



# **Dinas Kesehatan Kabupaten Dharmasraya**

## **RAPOR SAKURA DUKU MANIS DHARMASRAYA (SATU AKUN SATU RUMAH DUKUNG MANIFESTASI PETA KELUARGA DALAM SOSIAL MEDIA HARIAN MASYARAKAT BERBUDAYA)**



## IDENTITAS KK ( KEPALA KELUARGA )

No KK : .....  
Nama KK : .....  
Tempat/Tgl. Lahir : .....  
Agama : .....  
Pekerjaan : .....  
Gol Darah : .....  
Alamat Rumah : .....  
Kecamatan : .....  
Kabupaten/Kota : .....  
No Telp. Yang Bisa di Hubungi : .....  
.....



## **KATA PENGANTAR**

Pencapaian Sasaran Pembangunan Kesehatan 2019 melalui Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga. Pembangunan Kesehatan di mulai dari unit terkecil dalam masyarakat adalah Keluarga.

Pendekatan Keluarga dilaksanakan demi mewujudkan keluarga sehat, dengan meningkatkan jangkauan pelayanan kesehatan pada seluruh masyarakat wilayah kerja Puskesmas, melalui kunjungan Rumah.

Adanya buku Raport PIS-PK ini diharapkan keluarga mengetahui dan memahami tentang keluarga Sehat dan indeks Kesehatan Keluarga.

Terima kasih dan semoga dengan adanya buku ini akan mempercepat terwujudnya keluarga sehat menuju tercapainya derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya.

Dharmasraya, ..... 2019



KEMENTERIAN  
KESEHATAN  
REPUBLIK  
INDONESIA

# KELUARGA BERENCANA

## manfaat Ber KB

**Biaya ber-KB  
ditanggung  
oleh JKN-KIS**



**PASANGAN USIA SUBUR,  
GUNAKAN METODE KB  
YANG SESUAI**

**IBU BERSALIN GUNAKAN KB  
SEGERA SETELAH MELAHIRKAN**

Konsultasikan dengan tenaga kesehatan  
untuk pilihan **metode kontrasepsi yang tepat** bagi anda dan pasangan

# Keluarga Mengikuti Program KB

Keluarga yang merupakan pasangan usia subur, suami, istri atau keduanya menggunakan Alat atau Obat kontrasepsi



| Nama Alat            | Mekanisme                                                           | Akibat                                           |
|----------------------|---------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| Pil                  | Pil yang mengandung hormon ini diminum tiap hari                    | Hipofisis anterior tidak mengeluarkan FSH dan LH |
| Suntikan Depoprovera | Suntikan progesteron seperti steroid dilakukan 4 kali setahun       | Hipofisis anterior tidak mengeluarkan LH dan FSH |
| Susuk KB             | Tabung progesteron (dibuat dari progesteron) ditanam di bawah kulit | Hipofisis anterior tidak mengeluarkan LH dan FSH |
| IUD (spiral)         | Gulungan plastik dimasukkan ke dalam uterus                         | Mencegah implantansi                             |
| Spon Vagina          | Spon yang diberi sperinicide (pembunuh sperma) dimasukkan ke vagina | Membunuh sperma yang masuk                       |
| Diafragma            | Cawan plastik dimasukkan pada vagina untuk menutup serviks          | Menghalangi sperma masuk vagina                  |
| Karet KB             | Dipakai untuk menyelu-bungi penis                                   | Mencegah sperma masuk vagina                     |

Adapun kegiatan bakti sosial **KB Kes** diadakan 3 kali dalam setahun :

- ✓ **KB Kes** IBI
- ✓ **KB Kes** TNI
- ✓ **KB Kes** PKK

Yang ikut KB pada kegiatan ini membawa **FOTO COPY KTP** dan **FOTO COPY KARTU BPJS**



