

CUCI TANGAN PAKAI SABUN

KB Paska Persalinan adalah pemanfaatan alat kontrasepsi langsung sesudah melahirkan sampai 6 minggu/42 hari sesudah melahirkan. Prinsip pemilihan metode kontrasepsi yang digunakan tidak mengganggu produksi ASI dan sesuai dengan kondisi ibu.

Mengapa perlu ikut ber KB? ☐

- Mengatur jarak dan mencegah kehamilan agar tidak terlalu dekat (minimal 2 tahun setelah melahirkan).
- Mengatur jumlah anak agar ibu tidak terlalu sering melahirkan (sebaiknya tidak lebih dari tiga)
- Mencegah kehamilan yang tidak diinginkan
- Menjaga dan meningkatkan kesehatan ibu, bayi dan balita.
- Ibu memiliki waktu dan perhatian yang cukup untuk dirinya sendiri, anak dan keluarga

Metode kontrasepsi jangka panjang: ☐

- Metode Operasi Wanita (MOW), metode Operasi Pria (MOP)
- Alat Kontrasepsi Dalam Rahim (AKDR)/spiral, jangka waktu penggunaan bisa sampai 10 tahun.
- Implan (alat kontrasepsi bawah kulit), jangka waktu penggunaan 3 tahun.

Non Metode Kontrasepsi Jangka Panjang: ☐

- Kontrasepsi suntik 3 bulan diberikan setelah 6 minggu pascapersalinan. Untuk ibu menyusui, tidak disarankan menggunakan suntikan 1 bulan, karena akan mengganggu produksi ASI
- Pil KB.
- Kondom

Metode Kontrasepsi Jangka Panjang

Panjang

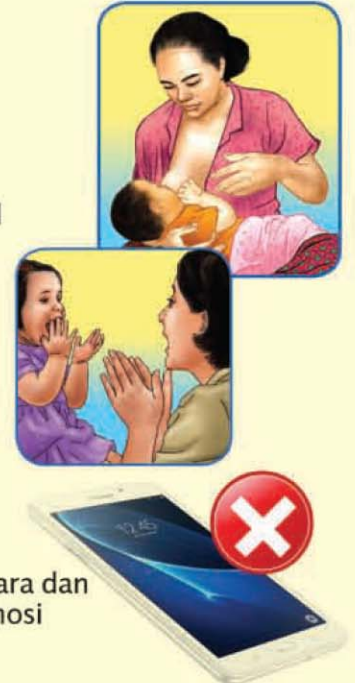
Non Metode Kontrasepsi Jangka



Tanyakan kepada bidan/ perawat/ dokter untuk penjelasan lebih lanjut terkait Keluarga Berencana

POLA ASUH BAYI BARU LAHIR SAMPAI USIA 1,5 TAHUN

- Pengasuhan anak yang dilakukan dengan penuh kasih sayang, akan menimbulkan rasa aman, bahagia dan percaya
- Tangisan menunjukkan bahwa bayi membutuhkan bantuan. Jangan biarkan bayi menangis lama karena akan membuat stres
- Berikan ASI dengan penuh kasih sayang, dekaplah anak dengan hangat dan jalinlah hubungan kasih sayang sambil menatap dan mengajak bicara bayi. Perasaan yang tidak menyenangkan pada ibu akan dirasakan oleh bayi dan berdampak rasa tidak nyaman pada saat menyusui.
- Ajak anak bermain menggunakan permainan yang menstimulasi fisik, motorik dan kemampuan berpikir.
- Bayi usia 4–12 bulan perlu tidur 12–16 jam sehari (termasuk tidur siang)
- Bayi/Anak berusia <18 bulan tidak menggunakan gawai kecuali dalam bentuk video-chatting (video-call) dengan didampingi orangtua.
- Penggunaan gawai berlebih berdampak keterlambatan bicara dan bahasa, kurangnya interaksi, gampang marah/ ledakan emosi (tantrum), gangguan kognitif (kurangnya kecerdasan).



POLA ASUH ANAK USIA 1,5 TAHUN SAMPAI 3 TAHUN

- Selalu menghargai dan mengakui kemampuan anak
- Mendorong anak bergerak bebas, hindari larangan-larangan yang tidak perlu, namun orang tua harus melindunginya dari bahaya
- Mengajak anak bermain dan berbicara dengan kalimat pendek-pendek yang penuh arti
- Mendorong anak bermain dengan anak lain
- Melatih sopan santun dan disiplin secara sederhana
- Memberi anak permainan yang sederhana.
- Anak 1–2 tahun perlu tidur 11–14 jam sehari (termasuk tidur siang)
- Penggunaan gawai pada anak berusia 18–24 bulan:
 - Hanya memilih konten program yang berkualitas untuk anak, batasi tidak lebih dari 1 jam per hari
 - Hendaknya dimainkan bersama orangtua sehingga anak dapat mengetahui cara terbaik untuk menggunakannya
 - Hindarkan anak menggunakan gawai sendirian tanpa pendampingan orangtua



Bawa anak ke Posyandu/ Fasilitas Kesehatan setiap bulan untuk memantau pertumbuhan, perkembangan (sesuai jadwal), pelayanan imunisasi, vitamin A dan obat cacing.



PERAWATAN BAYI BARU LAHIR 0-28 HARI (NEONATUS)

a. Cara memberikan ASI

- ☐ Inisiasi menyusui dini (IMD), segera setelah lahir bayi diletakkan di dada ibu untuk mendapatkan puting
- ☐ Ibu menyusui ASI yang pertama keluar dan berwarna kekuningan (kolostrum)
- ☐ Tidak memberikan makanan/minuman selain ASI



- ☐ Susui bayi sesering mungkin/ 8-12 kali, dan setiap bayi menginginkan
- ☐ Normalnya bayi menyusui antara 5-30 menit
- ☐ Jika bayi tidur lebih dari 3 jam, bangunkan lalu susui
- ☐ Susui sampai payudara terasa kosong, lalu pindah ke payudara sisi lainnya
- ☐ Susui anak dalam kondisi menyenangkan, nyaman dan penuh perhatian
- ☐ Dukungan suami dan keluarga sangat penting dalam keberhasilan ASI Eksklusif

b. Cara menjaga bayi tetap hangat

- ☐ Mandikan bayi dengan air hangat 6 jam setelah lahir dengan syarat kondisi stabil.

- ☐ Sebelum tali pusat lepas, mandikan bayi dengan dilap
- ☐ Setelah tali pusat lepas, bayi dapat dimandikan dengan dimasukkan ke dalam air. Hati-hati agar kepala tidak terendam
- ☐ Bersihkan kemaluan bayi dari depan ke belakang dengan kapas yang dibasahi air bersih atau handuk bersih basah

- ☐ Beri pakaian dan selimuti setiap saat
- ☐ Pakaikan topi, kaos kaki, kaos tangan jika dirasakan cuaca dingin
- ☐ Segera ganti baju dan popok jika basah
- ☐ Lakukan perawatan metode kanguru jika berat < 2500 gram
- ☐ Bidan/ Perawat/Dokter menjelaskan perawatan metode kanguru
- ☐ Usahakan bayi berada dalam lingkungan udara sejuk
- ☐ Jika menggunakan kipas angin, usahakan agar arah angin tidak langsung mengenai bayi
- ☐ Suhu AC sekitar 25 - 26 °C

c. Cara merawat tali pusat

- ☐ Cuci tangan dengan sabun dan air mengalir sebelum dan sesudah memegang bayi
- ☐ Jangan memberikan apapun pada tali pusat
- ☐ Rawat tali pusat terbuka dan kering
- ☐ Jika kotor/ basah, cuci dengan air bersih dan sabun, lalu keringkan

PERAWATAN METODE KANGURU UNTUK BAYI KECIL ☐

Bayi kecil atau bayi prematur (< 37mg), bayi berat lahir rendah (< 2500 gram) akan mendapatkan perawatan di fasilitas kesehatan sampai stabil untuk diperbolehkan pulang ke rumah. Perawatan metode kanguru disarankan untuk bayi kecil karena menjaga kehangatan dan meningkatkan asupan ASI. Ibu/ keluarga yang memiliki bayi kecil untuk meminta penjelasan dari tenaga kesehatan.



Posisi bayi pada perawatan metode kanguru



Bayi pada perawatan metode kanguru



Tidur dan istirahat pada perawatan metode kanguru

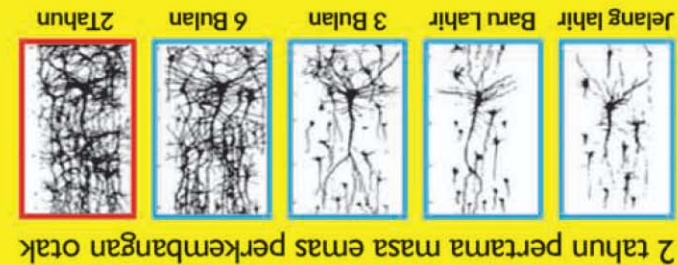


Ayah dapat bergantian untuk perawatan metode kanguru



Perawatan metode kanguru saat ibu beraktivitas

Penunji Hak Kesehatan Anak, berikan kasih sayang, ASI eksklusif, gizi seimbang, stimulasi perkembangan, imunisasi, vitamin A dan pelayanan kesehatan lainnya



TERMA KASIH
KELUARGA TERKASIH
Ibu Hamil, Bersalin, Nifas Sehat Selamat



KONDISI BAYI BARU LAHIR 0-28 HARI (NEONATUS)

- Selalu cuci tangan anda dengan sabun dan air mengalir sebelum dan setelah merawat bayi.
- Berikan ASI saja sampai bayi berusia 6 bulan



Pantau kondisi bayi baru lahir setiap saat

- ☐ Pola tidur
 - Pola tidur bayi sampai dengan 16 jam dalam sehari
 - Sebaiknya bayi tidur terlentang
 - Gunakan alas yang rata
 - Jauhkan benda yang dapat menutupi kepala
 - Gunakan kelambu
- ☐ Pola BAB (Buang Air Besar)
 - BAB pertama paling telat 48 jam setelah lahir
 - Warna BAB berubah dari hitam pekat, hijau, dan kekuningan mulai hari kelima
 - Bayi BAB 3-4 kali per hari
 - Ibu, pengasuh, keluarga harus waspada jika ada perubahan bentuk tinja dan frekuensi BAB
- ☐ Pola BAK (Buang Air Kecil)
 - BAK pertama dalam 24 jam
 - BAK normal jernih 5-6 kali per hari



