

Tabel DDST II

TAHAP PERTUMBUHAN BAYI dan PERKEMBANGAN BAYI & BALITA LAKI-LAKI

Bila pertumbuhan / perkembangan bayi & balita anda tidak sesuai dengan tabel ini, segera berkonsultasi dengan dokter anda

Tabel berat badan dan tinggi badan berdasarkan kurva WHO 2005 : batas bawah persentil 3 dan batas atas persentil 97

Tabel lingkar kepala berdasarkan kurva nelhaus : batas bawah -2 SD, batas atas +2 SD - Tahap perkembangan berdasarkan Denver II (Frankenburg & Dodds, 1992) persentil 75-90

Umur	Berat Badan	Panjang / Tinggi badan	Lingkar Kepala	Gerakan kasar	Gerakan halus	Komunikasi / berbicara	Sosial dan kemandirian
1 bulan	3.3 - 6.0 kg	51.0 - 57.5 cm	34.5 - 39.0 cm	Tangan dan kaki bergerak aktif	Kepala menoleh sedikit ke kanan/kiri	Bereaksi terhadap bunyi lonceng	Menatap wajah ibu / pengasuh
2 bulan	4.3 - 7.2 kg	54.5 - 62.5 cm	36.0 - 41.0 cm	Mengangkat kepala ketika tengkurap	Kepala menoleh kesamping kanan- kiri	Bersuara	Merenyum spontan
3 bulan	5.1 - 8.0 kg	57.5 - 65.0 cm	37.0 - 43.0 cm	Kepala tegal ketika didudukkan		Tertawa/bertekak	Memandang tangannya
4 bulan	5.7 - 8.6 kg	60.0 - 68.0 cm	38.5 - 44.0 cm	Tengkurap-telentang sendiri	Memegang mainan		
5 bulan	6.0 - 9.2 kg	62.0 - 70.0 cm	40.0 - 45.0 cm		Meraih, mengapai	Menoleh ke suara	Meraih mainan
6 bulan	6.4 - 9.7 kg	63.5 - 72.5 cm	40.2 - 46.0 cm	Duduk tanpa berpegangan			Memasukkan biskuit ke mulut
7 bulan	6.8 - 10.2 kg	65.0 - 73.5 cm	41.0 - 47.0 cm		Mengambil mainan dengan tangan kanan dan kiri		
8 bulan	7.0 - 10.6 kg	66.5 - 75.0 cm	42.0 - 48.0 cm	Berdiri berpegangan		Bersuara ma,ma,ma	
9 bulan	7.2 - 11.0 kg	68.0 - 76.0 cm	42.5 - 48.5 cm		Menjimpit		Melambaikan tangan
10 bulan	7.4 - 11.3 kg	69.0 - 78.0 cm	43.0 - 49.0 cm		Memukulkan mainan di kedua tangan		Bertepuk tangan
11 bulan	7.6 - 11.6 kg	70.0 - 79.0 cm	43.5 - 49.5 cm			Memanggil mama, papa	
12 bulan	7.8 - 11.8 kg	71.0 - 80.0 cm	44.0 - 50.0 cm	Berdiri tanpa berpegangan	Memasukkan mainan ke cangkir		Bermain dengan orang lain
15 bulan	8.4 - 12.7 kg	74.5 - 84.0 cm	45.0 - 50.5 cm	Berjalan	Mencoret-coret		Minum dari gelas
1.5 tahun	8.9 - 13.5 kg	77.3 - 87.5 cm	45.5 - 51.5 cm	Lari, naik tangga		Berbicara beberapa kata (mimik, pipis, ma'em)	Memakai sendok Menyuapi boneka
2 tahun	9.9 - 15.0 kg	81.5 - 93.0 cm	46.0 - 52.0 cm	Menendang bola	Menumpuk 2-4 mainan	Menunjuk gambar (bola, kucing) Menggabung beberapa kata (mam mimik, mama pipis) Menunjuk bagian tubuh (mata, mulut)	Melepas pakaian Memakai pakaian Menyikat gigi
2.5 tahun	10.7 - 16.7 kg	85.5 - 98.0 cm	47.0 - 52.5 cm	Melompat			Mencuci tangan dan mengeringkan tangan
3 tahun	11.4 - 18.0 kg	89.0 - 103.0 cm	48.0 - 53.0 cm		Menggambar garis	Menyebutkan warna benda Menyebutkan Penggunaan benda (gelas untuk minum)	Menyebut nama teman
3.5 tahun	12.2 - 19.5 kg	97.5 - 107.5 cm	48.0 - 53.0 cm	Berdiri satu kaki			Memakai baju kaus
4 tahun	12.9 - 20.9 kg	95.5 - 111.0 cm	48.0 - 53.0 cm		Menggambar lingkaran		
4.5 tahun	13.6 - 22.3 kg	98.0 - 114.0 cm	48.5 - 53.0 cm		Menggambar tanda tambah Menggambar manusia (kepala, badan, kaki)		Memakai baju tanpa dibantu
5 tahun	14.3 - 23.8 kg	101.0 - 119.0 cm	48.5 - 53.5 cm			Menghitung mainan	Bermain kartu Menyikat gigi tanpa dibantu



LAMPIRAN KUNJUNGAN

No	Hari/Tgl	Kegiatan	Ttd
1	Sabtu, 14 Juli 2012	Pengkajian (Pengambilan Data Keluarga pasien)	
2	Minggu, 15 Juli 2012	Intervensi dan Implementasi (Penyuluhan)	
3	Senin, 16 Juli 2012	Intervensi dan Implementasi (Kolaborasi ke pihak puskesmas setempat)	
4	Minggu, 22 juli 2012	Implementasi (Demontrasi pemberian susu dan nutrisi)	
5	Rabu, 25 Juli 2012	Evaluasi (Kognitif, Afektif dan Psikomotor)	
6	Minggu, 29 Juli 2012	Evaluasi (Kognitif, Afektif dan Psikomotor)	

BALITA

DENGAN KURANG ENERGI PROTEIN



OLEH
ABD HAMID
09610001

PRODI D3 KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA

2012

Apa itu Kurang Energi Protein ???

