



Mencegah Penyakit dan Kecelakaan Pada Balita Bagaimana Pertolongan pertamanya ?



Direktorat Pembinaan Pendidikan Anak Usia Dini
Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini Nonformal dan Informal
Kementerian Pendidikan Nasional
Tahun 2011

Milik Negara
Tidak Diperjualbelikan





Mencegah Penyakit dan Kecelakaan Pada Balita Bagaimana Pertolongan Pertamanya ?

dr. Soedjatmiko, MD, SpA





Bab 1 BAGAIMANA MENCEGAH PENYAKIT ANAK ?

Bagaimana menjaga kebersihan balita agar tidak tertular penyakit ?

- Mandikan dengan sabun 2 kali sehari.
- Cuci rambut dengan sampo 3 kali seminggu.
- Cuci tangannya dengan sabun sebelum makan, setelah buang air besar, buang air kecil, dan setelah bermain.





- Jaga kebersihan telinga anak.
- Gunting kuku tangan dan kuku kaki jika panjang.
- Ajari buang air besar dan kecil di WC.
- Jaga kebersihan pakaian, mainan, dan tempat tidur.
- Jaga kebersihan perlengkapan makan dan minum.

Bagaimana menjaga kebersihan lingkungan agar anak tidak mudah sakit ?

- Jauhkan anak dari asap rokok, asap dapur, asap sampah, dan polusi kendaraan bermotor.
- Buang air besar dan kecil di kakus.
- Bersihkan rumah dan lingkungan anak bermain dari debu dan sampah.
- Semua balita sebaiknya tidur di dalam kelambu.
- Untuk daerah endemis malaria, balita harus tidur di dalam kelambu antinyamuk (mengandung insektisida





Hindarkan: debu, asap rokok, asap dapur

Bagaimana mencegah penularan penyakit?

Bila di dalam rumah ada yang sedang batuk pilek,

- Jangan batuk atau bersin di dekat anak
- Tutup hidung dan mulut ketika batuk dan bersin
- Sebaiknya memakai tutup hidung dan mulut
- Mencuci tangan dengan sabun sebelum menyentuh bayi dan balita
- Buka jendela dan pintu rumah agar cahaya matahari dan udara bersih bisa masuk ke dalam rumah



Bila di dalam rumah ada yang sedang muntah mencret



- Biasakan buang air di kakus atau jamban
- Bilas kakus atau jamban dengan air dan sabun
- Cebok dengan air dan sabun
- Cuci tangan dengan air dan sabun
- Segera bersihkan dengan air dan sabun benda-benda atau lantai yang terkena tinja

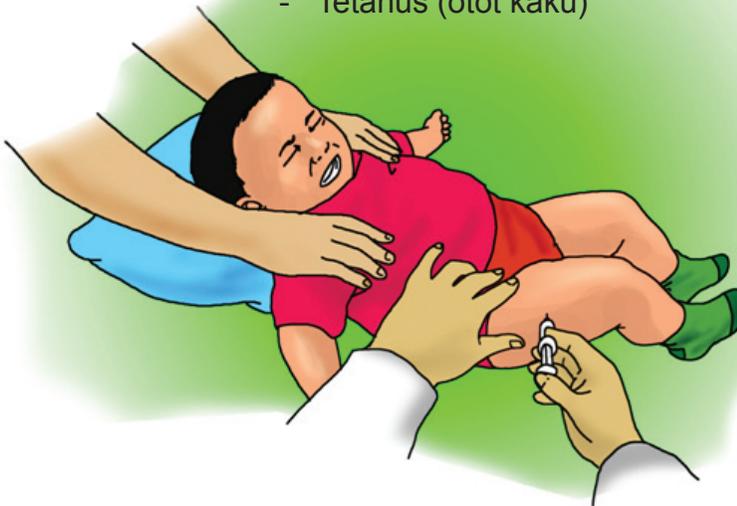
atau muntahan

- Basmi lalat yang dapat menyebarkan kuman muntah mencret

Perluah imunisasi untuk bayi?

Bayi harus di imuniasi sesuai jadwal, karena imunisasi melindungi anak dari penyakit berbahaya. Imunisasi dapat mencegah cacat dan kematian anak.

- Polio : Mencegah polio (lumpuh layuh pada tungkai kaki & lengan tangan)
- Hepatitis B : Mencegah hepatitis B (kerusakan hati)
- BCG : Mencegah TBC/Tuberkulosis (sakit paru-paru)
- DPT : Mencegah:
 - Difteri (penyumbatan jalan napas dan gangguan fungsi jantung)
 - Batuk rejan (batuk 100 hari)
 - Tetanus (otot kaku)



- Campak : Mencegah campak (radang paru, radang otak, & kebutaan)
- Mintalah imunisasi dasar lengkap sesuai jadwal di fasilitas pelayanan kesehatan.

