UNS
UNIVERSITAS
SEBELAS MARET

BULETIN

PENGABDIAN MASYARAKAT

EDISI MEI - AGUSTUS 2024

PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN ANAK



Fakultas Kedokteran
Universitas Sebelas Maret

BULETIN PENGABDIAN MASYARAKAT

PRODI ILMU KESEHATAN ANAK FK UNS – RSUD DR MOEWARDI

Mei–Agustus 2024

Edukasi kesehatan anak untuk keluarga dan masyarakat

SAMBUTAN REDAKSI

Buletin Pengabdian Masyarakat Prodi Ilmu Kesehatan Anak FK UNS – RSUD Dr Moewardi Mei–Agustus 2024 merangkum kegiatan edukasi kesehatan anak yang tercatat dalam daftar kegiatan staf IKA tahun 2024.

Edisi ini memilih enam kegiatan dengan topik yang dekat dengan kebutuhan pelayanan kesehatan anak, meliputi gastroenterologi, neonatologi, penyakit infeksi tropis dan respirologi.

DAFTAR ISI

1. Bahayakah sembelit pada anak - 2 Mei 2024
2. Bagaimana merawat bayi prematur dan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR)? - 13 Juni 2024
3. Wujudkan Indonesia Bebas Dengue - 27 Juni 2024
4. Bahaya Infeksi Pernapasan Pada Anak, Bagaimana Mencegahnya? - 18 Juli 2024
5. Awas, bahaya konsumsi minuman kemasan berlebih pada ginjal anak - 23 Juli 2024
6. Perawatan Bayi Pasca Melahirkan - 22 Agustus 2024

Edisi Mei–Agustus 2024

Bahayakah sembelit pada anak

Acara	Moewardi Asah Asuh Asih
Topik	Bahayakah sembelit pada anak
Narasumber	dr. Evi Rokhayati, Sp.A,M.Kes
Tanggal	2 Mei 2024
Tempat/Media	R. Live streaming Gd Kenanga Lt.8
Link	https://www.youtube.com/live/MlQBUjO49AY?si=xfMGMTIFhIxr9L85

Ringkasan Edukasi

Sembelit atau konstipasi merupakan gangguan pencernaan yang cukup sering terjadi pada anak. Kondisi ini ditandai dengan buang air besar (BAB) yang jarang, tinja yang keras atau berukuran besar, serta kesulitan atau rasa nyeri saat BAB. Pada sebagian anak, sembelit dapat disertai kebiasaan menahan BAB karena takut merasa sakit. Meskipun sering dianggap sebagai masalah ringan, **sembelit yang berlangsung lama atau tidak ditangani dengan tepat dapat mengganggu kenyamanan, aktivitas sehari-hari, dan kualitas hidup anak.**

Frekuensi BAB normal dapat berbeda-beda bergantung pada usia, jenis makanan, dan pola makan anak. Oleh karena itu, sembelit tidak hanya dinilai berdasarkan seberapa sering anak BAB, tetapi juga dari konsistensi tinja, rasa nyeri, dan kesulitan saat mengeluarkan tinja. Pada bayi, pola BAB juga dipengaruhi oleh jenis pemberian susu dan tahap perkembangan saluran pencernaan. Bayi yang mengejan atau menangis sebelum mengeluarkan tinja lunak belum tentu mengalami sembelit. Sebaliknya, anak yang masih BAB secara teratur tetap dapat mengalami konstipasi apabila tinjanya keras dan terasa nyeri saat dikeluarkan.

Penyebab sembelit pada anak paling sering berkaitan dengan konstipasi fungsional, yaitu sembelit yang tidak disebabkan oleh kelainan struktural atau penyakit tertentu. Kondisi ini dapat dipicu oleh kurangnya asupan serat dan cairan, perubahan pola makan, proses toilet training, perubahan rutinitas, atau kebiasaan menahan BAB. Ketika anak pernah mengalami BAB yang keras dan menyakitkan, anak dapat menjadi takut untuk BAB sehingga menahan tinja lebih lama. Akibatnya, tinja semakin keras dan besar, BAB semakin nyeri, dan terbentuklah siklus sembelit yang berulang. Pada sebagian kecil anak, sembelit dapat berkaitan dengan penyakit tertentu, seperti penyakit Hirschsprung, kelainan anatomi anorektal, gangguan tiroid, atau gangguan neurologis.

Orang tua perlu mengenali tanda-tanda sembelit pada anak, antara lain BAB kurang dari tiga kali dalam seminggu, tinja keras atau seperti butiran kecil, mengejan berlebihan, menangis atau kesakitan saat BAB, serta kebiasaan menahan BAB dengan menyilangkan kaki, berjinjit, atau bersembunyi ketika ingin BAB. Pada anak yang lebih besar, konstipasi juga dapat menyebabkan nyeri perut, perut terasa penuh, nafsu makan menurun, atau keluarnya tinja cair yang merembes ke celana akibat penumpukan tinja. **Keluarnya tinja cair tidak selalu berarti anak mengalami diare**, karena kondisi tersebut dapat merupakan tanda *overflow soiling* akibat tinja yang menumpuk di rektum.

Sembelit yang berlangsung lama dapat menyebabkan komplikasi, seperti fisura ani atau luka kecil pada anus akibat tinja yang keras, perdarahan ringan saat BAB, penumpukan tinja (*fecal impaction*), serta inkontinensia tinja. Anak juga dapat mengalami kecemasan, rasa malu, dan penurunan kepercayaan diri, terutama ketika tinja keluar tanpa disadari. Meskipun demikian, sebagian besar kasus konstipasi fungsional dapat ditangani dengan baik apabila dikenali dan ditangani secara tepat.

