



33

Inu

b

BUKU KESEHATAN IBU DAN ANAK

Propinsi Jawa Tengah



BAWALAH BUKU INI!

SETIAP PERGI KE TEMPAT
PELAYANAN KESEHATAN

Nama Ibu : _____

Nama Anak : _____

DEPARTEMEN KESEHATAN RI

bekerja sama dengan



JAPAN INTERNATIONAL COOPERATION AGENCY

THE ENSURING QUALITY OF MCH SERVICES THROUGH MCH HANDBOOK PROJECT

2000



362.198.2

Ind

b

BUKU KESEHATAN IBU DAN ANAK



Nama Ibu : _____

Nama Anak : _____

DEPARTEMEN KESEHATAN RI

bekerja sama dengan

JICA \ **JAPAN INTERNATIONAL COOPERATION AGENCY**
THE ENSURING QUALITY OF MCH SERVICES THROUGH MCH HANDBOOK PROJECT

2000

PENJELASAN TENTANG BUKU KESEHATAN IBU DAN ANAK

Katalog Dalam Terbitan. Departemen Kesehatan
362.198

Ind Indonesia. Departemen Kesehatan RI
b Buku Kesehatan Ibu dan Anak
-- Jakarta : Departemen Kesehatan dan JICA
(Japan International Cooperation Agency),
1977

Judul :

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

- **Dapatkan informasi yang penting :**
Setelah memperoleh Buku Kesehatan Ibu dan Anak, baca dengan seksama seluruh isi buku ini karena buku ini memuat hal-hal penting yang berkaitan dengan kesehatan ibu dan anak. Bila ada hal yang kurang jelas tentang isi buku, tanyakan kepada tenaga kesehatan terdekat.
- **Bawalah setiap kali :**
Buku ini dapat digunakan sebagai alat untuk memantau kesehatan ibu dan anak anda. Bawalah buku ini setiap kali ibu hamil atau anak pergi ke POSYANDU, PUSKESMAS, POLINDES, RUMAH BERSALIN, RUMAH SAKIT.
- **Catatlah keadaan kesehatan ibu dan anak:**
Buku ini merupakan alat untuk pencatatan tentang keadaan kesehatan ibu dan anak, sejak ibu hamil sampai masa nifas dan bayi baru lahir sampai umur 5 tahun. Catat ke Buku KIA ini keadaan kesehatan ibu dan anak.
- **Sayang Buku :**
Jaga buku ini baik-baik agar tidak hilang, karena buku ini sangat berguna sebagai informasi / catatan tentang riwayat kesehatan sampai anak anda memasuki Sekolah Dasar.
- **Satu buku untuk satu anak:**
Bila anda hamil kembar atau ganda, minta kepada petugas kesehatan yang terdekat satu buku untuk setiap anak.

BUKU INI DIKEMBANGKAN OLEH JICA DENGAN DEPARTEMEN KESEHATAN MELALUI PROYEK KB / KIA TAHUN 1989 - 1994 BEKERJA SAMA DENGAN KANWIL DEPARTEMEN KESEHATAN PROPINSI JAWA TENGAH.

DAFTAR ISI

Halaman

I.	IDENTITAS DAN LATAR BELAKANG KELUARGA..	1
II.	PEMANTAUAN DAN PENYULUHAN KESEHATAN IBU DAN BAYI BARU LAHIR	
	A. IBU HAMIL	2
	B. IBU BERSALIN DAN NIFAS	9
	C. BAYI BARU LAHIR (NEONATAL)	12
	D. KELUARGA BERENCANA	16
III.	PENJELASAN UMUM TENTANG KESEHATAN ANAK	
	A. IMUNISASI	17
	B. PENYAKIT YANG SERING TERDAPAT PADA ANAK	18
	C. KARTU MENUJU SEHAT (KMS) BALITA	19
	D. LINGKAR KEPALA ANAK (LIKA)	23
	E. STIMULASI TUMBUH KEMBANG ANAK	24
IV.	PEMANTAUAN DAN PENYULUHAN KESEHATAN ANAK	
	A. BAYI UMUR 0 - 30 HARI	28
	B. BAYI UMUR 1 - 4 BULAN	30
	C. BAYI UMUR 4 - 6 BULAN	32
	D. BAYI UMUR 6 - 9 BULAN.....	34
	E. BAYI UMUR 9 - 12 BULAN.....	36
	F. ANAK UMUR 12 - 18 BULAN.....	38
	G. ANAK UMUR 18 - 24 BULAN	40
	H. ANAK UMUR 2 - 3 TAHUN	41
	I. ANAK UMUR 3 - 4 TAHUN	44
	J. ANAK UMUR 4 - 5 TAHUN	45
V.	CATATAN	47

I. IDENTITAS DAN LATAR BELAKANG KELUARGA

No. Reg. :

Tanggal:

Nama Ibu :
Umur Ibu : Tahun Gol. darah Ibu :
Umur Waktu Nikah : Tahun L I L A : cm
Pendidikan Ibu : Tidak sekolah, SD / SMP / SMA Tamat, atau lebih*)
Pekerjaan Ibu :

Nama Anak :
Tgl. Lahir :
Jenis Kelamin : Laki-laki / Perempuan *)

Nama Suami :
Umur Suami : Tahun
Pendidikan Suami : Tidak sekolah, SD / SMP / SMA Tamat, atau lebih*)
Pekerjaan Suami :

Alamat : Jl.
Kelurahan :
RW : RT :

* Coret yang tidak perlu

II. UPAYA MENINGKATKAN KESEHATAN IBU DAN BAYI BARU LAHIR

A. IBU HAMIL

DIISI OLEH TENAGA KESEHATAN

1. RIWAYAT KEHAMILAN SEBELUMNYA

G ☐ P ☐ A ☐

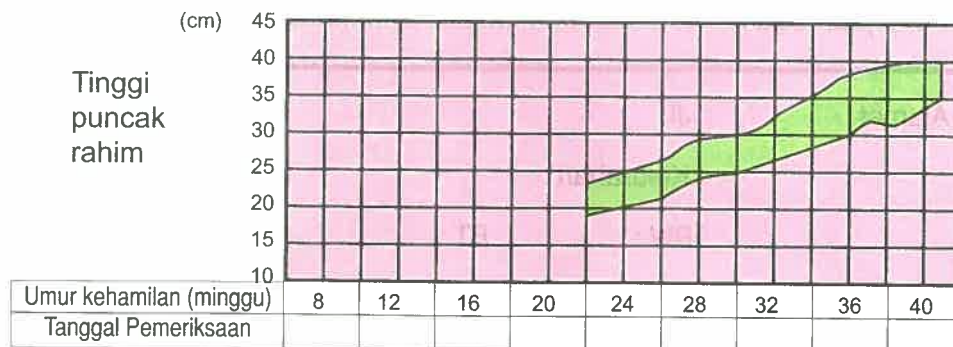
No. Urut	Abor-tus	Kelahiran					Umur anak		Keterangan* Sehat/Sakit/ dll.
		Lahir mati	Lahir hidup Lk	Pr	Spontan	Tindakan	Sekarang	Waktu meninggal	

* Pilih salah satu, ditulis sesuai keadaan anak:
Bila anak meninggal tulis gejala sebelum meninggal/ sebab kematian anak (misalnya batuk, sesak, panas, diare, dsb.)

DIISI OLEH TENAGA KESEHATAN

2. PEMERIKSAAN

a. Grafik Kehamilan



b. Perkiraan Persalinan

Hari Pertama Haid Terakhir (HPHT)
Tanggal: _____

Hari Taksiran Persalinan (HTP)
Tanggal: _____

c. Pemeriksaan Rutin

Umur kehamilan (minggu)	8	12	16	20	24	28	32	36	40
Tanggal pemeriksaan									
Keluhan									
Berat Badan (Kilogram)									
Tekanan darah (mmHg)									
Edema/bengkak pada kaki									
Letak janin									
Detak jantung janin									
Hb: ____ gram %									
Tablet Tambah Darah									
Kapsul Minyak Beryodium									
Imunisasi TT (TT1, TT2, TTU)									
Keadaan gigi/mulut : Gigi lubang / gusi bengkak / berdarah									
Tempat pelayanan / petugas :									
Nasehat :									

Bila tinggi puncak rahim di atas garis grafik sebelah atas atau di bawah garis grafik sebelah bawah pada grafik kehamilan atau bila ditemukan keadaan tidak normal pada ibu hamil dan janin, ibu perlu segera dirujuk ke puskesmas.

