



REPUBLIK INDONESIA
KEMENTERIAN HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA

SURAT PENCATATAN CIPTAAN

Dalam rangka perlindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:

Nomor dan tanggal permohonan : EC00202109167, 1 Februari 2021

Pencipta

Nama : **Dr. dr. Citrakesumasari, M.Kes, Sp.GK**
Alamat : Jl. Abd Dg Sirua No. 54 A, Makassar, SULAWESI SELATAN, 90231
Kewarganegaraan : Indonesia

Pemegang Hak Cipta

Nama : **LPPM Universitas Hasanuddin**
Alamat : Jl. Perintis Kemerdekaan Km. 10, Tamalanrea, Makassar, SULAWESI SELATAN, 90245
Kewarganegaraan : Indonesia

Jenis Ciptaan : **Modul**
Judul Ciptaan : **PENENTUAN STUNTING BAGI KADER DASAWISMA**

Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia : 1 Oktober 2020, di Makassar

Jangka waktu perlindungan : Berlaku selama 50 (lima puluh) tahun sejak Ciptaan tersebut pertama kali dilakukan Pengumuman.

Nomor pencatatan : 000236085

adalah benar berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Pemohon.
Surat Pencatatan Hak Cipta atau produk Hak terkait ini sesuai dengan Pasal 72 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.

a.n. MENTERI HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA
DIREKTUR JENDERAL KEKAYAAN INTELEKTUAL



Dr. Freddy Harris, S.H., LL.M., ACCS.
NIP. 196611181994031001

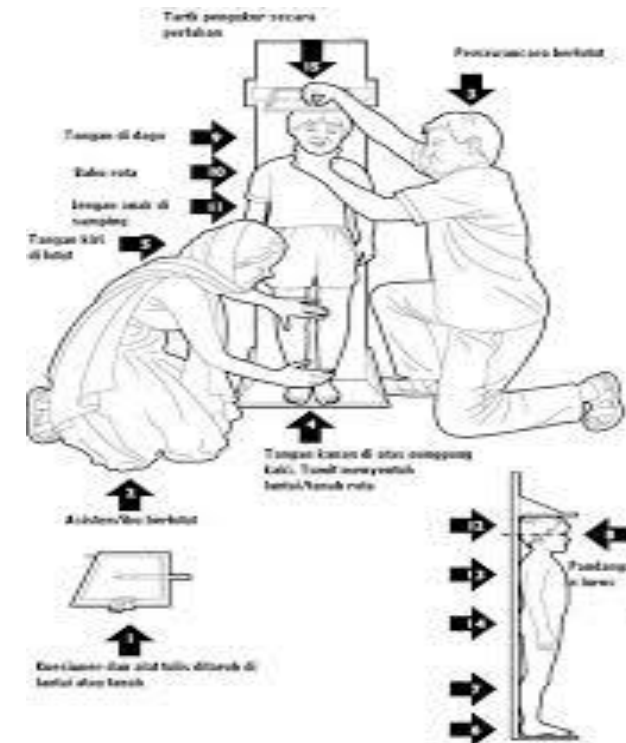
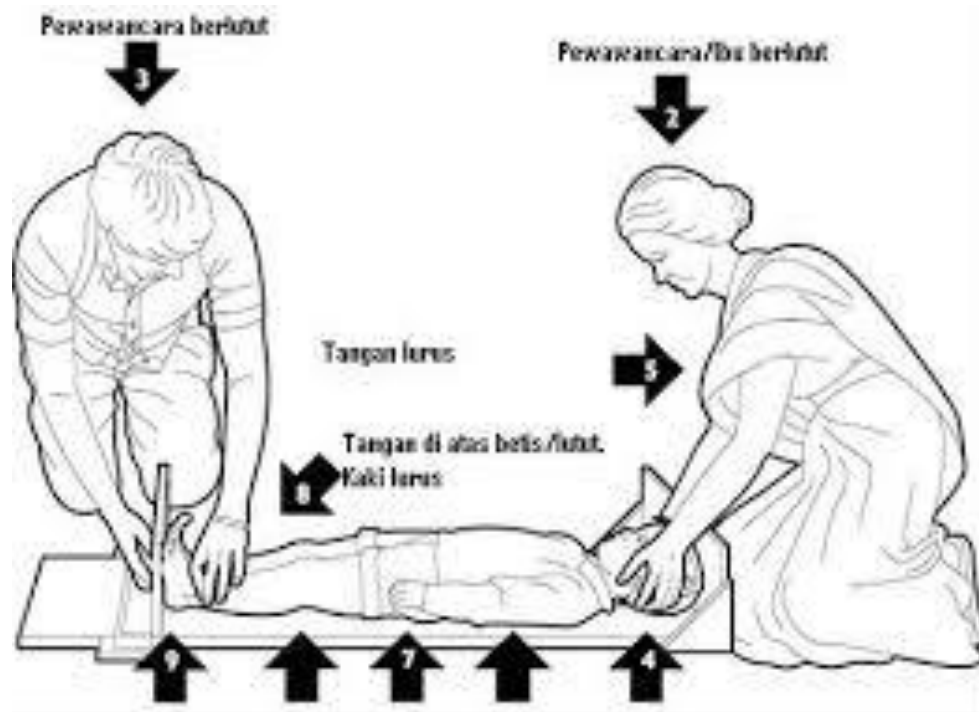
Disclaimer:

Dalam hal pemohon memberikan keterangan tidak sesuai dengan surat pernyataan, menteri berwenang untuk mencabut surat pencatatan permohonan.