Orang tua perlu mewaspadai tanda bahaya yang memerlukan evaluasi medis, seperti sembelit sejak periode neonatal, keterlambatan pengeluaran mekonium lebih dari 48 jam setelah lahir pada bayi cukup bulan, muntah berwarna hijau, perut membuncit berat, nyeri perut hebat, demam disertai kondisi umum yang memburuk, atau darah pada tinja yang tidak dapat dijelaskan oleh fisura ani. Penurunan berat badan, gangguan pertumbuhan, kelemahan tungkai, atau kelainan pada area tulang belakang juga perlu diperiksa lebih lanjut. **Apabila anak mengalami muntah hijau, distensi abdomen berat, atau nyeri perut hebat, segera bawa anak ke instalasi gawat darurat.**

Penanganan sembelit pada anak disesuaikan dengan usia, tingkat keparahan, dan ada tidaknya penumpukan tinja. Upaya awal meliputi pemberian makanan bergizi seimbang dengan serat yang cukup, pemenuhan cairan sesuai kebutuhan, aktivitas fisik teratur, serta pembiasaan duduk di toilet setelah makan untuk memanfaatkan refleks gastrokolik. Orang tua sebaiknya memberikan dukungan positif, tidak memarahi anak ketika mengalami kesulitan BAB, dan tidak memaksa proses toilet training. Pada anak dengan konstipasi yang menetap atau mengalami penumpukan tinja, dokter dapat memberikan obat pelunak tinja atau laksatif, seperti polietilen glikol (PEG), sesuai indikasi dan dosis berdasarkan kondisi anak. **Obat pencahar, enema, atau obat tradisional tidak sebaiknya diberikan sembarangan tanpa memperhatikan usia dan kondisi anak.**

Pencegahan sembelit dapat dimulai sejak dini dengan membangun kebiasaan BAB yang sehat. Orang tua dapat menyediakan makanan kaya serat, seperti sayur, buah, dan biji-bijian sesuai usia anak, memastikan kebutuhan cairan terpenuhi, serta memberikan kesempatan kepada anak untuk BAB secara teratur tanpa terburu-buru. Pada anak yang sedang menjalani toilet training, suasana yang nyaman dan pendekatan yang positif sangat penting. Apabila anak sudah mengalami sembelit berulang, penanganan perlu dilakukan secara konsisten karena perbaikan tidak selalu terjadi dalam waktu singkat dan terapi terkadang perlu dilanjutkan untuk mencegah kekambuhan.

Pada akhirnya, sembelit pada anak tidak selalu berbahaya, tetapi tidak boleh diabaikan apabila berlangsung lama, berulang, atau disertai tanda bahaya. Dengan mengenali gejala sejak dini, memperbaiki kebiasaan BAB, memberikan nutrisi yang sesuai, dan mendapatkan penanganan medis bila diperlukan, sebagian besar anak dengan konstipasi fungsional dapat membaik. **Kunci keberhasilan penanganan sembelit adalah konsistensi, kesabaran, dan dukungan keluarga tanpa menyalahkan atau membuat anak merasa takut untuk BAB.**

Pesan untuk masyarakat: Kenali tanda sembelit pada anak, seperti tinja keras, BAB yang menyakitkan, frekuensi BAB yang berkurang, atau kebiasaan menahan BAB. Biasakan anak mengonsumsi makanan kaya serat, minum cukup, aktif bergerak, dan duduk di toilet secara teratur. Jangan memarahi anak ketika mengalami kesulitan BAB dan jangan memberikan obat pencahar tanpa petunjuk tenaga kesehatan. Segera periksakan anak apabila sembelit menetap, mengganggu aktivitas, atau disertai muntah hijau, perut membuncit berat, nyeri hebat, maupun gangguan pertumbuhan. BAB yang nyaman merupakan bagian penting dari kesehatan pencernaan dan tumbuh kembang anak.

Link Kegiatan : https://www.youtube.com/live/MlQBUjO49AY?si=xfMGMTIFhIxr9L85

Edisi Mei–Agustus 2024

Bagaimana merawat bayi prematur dan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR)?

Acara	Moewardi Asih Asah Asuh
Topik	Bagaimana merawat bayi prematur dan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR)?
Narasumber	Dr. dr. Dwi Hidayah, Sp.A(K),M.Kes
Tanggal	13 Juni 2024
Tempat/Media	R. Live streaming Gd Kenanga Lt.8
Link Kegiatan	https://www.youtube.com/live/cj7PmwmvehU?si=5TL7L570vWyBUMHq

Ringkasan Edukasi

Bayi prematur dan bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR) memerlukan perhatian khusus karena memiliki risiko lebih tinggi mengalami gangguan kesehatan dibandingkan bayi yang lahir cukup bulan dengan berat badan normal. Bayi prematur adalah bayi yang lahir sebelum usia kehamilan mencapai 37 minggu, sedangkan BBLR adalah bayi yang lahir dengan berat badan kurang dari 2.500 gram, tanpa memandang usia kehamilan. Kedua kondisi ini dapat terjadi bersamaan, tetapi tidak selalu sama. Bayi yang lahir cukup bulan pun dapat mengalami BBLR. **Dengan perawatan yang tepat, pemantauan teratur, dan dukungan keluarga, bayi prematur dan BBLR tetap memiliki kesempatan untuk tumbuh dan berkembang secara optimal.**

Bayi prematur memiliki organ tubuh yang belum matang sepenuhnya, terutama paru-paru, otak, sistem pencernaan, dan sistem pengaturan suhu tubuh. Sementara itu, bayi BBLR dapat mengalami kesulitan mempertahankan suhu tubuh, menyusu, dan memenuhi kebutuhan nutrisinya. Kondisi tersebut menyebabkan bayi lebih rentan mengalami hipotermia, hipoglikemia, infeksi, gangguan pernapasan, serta pertambahan berat badan yang tidak optimal. Oleh karena itu, perawatan bayi perlu disesuaikan dengan usia kehamilan saat lahir, berat badan, kondisi klinis, dan kemampuan bayi dalam menyusu serta mempertahankan suhu tubuh.

Salah satu aspek penting dalam perawatan bayi prematur dan BBLR adalah **menjaga suhu tubuh tetap hangat**. Bayi dengan berat badan rendah memiliki cadangan lemak yang terbatas sehingga lebih mudah kehilangan panas. Orang tua dapat menjaga kehangatan bayi dengan menggunakan pakaian yang sesuai, memastikan lingkungan tidak terlalu dingin, dan menghindari paparan udara dingin secara langsung. Metode perawatan metode kanguru atau *Kangaroo Mother Care* (KMC), yaitu kontak kulit ke kulit antara bayi dan ibu atau pengasuh yang telah dilatih, sangat bermanfaat untuk membantu menjaga suhu tubuh, mendukung keberhasilan menyusui, serta meningkatkan ikatan emosional antara bayi dan keluarga. Pelaksanaannya perlu disesuaikan dengan stabilitas klinis bayi dan petunjuk tenaga kesehatan.

