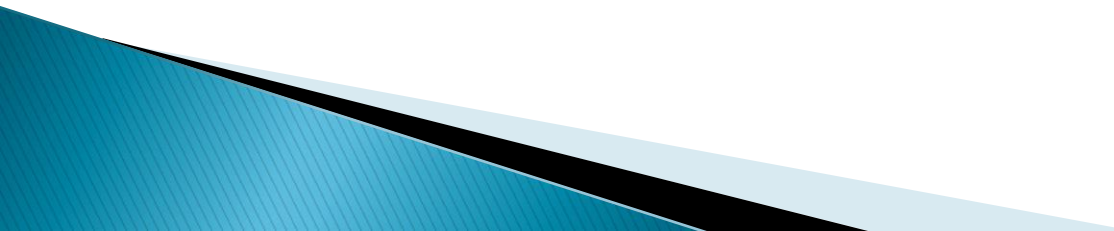
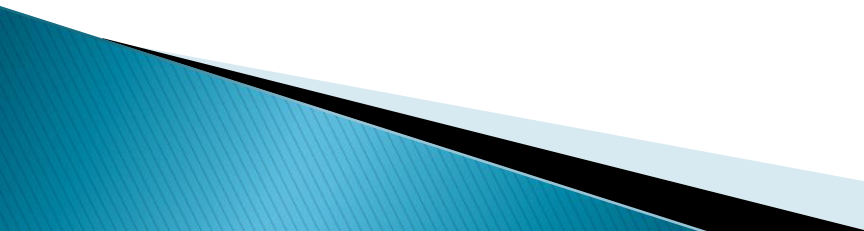


PERENCANAAN SEHAT

**BIDANG KESEHATAN KELUARGA DAN
LINGKUNGAN**

PERENCANAAN SEHAT

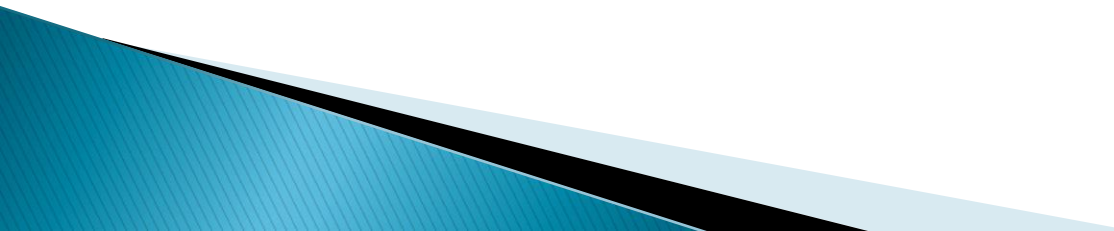
- ▶ Pemahaman dan kesertaan dalam program KB
 - ▶ Menuju keluarga berkualitas
 - ▶ Meningkatkan kemampuan perencanaan kehidupan keluarga ,mengatur keuangan, menabung untuk keseimbangan pemasukan dan pengeluaran keluarga
- 

- ▶ Dalam mencegah gizi buruk dan stunting Perencanaan sehat menjadi sangat penting karena masing-masing kegiatan yang ada yang saling berkaitan, termasuk berhubungan dengan PHBS dan Keadaan Lingkungan.
 - ▶ Pola perencanaan sehat ini seharusnya dimulai dari Remaja Putri Yang nantinya akan Hamil dan melahirkan anak.
 - ▶ Saat ini yang diinterfensi masih ibu hamil dan balita yang diperkirakan gizi buruk ataupun stunting
- 

Alur perencanaan sehat



Persiapan Calon Ibu (Remaja Putri)

- Remaja putri yang terindikasi Hb rendah diberi tablet tambah darah, bubur kacang hijau, Susu
 - BerPHBS dengan CERDIK(Cek kesehatan secara rutin, Enyahkan asap rokok, Rutin Olah raga, Diet seimbang, Istirahat cukup, Kelola stres)
 - Makan buah dan sayur
 - Cuci tangan pakai sabun
- 

Status Kesehatan Reproduksi

- Pendewasaan usia Perkawinan
Wanita 21 tahun, Pria 25 tahun

Perencanaan Keuangan

Diharapkan saat menikah sudah bisa mengatur keuangan keluarga (pemasukan dan Pengeluaran)

Status Kesehatan Ibu Hamil

- 1000 Hari Pertama Kehidupan
- Periksa kehamilan ke Posyandu / Faskes minimal 4 kali masa kehamilan
- Wajib punya buku KIA
- Punya Tabulin
- Pemberian tablet tambah darah
- Suntik TT

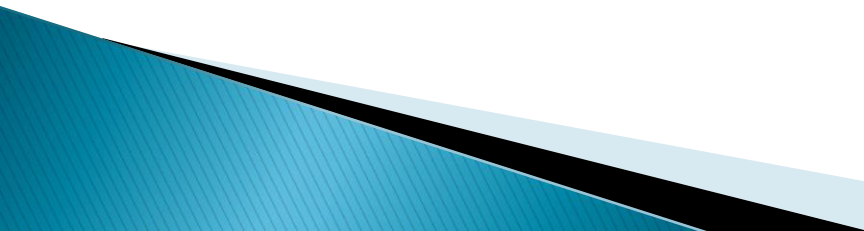
Persalinan yang aman

- Suami siaga
- Persiapan Ambulance desa
- Pendonor darah apabila diperlukan
- Ikut Program KB
- Setelah bayi lahir , ditimbang di Posyandu

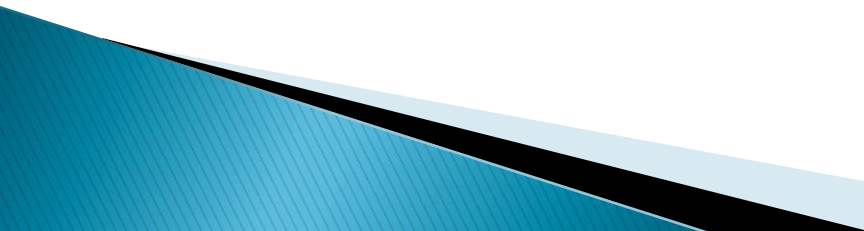
Pemberian ASI dan PMT

- Saat bayi sudah lahir harus segera diberi ASI ,inisiasi menyusui dini.
- Pemberianasi Eksklusif sampai 6 bulan, dan setelah 6 bulan mulai diberi makanan pandamping asi .
- Pemberian asi diteruskan sampai 24 bulan

Kesehatan anak & Status Gizi

- ▶ Setiap bulan bayi ditimbang dan diukur panjang badannya, untuk mengetahui tumbuh kembangnya
 - ▶ Semuanya dicatat di buku KIA,
 - ▶ Pemberian vit A
 - ▶ Imunisasi dasar lengkap
 - ▶ Pemberian obat cacing
 - ▶ Pemberian makanan sehat sesuai kebutuhan anak
 - ▶ Pencegahan diare
- 

KEHADIRAN DI SEKOLAH DAN PRESTASI BELAJAR

- ▶ Pada anak-anak yang tidak mendapat asupan gizi yang sesuai dengan tumbuh kembangnya maka akan Kekurangan Energi Kronis yang secara kumulatif dan terus menerus akan menyebabkan Stunting apabila tidak segera ditangani
 - ▶ Anak sering sakit sehingga kehadiran dan prestasi belajarnya terus menurun
 - ▶ Tinggi badan lebih pendek dibandingkan dengan anak sebaya
- 

Terima Kasih