3. RENCANA PERSALINAN PADA KEHAMILAN SEKARANG

IBU HAMIL DENGAN KEADAAN DI BAWAH INI, DIANJURKAN BERSALIN DENGAN TENAGA KESEHATAN :

DIISI OLEH KADER / IBU HAMIL

- Umur kurang dari 20 tahun atau lebih dari 35 tahun ☐
- Jarak kehamilan kurang dari 2 tahun ☐
- Pernah melahirkan lebih dari 4 kali ☐
- Mengalami kesulitan pada persalinan yang lalu (bayi lahir sungsang, bayi tidak cukup umur, operasi pada waktu melahirkan, kejang-kejang dan lain-lain). ☐
- Tinggi badan kurang dari 145 cm ☐
- Lingkar lengan atas kurang dari 23,5 cm ☐
- Mempunyai riwayat penyakit menahun (misalnya: malaria, TBC, sakit jantung) ☐

IBU HAMIL DENGAN KEADAAN DI BAWAH INI, DIANJURKAN UNTUK BERSALIN DI RUMAH SAKIT:

DIISI OLEH TENAGA KESEHATAN

- Anemia berat (HB kurang dari 8 gram %) ☐
- Tekanan darah tinggi (lebih dari 140/90 mmHg) ☐
- Edema yang nyata ☐
- Letak sungsang pada hamil pertama ☐
- Letak lintang pada kehamilan lebih dari 32 minggu ☐
- Kemungkinan atau ada janin kecil ☐
- Kemungkinan atau ada kehamilan ganda ☐
- Kemungkinan atau ada janin besar ☐

4. TANDA BAHAYA PADA KEHAMILAN DAN PERSALINAN YANG PERLU SEGERA DIRUJUK KE PETUGAS KESEHATAN RUMAH SAKIT



☐ Keluar darah dari jalan lahir



☐ Keluar air ketuban sebelum waktunya



☐ Kejang



☐ Gerakan janin tidak ada atau berkurang



☐ Demam



☐ Nyeri hebat di perut



☐ Sakit kepala atau kaki bengkak



☐ Muntah terus dan tidak bisa makan pada kehamilan muda

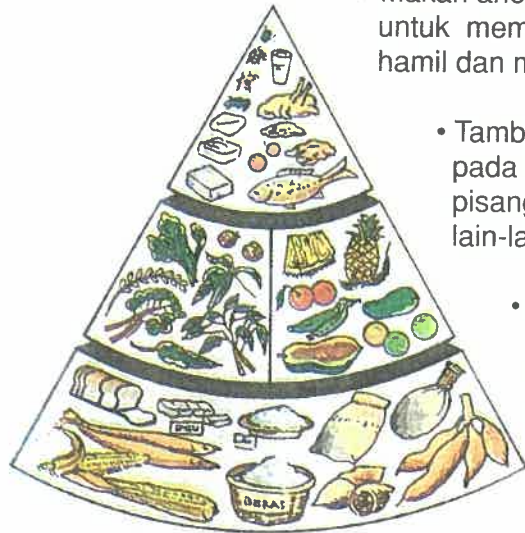


☐ Selaput kelopak mata pucat

5. PETUNJUK AGAR IBU DAN BAYI SEHAT



- Makanan bergizi seimbang diperlukan untuk :
 - * Menjaga kesehatan dan gizi ibu tetap baik.
 - * Menjaga kelangsungan pertumbuhan normal bayi dalam kandungan sehingga bayi lahir sehat.
 - * Mempersiapkan produksi ASI.
- Makan 1 - 2 piring lebih banyak dari biasanya selama hamil dan menyusui.



Bahan Makanan Gizi Seimbang

- Makan aneka ragam makanan 4-5 kali sehari untuk memenuhi kebutuhan gizi ibu selama hamil dan menyusui.
- Tambahlah dengan makanan selingan pada pagi dan sore hari seperti kolak pisang, bubur kacang hijau, lemper dan lain-lain.
- Makan makanan sumber zat besi yaitu bahan makanan hewani, kacang-kacangan dan sayuran hijau tua.

Gunakan garam beryodium setiap kali masak



- Periksa kehamilan setiap bulan agar bila ditemukan gangguan / kelainan pada ibu hamil dan bayi yang dikandung dapat segera ditolong tenaga kesehatan.



- Timbang berat badan setiap bulan untuk memantau pertambahan berat badan selama kehamilan.
- Selama kehamilan kenaikan berat badan sekitar 7 - 12 kg.



- Minum tablet tambah darah 1 tablet sehari sekurang-kurangnya 90 tablet selama hamil, sampai 40 hari setelah melahirkan

Di daerah Endemik **GAKY (Gangguan Akibat Kekurangan Yodium)** berat dan sedang, ibu hamil minum 1 kapsul Minyak Beryodium.



- Mintalah imunisasi TT dua kali sebelum kehamilan 8 bulan.
- Untuk mencegah penyakit tetanus pada bayi baru lahir.
- Penyakit tetanus merupakan salah satu penyebab tersering kematian bayi.



- Jaga kebersihan diri
- Mandi sekurang-kurangnya 2 x sehari.
- Gosok gigi dengan pasta gigi yang mengandung fluor sekurang-kurangnya 2 kali yaitu, pagi hari setelah sarapan dan malam hari sebelum tidur.
- Jika muntah segera kumur-kumur.



- Cukup istirahat kurangi kerja berat
- Ibu hamil perlu istirahat, berbaring siang hari 1 - 2 jam. Tenaga yang tersedia waktu istirahat sangat bermanfaat untuk kesehatan ibu dan pertumbuhan janin.
- Keluarga siap menerima kehadiran bayi dan merawat bayi dengan penuh kasih sayang.



- Rawatlah payudara.
- Ibu hendaknya merencanakan menyusui bayi sejak hamil muda.
- Bersihkan puting susu dengan minyak kelapa, bagi yang putingnya ke dalam, tarik perlahan-lahan agar puting menjadi keluar. Lakukan hal ini setiap hari.

B. IBU BERSALIN DAN NIFAS

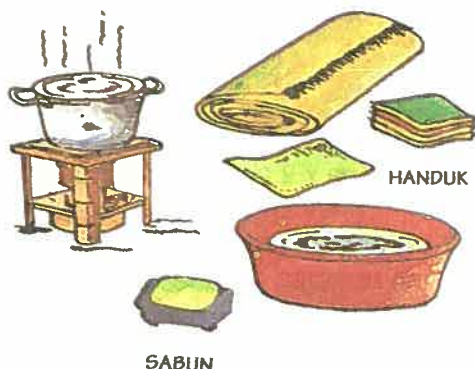
1. TANDA-TANDA AKAN MELAHIRKAN

- Rasa mulas yang semakin sering dan semakin kuat.
- Keluar lendir bercampur darah dari jalan lahir.
- Pecahnya selaput ketuban dengan ditandai oleh keluarnya cairan ketuban dari jalan lahir.
- Merasa seperti mau buang air besar bila bayi akan lahir.

**Bila ada salah satu tanda akan melahirkan segera hubungi bidan/dokter.
Usahakan kencing sesering mungkin.
Banyak berjalan-jalan bila masih memungkinkan**

2. PERSIAPAN SEBELUM MELAHIRKAN DI RUMAH

- Siapkan tempat bersalin dengan alas yang bersih dan kering. Usahakan kamar bersih dan penerangan cukup.
- Siapkan air mendidih di atas kompor / tungku apabila sewaktu-waktu diperlukan untuk merebus alat-alat seperti: gunting, tali, dan sebagainya.
- Siapkan air bersih di baskom dan sabun untuk cuci tangan penolong persalinan.
- Siapkan beberapa kain yang lembut, handuk dan pakaian bayi yang bersih dan kering.
- Siapkan kain dan pakaian ganti yang bersih dan kering bagi ibu setelah melahirkan.
- Alat-alat untuk pertolongan persalinan disiapkan oleh bidan.



3. TANDA BAHAYA PADA WAKTU MELAHIRKAN

- Bayi tidak lahir dalam 12 jam sejak mulai terasa mulas.
- Keluar darah dari jalan lahir sebelum kelahiran.
- Tali pusat atau anggota badan bayi menumbung / keluar lebih dulu.
- Ibu tidak kuat mengejan.
- Ibu kejang-kejang.
- Air ketuban berbau busuk atau berwarna keruh.
- Keluar darah banyak setelah bayi lahir.