- ☐ Kenaikan berat badan bayi
 - Dalam minggu pertama, berat bayi mungkin turun dahulu baru kemudian naik kembali dan pada usia 7-10 hari umumnya telah mencapai berat lahirnya
 - Penurunan berat badan maksimal untuk bayi baru lahir cukup bulan maksimal 10% dan untuk bayi kurang bulan maksimal 15%

Agar kondisi bayi baru lahir (neonatus) tetap sehat dan optimal maka mendapatkan pemeriksaan dan pelayanan yang dilakukan oleh dokter/bidan/perawat pada:

- ☐ 0 - 6 jam setelah lahir
- ☐ 6 - 48 jam setelah lahir (KN 1)
- ☐ Hari 3 - 7 setelah lahir (KN 2)
- ☐ Hari 8 - 28 setelah lahir (KN 3)



Tanyakan kepada Dokter/Bidan/Perawat untuk penjelasan lebih lanjut terkait perawatan bayi baru lahir

PEMANTAUAN KESEHATAN BAYI BARU LAHIR 0-28 HARI (NEONATUS)

Sejak bayi lahir sampai usia 28 hari, ibu dan keluarga mendeteksi keadaan bayinya. Apabila ditemukan 1 kriteria atau lebih tanda bayi tidak sehat, segera dibawa ke fasilitas kesehatan (Puskesmas, dokter praktik, dan Rumah Sakit)

KRITERIA	SEHAT	TIDAK SEHAT
Napas	40-60 kali/menit	Kurang 40 kali/menit atau lebih dari 60 kali/menit
Warna kulit	Merah Muda	Bayi pucat/biru pada tubuh
Kejang	Tidak ada	Ada, mata mendelik, tangan bergerak seperti menari, menangis melengking, tiba-tiba badan kaku, mulut mecucu
Aktivitas	Menangis jika sedang haus dan buang air	Menangis terus, bayi lemas tidak bergerak
Minum ASI	Mau minum	Tidak mau minum atau memuntahkan semuanya
Hisapan bayi	Hisapan kuat	Hisapan lemah
Kuning pada bayi	Tidak ada/Ada: - Muncul antara 24-72 jam pertama - Hilang dalam 2 minggu - Bilirubin < 15 mg/dl	Ada - Muncul < 24 jam pertama atau menetap setelah 2 minggu - Bilirubin > 15 mg/dl
Buang air kecil	6 - 8 kali/hari	air seni pekat dan sedikit (BAK < 6 kali/hari)
Buang air besar	Encer berisi seperti biasanya	Sangat encer/ tidak bisa buang air besar lebih dari 3 hari (adanya perubahan konsistensi dan frekuensi buang air besar)
Suhu tubuh	Normal (36,5°C - 37,5°C)	Panas seluruh tubuh/ dingin seluruh tubuh
Tali pusat	Bersih	Merah di pinggir tali pusat/ bernanah/ berbau
Mata	Bening	Merah menetap, bernanah, ada kotoran
Bercak putih di mulut	Tidak ada	Ada
Kulit	Bersih	Ada bintil berair dan kemerahan

Catatan





Tanda Anak Sehat:

- ☐ Berat badan naik sesuai garis pertumbuhan, mengikuti pita hijau di KMS atau naik ke pita warna di atasnya
- ☐ Anak bertambah tinggi.
- ☐ Kemampuan gerak, bicara, sosialisasi bertambah sesuai usia
- ☐ Jarang sakit
- ☐ Ceria, aktif, lincah

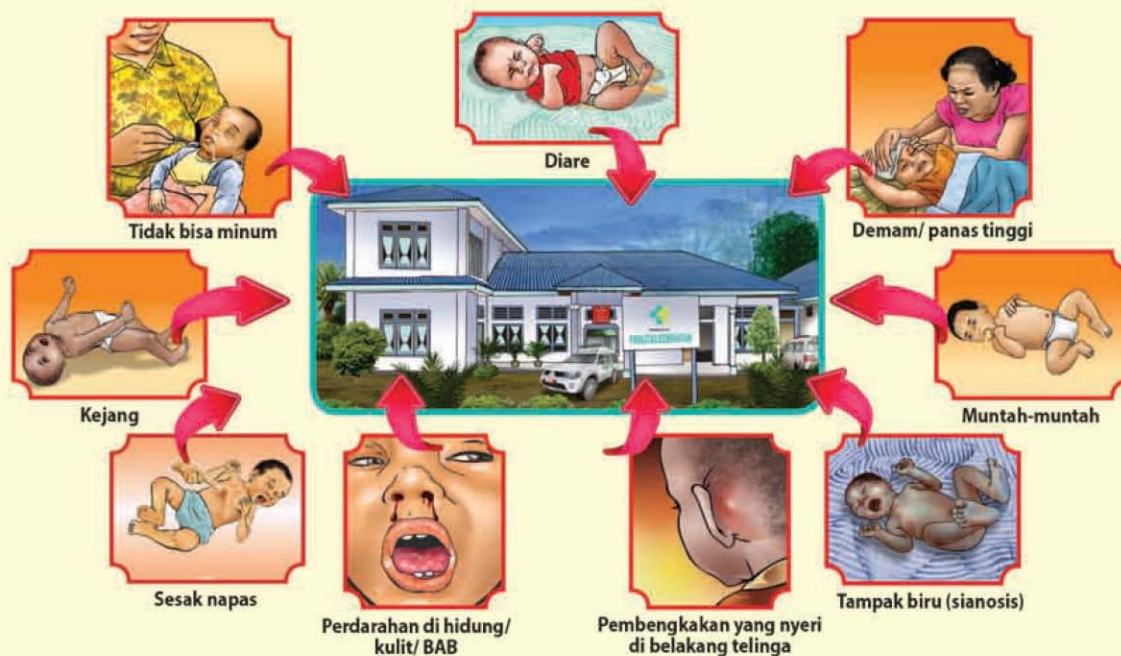
Pelayanan Kesehatan Bayi dan Anak Balita

- ☐ Pemantauan pertumbuhan (timbang berat badan (BB),
ukur panjang/tinggi badan (PB/TB), dan lingkar kepala (LK))
 - ☐ Pemantauan perkembangan
 - ☐ Imunisasi dasar lengkap dan lanjutan
 - ☐ Kapsul vitamin A untuk 6 bulan ke atas
 - ☐ Obat cacing untuk 1 tahun ke atas
- 



TANDA BAHAYA PADA BALITA

Jika ditemukan 1 (satu) atau lebih tanda bahaya di bawah ini, balita segera dibawa ke fasilitas kesehatan (Puskesmas, dokter praktik, dan Rumah Sakit)



Indonesia merupakan negara yang terletak di wilayah yang rawan bencana, bencana alam yang sering terjadi di Indonesia antara lain gempa bumi, erupsi gunung berapi, kebakaran hutan/lahan longsor, banjir, tsunami, di samping bencana nonalam seperti pandemi virus atau situasi konflik. Kelompok yang paling rentan terdampak



bencana diantaranya adalah ibu hamil, ibu nifas, bayi dan balita. Kondisi pengungsian yang padat dan tidak memadai, dengan hygiene dan sanitasi yang buruk, berisiko tinggi menimbulkan berbagai penyakit, termasuk risiko terinfeksi penyakit menular dan peningkatan kasus gizi kurang. Disamping itu juga berisiko terhadap pelecehan, kekerasan, dan trauma. Selain risiko kesakitan, kecatatan dan kematian, anak dan balita juga memiliki risiko terpisah dari orang tua.

Reaksi bayi dan anak berumur 1-2 tahun sangat dipengaruhi oleh suasana kejiwaan orangtuanya dalam menghadapi bencana. Bila orangtua panik dan cemas, maka anak-anak tersebut akan gelisah, rewel dan mudah terkena penyakit. Anak usia prasekolah mudah merasa tidak berdaya dan terus mengingat trauma psikis yang dialami akibat bencana. Hal ini mengakibatkan gangguan tidur dan anak lebih banyak berdiam diri.

Bimbingan untuk bermain dapat mengurangi masalah tersebut.



Dalam situasi normal, ibu hamil, ibu bersalin, bayi,

dan balita terutama yang tinggal di daerah rawan bencana untuk mempersiapkan kesiapsiagaan menghadapi bencana:

- Membuat rencana darurat keluarga
 - Kenali ancaman bencana
 - Nomor kontak penting (keluarga, fasilitas pelayanan kesehatan/rumah sakit/puskesmas/rumah bersalin/klinik, dan lain-lain)
 - Identifikasi lokasi untuk mematikan air, gas, dan listrik
 - Identifikasi titik kumpul dan titik aman di dalam bangunan atau rumah
 - Ketahui rute evakuasi
 - Identifikasi anggota keluarga yang rentan (bayi, balita, ibu hamil, ibu bersalin nifas, lanjut usia, dan penyandang disabilitas)
- Menyimak informasi dari radio/ televisi/ media online/ informasi resmi dari BPBD, BNPB. Apabila sudah terbentuk posko, informasi lanjutan akan diberikan oleh posko setempat
- Menyiapkan kit bencana



Cara Membuat MP ASI dari Makanan Keluarga

Bayi 6-8 bulan:

Contoh Bahan Matang:

- Nasi putih 30 gr
- Dadar telur 35 gr
- Sayur kare wortel tempe 20 gr



Cara Membuat:

- Nasi, telur dadar, tempe dan wortel (dari sayur kare) dilumatkan kemudian disaring
- Ditambahkan kuah sayur (santan kare) sampai mendapatkan konsistensi bubur kental
- Sajikan.



Bayi 9-11 bulan:

Contoh Bahan Matang:

- Nasi putih 45 gr
- Ikan kembung bumbu kuning 30 gr
- Tumis buncis 25 gr



Cara Membuat:

- Nasi, ikan kembung bumbu kuning dan tumis buncis dicincang
- Sajikan dengan kuah sayur (santan kare).



