



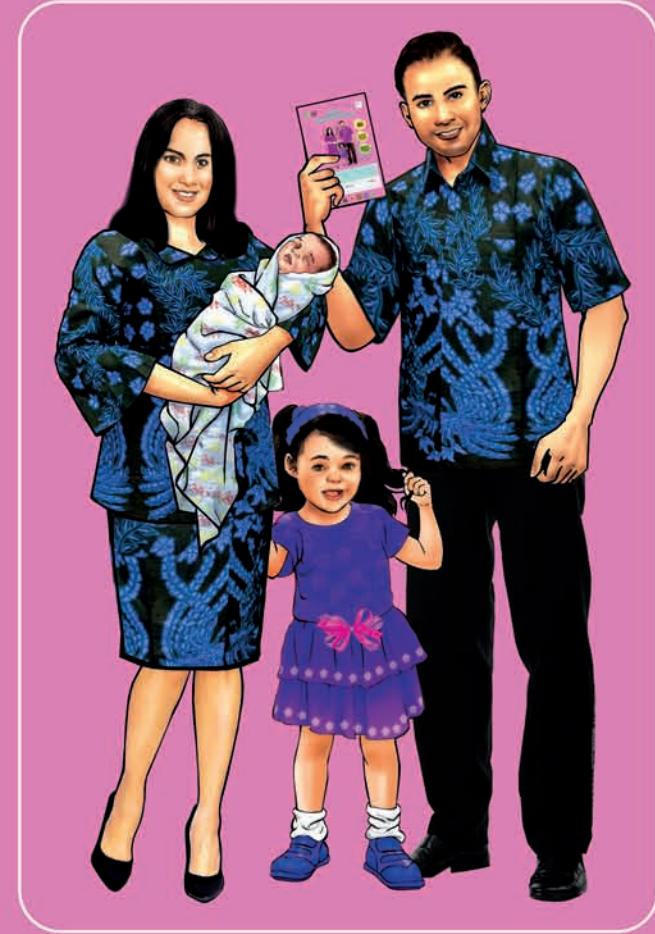
BUKU KIA

KESEHATAN IBU DAN ANAK

Dikeluarkan Tanggal: _____
 Fasilitas Kesehatan: _____
 Kab./Kota _____
 Provinsi _____

No. Buku: _____

Nama Ibu : _____
 NIK Ibu : _____



BAGIAN ANAK

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

BUKU KIA
 DIGUNAKAN SAMPAI ANAK BERUMUR 6 TAHUN



BUKU KIA
 DIGUNAKAN SAMPAI ANAK BERUMUR 6 TAHUN

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

BAGIAN IBU

KESEHATAN IBU DAN ANAK

BUKU KIA



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

Dikeluarkan Tanggal: _____ No. Buku: _____
 Tanggal, Bulan, Tahun

Fasilitas Kesehatan: _____ Kab./Kota _____ Provinsi _____



APBN DIREKTORAT KESEHATAN KELUARGA 2021



ISBN 978-623-301-149-5



Katalog Dalam Terbitan. Kementerian Kesehatan RI

Indonesia. Kementerian Kesehatan RI
Buku Kesehatan Ibu dan Anak.
Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.2021

ISBN 978-623-301-149-5

Judul:

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

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

ISBN 978-623-301-149-5

Indonesia. Kementerian Kesehatan RI
Buku Kesehatan Ibu dan Anak.
Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.2021

Katalog Dalam Terbitan. Kementerian Kesehatan RI



ISBN 978-623-301-149-5








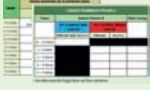










APBN DIREKTORAT KESEHATAN KELUARGA 2021



306.874 3
Ind.
b

306.874 3
Ind.
b

KESEHATAN ANAK

C A T A T A N	Identitas hal. 1	Pelayanan Kesehatan Neonatus hal. 7	Pelayanan SDIDTK hal. 10 - 11	Kurva Pertumbuhan hal. 13 - 25
				
I N F O R M A S I	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
				
I N F O R M A S I	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 T A N	Identitas Ibu hamil hal. 1	Pernyataan Pelayanan Kesehatan Ibu hal. 2	Amanat Persalinan hal. 4
			
I N F O R M A S I	Pelayanan Dokter hal. 5 - 12	Pelayanan Kehamilan hal. 7 - 8	Pelayanan Nifas hal. 14
			
I N F O R M A S I	Rujukan hal. 15	Ibu Hamil hal. 16 - 22	Ibu Bersalin hal. 23 - 25
			
I N F O R M A S I	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

Foto Anak

	ANAK	IBU/AYAH/ WALI*
Nama		
Anak Ke		
Nomor Akte Kelahiran		
NIK		
Tempat/ Tanggal Lahir		
Golongan Darah		
JENIS PELAYANAN <ul style="list-style-type: none"> • JKN/ Asuransi Lain <ul style="list-style-type: none"> o Nomor o Tanggal Berlaku 		
Fasilitas Pelayanan Kesehatan: <ul style="list-style-type: none"> • Primer: <ul style="list-style-type: none"> o Nomor Registrasi Kohort Bayi: o Nomor Registrasi Kohort Balita dan Anak Pra-sekolah: • Sekunder: <ul style="list-style-type: none"> o Nomor Catatan Medik RS 		
Pendidikan		
Pekerjaan		
Alamat		
Telepon		
Email/ Media Sosial		

* coret yang tidak perlu

PERNYATAAN IBU/ KELUARGA TENTANG PELAYANAN KESEHATAN ANAK YANG SUDAH DITERIMA

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

Bayi baru lahir 0-28 hari	0 - 6 jam		KN 1 (6 - 48 jam)		KN 2 (3-7 hari)		KN 3 (8-28 hari)	
	Tgl, bln: Tempat:		Tgl, bln: Tempat:		Tgl, bln: Tempat:		Tgl, bln: Tempat:	
Perawatan Tali Pusat								
IMD								
Vitamin K1								
Imunisasi Hepatitis B								
Salep/tetes mata antibiotik								
Skrining BBL/SHK								
KIE								
PPIA								
Bayi (0-1 tahun)	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:
BB								
PB								
LK								
Perkembangan								
KIE								
Imunisasi*								
Vit A								
PPIA								
Anak balita (1-2 tahun)	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:
BB								
PB								
LK								
Perkembangan								
KIE								
Imunisasi*								
Vitamin A, obat cacung								
PPIA								
Anak balita (2-3 tahun)	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:
BB								
TB								
LK								
Perkembangan								
KIE								
Vitamin A, obat cacung								
Anak balita (3-4 tahun)	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:
BB								
TB								
LK								
Perkembangan								
KIE								
Vitamin A, obat cacung								
Anak balita (4-5 tahun)	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:
BB								
TB								
LK								
Perkembangan								
KIE								
Vitamin A, obat cacung								
Anak (5-6 tahun)	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:	Tgl, bln: Tempat:
BB								
TB								
LK								
Perkembangan								
KIE								

*tenaga kesehatan juga menulis jenis vaksin yang diberikan

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

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

Mengesahkan:

Fasilitas Kesehatan:

.....

ttd, stempel

(.....)

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

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

- Untuk pertinggal dokumen Ibu/Anak

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:	Menyusu <input type="checkbox"/> Tali Pusat <input type="checkbox"/> Vit K1* <input type="checkbox"/> Salep/Tetes Mata* <input type="checkbox"/> Imunisasi HB* <input type="checkbox"/> Tgl/bl/th: <input type="checkbox"/>	Menyusu <input type="checkbox"/> Tali Pusat <input type="checkbox"/> Tanda bahaya <input type="checkbox"/> Identifikasi kuning <input type="checkbox"/> Imunisasi HB* <input type="checkbox"/> Tgl/bl/th: <input type="checkbox"/> Jam: <input type="checkbox"/> Nomor Batch: <input type="checkbox"/>	Menyusu <input type="checkbox"/> Tanda bahaya <input type="checkbox"/> Identifikasi kuning <input type="checkbox"/> Imunisasi HB* <input type="checkbox"/> Tgl/bl/th: <input type="checkbox"/> Jam: <input type="checkbox"/> Nomor Batch: <input type="checkbox"/> Skrining Hipotiroid Kongenital* <input type="checkbox"/> <i>*Bila belum diberikan</i>	Menyusu <input type="checkbox"/> Tali Pusat <input type="checkbox"/> Tanda bahaya <input type="checkbox"/> Identifikasi kuning <input type="checkbox"/>  ** Berikan tanda pada bagian tubuh mana bayi tampak kuning dengan melingkari angka.
BB: gr PB: cm LK: cm	Inisiasi Menyusu Dini (IMD) <input type="checkbox"/> Vit K1 <input type="checkbox"/> Salep/Tetes Mata <input type="checkbox"/> Imunisasi HB <input type="checkbox"/> Tgl/bl/th: <input type="checkbox"/> Jam: <input type="checkbox"/> Nomor Batch: <input type="checkbox"/>	BB: gr PB: cm LK: cm Skrining Hipotiroid Kongenital <input type="checkbox"/> <i>*Bila belum diberikan</i>		
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:

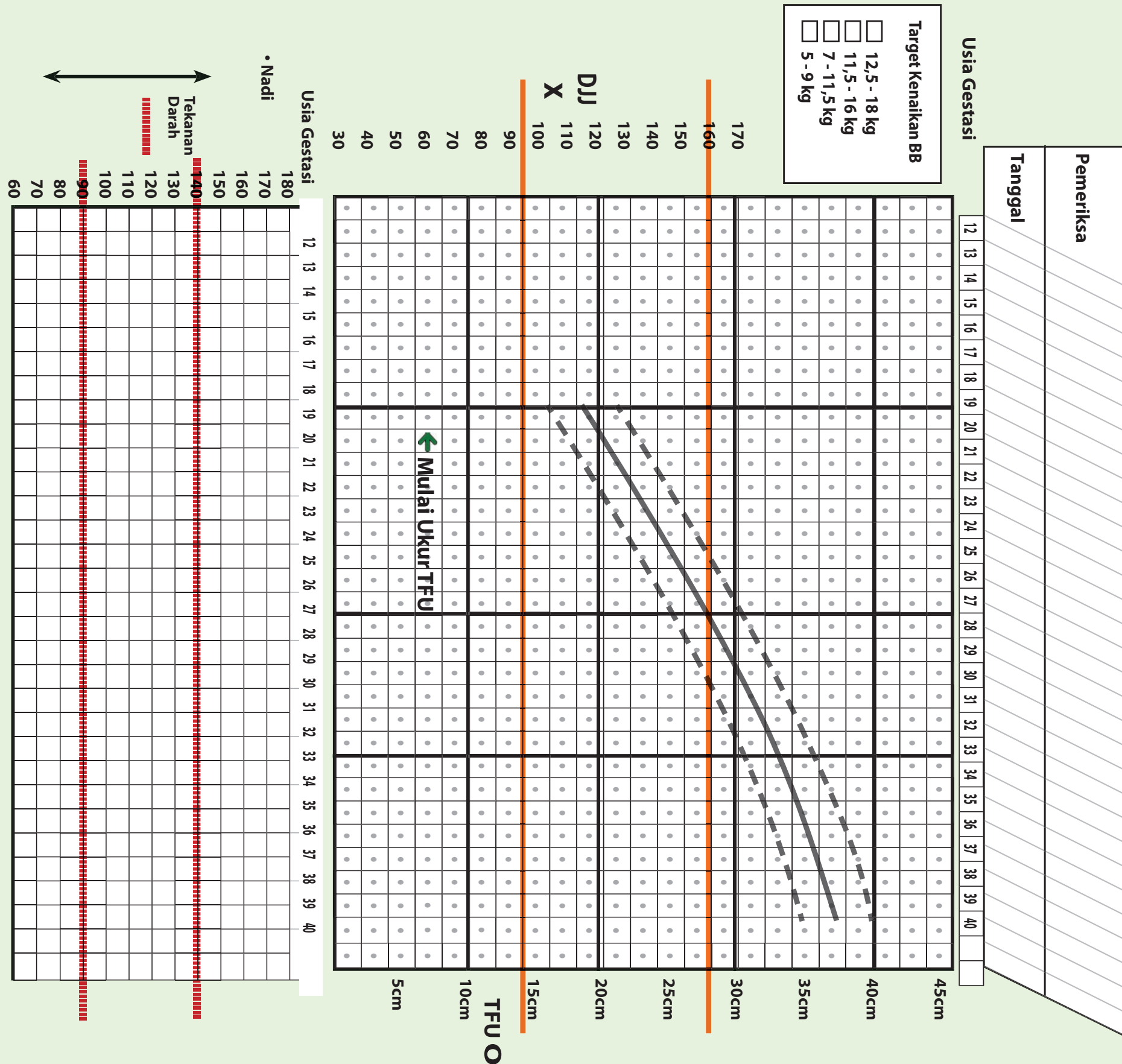
.....

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

PELAYANAN KEHAMILAN

Diisi oleh Bidan atau Perawat

GRAFIK EVALUASI KEHAMILAN



PELAYANAN IMUNISASI

UMUR	BULAN												
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	12	18	2+
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:													

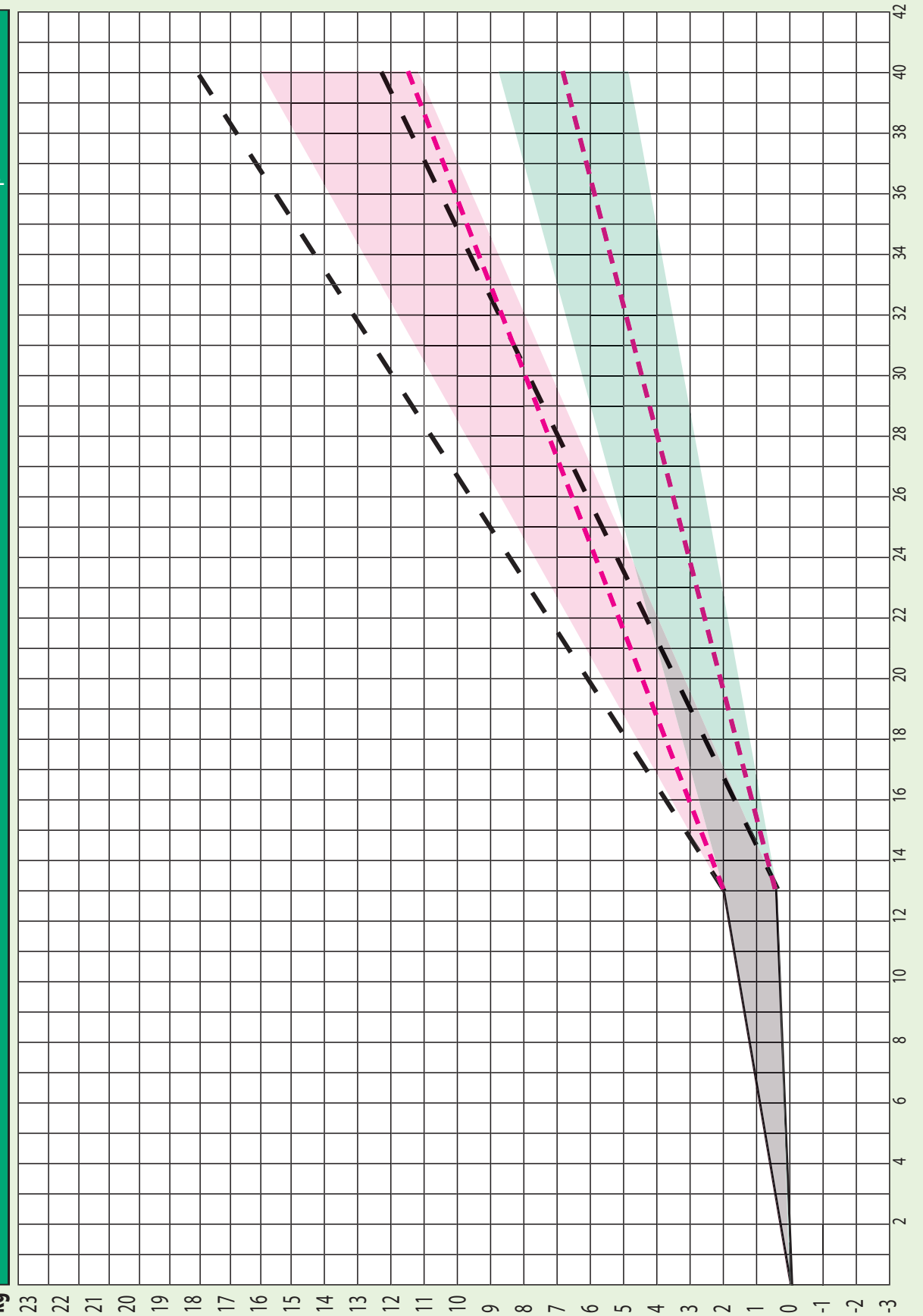
- Keterangan:**
- Jadwal tepat pemberian imunisasi dasar
 - Waktu yang masih diperbolehkan untuk pemberian imunisasi dasar
 - Waktu Pemberian imunisasi bagi anak di atas 1 tahun yang belum lengkap
 - Waktu yang tidak diperbolehkan untuk pemberian imunisasi dasar

PELAYANAN KEHAMILAN

Diisi oleh Bidan atau Perawat

GRAFIK PENINGKATAN BERAT BADAN

Grafik Peningkatan Berat Badan untuk Katagori IMT Pra Kehamilan
Adaptasi dari IOM, 2009



MINGGU KEHAMILAN

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

PELAYANAN IMUNISASI

UMUR	BULAN													
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	18	2+
Jenis Vaksin	Tanggal Pemberian dan Paraf Petugas													
*PCV 1 No Batch:														
*PCV 2 No Batch:														
*Japanese Encephalitis No Batch:														
*PCV 3 No Batch:														

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

PELAYANAN SDIDTK

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/GI/O)	TB/U (SP/P/Tn/Ti)	LK/U (Mi/N/Ma)
29 hari-3 bulan						
3-6 bulan		3 bulan				
6-9 bulan		6 bulan				
9-12 bulan		9 bulan				
12-18 bulan		12 bulan				
18-24 bulan		15 bulan				
2-3 tahun		18 bulan				
		21 bulan				
3-4 tahun		24 bulan				
		30 bulan				
4-5 tahun		36 bulan				
		42 bulan				
5-6 tahun		48 bulan				
		54 bulan				
		60 bulan				
		72 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.