PENENTUAN STUNTING BAGI KADER DASAWISMA

Dr. dr. Citrakesumasari, M.Kes., Sp.GK



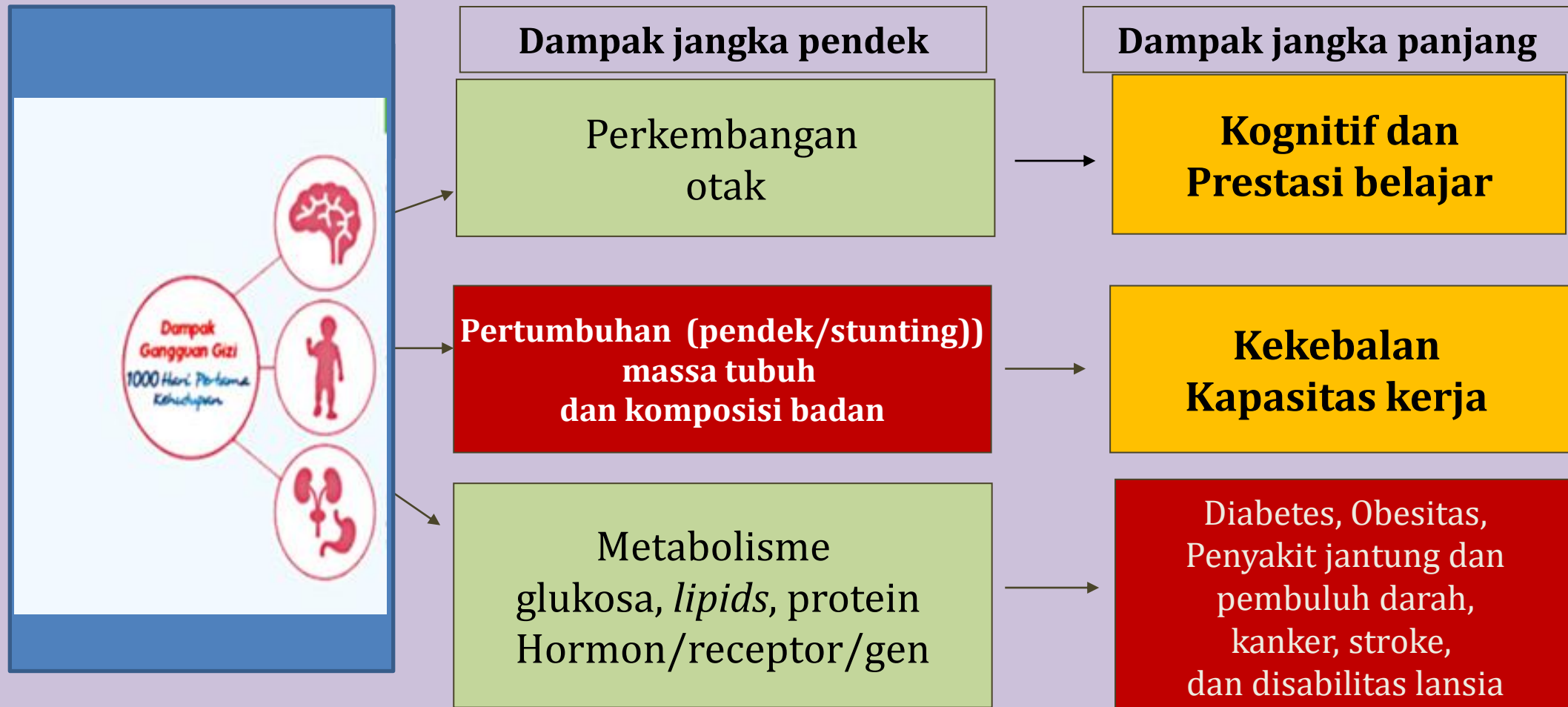


**UMUR SAMA
BEDA TINGGI**

APA ITU Stunting???

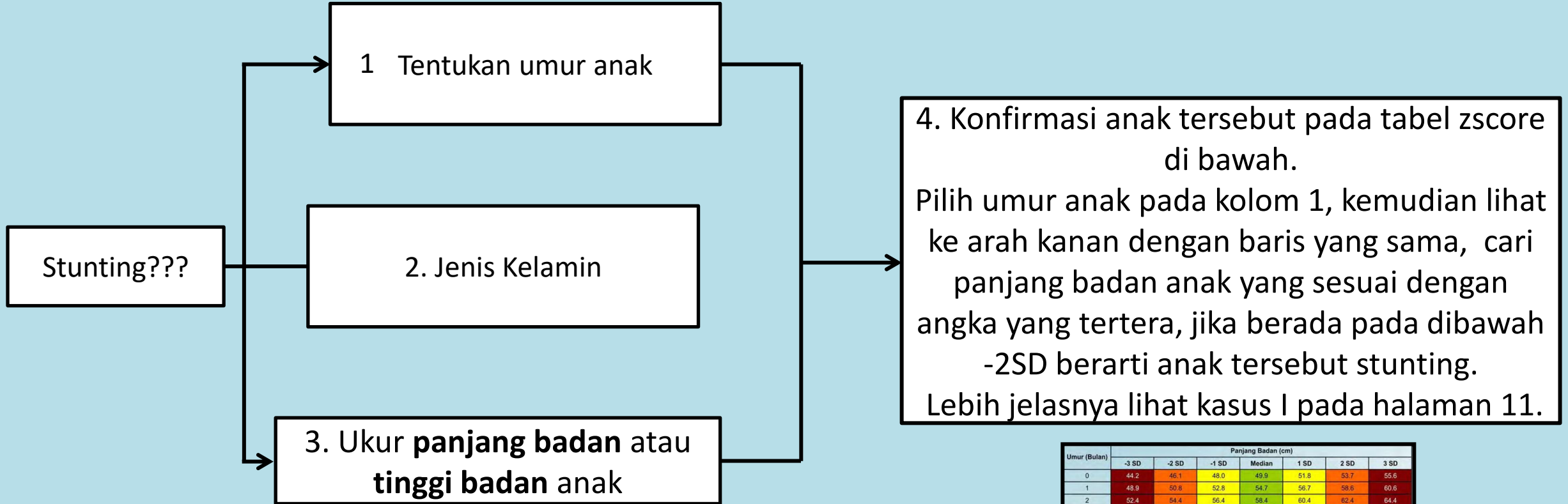
**Kondisi GAGAL TUMBUH
pada anak balita akibat dari
KEKURANGAN GIZI KRONIS
(berlangsung lama)
sehingga anak terlalu PENDEK untuk
usianya.**

MENGAPA STUNTING PENTING?



Sumber: Short and long term effects of early nutrition (James et al 2000)

Cara menentukan stunting



Umur (Bulan)	Panjang Badan (cm)						
	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
0	44.2	46.1	48.0	49.9	51.8	53.7	55.6
1	48.9	50.8	52.8	54.7	56.7	58.6	60.6
2	52.4	54.4	56.4	58.4	60.4	62.4	64.4
3	55.3	57.3	59.4	61.4	63.5	65.5	67.6
4	57.8	59.7	61.8	63.9	66.0	68.0	70.1
5	59.6	61.7	63.8	65.9	68.0	70.1	72.2
6	61.2	63.3	65.5	67.6	69.8	71.9	74.0
7	62.7	64.8	67.0	69.2	71.3	73.5	75.7
8	64.0	66.2	68.4	70.6	72.8	75.0	77.2
9	65.2	67.5	69.7	72.0	74.2	76.5	78.7
10	66.4	68.7	71.0	73.3	75.6	77.9	80.1
11	67.6	69.9	72.2	74.5	76.9	79.2	81.5
12	68.6	71.0	73.4	75.7	78.1	80.5	82.9
13	69.6	72.1	74.5	76.9	79.3	81.8	84.2
14	70.6	73.1	75.6	78.0	80.5	83.0	85.5
15	71.6	74.1	76.6	79.1	81.7	84.2	86.7
16	72.5	75.0	77.6	80.2	82.8	85.4	88.0
17	73.3	76.0	78.6	81.2	83.9	86.5	89.2
18	74.2	76.9	79.6	82.3	85.0	87.7	90.4
19	75.0	77.7	80.5	83.2	86.0	88.8	91.5
20	75.8	78.6	81.4	84.2	87.0	89.8	92.6
21	76.5	79.4	82.3	85.1	88.0	90.9	93.8
22	77.2	80.2	83.1	86.0	89.0	91.9	94.9
23	78.0	81.0	83.9	86.9	89.9	92.9	95.9
24 *	78.7	81.7	84.8	87.8	90.9	93.9	97.0