4. KEADAAN IBU DAN BAYI PASCA PERSALINAN

DIISI OLEH TENAGA KESEHATAN

PEMERIKSAAN IBU BERSALIN BAYI DAN NIFAS

Tanggal persalinan	:	_____	Umur kehamilan:	_____ minggu
Penolong persalinan	:	[] Dokter	[] Bidan	
		[] Nakes lain	[] Dukun bayi	
		[] Keluarga	[] Lain-lain	
Tempat persalinan	:	[] Rumah sendiri	[] Rumah dukun	
		[] Rumah bidan	[] Rumah Sakit	
		[] Klinik bersalin	[] Puskesmas	
		[] Polindes		
Cara persalinan	:	[] Spontan	[] Buatan	
Keadaan bayi	:	[] Sehat	[] Sakit	
		[] Lahir mati	[] Cacat bawaan	
Jenis kelamin	:	[] Laki-laki	[] Perempuan	
Berat lahir	:	_____ gram		
Panjang lahir	:	_____ cm	LIDA :	_____ cm
Keadaan bayi saat lahir	:	[] Segera menangis	[] Menangis beberapa saat	
		[] Seluruh tubuh kemerahan	[] Anggota gerak biru	
		[] Tidak menangis	[] Seluruh tubuh biru	
Alat potong tali pusat	:	[] Gunting	[] Lain-lain.....	
		[] Direbus	[] Tidak direbus	
Perawatan tali pusat	:	[] Povidon iodine	[] Lain-lain.....	
Pemberian ASI pertama	:	[] Dalam 30 menit	[] Lebih dari 30 menit	
		[] Tidak diberikan		
Keadaan ibu	:	[] Sehat	[] Sakit	
		[] Meninggal		
Kelainan pada ibu setelah melahirkan	:	[] Pendarahan	[] Demam	
		[] Kejang	[] Lochia berbau	
		[] Lain-lain.....		
Tindakan	:	[] Vitamin A nifas	[] Tab.Besi nifas	
		[] Kapsul Minyak Beryodium		
Tanggal dirujuk	:	_____		
Sebab dirujuk	:	_____		
Dirujuk ke	:	_____		

Bila ada tanda bahaya, ibu harus segera di bawa ke RUMAH SAKIT

C. BAYI BARU LAHIR (NEONATAL)

1. PERHATIAN SETELAH MELAHIRKAN

- Menyusui bayi dalam 30 menit setelah lahir. **Beri ASI saja sampai bayi umur 4 bulan.**
- Segera lapor kelahiran bayi ke kader Dasa Wisma untuk pengisian catatan kelahiran, demikian juga bila terjadi kematian ibu dan bayi.
- Periksa kesehatan ibu dan bayi baru lahir pada petugas kesehatan sekurang-kurangnya 2 kali dalam bulan pertama yaitu pada umur 1 - 7 hari dan 8 - 30 hari.

2. MENJAGA AGAR BAYI BARU LAHIR TETAP HANGAT

Bayi baru lahir mudah terkena serangan dingin yang seringkali berakhir dengan kematian, terutama pada bayi lahir kurang bulan. Untuk mencegahnya, lakukan langkah-langkah berikut :



- Letakkan bayi di dada ibu agar terjadi kontak kulit ibu dan bayi. Kontak kulit menyebabkan panas tubuh ibu menghangatkan tubuh bayi.
- Ruangan tidur bayi harus hangat dan bersih.
- Bayi jangan diletakkan di tempat berangin seperti depan pintu, dekat jendela terbuka.
- Bungkus tubuh bayi dengan kain / selimut kering, bersih dan lembut. Kepala ditutup topi.
- Segera ganti pakaian, sarung bantal, kain atau selimut bila basah.

3. PEMBERIAN AIR SUSU IBU

a. Hal-hal penting tentang air susu ibu (ASI)

- ASI mengandung semua zat gizi yang diperlukan bayi
- Menyusui menumbuhkan jalinan rasa kasih sayang yang penting untuk tumbuh kembang dan kecerdasan anak.
- ASI, terutama kolostrum, mengandung zat kekebalan.
- ASI bersih dan mudah diberikan.

b. Cara menyusui yang baik

- Cuci tangan dahulu sebelum menyusui.
- Bayi dipangku, letakkan kepala bayi pada siku ibu dan tangan ibu menahan bokong bayi.
- Tubuh bayi menghadap ibu, perut bayi menempel pada badan ibu.
- Sentuhkan puting susu pada bibir atau pipi bayi untuk merangsang agar mulut bayi terbuka lebar.
- Setelah mulut bayi terbuka lebar, segera masukkan puting dan sebagian besar lingkaran hitam di sekitar puting (areola) ke mulut bayi.
- Menyusui bayi dengan payudara kiri dan kanan secara bergantian.



4. MERAWAT TALI PUSAT



Tujuan merawat tali pusat adalah untuk mencegah terjadinya penyakit tetanus pada bayi baru lahir.

- Bersihkan luka tali pusat **setiap hari** dengan menggunakan Povidone Iodine.
- Setelah itu **tutup dengan kain kasa bersih dan kering** yang sudah dibubuhi Povidone Iodine.

- Bersihkan luka tali pusat sampai puput.
- Jaga agar tali pusat selalu terbungkus kain kasa bersih dan kering.

5. MENCEGAH PENYAKIT TETANUS PADA BAYI BARU LAHIR

Penyakit ini disebabkan karena masuknya kuman Tetanus melalui luka tali pusat. Kuman masuk bila luka tali pusat tidak bersih atau karena ditaburi ramu-ramuan.

a. Tanda-tandanya :

- Bayi yang semula bisa menetek dengan baik **tiba-tiba tidak bisa**.
- Mulut mencucut seperti mulut ikan.
- Kejang-kejang, terutama bila disentuh, terkena sinar, atau mendengar suara keras.

b. Penyakit ini dapat dicegah melalui:

- Pemotongan tali pusat dengan alat yang sudah direbus.
- Perawatan tali pusat yang bersih sampai puput.
- Ibu pada waktu hamil mendapat imunisasi TT sebanyak 2 kali, sehingga ibu dan bayi kebal terhadap kuman tetanus.

6. PEMERIKSAAN KESEHATAN NEONATAL

DIISI OLEH TENAGA KESEHATAN

JENIS PEMERIKSAAN	KN 1 - 7 hari	KN 8 - 30 hari
Berat bayi (gram)		
Pemantauan LIKA (cm)		
Kedadaan tali pusat (tulis K = Kering atau B = Basah)		

Tanda bahaya atau gejala sakit. Tulis (+) bila ada atau (-) bila tidak ada

Gerakan lemah, tidak aktif		
Nafas cepat, sesak nafas, sukar nafas		
Diare		
Panas (P+) atau tubuh teraba dingin (D+)		
Tubuh kuning / pucat atau biru-biru		
Kejang / gerakan tangan & kaki tidak terkoordinir		
Perut buncit / kembung / tumpah		
Bayi merintih / menangis tidak kuat		
Bayi tiba-tiba tidak mau atau tidak dapat menyusu / malas minum		

Bila tanda bahaya atau gejala (+) segera rujuk ke puskesmas atau rumah sakit

D. KELUARGA BERENCANA

1. PELAYANAN KELUARGA BERENCANA

DIISI OLEH TENAGA KESEHATAN

Metode yang digunakan pada saat ini

- | | | | |
|---------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|------------------------------------|
| ☐ IUD | ☐ Suntikan | ☐ Implan | ☐ Pil |
| ☐ Kondom | ☐ Operasi | ☐ Tidak KB | ☐ Lain-lain |

Tanggal mendapatkan pelayanan : _____

2. HAL PENTING YANG PERLU DIKETAHUI

Keluarga Berencana adalah pengaturan kelahiran, pembinaan ketahanan keluarga, peningkatan kesejahteraan keluarga untuk mewujudkan Keluarga Kecil, Bahagia, Sehat dan Sejahtera.



Keadaan yang berakibat kurang baik bagi kesehatan ibu dan anak adalah:

- Melahirkan pada umur kurang dari 20 tahun
- Melahirkan pada umur lebih dari 35 tahun
- Melahirkan dengan jarak kurang dari 2 tahun
- Melahirkan anak lebih dari 4 kali

Dapatkan informasi tentang KB dari petugas KB.

Diskusikan dengan suami dan petugas kesehatan dalam memilih cara KB yang paling sesuai.

III. PENJELASAN UMUM TENTANG KESEHATAN ANAK

A. IMUNISASI

DIISI OLEH TENAGA KESEHATAN

1. CATATAN PEMBERIAN IMUNISASI

JENIS IMUNISASI	TANGGAL DIBERIKAN IMUNISASI			
	I	II	III	IV
B.C.G.				
HEPATITIS B*				
D.P.T.				
POLIO				
CAMPAK				

2. HAL PENTING YANG PERLU DIKETAHUI

- Manfaat imunisasi
Imunisasi adalah pemberian kekebalan agar bayi tidak mudah tertular penyakit-penyakit: Hepatitis B, Tuberculosis, Difteri, Batuk Rejan, Tetanus, Polio dan Campak.
- Berikan imunisasi sedini mungkin secara lengkap untuk mencegah timbulnya penyakit-penyakit tersebut di atas.
- Jadwal imunisasi

Umur	Jenis Imunisasi
0 bulan	HB1, BCG, Polio 1
2 bulan	HB2, DPT 1, Polio 2
3 bulan	DPT 2, Polio 3
4 bulan	DPT 3, Polio 4
6 bulan	HB3
9 bulan	Campak

B. PENYAKIT YANG SERING TERDAPAT PADA ANAK

A. DIARE

1. **Diare** adalah perubahan bentuk kotoran anak yang semula padat berubah menjadi lembek atau cair dan buang air besar 3 kali atau lebih dalam 24 jam.