Pemberian nutrisi juga merupakan bagian penting dalam perawatan bayi prematur dan BBLR. **ASI merupakan pilihan nutrisi utama** karena mengandung zat gizi dan faktor imunologis yang membantu mendukung pertumbuhan serta melindungi bayi dari infeksi. Ibu perlu mendapatkan dukungan untuk memulai dan mempertahankan produksi ASI, termasuk melalui pemerahan ASI apabila bayi belum mampu menyusu langsung. ASI perah dapat diberikan menggunakan metode yang sesuai dengan kemampuan bayi. Pada bayi tertentu, terutama bayi sangat prematur

atau dengan kebutuhan nutrisi khusus, dokter dapat merekomendasikan fortifikasi ASI atau nutrisi tambahan untuk memenuhi kebutuhan pertumbuhan. Jika ASI tidak tersedia atau tidak mencukupi, pilihan nutrisi alternatif harus ditentukan bersama tenaga kesehatan berdasarkan kondisi bayi. Pemantauan berat badan, panjang badan, lingkar kepala, dan kecukupan asupan perlu dilakukan secara berkala.

Selain nutrisi dan pengaturan suhu, pencegahan infeksi merupakan langkah penting dalam merawat bayi prematur dan BBLR. Sistem kekebalan tubuh bayi, khususnya bayi prematur, belum berkembang secara optimal sehingga infeksi dapat berkembang lebih cepat dan menimbulkan kondisi serius. Orang tua dan pengasuh perlu mencuci tangan sebelum menyentuh bayi, menjaga kebersihan peralatan menyusu, membatasi kontak dengan orang yang sedang sakit, serta menghindari paparan asap rokok. Imunisasi perlu diberikan sesuai rekomendasi berdasarkan usia kronologis dan kondisi klinis bayi, dengan memperhatikan ketentuan khusus untuk vaksin tertentu. **Bayi prematur tetap membutuhkan imunisasi dan pemantauan kesehatan sesuai jadwal yang dianjurkan tenaga kesehatan.**

Orang tua juga perlu mengenali tanda bahaya pada bayi prematur dan BBLR. Beberapa tanda yang perlu diwaspadai adalah bayi tidak mau menyusu atau kemampuan menyusu menurun, suhu tubuh terlalu rendah atau demam, napas cepat atau tampak sesak, tarikan dinding dada ke dalam, kebiruan, kejang, aktivitas berkurang, atau bayi sulit dibangunkan. Penurunan jumlah urine, muntah berulang, perut membuncit, serta kuning yang semakin berat juga perlu mendapatkan perhatian medis. **Apabila bayi mengalami kesulitan bernapas, kebiruan, kejang, tidak mampu menyusu, atau penurunan kesadaran, segera bawa ke instalasi gawat darurat.** Jangan menunggu sampai gejala memburuk karena kondisi bayi dapat berubah dengan cepat.

Perawatan bayi prematur dan BBLR tidak berhenti setelah bayi diperbolehkan pulang dari rumah sakit. Bayi tetap memerlukan kunjungan kontrol teratur untuk menilai pertumbuhan, perkembangan, kemampuan menyusu, serta mendeteksi komplikasi yang mungkin muncul. Pemantauan perkembangan perlu mempertimbangkan usia koreksi pada bayi prematur, terutama dalam menilai pencapaian tonggak perkembangan pada dua tahun pertama kehidupan. Pemeriksaan pendengaran, penglihatan, skrining perkembangan, dan evaluasi kesehatan lainnya dilakukan sesuai indikasi serta rekomendasi dokter. Dukungan keluarga juga penting agar ibu tidak merasa sendirian dalam menjalani proses perawatan dan pemberian nutrisi.

Pada akhirnya, merawat bayi prematur dan BBLR membutuhkan kesabaran, konsistensi, dan kerja sama antara keluarga dengan tenaga kesehatan. Menjaga kehangatan, memberikan nutrisi yang optimal, mencegah infeksi, mengenali tanda bahaya, serta melakukan kontrol rutin merupakan langkah penting untuk mendukung kesehatan bayi. **Bayi prematur dan BBLR bukan berarti tidak dapat tumbuh dengan baik. Dengan perawatan yang tepat sejak awal dan pemantauan berkelanjutan, setiap bayi memiliki kesempatan untuk mencapai potensi pertumbuhan dan perkembangannya.**

Pesan untuk masyarakat: Bayi prematur adalah bayi yang lahir sebelum usia kehamilan 37 minggu, sedangkan BBLR adalah bayi dengan berat lahir kurang dari 2.500 gram. Keduanya membutuhkan perawatan khusus, terutama dalam menjaga suhu tubuh, memastikan kecukupan ASI atau nutrisi sesuai kebutuhan, mencegah infeksi, dan memantau pertumbuhan serta perkembangan. Terapkan metode perawatan kanguru sesuai arahan tenaga kesehatan, lengkapi imunisasi, dan jangan melewatkan jadwal kontrol. Segera cari pertolongan medis jika bayi tidak mau menyusu, mengalami gangguan pernapasan, kejang, atau tampak sangat lemah. Dengan ASI, kehangatan, kasih sayang, dan pemantauan yang tepat, mari dukung bayi prematur dan BBLR agar tumbuh sehat dan berkembang optimal.

Link Kegiatan: https://www.youtube.com/live/cj7PmwmvehU?si=5TL7L570vWyBUMHq

BULETIN EDUKASI
ILMU KESEHATAN ANAK FK UNS – RSUD DR MOEWARDI

Edisi Mei–Agustus 2024

Wujudkan Indonesia Bebas Dengue

Acara	Moewardi Asah Asuh Asih
Topik	Wujudkan Indonesia Bebas Dengue
Narasumber	dr. Husnia Auliyatul Umma, Sp.A,M.Kes
Tanggal	27 Juni 2024
Tempat/Media	R. Live streaming Gd Kenanga Lt.8
Link	https://www.youtube.com/live/S0v8hkZBtFo?si=IKISPcrqv8GFFkA5

Ringkasan Edukasi

Demam dengue merupakan salah satu masalah kesehatan yang masih menjadi perhatian di Indonesia, terutama pada anak-anak. Penyakit ini disebabkan oleh virus dengue yang ditularkan melalui gigitan nyamuk *Aedes aegypti* dan *Aedes albopictus* yang terinfeksi. Infeksi dengue dapat menimbulkan gejala ringan hingga berat, bahkan dapat mengancam jiwa apabila terjadi kebocoran plasma, perdarahan berat, atau gangguan fungsi organ. Oleh karena itu, **mengenali gejala sejak dini, memahami tanda bahaya, dan melakukan pencegahan secara konsisten merupakan langkah penting untuk mewujudkan anak Indonesia bebas dengue.**

Dengue dapat menyerang anak pada berbagai kelompok usia. Gejala umumnya meliputi demam tinggi yang muncul mendadak, sakit kepala, nyeri otot dan sendi, mual, muntah, serta ruam pada kulit. Pada sebagian anak, gejala dapat menyerupai infeksi virus lainnya sehingga perlu dilakukan pemeriksaan oleh tenaga kesehatan untuk menentukan diagnosis. Perlu diketahui bahwa **demam yang mulai turun tidak selalu menandakan anak sudah sembuh**. Pada dengue, fase kritis justru dapat terjadi sekitar saat suhu tubuh mulai turun, umumnya pada hari ketiga hingga ketujuh sejak awal demam. Pada fase ini, sebagian anak berisiko mengalami kebocoran plasma dan gangguan sirkulasi yang memerlukan pemantauan ketat.