Anak 12-23 bulan:

Contoh Bahan Matang:

- Nasi putih 55 gr
- Semur hati ayam 45 gr
- Bening/ bobor bayam 20 gr



Cara Membuat:

MP ASI untuk anak 12-23 bulan disajikan dalam bentuk makanan keluarga (dicincang agak besar jika diperlukan)



Contoh Makanan Selingan

Perkedel kentang isi daging



Cara Membuat MP ASI dari Bahan Mentah

Bayi 6-8 bulan:

Contoh Bahan:

- Beras putih 10 gr
- Telur ayam 30 gr
- Tempe kedelai 10 gr
- Wortel 10 gr
- Santan 30 gr



Cara memasak:

- Memasak beras, tambahkan santan dan bumbu yang telah ditumis dengan sedikit minyak (bawang merah, daun salam, kunyit)
- Setelah nasi masak, masukan telur yang telah dikocok lepas, tempe dan wortel yang telah dicincang
- Aduk-aduk sampai mendapatkan konsistensi bubur kental
- Sajikan



Bayi 9-11 bulan:

Contoh Bahan:

- Beras putih 15 gr
- Ikan kembung 30 gr
- Minyak kelapa 10 gr
- Wortel 15 gr
- Tempe 10 gr



Cara memasak:

- Memasak beras, tambahkan bumbu yg telah ditumis (bawang merah, daun salam, kunyit) dengan minyak kelapa
- Setelah nasi masak, masukkan ikan kembung dan buncis yang telah dicincang
- Aduk-aduk sampai mendapatkan konsistensi bubur kasar/ cincang
- Sajikan



Anak 12-23 bulan:

Contoh Bahan:

- Beras putih 25 gr
- Hati ayam 50 gr
- Minyak kelapa 5 gr
- Bayam 20 gr
- Santan 50 gr



Cara memasak:

- Memasak beras sampai menjadi nasi
- Membuat hati ayam goreng (goreng/tumis hati ayam dengan minyak kelapa)
- Membuat sayur bayam
- Sajikan



ANAK dengan DISABILITAS rentan terhadap masalah kesehatan karena lebih berisiko mendapat kekerasan baik dari keluarga atau lingkungan karena Anak dengan Disabilitas mengalami hambatan dalam pemenuhan gizi, ketidakmampuan memelihara kebersihan perorangan dan cenderung berperilaku berisiko yang tidak sesuai norma masyarakat.

Orang tua dan anggota keluarga membantu Anak dengan Disabilitas dalam menjalankan aktifitas sehari-hari:

- Penguatan mental untuk bisa menerima kondisi anak dengan segala kekurangannya.
- Melindungi dan memberi rasa aman pada anak dengan memberikan kasih sayang, semangat dan motivasi secara optimal.
- Ajari anak dengan sabar melatih kemandirian anak dalam melakukan aktifitas sehari-hari.
- Menyediakan makanan bergizi seimbang dan memeriksakan kesehatan anak secara teratur serta memantau tumbuh kembang anak.
- Anak dengan disabilitas perlu kontrol teratur untuk terapi, pemantauan status gizi, kemajuan perkembangan, serta melengkapi status imunisasi di fasilitas kesehatan terdekat. Anak dengan disabilitas rentan terhadap masalah kesehatan karena lebih berisiko mendapat kekerasan dari orang tua/ lingkungannya akibat dari kelainan/ kecacatannya, mengalami hambatan dalam pemenuhan gizi, ketidakmampuan anak dalam memelihara kebersihan perorangan, cenderung berperilaku berisiko yang tidak sesuai dengan norma masyarakat.
- Anak dengan gangguan kemampuan berbicara dan berbahasa, pahami anak akan kesulitan dalam mengekspresikan secara lisan. Melatih anak melafalkan huruf, vokal dan konsonan, suku kata, kata, dan kalimat, melatih anak memperhatikan dan mendengar pembicaraan.

Komunitas orang tua, organisasi masyarakat untuk anak dengan disabilitas

- Forum Komunikasi Keluarga Anak Dengan Kecacatan (FKKADK)
- Persatuan Orang Tua Anak Dengan Down Syndrome (POTADS)
- Ikatan Sindrome Down Indonesia (ISDI)
- Komunitas Peduli Tuna Daksa (KOPETUNDA)
- Persatuan Tuna Netra Indonesia (PERTUNI)
- Himpunan Wanita Disabilitas Indonesia (HWDI)
- Gerakan untuk Kesejahteraan Tuna Rungu Indonesia (GERKATIN)
- Federasi Kesejahteraan Penyandang Cacat Tubuh Indonesia (FKPCTI)
- Yayasan Autis Indonesia (YAI)
- Yayasan Pembinaan Anak Cacat (YPAC)
- Yayasan Sayap Ibu
- Bagi keluarga yang jauh dari komunitas tersebut di atas, dapat melibatkan diri dalam kegiatan Posyandu, PAUD, PKK, RBM. Polindes/Poskesdes, dan Puskesmas terdekat



PERAWATAN BAYI USIA 29 HARI – 3 BULAN

- Selalu cuci tangan anda dengan sabun dan air mengalir sebelum dan sesudah memegang dan merawat bayi.
- Tetap beri Air Susu Ibu (ASI Eksklusif) sampai usia 6 bulan untuk mencukupi gizi bayi. ASI mengandung semua zat yang dibutuhkan bayi yaitu karbohidrat, protein, air, DHA/ARA, lemak, vitamin, mineral, enzim, faktor pertumbuhan, anti parasit, anti alergi, anti virus, hormon, dan antibodi.

Setiap saat lakukan stimulasi sesuai usia bayi dalam suasana menyenangkan, baik oleh orang tua maupun anggota keluarga.

Stimulasi bayi pada rentang usia 0–3 bulan dengan:

- Ciptakan rasa nyaman, aman, senang
- Peluk, cium, ayun
- Senyum, tatap mata, ajak bicara,
- Tirukan ocehan dan mimik bayi
- Interaksi langsung untuk mengenalkan berbagai suara, bunyi, atau nyanyian"
- Gantung benda berwarna, berbunyi
- Meraih, meraba, pegang mainan, angkat kepala
- Gulingkan kanan–kiri, tengkurap–telentang



Lakukan pemantauan perkembangan dengan ceklis di bawah ini. Centang Ya atau Tidak sesuai perkembangan bayi anda. Jika pada usia 3 bulan bayi belum bisa melakukan salah satu dari ceklis, bawa bayi ke Puskesmas/ Fasilitas Kesehatan.

		Ya	Tidak
1.	Bayi bisa mengangkat kepala mandiri hingga setinggi 45 derajat?	☐	☐
2.	Bayi bisa menggerakkan kepala dari kiri/kanan ke tengah?	☐	☐
3.	Bayi bisa melihat dan menatap wajah anda?	☐	☐
4.	Bayi bisa mengoceh spontan atau bereaksi dengan mengoceh?	☐	☐
5.	Bayi suka tertawa keras?	☐	☐
6.	Bayi bereaksi terkejut terhadap suara keras?	☐	☐
7.	Bayi membalas tersenyum ketika diajak bicara/ tersenyum?	☐	☐
8.	Bayi mengenal ibu dengan penglihatan, penciuman, pendengaran, kontak?	☐	☐

Bawa bayi anda setiap bulan ke Posyandu/ Puskesmas/ Fasilitas Kesehatan, untuk mendapat pelayanan: Pemantauan pertumbuhan, deteksi perkembangan usia 3 bulan, imunisasi usia 1 bulan: BCG dan Polio 1, usia 2 bulan: DPT– HB – Hib 1 dan Polio 2, usia 3 bulan: DPT – HB – Hib 2 dan Polio 3, Ibu/Ayah/ Keluarga mengikuti Kelas Ibu Balita

Manfaat imunisasi:

BCG	mencegah penularan penyakit TBC berat
Polio, IPV	mencegah penularan penyakit polio yang dapat menyebabkan lumpuh layu pada tungkai dan atau lengan
DPT–HB–Hib	mencegah penularan penyakit difteri yang menyebabkan penyumbatan jalan napas; batuk rejan (batuk 100 hari); tetanus; hepatitis B; dan infeksi Hib yang menyebabkan meningitis (radang selaput otak)

KESELAMATAN LINGKUNGAN

Hindarkan anak dari risiko jatuh



Televisi, meja, lemari, dan rak yang tidak cukup kuat dipanjat oleh bayi harus diikat atau menempel di dinding. Beri bantalan pada tepi mebel/perabot yang sudutnya tajam



Baby walker tidak disarankan karena menghambat anak dalam melakukan langkah dan dapat menyebabkan bayi terjatuh



Jendela minimal 1 meter dari lantai untuk mencegah bayi memanjat



Sering-seringlah memeriksa gerbang pagar rumah untuk mencegah bayi memanjat



Jangan tinggalkan bayi sendiri di tempat-tempat tinggi



Tangga dan balkon dipasang pagar dan jarak antar pagarnya tidak lebih dari 9 cm untuk mencegah kepala atau bagian tubuh bayi melewatinya

Memasang pengaman di sekitar tempat tidur anak untuk mencegah anak jatuh dari tempat tidur

Hindarkan Anak dari Luka Bakar dan Bahaya Listrik



Jauhkan anak dari kabel listrik dan panci panas

Soket listrik harus dipasang jauh dari jangkauan anak-anak atau dengan perangkat penutup



Jangan memegang barang yang panas ketika memegang atau memangku bayi

Hindarkan Anak dari Terkena infeksi

- Cuci tangan anak memakai sabun secara teratur
- Memotong kuku anak secara berkala
- Ajari anak untuk tidak menyentuh mata, hidung, dan mulut
- Imunisasi anak
- Jangan biarkan anak berbagi sikat gigi
- Jangan sembarangan pegang binatang
- Ajarkan anak untuk menutup mulut dengan siku tangan ketika batuk atau bersin
- Ajarkan anak untuk menjaga kebersihan diri

Mencegah Bayi Kekurangan Napas



Jangan memberikan makanan anak yang keras dan sulit dikunyah



Jangan biarkan anak bermain dengan benda yang berisiko anak terjatuh/ tercekik, tidak bisa bernafas (tali panjang, kantong plastik, mainan kecil, dsb)



Hindari menidurkan bayi dalam posisi telungkup tanpa pengawasan

Hindarkan Anak dari Bahaya Tenggelam



Jangan biarkan anak sendiri di bak mandi atau ember



Beri pembatas yang aman agar anak tidak leluasa menjangkau sumber air sendiri

Jangan biarkan anak bermain di tepi kolam renang tanpa pengawasan



Anak usia 1 tahun 6 bulan diajari tentang bahaya air.