PB/U anak laki-laki

Umur (Bulan)	Panjang Badan (cm)						
	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
0	44.2	46.1	48.0	49.9	51.8	53.7	55.6
1	48.9	50.8	52.8	54.7	56.7	58.6	60.6
2	52.4	54.4	56.4	58.4	60.4	62.4	64.4
3	55.3	57.3	59.4	61.4	63.5	65.5	67.6
4	57.6	59.7	61.8	63.9	66.0	68.0	70.1
5	59.6	61.7	63.8	65.9	68.0	70.1	72.2
6	61.2	63.3	65.5	67.6	69.8	71.9	74.0
7	62.7	64.8	67.0	69.2	71.3	73.5	75.7
8	64.0	66.2	68.4	70.6	72.8	75.0	77.2
9	65.2	67.5	69.7	72.0	74.2	76.5	78.7
10	66.4	68.7	71.0	73.3	75.6	77.9	80.1
11	67.6	69.9	72.2	74.5	76.9	79.2	81.5
12	68.6	71.0	73.4	75.7	78.1	80.5	82.9
13	69.6	72.1	74.5	76.9	79.3	81.8	84.2
14	70.6	73.1	75.6	78.0	80.5	83.0	85.5
15	71.6	74.1	76.6	79.1	81.7	84.2	86.7
16	72.5	75.0	77.6	80.2	82.8	85.4	88.0
17	73.3	76.0	78.6	81.2	83.9	86.5	89.2
18	74.2	76.9	79.6	82.3	85.0	87.7	90.4
19	75.0	77.7	80.5	83.2	86.0	88.8	91.5
20	75.8	78.6	81.4	84.2	87.0	89.8	92.6
21	76.5	79.4	82.3	85.1	88.0	90.9	93.8
22	77.2	80.2	83.1	86.0	89.0	91.9	94.9
23	78.0	81.0	83.9	86.9	89.9	92.9	95.9
24 *	78.7	81.7	84.8	87.8	90.9	93.9	97.0

STUNTING

PB/U anak Perempuan

Umur (Bulan)	Panjang Badan (cm)						
	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
0	43.6	45.4	47.3	49.1	51.0	52.9	54.7
1	47.8	49.8	51.7	53.7	55.6	57.6	59.5
2	51.0	53.0	55.0	57.1	59.1	61.1	63.2
3	53.5	55.6	57.7	59.8	61.9	64.0	66.1
4	55.6	57.8	59.9	62.1	64.3	66.4	68.6
5	57.4	59.6	61.8	64.0	66.2	68.5	70.7
6	58.9	61.2	63.5	65.7	68.0	70.3	72.5
7	60.3	62.7	65.0	67.3	69.6	71.9	74.2
8	61.7	64.0	66.4	68.7	71.1	73.5	75.8
9	62.9	65.3	67.7	70.1	72.6	75.0	77.4
10	64.1	66.5	69.0	71.5	73.9	76.4	78.9
11	65.2	67.7	70.3	72.8	75.3	77.8	80.3
12	66.3	68.9	71.4	74.0	76.6	79.2	81.7
13	67.3	70.0	72.6	75.2	77.8	80.5	83.1
14	68.3	71.0	73.7	76.4	79.1	81.7	84.4
15	69.3	72.0	74.8	77.5	80.2	83.0	85.7
16	70.2	73.0	75.8	78.6	81.4	84.2	87.0
17	71.1	74.0	76.8	79.7	82.5	85.4	88.2
18	72.0	74.9	77.8	80.7	83.6	86.5	89.4
19	72.8	75.8	78.8	81.7	84.7	87.6	90.6
20	73.7	76.7	79.7	82.7	85.7	88.7	91.7
21	74.5	77.5	80.6	83.7	86.7	89.8	92.9
22	75.2	78.4	81.5	84.6	87.7	90.8	94.0
23	76.0	79.2	82.3	85.5	88.7	91.9	95.0
24 *	76.7	80.0	83.2	86.4	89.6	92.9	96.1

STUNTING

Alat Untuk Mengukur Panjang dan Tinggi Badan



Alat ukur PANJANG BADAN
(LENGTH BOARD/LENG BOR)



ALAT UKUR TINGGI BADAN
(MICROTOISE / MIKROTOA)

Mengukur Panjang Badan anak

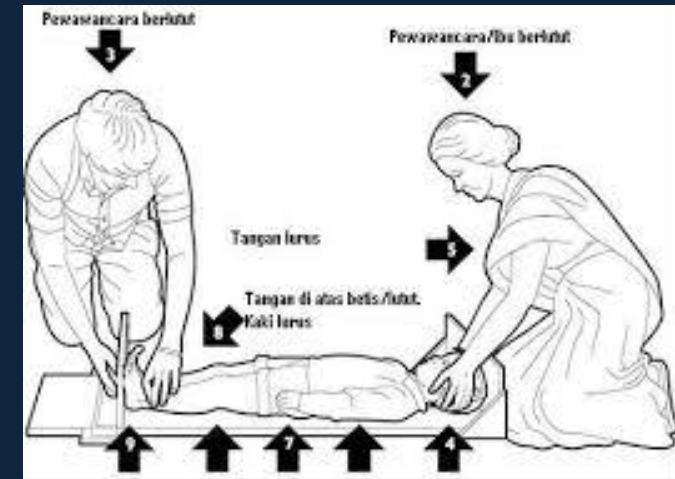
- Pengukuran panjang badan hanya dilakukan pada anak **usia 0-2 tahun** atau jika anak mengalami **kondisi khusus**, misalnya belum bisa berdiri tegak.

Alat

- Bidang yang datar, seperti meja atau lantai.
- Length Board (alat pengukur panjang badan, dibaca leng bor), lihat gambar.
- Setiap pengukuran panjang badan membutuhkan dua orang yang bertugas dalam menahan posisi tubuh anak agar tegak lurus saat pengukuran dan alat pengukur bagian bawah yang digerakkan untuk menilai panjang badan anak tersebut.