**AYO IKUT KB**  
**2 Anak Cukup**



KEMENTERIAN  
KESEHATAN  
REPUBLIK  
INDONESIA

# IBU MELAKUKAN PERSALINAN DI FASILITAS PELAYANAN KESEHATAN

## MANFAAT BERSALIN DI FASILITAS PELAYANAN KESEHATAN

IBU DAN BAYI  
DITOLONG OLEH  
TENAGA KESEHATAN  
YANG KOMPETEN

IBU DAN BAYI  
MENDAPATKAN  
PENANGANAN SEGERA  
JIKA SEWAKTU-WAKTU  
TERJADI KOMPLIKASI

IBU DAPAT  
MEMPEROLEH  
PELAYANAN KB  
SEGERA SETELAH  
MELAHIRKAN

BAYI MENDAPAT IMD  
(INISIASI MENYUSU DINI)

DAPAT MENGGUNAKAN  
JKN-KIS/JAMPERSAL  
SEBAGAI SUMBER  
PEMBIAYAAN

BAYI MENDAPATKAN  
SELURUH PERAWATAN  
YANG DIPERLUKAN  
TERMASUK IMUNISASI



MELAHIRKAN DI FASILITAS PELAYANAN KESEHATAN  
IBU SELAMAT BAYI SEHAT

## **IBU BEERSALIN DI FASILITAS KESEHATAN**

Ibu hamil melakukan persalinan di fasilitas Kesehatan seperti Puskesmas, Rumah Sakit, Klinik dan sebagainya. Pemilihan tempat persalinan perlu dipastikan bahwa ibu hamil, suami atau keluarga telah menetapkan tempat persalinan di fasilitas kesehatan / tenaga kesehatan. Pemilihan tempat persalinan agar mempertimbangan :

- a. Jarak ke fasilitas pelayanan kesehatan
- b. Alat transportasi
- c. Letak demografi
- d. Pengetahuan dalam mencari penolong yang aman

**Ibu hamil wajib mendapatkan pemeriksaan Triple Eliminasi di Posyandu.**

**Ibu hamil yang tidak Pesaerta BPJS bisa menggunakan Program jampersal dengan syarat ketentuan Yang berlaku**

## **TRIPLE ELIMINASI**





KEMENTERIAN  
KESEHATAN  
REPUBLIK  
INDONESIA

# imunisasi

Imunisasi dasar lengkap untuk bayi dapat diperoleh di

- POSYANDU
- DOKTER
- RUMAH SAKIT
- PUSKESMAS
- BIDAN PRAKTEK



## UMUR BAYI

0-24 jam\*

1 bulan

2 bulan

3 bulan

4 bulan

9 bulan

## JENIS IMUNISASI

Hepatitis B0

BCG-Polio 1

DPT-HB-Hib 1, Polio 2

DPT-HB-Hib 2, Polio 3

DPT-HB-Hib 3, Polio 4, IPV

Campak/Measles Rubella (MR)

\*diawali dengan pemberian suntikan vitamin K1

\*\*dilanjutkan dengan DPT-HB-Hib 4, Campak atau MR pada usia 18 bulan

# Imunisasi

**Imunisasi adalah upaya aktif untuk menimbulkan antibodi atau kekebalan spesifik/khusus yang efektif mencegah penularan penyakit tertentu, dengan cara memberikan vaksin**

| Usia (Bulan) | Jenis Imunisasi                           |
|--------------|-------------------------------------------|
| < 24 jam     | Hepatitis B (HB0)                         |
| 1            | BCG, Polio tetes 1                        |
| 2            | DPT-HB-Hib 1, Polio tetes 2               |
| 3            | DPT-HB-Hib 2, Polio tetes 3               |
| 4            | DPT-HB-Hib 3, Polio tetes 4, Polio suntik |
| 9            | Campak/MR (Campak-Rubella)                |