Kurang energi protein adalah keadaan kekurangan gizi yang disebabkan rendahnya konsumsi energi dan protein dalam makanan sehari-hari sehingga tidak memenuhi Angka Kecukupan Gizi

Apa Sebab Kurang Energi Protein ???

1. Balita tidak mendapatkan ASI Eksklusif atau mendapatkan makanan tambahan sebelum usia 6 bulan
2. Balita yang disapih sebelum usia 2 tahun
3. Balita tidak mendapatkan makanan pendamping ASI (MP ASI) pada usia 6 bulan atau lebih
4. Makanan pendamping (MP) ASI kurang dan tidak bergizi
5. Setelah usia 6 bulan balita jarang disusui
6. Balita menderita sakit dalam waktu lama seperti : diare, campak, TBC, Batuk pilek
7. Kebersihan kurang dan lingkungan kotor

Apa saja tanda – tanda balita Kurang Energi Protein ???

1. Anak sangat kurus
2. Wajah seperti orang tua, bulat dan sembab
3. Cengeng dan rewel
4. Tidak bereaksi terhadap rangsangan (Apatis)
5. Rambut tipis, jarang, kusam, warna rambut seperti rambut jagung dan bila di cabut tidak sakit
6. Kulit keriput
7. Tulang iga tampak jelas
8. Pantat kendur dan keriput
9. Perut cekung atau buncit
10. Bengkak pada punggung kaki yang berisi cairan (edema) dan bila di tekan lama kembali
11. Bercak merah kehitaman di tungkai dan pantat

Apa saja akibat kurang energi protein ???

1. Menyebabkan kematian bila tidak segera ditanggulangi oleh tenaga kesehatan
2. Tidak cerdas atau bodoh

3. Berat dan tinggi badan pada umur dewasa lebih rendah dari anak normal
4. Sering sakit infeksi, seperti batuk, pilek, diare, TBC dan lain-lain

Bagaimana Penatalaksanaan balita dengan kurang energi protein ????

1. Penuhi gizi 4 sehat 5 sempurna
2. Mulai segera pemberian makanan setiap 2 jam
3. Membuat variasi menu sesuai dengan kesukaan anak
4. Memberikan multivitamin untuk meningkatkan nafsu makan anak
5. Pemberian Modisco.

Pemberian Modisco dapat meningkatkan energi dan protein

1. Pengertian
Minuman bernilai tinggi, mudah dicerna, dan kaya kalori protein.
2. Indikasi
 - Defisiensi energi protein (DEP)
 - Masa penyembuhan penyakit berat

- Kebutuhan energi tambahan bagi yang sakit menahun
- Kebutuhan energi gizi buruk
- Kesulitan makan karena kelainan bawaan

3. Kontraindikasi
 - Anak gemuk
 - Penderita penyakit ginjal dan hati

4. Macam – macam modisco

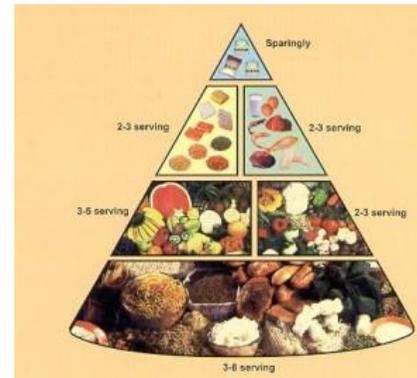
- a. Modisco 1/2
- b. Modisco 1
- c. Modisco II
- d. Modisco III

5. Persiapan alat

- a. Gelas
- b. Sendok the
- c. Sendok makan
- d. Saringan
- e. Panci

6. Persiapan bahan

- a. Modisco 1/2 : 1 sdm tepung susu skim, 1 sdt gula pasir, 1/4 sdm minyak kelapa
- b. Modisco 1 : 1 sdm susu skim, 1 sdt gula pasir, 1/2 sdm minyak kelapa



- c. Modisco II : 1 sdm tepung susu skim, 1 sdt gula pasir, 1 sdt margarine
- d. Modisco III : 1 1/4 sdm full cream atau 100 cc susu segar atau 1 1/2 sdt gula pasir, 1 sdm margarine

7. Cara pembuatan

- a. Campur susu bubuk dengan gula dan minyak/ margarin cair
- b. Diberi air panas sedikit demi sedikit sambil diaduk sampai 100 cc hingga tercampur
- c. Bila perlu, saring susu yang sudah tercampur tersebut
- d. Minumkan langsung pada anak atau bias dimodifikasikan dengan makanan lain
- e. Tim dulu 15 menit agar tahan lama

**TERIMAKASIH
SEMOGA BERMANFAAT**



Lingkungan Rumah Sehat



OLEH
ABD HAMID
09610001

PRODI D3 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA
2012

Pengertian Kesehatan Lingkungan Rumah

Kesehatan Lingkungan adalah suatu keseimbangan yang harus ada antara manusia dengan lingkungan agar dapat menjamin kesehatan manusia.

Tujuan menciptakan Lingkungan Rumah Yang Sehat :

Menciptakan suasana yang bersih dan sehat sehingga akan tercipta lingkungan yang terhindar dari berbagai macam penyakit, dan dirasakan nyaman untuk dihuni.

Ruang lingkup Kesehatan Lingkungan

Penyediaan air bersih dan pengendalian pencemaran air bersih serta pengolahan air limbah (SPAL) tertutup

1. Pengolahan sampah dan pemberantasan vector
2. Pencegahan dan pengawasan pencemaran tanah
3. Sanitasi makanan dan pengendalian pencemaran udara

4. Pengendalian kebisingan perumahan dan permukiman
5. Tindakan pencegahan yang diperlukan untuk perlindungan lingkungan

Pengaruh Kesehatan Lingkungan terhadap kesehatan keluarga

Keluarga yang sehat biasanya berasal dari lingkungan rumah yang sehat, maka kesehatan keluarga dapat meningkat. Rumah yang cukup bersih dapat memberikan kenyamanan bagi penghuninya. Rumah yang ventilasinya cukup, dapat menghindarkan keluarga dari resiko terjadinya penyakit/gangguan saluran pernafasan.