Orang tua perlu mengenali tanda bahaya dengue, antara lain nyeri perut hebat atau menetap, muntah terus-menerus, perdarahan dari hidung atau gusi, muntah darah, tinja berwarna hitam, anak tampak sangat lemas atau gelisah, tangan dan kaki terasa dingin, serta penurunan jumlah urine. Kesulitan bernapas, penurunan kesadaran, atau tanda syok juga merupakan kondisi gawat darurat. **Apabila anak mengalami salah satu tanda bahaya tersebut, segera bawa ke instalasi gawat darurat tanpa menunggu demam kembali meningkat.**

Diagnosis dengue ditegakkan berdasarkan penilaian klinis, riwayat perjalanan penyakit, dan pemeriksaan laboratorium sesuai waktu sakit. Pemeriksaan dapat mencakup darah lengkap, hematokrit, trombosit, serta pemeriksaan antigen NS1, pemeriksaan molekuler, atau serologi sesuai indikasi dan hari sakit. Hasil trombosit

yang menurun perlu dinilai bersama kondisi klinis, hematokrit, status hidrasi, dan tanda kebocoran plasma. **Jumlah trombosit saja tidak cukup untuk menentukan derajat keparahan dengue**, sehingga pemantauan klinis dan evaluasi berkala sangat penting.

Penanganan dengue terutama bersifat suportif, dengan perhatian pada kecukupan cairan, pemantauan kondisi umum, dan deteksi dini komplikasi. Anak yang masih dapat minum dan tidak menunjukkan tanda bahaya dapat menjalani perawatan di rumah sesuai anjuran dokter, dengan pemberian cairan yang cukup dan pemantauan suhu, aktivitas, asupan, serta jumlah urine. Parasetamol dapat digunakan untuk membantu menurunkan demam sesuai dosis berdasarkan berat badan. Aspirin dan obat antiinflamasi nonsteroid, seperti ibuprofen, sebaiknya dihindari karena dapat meningkatkan risiko perdarahan. Anak dengan tanda bahaya atau kondisi klinis yang memburuk memerlukan evaluasi segera dan dapat membutuhkan perawatan di rumah sakit serta terapi cairan yang terukur. Antibiotik tidak rutin diperlukan karena dengue disebabkan oleh virus.

Pencegahan dengue perlu dimulai dari lingkungan rumah dan dilakukan secara berkelanjutan. Salah satu langkah utama adalah pemberantasan sarang nyamuk melalui kegiatan **3M Plus**, yaitu menguras dan membersihkan tempat penampungan air, menutup rapat tempat penyimpanan air, serta mendaur ulang atau menyingkirkan barang bekas yang dapat menampung air. Langkah Plus meliputi penggunaan repelan sesuai petunjuk, pemasangan kasa pada jendela, penggunaan pakaian yang melindungi kulit, serta menjaga kebersihan lingkungan. Karena nyamuk *Aedes* aktif menggigit terutama pada pagi dan sore hari, perlindungan terhadap gigitan nyamuk perlu dilakukan sepanjang hari, termasuk di lingkungan sekolah dan tempat bermain anak.

Selain pengendalian nyamuk, vaksinasi dengue dapat menjadi bagian dari strategi pencegahan sesuai rekomendasi nasional, indikasi, usia, dan ketersediaan vaksin. Orang tua perlu berkonsultasi dengan tenaga kesehatan untuk memahami manfaat, keterbatasan, serta persyaratan vaksinasi yang sesuai bagi anak. Vaksinasi tidak menggantikan upaya pemberantasan sarang nyamuk dan perlindungan terhadap gigitan nyamuk. **Pencegahan dengue paling efektif dilakukan melalui kombinasi perlindungan individu, pengendalian lingkungan, edukasi masyarakat, dan pemanfaatan vaksinasi sesuai rekomendasi.**

Keberhasilan upaya pengendalian dengue membutuhkan kerja sama keluarga, sekolah, tenaga kesehatan, dan masyarakat. Orang tua dapat mengajarkan anak untuk menjaga kebersihan lingkungan, menghindari tempat yang berpotensi menjadi sarang nyamuk, serta segera melaporkan keluhan demam kepada orang dewasa. Sekolah dan masyarakat juga dapat berperan melalui kegiatan pemberantasan sarang nyamuk secara rutin dan edukasi kesehatan yang berkelanjutan. Dengan keterlibatan semua pihak, risiko penularan dengue dapat dikurangi dan anak-anak dapat menjalani aktivitas sehari-hari dengan lebih aman.

Pada akhirnya, mewujudkan anak Indonesia bebas dengue bukan hanya tentang mengobati anak yang sakit, tetapi juga tentang mencegah penularan dan membangun kesadaran masyarakat. **Dengue dapat berkembang menjadi penyakit serius, tetapi risikonya dapat dikurangi melalui pencegahan yang konsisten, pengenalan tanda bahaya, dan penanganan yang tepat waktu.** Setiap keluarga memiliki peran penting dalam melindungi anak dari dengue dan menciptakan lingkungan yang lebih sehat.

Pesan untuk masyarakat: Waspadai demam mendadak pada anak dan jangan menganggap demam yang turun selalu berarti penyakit telah membaik. Segera cari pertolongan medis apabila muncul nyeri perut hebat, muntah terus-menerus, perdarahan, anak sangat lemas, tangan dan kaki dingin, atau penurunan kesadaran. Cegah dengue dengan menerapkan 3M Plus, melindungi anak dari gigitan nyamuk, dan berkonsultasi dengan tenaga kesehatan mengenai vaksinasi sesuai rekomendasi. Mulai dari rumah, libatkan sekolah dan masyarakat, serta lakukan pencegahan secara konsisten untuk mewujudkan anak Indonesia bebas dengue.