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

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

Kesimpulan Akhir Nifas
 Keadaan Ibu**:
 Sehat
 Sakit
 Kelainan Bawaan:

Kesimpulan Bayi:**
 Sehat
 Sakit
 Meninggal
 Lain-lain: Sebutkan

Komplikasi Nifas:**
 Perdarahan
 Infeksi
 Hipertensi
 Lain-lain: Sebutkan

** Beri tanda [✓] pada kolom yang sesuai

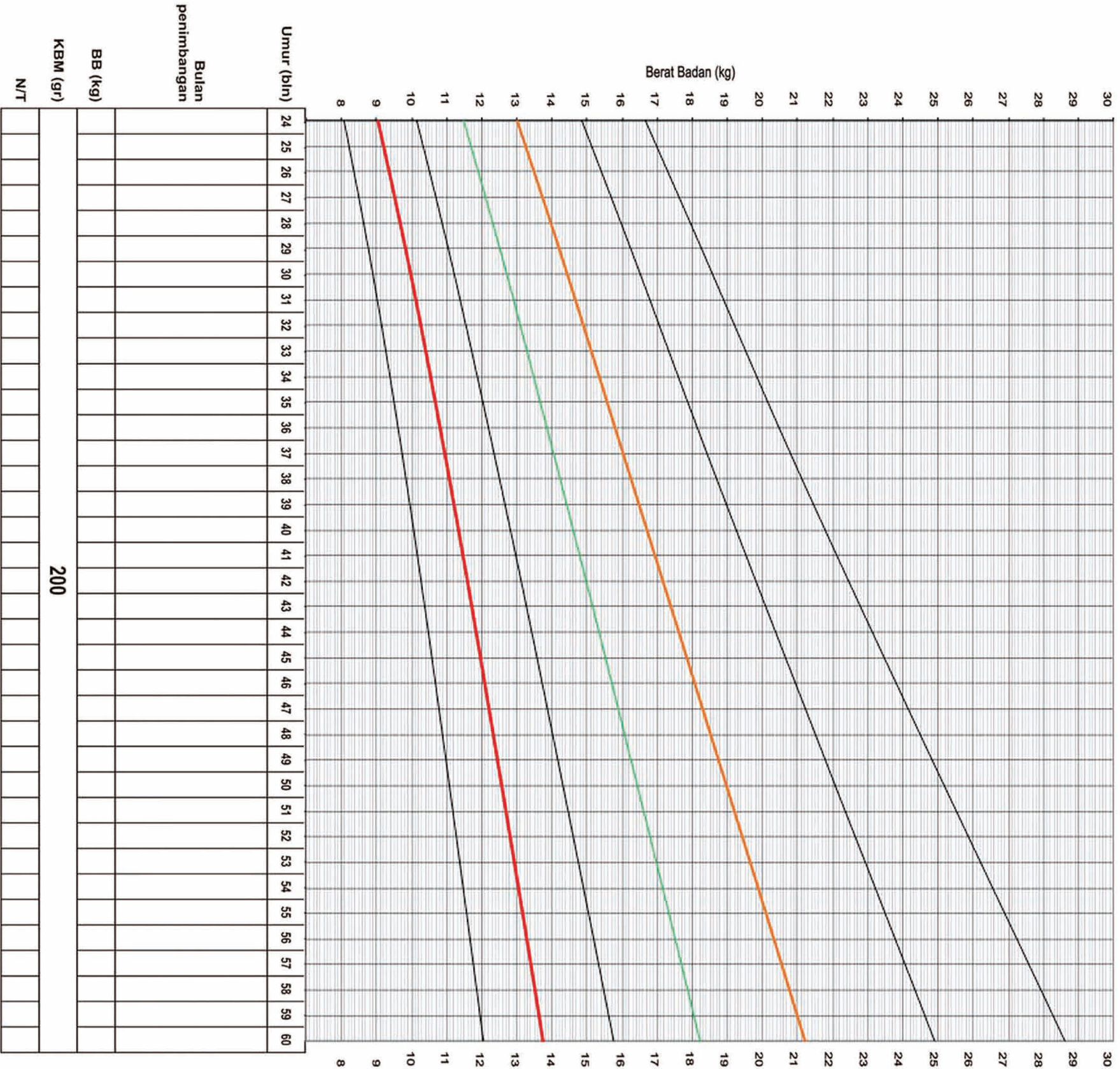
Pastikan bayi mendapat pelayanan kesehatan neonatal (KN) dan catat hasil pemeriksaan pada lembar anak

Kesimpulan :



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

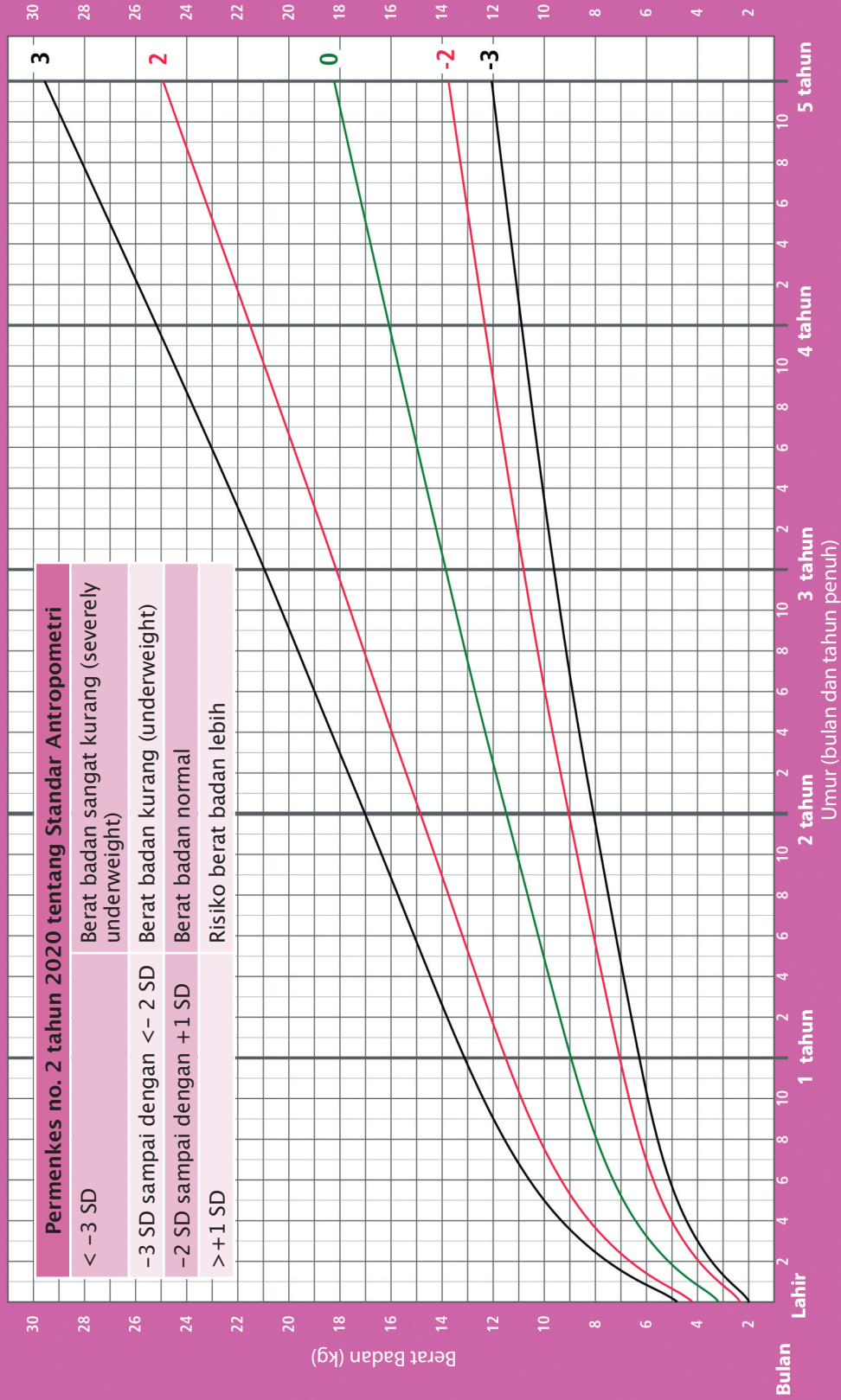
Kader kesehatan melakukan plotting hasil penimbangan, penyuluhan kepada ibu dan rujukan ke petugas kesehatan

Tenaga kesehatan memastikan plotting hasil penimbangan dan menatakasana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak

Grafik Berat Badan Menurut Umur Anak Perempuan

0-5 tahun

DIISI OLEH TENAGA KESEHATAN



Permenkes no. 2 tahun 2020 tentang Standar Antropometri

- < -3 SD Berat badan sangat kurang (severely underweight)
- 3 SD sampai dengan < -2 SD Berat badan kurang (underweight)
- 2 SD sampai dengan +1 SD Berat badan normal
- > +1 SD Risiko berat badan lebih

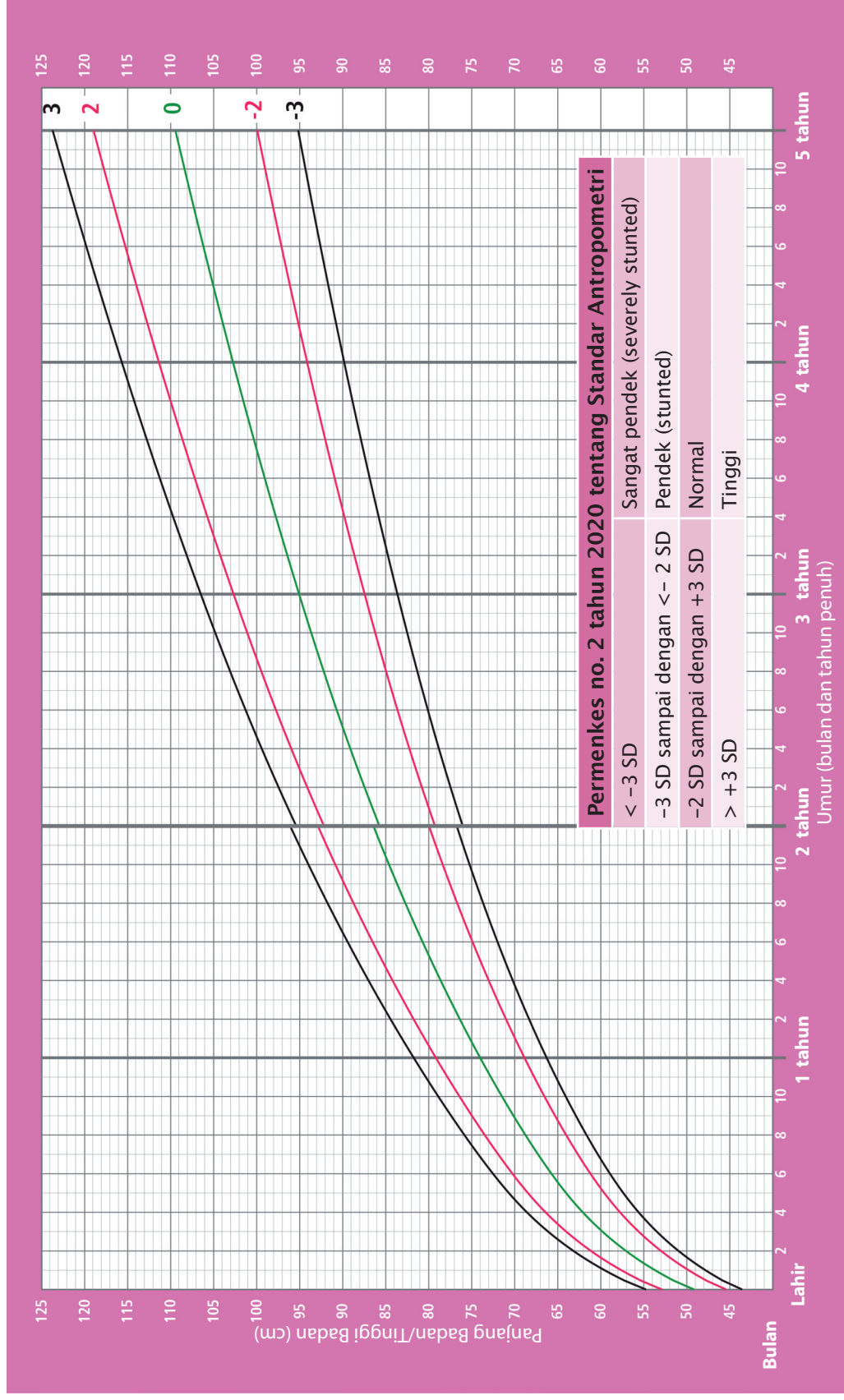
Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SDIDTK