## Imunisasi

## Manfaat

|             |                                                                                                                                                                                                          |
|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Hepatitis B | Mencegah penyakit hepatis B dan kerusakan hati                                                                                                                                                           |
| BCG         | Mencegah penyakit tuberkulosis (TB)                                                                                                                                                                      |
| Polio       | Mencegah penyakit Polio yang menyebabkan lumpuh layuh pada tungkai dan atau lengan                                                                                                                       |
| DPT-HB-Hib  | Mencegah penyakit difteri , Pertusis (Batuk Rejan), tetanus, Hepatitis B, Meningitis, ( Radang selaput otak), dan Penumonia (Radang Paru), yang disebabkan oleh kuman Haemophilus Influenza tipe B (Hib) |
| Campak      | Mencegah penyakit Campak yang dapat mengakibatkan komplikasi radang paru, radang otak dan kebutaan                                                                                                       |



KEMENTERIAN  
KESEHATAN  
REPUBLIK  
INDONESIA

# ASI Eksklusif

ibu menyusui sampai 2 tahun  
lebih hemat, anak  
sehat dan cerdas



## Manfaat ASI bagi Bayi

1. Sumber makanan terbaik sampai usia 6 bulan
2. Bayi tidak mudah sakit
3. Meningkatkan kasih sayang ibu dan bayi
4. Menunjang tumbuh kembang yang optimal

## Manfaat ASI bagi Ibu

1. Mengurangi risiko Kanker Payudara
2. Mengurangi perdarahan setelah melahirkan
3. Mempercepat pemulihan kandungan
4. Mempercepat penurunan berat badan setelah melahirkan
5. Menunda kehamilan

- \* 6-8 jam suhu ruang
- \* 3 hari dilemari es
- \* 2 minggu di freezer lemari es 1 pintu
- \* 3-6 bulan pada freezer lemari es 2 pintu freezer khusus

# BAYI DIBERI ASI EKSKLUSIF SELAMA 6 BULAN

Asi Eksklusif adalah pemberian hanya ASI saja kepada bayi sejak lahir sampai usia 6 bulan tanpa makanan atau minuman lain, kecuali vitamin atau vitamin.

## Manfaat ASI

-      
-      
-      
-      

**Bagi yang diberi susu selain ASI mempunyai resiko 17 lebih besar mengalami diare dan 3-4 kali lebih berisiko terkena infeksi saluran pernapasan akut**

Ibu yang bekerja tetap dapat memberikan Asi dengan car memerah ASI 3-4 kali selama 8 jam kerja dan menyimpan ASI dalam

| Tempat Penyimpanan        | Daya Tahan  |
|---------------------------|-------------|
| Suhu Kamar                | 6 - 8 jam   |
| Lemari Es                 | 3 hari      |
| Freezer Lemari Es 1 Pintu | 2 Minggu    |
| Freezer Lemari Es 2 Pintu | 3 - 6 bulan |



**ASI, PASTI!**

Penuhi hak setiap anak untuk mendapat manfaat ASI sejak dini



KEMENTERIAN  
KESEHATAN  
REPUBLIK  
INDONESIA

# Menimbang balita setiap bulan

SEJAK  
**LAHIR**  
SAMPAI  
**5 TAHUN**

1. untuk mengetahui status pertumbuhan balita
2. sebagai deteksi dini gangguan pertumbuhan balita
3. Ibu mendapat penyuluhan gizi pertumbuhan balita
4. konsultasikan balita ke puskesmas bila
  - berat badan di bawah garis merah
  - berat badan tidak naik
  - balita sakit demam/batuk/pilek/diare

## Mengapa Posyandu:

Agar dapat memantau pertumbuhan balita

Mendapat kapsul vitamin A merah  
Hanya diberikan untuk Balita 12 - 59 bulan dan Ibu Nifas  
& kapsul vitamin A biru  
Hanya diberikan untuk bayi 6 - 11 bulan

Imunisasi lengkap

Mendapatkan makanan tambahan bergizi

Ibu hamil mendapat tablet tambah darah

Ibu mendapatkan pengetahuan



# Pertumbuhan Balita Dipantau Tiap Bulan

Pemantauan pertumbuhan balita adalah mengikuti pertumbuhan balita secara terus menerus dan teratur melalui pengukuran antropometri/ukuran fisik untuk mengetahui ada atau tidaknya gangguan pertumbuhan

