



Kampus  
Merdeka  
INDONESIA JAYA



KKN FK UBAYA

# ANTENATAL CARE - KUNJUNGAN KEHAMILAN

Pemeriksaan Untuk Menjaga Kesehatan  
Ibu Hamil dan Bayi di dalam Kandungan

## KEMENKES

minimal 6x

1. Trimester 1 : 2x
2. Trimester 2 : 1x
3. Trimester 3 : 3x

## Program 10T

1. **T**imbang badan & tinggi badan
2. Ukur **T**ekanan darah
3. **T**entukan status gizi
4. **T**inggi fundus uteri
5. **T**entukan presentasi janin serta denyut jantung janin
6. Pemeriksaan status imunisasi **TT**
7. Pemberian **T**ablet tambah darah
8. **T**es laboratorium
9. **T**atalaksana kasus
10. **T**emu wicara (konseling)

## Kunjungan Neonatal (KN)

- KN 1 = 6 - 48 jam  
KN 2 = 3 - 7 hari  
KN 3 = 8 - 28 hari

# ASI EKSKLUSIF

manfaat	ASI	susu sapi	sufor
tercemar bakteri	—	mungkin ada	mungkin ada bila dicampurkan
memperkuat imun tubuh	✓	—	—
meningkatkan pertumbuhan	✓	—	—
protein	• jumlah sesuai • mudah dicerna	• terlalu banyak • sukar dicerna	sebagian diperbaiki
lemak	cukup ALE, DHA, AA, Lipase	<ALE	<ALE

air susu ibu yang diberikan kepada bayi tanpa tambahan apapun pada umur 0-6 bulan

## BELI TIGAN

“Bersama  
Cepokolimo  
Tingkatkan  
Gizi Anak”

Suhu Ruang (16-29°C)	3-8 jam
Cooler bag + ice pack (4-15°C)	24 jam
Refrigerator (0-4°C)	3-8 hari
Freezer Kulkas 1 pintu (-15°C)	2 minggu
Freezer Kulkas 2 pintu (-18°C)	3 bulan
Deep Freezer	6 bulan





## POSISI MENYUSUI YANG BENAR



Posisi menyusui berbaring



Posisi menyusui rebahan



Posisi menyusui berdiri



Posisi menyusui duduk



Posisi menyusui bayi kembar



Posisi menyendawakan bayi

## Pemberian MPASI Sesuai Umur

6-9 bulan

ASI: ✓

MPASI: 2-3x

Selingan: 1-2x

Saran Makanan:

- blender: bubur kentang, brokoli, wortel, ubi
- dihaluskan: daging ayam, ikan, roti, telur

9-12 bulan

ASI: ✓

MPASI: 3-4x

Selingan: 1-2x

Saran Makanan:

- bubur tim hati ayam
- bubur tim kacang merah dan daging

12-24 bulan

ASI: ✓

MPASI: 3-4x

Selingan: 1-2x

Saran Makanan:

- menu bisa disamakan dengan orang dewasa
- camilan sehat (buah dan sayur)

## "TINGKATKAN GIZI ANAK"

- KKN FK UBAYA-