Orangtua, kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur

Grafik Panjang Badan/Tinggi Badan Menurut Umur Anak Perempuan

0-5 tahun

DIISI OLEH TENAGA KESEHATAN



Orangtua, kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur

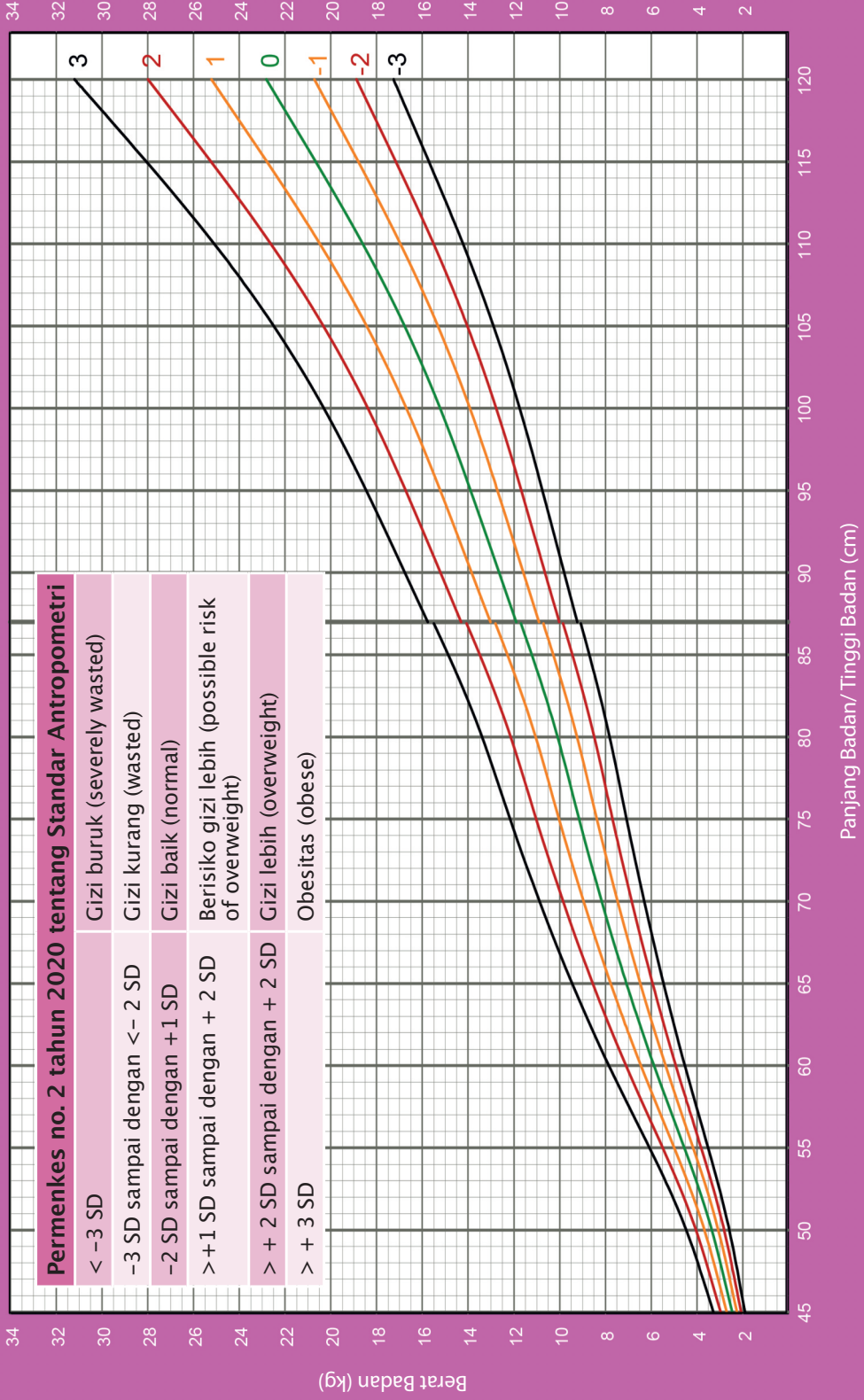
Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SDIDTK

Grafik Berat Badan Menurut Panjang Badan/Tinggi Badan Anak Perempuan



DIISI OLEH TENAGA KESEHATAN

0-5 tahun



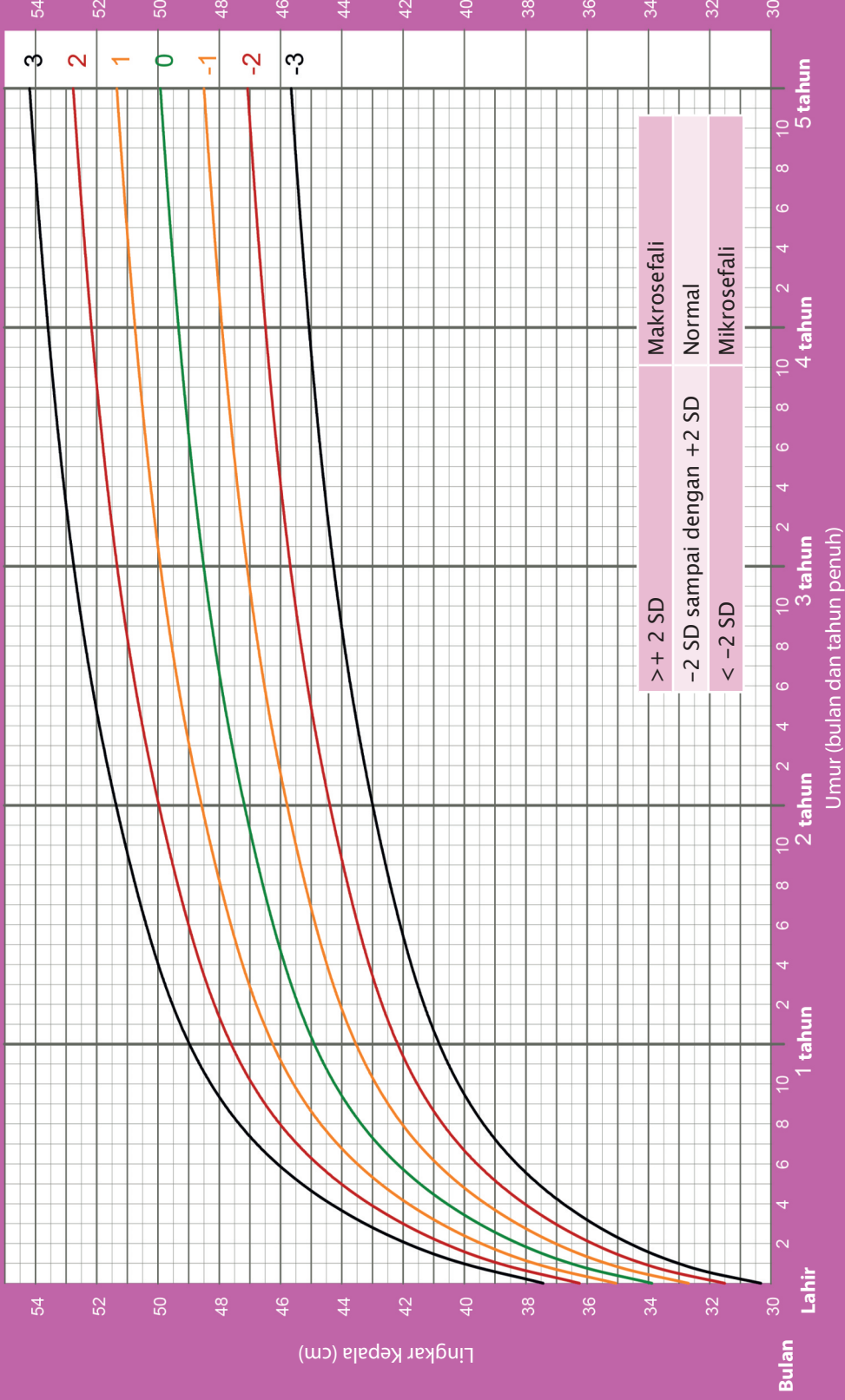
Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SDIDTK

Orangtua, kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur

Grafik Lingkar Kepala 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

PORSI MAKAN DAN MINUM IBU HAMIL UNTUK KEBUTUHAN SEHARI

Bahan Makanan	Ibu Hamil trimester 1	Ibu Hamil trimester 2 dan 3	Keterangan
Nasi atau Makanan Pokok	5 porsi	6 porsi	1 porsi = 100 gr atau 3/4 gelas nasi
Protein hewani seperti: ikan, telur, ayam, dan lainnya	4 porsi	4 porsi	1 porsi = 50 gr atau 1 potong sedang ikan telur Ayam 1 porsi = 55 gr atau 1 butir
Protein nabati seperti: tahu, tempe, dan lainnya	4 porsi	4 porsi	1 porsi = 50 gr atau 1 potong sedang tempe 1 porsi = 100 gr atau 2 potong sedang tahu
Sayur-sayuran	4 porsi	4 porsi	1 porsi = 100 gr atau 1 mangkuk sayur matang tanpa kuah
Buah-buahan	4 porsi	4 porsi	1 porsi = 100 gr atau 1 potong sedang pisang 1 porsi = 100-190 gr atau 1 potong besar pepaya
Minyak/lemak	5 porsi	5 porsi	Minyak/lemak yang termasuk santan yang digunakan dalam pengolahan, makanan digoreng, ditumis atau dimasak dengan santan
Gula	2 porsi	2 porsi	1 porsi = 5 gr atau 1 sendok teh, bersumber dari pengolahan makanan seperti meng goreng, menumis, santan, kemiri, mentega dan sumber lemak lainnya
	2 porsi	2 porsi	1 porsi = 10 gr atau 1 sendok makan bersumber dari kue-kue manis, minuman teh manis dan lain-lainnya

Minum Air Putih: 8 - 12 gelas per hari

Catatan:

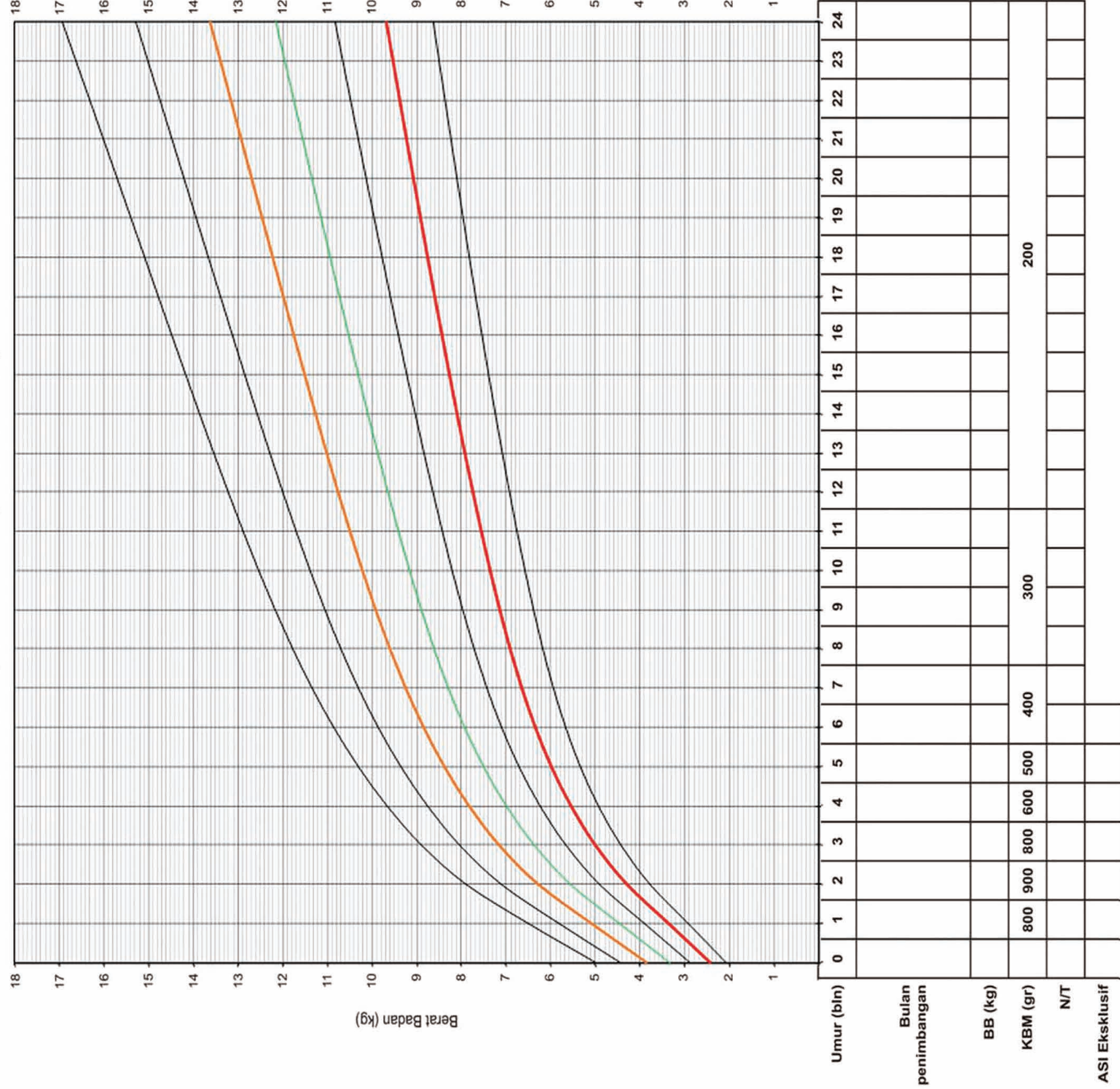
Konsultasikan porsi makan kepada tenaga kesehatan, perhatikan Indeks massa tubuh



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

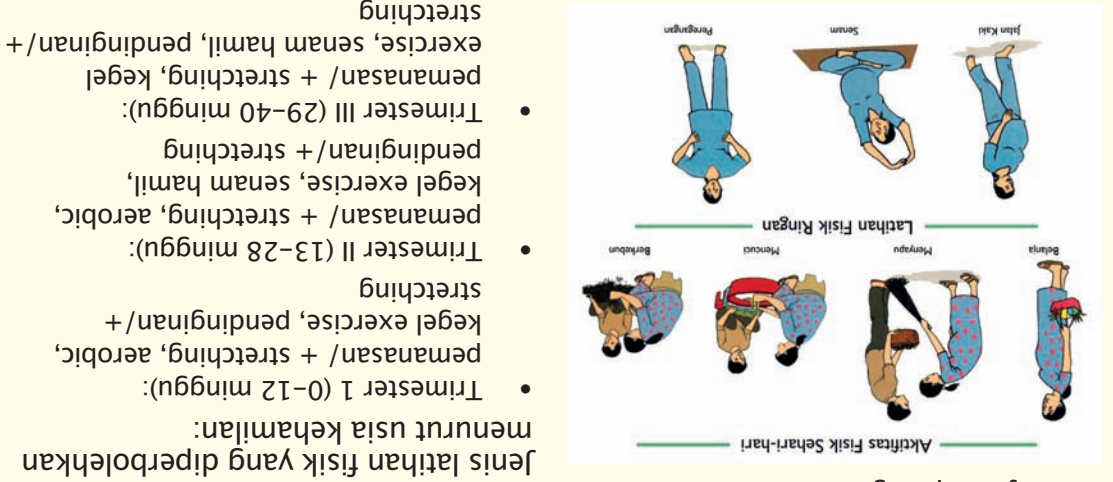
TIDAK NAIK (T)

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

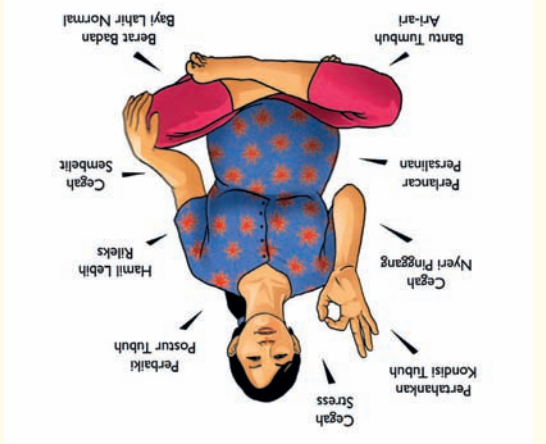
Tenaga kesehatan memastikan plotting hasil penimbangan dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak



- 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, menggejal
- Mengikuti senam ibu hamil sesuai anjuran petugas kesehatan
- 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, pendinginan/+ stretching

Aktivitas Fisik dan Latihan Fisik

Manfaat aktivitas fisik dan latihan fisik bagi Ibu hamil:



Jenis latihan fisik yang diperbolehkan menurut usia kehamilan:

- 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, pendinginan/+ stretching