Langkah-langkah

1. Sambungkan dua bagian length board, pastikan agar keduanya menyatu dengan baik dan tidak mudah lepas.
2. Bagian length board yang boleh bergerak hanya bagian kaki.
3. Baringkan anak di atas length board dengan kepala berada pada penyangga yang menunjukkan angka 0 cm.
4. Petugas pertama, memegang dan menahan anak pada bagian kepala dan badan. Sebaiknya sang ibu/keluarga juga membantu dibagian kepala anak.
5. Petugas kedua, melakukan pengukuran sembari menahan bagian kaki dan memastikan agar telapak kaki dapat menempel secara penuh pada penyangga bagian bawah.
6. Petugas kedua melihat angka yang muncul pada kedua sisi dan pastikan bahwa angka tersebut sama.



Mengukur Tinggi Badan anak

Alat

- *Microtoise* (dibaca mikrotoa)
- Bidang horizontal dan vertical yang datar, tanpa gundukan, misalnya tembok dan lantai yang datar tanpa ada bagian yang menonjol pada salah satu bagian bidang tersebut.
- Lakban
- Dibutuhkan dua orang petugas pada saat pengukuran.



Langkah-langkah

1. Pasang microtoise pada tembok. Pastikan bahwa titik 0 cm adalah bagian bawah lantai mengikuti 2 meter ke atas.
2. Microtoise dipasang menggunakan lakban yang kuat dan pastikan agar lakban tidak terlepas saat pengukuran.
3. Petugas pertama akan menahan anak saat pengukuran, bersama dengan sang ibu. Dimana :
 - Anak menghadap ke depan dengan kepala bagian belakang, bokong, dan tumit rapat ke tembok dan kaki tidak mengenakan alas serta tidak jinjit.
 - Anak tidak mengenakan aksesoris kepala seperti topi dan bando, serta tidak diikat (rambut terurai).
 - Anak tidak menggunakan sepatu, sandal, kaos kaki, dan alas kaki lain.
 - Anak tidak terlalu tunduk. Cara menaktisinya adalah membuat anak melihat lurus ke depan.
4. Petugas kedua akan melakukan pengukuran dengan cara menarik microtoise dan melihat angka yang tertera pada kaca. Orang yang mengukur harus berada di depan anak. Pastikan bahwa microtoise yang telah menempel di kepala anak, tidak miring.

Menentukan umur anak (1)

1. Catat tanggal lahir anak, misalnya **17-01-2018**
2. Tulis tanggal waktu periksa, misalnya **29-07-2019**
3. Hitung umur anak dengan mengurangi tanggal kunjungan dengan tanggal lahir.

Tanggal periksa : 29 07 2019

Tanggal lahir : 17 01 2018

- (dikurang)

Usia anak : 12 6 1

Maka 2 hari 4 bulan 1 tahun atau dibalik, 1 tahun 6 bulan 12 hari.

Dimana, 1 tahun = 12 bulan

Sehingga, 1 tahun 6 bulan 12 hari = 12 bulan + 6 bulan, dan 2 hari = 18 bulan 12 hari, ditulis **18 bulan saja**.

Penting :

Kalau umur hari anak lebih dari 15 hari, ditambah satu bulan. Misal, 11 bulan 16 hari, jadi 12 bulan.

Kalau umur hari anak kurang dari 15 hari, tidak usah ditambah alias tetap. Misal 11 bulan 9 hari, jadi 11 bulan saja.

Menentukan umur anak (2)

1. Catat tanggal lahir anak, misalnya **30-10-2018**
2. Tulis tanggal waktu periksa, misalnya **29-07-2019**
3. Hitung umur anak dengan mengurangi tanggal kunjungan dengan tanggal lahir.

Tanggal periksa : 29 07 2019

Tanggal lahir : 30 10 2018

_____ - (dikurang)

Usia anak : -1 -3 1

Berarti usia anak 1 tahun - 3 bulan – 1 hari

Karena: 1 tahun sama dengan 12 bulan, maka usia anak tersebut 12 bulan – 3 bulan – 1 hari = 9 bulan – 1 hari.

Karena harinya kurang -1 hari (bukan kurang 15 hari) maka tidak mempengaruhi usia dalam bulan anak tersebut.

BERARTI USIA ANAK SAAT INI 9 BULAN.

KASUS I

- Seorang anak perempuan berusia 1 tahun. Kader datang ke rumah anak itu untuk ditimbang dan hasil penimbangan berat badan 6,5 kg dan panjang badan 67 cm. Maka tentukanlah apakah anak tersebut stunting?

Tabel 10
Standar Panjang Badan menurut Umur (PB/U)
Anak Perempuan Umur 0-24 Bulan

Umur (Bulan)	Panjang Badan (cm)						
	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
0	43.6	45.4	47.3	49.1	51.0	52.9	54.7
1	47.8	49.8	51.7	53.7	55.6	57.6	59.5
2	51.0	53.0	55.0	57.1	59.1	61.1	63.2
3	53.5	55.6	57.7	59.8	61.9	64.0	66.1
4	55.6	57.8	59.9	62.1	64.3	66.4	68.6
5	57.4	59.6	61.8	64.0	66.2	68.5	70.7
6	58.9	61.2	63.5	65.7	68.0	70.3	72.5
7	60.3	62.7	65.0	67.3	69.6	71.9	74.2
8	61.7	64.0	66.4	68.7	71.1	73.5	75.8
9	62.9	65.3	67.7	70.1	72.6	75.0	77.4
10	64.1	66.5	69.0	71.5	73.9	76.4	78.9
11	65.2	67.7	70.3	72.8	75.3	77.8	80.3
12	66.3	68.9	71.4	74.0	76.6	79.2	81.7
13	67.3	70.0	72.6	75.2	77.8	80.5	83.1
14	68.3	71.0	73.7	76.4	79.1	81.7	84.4
15	69.3	72.0	74.8	77.5	80.2	83.0	85.7
16	70.2	73.0	75.8	78.6	81.4	84.2	87.0
17	71.1	74.0	76.8	79.7	82.5	85.4	88.2
18	72.0	74.9	77.8	80.7	83.6	86.5	89.4
19	72.8	75.8	78.8	81.7	84.7	87.6	90.6
20	73.7	76.7	79.7	82.7	85.7	88.7	91.7
21	74.5	77.5	80.6	83.7	86.7	89.8	92.9
22	75.2	78.4	81.5	84.6	87.7	90.8	94.0
23	76.0	79.2	82.3	85.5	88.7	91.9	95.0
24 *	76.7	80.0	83.2	86.4	89.6	92.9	96.1