Syarat – syarat lingkungan rumah yang sehat

1. Mempunyai pekarangan / halaman yang cukup
2. Harus mempunyai ventilasi yang cukup
Adanya sumber air yang sehat
3. Harus ada tempat pembuangan kotoran, sampah, dan air limbah yang baik
4. Harus dapat mencegah perkembangan vektor penyakit, mis : nyamuk, tikus, dll.
5. sehingga memungkinkan sirkulasi udara yang lancar
6. Harus cukup mendapat penerangan baik siang maupun malam hari
7. Mempunyai WC dalam kamar mandi

Beberapa penyakit yang ditimbulkan oleh sanitasi yang kurang baik serta pembuangan sampah dan air limbah yang kurang baik diantaranya adalah:

1. Diare
2. Demam berdarah
3. Disentri

4. Hepatitis A
5. Kolera
6. Tifus
7. Cacingan
8. Malaria

“ Marilah kita bersama sama menciptakan lingkungan yang sehat, untuk mencegah terjadinya dampak penyakit yang ditimbulkan oleh sanitasi lingkungan yang tidak baik “



BALITA

TUMBUH KEMBANG BALITA



OLEH
ABD HAMID
09610001

PRODI D3 KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA

2012

Apa itu Pertumbuhan Dan Perkembangan ???

Pertumbuhan adalah bertambahnya ukuran dan jumlah sel serta jaringan interselular. Berarti bertambahnya ukuran fisik dan struktur tubuh sebagian atau keseluruhan,

Perkembangan adalah bertambahnya struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam kemampuan gerak kasar, gerak halus, bicara dan bahasa, serta sosialisai dan kemandirian.

Apa faktor yang mempengaruhi ???

1. Faktor nutrisi
2. Faktor bawaan
3. Faktor Lingkungan

Apa saja tanda – tanda pada balita yang mengalami keterlambatan pertumbuhan dan perkembangan ???

1. Berat badan/ umur tidak seimbang
2. Menurunnya berat badan
3. Tinggi badan/ umur tidak seimbang
4. Pada KMS berada di bawah garis merah

Apa yang perlu diwaspadai pada anak kita?

Apabila pertumbuhan dan perkembangan anak kita tidak sesuai dengan grafik pertumbuhan dan tahapan perkembangan anak.

Seperti apakah itu ?

- Terlalu kurus.
- Terlalu gemuk.
- Belum bisa duduk pada usia 12 bulan
- Belum bisa berjalan & bicara pada usia 2 tahun

Apa saja bahaya pada balita yang mengalami gangguan tumbuh kembang ???

Ketika berusia 12 bulan anak tidak dapat:

1. Berdiri sendiri atau jalan berpegangan
2. Menunjuk benda-benda
3. Mengucapkan setidaknya 1 kata yang bermakna
4. Berbagi mainan

Bagaimana Penatalaksanaan balita dengan dengan masalah tumbuh kembang

a. Pertumbuhan

Pemberian makanan empat sehat lima sempurna pada anak sangat dianjurkan karena anak pada usia ini sangat membutuhkan energi untuk aktivitasnya

b. Perkembangan

Pemberian stimulus atau rangsangan yang sesuai dengan usia umur

- Curahkan kasih sayang. Pandang, sentuh, timang, ajak bicara dan bernyanyi, bercerita. Tanggapi ulah anak.

Bagaimana agar anak mencapai tumbuh kembang secara optimal.

- Bawa anak kita ke Posyandu setiap bulan. Ikuti nasehat kader dan petugas.
- Sediakan mainan sesuai tahap perkembangan anak. Bermainlah dengan anak.
- Ajaklah anak bergaul dengan orang lain; saudara, kawan, tetangga dll.
- Selalu hadir dalam pertemuan, penyuluhan, kelompok, aktif dalam semua kegiatan. Jangan segan-segan bertanya dan membahas setiap permasalahan dengan kader.

TERIMAKASIH
SEMOGA BERMANFAAT



SATUAN ACARA PENYULUHAN KURANG ENERGI PROTEIN

TOPIK : Perawatan Kurang Energi Protein
PENYAJI : Abd Hamid
WAKTU : 30 Menit
SASARAN : Keluarga Klien R
HARI/TGL/JAM : Minggu 15 Juli 2012
TEMPAT : Rumah Keluarga Tn. R

I. Analisa Situasi

- a. Peserta penyuluhan : Anggota keluarga Tn. R
- b. Ruangan penyuluhan : Di Rumah keluarga Tn. R
- c. Pemberi penyuluhan : Abd Hamid

II. Tujuan Instruksional Umum

Umum : Keluarga mengetahui pengertian, tanda, gejala, penyebab, dan perawatan kurang energi protein.

Tujuan Instruksional Khusus

Setelah mendapatkan penyuluhan keluarga mampu :

1. Keluarga mampu menyebutkan pengertian dari Kurang Energi Protein
2. Keluarga mengetahui tanda dan gejala dari Kurang Energi Protein
3. Keluarga mampu mengidentifikasi anggota keluarga yang Kurang Energi Protein
4. Keluarga mampu merawat anggota keluarga yang mengalami Kurang Energi Protein

III. Media Alat Bantu

1. Leaflet
2. Karton
3. Spidol

IV. METODE

Metode yang digunakan dalam penyuluhan ini adalah ceramah tanya jawab dan demonstrasi.

V. KEGIATAN PENYULUHAN

Kegiatan utama :

No.	Tahap	Waktu	Kegiatan Penyuluhan	Kegiatan Peserta
1.	Pembukaan	5menit	Salam pembukaan	Menjawab salam.
2.	Pengembangan	15menit	Menyampaikan materi penyuluhan. Tanya jawab dan demonstrasi	Memperhatikan. Bertanya.
3.	Penutup	10menit	Memberikan pertanyaan pada warga Salam penutup	Menjawab salam.