Link Kegiatan: https://www.youtube.com/live/S0v8hkZBtFo?si=IKISPcrqv8GFFkA5

Edisi Mei–Agustus 2024

Bahaya Infeksi Pernapasan Pada Anak, Bagaimana Mencegahnya?

Acara	Moewardi Asah Asuh Asih
Topik	Bahaya Infeksi Pernapasan Pada Anak, Bagaimana Mencegahnya?
Narasumber	dr. David Anggara P, Sp.A, MH
Tanggal	18 Juli 2024
Tempat/Media	R. Live streaming Gd Kenanga Lt.8
Link	https://www.youtube.com/live/mZbM9JsBr5c?si=Npr-vGxNFKEeth2i

Ringkasan Edukasi

Infeksi saluran pernapasan merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering dialami anak-anak, mulai dari batuk pilek ringan hingga infeksi berat seperti pneumonia. Infeksi ini dapat disebabkan oleh berbagai mikroorganisme, terutama virus dan bakteri, yang menyerang saluran pernapasan bagian atas maupun bawah. Anak-anak lebih rentan mengalami infeksi karena sistem kekebalan tubuhnya masih berkembang dan sering melakukan kontak dekat dengan orang lain di rumah, sekolah, maupun tempat bermain. **Meskipun sebagian besar infeksi pernapasan dapat sembuh dengan baik, beberapa kondisi dapat berkembang menjadi penyakit serius sehingga perlu dikenali dan ditangani sejak dini.**

Infeksi saluran pernapasan atas meliputi pilek, faringitis, dan sebagian kasus laringitis, sedangkan infeksi saluran pernapasan bawah mencakup bronkiolitis dan pneumonia. Gejala yang umum ditemukan antara lain batuk, pilek, demam, sakit tenggorokan, dan penurunan nafsu makan. Pada bayi dan anak kecil, infeksi juga dapat menyebabkan rewel, sulit menyusu, muntah setelah batuk, atau gangguan tidur. Sebagian besar infeksi saluran pernapasan atas disebabkan oleh virus dan dapat membaik dengan perawatan suportif. Namun, infeksi saluran pernapasan bawah dapat menyebabkan gangguan pertukaran oksigen, peningkatan kerja pernapasan, dan komplikasi yang membutuhkan perawatan di rumah sakit.

Orang tua perlu memahami bahwa **tidak semua infeksi pernapasan berbahaya, tetapi tanda gangguan pernapasan tidak boleh diabaikan**. Beberapa tanda yang perlu diwaspadai adalah napas lebih cepat dari biasanya, tarikan dinding dada bagian bawah ke dalam saat menarik napas, cuping hidung kembang-kempis, suara merintih saat bernapas, kesulitan menyusu atau minum, serta aktivitas anak yang menurun. Bibir atau lidah yang tampak kebiruan, jeda napas, kejang, dan penurunan kesadaran merupakan tanda kegawatdaruratan. Apabila anak mengalami tanda-tanda tersebut, segera bawa ke instalasi gawat darurat.

Infeksi saluran pernapasan dapat menular melalui percikan pernapasan ketika seseorang yang terinfeksi batuk, bersin, atau berbicara, serta melalui kontak langsung dengan sekret saluran pernapasan atau tangan dan benda yang terkontaminasi. Risiko penularan dapat meningkat ketika anak berada di ruangan padat dengan ventilasi buruk atau melakukan kontak dekat dengan orang yang sedang sakit. Oleh karena itu, pencegahan infeksi perlu dilakukan secara konsisten, baik di rumah, sekolah, maupun lingkungan masyarakat.

Salah satu langkah pencegahan yang paling sederhana dan efektif adalah **membiasakan mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir**, terutama sebelum makan, setelah menggunakan toilet, setelah batuk atau bersin, dan setelah membersihkan sekret hidung. Anak juga perlu diajarkan menerapkan etika batuk dan bersin dengan menutup mulut serta hidung menggunakan tisu atau lipatan siku, kemudian membuang tisu dan membersihkan tangan. Hindari berbagi alat makan, botol minum, atau barang pribadi yang bersentuhan dengan sekret saluran pernapasan. Apabila anak sedang sakit, batasi kontak dekat dengan bayi, lansia, dan orang dengan kondisi kesehatan yang rentan.

Menjaga kualitas udara di dalam rumah juga berperan penting dalam melindungi kesehatan saluran pernapasan anak. Pastikan ruangan memiliki ventilasi yang baik dan hindari paparan asap rokok, asap pembakaran, serta polusi udara sebisa mungkin. **Rumah dan lingkungan anak harus bebas dari asap rokok**, karena paparan tersebut dapat mengiritasi saluran pernapasan, meningkatkan risiko infeksi, dan memperburuk gejala pada anak yang memiliki asma atau penyakit pernapasan lainnya. Penggunaan masker dapat dipertimbangkan sesuai usia, kondisi anak, dan situasi risiko penularan, dengan memastikan masker digunakan secara aman.

Pencegahan infeksi pernapasan juga dilakukan melalui pemenuhan nutrisi, pemberian ASI, istirahat yang cukup, serta imunisasi sesuai jadwal dan rekomendasi tenaga kesehatan. Imunisasi seperti vaksin influenza, pertusis, campak, pneumokokus, dan *Haemophilus influenzae* tipe b (Hib) dapat membantu mencegah penyakit tertentu yang berpotensi menyebabkan infeksi pernapasan berat. Vaksin lain, termasuk vaksin COVID-19 atau RSV untuk kelompok tertentu, diberikan sesuai indikasi, usia, ketersediaan, dan rekomendasi yang berlaku. Imunisasi tidak mencegah seluruh infeksi pernapasan, tetapi dapat mengurangi risiko penyakit tertentu dan komplikasinya.

Apabila anak mengalami infeksi pernapasan, perawatan di rumah dapat dilakukan sesuai kondisi klinis dan anjuran tenaga kesehatan. Berikan cairan yang cukup, lanjutkan ASI pada bayi, bantu membersihkan hidung dengan larutan salin bila diperlukan, dan pastikan anak mendapatkan istirahat yang cukup. Parasetamol dapat diberikan untuk mengurangi demam atau ketidaknyamanan sesuai dosis berdasarkan berat badan. Antibiotik tidak diperlukan untuk semua infeksi pernapasan karena sebagian besar infeksi saluran pernapasan atas disebabkan oleh virus. **Hindari pemberian antibiotik, obat batuk-pilek, atau obat tradisional secara sembarangan**, terutama pada bayi dan anak kecil, tanpa berkonsultasi dengan tenaga kesehatan.

