

# BUKU KIA

## KESEHATAN IBU DAN ANAK



**BAGIAN  
ANAK**

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

**BUKU KIA**  
DIGUNAKAN SAMPAI  
ANAK BERUMUR  
6 TAHUN

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

Dikeluarkan Tanggal:  
Tanggal ....., Bulan ....., Tahun .....

No. Buku:

Fasilitas Kesehatan: Kab./Kota Provinsi

# 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 bantalan pada tepi mebel/perabot yang sudutnya tajam



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



Jendela minimal 1 meter dari lantai untuk mencegah bayi memanjat



Sering-seringlah memeriksa gerbang pagar rumah untuk mencegah bayi memanjat



Jangan tinggalkan bayi 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

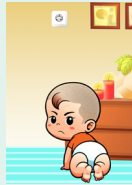
Memasang pengaman di sekitar tempat tidur anak untuk mencegah anak jatuh dari tempat tidur

## 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



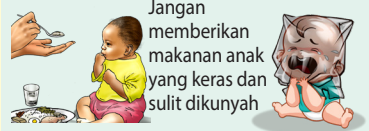
Jangan memegang barang yang panas ketika memegang atau memangku bayi



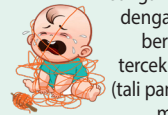
## Hindarkan Anak dari Terkena infeksi

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

## Mencegah Bayi Kekurangan Napas



Jangan memberikan makanan anak yang keras dan sulit dikunyah



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



Hindari menidurkan bayi dalam posisi telungkup tanpa pengawasan



## Hindarkan Anak dari Bahaya Tenggelam

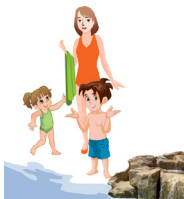


Jangan biarkan anak sendiri di bak mandi atau ember



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

Jangan biarkan anak bermain di tepi kolam renang tanpa pengawasan



Anak usia 1 tahun 6 bulan diajari tentang bahaya air.



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



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