Anak usia 2 tahun harus diajari cara melayang ketika jatuh di air dan berenang jarak pendek



Anak usia 6 tahun harus bisa berenang dengan keterampilan bertahan di air

PERAWATAN BAYI USIA 6 – 9 BULAN

- Selalu cuci tangan anda dengan sabun dan air mengalir sebelum dan sesudah memegang dan merawat bayi.
- Lanjutkan pemberian Air Susu Ibu (ASI Eksklusif) ditambah Makanan Pendamping (MP-ASI). Informasi MP-ASI pada halaman 40–41.

Setiap saat lakukan stimulasi sesuai usia bayi dalam suasana menyenangkan, baik oleh orang tua maupun anggota keluarga.

Stimulasi bayi pada rentang usia 6–9 bulan dengan:

- Peluk, senyum, bicara, panggil namanya,
- Bersalaman, tepuk tangan, melambai ke orang lain
- Kenalkan/ tunjuk nama orang (papa/ mama) dan benda sekitar
- Cilukba, melihat cermin
- Tunjuk dan sebutkan nama gambar
- Bacakan dongeng
- Pegang mainan dengan 2 tangan
- Masukkan benda kecil ke dalam wadah
- Sembunyikan dan cari mainan
- Mainan yang mengapung di air
- Memukul-mukul
- Duduk, merangkak, berdiri berpegangan

Lakukan pemantauan perkembangan dengan ceklis di bawah ini. Centang Ya atau Tidak sesuai perkembangan bayi anda. Jika pada usia 9 bulan bayi belum bisa melakukan salah satu dari ceklis, bawa bayi ke Puskesmas/ Fasilitas Kesehatan. Untuk bayi usia 6–8 bulan, gunakan ceklis pemantauan perkembangan halaman sebelumnya.

	Ya	Tidak
1. Bayi bisa duduk secara mandiri?	☐	☐
2. Bayi belajar berdiri, kedua kakinya menyangga sebagian berat badan?	☐	☐
3. Bayi bisa merangkak meraih mainan atau mendekati seseorang?	☐	☐
4. Bayi bisa memindahkan benda dari satu tangan ke tangan lainnya.	☐	☐
5. Bayi bisa memungut 2 benda, kedua tangan pegang 2 benda pada saat bersamaan?	☐	☐
6. Bayi bisa memungut benda sebesar kacang dengan cara meraup?	☐	☐
7. Bayi bersuara tanpa arti, mamama, bababa, dadada, tatatata?	☐	☐
8. Bayi mencari mainan/benda yang dijatuhkan?	☐	☐
9. Bayi bermain tepuk tangan/ciluk ba	☐	☐
10. Bayi bergembira dengan melempar benda?	☐	☐
11. Bayi makan kue sendiri?	☐	☐

Lanjutkan perawatan gigi bayi anda, perhatikan tumbuhnya 4 gigi seri rahang atas dan rahang bawah

Bawa bayi anda setiap bulan ke Posyandu/ Puskesmas/ Fasilitas Kesehatan, untuk mendapat pelayanan:

- ☐ Pemantauan pertumbuhan,
- ☐ Pemantauan perkembangan (usia 6 bulan dan 9 bulan)
- ☐ Kapsul Vitamin A (bulan Februari atau Agustus)
- ☐ Imunisasi usia 9 bulan Campak–Rubella
- ☐ Ibu/Ayah/Keluarga mengikuti Kelas Ibu Balita.

Manfaat Imunisasi

- ☐ Campak–Rubella mencegah penularan penyakit campak rubella yang dapat mengakibatkan komplikasi radang paru, radang otak dan kebutaan



Manfaat Vitamin A untuk meningkatkan kesehatan mata dan pertumbuhan anak



PERAWATAN ANAK USIA 5 – 6 TAHUN

- Selalu cuci tangan anda dengan sabun dan air mengalir untuk merawat anak
- Penuhi gizi anak dengan makanan keluarga yang bervariasi terdiri dari makanan pokok, lauk-pauk, minyak, sayur dan buah

Setiap saat lakukan stimulasi sesuai usia anak dalam suasana menyenangkan, baik oleh orang tua maupun anggota keluarga.

Stimulasi anak pada rentang usia 5–6 tahun dengan:

- Mengenal nama, fungsi benda-benda
- Bacakan buku, tanya jawab, bercerita
- Menonton TV didampingi maksimal 1 jam, menyanyi
- Cuci tangan, cebok, berpakaian, rapikan mainan
- Makan dengan sendok garpu, masak-masakan
- Menggunting, menempel, menjahit,
- Menyusun balok, memasang puzzle, menggambar, mewarna, menulis nama
- Mengingat, menghafal, mengerti aturan, urutan
- Membandingkan besar kecil, banyak sedikit
- Menghitung, konsep satu dan setengah
- Mengenal angka, huruf, simbol, jam, hari, tanggal
- Melempar, menangkap, berlari, melompat
- Memanjat, merayap, sepeda roda 3, ayunan
- "berjualan", "bertukang", mengukur



Lakukan pemantauan perkembangan dengan ceklis di bawah ini.

Lingkari ya atau tidak sesuai perkembangan anak anda. Jika pada usia 6 tahun anak belum bisa melakukan salah satu dari ceklis, bawa anak ke Puskesmas/ Fasilitas Kesehatan. Untuk anak usia 60–71 bulan, gunakan ceklis pemantauan perkembangan halaman sebelumnya.

	Ya	Tidak
1. Anak bisa berjalan lurus	☐	☐
2. Anak bisa berdiri dengan 1 kaki selama 11 detik	☐	☐
3. Anak bisa menggambar dengan 6 bagian, menggambar orang lengkap	☐	☐
4. Anak bisa menangkap bola kecil dengan kedua tangan	☐	☐
5. Anak bisa menggambar segi empat	☐	☐
6. Anak bisa mengerti arti lawan kata	☐	☐
7. Anak bisa mengerti pembicaraan yang menggunakan 7 kata atau lebih	☐	☐
8. Anak bisa menjawab pertanyaan tentang benda terbuat dari apa dan kegunaannya	☐	☐
9. Anak bisa mengenal angka, bisa menghitung angka 5 –10	☐	☐
10. Anak bisa mengenal warna-warni	☐	☐
11. Anak bisa mengungkapkan simpati	☐	☐
12. Anak bisa mengikuti aturan permainan	☐	☐
13. Anak bisa berpakaian sendiri tanpa dibantu	☐	☐

Lanjutkan perawatan gigi dengan mengingatkan anak menyikat gigi

- Gigi susu sudah tumbuh semua: 20 buah, mulai tumbuh 2 gigi geraham tetap, rahang bawah pertama kiri dan kanan
- Periksakan gigi anak secara rutin setiap 3–6 bulan sekali ke dokter gigi atau perawat gigi di Puskesmas atau fasilitas kesehatan lainnya

Bawa anak anda ke Puskesmas/ Fasilitas Kesehatan jika memerlukan konsultasi kondisi kesehatan anak.

PERAWATAN ANAK USIA 12 – 18 BULAN

- Selalu cuci tangan anda dengan sabun dan air mengalir sebelum dan sesudah bermain dan merawat anak.
- Lanjutkan pemberian Air Susu Ibu ditambah Makanan Pendamping (MP-ASI). Informasi MP-ASI pada halaman 40–41.

Setiap saat lakukan stimulasi sesuai usia anak dalam suasana menyenangkan, baik oleh orang tua maupun anggota keluarga.

Stimulasi anak pada rentang usia 12–18 bulan dengan:

- Berjalan mundur, naik tangga
- Tangkap dan lempar bola
- Menyusun balok atau puzzle, menggambar
- Bermain air, meniup, menendang bola
- Bercerita tentang gambar di buku
- Menyebutkan nama benda, menyanyi
- Main telpon–telponan, menyatakan keinginan
- Bermain dengan teman sebaya, petak umpet
- Merapikan mainan, membuka baju
- Makan bersama
- Merangkai manik besar

Lakukan pemantauan perkembangan dengan ceklis di bawah ini. Centang Ya atau Tidak sesuai perkembangan anak anda. Jika pada usia 18 bulan anak belum bisa melakukan salah satu dari ceklis, bawa anak ke Puskesmas/ Fasilitas Kesehatan. Untuk anak usia 12–17 bulan, gunakan ceklis pemantauan perkembangan halaman sebelumnya.

	Ya	Tidak
1. Anak bisa berdiri sendiri tanpa berpegangan?	☐	☐
2. Anak bisa membungkuk memungut mainan kemudian berdiri kembali?	☐	☐
3. Anak bisa berjalan mundur lima langkah?	☐	☐
4. Anak bisa memanggil ayah dengan kata "papa", memanggil ibu dengan kata "mama"?	☐	☐
5. Anak bisa menumpuk dua kubus?	☐	☐
6. Anak bisa memasukkan kubus di kotak?	☐	☐
7. Anak bisa menunjuk apa yang diinginkan tanpa menangis/merengek, anak bisa mengeluarkan suara yang menyenangkan atau menarik tangan ibu?	☐	☐
8. Anak bisa memperlihatkan rasa cemburu / bersaing?	☐	☐

Lanjutkan perawatan gigi anak anda.

Perhatikan tumbuhnya gigi, pada usia 18 bulan adanya gigi susu berjumlah 16 buah

Bawa anak anda setiap bulan ke Posyandu/ Puskesmas/ Fasilitas Kesehatan.

Untuk mendapat pelayanan pemantauan pertumbuhan; perkembangan usia 12 bulan, 15 bulan dan 18 bulan; kapsul vitamin A (bulan Februari dan Agustus); obat cacing, Imunisasi usia 18 bulan (DPT–HB–Hib dan Campak–Rubella lanjutan); ibu/ ayah/ keluarga mengikuti Kelas Ibu Balita.