VI. Evaluasi

a. *Evaluasi Media*

Kesiapan Media meliputi :

Leaflet, kertas karton dan spidol

Penentuan waktu : 30menit

Penentuan tempat : Rumah keluarga Tn. R

Peserta : Semua keluarga Tn. R hadir

b. *Evaluasi Proses*

- Semua keluarga sudah siap sesuai waktu yang ditentukan
- Keluarga antusias untuk bertanya hal- hal yang tidak diketahui
- Penyaji dapat menjawab semua pertanyaan yang telah disampaikan

c. *Evaluasi Hasil*

Kegiatan penyuluhan berjalan sesuai dengan waktu yang ditentukan

Keluarga sebagian besar mengerti apa yang telah disampaikan

Daftar pertanyaan:

1. Apa pengertian kurang energi protein
2. Apa saja tanda dan gejala kurang energi protein
3. Apa saja faktor penyebab kurang energi protein
4. Bagaimana perawatan kurang energi protein
5. Bagaimana cara merawat anak yang mengalami kurang energi protein
6. Apa saja contoh makanan penunjang
7. Bagaimana cara-cara pengolahan makanan yang benar

MATERI KURANG ENERGI PROTEIN

1. Pengertian Umum Kurang Energi Protein

Kurang Energi Protein adalah keadaan kurang gizi yang di sebabkan rendahnya konsumsi energi protein dalam makanan sehari-hari, sehingga tidak memenuhi angka kebutuhan gizi normal (Mansyoer, 2000 : 512)

Kurang Energi Protein adalah suatu sindroma penyakit gizi yang di sebabkan oleh defiensi zat-zat makanan atau nutrient terutama protein dan kalori (Hazirudin, 1998 : 195)

Kurang Energi Protein adalah gejala gabungan dari marasmus dan kwasiokor yang berlangsung lama, dimana makanan sehari-harinya tidak cukup mengandung zat gizi yang di perlukan oleh tubuh terutama energi protein.

2. Tanda dan Gejala Kurang Energi Protein

- ✓ Pertumbuhan Berat badan dan tinggi badan terganggu
- ✓ Perubahan mental berupa cengeng dan apatis
- ✓ Berat badan turun
- ✓ Kulit keriput dan tonus otot menurun
- ✓ Kulit bersisik dan hiperpigmentasi
- ✓ Anemia
- ✓ Bercak-bercak putih dan merah muda dengan tepi hitam
- ✓ Pembesaran hati (hepatomegali)

3. Faktor penyebab Kurang Energi Protein

- ✓ Social ekonomi yang rendah
- ✓ Sukar atau mahalnnya makanan yang baik
- ✓ Kurangnya pengetahuan orang tua mengenai gizi yang baik
- ✓ Kebiasaan dan kepercayaan yang salah terhadap makanan
- ✓ Faktor infeksi pada anak (Hazirudin, 1998 : 148)

4. Perawatan Kurang Energi Protein

- ✓ Periksa secara rutin ke posyandu
- ✓ Memperhatikan makanan yang bergizi tinggi
- ✓ Memperhatikan makanan yang di berikan
- ✓ Membuat lingkungan yang nyaman untuk merangsang nafsu makan anak

5. Cara merawat anak yang mengalami Kurang Energi Protein

- ✓ Memberikan makan dengan sabar dan teliti
- ✓ Memberikan makanan yang berfariasi
- ✓ Menambah 1 sendok makan minyak (minyak kelapa, jagung, mentega)

- ✓ Menggunakan bahan makanan yang beraneka ragam sesuai dengan kemampuan daya beli
- ✓ Rutin memeriksa berat badan anak pada posyandu atau puskesmas

6. Contoh makanan penukar

a. Makanan pokok

Berat $\frac{3}{4}$ gelas mengandung 175 kalori, 9 gram protein dan 90 gram karbohidrat sama dengan kandungan sumber makanan dari Bubur beras 2 gelas, Kentang 2 biji sedang, Roti putih, Maizena 8 sendok makan, Bihun 1,5 gelas, Mie basah 1,5 Gelas, Mie kering 2 gelas.

b. Lauk pauk

✓ Hewani

Daging sapi 1 potong sedang mengandung 96 kalori, 10 gr protein, 6 gr lemak, yang kandungannya sama dengan : daging ayam 1 potong sedang, telur ayam biasa 2 butir, telur bebek 1 butir, ikan segar 1 potong sedang, ikan teri 2 sendok makan, udang basah $\frac{1}{4}$ gelas, bakso daging 10 biji sedang

✓ Nabati

Tahu 2 potong sedang mengandung 80 kalori, 6 gr protein, 3 gr lemak, 8 gr karbohidrat, kandungannya sama dengan tempe 2 batang sedang, kacang hijau 2,5 sendok makan, kacang tanah terkupas 2 sendok makan, kacang kedelai 2,5 sendok makan

c. Sayuran

✓ Sayuran Kol, gambas, kangkung kembang kol, sawi, seledri, selada, tauge, terong, tomat, wortel, pepaya muda boleh di gunakan sekehendak tanpa memperhitungkan banyaknya.