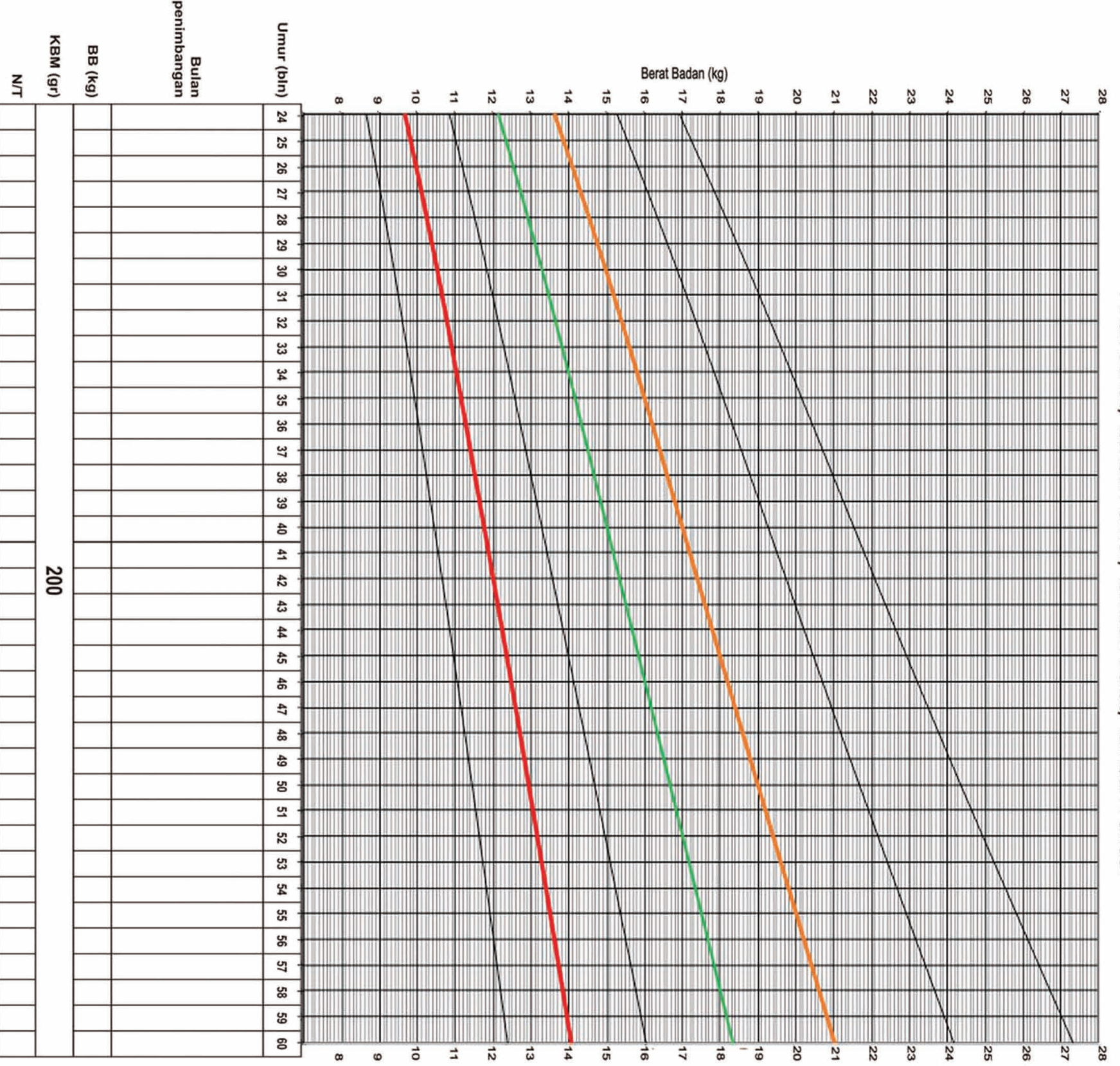


KMS
KARTU MENUJU SEHAT
Untuk Laki-Laki

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 mendarat 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 menataleksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak

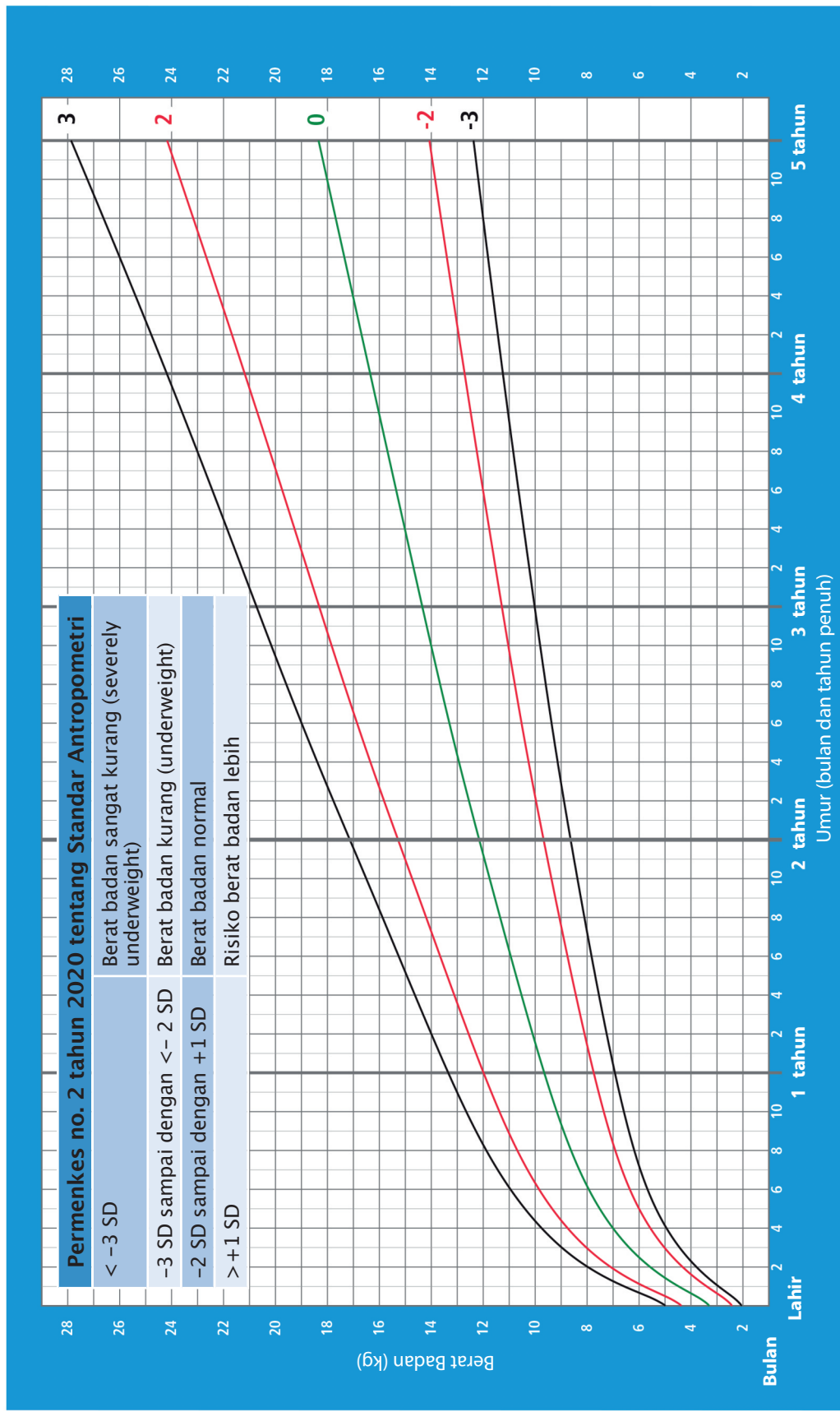
Grafik Berat Badan Menurut Umur Anak Laki-laki

0-5 tahun



World Health Organization

DIISI OLEH TENAGA KESEHATAN



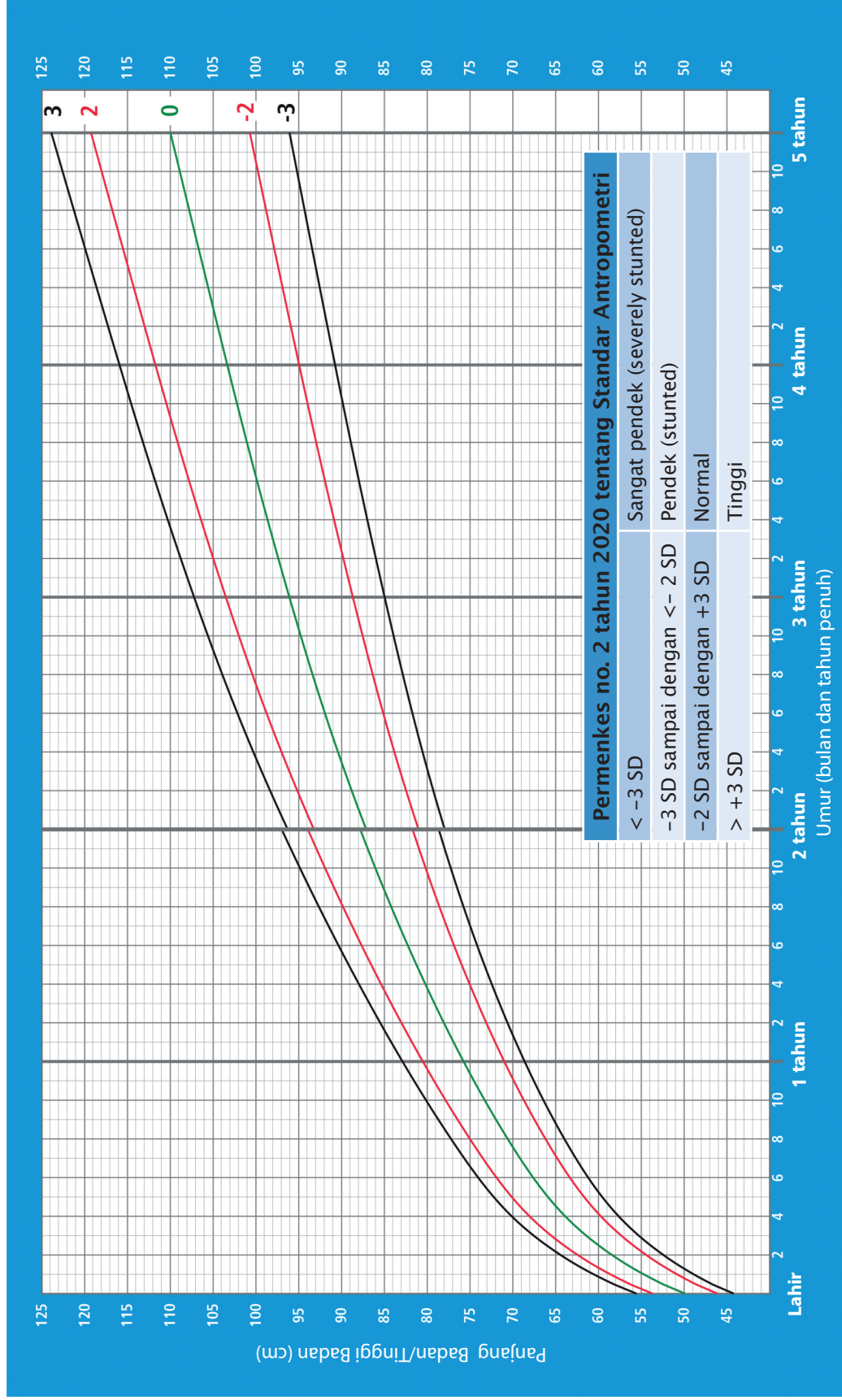
Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SDIDTK

Orangtua, kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur

Grafik Panjang Badan/Tinggi Badan Menurut Umur Anak Laki-laki

0-5 tahun

DIISI OLEH TENAGA KESEHATAN



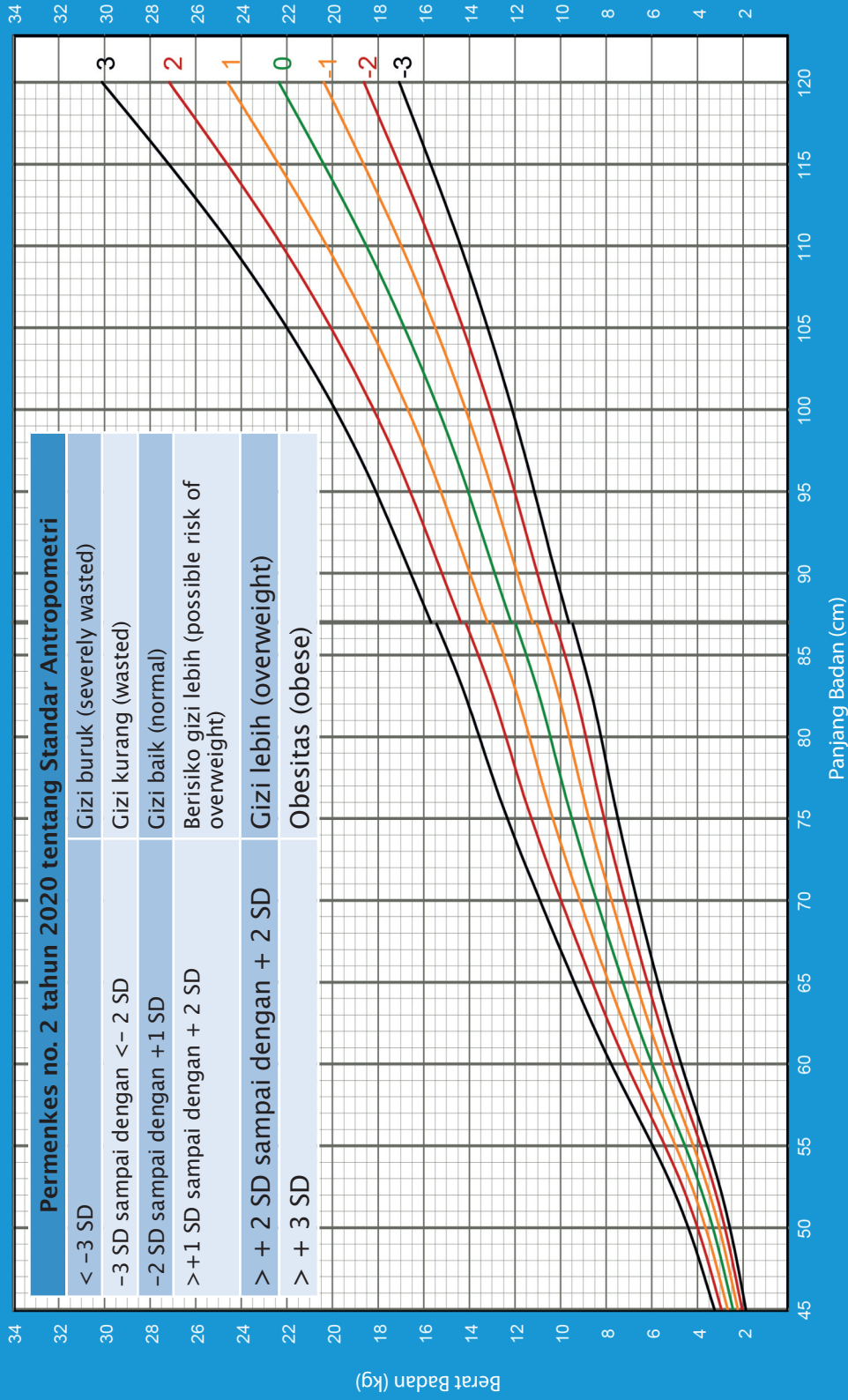
Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SDIDTK