Z score

Caranya

- Hitung umur yang diubah dalam bulan. Usia 1 tahun = 12 bulan
- Lihat tabel panjang badan menurut umur (PB/U) sesuai jenis kelamin kasus (perempuan)
- Lihat pada kolom umur, tandai usia 12 bulan, kemudian buat garis mendatar ke kanan
- Carilah letak panjang badan kasus yaitu 67 cm, kemudian ditemukan ada diantara kolom oranye (68,9) dan merah (66,3)
- Maka berada pada z-score antara -3SD dan -2SD

TB/U	Sangat Pendek	< -3,0 SD
	Pendek ✓	-3,0 SD s/d < -2,0 SD
	Normal	≥ -2,0 SD

Keterangan : * Pengukuran PB dilakukan dalam keadaan anak telentang

KASUS II

Latihan Mandiri

- Seorang anak laki-laki lahir pada tanggal 20 Januari 2018. Kader datang ke rumah anak itu untuk ditimbang pada tanggal 29 Maret 2019. Hasil penimbangan berat badan 7,5 kg dan panjang badan 72 cm. Maka tentukanlah umur anak dan apakah anak tersebut stunting?

<jawaban akan didiskusikan saat diskusi>

Kerjakan kasus II disini

Cara mencegah stunting

SELAMATKAN 1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN



+



+



**= 1000 hari awal
kehidupan**

Sembilan bulan dalam
kandungan (9x30 hari) =
270 hari

Tahun I kelahiran
(365 hari)

Tahun II kelahiran
(365 hari)



STUNTING BISA DIINTERVENSI DENGAN CARA BERIKUT:

1 Ibu hamil mendapat Tablet Tambah Darah (TTD) minimal 90 tablet selama kehamilan



Pemberian Makanan Tambah Ibu Hamil



3 Makan - makanan sehat untuk pemenuhan gizi



Persalinan Dibantu oleh Dokter atau Bidan yang ahli



5 IMD (Inisiasi Menyusui Dini)



Berikan Bayi Hanya ASI Eksklusif hingga usia 6 bulan



7 Tetap berikan ASI dengan tambahan asupan yaitu Makanan Pendamping ASI untuk bayi diatas 6 Bulan hingga 2 tahun



Berikan Imunisasi dasar lengkap dan vitamin A



9 Pantau pertumbuhan balita di Posyandu terdekat



Lakukan Perilaku Hidup Bersih dan sehat



**PROMKES & PH
LAMPUNG**

www.
dinkes.
lampungprov.
go.id

Facebook Page :
**Dinas Kesehatan
Provinsi Lampung**

Youtube Channel :
**Dinas Kesehatan
Provinsi Lampung**

Twitter :
@dinkes_lampung

Instagram :
**Dinkes
provilampung**

Program Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri dan Bumil (1)

- Program penambahan (suplementasi) zat besi-folat (IFA) sudah dilaksanakan oleh pemerintah Indonesia bekerja sama dengan puskesmas, dinas kesehatan, dan tempat-tempat kesehatan lainnya.
- Pemerintah menganjurkan untuk seluruh perempuan yang berusia 10-49 tahun (Remaja putri dan Wanita usia subur) meminum tablet tambah darah setiap seminggu sekali dan jika haid atau menstruasi, dianjurkan untuk minum satu tablet satu hari yang bisa diperoleh di sekolah maupun puskesmas.
- Ibu hamil juga perlu meminum tablet tambah darah sebanyak 1 tablet satu hari selama 90 hari dan sebaiknya diminum mulai pada saat trimester kedua untuk menghindari beratnya mual muntah yang biasanya terjadi pada trimester I.
- **Tablet tambah darah diminum setelah makan.**



Program Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri dan Bumil (2)

- Untuk mempercepat khasiat dari tablet tambah darah, sebaiknya juga memakan :
 - Makanan yang banyak Vitamin C nya seperti jeruk, mangga, dan pepaya.
 - Sumber makanan dari hewan seperti ikan, daging, dan ayam.
- Tablet tambah darah **TIDAK BOLEH** dimakan bersama dengan :
 - Obat Maag
 - Kopi atau teh
 - Obat yang banyak mengandung kalsium (kalk)

MAKANAN MENGANDUNG VITAMIN C



Jambu



Mangga



Pepaya



Brokoli



Kiwi



Paprika Kuning



Jeruk



Tomat



Stroberi

Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pada BUMIL

- PMT untuk ibu hamil tersedia di puskesmas.
- Biasanya PMT Bumil diberikan kepada ibu hamil yang menderita KEK (lengan bagian atas yang kurus yang jika diukur, kurang dari 23,5 cm).
- Tiap bungkus, isinya 3 biskuit
- Bumil yang usia 0-3 bulan harus makan 2 biskuit dalam satu hari.
- Bumil usia 4-9 bulan harus makan 3 biskuit dalam satu hari.



Makan-makanan sehat untuk pemenuhan gizi sesuai pedoman gizi seimbang

10 pesan gizi seimbang :

1. Syukuri dan nikmati aneka ragam makanan
2. Banyak makan sayuran dan cukup buah-buahan
3. Biasakan mengonsumsi lauk pauk yang mengandung protein tinggi (ikan, tempe, tahu, telur, daging, susu, dll)
4. Biasakan mengonsumsi aneka ragam makanan pokok (nasi, jagung, ubi, singkong, kentang, dll)
5. Batasi konsumsi pangan manis, asin, dan berlemak. Batas konsumsi gula hanya 1 sendok makan, garam 1 sendok teh, dan minyak 1 sendok makan.
6. Biasakan sarapan. Batas sarapan hanya sampai jam 9 pagi.
7. Biasakan minum air putih yang cukup dan aman. Usahakan air minum yang direbus.
8. Biasakan membaca label pada kemasan, seperti informasi nilai gizi.
9. Cucui tangan pakai sabun dengan air bersih yang mengalir.
10. Lakukan aktivitas fisik yang cukup (olahraga, membersihkan rumah, dan lain-lain) dan pertahankan berat badan normal.



Persalinan dibantu oleh dokter atau bidan yang ahli.