✓ 1 gelas bayam (sayuran direbus dan di tiriskan) mengandung 50 kalori, 5 gr protein, 10gr karbohidrat, kandungannya sama dengan buncis, jagung muda, jantung pisang, daun singkong, daun melinjo, daun pepaya, nangka muda, pare yang semua di ukur dan di rebus dan di tiriskan.

d. Buah-buahan

Apel $\frac{1}{2}$ buah sedang mengandung 90 kalori, 10 gr karbohidrat sama dengan anggur 10 biji, belimbing 2 buah segar, jambu biji 2 buah segar, duku 15 buah, jeruk 2 buah sedang, kedondong 1 buah besar, mangga $\frac{1}{2}$ buah besar, pepaya 1 potong sedang, rambutan 8 buah, nanas $\frac{1}{6}$ buah sedang, 2 buah salak sedang, semangka 2 potong.

e. Susu

1 gelas susu sapi mengandung 130 kalori, 7 gr protein, 9 gr karbohidrat, 7 gr lemak sama dengan susu kambing $\frac{1}{4}$ gelas, susu kental tak manis $\frac{1}{2}$ gelas, susu kerbau $\frac{1}{2}$ gelas.

f. Minyak

1 $\frac{1}{2}$ sendok minyak goreng mengandung 45 kalori, 5 gr lemak sama dengan minyak ikan 1 $\frac{1}{2}$ sendok makan, margarin $\frac{1}{2}$ sendok makan, kelapa 2 kecil, santan 1 $\frac{1}{2}$ gelas

7. Cara-cara pengolahan makanan yang benar

- ✓ Bahan makanan di cuci bersih dahulu sebelum di masak (beras cukup 3 kali di cuci sebelum di masak)
- ✓ Sayuran dimasak tidak terlalu matang

SATUAN ACARA PENYULUHAN

RUMAH SEHAT

TOPIK : Rumah Sehat
PENYAJI : Abd Hamid
WAKTU : 30 Menit
SASARAN : Keluarga Klien R
HARI/TGL/JAM : Minggu 15 Juli 2012
TEMPAT : Rumah Keluarga Tn. R

I. Analisa Situasi

- a. Peserta penyuluhan : Anggota keluarga Tn. R
- b. Ruangan penyuluhan : Di Rumah keluarga Tn. R
- c. Pemberi penyuluhan : Abd Hamid

II. Tujuan Instruksional Umum

Umum : Setelah penyuluhan, keluarga mampu memahami pentingnya menciptakan lingkungan rumah yang memenuhi standar kesehatan.

Tujuan Instruksional Khusus

Setelah diberikan penyuluhan selama 15 menit diharapkan sasaran dapat :

- a. Menyebutkan pengertian Kesehatan Lingkungan
- b. Menjelaskan ruang lingkup Kesehatan Lingkungan
- c. Menjelaskan pengaruh Kesehatan Lingkungan rumah terhadap kesehatan
- d. Menciptakan lingkungan rumah , khususnya SPAL yang memenuhi standar Kesehatan

III. Media Alat Bantu

- 1. Leaflet
- 2. Karton
- 3. Spidol

IV. METODE

Metode yang digunakan dalam penyuluhan ini adalah ceramah tanya jawab dan demonstrasi.

V. KEGIATAN PENYULUHAN

Kegiatan utama :

No.	Tahap	Waktu	Kegiatan Penyuluhan	Kegiatan Peserta
1.	Pembukaan	5menit	Salam pembukaan	Menjawab salam.
2.	Pengembangan	15menit	Menyampaikan materi penyuluhan. Tanya jawab dan demonstrasi	Memperhatikan. Bertanya.
3.	Penutup	10menit	Memberikan pertanyaan pada warga Salam penutup	Menjawab salam.

VI. Evaluasi

a. *Evaluasi Media*

Kesiapan Media meliputi :

Leaflet, kertas karton dan spidol

Penentuan waktu : 30menit

Penentuan tempat : Rumah keluarga Tn. R

Peserta : Semua keluarga Tn. R hadir

b. *Evaluasi Proses*

- Semua keluarga sudah siap sesuai waktu yang ditentukan
- Keluarga antusias untuk bertanya hal- hal yang tidak diketahui
- Penyaji dapat menjawab semua pertanyaan yang telah diberikan

c. *Evaluasi Hasil*

Kegiatan penyuluhan berjalan sesuai dengan waktu yang ditentukan

Setelah dilakukan penyuluhan, keluarga mampu menjawab pertanyaan :

1. Menyebutkan pengertian Kesehatan Lingkungan
2. Menjelaskan ruang lingkup Kesehatan Lingkungan
3. Menjelaskan pengaruh Kesehatan Lingkungan terhadap kesehatan keluarga
4. Menciptakan lingkungan rumah , khususnya SPAL yang memenuhi standar kesehatan

POKOK MATERI

A. Tujuan menciptakan Lingkungan Rumah Yang Sehat :

Menciptakan suasana yang bersih dan sehat sehingga akan tercipta lingkungan yang terhindar dari berbagai macam penyakit, dan dirasakan nyaman untuk dihuni.

B. Pengertian Kesehatan Lingkungan

Kesehatan Lingkungan adalah suatu keseimbangan yang harus ada antara manusia dengan lingkungan agar dapat menjamin kesehatan manusia.

C. Ruang lingkup Kesehatan Lingkungan

Penyediaan air bersih dan pengendalian pencemaran air bersih serta pengolahan air limbah (SPAL) tertutup

1. Pengolahan sampah dan pemberantasan vector
2. Pencegahan dan pengawasan pencemaran tanah
3. Sanitasi makanan dan pengendalian pencemaran udara
4. Pengendalian kebisingan perumahan dan permukiman
5. Tindakan pencegahan yang diperlukan untuk perlindungan lingkungan

D. Pengaruh Kesehatan Lingkungan terhadap kesehatan keluarga

Keluarga yang sehat biasanya berasal dari lingkungan rumah yang sehat, maka kesehatan keluarga dapat meningkat. Rumah yang cukup bersih dapat memberikan kenyamanan bagi penghuninya. Rumah yang ventilasinya cukup, dapat menghindarkan keluarga dari resiko terjadinya penyakit/gangguan saluran pernafasan.

E. Syarat – syarat lingkungan rumah yang sehat

1. Mempunyai pekarangan / halaman yang cukup
2. Harus mempunyai ventilasi yang cukup sehingga memungkinkan sirkulasi udara yang lancar
3. Harus cukup mendapat penerangan baik siang maupun malam hari
4. Mempunyai WC dalam kamar mandi
5. Adanya sumber air yang sehat
6. Harus ada tempat pembuangan kotoran, sampah, dan air limbah yang baik
7. Harus dapat mencegah perkembangan vektor penyakit, mis : nyamuk, tikus, dll.