Orangtua, kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur

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

0-5 tahun

DIISI OLEH TENAGA KESEHATAN



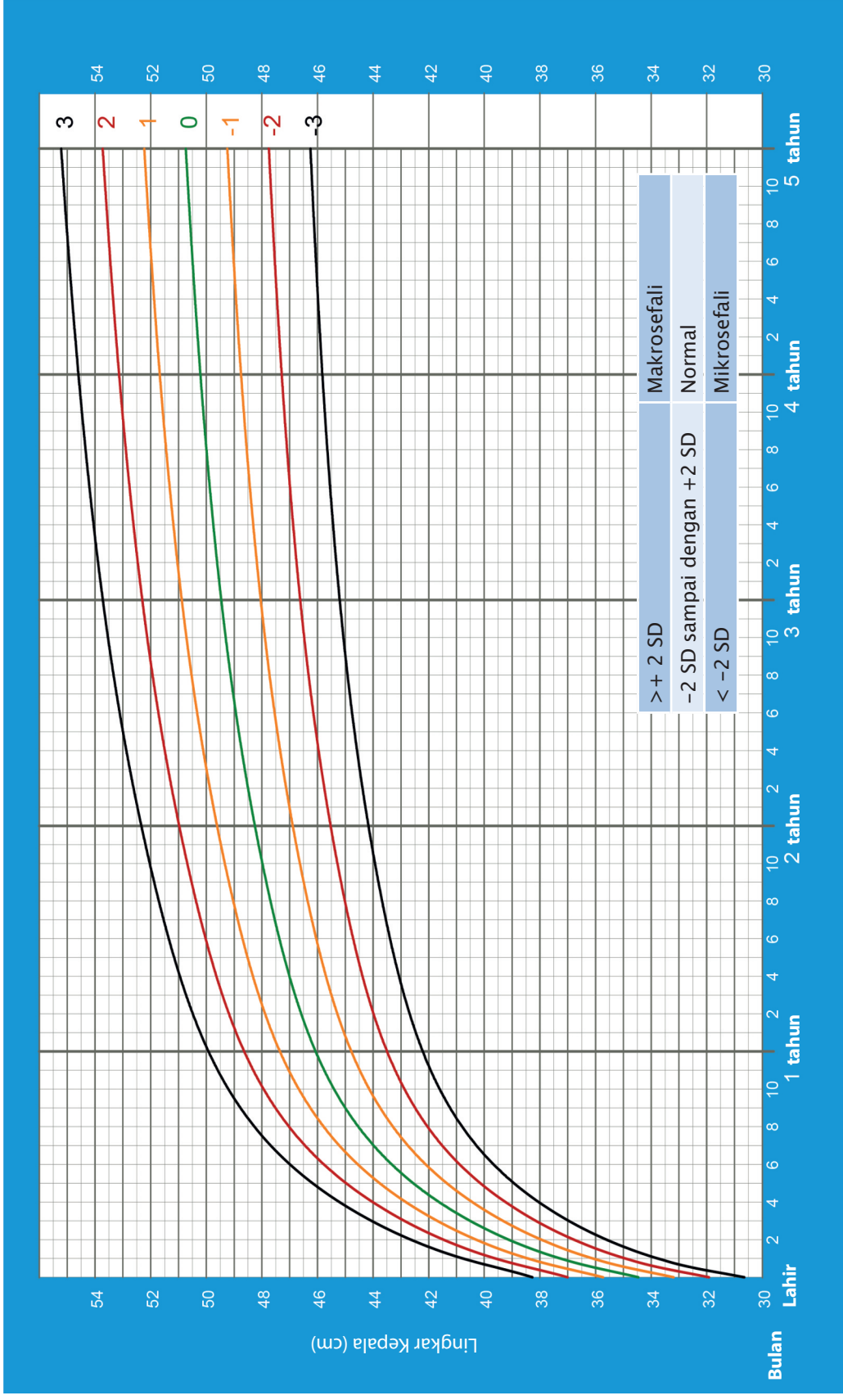
Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SIDITK

Orangtua, kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur

Grafik Lingkar Kepala Anak Laki-laki

0-5 tahun

DIISI OLEH TENAGA KESEHATAN



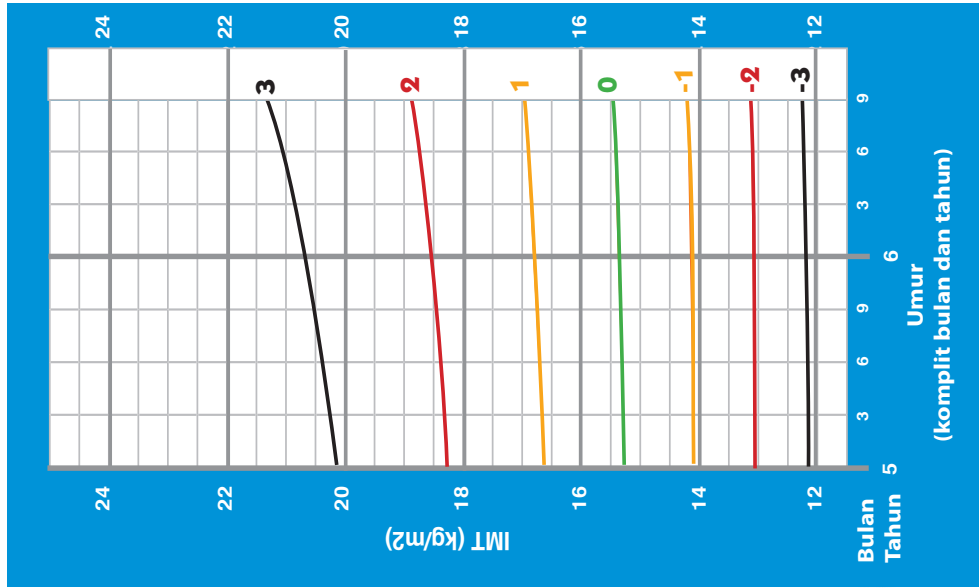
Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SDIDTK

Orangtua, kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur

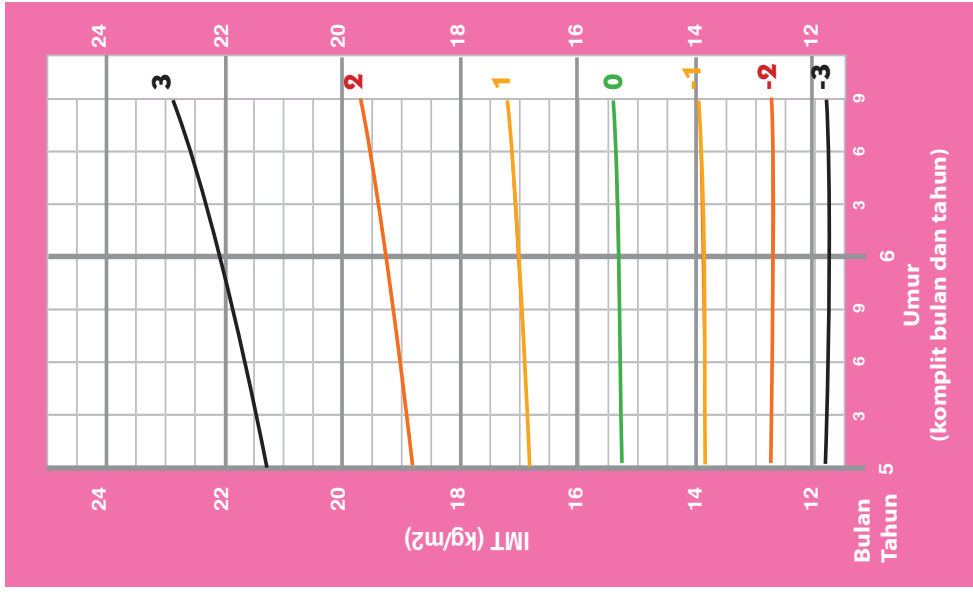
GRAFIK INDEKS MASSA TUBUH MENURUT UMUR 5 - 6 TAHUN

DIISI OLEH TENAGA KESEHATAN

ANAK LAKI-LAKI



ANAK PEREMPUAN



Permenkes no. 2 tahun 2020 tentang Standar Antropometri	
< -3 SD	Gizi buruk (severely thinness)
-3 SD sampai dengan < -2 SD	Gizi kurang (thinness)
-2 SD sampai dengan +1 SD	Gizi baik (normal)
> +1 SD sampai dengan +2 SD	Gizi lebih (overweight)
> +2 SD	Obesitas (obese)
> +3 SD	Obesitas (obese)

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

Orangtua, kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur

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

RINGKASAN PELAYANAN DOKTER

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

RINGKASAN PELAYANAN DOKTER

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

RINGKASAN PELAYANAN DOKTER

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

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 \surd 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



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

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)

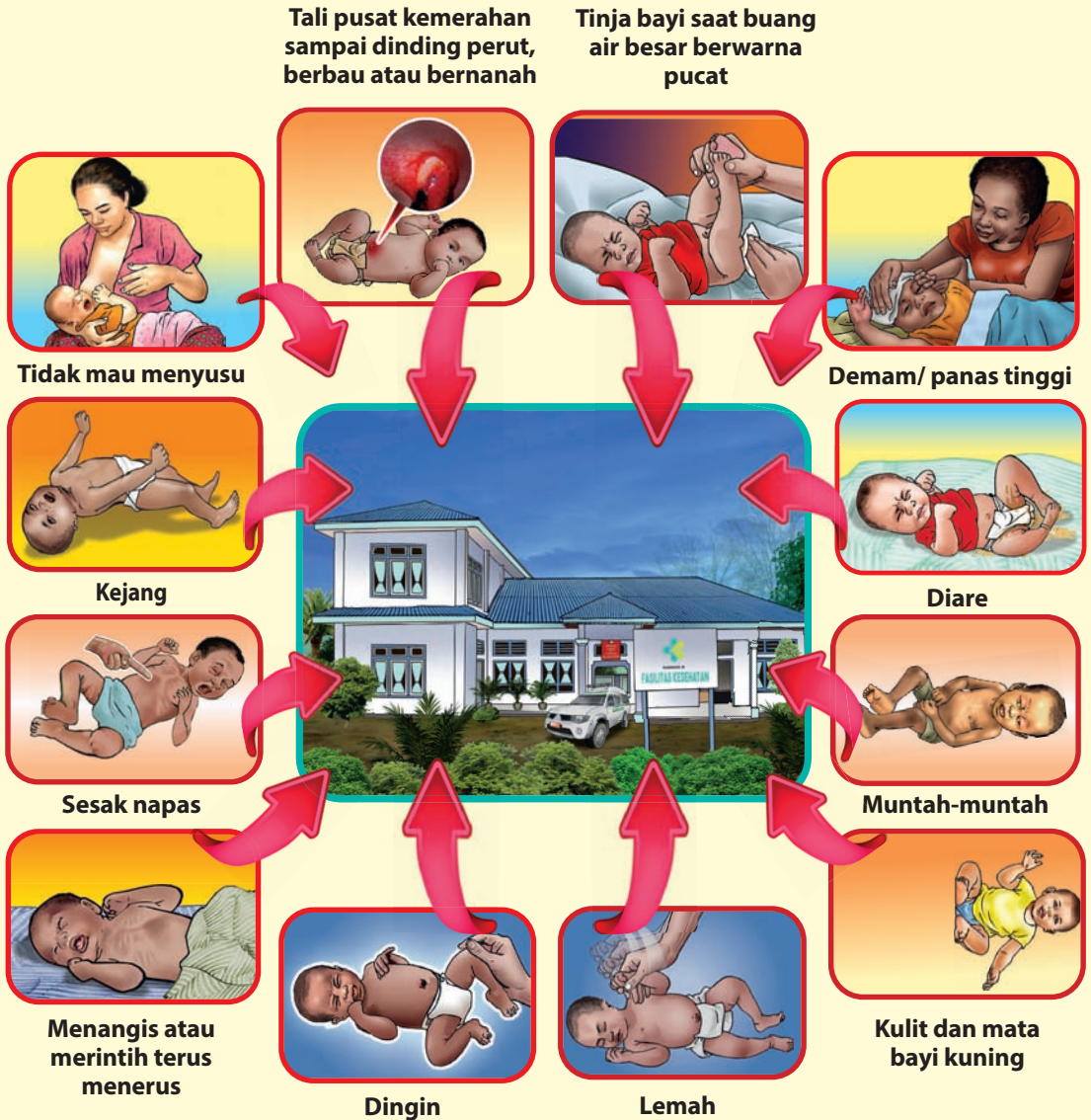
Sejak bayi lahir sampai usia 28 hari, ibu dan keluarga mendeteksi keadaan bayinya. Apabila ditemukan 1 kriteria atau lebih tanda bayi tidak sehat, segera dibawa ke fasilitas kesehatan (Puskesmas, dokter praktik, dan Rumah Sakit)

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: <ul style="list-style-type: none"> • Muncul antara 24-72 jam pertama • Hilang dalam 2 minggu • Bilirubin < 15 mg/dl 	Ada <ul style="list-style-type: none"> • 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

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

KONDISI BALITA



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

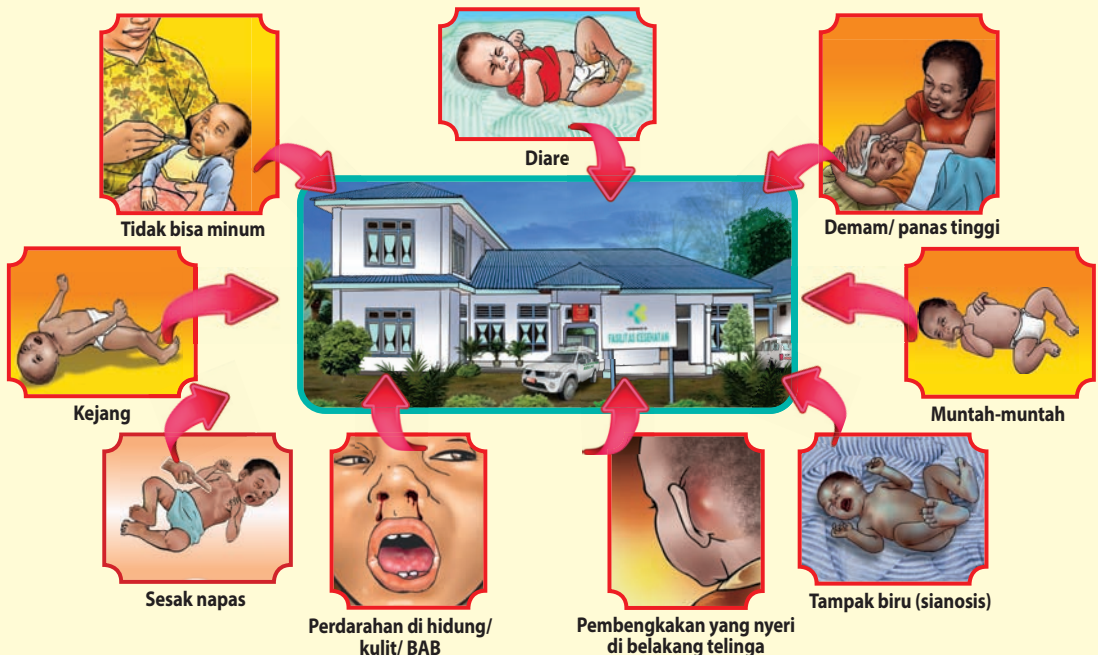
Pelayanan Kesehatan Bayi dan Anak Balita

- 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)



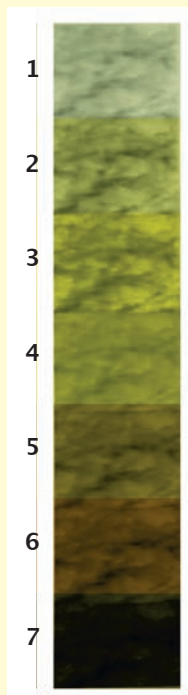
WARNA TINJA DAN AIR KENCING

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)	



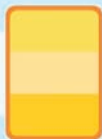
Perhatikan warna tinja bayi anda sampai berumur 4 bulan. Jika mata bayi masih kuning, atau warna urin berwarna kuning keruh setelah usia 2 minggu, segera bawa bayi ke dokter.

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.