## Cara Pemantauan

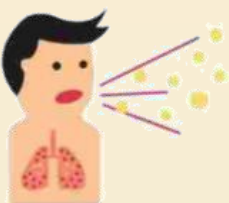
Status pertumbuhan dapat diketahui dengan cara melihat kenaikan berat badan dibandingkan dengan standar sesuai umumnya atau membandingkan garis pertumbuhannya dengan grafik pertumbuhan yang terdapat pada Kartu Menuju Sehat (KMS) dalam Buku KIA

## Tujuan Pemantauan

Mengetahui status pertumbuhan anak dan mendeteksi dini bila terjadi masalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan untuk segera ditangani

Pemantauan  
dapat  
dilakukan  
di :  
Puskesmas,  
Pustu,  
Polindes dan  
Posyandu

## Gejala TB/TBC



- Batuk berdahak
- Sesak napas dan nyeri dada
- Badan lemas nafsu makan berkurang
- Demam meriang berkepanjangan
- Berat badan menurun
- Kontak dengan pasien TB

Bila ada salah satu atau lebih gejala diatas.... **segera periksa ke Puskesmas**

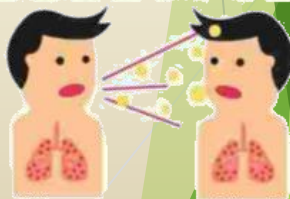
Untuk mengetahui orang sakit TB harus dilakukan pemeriksaan dahak. Bila hasil pemeriksaan positif maka diberi pengobatan selama 6 bulan secara terus menerus tidak boleh putus sampai sembuh.



- Selama proses pengobatan lakukan pemeriksaan rutin ke Puskesmas
- Pemeriksaan dahak dilakukan pada:
  - ➔ Akhir tahap awal (intensif) yaitu akhir bulan kedua atau ketiga
  - ➔ Akhir bulan kelima
  - ➔ Akhir pengobatan

**Apa yang terjadi jika berhenti minum obat TB sebelum waktunya?**

- TB tidak sembuh dan dapat terus menular ke orang lain
- Kuman TB dalam tubuh menjadi kebal terhadap obat sehingga pengobatan berikutnya akan lebih lama dan lebih mahal karena jenis obatnya berbeda
- Kuman TB yang kebal obat juga dapat ditularkan kepada orang lain dengan status kebal obat (lebih berbahaya)



**Bagaimana cara mencegah penularan TB?**



• Gunakan masker atau menutup mulut sewaktu batuk dan bersin



• Tidak meludah di sembarang tempat



• Makan makanan bergizi



• Menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)



# Tuberkulosis (TB Paru)

Adalah Suatu penyakit menular yang disebabkan oleh kuman mycobacterium Tuberculosis. Sebagian besar kuman TB menyerang paru dan dapat juga mengenai organ lainnya.

## Cara Penularan

Sumber penularan adalah pasien TB yang mengandung kuman TB dalam dahaknya. Pada waktu batuk atau bersin, pasien menyebarkan kuman keudara dalam bentuk percikan. Penularan akan terjadi apabila seseorang menghirup udara yang mengandung percikan dahak yang infeksius.

### Gejala :

- Batuk berdahak selama 2 minggu
- Demam meriang malam hari yang berulang lebih dari sebulan
- Nafsu makan kurang
- Berat badan menurun
- Dahak bercampur darah
- Sesak napas, nyeri dada dan mudah lelah

**Etika  
Batuk**



**Pengobatan  
&  
Pelayanan**

**PUSKESMAS**

**RUMAH SAKIT**

**Pengobatan harus lengkap dan teratur**



KEMENTERIAN  
KESEHATAN  
REPUBLIK  
INDONESIA

# WASPADAI HIPERTENSI KENDALIKAN TEKANAN DARAH



## Mengendalikan Hipertensi:

Gaya hidup sehat dan minum obat secara teratur. Pengobatan secara teratur adalah:

- meminum obat secara teratur sesuai rekomendasi dokter
- melakukan kontrol teratur



## Faktor Risiko Hipertensi:

- Faktor risiko yang tidak dapat diubah, yaitu: umur, jenis kelamin dan riwayat keluarga
- Faktor risiko yang dapat diubah, yaitu: merokok, kurang makan buah dan sayur, konsumsi garam berlebih, kurang aktivitas fisik, berat badan berlebih/kegemukan, dislipidemia dan stres.