F. Beberapa penyakit yang ditimbulkan oleh sanitasi yang kurang baik serta pembuangan sampah dan air limbah yang kurang baik diantaranya adalah:

1. Diare
2. Demam berdarah
3. Disentri
4. Hepatitis A
5. Kolera
6. Tifus
7. Cacingan
8. Malaria

“ Marilah kita bersama sama menciptakan lingkungan yang sehat, untuk mencegah terjadinya dampak penyakit yang ditimbulkan oleh sanitasi lingkungan yang tidak baik “

SATUAN ACARA PENYULUHAN
RUMAH SEHAT

TOPIK : Rumah Sehat
PENYAJI : Abd Hamid
WAKTU : 30 Menit
SASARAN : Keluarga Klien R
HARI/TGL/JAM : Minggu 15 Juli 2012
TEMPAT : Rumah Keluarga Tn. R

I. Analisa Situasi

- a. Peserta penyuluhan : Anggota keluarga Tn. R
- b. Ruangan penyuluhan : Di Rumah keluarga Tn. R
- c. Pemberi penyuluhan : Abd Hamid

II. Tujuan Instruksional Umum

Umum : Setelah penyuluhan, keluarga mampu memahami pentingnya menciptakan lingkungan rumah yang memenuhi standar kesehatan.

Tujuan Instruksional Khusus

Setelah diberikan penyuluhan selama 15 menit diharapkan sasaran dapat :

- 1. Menyebutkan pengertian rumah sehat dengan benar
- 2. Menyebutkan Syarat-syarat rumah sehat dengan benar
- 3. Menyebutkan penyakit yang diakibatkan oleh rumah yang tidak sehat dengan benar

III. Media Alat Bantu

- 1. Leaflet
- 2. Karton
- 3. Spidol

IV. METODE

Metode yang digunakan dalam penyuluhan ini adalah ceramah tanya jawab dan demonstrasi.

V. KEGIATAN PENYULUHAN

Kegiatan utama :

No.	Tahap	Waktu	Kegiatan Penyuluhan	Kegiatan Peserta
1.	Pembukaan	5menit	Salam pembukaan	Menjawab salam.
2.	Pengembangan	15menit	Menyampaikan materi penyuluhan. Tanya jawab dan demonstrasi	Memperhatikan. Bertanya.
3.	Penutup	10menit	Memberikan pertanyaan pada warga Salam penutup	Menjawab salam.

VI. Evaluasi

a. *Evaluasi Media*

Kesiapan Media meliputi :

Leaflet, kertas karton dan spidol

Penentuan waktu : 30 menit

Penentuan tempat : Rumah keluarga Tn. R

Peserta : Semua keluarga Tn. R hadir

b. *Evaluasi Proses*

- Semua keluarga sudah siap sesuai waktu yang ditentukan
- Keluarga antusias untuk bertanya hal- hal yang tidak diketahui
- Penyaji dapat menjawab semua pertanyaan yang telah diberikan

c. *Evaluasi Hasil*

Kegiatan penyuluhan berjalan sesuai dengan waktu yang ditentukan

Keluarga sebagian besar mengerti apa yang telah disampaikan

MATERI PENYULUHAN LINGKUNGAN RUMAH SEHAT

A. Pengertian

Rumah sehat adalah tempat untuk berlindung atau bernaung dan tempat untuk beristirahat, sehingga menumbuhkan kehidupan yang sempurna baik fisik, rohani maupun social. (Pandapotan Lubis, 1989:)

B. Syarat-syarat Rumah Sehat

Adapun yang menjadi persyaratan rumah sehat sebagai berikut :

1. Harus memenuhi kebutuhan fisiologis, seperti ventilasi yang baik, pencahayaan yang cukup, dan terhindar dari kebisingan
2. Harus memenuhi kebutuhan psikologis, seperti pembagian ruang yang baik, penataan perabot yang rapi
3. Harus terhindar dari penyakit menular, yaitu dengan ketersediaan air yang sehat, fasilitas pembuangan yang baik.
4. Harus terhindar dari kecelakaan-kecelakaan, seperti dengan membuat konstruksi rumah yang kokoh, menghindari adanya kebakaran.

Mengapa kamar tidur harus ada jendela dan lubang angin, serta dibuka pintunya pada siang hari ?

- a. agar udara kotor dalam kamar dapat berganti dengan udara bersih dari luar rumah.
- b. Agar sinar matahari dapat masuk kedalam kamar dan dapat membunuh kuman penyakit.
- c. Agar kamar tidak lembab, basah, pengap, dan berbau tidak sedap.
- d. Agar ruangan menjadi terang hingga mudah dibersihkan.

C. Penyakit Yang Ditimbulkan oleh Lingkungan Yang Tidak Sehat

Adapun penyakit yang dapat timbul akibat lingkungan yang tidak sehat, diantaranya adalah penyakit saluran pernafasan. Jenis penyakit saluran pernafasan ada dua, yaitu:

1. Infeksi Saluran Pernafasan Akut (ISPA), misalnya influenza, batuk, pneumonia, dll.
2. Infeksi Saluran Pernafasan Kronis, misalnya TBC Penyebab dan faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya penyakit saluran pernafasan yaitu:

Penyebab : Bakteri Pneumococcus

Faktor pendukung : - lingkungan yang tidak sehat (rumah yang kotor)

SATUAN ACARA PENYULUHAN TUMBUH KEMBANG ANAK

TOPIK : Tumbuh Kembang Anak
PENYAJI : Abd Hamid
WAKTU : 30 Menit
SASARAN : Keluarga Klien R
HARI/TGL/JAM : Minggu 15 Juli 2012
TEMPAT : Rumah Keluarga Tn. R

I. Analisa Situasi

- a. Peserta penyuluhan : Anggota keluarga Tn. R
- b. Ruangan penyuluhan : Di Rumah keluarga Tn. R
- c. Pemberi penyuluhan : Abd Hamid