2. Bila anak diare :

- a. perbanyak pemberian minuman, misalnya : ASI, air matang, air sayuran, oralit.

Cara pemberian oralit dan takarannya:

Tuangkan 1 bungkus oralit ke dalam 1 gelas air matang (200 cc) atau air minum dan aduk sampai rata



Minumkan segera cairan oralit sedikit demi sedikit sampai anak tidak merasa haus lagi dengan takaran sebagai berikut :

TAKARAN PEMBERIAN ORALIT		
	3 Jam Pertama	Selanjutnya setiap kali mencret
Anak di bawah 1 tahun 	 1 1/2 gelas	 1/2 gelas
Anak di bawah 5 tahun (anak balita) 	 3 gelas	 1 gelas

b. ASI tetap diberikan terutama pada bayi. Untuk anak yang tidak menetek pemberian makanan lunak tetap diteruskan.

c. Segera dibawa ke petugas kesehatan, bila anak tidak membaik dalam 3 hari atau bila ada tanda-tanda :

- buang air besar encer berkali-kali
- muntah berulang-ulang
- rasa haus yang nyata
- demam
- makan atau minum sedikit
- darah dalam tinja

3. Cara pencegahan diare :

- a. Pemberian hanya ASI saja pada bayi sampai usia 4 - 6 bulan.
- b. Mencuci tangan dengan sabun setelah berak dan sebelum memberi makan anak.
- c. Menggunakan jamban dan menjaga kebersihannya.
- d. Membuang tinja anak di tempat yang benar.
- e. Makanan dan minuman menggunakan air matang.



B. ISPA (INFEKSI SALURAN PERNAPASAN AKUT)

1. Batuk pilek dengan **napas cepat** atau **napas sesak** merupakan penyakit yang sering berakhir dengan kematian pada balita.
2. **Dikatakan napas cepat pada anak, jika**
 - Umur kurang dari 2 bulan nafas lebih dari 60 kali/menit
 - Umur 2 bulan - kurang dari 1 tahun nafas lebih dari 50 kali/menit
 - Umur 1 tahun - 5 tahun nafas lebih dari 40 kali/menit

Dikatakan napas sesak apabila ada cekungan / dinding dada di antara iga dan ulu hati

Bila ditemui tanda-tanda tersebut segera bawa ke tenaga kesehatan



3. **Batuk pilek tanpa disertai tanda napas cepat atau sesak dapat dirawat di rumah dengan cara :**

- a. Teruskan pemberian ASI bila bayi masih menyusui
- b. Beri makanan dan minuman lebih banyak.
- c. Bersihkan hidung agar tidak terganggu pernapasannya.
- d. Beri obat tradisional sebagai berikut: misalnya campuran 1 sendok teh air jeruk nipis dan 1 sendok teh kecap manis/madu.

Bila dalam 3 hari tidak ada perbaikan atau makin memburuk segera bawa ke tenaga kesehatan

4. Cara pencegahan ISPA :



Jauhkan anak dari penderita batuk



Jangan merokok di dekat anak



Beri makanan bergizi setiap hari



Jaga kebersihan lingkungan dan sirkulasi udara di sekitar rumah

C. KARTU MENUJU SEHAT (KMS) BALITA

Anak sehat berarti berat badannya berada pada pita hijau dan setiap bulan berat badan anak bertambah, mengikuti pita warna hijau atau berpindah ke warna hijau di atasnya.

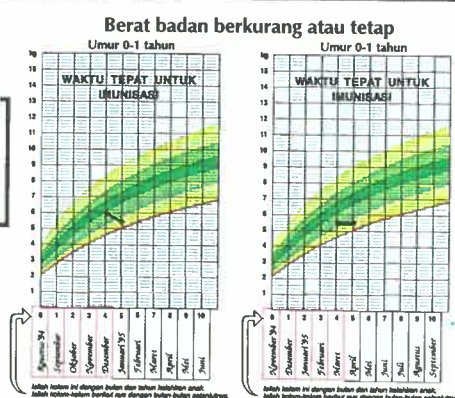
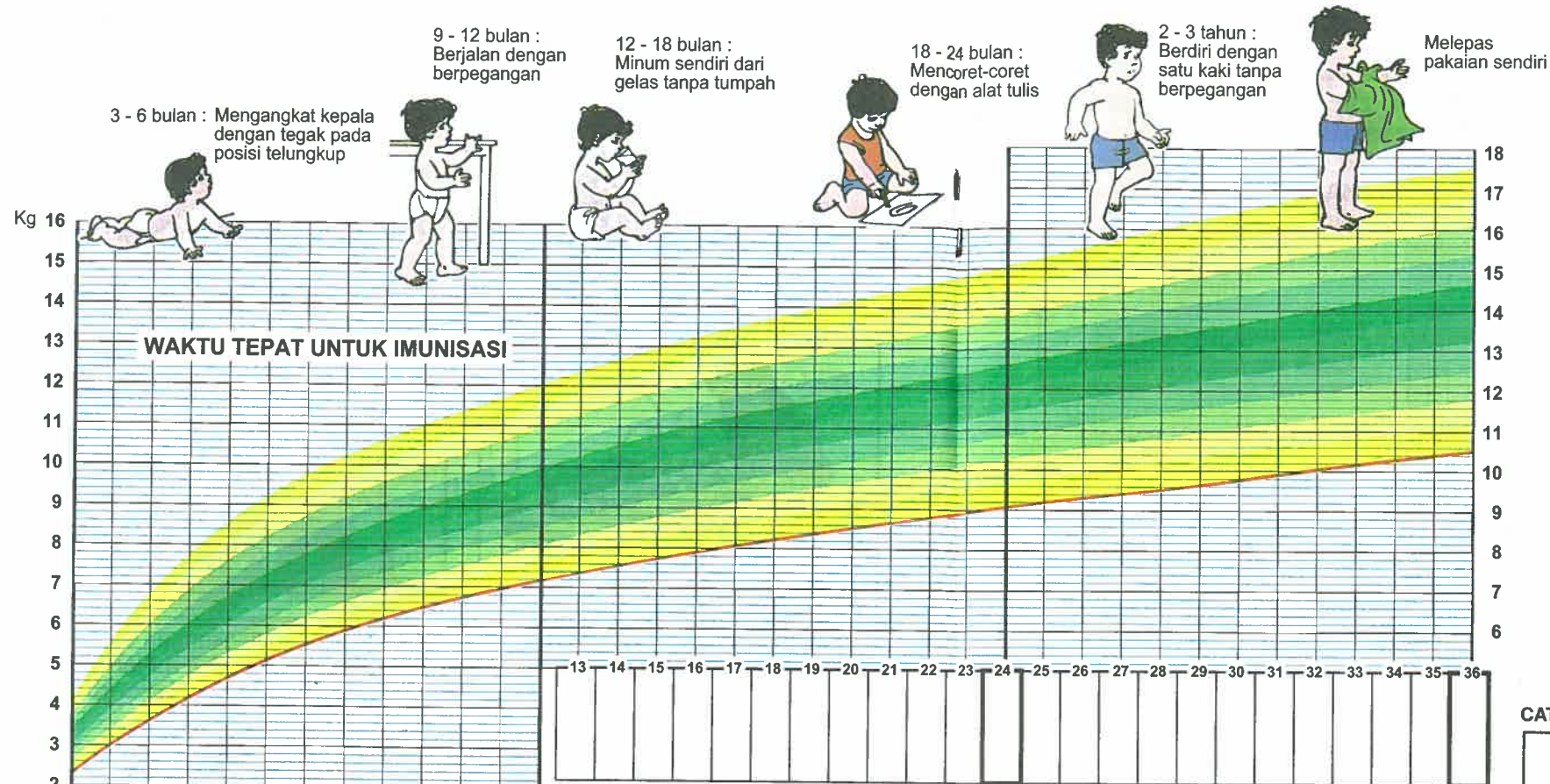
Ibu telah memberi makanan yang baik, **teruskan kebiasaan tersebut** dan timbanglah lagi bulan depan.

Anak tidak sehat, jika berat badannya berada pada pita warna kuning di bawah warna hijau atau berat badan anak berkurang/ turun / tetap dibandingkan dengan bulan lalu, ditandai dengan berpindah ke pita warna di bawahnya.