Manfaat Imunisasi Lanjutan.

Imunisasi lanjutan merupakan ulangan Imunisasi dasar untuk mempertahankan tingkat kekebalan dan untuk memperpanjang masa perlindungan anak yang sudah mendapatkan Imunisasi dasar.

Manfaat Obat Cacing.

Pemberian obat cacing pada anak bermanfaat dalam pencegahan dan pengobatan infeksi cacingan sehingga dampak cacingan pada tubuh dapat dicegah. Selain itu PHBS dapat menjaga anak terhindar dari infeksi cacingan



PERAWATAN ANAK USIA 3 – 4 TAHUN

- Selalu cuci tangan anda dengan sabun dan air mengalir sebelum dan sesudah bermain dan merawat anak.
- Penuhi gizi anak dengan makanan keluarga yang bervariasi terdiri dari makanan pokok, lauk–pauk, minyak, sayur dan buah

Setiap saat lakukan stimulasi sesuai usia anak dalam suasana menyenangkan, baik oleh orang tua maupun anggota keluarga.

Stimulasi anak pada rentang usia 3–4 tahun dengan:

- Menyebutkan nama benda, sifat, guna benda
- Bacakan cerita, tanya jawab
- Anak diminta bercerita pengalaman
- Menonton TV didampingi, menyanyi
- Cuci tangan, cebok, berpakaian, rapikan mainan
- Makan dengan sendok garpu
- Menyusun balok atau puzzle, menggambar, menempel
- Mengelompokkan benda sejenis
- Mencocokkan gambar dan benda
- Menghitung
- Melempar, menangkap, berlari, melompat, memanjat, merayap

Lakukan pemantauan perkembangan dengan ceklis di bawah ini.

Centang Ya atau Tidak sesuai perkembangan anak anda. Jika pada usia 4 tahun anak belum bisa melakukan salah satu dari ceklis, bawa anak ke Puskesmas/ Fasilitas Kesehatan. Untuk anak usia 36–47 bulan, gunakan ceklis pemantauan perkembangan halaman sebelumnya.

	Ya	Tidak
1. Anak bisa berdiri 1 kaki 2 detik	☐	☐
2. Anak bisa melompat kedua kaki diangkat	☐	☐
3. Anak bisa mengayuh sepeda roda tiga	☐	☐
4. Anak bisa menggambar garis lurus	☐	☐
5. Anak bisa menumpuk 8 buah kubus	☐	☐
6. Anak bisa mengenal 2–4 warna	☐	☐
7. Anak bisa menyebut nama, umur, tempat	☐	☐
8. Anak bisa mengerti arti kata di atas, di bawah, di depan	☐	☐
9. Anak bisa mendengarkan cerita	☐	☐
10. Anak bisa mencuci dan mengeringkan tangan sendiri	☐	☐
11. Anak bermain bersama teman, mengikuti aturan permainan	☐	☐
12. Anak bisa mengenakan sepatu sendiri	☐	☐
13. Anak bisa mengenakan celana panjang, kemeja, baju	☐	☐



Lanjutkan perawatan gigi dengan mengingatkan anak menyikat gigi

Bawa anak anda setiap bulan ke Posyandu/ Puskesmas/ Fasilitas Kesehatan, untuk mendapat pelayanan:

- ☐ Pemantauan pertumbuhan
- ☐ Pemantauan perkembangan usia 36 bulan, 42 bulan dan 48 bulan.
- ☐ Kapsul Vitamin A (bulan Februari dan Agustus), obat cacing
- ☐ Ibu/Ayah/Keluarga mengikuti Kelas Ibu Balita



PEMENUHAN GIZI DAN PERAWATAN ANAK USIA 2-5 TAHUN

Penuhi gizi balita dengan makanan keluarga yang bervariasi terdiri dari makanan pokok, lauk-pauk, minyak, sayur dan buah.



Gizi seimbang berisi karbohidrat, protein, lemak dan vitamin mineral.



- Membiasakan anak makan 3 kali sehari (pagi, siang, dan malam) bersama keluarga
- Penuhi gizi anak dengan makanan kaya protein seperti ikan, telur, tempe, susu, dan tahu.
- Penuhi gizi anak dengan mengonsumsi sayuran dan buah-buahan.
- Batasi anak mengonsumsi makanan selingan yang terlalu manis, asin, dan berlemak.
- Pastikan anak minum air putih sesuai kebutuhan
- Biasakan bermain bersama anak dan melakukan aktivitas fisik setiap hari.

Kebutuhan cairan anak:

- umur 2 – 3 tahun sekitar 1.300 mL/ hari atau +/- 5 gelas belimbing.
- umur di atas 3 tahun kebutuhan cairan 1.700 mL/ hari atau +/- 7 gelas belimbing



Biasakan mencuci tangan

- Biasakan cuci tangan dan kaki anak dengan air bersih dan sabun setiap habis bermain
- Gunting kuku tangan dan kaki secara teratur dan jaga kebersihan



Perawatan gigi anak anda

- Mulai ajari anak menyikat gigi di depan cermin, secara teratur selama 2 menit dampingi anak menggosok gigi sampai anak usia 8 tahun
- Untuk anak usia 2-6 tahun pasta giginya seukuran 1 biji kacang polong
- Untuk mengurangi risiko gigi berlubang pada anak:
 - Jangan biasakan anak minum susu dengan botol sambil tiduran
 - Jangan membiarkan anak melakukan kebiasaan menghisap ibu jari atau dot (mengempeng)
 - Hindari anak dari makan makanan manis yang bersifat lengket di antara waktu makan
 - Biasakan teratur menyikat gigi sebelum tidur
 - Jangan membiasakan anak mengemut makanan



PERAWATAN ANAK USIA 2 – 3 TAHUN

- Selalu cuci tangan anda dengan sabun dan air mengalir sebelum dan sesudah bermain dan merawat anak.
- Pastikan gizi anak terpenuhi dengan makanan keluarga yang bervariasi terdiri dari makanan pokok, lauk-pauk, minyak, sayur dan buah.

Setiap saat lakukan stimulasi sesuai usia anak dalam suasana menyenangkan, baik oleh orang tua maupun anggota keluarga. Stimulasi anak pada rentang usia 2-3 tahun dengan:

- Sebutkan nama benda, sifat, guna benda
- Bacakan cerita, tanya jawab,
- Anak diminta bercerita pengalaman
- menonton TV didampingi maksimal 1 jam, menyanyi
- Cuci tangan, cebok, berpakaian, rapikan mainan
- Makan dengan sendok garpu
- Menyusun balok, memasang puzzle, menggambar, menempel
- Mengelompokkan benda sejenis
- Mencocokkan gambar dan benda
- Menghitung
- Melempar, menangkap,
- Berlari, melompat, memanjat, merayap



Lakukan pemantauan perkembangan dengan ceklis di bawah ini. Centang Ya atau Tidak sesuai perkembangan anak anda. Jika pada usia 3 tahun anak belum bisa melakukan salah satu dari ceklis, bawa anak ke Puskesmas/ Fasilitas Kesehatan. Untuk anak usia 24-35 bulan, gunakan ceklis pemantauan perkembangan halaman sebelumnya.

	Ya	Tidak
1. Anak bisa jalan naik tangga sendiri	☐	☐
2. Anak bisa bermain dan menendang bola kecil	☐	☐
3. Anak bisa mencoret-coret pensil pada kertas	☐	☐
4. Anak bisa bicara dengan baik, menggunakan 2 kata	☐	☐
5. Anak bisa menunjuk 1 atau lebih bagian tubuhnya ketika diminta	☐	☐
6. Anak bisa melihat gambar dan dapat menyebut dengan benar nama 2 benda atau lebih	☐	☐
7. Anak bisa membantu memungut mainannya sendiri atau membantu mengangkat piring jika diminta	☐	☐
8. Anak bisa makan nasi sendiri tanpa banyak tumpah	☐	☐
9. Anak bisa melepas pakaiannya sendiri	☐	☐



Lanjutkan perawatan gigi dengan mengingatkan anak menyikat gigi

Bawa anak anda setiap bulan ke Posyandu/ Puskesmas/ Fasilitas Kesehatan, untuk mendapat pelayanan:

- ☐ Pemantauan pertumbuhan
- ☐ Pemantauan perkembangan usia 24 bulan, 30 bulan dan 36 bulan.
- ☐ Kapsul Vitamin A (bulan Februari dan Agustus), obat cacing
- ☐ Ibu/Ayah/Keluarga mengikuti Kelas Ibu Balita



POLA ASUH ANAK USIA 3 - 6 TAHUN

- Harus ada kerjasama ayah dan ibu serta anggota keluarga dalam membantu anak menjalani tahap usia dini. Pada tahap ini terjadi proses mencontoh peran yaitu anak laki-laki mencontoh peran ayah sedangkan anak perempuan mencontoh peran ibu. Ajari anak konsep perbedaan laki-laki dan perempuan.
- Mengajari anak untuk menjaga bagian pribadinya (alat kelamin, paha, dada, pantat dan kaki) untuk menghindari pelecehan
- Orangtua membantu anak mengucapkan kata-kata dengan benar
- Memenuhi kebutuhan anak, baik materi maupun non materi
- Beri kepercayaan anak untuk melakukan hal-hal tertentu secara mandiri sesuai kemampuan anak
- Memberi kesempatan pada anak untuk mengurus diri-sendiri dengan pengawasan
- Ketika anak ketakutan, dekaplah dia agar merasa aman, bicarakan ketakutannya, buat anak menjadi nyaman dan merasa dimengerti
- Anak 3-5 tahun perlu tidur 10-13 jam sehari (termasuk tidur siang)
- Penggunaan gawai pada anak berusia > 24 bulan:
 - Batasi penggunaan gawai tidak lebih dari 1 jam per hari
 - Hanya memilih konten program yang berkualitas untuk anak
 - Hendaknya dimainkan bersama orangtua (didampingi) untuk meningkatkan proses belajar anak, memperbanyak interaksi, dan mengatur pembatasan waktu penggunaan gawai
 - Jangan menggunakan gawai selama proses makan, dan pada 1 jam sebelum waktunya tidur
 - Matikan semua TV dan perangkat media bila sedang tidak digunakan
 - Jangan menggunakan gawai dengan tujuan untuk menenangkan perilaku anak.