PEMENUHAN GIZI USIA 6-23 BULAN

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:

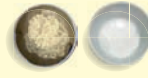
- Memasak beras, tambahkan santan dan bumbu yang telah ditumis dengan sedikit minyak (bawang merah, daun salam, kunyit)
- Setelah nasi masak, masukan telur yang telah dikocok lepas, tempe dan wortel yang telah dicincang
- Aduk-aduk sampai mendapatkan konsistensi bubur kental
- Sajikan



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:

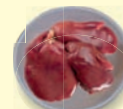
- Memasak beras, tambahkan bumbu yg telah ditumis (bawang merah, daun salam, kunyit) dengan minyak kelapa
- Setelah nasi masak, masukkan ikan kembung dan buncis yang telah dicincang
- Aduk-aduk sampai mendapatkan konsistensi bubur kasar/ cincang
- Sajikan



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



PEMENUHAN GIZI USIA 6-23 BULAN

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
<ul style="list-style-type: none"> • 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  <p>DISARING</p> <p>Makanan dibuat dengan disaring. Tekstur makanan lumat dan kental</p> <p>Kebutuhan cairan: 800 ml/ hari (±3 gelas belimbing)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Lanjutkan menyusui • ½ - ¾ 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  <p>DICINCANG</p> <p>Bahan makanan sama dengan untuk orang dewasa. Tekstur makanan dicincang/ dicacah, dipotong kecil, dan selanjutnya makanan yang diiris-iris. Perhatikan respons anak saat makan</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Lanjutkan menyusui hingga 2 tahun atau lebih • ¾ - 1 mangkok ukuran 250 ml • 3-4 x makan • 1-2 kali selingan • Jumlah energi dari MP ASI yang dibutuhkan per hari 550 kkal  <p>MASAK BIASA</p> <p>Bahan makanan sama dengan untuk orang dewasa. Tekstur makanan yang diiris-iris. Perhatikan respon anak saat makan</p> <p>Kebutuhan cairan: 1.300 ml/ hari (±5 gelas belimbing)</p>

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?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.	Bayi bisa menggerakkan kepala dari kiri/kanan ke tengah?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.	Bayi bisa melihat dan menatap wajah anda?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.	Bayi bisa mengoceh spontan atau bereaksi dengan mengoceh?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.	Bayi suka tertawa keras?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6.	Bayi bereaksi terkejut terhadap suara keras?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7.	Bayi membalas tersenyum ketika diajak bicara/ tersenyum?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8.	Bayi mengenal ibu dengan penglihatan, penciuman, pendengaran, kontak?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

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)

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?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.	Bayi bisa mengangkat kepala secara mandiri hingga tegak 90°?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.	Bayi bayi bisa mempertahankan posisi kepala tetap tegak dan stabil?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.	Bayi bisa menggenggam mainan kecil atau mainan bertangkai?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.	Bayi bisa meraih benda yang ada dalam jangkauannya?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6.	Bayi bisa mengamati tangannya sendiri	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7.	Bayi berusaha memperluas pandangan?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8.	Bayi mengarahkan matanya pada benda–benda kecil?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9.	Bayi mengeluarkan suara gembira bernada tinggi atau memekik	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10.	Bayi tersenyum ketika melihat mainan/ gambar yang menarik saat bermain sendiri?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Lakukan perawatan gigi, cara membersihkan gigi bayi:

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



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



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

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

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.



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

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 18 – 24 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 18-24 bulan dengan:

- Bicara, bertanya, bercerita, bernyanyi, menggambar, membentuk lilin
- Tanya jawab, main telpon-telponan
- Perintah sederhana, membantu pekerjaan
- Melepas baju, rapikan mainan
- Makan bersama dengan sendok garpu
- Menyusun balok, memasang puzzle,

- 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	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.	Anak bisa berjalan tanpa terhuyung-huyung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.	Anak bisa menumpuk 4 buah kubus	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.	Anak bisa memungut benda kecil dengan ibu jari dan jari telunjuk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.	Anak bisa menggelindingkan bola ke arah sasaran	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6.	Anak bisa menyebut 3- 6 kata yang mempunyai arti	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7.	Anak bisa membantu/menirukan pekerjaan rumah tangga	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8.	Anak bisa memegang cangkir sendiri, belajar makan-minum sendiri	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

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.



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



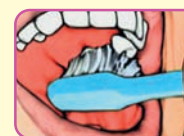
Biasakan mencuci tangan

- 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

1. Mulai ajari anak menyikat gigi di depan cermin, secara teratur selama 2 menit dampingi anak menggosok gigi sampai anak usia 8 tahun
2. Untuk akan usia 2-6 tahun pasta giginya seukuran 1 biji kacang polong
3. 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 membiarkan 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	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.	Anak bisa bermain dan menendang bola kecil	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.	Anak bisa mencoret-coret pensil pada kertas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.	Anak bisa bicara dengan baik, menggunakan 2 kata	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.	Anak bisa menunjuk 1 atau lebih bagian tubuhnya ketika diminta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6.	Anak bisa melihat gambar dan dapat menyebut dengan benar nama 2 benda atau lebih	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7.	Anak bisa membantu memungut mainannya sendiri atau membantu mengangkat piring jika diminta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8.	Anak bisa makan nasi sendiri tanpa banyak tumpah	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9.	Anak bisa melepas pakaiannya sendiri	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



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.

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:

- Buat anak mengajukan pertanyaan
- Bermain puzzle yang lebih sulit, menyusun balok, menggambar yang lebih sulit
- Bermain bola, mengendarai sepeda roda tiga
- Menangkap bola sebesar bola tenis
- Berjalan di atas papan/ garis lurus dengan merentangkan kedua lengan/ tangan
- Bantu anak membuat keputusan dengan menawarkan pilihan
- Bila anak sudah bisa mengancingkan kancing besar, coba dengan kancing yang lebih kecil.

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	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.	Anak bisa melompat kedua kaki diangkat	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.	Anak bisa mengayuh sepeda roda tiga	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.	Anak bisa menggambar garis lurus	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.	Anak bisa menumpuk 8 buah kubus	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6.	Anak bisa mengenal 2–4 warna	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7.	Anak bisa menyebutkan nama, umur, tempat	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8.	Anak bisa mengerti arti kata di atas, di bawah, di depan	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9.	Anak bisa mendengarkan cerita	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10.	Anak bisa mencuci dan mengeringkan tangan sendiri	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11.	Anak bermain bersama teman, mengikuti aturan permainan	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12.	Anak bisa mengenakan sepatu sendiri	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13.	Anak bisa mengenakan celana panjang, kemeja, baju	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



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



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

Lanjutkan perawatan gigi dengan mengingatkan anak menyikat gigi

1. Gigi susu sudah tumbuh semua: 20 buah, mulai tumbuh 2 gigi geraham tetap, rahang bawah pertama kiri dan kanan
2. Periksa 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.

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)



Hindarkan anak dari risiko jatuh



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



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



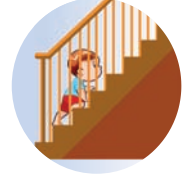
Jendela minimal 1 meter dari lantai untuk mencegah bayi memanjat



Sering-seringlah memeriksa gerbang pagar rumah untuk mencegah bayi memanjat



Jangan tinggalkan bayi sendirian 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

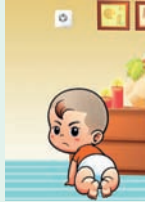
Memasang pengaman di sekitar tempat tidur anak untuk mencegah anak jatuh dari tempat tidur

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 memangkuk 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-benda yang berisiko anak terjerat/tercekik, tidak bisa bernafas (tali panjang, kantong plastik, mainan kecil, dsb)



Hindari menidurkan bayi dalam posisi telungkup tanpa pengawasan diri



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

PERLINDUNGAN ANAK

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

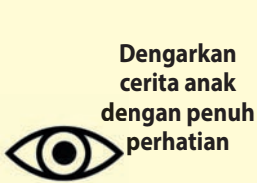
Lindungi Anak dari Kekerasan Fisik, Psikis, Seksual, dan Penelantaran. Contoh bentuk kekerasan:

- 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 pelaku kekerasan fisik dan kejahatan seksual dilakukan oleh orang yang yang dikenal anak

BANGUN KOMUNIKASI DENGAN ANAK



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



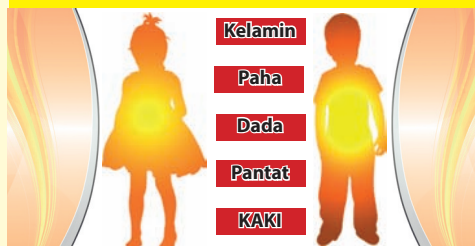
Hargai pendapat dan selernya walau mungkin orangtua tidak setuju

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

ANAK DENGAN DISABILITAS

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:

1. Penguatan mental untuk bisa menerima kondisi anak dengan segala kekurangannya.
2. Melindungi dan memberi rasa aman pada anak dengan memberikan kasih sayang, semangat dan motivasi secara optimal.
3. Ajari anak dengan sabar melatih kemandirian anak dalam melakukan aktifitas sehari-hari.
4. Menyediakan makanan bergizi seimbang dan memeriksakan kesehatan anak secara teratur serta memantau tumbuh kembang anak.
5. 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.
6. 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

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



PERAWATAN ANAK SAKIT

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 (m 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.

KESIAPSIAGAAN DALAM SITUASI BENCANA

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.

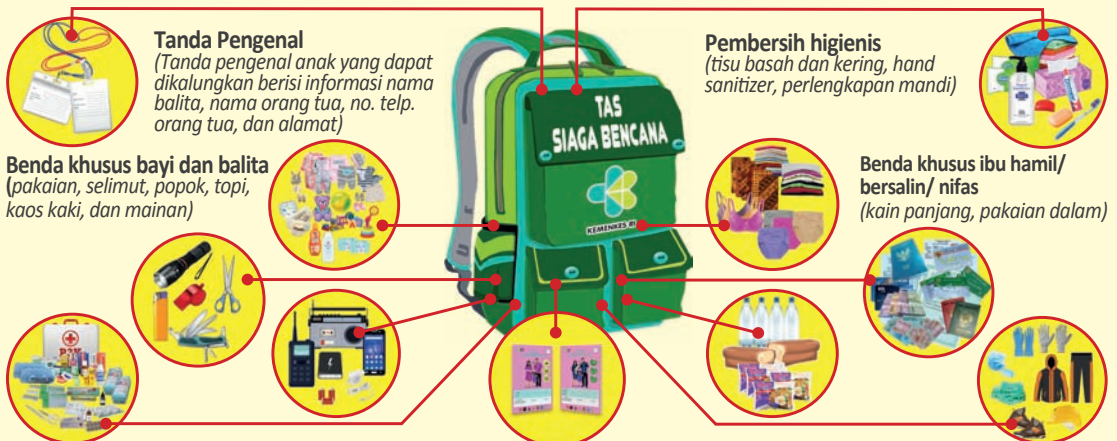
Bimbingan untuk bermain dapat mengurangi masalah tersebut.



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





TERIMA KASIH
Ayah, Ibu, Pengasuh
Aku Sehat, Tumbuh, Berkembang

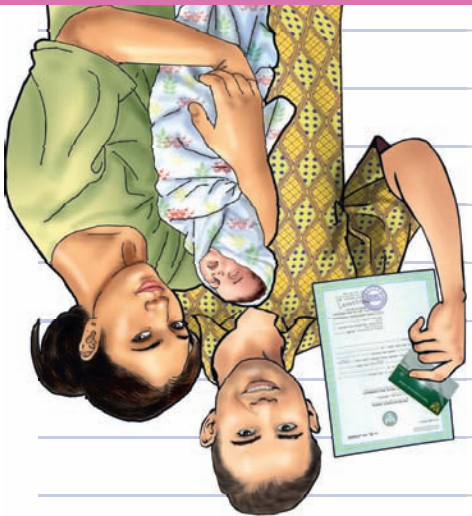
A series of horizontal dashed lines on a light gray background, intended for writing a message of gratitude.



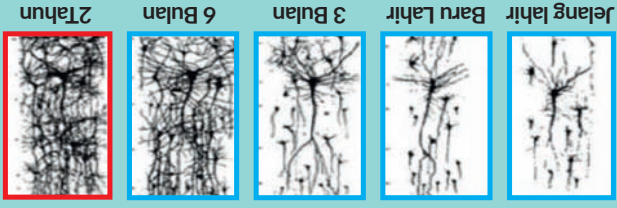
**Pemantauan kesehatan anak usia sekolah
dilanjutkan melalui Buku Rapor Kesehatanku**

Catatan

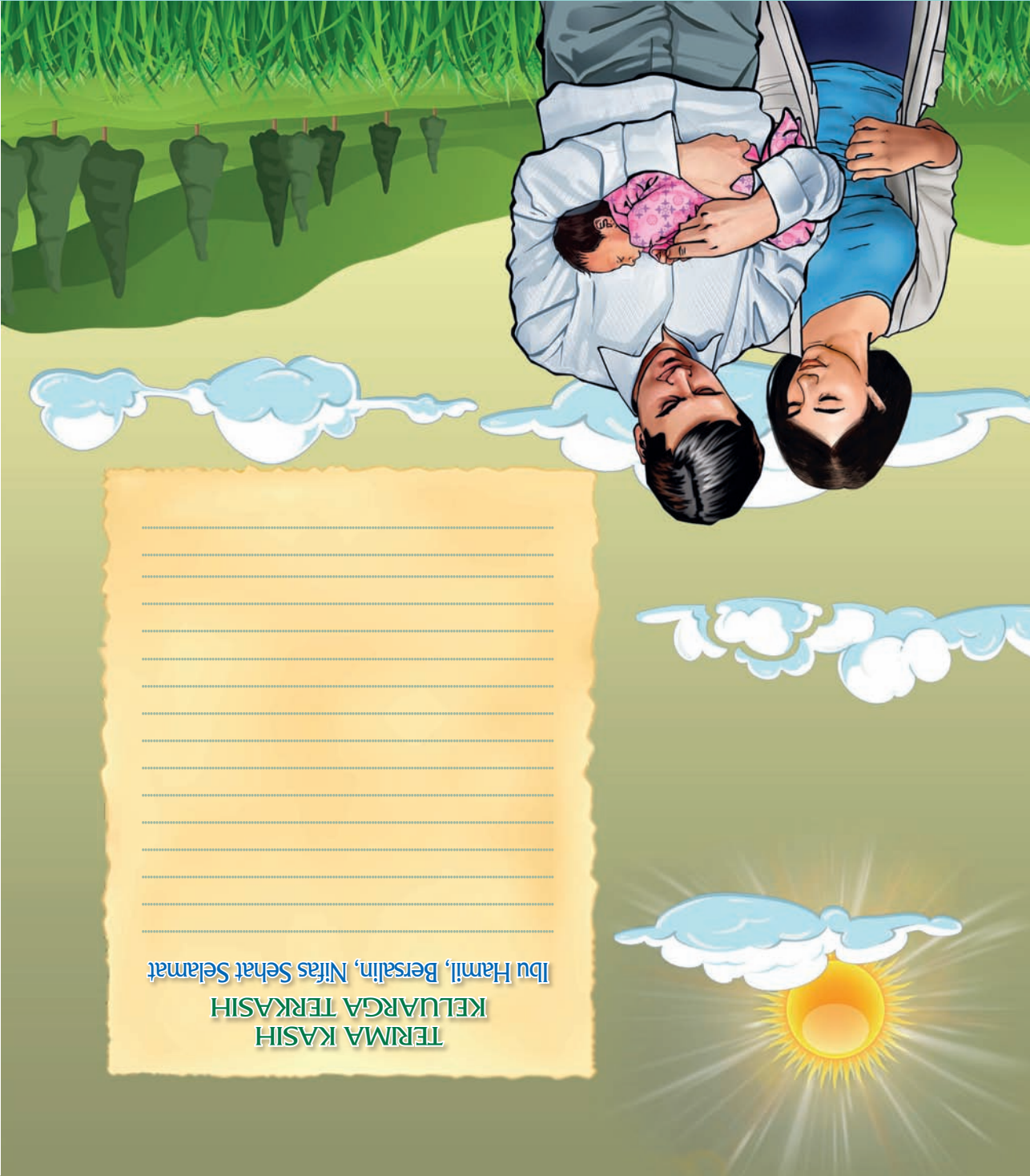




Penuhi Hak Kesehatan Anak, berikan kasih sayang, ASI eksklusif, gizi seimbang, stimulasi perkembangan, imunisasi, vitamin A dan pelayanan kesehatan lainnya



2 tahun pertama masa emas perkembangan otak



Ibu Hamil, Bersalin, Nifas Sehat Selamat

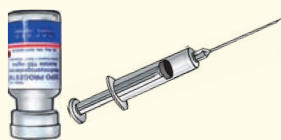
TERIMA KASIH
KELUARGA TERKASIH

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

Non metode kontrasepsi jangka panjang sangat efektif dengan pemakaian yang benar dan perlu pengulangan

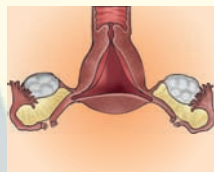
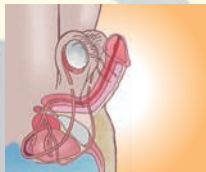


Kondom dapat melindungi dari kehamilan dan penyakit Infeksi Menular Seksual (IMS)



Non Metode Kontrasepsi Jangka Panjang

Metode kontrasepsi jangka panjang sangat efektif untuk jangka waktu yang lebih lama



Metode Kontrasepsi Jangka Panjang

- c. Kondom
- b. Pil KB.