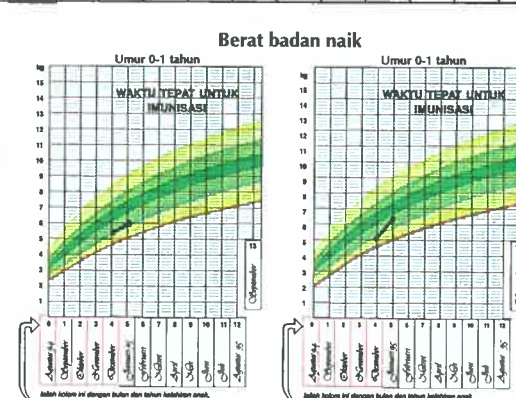
Teruskan pemberian ASI lebih sering dan berilah makanan lebih banyak

Mintalah nasehat bidan atau Petugas Puskesmas, jika berat badan berada **di bawah** Garis Merah

ANAK SEHAT, BERTAMBAH UMUR BERTAMBAH BERAT PERTUMBUHAN DAN PERKEMBANGAN ANAK



ARTINYA, ANAK TIDAK SEHAT



ARTINYA, ANAK SEHAT

CATATAN PEMBERIAN VITAMIN A

	BULAN	
	Februari	Agustus
Umur 6 - 12 bulan *	Tgl.	
Umur 1 - 2 tahun **	Tgl.	Tgl.
Umur 2 - 3 tahun **	Tgl.	Tgl.

* Capsul Vitamin A (biru) : 100.000 SI

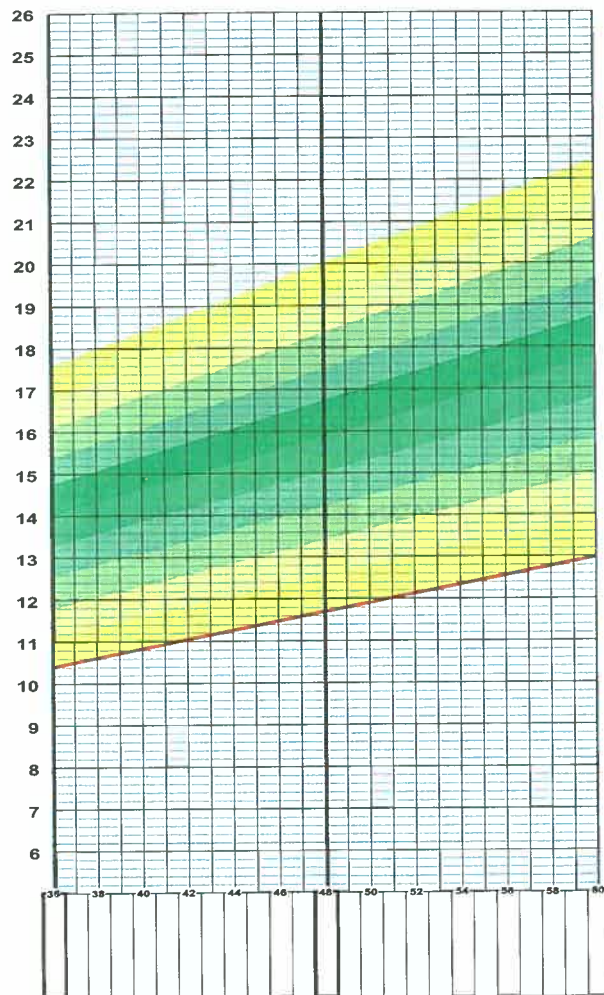
** Capsul Vitamin A (kuning) : 200.000 SI



3-4 tahun :
Mengetahui dan menyebutkan
paling sedikit 1 warna



4-5 tahun :
Mencuci dan mengeringkan
tangan tanpa bantuan



CATATAN PEMBERIAN VITAMIN A

	BULAN	
	Februari	Agustus
Umur 3-4 tahun	Tgl.	Tgl.
Umur 4-5 tahun	Tgl.	Tgl.

LINGKAR KEPALA ANAK (LIKA)

1. MENGAPA PERLU MEMANTAU LIKA

Untuk mengetahui secara dini kemungkinan ada kelainan / gangguan dalam pertumbuhan dan perkembangan otak atau penyakit infeksi.

2. JADWAL PEMANTAUAN LIKA:

- Pada bayi umur 8 - 30 hari, 3 bulan, 6 bulan, 9 bulan dan 12 bulan.
- Pada anak balita umur 18 bulan, 24 bulan, dan 36 bulan, 4 tahun dan 5 tahun.

Anjuran rujukan : Bila LIKA berada diluar daerah hijau, segera rujuk ke Rumah Sakit

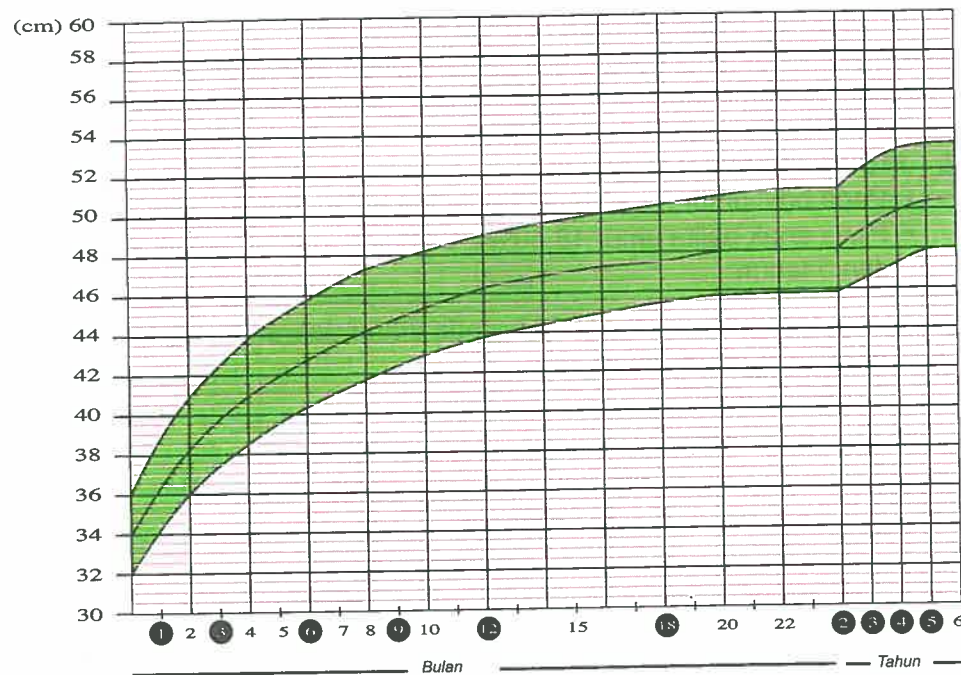
Lingkar Kepala Anak Laki-laki



Lingkar hitam pada bulan/tahun menunjukkan kapan dilakukan pengukuran LIKA

Lingkar Kepala Anak Perempuan

DIISI OLEH: TENAGA KESEHATAN



Lingkaran hitam pada bulan/tahun menunjukkan kapan dilakukan pengukuran LIKA

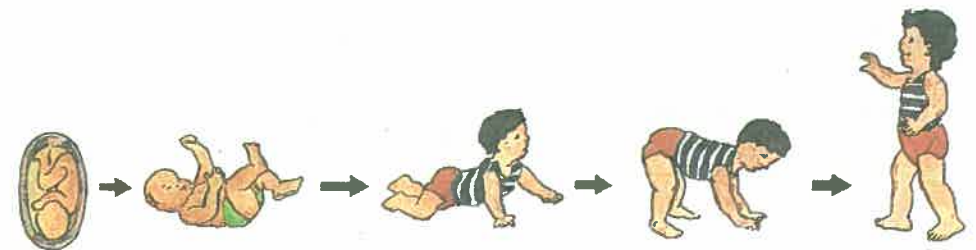
E. STIMULASI TUMBUH KEMBANG ANAK

Stimulasi tumbuh kembang adalah kegiatan untuk merangsang kemampuan dan tumbuh kembang anak yang dilakukan oleh ibu dan keluarga untuk membantu anak tumbuh kembang sesuai umurnya.

Jenis perkembangan anak yang dipantau dan distimulasi meliputi: kemampuan gerak, berbicara dan kecerdasan serta kemampuan bergaul dan kemandirian anak.

Pemberian STIMULASI tumbuh kembang anak adalah :

1. Mengajar / melatih anak dalam berbagai kegiatan seperti : Bermain, berlari, menari, menulis, menggambar, makan/minum sendiri, membantu orang tua, menghitung dan membaca.
2. Pemberian stimulasi dilaksanakan secara bertahap, berkelanjutan dan terus menerus.
3. Menggunakan benda atau barang / alat yang ada di sekitar anak dan tidak berbahaya bagi anak.
4. Jangan memaksa apabila anak tidak mau melakukan kegiatan stimulasi demikian pula bila anak sudah bosan.
5. Beri pujian setiap anak berhasil melakukan kegiatan stimulasi yang sesuai dengan tingkat umurnya.
6. Stimulasi dilakukan dengan penuh kasih sayang dan dalam suasana yang menyenangkan.