Pemeriksaan medis diperlukan apabila demam menetap, gejala semakin berat, anak tidak mau minum, jumlah urine berkurang, atau kondisi umum memburuk. Bayi berusia kurang dari tiga bulan dengan suhu tubuh 38°C atau lebih perlu segera mendapatkan evaluasi medis. Anak dengan penyakit kronis, gangguan kekebalan tubuh, riwayat prematuritas, atau penyakit jantung dan paru juga memerlukan perhatian khusus karena memiliki risiko komplikasi yang lebih tinggi.

Pada akhirnya, mencegah infeksi saluran pernapasan pada anak membutuhkan kerja sama keluarga, sekolah, tenaga kesehatan, dan masyarakat. Kebiasaan mencuci tangan, etika batuk, imunisasi, nutrisi yang baik, ventilasi yang memadai, serta lingkungan bebas asap rokok merupakan langkah penting untuk mengurangi risiko infeksi. **Dengan mengenali tanda bahaya dan mencari pertolongan medis tepat waktu, orang tua dapat membantu mencegah komplikasi dan melindungi tumbuh kembang anak.**

Pesan untuk masyarakat: Kenali gejala infeksi pernapasan pada anak dan jangan mengabaikan tanda seperti napas cepat, sesak, tarikan dinding dada ke dalam, kesulitan minum, atau anak tampak sangat lemas. Biasakan mencuci tangan, menerapkan etika batuk dan bersin, melengkapi imunisasi, memberikan nutrisi yang baik, serta menjaga lingkungan tetap bersih dan bebas asap rokok. Hindari pemberian antibiotik tanpa anjuran dokter. Cegah penularan, kenali tanda bahaya, dan tangani infeksi sejak dini untuk mewujudkan anak Indonesia yang sehat dan terlindungi.

Link Kegiatan: https://www.youtube.com/live/mZbM9JsBr5c?si=Npr-vGxNFKEeth2i

BULETIN EDUKASI
ILMU KESEHATAN ANAK FK UNS – RSUD DR MOEWARDI

Edisi Mei–Agustus 2024

Awas, bahaya konsumsi minuman kemasan berlebih pada ginjal anak

Acara	Live streaming Secangkir Kopi Hangat
Topik	Awas, bahaya konsumsi minuman kemasan berlebih pada ginjal anak
Narasumber	dr. Agustina Wulandari, Sp.A(K),M.Kes
Tanggal	23 Juli 2024
Tempat/Media	R. Live streaming Gd Kenanga Lt.8
Link	https://www.youtube.com/live/VjZ1fEY_61Y?si=Lm9UIMSFqkJ9Lnn3

Ringkasan Edukasi

Minuman kemasan merupakan produk yang mudah ditemukan dan sering dikonsumsi anak-anak, mulai dari teh manis dalam kemasan, minuman bersoda, minuman rasa buah, hingga minuman dengan tambahan gula lainnya. Rasanya yang manis dan kemasannya yang menarik membuat minuman tersebut disukai anak-anak. Namun, konsumsi secara berlebihan dapat meningkatkan risiko berbagai masalah kesehatan, terutama apabila minuman manis menggantikan air putih sebagai sumber cairan utama. **Konsumsi minuman kemasan tinggi gula secara berlebihan tidak secara langsung berarti menyebabkan gagal ginjal, tetapi dapat meningkatkan risiko gangguan kesehatan yang dalam jangka panjang turut memengaruhi fungsi ginjal.**

Ginjal merupakan organ penting yang berfungsi menyaring darah, membuang zat sisa metabolisme melalui urine, serta menjaga keseimbangan cairan dan elektrolit dalam tubuh. Pada anak, fungsi ginjal yang optimal juga mendukung proses pertumbuhan dan perkembangan. Konsumsi minuman kemasan perlu diperhatikan karena kandungan di dalamnya bervariasi, mulai dari gula tambahan, natrium, kafein pada produk tertentu, hingga bahan tambahan lainnya. Dampak terhadap kesehatan bergantung pada jenis minuman, jumlah yang dikonsumsi, frekuensi konsumsi, serta kondisi kesehatan anak.

Salah satu masalah yang dapat timbul akibat konsumsi minuman manis berlebihan adalah peningkatan risiko berat badan berlebih dan obesitas. Asupan gula tambahan yang tinggi dapat meningkatkan total asupan energi harian tanpa memberikan rasa kenyang yang optimal. Jika berlangsung terus-menerus, kondisi ini dapat meningkatkan risiko resistansi insulin, diabetes melitus tipe 2, dan hipertensi. **Obesitas, diabetes, dan hipertensi merupakan faktor risiko penting penyakit ginjal kronis**, sehingga kebiasaan mengonsumsi minuman tinggi gula sejak masa kanak-kanak perlu dicegah untuk melindungi kesehatan anak dalam jangka panjang.

Selain kandungan gula, orang tua perlu memperhatikan kandungan natrium pada minuman kemasan tertentu. Asupan natrium yang berlebihan dapat berkontribusi terhadap peningkatan tekanan darah pada sebagian individu, terutama jika disertai pola makan tinggi garam. Tekanan darah tinggi yang berlangsung lama dapat merusak pembuluh darah, termasuk pembuluh darah kecil di ginjal. Namun, tidak semua minuman kemasan mengandung natrium dalam jumlah tinggi sehingga orang tua perlu membaca label informasi nilai gizi sebelum memilih produk.

Minuman bersoda jenis tertentu juga dapat mengandung gula dalam jumlah tinggi, sedangkan minuman energi atau minuman berkafein dapat menimbulkan efek yang tidak diinginkan pada anak. Konsumsi kafein dapat menyebabkan gangguan tidur, jantung berdebar, gelisah, atau keluhan lainnya. Sementara itu, konsumsi minuman berpemanis secara berlebihan dapat meningkatkan risiko karies gigi dan menggeser konsumsi makanan bergizi maupun air putih. Oleh karena itu, **tidak semua minuman kemasan memiliki risiko yang sama, tetapi air putih tetap menjadi pilihan utama untuk memenuhi kebutuhan cairan sehari-hari pada anak sehat.**

Orang tua juga perlu memahami bahwa konsumsi minuman manis bukan satu-satunya penyebab penyakit ginjal pada anak. Penyakit ginjal dapat disebabkan oleh berbagai kondisi, seperti kelainan bawaan ginjal dan saluran kemih, penyakit glomerulus, infeksi tertentu, atau penyakit sistemik. Karena itu, anak yang mengalami gangguan ginjal tidak boleh langsung dianggap menderita penyakit akibat minuman kemasan. Upaya pencegahan sebaiknya dilakukan melalui pola hidup sehat secara menyeluruh, termasuk pengaturan asupan gula dan garam, aktivitas fisik yang cukup, serta pemantauan pertumbuhan dan tekanan darah.