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

Non Metode Kontrasepsi Jangka Panjang:

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

Metode kontrasepsi jangka panjang:

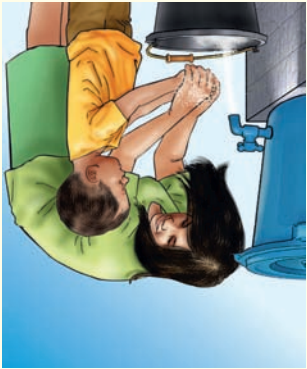
- a. Mengatur jarak dan mencegah kehamilan agar tidak terlalu dekat (minimal 2 tahun setelah melahirkan. Mengatur jumlah anak agar ibu tidak terlalu sering melahirkan (sebaiknya tidak lebih dari tiga)
- b. Mencegah kehamilan yang tidak diinginkan
- c. Menjaga dan meningkatkan kesehatan ibu, bayi dan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

Mengapa perlu ikut ber KB?

KB Paska Persalinan adalah pemanfaatan atau penggunaan 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.

Kapan saja harus mencuci tangan:

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 kita kotor: mengetik, memegang uang, hewan/ binatang, berkebun

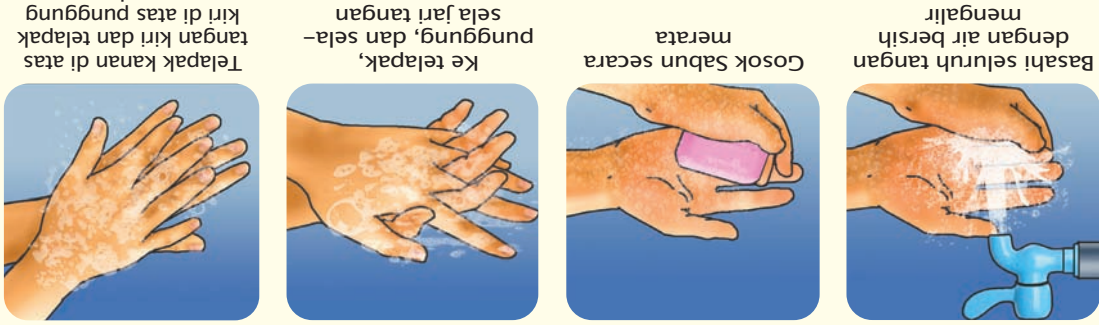


Pentingnya mencuci tangan dengan air bersih dan sabun karena:

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

CARA CUCI TANGAN YANG BENAR

Biasakan cuci tangan pakai sabun dengan air mengalir



Basahi seluruh tangan dengan air bersih mengalir

Gosok Sabun secara merata

Ke telapak, punggung, dan sela-sela jari tangan

Telapak kanan di atas tangan kiri dan telapak kiri di atas punggung tangan kanan



Bersihkan bagian bawah kuku









Bilas tangan dengan air bersih mengalir



Keringkan tangan dengan handuk/tissue atau keringkan dengan angin-anginkan

PORSI MAKAN DAN MINUM IBU MENYUSUI UNTUK KEBUTUHAN SEHARI

Keterangan	Ibu Menyusui (0 - 12 bulan)	Bahan Makanan
1 porsi = 100 gr atau 3/4 gelas nasi		Nasi atau Makanan Pokok
1 porsi = 50 gr atau 1 potong sedang ikan 1 porsi = 55 gr atau 1 butir telur Ayam		Protein hewani seperti: ikan, telur, ayam, dan lainnya
1 porsi = 50 gr atau 1 potong sedang tempe 1 porsi = 100 gr atau 2 potong sedang tahu		Protein nabati seperti: tempe, tahu, dan lainnya
1 porsi = 100 gr atau 1 mangkuk sayur matang tanpa kuah		Sayur-Sayuran
1 porsi = 100 gr atau 1 potong sedang pisang 1 porsi = 100-190 gr atau 1 potong besar pepaya		Buah-buahan
1 porsi = 5 gr atau 1 sendok teh bersumber dari pengolahan makanan seperti menggoreng, menumis, santan, kemiri, mentega dan sumber lemak lainnya	<p>Minyak/lemak termasuk santan yang digunakan dalam pengolahan, makanan digoreng, ditumis atau dimasak dengan santan</p>	Minyak/lemak
1 porsi = 10 gr atau 1 sendok makan bersumber dari kue-kue manis, minuman teh manis dan lain-lainnya		Gula

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

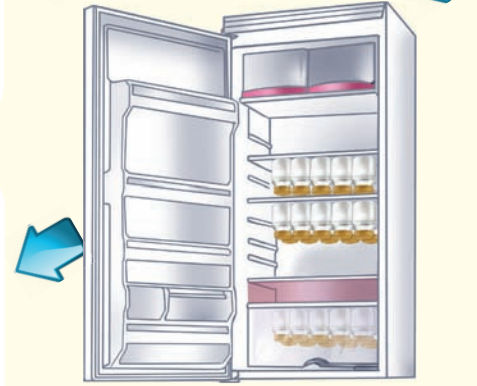
Catatan:

Konsultasikan porsi makan kepada tenaga kesehatan, perhatikan Indeks Masa Tubuh

CARA MEMERAH DAN MENYIMPAN ASI



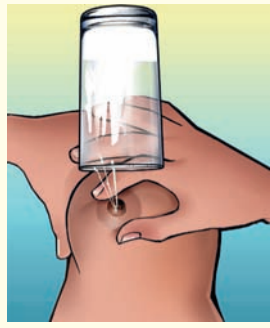
Cuci tangan dengan sabun sebelum memerah ASI



Sebelum diberikan kepada bayi, rendam wadah berisi air hangat



Gunakan gelas kaca/keramik dan mangkok kaca/keramik/jangan menggunakan bahan dari plastik ataupun melamin.



Penyimpanan ASI Perah (ASIP)

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

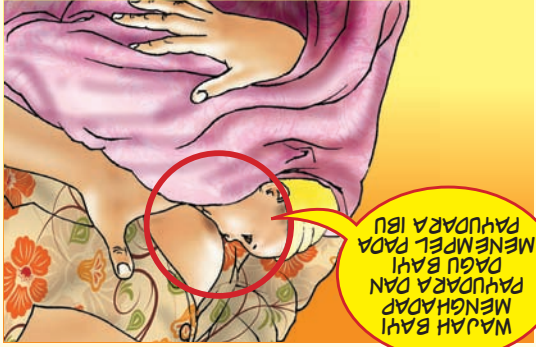
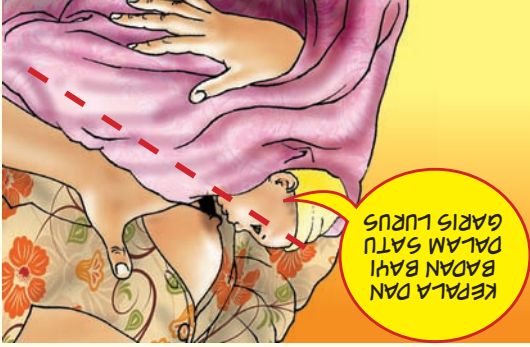
- Simpan ASI Perah sebanyak 15-60ml per wadah untuk menghindari ASI Perah terbuang karena habis diminum oleh bayi.
- Hindari ASI Perah mengalami perubahan suhu yang terlalu ekstrem

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/ kencang, maka payudara perlu diperah, ASI disimpan. Hal ini bertujuan mencegah mastitis dan menjaga pasokan ASI

Posisi dan pelekatan menyusui yang benar



POSISI

- 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

PELEKATAN

- 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 (dover)

Posisi Menyusui Bayi Kembar:



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

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

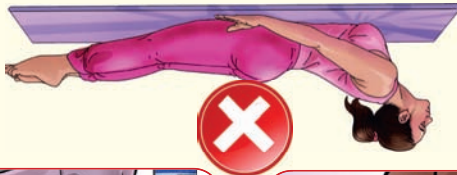


Membersihkan payudara dengan alkohol/povidon atau sabun karena bisa terminum oleh bayi



Mengikat perut terlalu kencang

Latihan fisik dengan posisi telungkup

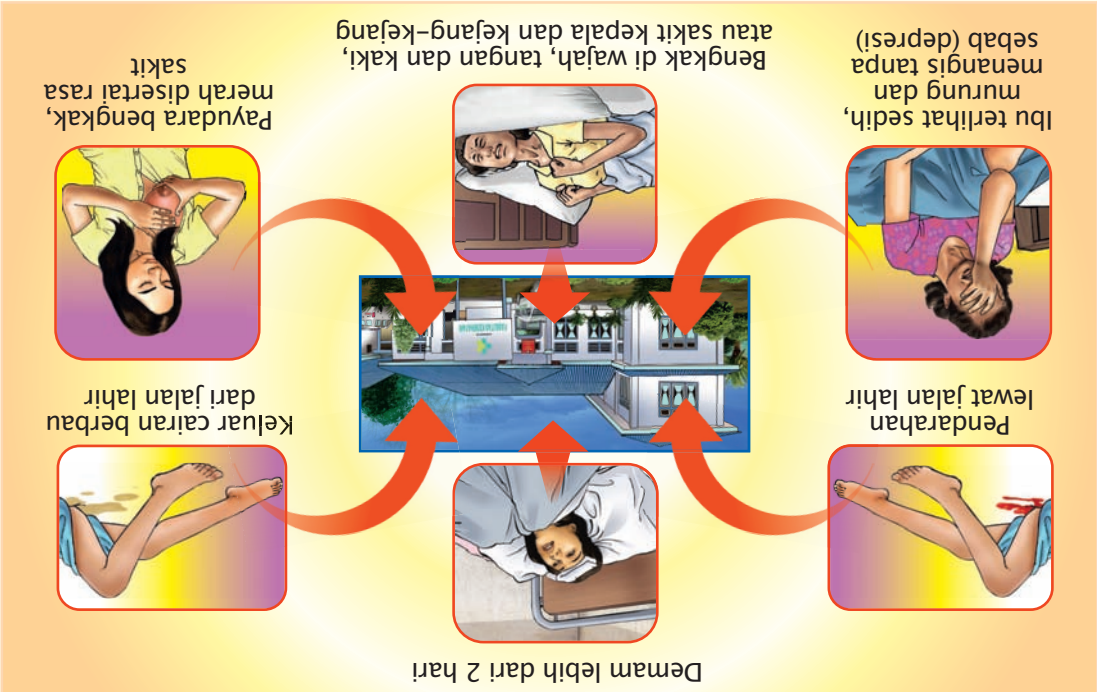


Menempelkan daun-daunan pada kemaluan karena akan menimbulkan infeksi



TANDA BAHAYA PADA IBU NIFAS

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



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.
- Tataaksana pada ibu nifas sakit atau ibu nifas dengan komplikasi.
- Memberikan nasihat yaitu:

Makan makanan yang beraneka ragam yang 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 membarikan bayi menengis 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.



DEPRESI PASKA MELAHIRKAN

Setelah melahirkan ibu dapat mengalami depresi paska

1. Baby blues terjadi setelah melahirkan dan memuncak dalam beberapa hari hingga 2 minggu

Gejala: suasana perasaan tidak stabil, mudah menangis, sulit tidur, mudah cemas dan mudah tersinggung

2. Depresi paska melahirkan yang terjadi sekitar 4 minggu setelah melahirkan, minimal selama 2 minggu berturut-turut

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

3. Depresi paska melahirkan yang terjadi dalam 2 minggu paska melahirkan, secepatnya 48-72 jam pertama paska melahirkan.

Gejala: mudah tersinggung, perubahan perasaan dan perilaku yang tidak sesuai, gangguan tidur, berhalusinasi dan mengalami waham/delusional.

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



TANDA BAHAYA PADA PERSALINAN

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



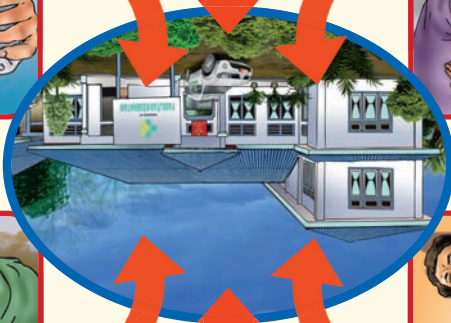
**Pendarahan lewat
jalan lahir**



**Ibu mengalami
kejang**



**Tali pusar atau
tangan bayi keluar
dari jalan lahir**



**Air ketuban hijau
dan berbau**



**Ibu gelisah atau
mengalami
kesakitan yang hebat**



**Ibu tidak kuat
mengejan**

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

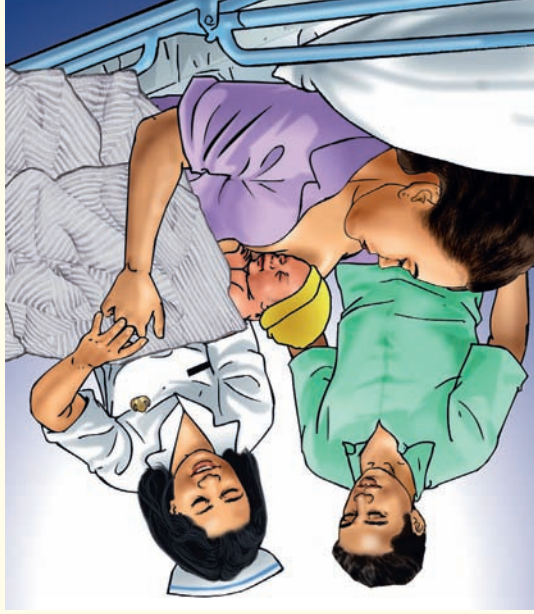
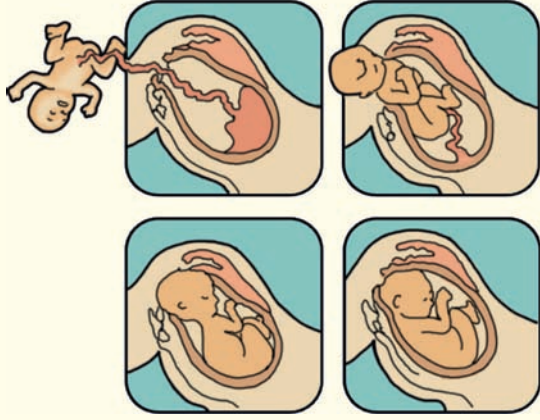
persalinan yang diinginkan, diskusikan dengan petugas posisi yang aman

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.



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



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



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



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.



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



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



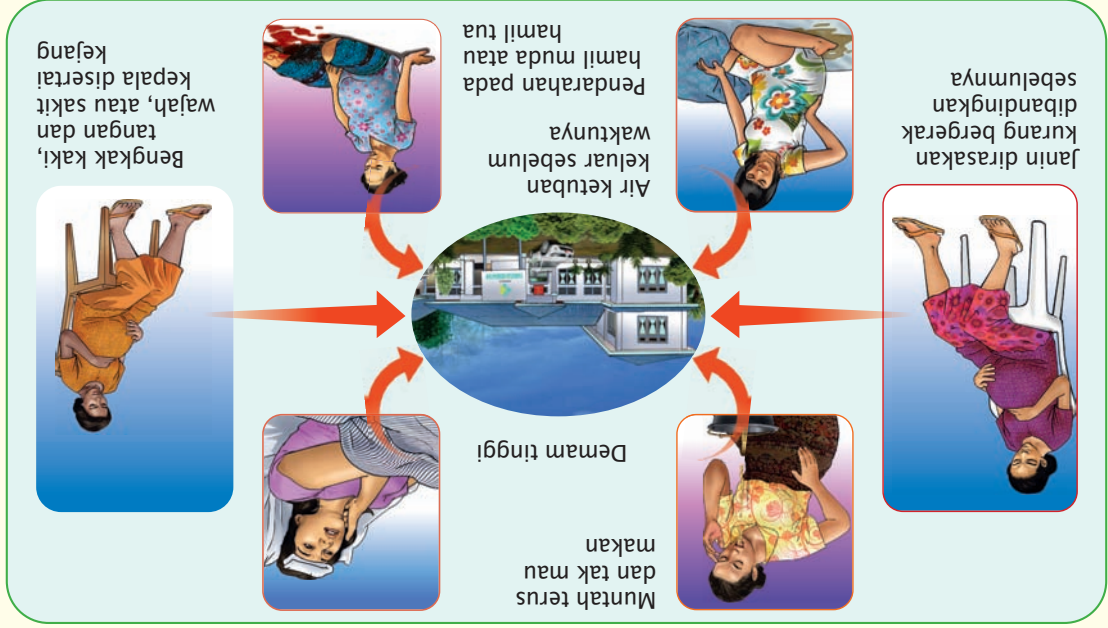
- Pastikan ibu hamil dan keluarga menyepakati amanat persalinan dalam stiker P4K dan sudah ditempelkan di depan rumah ibu hamil.