Bagaimana Jadwal Imunisasi bayi ?

- 0 bulan Hepatitis B (HB) 0
- 1 bulan BCG, Polio 1
- 2 bulan DPT/HB 1, Polio 2
- 3 bulan DPT/HB 2, Polio 3
- 4 bulan DPT/HB 3, Polio 4
- 9 bulan Campak

Perluakah kapsul vitamin A ?

Vitamin A dapat memperkuat kekebalan tubuh balita terhadap beberapa penyakit

- Mintalah kapsul vitamin A pada bulan Februari dan Agustus di Posyandu.

- Ada dua jenis kapsul vitamin A:
 - o Untuk anak umur 6 – 11 bulan. Berikan 1 kali setahun.
 - o Untuk anak umur 1 – 5 tahun. Berikan 2 kali setahun



Beri vitamin A

Perawatan Gigi

- Jika giginya belum tumbuh, bersihkan gusinya tiap selesai menyusui dengan kain yang dibasahi air hangat.
- Jika sudah tumbuh, gosok giginya dengan odol dan sikat gigi kecil sesudah sarapan dan sebelum tidur.
- Tanyakan petugas cara menggosok gigi.
- Ajari anak menggosok gigi sendiri.
- Jangan biasakan makan yang manis dan lengket.
- Periksa tiap 6 bulan sekali ke puskesmas atau dokter gigi.





Bab 2. BAGAIMANA MENCEGAH KECELAKAAN BALITA?

Ketika menggendong balita :

- Hati-hati melewati lantai yang licin atau tangga
- Hati-hati berjalan di tanah yang basah dan licin





Ketika orangtua sibuk bekerja

- Jangan membiarkan balita bermain sendiri: di dekat api, kompor menyala, di dekat sumur, kolam, sungai jalan raya, di dekat tangga dan jendela rumah bertingkat



- Jangan melakukan pekerjaan yang berbahaya di depan anak yang dapat ditinggalkan anak : misalnya memotong menggunakan pisau, gunting, parang, arit, membakar, mengotak-atik colokan listerik, kabel listerik

Ketika anak bermain

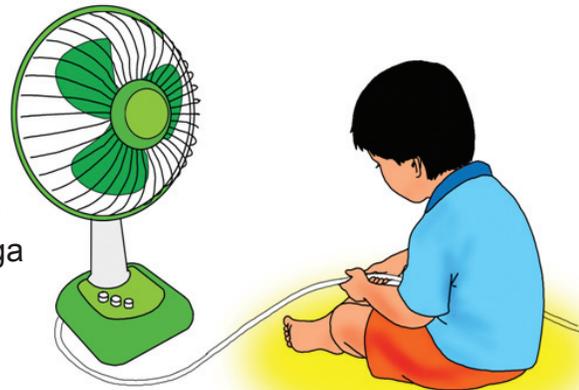
- Jauhkan dari benda berbahaya yang bisa disangka makanan/minuman : Obat tablet, obat sirup, kamper, racun tikus, racun serangga, pupuk, bensin, minyak tanah, solar, sabun/deterjen, pembersih lantai, pengencer cat dan bahan kimia lainnya
- Jauhkan dari benda tajam
Pisau, gunting, silet, jarum, peniti, paku, paku payung, garpu, parang, arit dll.
- Jauhkan dari benda panas:
Kompur, setrika, termos berisi air panas, panci berisi masakan panas, lampu minyak tanah, mesin dan knalpot sepeda motor yang masih panas dll



- Jauhkan dari benda yang mudah pecah
Gelas, piring, mangkok, kaca, cermin, vas bunga, stoples
dll



- Jauhkan dari lantai yang basah atau licin
- Jauhkan dari sumber listrik
Colokan listrik, kabel listrik terpasang
- Jauhkan dari benda yang mudah bergerak yang bisa mencederai anak
Pintu, kipas angin, mesin jahit, laci tidak terkunci
- Jauhkan mainan yang mudah pecah atau mudah lepas menjadi bagian kecil, sehingga mudah tertelan anak





Bab 3

Pertolongan pertama kecelakaan dan penyakit pada anak

Obat yang Harus Disediakan di Rumah

- Obat merah (Povidon Iodine) untuk luka.
- Oralit untuk diare.
- Parasetamol untuk demam dan nyeri
- Kasa dan plester