Untuk melindungi kesehatan ginjal anak, orang tua dapat mulai membiasakan anak minum air putih sejak dini dan membatasi minuman dengan tambahan gula. Biasakan menyediakan air putih ketika makan, membawa botol minum sendiri saat sekolah atau bepergian, serta menjadikan air putih sebagai pilihan utama ketika anak merasa haus. Minuman berpemanis sebaiknya tidak diberikan sebagai pengganti air putih secara rutin. Orang tua juga perlu membiasakan diri membaca label komposisi dan informasi nilai gizi, terutama kandungan gula total, gula tambahan bila dicantumkan, natrium, dan kafein pada produk tertentu. **Pilihan minuman yang sehat sejak kecil membantu membentuk kebiasaan yang bermanfaat bagi kesehatan ginjal dan metabolisme anak hingga dewasa.**

Selain memperhatikan minuman, kesehatan ginjal juga perlu dijaga melalui konsumsi makanan bergizi seimbang, aktivitas fisik teratur, tidur yang cukup, dan pemeliharaan berat badan yang sehat. Anak perlu mendapatkan cairan sesuai usia, aktivitas, suhu lingkungan, dan kondisi kesehatannya. Kebutuhan cairan dapat meningkat ketika anak demam, muntah, diare, atau beraktivitas di cuaca panas. Pada anak dengan penyakit ginjal atau kondisi medis tertentu, kebutuhan cairan harus mengikuti anjuran dokter karena sebagian anak justru memerlukan pembatasan cairan.

Orang tua perlu mengenali tanda-tanda yang memerlukan evaluasi medis, seperti pembengkakan pada kelopak mata atau kaki, urine berdarah atau berbusa secara menetap, perubahan jumlah urine yang nyata, tekanan darah tinggi, serta gangguan pertumbuhan. Gejala tersebut tidak selalu menunjukkan penyakit ginjal, tetapi perlu diperiksa untuk mengetahui penyebabnya. Apabila anak tidak mengeluarkan urine, mengalami sesak napas, atau penurunan kesadaran, segera bawa ke instalasi gawat darurat.

Pada akhirnya, menjaga kesehatan ginjal anak tidak hanya dilakukan dengan menghindari minuman tertentu, tetapi juga dengan membangun pola hidup sehat secara konsisten. **Minuman kemasan tidak semuanya berbahaya, tetapi konsumsi minuman tinggi gula secara berlebihan perlu dibatasi.** Dengan membiasakan minum air putih, memilih produk dengan lebih bijak, memenuhi kebutuhan nutrisi, dan

menjaga berat badan serta tekanan darah, orang tua dapat membantu mengurangi faktor risiko penyakit ginjal dan mendukung tumbuh kembang anak secara optimal.

Pesan untuk masyarakat: Batasi konsumsi minuman kemasan tinggi gula dan jadikan air putih sebagai pilihan utama untuk memenuhi kebutuhan cairan anak. Biasakan membaca label informasi nilai gizi, perhatikan kandungan gula, natrium, dan kafein, serta hindari memberikan minuman energi kepada anak. Dukung kesehatan ginjal melalui pola makan seimbang, aktivitas fisik teratur, dan pemantauan pertumbuhan serta tekanan darah. Jika anak mengalami pembengkakan, perubahan urine, atau gangguan pertumbuhan, konsultasikan kepada tenaga kesehatan. Lindungi ginjal anak sejak dini dengan pilihan minuman yang lebih sehat, karena kebiasaan baik hari ini merupakan investasi bagi kesehatan mereka di masa depan.

Link Kegiatan: https://www.youtube.com/live/VjZ1fEY_61Y?si=Lm9UIMSFqkJ9Lnn3

Edisi Mei–Agustus 2024

Perawatan Bayi Pasca Melahirkan

Acara	Moewardi Asah Asuh Asih
Topik	Perawatan Bayi Pasca Melahirkan
Narasumber	Dr.dr. Dwi Hidayah, Sp.A(K),M.Kes
Tanggal	22 Agustus 2024
Tempat/Media	R. Live streaming Gd Kenanga Lt.8
Link	https://www.youtube.com/live/voKfOfhg86k?si=CpPGye81wU69zdxn

Ringkasan Edukasi

Masa setelah persalinan merupakan periode penting bagi bayi baru lahir untuk beradaptasi dengan kehidupan di luar rahim. Pada masa ini, bayi membutuhkan perawatan yang tepat untuk menjaga suhu tubuh, memastikan kecukupan nutrisi, mencegah infeksi, serta mendukung tumbuh kembangnya. Orang tua perlu memahami bahwa **perawatan bayi baru lahir tidak hanya berfokus pada kebersihan, tetapi juga mencakup pemberian ASI, pemantauan kondisi kesehatan, dan pemenuhan kebutuhan dasar bayi.**

Salah satu langkah penting segera setelah bayi lahir adalah melakukan kontak kulit ke kulit antara ibu dan bayi, apabila kondisi keduanya memungkinkan. Kontak ini membantu menjaga suhu tubuh bayi, mendukung ikatan emosional, serta mempermudah proses menyusu pertama. Inisiasi menyusu dini dianjurkan dengan membiarkan bayi mencari dan mulai menyusu pada payudara ibu sesegera mungkin setelah lahir, selama kondisi ibu dan bayi stabil. Bayi juga perlu dikeringkan dan dijaga tetap hangat, sementara tindakan rutin yang tidak mendesak sebaiknya tidak mengganggu proses menyusu dan kontak kulit ke kulit.

Air susu ibu (ASI) merupakan nutrisi terbaik bagi sebagian besar bayi baru lahir. Pemberian ASI eksklusif dianjurkan sejak lahir hingga usia enam bulan, tanpa tambahan air putih, madu, susu formula, atau makanan lain, kecuali terdapat indikasi medis. Kolostrum, yaitu ASI pertama yang berwarna kekuningan, kaya akan zat kekebalan dan sangat bermanfaat bagi bayi. Bayi sebaiknya disusui sesuai tanda lapar, seperti membuka mulut, menjulurkan lidah, atau mencari puting. Menangis merupakan tanda lapar yang relatif terlambat. Pada minggu-minggu awal, bayi umumnya menyusu sekitar 8–12 kali dalam 24 jam, meskipun frekuensinya dapat berbeda pada setiap bayi. Apabila bayi sulit melekat pada payudara, menyusu sangat lemah, atau ibu mengalami kesulitan menyusui, mintalah bantuan tenaga kesehatan.