- Persalinan (proses melahirkan) yang baik adalah dibantu oleh dokter atau tenaga kesehatan (bidan).
- Dokter atau bidan yang membantu melahirkan akan memperhatikan 5 poin dibawah
 1. Membuat keputusan yang sesuai kondisi ibu dan anak
 2. Asuhan sayang ibu dan sayang anak.
 3. Mencegah infeksi setelah melahirkan
 4. Melakukan pencatatan persalinan
 5. Langsung merujuk kalau ada penyakit lain (komplikasi) yang terjadi

Inisiasi menyusui dini dan ASI Eksklusif

- Inisiasi Menyusui Dini (IMD) adalah memberikan Air Susu Ibu (ASI) segera setelah bayi lahir, biasanya dalam waktu setengah jam sampai satu jam setelah bayi lahir. Tujuan IMD adalah
 - Bersentuhan kulit dengan kulit, membuat ibu dan bayi lebih tenang dan meningkatkan ikatan kasih sayang ibu dan bayi.
 - Saat IMD bayi menelan bakteri baik dari kulit ibu yang akan membentuk kumpulan bakteri baik di kulit dan usus bayi sebagai pelindungan diri.
 - Mengurangi pendaharan setelah melahirkan.
 - Mengurangi terjadinya kurang darah (anemia).



Berikan Bayi Hanya ASI Eksklusif Selama 6 Bulan

- Menyusui eksklusif adalah tidak memberi bayi makanan atau minuman lain, termasuk air putih, selain ASI (kecuali obat-obatan dan vitamin atau minal tetes) selama 6 bulan nonstop. ASI perah diperbolehkan.

Tetap berikan ASI dan memperhatikan kualitas MP-ASI (Makanan Pendamping ASI) setelah bayi berusia 6 bulan sampai 2 tahun

- Maksudnya adalah, saat anak sudah diatas 6 bulan, sudah bisa dikasih makan seperti buah pisang atau bubur. Untuk lebih jelas tentang makanan pendamping ASI, sang ibu bisa mendatangi PUSKEMAS.

Lakukan imunisasi dasar lengkap dan vitamin A

- Anak harus selalu di imunisasi. Imunisasi dapat dilakukan di posyandu atau di puskesmas. Jenis-jenis imunisasi yang harus dilakukan, lihat di buku KIA/KMS atau tanyakan kepada petugas posyandu/dokter.
- Ikuti program pemberian kapsul vitamin A di posyandu. Pemberian vitamin A setiap dua kali dalam satu tahun pada bulan februari dan agustus. Ingatkan petugas untuk mencatat pemberian vitamin A di buku KIA/KMS.

KAPSUL VITAMIN A

BULAN FEBRUARI & AGUSTUS

Dapatkan kapsul vitamin A untuk bayi dan balita Anda pada bulan Februari dan Agustus di Posyandu dan Puskesmas. **GRATIS!**

Kekurangan Vitamin A Dapat Mengakibatkan

- RENJAN PERTUMBUHAN TERHAMBAT
- GANGGUAN DAN KELAINAN PADA MATA
- GANGGUAN TERHADAP PENYAKIT ISPA, CAMPAK DAN DIARE

Mataku Sehat, Tubuhku Kuat karena Kapsul VITAMIN A

The infographic features a central illustration of a smiling nurse in a white uniform and cap. To her right, a child is shown receiving a red capsule from a hand. The background is light blue with various colored callouts and icons representing health benefits and risks of vitamin deficiency.

Pantau pertumbuhan balita di posyandu terdekat.

- Anak harus dibawa ke posyandu untuk mengetahui pertumbuhannya, berat badan dan tinggi/panjang badan, agar bisa melihat apakah anak mengalami stunting atau masalah pertumbuhan lain.
- Anak sehat bertambah usia, bertambah berat, dan bertambah panjang/tinggi.



Lakukan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)

- Salah satu perilaku hidup bersih dan sehat adalah mencuci tangan pakai sabun dan air mengalir.
- Kapan cuci tangan?
 - Sebelum dan sesudah makan
 - Sebelum dan sesudah memegang makanan
 - Sesudah buang air besar dan menceboki bayi/anak
 - Sebelum memberikan air susu ibu
 - Sesudah memegang binatang
 - Sesudah berkebun
- Lima langkah cuci tangan
 - Basahi tangan seluruhnya dengan air bersih yang mengalir.
 - Gosok sabun ke telapak tangan, belakang tangan, dan sela-sela jari.
 - Bersihkan bagian bawah kuku
 - Bilas dengan air bersih mengalir
 - Keringkan tangan dengan handuk/tisu atau keringkan dengan udara/dianginkan.



KEMENTERIAN KESEHATAN
REPUBLIK INDONESIA

Memberi Bayi
ASI Eksklusif



Lakukan Persalinan
ditolong oleh
tenaga kesehatan



Menimbang Balita
Setiap Bulan



Menggunakan
Air Bersih



Tidak
Merokok



Melakukan
aktivitas fisik
setiap hari



Makan Buah dan Sayur
Setiap hari



Memberantas Jentik
di rumah sekali seminggu



Menggunakan
Jamban Sehat

AYO LAKUKAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT SEKARANG JUGA!!



Mencuci Tangan
dengan air bersih
dan sabun



PiBS

adalah semua perilaku
kesehatan yang dilakukan
atas kesadaran sehingga
anggota keluarga atau
keluarga dapat menolong
dirinya sendiri di bidang
kesehatan dan berperan
aktif dalam kegiatan
kesehatan di masyarakat.

Jumlahnya banyak sekali,
bisa ratusan. Misalnya
tentang Gizi, makan
beraneka ragam makanan,
minum Tablet Tambah
Darah, mengkonsumsi
Garam Beryodium,
memberi bayi dan balita
kapsul vitamin A.

PERLU DILAKUKAN DI SELURUH RUMAH TANGGA AGAR TERCAPAI INDONESIA SEHAT

www.depkes.go.id | www.promkes.depkes.go.id | twitter@puspromkes | youtube/puspromkes

LAMPIRAN

Tabel indeks status gizi anak khusus PB/U dan TB/U

Panjang Badan menurut Umur (PB/U) atau Tinggi Badan menurut Umur (TB/U) Anak Umur 0 – 60 Bulan	Sangat Pendek	<-3 SD
	Pendek	-3 SD sampai dengan <-2 SD
	Normal	-2 SD sampai dengan 2 SD
	Tinggi	>2 SD

Tabel PB/U Anak Perempuan Usia 0 - 24 bulan



Tabel 10
Standar Panjang Badan menurut Umur (PB/U)
Anak Perempuan Umur 0-24 Bulan