- Berupaya agar kamar tidur, waktu saat makan, dan waktu bermain dengan anak, semuanya terbebas dari penggunaan gawai.
- Mempunyai berbagai alternatif aktivitas lain dalam rangka membatasi waktu penggunaan gawai, belajar memecahkan masalah, dan untuk menenangkan perilaku anak.



Bawa anak ke Posyandu/ Fasilitas Kesehatan setiap bulan untuk memantau pertumbuhan, perkembangan (sesuai jadwal), vitamin A dan obat cacing.

- Selalu cuci tangan anda dengan sabun dan air mengalir sebelum dan sesudah bermain dan merawat anak.
- Lanjutkan pemberian Air Susu Ibu ditambah Makanan Pendamping (MP-ASI). Informasi MP-ASI pada halaman 40-41.

Setiap saat lakukan stimulasi sesuai usia anak dalam suasana menyenangkan, baik oleh orang tua maupun anggota keluarga.

Stimulasi anak pada rentang usia 18-24 bulan dengan:

- Bicara, bertanya, bercerita, bernyanyi,
- Tanya jawab, main telpon-telponan
- Perintah sederhana, membantu pekerjaan
- Melepas baju, rapikan mainan
- Makan bersama dengan sendok garpu
- Menyusun balok, memasang puzzle, menggambar, membentuk lilin
- Buat rumah-rumahan, petak umpet
- Berjalan, berlari, melompat
- Berdiri satu kaki, naik turun tangga
- Melempar, menangkap, menendang bola

Lakukan pemantauan perkembangan dengan ceklis di bawah ini. Centang Ya atau Tidak sesuai perkembangan anak anda. Jika pada usia 24 bulan (2 tahun) anak belum bisa melakukan salah satu dari ceklis, bawa anak ke Puskesmas/ Fasilitas Kesehatan. Untuk anak usia 18-23 bulan, gunakan ceklis pemantauan perkembangan halaman sebelumnya.

		Ya	Tidak
1.	Anak bisa berdiri sendiri tanpa berpegangan 30 detik	☐	☐
2.	Anak bisa berjalan tanpa terhuyung-huyung	☐	☐
3.	Anak bisa menumpuk 4 buah kubus	☐	☐
4.	Anak bisa memungut benda kecil dengan ibu jari dan jari telunjuk	☐	☐
5.	Anak bisa menggelindingkan bola ke arah sasaran	☐	☐
6.	Anak bisa menyebut 3- 6 kata yang mempunyai arti	☐	☐
7.	Anak bisa membantu/menirukan pekerjaan rumah tangga	☐	☐
8.	Anak bisa memegang cangkir sendiri, belajar makan-minum sendiri	☐	☐

Lanjutkan perawatan gigi anak anda

Perhatikan tumbuhnya gigi, pada usia 24 bulan adanya gigi susu berjumlah 20 buah. Gosok giginya setelah sarapan dan sebelum tidur dengan sikat gigi kecil khusus anak yang berbulu lembut, pakai pasta gigi mengandung flour cukup selapis tipis (1/2 biji kacang polong)



Bawa anak anda setiap bulan ke Posyandu/ Puskesmas/ Fasilitas Kesehatan, untuk mendapat pelayanan:

- ☐ Pemantauan pertumbuhan
- ☐ Pemantauan perkembangan usia 18 bulan, 21 bulan dan 24 bulan
- ☐ Kapsul Vitamin A, obat cacing (bulan Februari dan Agustus),
- ☐ Imunisasi usia 18 bulan: DPT-HB-Hib Lanjutan dan Campak-Rubella Lanjutan,
- ☐ Ibu/Ayah/Keluarga mengikuti Kelas Ibu Balita.



PERAWATAN ANAK USIA 4 – 5 TAHUN

- Selalu cuci tangan anda dengan sabun dan air mengalir sebelum dan sesudah bermain dan merawat anak.
- Penuhi gizi anak dengan makanan keluarga yang bervariasi terdiri dari makanan pokok, lauk-pauk, minyak, sayur dan buah

Setiap saat lakukan stimulasi sesuai usia anak dalam suasana menyenangkan, baik oleh orang tua maupun anggota keluarga.

Stimulasi anak pada rentang usia 4–5 tahun dengan:

- Bermain peran, anak diminta bercerita pengalaman
- Menggambar orang, mengenal huruf
- Main bola, lompat tali
- Latih untuk dapat mengikuti aturan permainan
- Kenalkan nama-nama hari
- Menyebut angka berurutan
- Mengajak anak sikat gigi bersama dan melatih sikat gigi sendiri
- Melatih memakai pakaian sendiri
- Memperkuat kepercayaan diri anak

Lakukan pemantauan perkembangan dengan ceklis di bawah ini. Lingkari ya atau tidak sesuai perkembangan anak anda. Jika pada usia 5 tahun anak belum bisa melakukan salah satu dari ceklis, bawa anak ke Puskesmas/ Fasilitas Kesehatan. Untuk anak usia 48–59 bulan, gunakan ceklis pemantauan perkembangan halaman sebelumnya.

		Ya	Tidak
1.	Anak bisa berdiri 1 kaki 6 detik	☐	☐
2.	Anak bisa melompat-lompat 1 kaki	☐	☐
3.	Anak bisa menari	☐	☐
4.	Anak bisa menggambar tanda silang	☐	☐
5.	Anak bisa menggambar lingkaran	☐	☐
6.	Anak bisa menggambar orang dengan 3 bagian tubuh	☐	☐
7.	Anak bisa mengancing baju atau pakaian boneka	☐	☐
8.	Anak bisa menyebutkan nama lengkap tanpa dibantu	☐	☐
9.	Anak bisa senang menyebut kata-kata baru	☐	☐
10.	Anak bisa senang bertanya tentang sesuatu	☐	☐
11.	Anak bisa menjawab pertanyaan dengan kata-kata yang benar	☐	☐
12.	Anak bisa bicaranya mudah dimengerti	☐	☐
13.	Anak bisa membandingkan/membedakan sesuatu dari ukuran dan bentuknya	☐	☐
14.	Anak bisa menyebutkan angka, menghitung jari	☐	☐
15.	Anak bisa menyebutkan nama-nama hari	☐	☐
16.	Anak bisa berpakaian sendiri tanpa dibantu	☐	☐
17.	Anak bisa menggosok gigi tanpa dibantu	☐	☐
18.	Anak bereaksi tenang dan tidak rewel ketika ditinggal ibu	☐	☐



Lanjutkan perawatan gigi dengan mengingatkan anak menyikat gigi setelah makan dan sebelum tidur.

Bawa anak anda setiap bulan ke Posyandu/ Puskesmas/ Fasilitas Kesehatan, untuk mendapat pelayanan:

- ☐ Pemantauan pertumbuhan
- ☐ Pemantauan perkembangan usia 48 bulan, 54 bulan dan 60 bulan.
- ☐ Kapsul Vitamin A (bulan Februari dan Agustus), obat cacing
- ☐ Ibu/Ayah/Keluarga mengikuti Kelas Ibu Balita



PERAWATAN BAYI USIA 9 – 12 BULAN

- Selalu cuci tangan anda dengan sabun dan air mengalir sebelum dan sesudah memegang dan merawat bayi.
- Lanjutkan pemberian Air Susu Ibu (ASI Eksklusif) ditambah Makanan Pendamping (MP-ASI). Informasi MP-ASI pada halaman 40– 41.

Setiap saat lakukan stimulasi sesuai usia bayi dalam suasana menyenangkan, baik oleh orang tua maupun anggota keluarga.

Stimulasi bayi pada rentang usia 9–12 bulan dengan:

- Berbicara dengan boneka
- Menunjuk orang/benda/organ tubuh yang sudah dikenalkan,
- Mengucapkan orang/benda/organ tubuh yang sudah dikenalkan
- Bacakan dongeng pada saat mengenalkan dan menyuruh menunjuk
- Pegang mainan dengan 2 tangan
- Memasukkan benda kecil ke dalam wadah
- Menyusun balok
- Sembunyikan dan cari mainan
- Memegang pensil dan mencoret-coret kertas
- Duduk, merangkak, berdiri berpegangan
- Berjalan mundur, jinjit



Lakukan pemantauan perkembangan dengan ceklis di bawah ini. Centang Ya atau Tidak sesuai perkembangan bayi anda. Jika pada usia 12 bulan bayi belum bisa melakukan salah satu dari ceklis, bawa bayi ke Puskesmas/ Fasilitas Kesehatan. Untuk bayi usia 9–11 bulan, gunakan ceklis pemantauan perkembangan halaman sebelumnya.

		Ya	Tidak
1.	Bayi bisa mengangkat badannya ke posisi berdiri?	☐	☐
2.	Bayi belajar berdiri selama 30 detik atau berpegangan di kursi?	☐	☐
3.	Bayi dapat berjalan dengan dituntun?	☐	☐
4.	Bayi mengulurkan lengan/ badan untuk meraih mainan yang diinginkan	☐	☐
5.	Bayi bisa menggenggam erat pensil?	☐	☐
6.	Bayi memasukkan benda ke mulut?	☐	☐
7.	Bayi mengulang menirukan bunyi yang didengar?	☐	☐
8.	Bayi menyebut 2–3 suku kata yang sama tanpa arti?	☐	☐
9.	Bayi mengeksplorasi sekitar, ingin tahu, ingin menyentuh apa saja?	☐	☐
10.	Bayi bereaksi terhadap suara yang perlahan atau bisikan?	☐	☐
11.	Bayi senang diajak bermain "CILUKBA"?	☐	☐
12.	Bayi mengenal anggota keluarga, takut pada orang yang belum dikenal?	☐	☐

Lanjutkan perawatan gigi bayi anda

Perhatikan tumbuhnya gigi, pada usia 9 bulan adanya gigi seri 8 buah, gigi geraham 4 buah. Bersihkan gigi anak dengan menggunakan kasa yang diberi air hangat dengan sedikit pasta gigi anak.