Menjaga kehangatan bayi juga sangat penting karena bayi baru lahir mudah kehilangan panas tubuh. Kenakan pakaian yang nyaman, sesuaikan dengan suhu lingkungan, dan hindari paparan udara dingin berlebihan. Bayi dapat menggunakan topi atau selimut sesuai kebutuhan, tetapi saat tidur selimut longgar dan benda-benda lain tidak boleh berada di area tidurnya. Mandikan bayi ketika kondisinya stabil dan suhu tubuhnya terjaga; mandi pertama dapat ditunda setidaknya 24 jam setelah lahir bila memungkinkan. Tali pusat harus dijaga

bersih dan kering, tidak diberi bedak, minyak, ramuan, atau bahan tradisional lainnya. Apabila tali pusat terkena kotoran, bersihkan dengan air bersih dan keringkan secara hati-hati. Hindari menarik tali pusat, dan biarkan lepas dengan sendirinya.

Kebersihan tangan merupakan langkah sederhana untuk mencegah infeksi. Orang tua dan siapa pun yang akan menyentuh bayi perlu mencuci tangan terlebih dahulu. Hindari kontak dengan orang yang sedang sakit, paparan asap rokok, serta kebiasaan mencium bayi di area wajah dan tangan, terutama jika orang tersebut sedang mengalami infeksi. Bayi juga memerlukan perawatan mata, kulit, dan area popok secara lembut. Ganti popok ketika basah atau kotor, bersihkan dari arah depan ke belakang, dan keringkan kulit sebelum memasang popok baru. Tidak semua produk perawatan kulit diperlukan; penggunaan produk sebaiknya sederhana dan disesuaikan dengan kondisi kulit bayi.

Tidur yang aman merupakan bagian penting dari perawatan bayi baru lahir. **Bayi sebaiknya selalu ditidurkan dalam posisi telentang**, baik saat tidur siang maupun malam. Gunakan permukaan tidur yang rata, kokoh, dan tidak miring. Hindari bantal, guling, boneka, selimut longgar, serta benda lain di tempat tidur bayi. Bayi dianjurkan tidur di kamar yang sama dengan orang tua, tetapi pada permukaan tidur terpisah. Hindari tidur bersama bayi di sofa atau kursi karena meningkatkan risiko bayi terjepit atau mengalami gangguan pernapasan. Posisi tengkurap hanya dilakukan saat bayi terjaga dan dalam pengawasan orang dewasa.

Selain perawatan sehari-hari, bayi baru lahir memerlukan pemantauan kesehatan secara berkala. Orang tua perlu memperhatikan kemampuan menyusu, aktivitas, warna kulit, suhu tubuh, pola napas, serta jumlah urine dan tinja. Pada hari-hari pertama, jumlah popok basah biasanya meningkat secara bertahap. Berat badan bayi juga perlu dipantau karena penurunan berat badan awal dapat terjadi, tetapi penurunan yang berlebihan atau tidak diikuti kenaikan yang sesuai perlu dievaluasi oleh tenaga kesehatan. Pemeriksaan bayi baru lahir membantu mendeteksi masalah sejak dini, termasuk gangguan menyusu, ikterus atau kuning, infeksi, dan kelainan bawaan. Orang tua juga perlu memastikan bayi memperoleh imunisasi dan skrining bayi baru lahir sesuai rekomendasi serta jadwal pelayanan kesehatan.

Orang tua harus segera membawa bayi ke fasilitas kesehatan apabila ditemukan tanda bahaya. Tanda tersebut meliputi bayi tidak mau menyusu atau kemampuan menyusu menurun drastis, napas cepat atau sulit bernapas, tarikan dinding dada, bibir kebiruan, kejang, suhu tubuh 38°C atau lebih, suhu tubuh terlalu rendah, bayi sangat lemas atau sulit dibangunkan, serta muntah berwarna hijau. Kuning yang muncul dalam 24 jam pertama setelah lahir, kuning yang semakin berat hingga telapak tangan atau kaki, atau kuning disertai bayi sulit menyusu juga memerlukan pemeriksaan segera. Kemerahan yang meluas di sekitar tali pusat, nanah, atau perdarahan yang tidak berhenti perlu dinilai oleh tenaga kesehatan. Pada bayi baru lahir, kondisi dapat memburuk dengan cepat sehingga orang tua tidak sebaiknya menunggu gejala menghilang sendiri.

Perawatan bayi pasca melahirkan merupakan proses belajar bagi orang tua dan keluarga. Dukungan pasangan, keluarga, bidan, perawat, dan dokter sangat membantu, terutama dalam proses menyusui, menjaga kebersihan, mengenali tanda bahaya, serta mengatasi kekhawatiran selama masa awal kehidupan bayi. Orang tua tidak perlu ragu untuk bertanya apabila belum memahami cara merawat bayi. Informasi yang benar dan dukungan yang tepat dapat membantu keluarga memberikan perawatan yang aman dan penuh kasih sayang.

Pada akhirnya, setiap bayi berhak mendapatkan awal kehidupan yang sehat melalui perawatan yang hangat, aman, dan sesuai kebutuhan. **Memberikan ASI, menjaga kehangatan, menerapkan tidur aman, mencegah infeksi, memenuhi jadwal pemeriksaan, dan mengenali tanda bahaya merupakan langkah penting untuk melindungi kesehatan bayi baru lahir.**

Pesan untuk masyarakat: Rawat bayi baru lahir dengan penuh kasih sayang dan berdasarkan anjuran tenaga kesehatan. Berikan ASI sesering yang dibutuhkan bayi, jaga kebersihan dan kehangatannya, pastikan posisi tidur telentang di tempat tidur yang aman, serta jangan lewatkan pemeriksaan dan imunisasi sesuai jadwal. Kenali tanda bahaya dan segera cari pertolongan apabila bayi tampak tidak sehat. Perawatan yang tepat sejak hari pertama merupakan fondasi penting bagi tumbuh kembang bayi di masa depan.

Link Kegiatan: https://www.youtube.com/live/voKfOfhg86k?si=CpPGye81wU69zdxn