Umur (Bulan)	Panjang Badan (cm)						
	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
0	43,6	45,4	47,3	49,1	51,0	52,9	54,7
1	47,8	49,8	51,7	53,7	55,6	57,6	59,5
2	51,0	53,0	55,0	57,1	59,1	61,1	63,2
3	53,5	55,6	57,7	59,8	61,9	64,0	66,1
4	55,6	57,8	59,9	62,1	64,3	66,4	68,6
5	57,4	59,6	61,8	64,0	66,2	68,5	70,7
6	58,9	61,2	63,5	65,7	68,0	70,3	72,5
7	60,3	62,7	65,0	67,3	69,6	71,9	74,2
8	61,7	64,0	66,4	68,7	71,1	73,5	75,8
9	62,9	65,3	67,7	70,1	72,6	75,0	77,4
10	64,1	66,5	69,0	71,5	73,9	76,4	78,9
11	65,2	67,7	70,3	72,8	75,3	77,8	80,3
12	66,3	68,9	71,4	74,0	76,6	79,2	81,7
13	67,3	70,0	72,6	75,2	77,8	80,5	83,1
14	68,3	71,0	73,7	76,4	79,1	81,7	84,4
15	69,3	72,0	74,8	77,5	80,2	83,0	85,7
16	70,2	73,0	75,8	78,6	81,4	84,2	87,0
17	71,1	74,0	76,8	79,7	82,5	85,4	88,2
18	72,0	74,9	77,8	80,7	83,6	86,5	89,4
19	72,8	75,8	78,8	81,7	84,7	87,6	90,6
20	73,7	76,7	79,7	82,7	85,7	88,7	91,7
21	74,5	77,5	80,6	83,7	86,7	89,8	92,9
22	75,2	78,4	81,5	84,6	87,7	90,8	94,0
23	76,0	79,2	82,3	85,5	88,7	91,9	95,0
24*	76,7	80,0	83,2	86,4	89,6	92,9	96,1

Keterangan : * Pengukuran PB dilakukan dalam keadaan anak telentang

Tabel TB/U Anak Perempuan Usia 24 – 60 bulan



Tabel 11
Standar Tinggi Badan menurut Umur (TB/U)
Anak Perempuan Umur 24-60 Bulan

Umur (Bulan)	Tinggi Badan (cm)									
	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD			
24*	76.0	79.3	82.5	85.7	88.9	92.2	95.4			
25	76.8	80.0	83.3	86.6	89.9	93.1	96.4			
26	77.5	80.8	84.1	87.4	90.8	94.1	97.4			
27	78.1	81.5	84.9	88.3	91.7	95.0	98.4			
28	78.8	82.2	85.7	89.1	92.5	96.0	99.4			
29	79.5	82.9	86.4	89.9	93.4	96.9	100.3			
30	80.1	83.6	87.1	90.7	94.2	97.7	101.3			
31	80.7	84.3	87.9	91.4	95.0	98.6	102.2			
32	81.3	84.9	88.6	92.2	95.8	99.4	103.1			
33	81.9	85.6	89.3	92.9	96.6	100.3	103.9			
34	82.5	86.2	89.9	93.6	97.4	101.1	104.8			
35	83.1	86.8	90.6	94.4	98.1	101.9	105.6			
36	83.6	87.4	91.2	95.1	98.9	102.7	106.5			
37	84.2	88.0	91.9	95.7	99.6	103.4	107.3			
38	84.7	88.6	92.5	96.4	100.3	104.2	108.1			
39	85.3	89.2	93.1	97.1	101.0	105.0	108.9			
40	85.8	89.8	93.8	97.7	101.7	105.7	109.7			
41	86.3	90.4	94.4	98.4	102.4	106.4	110.5			
42	86.8	90.9	95.0	99.0	103.1	107.2	111.2			
43	87.4	91.5	95.6	99.7	103.8	107.9	112.0			
44	87.9	92.0	96.2	100.3	104.5	108.6	112.7			
45	88.4	92.5	96.7	100.9	105.1	109.3	113.5			
46	88.9	93.1	97.3	101.5	105.8	110.0	114.2			
47	89.3	93.6	97.9	102.1	106.4	110.7	114.9			
48	89.8	94.1	98.4	102.7	107.0	111.3	115.7			
49	90.3	94.6	99.0	103.3	107.7	112.0	116.4			
50	90.7	95.1	99.5	103.9	108.3	112.7	117.1			
51	91.2	95.6	100.1	104.5	108.9	113.3	117.7			
52	91.7	96.1	100.6	105.0	109.5	114.0	118.4			
53	92.1	96.6	101.1	105.6	110.1	114.6	119.1			
54	92.6	97.1	101.6	106.2	110.7	115.2	119.8			
55	93.0	97.6	102.2	106.7	111.3	115.9	120.4			
56	93.4	98.1	102.7	107.3	111.9	116.5	121.1			
57	93.9	98.5	103.2	107.8	112.5	117.1	121.8			
58	94.3	99.0	103.7	108.4	113.0	117.7	122.4			
59	94.7	99.5	104.2	108.9	113.6	118.3	123.1			
60	95.2	99.9	104.7	109.4	114.2	118.9	123.7			

Keterangan : * Pengukuran TB dilakukan dalam keadaan anak berdiri

Tabel PB/U Anak Laki-laki Usia 0 - 24 bulan



Tabel 2
Standar Panjang Badan menurut Umur (PB/U)
Anak Laki-laki Umur 0-24 Bulan

Umur (Bulan)	Panjang Badan (cm)									
	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD			
0	44.2	46.1	48.0	49.9	51.8	53.7	55.6			
1	43.9	50.8	52.8	54.7	56.7	58.6	60.6			
2	52.4	54.4	56.4	58.4	60.4	62.4	64.4			
3	55.3	57.3	59.4	61.4	63.5	65.5	67.6			
4	57.6	59.7	61.8	63.9	66.0	68.0	70.1			
5	59.6	61.7	63.8	65.9	68.0	70.1	72.2			
6	61.2	63.3	65.5	67.6	69.8	71.9	74.0			
7	62.7	64.8	67.0	69.2	71.3	73.5	75.7			
8	64.0	66.2	68.4	70.6	72.8	75.0	77.2			
9	65.2	67.5	69.7	72.0	74.2	76.5	78.7			
10	66.4	68.7	71.0	73.3	75.6	77.9	80.1			
11	67.6	69.9	72.2	74.5	76.9	79.2	81.5			
12	68.6	71.0	73.4	75.7	78.1	80.5	82.9			
13	69.6	72.1	74.5	76.9	79.3	81.8	84.2			
14	70.6	73.1	75.6	78.0	80.5	83.0	85.5			
15	71.6	74.1	76.6	79.1	81.7	84.2	86.7			
16	72.5	75.0	77.6	80.2	82.8	85.4	88.0			
17	73.3	76.0	78.6	81.2	83.9	86.5	89.2			
18	74.2	76.9	79.6	82.3	85.0	87.7	90.4			
19	75.0	77.7	80.5	83.2	86.0	88.8	91.5			
20	75.8	78.6	81.4	84.2	87.0	89.8	92.6			
21	76.5	79.4	82.3	85.1	88.0	90.9	93.8			
22	77.2	80.2	83.1	86.0	89.0	91.9	94.9			
23	78.0	81.0	83.9	86.9	89.9	92.9	95.9			
24*	78.7	81.7	84.8	87.8	90.9	93.9	97.0			