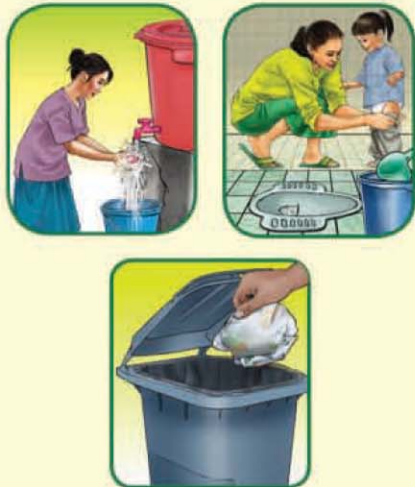
Bawa bayi anda setiap bulan ke Posyandu/ Puskesmas/ Fasilitas Kesehatan, untuk mendapat pelayanan:

- ☐ Pemantauan pertumbuhan
- ☐ Pemantauan perkembangan (usia 9 bulan dan 12 bulan)
- ☐ Kapsul Vitamin A (bulan Februari atau Agustus),
- ☐ Ibu/Ayah/Keluarga mengikuti Kelas Ibu Balita.



KESEHATAN LINGKUNGAN

- Jauhkan anak dari asap rokok, asap dapur, asap sampah, polusi kendaraan bermotor, dan dari kotoran limbah hewan ternak yang dipelihara berdampingan dengan rumah
- Pastikan selalu tersedia air bersih dan jamban sehat. Buang tinja anak di jamban sehat. Ibu mengajari anak BAB di jamban sehat.



Perlakuan popok sekali pakai:

- Mencuci tangan sebelum dan sesudah mengganti popok
- Bila anak BAB, sebaiknya sisa kotoran di popok disiram ke lubang pembuangan/ toilet sebelum popok dibuang
- Gulung dan rekatkan popok agar tertutup rapat sebelum dibuang
- Buang popok bekas pakai ke tempat pembuangan khusus
- Tidak membuang popok bekas pakai ke lubang toilet atau ke sungai



- Bersihkan bak penampungan air, dan tutup untuk menghindari berkembang biaknya jentik nyamuk
- Bersihkan rumah dan lingkungan bermain anak dari debu dan sampah. Dampingi anak saat bermain di luar rumah, dan hindarkan dari keramaian yang berisiko anak tertular penyakit
- Jaga kebersihan perlengkapan makan dan minum
- Hindari gigitan nyamuk, lindungi anak dengan mengoleskan losion kulit dan tidur dengan kelambu. Di daerah endemis malaria, anak harus tidur dalam kelambu berinsektisida
- Kurangi penggunaan bahan kimia dan pestisida yang dapat mencemari tanah
- Tanam tumbuhan hijau di halaman rumah
- Penjamah makanan selalu dalam kondisi sehat tidak menderita penyakit menular dan menerapkan kebersihan diri. Cara memasak menerapkan prinsip kunci keamanan pangan (menjaga pangan pada suhu aman, memasak dengan benar, memisahkan pangan matang dan pangan mentah, menjaga kebersihan, dan menggunakan air dan bahan baku yang aman)

PERAWATAN BAYI USIA 3 – 6 BULAN

- Selalu cuci tangan anda dengan sabun dan air mengalir sebelum dan sesudah memegang dan merawat bayi.
- Lanjutkan pemberian Air Susu Ibu (ASI Eksklusif) untuk mencukupi gizi bayi. Kandungan gizi pada ASI mencukupi kebutuhan bayi hingga usia 6 bulan.

Setiap saat lakukan stimulasi sesuai usia bayi dalam suasana menyenangkan, baik oleh orang tua maupun anggota keluarga.

Stimulasi bayi pada rentang usia 3–6 bulan dengan:

- Peluk, cium, pandang mata, senyum, bicara,
- Mencari sumber suara
- Bermain cilukba, melihat wajah di cermin
- Memeluk, mengayun
- Melihat, meraih
- Mengamati benda kecil, benda bergerak
- Mengambil benda kecil
- Berguling-guling, duduk



Lakukan pemantauan perkembangan dengan ceklis di bawah ini. Centang Ya atau Tidak sesuai perkembangan bayi anda. Jika pada usia 6 bulan bayi belum bisa melakukan salah satu dari ceklis, bawa bayi ke Puskesmas/ Fasilitas Kesehatan. Untuk bayi usia 3–5 bulan, gunakan ceklis pemantauan perkembangan halaman sebelumnya.

	Ya	Tidak
1. Bayi bisa berbalik dari telungkup ke telentang?	☐	☐
2. Bayi bisa mengangkat kepala secara mandiri hingga tegak 90°?	☐	☐
3. Bayi bayi bisa mempertahankan posisi kepala tetap tegak dan stabil?	☐	☐
4. Bayi bisa menggenggam mainan kecil atau mainan bertangkai?	☐	☐
5. Bayi bisa meraih benda yang ada dalam jangkauannya?	☐	☐
6. Bayi bisa mengamati tangannya sendiri	☐	☐
7. Bayi berusaha memperluas pandangan?	☐	☐
8. Bayi mengarahkan matanya pada benda-benda kecil?	☐	☐
9. Bayi mengeluarkan suara gembira bernada tinggi atau memekik	☐	☐
10. Bayi tersenyum ketika melihat mainan/ gambar yang menarik saat bermain sendiri?	☐	☐

Lakukan perawatan gigi, cara membersihkan gigi bayi:

- Gendong atau pangku anak dengan satu tangan
- Bersihkan gusi anak secara perlahan dengan kain atau lap basah yang dilingkarkan pada jari telunjuk ibu



Bawa bayi anda setiap bulan ke Posyandu/ Puskesmas/ Fasilitas Kesehatan, untuk mendapat pelayanan:

- ☐ Pemantauan pertumbuhan
- ☐ Pemantauan perkembangan (usia 3 bulan dan 6 bulan)
- ☐ Imunisasi pada usia 4 bulan: DPT–HB–Hib 3, Polio 4, IPV
- ☐ Ibu/Ayah/Keluarga mengikuti Kelas Ibu Balita



Bagaimana MELINDUNGI ANAK dari KEKERASAN FISIK, PSIKIS, dan KEJAHATAN SEKSUAL?

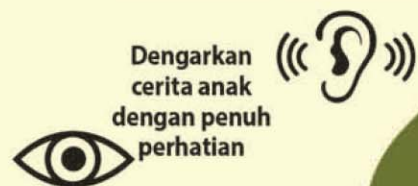
Lindungi Anak dari Kekerasan Fisik, Psikis, Seksual, dan Penelantaran. Contoh bentuk kekerasan:

- Mencubit, memukul (kekerasan fisik)
- Mengejek, mengancam (kekerasan psikis)
- Melakukan perbuatan cabul terhadap anak, mempertontonkan aktivitas seksual terhadap anak (kekerasan seksual)
- Tidak memenuhi kebutuhan gizi, kesehatan, pendidikan (penelantaran)



WASPADA! Banyak kekerasan fisik dan kejahatan seksual dilakukan oleh orang yang dikenal anak

BANGUN KOMUNIKASI DENGAN ANAK



Dengarkan cerita anak dengan penuh perhatian

Orangtua belajar melihat dari sudut pandang anak. Jangan cepat mengkritik atau mencela cerita anak



Hargai pendapat dan selera walau mungkin orangtua tidak setuju

Jika anak cerita sesuatu hal yang sekiranya membahayakan, tanya anak bagaimana mereka menghindari bahaya tersebut

- Kelola stress Anda dan anggota keluarga lainnya
- Ketahui selalu keberadaan anak Anda
- Pastikan pengasuh anak Anda dapat dipercaya

Kenali dan penuhi hak anak Anda

AJARKAN ANAK: TIDAK ADA ORANG YANG MENYENTUH BAGIAN PRIBADI



Perhatikan adanya tanda-tanda kekerasan pada anak

- Memar dan luka yang tidak bisa dijelaskan
- Gangguan makan dan tidur
- Perubahan perilaku
- Adanya infeksi menular seksual

Melanjutkan pemberian ASI disertai Makanan Pendamping ASI (MP ASI). Pemberian MP ASI yang baik harus sesuai syarat berikut ini:

1. Tepat waktu

MP ASI diberikan saat ASI saja sudah tidak dapat memenuhi kebutuhan gizi bayi. MP ASI diberikan mulai usia 6 bulan

2. Adekuat

MP ASI yang diberikan dengan mempertimbangkan jumlah, frekuensi, konsistensi / tekstur / kekentalan dan variasi makanan. Variasi makanan dalam MP ASI terdiri dari:

- Makanan pokok: beras, biji-bijian, jagung, gandum, sagu, umbi, kentang, singkong, dan lain-lain.
- Makanan sumber protein hewani: ikan, ayam, daging, hati, udang, telur, susu dan hasil olahannya. Pemberian protein hewani dalam MP ASI diprioritaskan. Selain itu sumber protein nabati mulai diperkenalkan, yang terdapat dalam

kacang-kacangan (protein nabati): kedelai, kacang hijau, kacang polong, kacang tanah, dan lain-lain.

- Lemak diperoleh dari proses pengolahan misalnya dari penambahan minyak, santan, dan penggunaan protein hewani dalam MP ASI

Mulai diperkenalkan:

- Buah dan sayur mengandung vitamin A dan C: jeruk, mangga, tomat, bayam, wortel, dan lain-lain.

3. Aman

- Perhatikan kebersihan makanan dan peralatan.



- Mencuci tangan sebelum menyiapkan makanan dan sebelum memberikan makanan kepada anak.