IV. PEMANTAUAN DAN PENYULUHAN KESEHATAN ANAK

A. BAYI UMUR 0 - 30 HARI

DIISI OLEH IBU / KADER

1. PEMANTAUAN PERKEMBANGAN

Pada umur 1 bulan, bayi sudah dapat : ya

- a. Mengisap ASI dengan baik ☐
- b. Menggerakkan kedua lengan dan kaki secara aktif sama mudahnya. ☐
- c. Mata bayi sesekali menatap ke mata ibu. ☐
- d. Mulai mengeluarkan suara. ☐



Bila ada yang belum dapat dilakukan, maka yang perlu dilakukan ibu :

- Stimulasi lebih sering.
- Bila dalam 1 bulan tidak ada perubahan segera ke petugas kesehatan.

2. STIMULASI DINI DI RUMAH

- a. Ketika bayi anda rewel, cari penyebabnya dan peluk dia dengan penuh kasih sayang.



- b. Gantung benda-benda yang berbunyi atau berwarna cerah di atas tempat tidur bayi agar bayi dapat melihat benda tersebut bergerak-gerak dan berusaha menendang / meraih benda tersebut.

- c. Latih bayi mengangkat kepala dengan cara meletakkannya pada posisi telungkup.
- d. Ajak bayi anda tersenyum terutama ketika ia tersenyum kepada anda.



3. HAL PENTING YANG PERLU DIKETAHUI

Pada umur 0 - 30 hari :

- a. Ukur LIKA sekurang-kurangnya kali pada umur 8 - 30 hari.
- b. Timbang berat badan.
- c. **Beri ASI saja sampai umur 4 bulan (ASI Eksklusif)** karena produksi ASI pada periode tersebut sudah mencukupi kebutuhan bayi untuk tumbuh kembang yang sehat
- d. Minta imunisasi HB1, BCG, Polio1 sampai saat bayi umur 30 hari



B. BAYI UMUR 1 - 4 BULAN

DIISI OLEH IBU / KADER

1. PEMANTAUAN PERKEMBANGAN

Pada umur 4 bulan, bayi sudah bisa : ya

- a. Menegakkan kepalanya pada saat tengkurap ☐
- b. Menggenggam mainan yang disentuhkan pada telapak tangannya. ☐
- c. Mengikuti gerakan anda dengan menggerakkan kepalanya dari satu sisi ke sisi yang lain. ☐
- d. Membalas senyuman. ☐



Bila ada yang belum dapat dilakukan, maka yang perlu dilakukan ibu :

- Stimulasi lebih sering.
- Bila dalam 1 bulan tidak ada perubahan segera ke petugas kesehatan.

2. STIMULASI DINI DI RUMAH

- a. Ungkapkan kasih sayang dan rasa aman dengan berbicara lembut, membuai, memeluk, mencium, menyanyikan lagu, dan lainnya.
- b. Menirukan ocehan, gerakan dan mimik anak. Anak sering diajak bicara dengan mendengarkan berbagai suara, misalnya suara burung, kerincingan, ayam dan lain-lain.



- c. Melatih anak membalikkan badan dari telentang ke telungkup.
- d. Melatih anak menggenggam benda dengan kuat. Letakkan benda di tangan bayi. Setelah bayi menggenggam benda tersebut, tariklah perlahan-lahan.



3. HAL PENTING YANG PERLU DIKETAHUI

Pada umur 1 - 4 bulan :

- a. Minta imunisasi pada petugas kesehatan :
 - HB2, DPT1, Polio 2 pada saat bayi umur 2 bulan
 - DPT2, Polio 3, pada saat bayi umur 3 bulan

SAKIT RINGAN BUKAN HALANGAN UNTUK PEMBERIAN IMUNISASI

- b. Ukur LIKA sekurang-kurangnya 1 kali pada umur 3 bulan.
- c. Timbang berat badan tiap bulan.
- d. **Beri bayi umur 1 sampai 4 bulan hanya ASI saja (ASI Eksklusif)**



C. BAYI UMUR 4 - 6 BULAN

DIISI OLEH IBU / KADER

1. PEMANTAUAN PERKEMBANGAN

Pada umur 6 bulan, bayi sudah bisa : ya

- Berbalik dari telentang ke telungkup atau sebaliknya. ☐
- Meraih mainan yang berada dalam jangkauan tangannya. ☐
- Menengok ke arah sumber suara, misalnya: sendok di pukul ke gelas/piring atau kerincingan. Pastikan bahwa bayi tidak melihat waktu ibu memukul gelas. ☐
- Mencari benda yang dipindahkan. ☐



Bila ada yang belum dapat dilakukan, maka yang perlu dilakukan ibu :

- Stimulasi lebih sering.
- Bila dalam 1 bulan tidak ada perubahan segera ke petugas kesehatan.

2. STIMULASI DINI DI RUMAH

- Bantu bayi duduk sendiri, mulai dengan mendukung bayi di kursi yang mempunyai sandaran.
- Latih kedua tangan bayi, masing-masing memegang benda dalam waktu yang bersamaan.
- Latih bayi menirukan kata-kata dengan cara tirukan suara bayi dan buat agar bayi mau menirukan kembali.
- Latih bayi bermain "ciluk ba" atau permainan lain seperti : melambaikan tangan sambil menyebut "...da....da...."



3. HAL PENTING YANG PERLU DIKETAHUI

Pada umur 4 - 6 bulan :

- Minta imunisasi DPT 3, Polio 4 pada umur 4 bulan
- Ukur LIKA sekurang-kurangnya 1 kali pada umur 6 bulan.
- Timbang berat badan tiap bulan.
- Sebelum tumbuh gigi, bersihkan gusi dan lidah bayi dengan kain kasa yang dibasahi dengan air matang hangat, setelah menyusui.
- Pemberian makanan:
 - Bayi terus diberi ASI. Mulai diperkenalkan dengan makanan pendamping ASI (MP-ASI) berbentuk makanan lumat atau setengah cair, misalnya bubur saring, pisang, sari buah.
 - Sebaiknya ASI diberikan sebelum pemberian MP-ASI.



CARA MEMBUAT MAKANAN LUMAT (BUBUR SUSU)

a. Bahan

- 2 sendok makan tepung beras (20 gram)
- 2 sendok teh gula pasir (10 gram)
- 1 gelas susu segar atau 2 sendok makan penuh susu bubuk yang telah dilarutkan dalam 1 gelas air.

b. Cara membuatnya

- Tepung beras dan gula pasir dilarutkan dalam susu.
- Masak di atas api kecil, aduk terus menerus sampai matang



D. BAYI UMUR 6 - 9 BULAN

DIISI OLEH IBU / KADER

1. PEMANTAUAN PERKEMBANGAN

Pada umur 9 bulan, bayi sudah bisa : ya

- Duduk sendiri. ☐
- Memindahkan benda dari tangan satu ke tangan lain. ☐
- Tertawa/berteriak bila melihat benda yang menarik. ☐
- Makan kue tanpa dibantu. ☐



Bila ada yang belum dapat dilakukan, maka yang perlu dilakukan ibu :

- Stimulasi lebih sering.
- Bila dalam 1 bulan tidak ada perubahan segera ke petugas kesehatan.

2. STIMULASI DINI DI RUMAH

- Angkat bayi dan bantu ia berdiri diatas alas yang datar dan kuat.
- Latih bayi memasukkan dan mengeluarkan benda dari wadah.
- Perlihatkan gambar benda dan bantu bayi menunjuk nama benda yang anda sebutkan.
- Ajak bayi bermain dengan permainan yang perlu dilakukan bersama



3. HAL PENTING YANG PERLU DIKETAHUI

Pada umur 6 - 9 bulan :

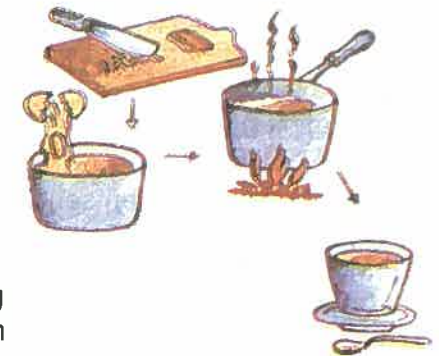
- Minta imunisasi
 - HB3 pada saat bayi umur 6 bulan
 - Campak pada saat bayi umur 9 bulan
- Ukur LIKA sekurang-kurangnya 1 kali pada umur 9 bulan.
- Timbang berat badan tiap bulan.
- Perhatikan kesehatan gigi bayi:
 - Gigi susu bayi sudah tumbuh.
 - Bersihkan gigi bayi sedikitnya 1 x sehari
- Pemberian makanan:
 - Bayi terus diberi ASI diselingi dengan buah / sari buah.
 - Makanan pendamping ASI (MP-ASI) diberikan dalam bentuk lumat sekurang-kurangnya 3 kali sehari.