Terjatuh

- Anak segera di peluk, dihibur dan ditenangkan
- Ketika sedang menangis kuat jangan diberi minum, bisa tersedak
- Periksa adakah bagian yang bengkak atau luka
- Bila ada yang bengkak boleh dikompres dengan air hangat atau minyak telon bayi
- Bila bengkaknya besar atau balita sangat kesakitan, segera bawa ke petugas kesehatan



• Bila ada luka berdarah oleskan obat luka, kemudian tutup dengan kasa

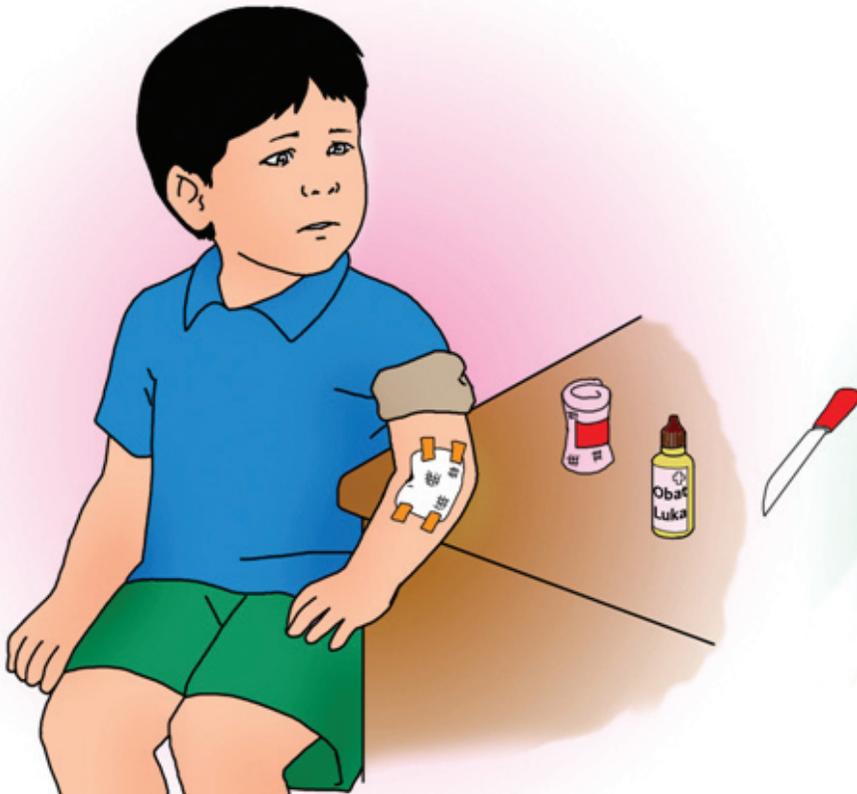
- Bila luka besar atau perdarahan terus berlanjut segera bawa ke petugas kesehatan

- Bila bayi sering muntah, rewel atau tidur terus menerus segera bawa ke petugas kesehatan



Tertusuk atau tersayat benda tajam

- Anak segera dipeluk, dihibur dan ditenangkan
- Hentikan perdarahan dengan menekan pinggir luka dengan kain bersih
- Bersihkan luka dengan obat luka
- Tutup luka dengan kasa
- Bila nyeri, minumkan obat penghilang rasa nyeri (misalnya : parasetamol)
- Bila beberapa hari kemudian keluar cairan keruh dari luka, segera bawa ke petugas kesehatan





Terkena api atau benda panas

- Anak segera dipeluk, dihibur dan ditenangkan
- Matikan api dengan air bersih atau singkirkan benda panas
- Kalau ada pakaian yang terbakar segera disobek atau dipotong, agar kulit dibawahnya bisa di dinginkan dan diobati
- Segera siram dengan air dingin matang bagian yang terkena benda panas
- Hibur dan tenangkan anak



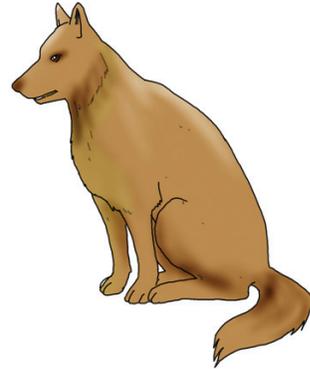
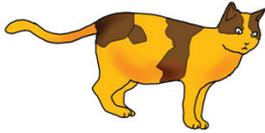