4. Diberikan dengan cara yang benar

- MP ASI diberikan secara teratur (pagi, siang, sore/ menjelang malam)
- Lama pemberian makan maksimal 30 menit.
- Lingkungan netral (tidak sambil bermain atau menonton TV)
- Ajari anak makan sendiri dengan sendok dan minum dengan gelas

6 - 8 bulan	9 - 11 bulan	12 - 23 bulan
• Lanjutkan menyusui • 2-3 sdm bertahap hingga 1/2 mangkok berukuran 250 ml (125 ml) • 2-3 x makan • 1-2 kali selingan • Jumlah energi dari MP ASI yang dibutuhkan per hari 200 kkal	• Lanjutkan menyusui • 1/2 - 3/4 mangkok ukuran 250 ml (125 - 200 ml) • 3-4 x makan • 1-2 kali selingan • Jumlah energi dari MP ASI yang dibutuhkan per hari 300 kkal	• Lanjutkan menyusui hingga 2 tahun atau lebih • 3/4 - 1 mangkok ukuran 250 ml • 3-4 x makan • 1-2 kali selingan • Jumlah energi dari MP ASI yang dibutuhkan per hari 550 kkal
DISARING Makanan dibuat dengan disaring. Tekstur makanan lumat dan kental Kebutuhan cairan: 800 ml/ hari (±3 gelas belimbing)	DICINCANG Bahan makanan sama dengan untuk orang dewasa. Tekstur makanan dicincang/ dicacah, dipotong kecil, dan selanjutnya makanan yang diiris-iris. Perhatikan respons anak saat makan Kebutuhan cairan: 800 ml/ hari (±3 gelas belimbing)	MASAK BIASA Bahan makanan sama dengan untuk orang dewasa. Tekstur makanan yang diiris-iris. Perhatikan respons anak saat makan Kebutuhan cairan: 1.300 ml/ hari (±5 gelas belimbing)

DEMAM



- Jika masih menyusui, berikan ASI lebih sering.
- Beri minum lebih sering dan lebih banyak.
- Jangan diselimuti atau diberi baju tebal.
- Kompres dengan air biasa atau air hangat.
- Jangan kompres dengan air dingin karena anak bisa menggigil.
- Jika demam tinggi, beri obat penurun panas sesuai dosis.
- Untuk daerah endemis malaria, balita harus tidur di dalam kelambu anti nyamuk (mengandung insektisida).

Segera bawa anak ke fasilitas pelayanan kesehatan jika:

- Demam disertai kejang.
- Setelah diberi penurun panas, demam tidak turun dalam 2 hari,
- Demam disertai bintik-bintik merah, pendarahan di hidung, dan atau buang air besar berwarna hitam.

LUKA DAN KORENG



Luka

- Cuci bersih luka dengan air bersih mengalir

Koreng

- Periksa ke fasilitas pelayanan kesehatan



Bawa ke fasilitas pelayanan kesehatan jika luka bernanah atau berbau

Batuk:

1. Berikan ASI lebih sering.
2. Beri minum air matang lebih banyak.
3. Jika umurnya diatas 1 tahun, beri kecap manis atau madu dicampur air jeruk nipis sebagai pelega tenggorokan.
4. Jauhkan dari asap rokok, asap dapur, asap sampah, polusi kendaraan bermotor dan debu.

Bawa ke fasilitas pelayanan kesehatan jika:

- Batuk tidak sembuh dalam 2 hari
- Anak sesak napas
- Demam

Diare/Mencret:

1. Jika anak masih menyusui, terus berikan ASI sesering mungkin.
2. Berikan segera 1/2 – 1 gelas cairan oralit setiap anak buang air besar, jika tidak ada oralit, berikan air matang, kuah sayur bening, dan air tajin.
3. Pemberian zinc setiap hari selama 10 hari berturut-turut:
 - a. untuk anak usia <6 bulan 1 kali 1/2 tablet.
 - b. untuk anak usia 6 bulan – 5 tahun 1 kali 1 tablet.
4. Beri MP-ASI atau makan seperti biasa.
5. Jangan beri obat apapun kecuali dari petugas kesehatan.



Segera bawa anak ke fasilitas kesehatan untuk mendapatkan perawatan yang tepat, jika ditemukan salah satu atau lebih di bawah ini;

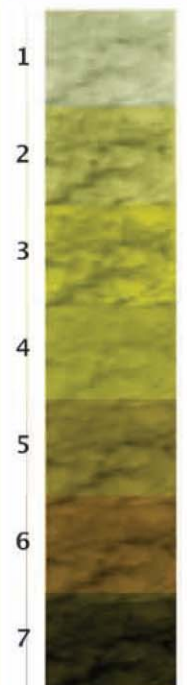
- Timbul demam.
- Ada darah dalam tinja.
- Diare makin parah.
- Muntah terus menerus.
- Anak terlihat sangat haus.
- Anak tidak mau makan dan minum.
- Diare berulang-ulang.

7 indikator warna tinja

Jika menemukan warna mendekati nomor 1 sampai 3, atau pertama warnanya mendekati warna nomor 4 sampai 7 tetapi kemudian warnanya menjadi lebih pucat (nomor 1 sampai 3) ada kemungkinan bayi menderita Atresia Bilier. Segera bawa bayi ke dokter.

Periksa warna tinja bayi setiap hari. Isi tabel warna tinja saat umur 2 minggu, 1 bulan, dan 1-4 bulan.

Umur 2 minggu			no.
(tahun)	(bulan)	(tanggal)	
Umur 1 bulan			no.
(tahun)	(bulan)	(tanggal)	
Umur 1-4 bulan			no.
(tahun)	(bulan)	(tanggal)	



Perhatikan warna tinja bayi anda sampai berumur 4 bulan. Jika mata bayi masih kuning, atau warna urin berwarna kuning keruh setelah usia 2 minggu, segera bawa bayi ke dokter.

Cocokkan warna air kencing dengan warna tabel di bawah ini untuk mengukur apakah kebutuhan cairan telah tercukupi

Tindakan Warna Air Kencing Interpretasi



Terhidrasi Baik
Anak ibu sudah terhidrasi dengan baik. Teruskan minum air putih sesuai kebutuhan.



Kurang Terhidrasi
Anak Ibu kurang terhidrasi. Tambahkan minum sesuai kebutuhan.



Dehidrasi
Anak Ibu sangat kurang minum. Segera minum air putih sesuai kebutuhan. Bila warna air kencing tidak membaik, segera hubungi bidan/perawat/dokter untuk penjelasan lebih lanjut.

Aku Sehat, Tumbuh, Berkembang



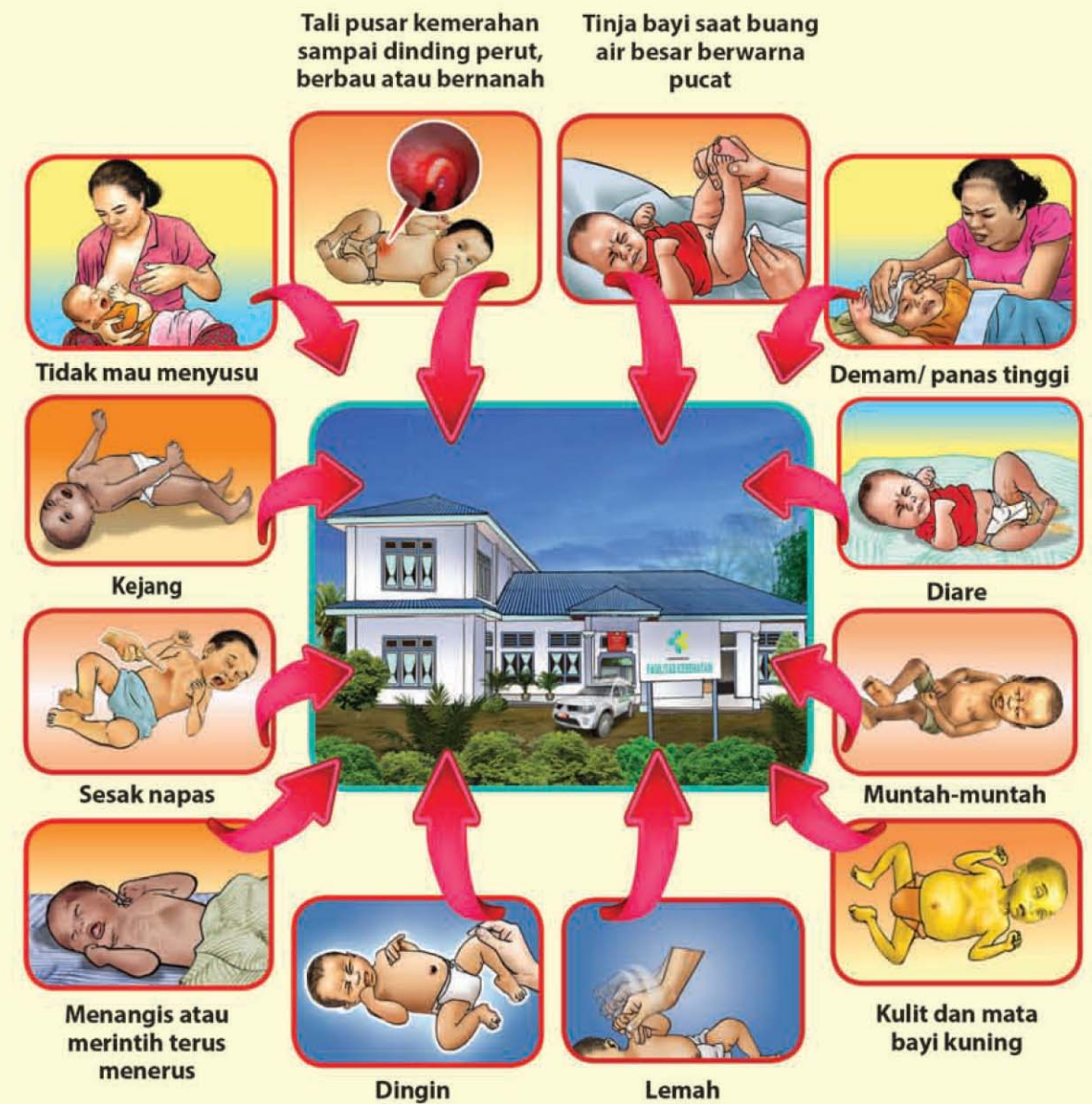
Pemantauan kesehatan anak usia sekolah dilanjutkan melalui Buku Rapor Kesehatanku



KONDISI BAYI BARU LAHIR 0-28 HARI (NEONATUS)

Tanda Bahaya pada Bayi Baru Lahir

Jika ditemukan 1 (satu) atau lebih tanda bahaya di bawah ini, bayi segera dibawa ke fasilitas kesehatan (Puskesmas, dokter praktik, dan Rumah Sakit)



Sunat pada bayi perempuan tidak mempunyai manfaat terhadap kesehatan dan berisiko bagi kesehatan bayi saat ini maupun masa yang akan datang