CARA MEMBUAT MAKANAN LEMBIK (NASI TIM)

a. Bahan

- 2 sendok makan peres beras
- 1 potong tempe atau tahu atau kacang-kacangan atau ikan atau telur.
- 10 lembar daun bayam atau sayuran hijau lainnya
- 2 - 3 gelas air
- 1 sendok makan minyak goreng
- 1 sendok makan santan, garam secukupnya



b. Cara membuatnya

- Beras dimasak dengan 2-3 gelas air dan minyak goreng/santan. Tahu, tempe, lauk lain, daun bayam atau sayur hijau lain dipotong kecil-kecil.
- Setelah beras menjadi bubur, masukan bahan lain.
- Tambahkan garam sedikit lalu cicipi.
- Masak lagi hingga matang.

E. BAYI UMUR 9 - 12 BULAN

DIISI OLEH IBU / KADER

1. PEMANTAUAN PERKEMBANGAN

Pada umur 12 bulan, bayi sudah bisa : ya

- Berjalan dengan pegangan ☐
- Meraup benda kecil seperti kacang dengan jari-jari tangannya. ☐
- Menyebut dua suku kata yang sama, misalnya: pa-pa, ma-ma. ☐
- Membedakan anda dengan orang yang belum dikenal. ☐



Bila ada yang belum dapat dilakukan, maka yang perlu dilakukan ibu :

- Stimulasi lebih sering.
- Bila dalam 1 bulan tidak ada perubahan segera ke petugas kesehatan.

2. STIMULASI DINI DI RUMAH

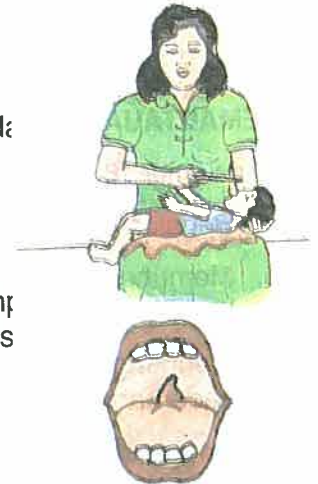
- Melatih bayi berjalan sendiri
- Mengajarkan anak menggelindingkan bola
- Memberikan kesempatan kepada anak untuk menggambar
- Makan bersama dengan cara ajak bayi duduk dengan anggota keluarga lain



3. HAL PENTING YANG PERLU DIKETAHUI

Pada umur 9 - 12 bulan :

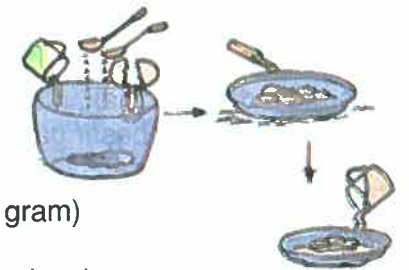
- Ukur LIKA sekurang-kurangnya 1 kali pada usia 12 bulan
- Timbang berat badan tiap bulan
- Perhatikan kesehatan gigi bayi:
 - Sikat gigi bayi sedikitnya 1 x sehari tanpa pasta dengan posisi kepala bayi di atas pangkuan ibunya.
 - Periksa gigi anak ke Poliklinik Gigi Puskesmas.
- Pemberian makanan:
 - Bayi terus diberi ASI. ASI diberikan sebelum pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI)
 - MP-ASI diberikan dalam bentuk lembik, sekurang-kurangnya 3 kali sehari.
 - Beri makanan selingan bergizi 1-2 kali sehari, seperti kue bolu pandan, kue lapis, biskuit.
 - Beri buah-buahan segar atau sari buah.



CARA MEMBUAT BOLU KECIL

a. Bahan

- 1/4 gelas tepung terigu (25 gram)
- 1/2 gelas susu segar
- 4 sendok teh gula pasir (20 gram)
- 1/2 butir telur
- sedikit mentega dan sedikit minyak goreng



b. Cara membuatnya

- Telur dipecah kemudian campurkan semua bahan.
- Adonan dibagi 4 dan digoreng dengan sedikit minyak.
- Dimakan dengan sedikit mentega atau sirup.

F. ANAK UMUR 12 - 18 BULAN

DIISI OLEH IBU / KADER

1. PEMANTAUAN PERKEMBANGAN

Pada umur 18 bulan, anak sudah dapat: ya

- Berjalan sendiri tanpa jatuh. ☐
- Memungut benda kecil seperti kacang dengan ibu jari dan telunjuk. ☐
- Mengungkapkan keinginan secara sederhana. ☐
- Minum sendiri dari gelas tanpa tumpah. ☐



Bila ada yang belum dapat dilakukan, maka yang perlu dilakukan ibu :

- Stimulasi lebih sering.
- Bila dalam 1 bulan tidak ada perubahan segera ke petugas kesehatan.

2. STIMULASI DINI DI RUMAH

- Melatih anak naik turun tangga.
- Bermain dengan anak, menunjukkan cara menangkap bola besar dan melemparkannya kembali kepada anda.
- Latih anak menyebut nama bagian tubuh, dengan menunjuk bagian tubuh anak, menyebut namanya dan usahakan agar dia mau menyebutnya kembali.
- Beri kesempatan kepada anak untuk melepas pakaiannya sendiri.



3. HAL PENTING YANG PERLU DIKETAHUI

Pada umur 12 - 18 bulan :

- Ukur LIKA sekurang-kurangnya 1 kali ipada umur 18 bulan
- Timbang berat badan tiap bulan.
- Minta kapsul vitamin A setiap bulan Februari dan Agustus.
- Perhatikan kesehatan gigi anak :



- Dapat mulai belajar menyikat gigi dibantu ibu dari belakang.
- Gunakan pasta gigi mengandung fluor yang tidak manis.
- Sikat gigi 2 kali sehari sesudah sarapan dan sebelum tidur.
- Hindari makanan yang lengket dan manis (permen / coklat) di antara waktu makan.

Berikan kesempatan pada anak untuk melakukan apa yang diinginkan, tetapi dengan tegas melarang hal-hal yang berbahaya bagi anak

- Pemberian makanan sehat pada anak umur 12 - 18 bulan :

- Anak tetap diberi ASI, ASI diberikan sebelum pemberian MP-ASI.
- Anak mulai diberi makanan keluarga sesuai gizi seimbang dengan jumlah 1/2 porsi orang dewasa, sebanyak 3 kali sehari.
- Makanan selingan bergizi tetap diberikan sebanyak 1-2 kali sehari, seperti kue bolu, kue lapis, biskuit.
- Beri buah-buahan segar atau sari buah.



G. ANAK UMUR 18 - 24 BULAN

1. PEMANTAUAN PERKEMBANGAN

Pada umur 24 bulan, anak sudah bisa : ya

- Berjalan mundur sedikitnya 5 langkah. ☐
- Mencoret-coret dengan alat tulis ☐
- Menunjuk bagian tubuh dan menyebutkan namanya ☐
- Meniru melakukan pekerjaan rumah tangga, misalnya: membantu menyiapkan meja makan. ☐

DIISI OLEH IBU / KADER



Bila ada yang belum dapat dilakukan, maka yang perlu dilakukan ibu :

- Stimulasi lebih sering.
- Bila dalam 1 bulan tidak ada perubahan segera ke petugas kesehatan.

2. STIMULASI DINI DI RUMAH

- Latih keseimbangan tubuh anak dengan cara berdiri pada satu kaki secara bergantian.
- Latih anak menggambar bulatan, garis, segitiga dan gambar wajah.
- Latih agar anak mau menceritakan apa yang tadi dilihatnya.
- Latih anak dalam hal kebersihan diri seperti : buang air kecil dan buang air besar pada tempatnya, namun jangan terlalu ketat.



3. HAL PENTING YANG PERLU DIKETAHUI

Pada umur 18 - 24 bulan :

- Ukur LIKA sekurang-kurangnya 1 kali pada umur 24 bulan
- Minta kapsul Vitamin A setiap bulan Pebruari dan Agustus.
- Timbang berat badan tiap bulan
- Perhatikan kesehatan gigi anak:
 - Gigi susu lengkap (20 buah) pada umur 24 bulan.
 - Anak dibiasakan sikat gigi dibantu ibu.
 - Bila ada kerusakan gigi anak, segera ke Puskesmas
- ASI tetap diberikan sampai anak berumur 2 tahun. Beri anak makanan keluarga sesuai gizi seimbang sebanyak 3 kali sehari.



H. ANAK UMUR 2 - 3 TAHUN

1. PEMANTAUAN PERKEMBANGAN

Pada umur 3 tahun, anak sudah bisa : ya

- Berdiri dengan satu kaki tanpa berpegangan sedikitnya dua hitungan. ☐
- Meniru membuat garis lurus ☐
- Menyatakan keinginan sedikitnya dengan dua kata ☐
- Melepas pakaiannya sendiri ☐

DIISI OLEH IBU / KADER



Bila ada yang belum dapat dilakukan, maka yang perlu dilakukan ibu :

- Stimulasi lebih sering.
- Bila dalam 1 bulan tidak ada perubahan segera ke petugas kesehatan.