Keterangan : * Pengukuran PB dilakukan dalam keadaan anak telentang

Tabel TB/U Anak Laki-laki Usia 24 – 60 bulan



Tabel 3
Standar Tinggi Badan menurut Umur (TB/U)
Anak Laki-laki Umur 24-60 Bulan

Umur (Bulan)	Tinggi Badan (cm)									
	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD			
24*	78.0	81.0	84.1	87.1	90.2	93.2	96.3			
25	78.6	81.7	84.9	88.0	91.1	94.2	97.3			
26	79.3	82.5	85.6	88.8	92.0	95.2	98.3			
27	79.9	83.1	86.4	89.6	92.9	96.1	99.3			
28	80.5	83.8	87.1	90.4	93.7	97.0	100.3			
29	81.1	84.5	87.8	91.2	94.5	97.9	101.2			
30	81.7	85.1	88.5	91.9	95.3	98.7	102.1			
31	82.3	85.7	89.2	92.7	96.1	99.6	103.0			
32	82.8	86.4	89.9	93.4	96.9	100.4	103.9			
33	83.4	86.9	90.5	94.1	97.6	101.2	104.8			
34	83.9	87.5	91.1	94.8	98.4	102.0	105.6			
35	84.4	88.1	91.8	95.4	99.1	102.7	106.4			
36	85.0	88.7	92.4	96.1	99.8	103.5	107.2			
37	85.5	89.2	93.0	96.7	100.5	104.2	108.0			
38	86.0	89.8	93.6	97.4	101.2	105.0	108.8			
39	86.5	90.3	94.2	98.0	101.8	105.7	109.5			
40	87.0	90.9	94.7	98.6	102.5	106.4	110.3			
41	87.5	91.4	95.3	99.2	103.2	107.1	111.0			
42	88.0	91.9	95.9	99.9	103.8	107.8	111.7			
43	88.4	92.4	96.4	100.4	104.5	108.5	112.5			
44	88.9	93.0	97.0	101.0	105.1	109.1	113.2			
45	89.4	93.5	97.5	101.6	105.7	109.8	113.9			
46	89.8	94.0	98.1	102.2	106.3	110.4	114.6			
47	90.3	94.4	98.6	102.8	106.9	111.1	115.2			
48	90.7	94.9	99.1	103.3	107.5	111.7	115.9			
49	91.2	95.4	99.7	103.9	108.1	112.4	116.6			
50	91.6	95.9	100.2	104.4	108.7	113.0	117.3			
51	92.1	96.4	100.7	105.0	109.3	113.6	117.9			
52	92.5	96.9	101.2	105.6	109.9	114.2	118.6			
53	93.0	97.4	101.7	106.1	110.5	114.9	119.2			
54	93.4	97.8	102.3	106.7	111.1	115.5	119.9			
55	93.9	98.3	102.8	107.2	111.7	116.1	120.6			
56	94.3	98.8	103.3	107.8	112.3	116.7	121.2			
57	94.7	99.3	103.8	108.3	112.8	117.4	121.9			
58	95.2	99.7	104.3	108.9	113.4	118.0	122.6			
59	95.6	100.2	104.8	109.4	114.0	118.6	123.2			
60	96.1	100.7	105.3	110.0	114.6	119.2	123.9			

Keterangan : * Pengukuran TB dilakukan dalam keadaan anak berdiri

Kunci kasus II

1. Tentukan umur anak.

29 03 2019

20 01 2018

09 02 01

Umur anak adalah 9 hari 2 bulan 1 tahun, atau 14 bulan 9 hari (diubah menjadi 14 bulan).

2. Diketahui jenis kelamin anak adalah Perempuan, maka lihat tabel zscore untuk anak perempuan.

3. Lihat usia 14 bulan pada tabel, kemudian tarik garis melintang.

4. Panjang badan anak 72 cm, maka lihat angka yang paling mendekati dengan angka 72 cm. Lihat lembar berikutnya.



Tabel 10
Standar Panjang Badan menurut Umur (PB/U)
Anak Perempuan Umur 0-24 Bulan

Umur (Bulan)	Panjang Badan (cm)						
	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
0	43.6	45.4	47.3	49.1	51.0	52.9	54.7
1	47.8	49.8	51.7	53.7	55.6	57.6	59.5
2	51.0	53.0	55.0	57.1	59.1	61.1	63.2
3	53.5	55.6	57.7	59.8	61.9	64.0	66.1
4	55.6	57.8	59.9	62.1	64.3	66.4	68.6
5	57.4	59.6	61.8	64.0	66.2	68.5	70.7
6	58.9	61.2	63.5	65.7	68.0	70.3	72.5
7	60.3	62.7	65.0	67.3	69.6	71.9	74.2
8	61.7	64.0	66.4	68.7	71.1	73.5	75.8
9	62.9	65.3	67.7	70.1	72.6	75.0	77.4
10	64.1	66.5	69.0	71.5	73.9	76.4	78.9
11	65.2	67.7	70.3	72.8	75.3	77.8	80.3
12	66.3	68.9	71.4	74.0	76.6	79.2	81.7
13	67.3	70.0	72.5	75.2	77.9	80.5	83.1
14	68.3	71.0	73.7	76.4	79.1	81.7	84.4
15	69.3	72.0	74.8	77.8	80.2	83.0	85.7
16	70.2	73.0	75.8	78.6	81.4	84.2	87.0
17	71.1	74.0	76.8	79.7	82.5	85.4	88.2
18	72.0	74.9	77.8	80.7	83.6	86.5	89.4
19	72.8	75.8	78.8	81.7	84.7	87.6	90.6
20	73.7	76.7	79.7	82.7	85.7	88.7	91.7
21	74.5	77.5	80.6	83.7	86.7	89.8	92.9
22	75.2	78.4	81.5	84.6	87.7	90.8	94.0
23	76.0	79.2	82.3	85.5	88.7	91.9	95.0
24*	76.7	80.0	83.2	86.4	89.6	92.9	96.1

Keterangan : * Pengukuran PB dilakukan dalam keadaan anak telentang

Panjang Badan menurut Umur (PB/U) atau Tinggi Badan menurut Umur (TB/U)
Anak Umur 0 – 60 Bulan

Sangat Pendek

Pendek

Normal

Tinggi

<-3 SD

-3 SD sampai dengan <-2 SD

-2 SD sampai dengan 2 SD

>2 SD

Terlihat bahwa 72 cm berada diantara -2SD dan -1SD sehingga anak memiliki panjang badan yang normal (lihat di tabel indeks status gizi PB/U atau TB/U)