- Siram terus menerus dengan air dingin matang sampai rasa panas hilang
- Setelah rasa panas dan nyeri banyak berkurang, boleh oleskan obat luka
- Jangan diolesi dengan cairan atau bahan-bahan bukan obat luka
- Bila masih minum ASI segera berikan ASI
- Berikan minuman manis agar anak tidak kekurangan cairan
- Minumkan obat penghilang rasa nyeri
- Kalau timbul gelembung-gelembung jangan dipecahkan, olesi dengan obat luka
- Bila bagian yang terkena api atau benda panas sangat luas, meliputi wajah, leher, dada, perut, tangan kaki, jari jemari, segera bawa ke rumah sakit

Digigit binatang

- Anak segera dipeluk, dihibur, dan ditenangkan.
- Hentikan perdarahan dengan menekan pinggir luka dengan tangan bersih atau kain bersih
- Bersihkan bekas gigitan dan sekitarnya dengan air sabun
- Oleskan obat luka di dalam luka dan sekitarnya
- Bila yang menggigit adalah binatang berbisa (misalnya ular, kalajengking) , atau anjing, kucing, segera bawa ke petugas kesehatan terdekat, untuk mendapat obat tambahan.





Luka dicuci

Hidung kemasukan benda kecil

- Segera anak dipeluk, ditenangkan, dihibur
- Anak dipangku, tetap duduk, jangan berbaring
- Tekan lubang hidung anak yang tidak ada benda tersebut, minta anak bersin sekuat-kuatnya, sampai benda keluar
- Hidung jangan dikorek-korek, karena akan mendorong benda tersebut ke dalam
 - Bila tidak bisa keluar, bawa ke petugas kesehatan terdekat





Hidung berdarah (mimisan)

- Anak segera dipeluk, dihibur, ditenangkan
- Baringkan anak, miringkan sesuai lubang hidung yang berdarah
- Tekan bagian hidung yang mengeluarkan darah dengan tangan bersih sampai darah berhenti
- Bila ada, kompres dgn es sisi hidung yang mengeluarkan darah



Mata kemasukan debu (kelilipan)

- Anak segera dipeluk, dihibur, ditenangkan
- Biarkan anak memejamkan mata sambil diajak bicara
- Mata jangan digosok-gosok karena dapat melukai mata
- Setelah anak tenang, coba membuka mata perlahan-lahan





- Air mata yang mengalir akan membantu mengeluarkan debu
- Kalau anak kesakitan atau mata berdarah segera bawa ke fasilitas kesehatan terdekat



Demam

- Jika masih menyusui, berikan ASI lebih sering.
- Beri minum lebih sering dan lebih banyak.
- Jangan diselimuti atau diberi baju tebal.
- Kompres dengan air biasa atau air hangat.
- Jangan kompres dengan air dingin karena anak bisa menggigil.

Banyak Minum



- Jika demam tinggi, beri obat penurun panas sesuai dosis.
- Untuk daerah endemis malaria, balita harus tidur di dalam kelambu antinyamuk (mengandung insektisida).



Anak demam harus segera dibawa ke fasilitas pelayanan kesehatan jika:

- Demam disertai kejang.
- Demam tidak turun dalam 2 hari.
- Demam disertai bintik-bintik merah, perdarahan di hidung, dan atau buang air besar berwarna hitam.

Batuk pilek

- Jika masih menyusui, berikan ASI lebih sering.
- Beri minum air matang atau jus buah lebih banyak.
- Jauhkan dari debu, bulu, serbuk, asap rokok, asap dapur, dan asap pembakaran sampah.

Anak batuk harus dibawa ke fasilitas pelayanan kesehatan jika:

- Batuk pilek tidak sembuh dalam 2 hari.
- Anak sesak napas.
- Demam

Mencret – muntah

- Berikan segera cairan oralit setelah anak mencret atau muntah
- Jika tidak ada oralit, berikan air matang, kuah sayur, atau air tajin.
- Jika anak masih menyusui, terus berikan ASI dan MP-ASI.





- Jangan beri obat apapun kecuali dari petugas kesehatan.

Segera bawa ke fasilitas pelayanan kesehatan jika:

- Timbul demam.
- Ada darah di dalam tinja.v
- Diare makin parah.
- Muntah terus menerus.
- Anak terlihat sangat haus.
- Anak tidak mau makan dan minum.

Koreng:

- Bersihkan dengan air hangat setiap pagi dan sore
- Oleskan obat luka pagi, siang, sore
- Bila membengkak, kemerahan, keluar cairan putih kekuningan kental, berbau atau demam, anak dibawa ke petugas kesehatan terdekat







Direktorat Pembinaan Pendidikan Anak Usia Dini
Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini Nonformal dan Informal
Kementerian Pendidikan Nasional
Tahun 2011