2. STIMULASI DINI DI RUMAH

- Latih anak melompat dengan satu kaki.
- Latih anak menyusun dan menumpuk balok.
- Latih anak mengenal bentuk dan warna
- Latih anak dalam hal kebersihan diri seperti cuci tangan dan kaki serta mengeringkan sendiri.

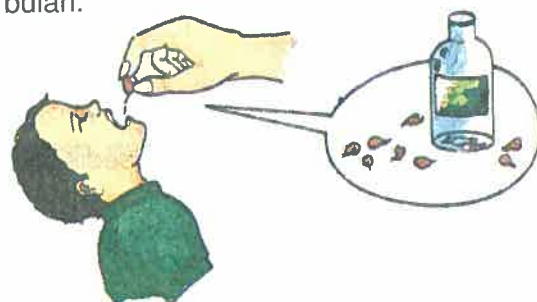


PERIKSALAH KE PETUGAS KESEHATAN, "APABILA ANAK ANDA SAKIT"

3. HAL PENTING YANG PERLU DIKETAHUI

Pada umur 2 - 3 tahun :

- Ukur LIKA sekurang-kurangnya 1 kali pada umur 3 tahun.
- Timbang berat badan tiap bulan.
- Minta kapsul Vitamin A setiap bulan Pebruari dan Agustus.



- Perhatikan kesehatan gigi anak
 - Periksakan gigi anak setiap 6 bulan
 - Apabila ada kerusakan gigi, segera periksa ke Puskesmas

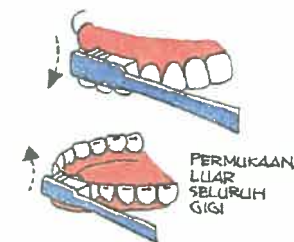
e. Cara menyikat gigi



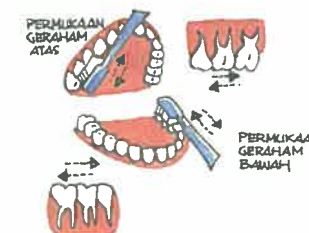
- Kumur-kumur sebelum menyikat gigi. Siapkan sikat gigi kecil dan pasta gigi yang mengandung fluor. Banyaknya pasta $\pm 1/2$ cm.



- Sikat permukaan gigi yang menghadap langit-langit/lidah



- Sikat permukaan gigi yang menghadap pipi dan bibir



- Sikat permukaan gigi yang dipakai untuk mengunyah.

Menyikat gigi dengan gerakan maju mundur dan pendek-pendek. Minimal selama 2 menit. Kumur-kumur cukup 1 kali.

- Pemberian makan dengan gizi seimbang pada anak umur 2 - 3 tahun:
 - Anak berangsur-angsur disapih, dengan memberikan susu sapi / susu formula sebanyak 2 kali sehari.
 - Anak diberi makanan keluarga beraneka ragam sesuai dengan gizi seimbang, sebanyak 3 kali.
 - Makanan selingan bergizi tetap diberikan sebanyak 1 - 2 kali sehari.
 - Beri buah-buahan segar

I. ANAK UMUR 3 - 4 TAHUN

DIISI OLEH IBU / KADER

1. PEMANTAUAN PERKEMBANGAN

Pada umur 4 tahun, anak sudah bisa : ya

- Berjalan jinjit. ☐
- Membuat gambar lingkaran. ☐
- Mengenal sedikitnya satu warna. ☐
- Mematuhi peraturan permainan sederhana. ☐



Bila ada yang belum dapat dilakukan, maka yang perlu dilakukan ibu :

- Stimulasi lebih sering.
- Bila dalam 1 bulan tidak ada perubahan segera ke petugas kesehatan.

2. STIMULASI DINI DI RUMAH

- Beri kesempatan agar anak dapat melakukan hal yang diperkirakan mampu dia kerjakan, misalnya : melompat dengan satu kaki.
- Latih anak cara memotong / menggunting gambar-gambar. Mulai dengan gambar besar.
- Latih anak mengancingkan kancing baju.
- Latih anak dalam sopan santun, misalnya berterima kasih, mencium tangan dan sebagainya



3. HAL PENTING YANG PERLU DIKETAHUI

Pada umur 3 - 4 tahun :

- Ukur LIKA sekurang-kurangnya 1 kali pada umur 4 tahun.
- Timbang berat badan tiap bulan.
- Periksa ke petugas kesehatan "Apabila Anak Anda Sakit"
- Minta kapsul Vitamin A setiap bulan Pebruari dan Agustus.
- Teruskan mengawasi dan membimbing anak dalam memelihara kesehatan gigi.
- Hindari : kebiasaan buruk (mengisap jempol), makan permen, coklat.
- Teruskan pemberian makanan keluarga, makanan selingan bergizi, dan buah-buahan segar.

J. ANAK UMUR 4 - 5 TAHUN

DIISI OLEH IBU / KADER

1. PEMANTAUAN PERKEMBANGAN

Pada umur 5 tahun, anak sudah bisa : ya

- Melompat dengan satu kaki. ☐
- Mengancingkan baju ☐
- Bercerita sederhana ☐
- Mencuci tangan sendiri. ☐



Bila ada yang belum dapat dilakukan, maka yang perlu dilakukan ibu :

- Stimulasi lebih sering.
- Bila dalam 1 bulan tidak ada perubahan segera ke petugas kesehatan.

2. STIMULASI DINI DI RUMAH

- a. Beri kesempatan agar anak dapat melakukan hal yang diperkirakan mampu dia kerjakan, misalnya: melompat tali, main engklek dan sebagainya.
- b. Melatih anak melengkapi gambar misalnya: menggambar baju pada gambar orang atau menggambar pohon, bunga, pada gambar rumah dan sebagainya.
- c. Jawablah pertanyaan anak dengan benar, jangan membohongi atau menunda jawabannya.
- d. Ajak anak dalam aktivitas keluarga seperti : berbelanja ke pasar, memasak, membenarkan mainan.



3. HAL PENTING YANG PERLU DIKETAHUI

Pada umur 4 - 5 tahun :

- Ukur LIKA sekurang-kurangnya 1 kali pada umur 5 tahun.
- Timbang berat badan tiap bulan
- Minta kapsul Vitamin A setiap bulan Pebruari dan Agustus
- Teruskan mengawasi dan membimbing anak dalam memelihara kesehatan gigi dan memeriksa kesehatan gigi / mulut secara teratur.
- Teruskan pemberian makanan keluarga beraneka ragam sesuai dengan gizi seimbang, makanan selingan bergizi, dan buah-buahan segar.

CATATAN KESEHATAN IBU

OLEH TENAGA KESEHATAN

[illegible]

*) Dikompres, pengobatan, tindakan, dll.

CATATAN KESEHATAN ANAK

OLEH TENAGA KESEHATAN

[illegible]

*) Dikompres, pengobatan, tindakan, dll.

CATATAN KESEHATAN ANAK

OLEH TENAGA KESEHATAN

[illegible]

*) Dikompres, pengobatan, tindakan, dll.

POTENSI KELUARGA

I. KONDISI RUMAH

1. Ventilasi kamar tidur : ada / tidak
2. Sumber air bersih : a. PAM
b. Sumur Pompa
c. Sumur Gali
d. Lainnya:
3. Sarana pembuangan air limbah : ada / tidak
4. Sarana pembuangan sampah : ada / tidak
5. Jamban keluarga : ada / tidak

II. LINGKUNGAN BIOLOGIS

1. Jumlah hewan / ternak peliharaan : Sapi / kerbau :
Ayam :
Kambing :
Ikan tawar : m2
Burung :
Kucing :
Anjing :
2. Kandang hewan peliharaan : ada / tidak
- bila ada : terpisah jauh / dekat rumah tinggal
3. Pemanfaatan tanah pekarangan :
- Kebun sayuran & buah : ada / tidak Luas m2
- Toga : ada / tidak Luas m2
- Belum digunakan : ya / tidak Luas m2

III. LINGKUNGAN SOSIAL

- Jumlah anggota keluarga yang bekerja: orang
Jumlah anggota keluarga yang belum / tidak bekerja : orang
Kategori Keluarga : Pra sejahterah/sejahtera I/II/III
Pendapatan keluarga per hari : <Rp 5.000 I 5- 20.000 I > 20.000
Ketrampilan anggota keluarga : Menjahit/merajut :
Bengkel / montir :
Industri rumah tanggal, misal : kripik, telur asin, bordir, lain-lain
sebutkan

IV. Rencana Potensi yang akan dikembangkan keluarga / Petugas :

.....
.....
.....
.....