II. Tujuan Instruksional Umum

Umum : Keluarga mengetahui pengertian, tanda, gejala, penyebab, dan perawatan pada anak dengan masalah tumbuh kembang

Tujuan Instruksional Khusus

Setelah mendapatkan penyuluhan keluarga mampu :

1. Keluarga mampu menyebutkan pengertian dari tumbuh kembang anak
2. Keluarga mengetahui tanda dan gejala dari tumbuh kembang anak
3. Keluarga mengetahui ciri perkembangan anak
4. Keluarga mampu memberikan stimulasi tumbuh kembang anak
5. Keluarga mengenal periode dan tahap perkembangan anak menurut umur dan aspek kemampuan
6. Keluarga mampu merawat anak yang mengalami tumbuh kembang

III. Media Alat Bantu

1. Leaflet
2. Karton
3. Spidol

IV. METODE

Metode yang digunakan dalam penyuluhan ini adalah ceramah tanya jawab dan demonstrasi.

V. KEGIATAN PENYULUHAN

Kegiatan utama :

No.	Tahap	Waktu	Kegiatan Penyuluhan	Kegiatan Peserta
1.	Pembukaan	5menit	Salam pembukaan	Menjawab salam.
2.	Pengembangan	15menit	Menyampaikan materi penyuluhan. Tanya jawab dan demonstrasi	Memperhatikan. Bertanya.
3.	Penutup	10menit	Memberikan pertanyaan pada warga Salam penutup	Menjawab salam.

VI. Evaluasi

a. *Evaluasi Media*

Kesiapan Media meliputi :

Leaflet, kertas karton dan spidol

Penentuan waktu : 30menit

Penentuan tempat : Rumah keluarga Tn. R

Peserta : Semua keluarga Tn. R hadir

b. *Evaluasi Proses*

- Semua keluarga sudah siap sesuai waktu yang ditentukan
- Keluarga antusias untuk bertanya hal- hal yang tidak diketahui
- Penyaji dapat menjawab semua pertanyaan yang telah disampaikan

c. *Evaluasi Hasil*

Kegiatan penyuluhan berjalan sesuai dengan waktu yang ditentukan

Keluarga sebagian besar mengerti apa yang telah disampaikan

MATERI PENYULUHAN TUMBUH KEMBANG ANAK

1. PENGERTIAN PERTUMBUHAN DAN PERKEMBANGAN ANAK

Pertumbuhan adalah bertambahnya ukuran dan jumlah sel serta jaringan interselular. Berarti bertambahnya ukuran fisik dan struktur tubuh sebagian atau keseluruhan, sehingga dapat diukur dengan satuan panjang dan berat.

Perkembangan adalah bertambahnya struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam kemampuan gerak kasar, gerak halus, bicara dan bahasa, serta sosialisai dan kemandirian.

Pertumbuhan terjadi secara simultan dengan perkembangan. Berbeda dengan pertumbuhan, perkembangan merupakan hasil interaksi kematangan susunan saraf pusat dengan organ yang dipengaruhinya.

2. TANDA DAN GEJALA

Sebagaimana dijelaskan diatas, perkembangan anak dipengaruhi oleh factor bawaan dan faktor lingkungan. Kedua faktor itu perlu diperhatikan dalam mengasuh anak.

a. Faktor status nutrisi

Makanan memegang peranan yang penting dalam tumbuh kembang anak, karena anak sedang tumbuh sehingga kebutuhannya berbeda dengan orang dewasa. Kekurangan makanann yang bergizi akan menyebabkan retardasi pertumbuhan anak. Makan yang berlebihan juga tidak baik, karena dapat menyebabkan kegemukan. Kedua keadaan ini dapat meningkatkan resiko anak terserang penyakit. ASI juga memegang peranan dalam mencegah anak terserang penyakit. Itu disebabkan karena ASI disamping mempunyai nilai gizi yang tinggi juga mengandung berbagai macam zat anti yang melindungi anak dari berbagai infeksi. Pemberian makanan empat sehat lima sempurna pada anak sangat dianjurkan karena anak pada usia ini sangat membutuhkan energi untuk aktivitasnya

b. Faktor bawaan

Faktor bawaan adalah sifat yang dibawa anak sejak lahir. Ada anak yang penyabar, pemarah, pendiam, banyak bicara, cerdas, bodoh, dll. Keadaan

fisik yang berbeda-beda, ada yang tinggi/pendek, ada yang berkulit hitam/putih, hidung mancung/pesek, dll.

Faktor bawaan dapat mempercepat, menghambat, atau melemahkan pengaruh faktor lingkungan. Setiap anak itu unik, artinya bahwa tidak ada satu anak pun yang persis sama. Dalam mengasuh dan membimbing anak, kita tidak boleh membandingkan perkembangan anak yang satu dengan yang lainnya, tanpa memperhatikan sifat mereka masing-masing.

c. Faktor lingkungan

Adalah pengaruh luar atau lingkungan yang mempengaruhi perkembangan anak. Faktor lingkungan meliputi suasana lingkungan dalam keluarga dan hal lain yang berpengaruh dalam perkembangan anak, seperti sarana dan prasarana yang tersedia, misalnya alat bermain, lapangan bermain atau televisi. Faktor lingkungan dapat merangsang berkembangnya fungsi tertentu dari anak, sehingga mempercepat perkembangan anak. Namun, faktor lingkungan juga dapat meperlambat atau mengganggu kelangsungan perkembangan anak. Peran orang tua adalah menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan anak ke arah yang positif.