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

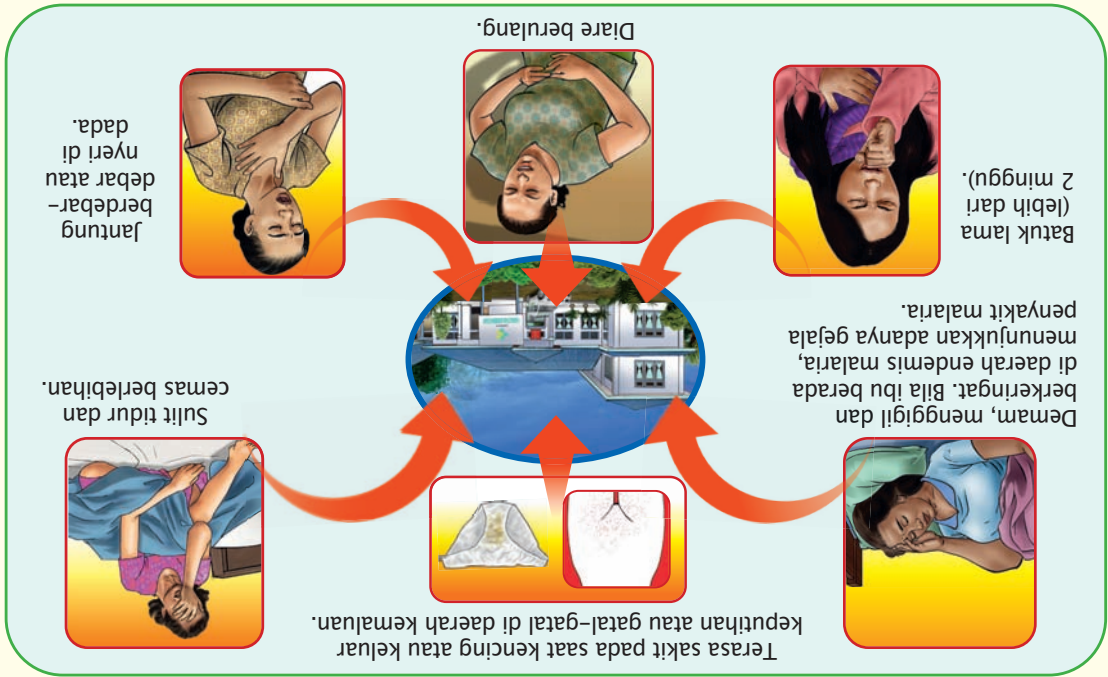
TANDA BAHAYA PADA KEHAMILAN

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



MASALAH LAIN PADA MASA KEHAMILAN:

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



PERAWATAN SEHARI-HARI IBU HAMIL

1. 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.

3. MENJAGA 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

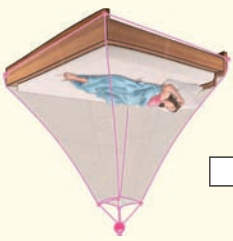
Ganti pakaian dan pakaian dalam setiap hari



Periksa gigi

2. ISTIRAHAT YANG CUKUP:

- Tidur malam sedikitnya 6 - 7 jam
- Siang hari usahakan tidur atau berbaring telentang 1 - 2 jam



4. Bersama suami lakukan stimulasi janin dengan cara, sering berbicara dengan janin, dan sering lakukan sentuhan pada perut ibu



5. Hubungan suami istri selama hamil boleh dilakukan, selama kehamilan sehat.

YANG HARUS DIHINDARI IBU SELAMA HAMIL



Kerja berat



Merokok atau terpapar asap rokok



Minum minuman bersoda, beralkohol dan jamu

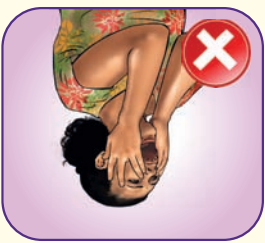


Stress berlebihan

Tanyakan kepada Bidan/Perawat/Dokter untuk penjelasan lebih lanjut terkait kehamilan



Ibu hamil minum obat tanpa resep dokter



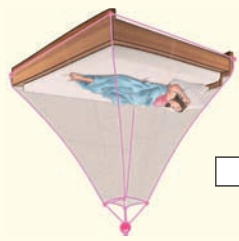
Tanyakan kepada Bidan/Perawat/Dokter untuk penjelasan lebih lanjut terkait kehamilan

PERAWATAN SEHARI-HARI IBU HAMIL

1. Makan beragam makanan secara proporsional dengan pola gizi seimbang dan 1 porsi lebih banyak daripada sebelum hamil.



- Tidur malam sedikitnya 6 - 7 jam
- Siang hari usahakan tidur atau berbaring telentang 1 - 2 jam



Minum TTD (Tablet Tambah Darah) satu tablet setiap hari selama kehamilannya.

3. MENJAGA 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 pakain dalam setiap hari
- Periksa gigi

4. Bersama suami lakukan stimulasi janin dengan cara, sering berbicara dengan janin, dan sering lakukan sentuhan pada perut ibu



5. Hubungan suami istri selama hamil boleh dilakukan, selama kehamilan sehat.

YANG HARUS DIHINDARI IBU SELAMA HAMIL



Kerja berat



Tidur terentang > 10 menit pada masa hamil tua untuk menghindari kekurangan oksigen pada janin

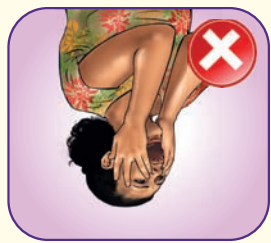


Stress berlebihan



Minum minuman bersoda, beralkohol dan jamu

Tanyakan kepada Bidan/Perawat/Dokter untuk penjelasan lebih lanjut terkait kehamilan



Ibu hamil minum obat tanpa resep dokter



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

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

- 1 kali pada trimester pertama (kehamilan hingga 12 minggu)
- 2 kali pada trimester kedua (kehamilan diatas 12 minggu sampai 24 minggu)
- 3 kali pada trimester ketiga (kehamilan diatas 24 minggu sampai 40 minggu)

Pastikan ibu hamil mendapatkan pelayanan pemeriksaan kehamilan yang meliputi:

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)

3. Nilai Status Gizi (ukur Lingkar Lengan Atas /LILA)



- LILA < 23,5 cm, risiko KEK (Kurang Energi Kronis)

4. Ukur Tinggi Fundus Uteri/tinggi Rahim



- Untuk melihat kelainan letak janin, Janin dan Denyut Jantung Janin (DJJ)
- Untuk melihat kelainan letak janin, atau masalah lain

6. Skrining status imunisasi Tetanus dan berikan imunisasi Tetanus diperlukan



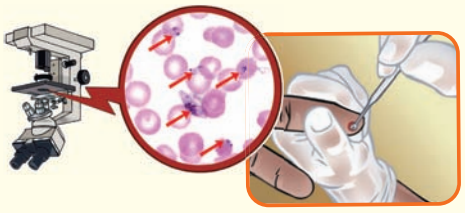
Status T	Interval Minimal Pemberian	Masa Perlindungan
T 1	Langkah awal pembentukan kekebalan tubuh terhadap penyakit Tetanus	
T 2	1 bulan setelah T 1	3 tahun
T 3	6 bulan setelah T 2	5 tahun
T 4	12 bulan setelah T 3	10 tahun
T 5	12 bulan setelah T 4	Lebih dari 25 tahun

7. Beri Tablet Tambah Darah



- Ibu mendapatkan minimal 90 tablet selama kehamilan

8. Tes / Periksa laboratorium:



- Pemeriksaan laboratorium

9. Tata laksana/penanganan kasus



- Apabila ditemukan masalah, segera ditangani atau dirujuk

10. Temu wicara/konseling



- Dilakukan pada saat ibu melakukan pemeriksaan kehamilan

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

Anjuran :

Resume (hasil pemeriksaan dan tatalaksana di FKRTL):

Diagnosis akhir :

Tanggal/ bulan/ tahun :

Umpun balik rujukan

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

RUJUKAN

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

Anjuran :

Resume (hasil pemeriksaan dan tatalaksana di FKRTL):

Diagnosis akhir :

Tanggal/ bulan/ tahun :

Umpun balik rujukan

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

RUJUKAN

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

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

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

Pemeriksaan Fisik

Kadaan umum: Baik/Sedang/Buruk

Konjunctiva	anemia	tidak anemia
Sklera	ikterik	tidak ikterik
Gigi mulut	normal	tdk normal
THT	normal	tdk normal
Leher	normal	tdk normal
Dada	Jantung	tdk normal
	Paru	tdk normal
Perut	normal	tdk normal
Tungkai	normal	tdk normal

USG Trimester III

HPT : kehamilan minggu

Janin	Hidup / Tidak Hidup	BPD	Cm
Jumlah janin	Tunggal / Ganda	HC	Cm
Letak janin	Presentasi kepala Presentasi sungsang Presentasi melingang		
Berat Janin	gram	FL	Cm
Plasenta	Normal / Tidak	Cairan ketuban	Cm
Usia kehamilan			

Lingkari pilihan yang sesuai

Pemeriksaan laboratorium (tanggal / / 20

Periksaan	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 Tempat Bersalin: FKTP/FKRTL

Pilihan Rencana Kontrasepsi

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

MAL = Metode Amnorea Laktasi

AKDR = Alat Kontrasepsi Dalam Rahim

Konseling

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

Jelaskan :

Lingkari pilihan yang sesuai

Kesimpulan :

(Peralinan dapat dilakukan di FKTP atau Rujuk ke FKRTL)

()

Dokter Pemeriksa,

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

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

Kesimpulan :
Centang pilihan yang sesuai

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 kg/m ²)		
Multipara dengan riwayat preeklampsia sebelumnya		
Kehamilan multiple		
Diabetes dalam kehamilan		
Hipertensi kronik		
Penyakit ginjal		
Penyakit autoimun, SLE		
Anti phospholipid syndrome*		
Pemeriksaan Fisik		
Mean Arterial Pressure (MAP) ≥ 90 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		
<ul style="list-style-type: none"> • 2 risiko sedang <input type="checkbox"/> dan atau, • 1 risiko tinggi <input type="checkbox"/> 		
* Manifestasi klinis APS antara lain: keguguran berulang, IUFD, kelahiran premature ** MAP dihitung pada kehamilan > 20 minggu $MAP = \frac{(2 \times D) + S}{3}$		

Skrining Preeklampsia pada usia kehamilan < 20 minggu

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:

Konjungtiva	normal	tidak
Sklera	normal	tidak normal
Kulit	normal	tidak normal
Leher	normal	tidak normal
Cigi 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

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

Hasil USG

Pemeriksaan laboratorium (tanggal / / 20)

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

Kesimpulan :

Rekomendasi :

(ANC dapat dilakukan di FKTP atau rujuk ke FKRTL)

Inspeksi/ Inspekulo	Vulva	normal	tidak normal
	Uretra	normal	tidak normal
	Vagina	normal	tidak normal
	Fluksus +/- /--	Fluor +/- /--	
	Porsio	normal	tidak normal

Pemeriksaan Khusus

Lingkari pilihan yang sesuai!

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

Riwayat Penyakit Keluarga

Lain-lain, jelaskan

No	Tahun	berat lahir (gram)	persalinan	penolong persalinan	komplikasi

Riwayat Kehamilan dan Persalinan (termasuk Keguguran, Kembar, dan Lahir Mati)

Lingkari pilihan yang sesuai!

Hipertensi	Asma	Jantung	TB	Tyroid	Hepatitis B	Alergi	Jiwa	Autoimun	Sifilis	Diabetes	Lainnya:
------------	------	---------	----	--------	-------------	--------	------	----------	---------	----------	----------------

Riwayat Kesehatan Ibu Sekarang

TB	cm	IMT			
BB	kg	Kurus	Normal	Gemuk	Obestas
Lila	cm				

Tanggal perkiraan:
Kondisi Kesehatan Ibu

Status Imunisasi T

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

Kesimpulan: Status imunisasi

Riwayat Perilaku Berisiko 1 Bulan sebelum hamil

merokok	pola makan berisiko	alkohol
aktivitas fisik kurang	kosmetik	Obat-obatan

Lingkari pilihan yang sesuai!

Lain-lain, jelaskan

EVALUASI KESEHATAN IBU HAMIL

Nama Dokter:

Faskes:



KEMENKES RI

(Agar Aman dan Selamat)

MENYAMBUT PERSALINAN

Saya :
 Alamat :
 Memberikan kepercayaan kepada nama-nama ini untuk membantu persalinan saya agar aman dan selamat, yang dipertirakan 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

(.....)



Kartu Kontrol Minum TTD pada IBU HAMIL

Nama Pengontrol: hubungan dengan bumil:

usia kehamilan

Bulan ke-1

Bulan ke-2

Bulan ke-3

Bulan ke-4

Bulan ke-5

Bulan ke-6

Bulan ke-7

Bulan ke-8

Bulan ke-9

Beritanda (✓) pada kotak bila sudah minum

PERNYATAAN IBU/ KELUARGA TENTANG PELAYANAN KESEHATAN IBU YANG SUDAH DITERIMA

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

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



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



PETUNJUK PENGGUNAAN

Buku Kesehatan Ibu dan Anak (Buku KIA) berisi lembar informasi dan catatan pelayanan kesehatan serta catatan khusus bila mana ada kelahiran pada ibu selama hamil, bersalin sampai nifas serta pada 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 kelahiran 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 (Puskemas dan jaringannya, Klinik, Praktik Dokter, Praktik Bidan dan 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

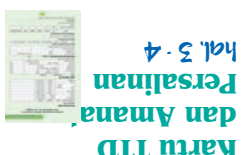







Kader

- 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

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

KESEHATAN IBU

 <p>Kartu TTD dan Amanat Peralinan hal. 3 - 4</p>	 <p>Pernyataan Kesehatan Ibu hal. 2</p>	 <p>Pelayanan Kesehatan Peralinan hal. 13</p>	 <p>Identitas Ibu hamil hal. 1</p>	<p>C A T A N A</p>
 <p>Rujukan Pelayanan Nifas hal. 15</p>	 <p>Pelayanan Nifas hal. 14</p>	 <p>Pelayanan Kesehatan Neonatus hal. 7</p>	 <p>Pelayanan Kesehatan Neonatus hal. 1</p>	<p>C A T A N A</p>

 <p>Ibu Hamil hal. 16 - 22</p>	 <p>Ibu Bersalin hal. 23 - 25</p>	 <p>Ibu Menyusui hal. 29 - 31</p>	 <p>Kelas Ibu Hamil hal. 17</p>	<p>I N F O R M A S I</p>
 <p>Keluarga Berencana hal. 33</p>	 <p>Kurva Pertumbuhan hal. 13 - 25</p>	 <p>Rujukan hal. 31</p>	 <p>Ringkasan Pelayanan MTBS hal. 27</p>	<p>I N F O R M A S I</p>

KESEHATAN ANAK

 <p>Identitas Anak hal. 1</p>	 <p>Pelayanan Kesehatan Anak hal. 7</p>	 <p>Pelayanan Kesehatan Anak hal. 10 - 11</p>	 <p>Imunisasi hal. 8 - 9</p>	<p>C A T A N A</p>
 <p>Bayi Baru Lahir hal. 34 - 37</p>	 <p>Kondisi Balita hal. 38</p>	 <p>Bayi, Anak Balita hal. 40 - 47</p>	 <p>Anak Balita hal. 51</p>	<p>I N F O R M A S I</p>



KEMENKES RI

Perencanaan Persalinan dan Pencegahan Komplikasi

Nama Ibu	:	
Taksiran Persalinan	:	20
Penolong Persalinan	:	Hp:
Tempat Persalinan	:	
Pendamping Persalinan	:	Hp:
Transportasi	:	
Calon Pendorong Darah	:	Hp:



Menuju Persalinan yang Aman dan Selamat