3. Ciri Perkembangan Anak

Proses tumbuh kembang anak mempunyai beberapa ciri yang saling berkaitan. Ciri-ciri tersebut adalah sebagai berikut.

a. Perkembangan menimbulkan perubahan

Perkembangan terjadi bersamaan dengan pertumbuhan. Setiap pertumbuhan disertai dengan perubahan fungsi.

b. Pertumbuhan dan perkembangan pada tahap awal menentukan perkembangan selanjutnya

Setiap anak tidak akan bisa melewati satu tahap perkembangan sebelum ia mengalami tahapan sebelumnya. Contoh: seorang anak tidak akan bisa berjalan sebelum ia bisa berdiri, dan tidak akan bisa berdiri jika pertumbuhan kaki dan bagian tubuh lain yang terkait dengan fungsi berdiri anak terlambat. Karena itu perkembangan awal ini merupakan masa kritis karena akan menentukan perkembangan selanjutnya.

c. Pertumbuhan dan perkembangan mempunyai kecepatan yang berbeda

Pertumbuhan dan perkembangan mempunyai kecepatan yang berbeda-beda, baik dalam pertumbuhan fisik maupun perkembangan fungsi organ dan perkembangan pada masing-masing anak.

d. Perkembangan berkorelasi dengan pertumbuhan

Pada saat pertumbuhan berlangsung cepat, perkembangan pun demikian, terjadi peningkatan mental, memori, daya nalar, asosiasi dan lain-lain.

e. Perkembangan mempunyai pola yang tetap

Perkembangan fungsi organ tubuh terjadi menurut dua hukum yang tetap, yaitu:

- Perkembangan terjadi lebih dahulu di daerah kepala, kemudian menuju ke arah anggota tubuh
- Perkembangan terjadi lebih dahulu pada kemampuan gerak kasar diikuti kemampuan gerak halus.

f. Perkembangan memiliki tahap yang berurutan

Tahap perkembangan seorang anak memiliki pola yang teratur dan berurutan, dan tahapan tersebut tidak bisa terjadi terbalik, misalnya anak terlebih dahulu mampu membuat lingkaran sebelum mampu gambar kotak, anak mampu berdiri sebelum berjalan, dan sebagainya

4. **Stimulasi Tumbuh Kembang Anak**

Dalam melakukan stimulasi tumbuh kembang anak, ada beberapa prinsip dasar yang perlu diperhatikan yakni

- a. Stimulasi dilakukan dengan dilandasi rasa cinta dan kasih sayang.
- b. Selalu tunjukkan sikap dan perilaku yang baik, karena anak akan meniru tingkah laku orang-orang yang terdekat dengan anak
- c. Berikan stimulasi sesuai dengan kelompok umur anak.
- d. Lakukan stimulasi dengan cara mengajak anak bermain, bernyanyi, bervariasi menyenangkan, tanpa paksaan dan tidak ada hukuman.
- e. Lakukan stimulasi secara bertahap dan berkelanjutan sesuai umur anak, terhadap 4 (empat) aspek kemampuan dasar anak.
- f. Gunakan alat bantu atau permainan yang sederhana, aman dan ada disekitar anak.
- g. Berikan kesempatan yang sama pada anak laki-laki dan perempuan.

h. Berikan selalu pujian bila perlu hadiah atas keberhasilannya.

5. Periode dan Tahap Perkembangan Anak Menurut Umur dan Aspek Kemampuan

Perkembangan kemampuan dasar anak-anak berkorelasi dengan pertumbuhan. Perkembangan kemampuan dasar mempunyai pola yang tetap dan berlangsung secara berurutan. Oleh karenanya stimulasi yang diberikan kepada anak balita dalam rangka merangsang pertumbuhan dan perkembangan anak dapat dilakukan sesuai dengan pembagian kelompok umur anak berikut ini:

No.	Periode Tumbuh Kembang	Kelompok Umur
1.	Masa prenatal, janin dalam kandungan	Masa Prenatal
2.	Masa bayi	Umur 0-12 bulan
3.	Masa anak balita	Umur 12-60 bulan (2-5 tahun)
4.	Masa pra sekolah	Umur 60-72 bulan (5-6 tahun)

Kemampuan Bayi (0 –12 bulan)

Pada masa bayi baru lahir (0 sampai 28 hari), terjadi adaptasi terhadap lingkungan dan terjadi perubahan sirkulasi darah serta mulainya berfungsi organ-organ. Setelah 29 hari sampai dengan 11 bulan, terjadi proses pertumbuhan yang pesat dan proses pematangan yang berlangsung secara terus menerus terutama meningkatnya fungsi sistem syaraf.

Kemampuan yang dimiliki bayi meliputi;

a. Kemampuan Motorik

Kemampuan motorik pada bayi berdasarkan usia yakni:

Usia	Motorik kasar	Motorik halus
0-3 bulan	<ul style="list-style-type: none">• mengangkat kepala,• guling-guling,• menahan kepala tetap tegak,	<ul style="list-style-type: none">• melihat, meraih dan menendang mainan gantung,• memperhatikan benda bergerak,• melihat benda-benda kecil,

		<ul style="list-style-type: none"> • memegang benda, • meraba dan merasakan bentuk permukaan,
--	--	---

b. Kemampuan Bicara dan Bahasa

Kemampuan bicara dan berbahasa pada masa bayi sbb:

Usia	Kemampuan Bicara dan Bahasa
0-3 bulan	<ul style="list-style-type: none"> • prabicara, • meniru suara-suara, • mengenali berbagai suara.

c. Kemampuan Sosialisasi dan Kemandirian

sosialisasi dan kemandirian pada masa bayi sbb:

K

Usia	Kemampuan Sosialisasi dan Kemandirian
0-3 bulan	<ul style="list-style-type: none"> • memberi rasa aman dan kasih sayang, • mengajak bayi tersenyum, • mengajak bayi mengamati benda-benda dan keadaan di sekitarnya, • meniru ocehan dan mimik muka bayi, • mengayun bayi, • menina bobokan.

6. Perawatan pada anak dengan masalah tumbuh kembang

a. Pertumbuhan

Pemberian makanan empat sehat lima sempurna pada anak sangat dianjurkan karena anak pada usia ini sangat membutuhkan energi untuk aktivitasnya

b. Perkembangan

Pemberian stimulus atau rangsangan yang sesuai dengan usia umur