Pada umumnya Hipertensi tidak disertai dengan gejala atau keluhan tertentu. Keluhan tidak spesifik pada penderita hipertensi adalah: sakit kepala, gelisah, jantung berdebar-debar, pusing, penglihatan kabur, rasa sakit di dada, mudah lelah, dll.

## Gejala:



## Komplikasi:

Gangguan jantung, gangguan saraf, gangguan serebral (otak), gangguan fungsi ginjal, gangguan penglihatan, dll.



## Mencegah Hipertensi:

### CERDIK

Cek kesehatan secara berkala  
Enyahkan asap rokok  
Rajin aktivitas fisik  
Diet seimbang  
Istirahat cukup  
Kelola stres

# **Hipertensi**

## **(Tekanan Darah Tinggi)**

Adalah Suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik diatas 140 mmHG dan atau tekanan darah diastolik 90 mmHG.

### **Faktor resiko**

- **Obesitas**
- **Merokok**
- **Kurang aktifitas fisik**
- **Konsumsi garam berlebih**
- **Konsumsi Alkohol**
- **Psikososial dan stres**

**WASPASA HIPERTENSI  
DAN  
KENDALIKAN TEAKANAN DARAH**

Hipertensi yang tidak diobati dapat menyebabkan komplikasi yang fatal. Seperti serangan jantung, gagal ginjal, kebutaan dan gagal jantung.

Mari tingkatkan pola hidup sehat dengan :

- ✓ Gizi seimbang dan pembatasan Gula, Garam dan Lemak
- ✓ Mempertahankan berat badan dan lingkar perut ideal
- ✓ Gaya hidup aktif /olah raga teratur
- ✓ Tidak merokok



KEMENTERIAN  
KESEHATAN  
REPUBLIK  
INDONESIA

# PENDERITA DENGAN GANGGUAN JIWA MENDAPATKAN PENGOBATAN DAN TIDAK DITELANTARKAN



**Gangguan jiwa** dapat diobati, apalagi jika ditangani sedini mungkin. Peran keluarga sangat penting dalam memperhatikan dan mendeteksi dini gejala perubahan emosi, perilaku dan pola/isi pikir yang tidak wajar dari anggota keluarga.

## Apakah gangguan jiwa bisa diobati?

Dapat diobati jika:

- Segera periksa
- Patuh minum obat sesuai anjuran
- Kontrol secara teratur

## hal yang perlu diperhatikan ketika mendapatkan salah satu gejala atau gangguan



**adalah:**



1. **Tanyakan** apa yang dipikirkan atau dirasakan penderita

2. Keluarga **mendengarkan keluhan** dengan berempati



3. Keluarga **mendampingi** dan membantu sesuai dengan kondisi dan kebutuhan penderita



4. Kalau sulit atau tidak teratasi, **minta bantuan kader kesehatan** atau **pamong setempat** untuk membawa penderita ke Puskesmas, bila perlu dirujuk ke fasilitas pelayanan kesehatan rujukan



5. Jika keluarga **menemukan orang** dengan gangguan jiwa berat **dipasung**, segera **melapor kepada kader/pamong setempat** untuk ditangani selanjutnya

# Gangguan Jiwa

Gangguan jiwa merupakan sekumpulan gejala atau pola perilaku yang ditemukan secara klinis, disertai penderitaan dan hambatan dalam melakukan aktifitas sehari-hari.

Gejala gangguan jiwa yang sering dialami adalah sebagai berikut :

- Gangguan kecemasan  
Mengalami ketegangan dan rasa takut tiba-tiba gelisah, jantung berdebar dan lainnya
- Gangguan depresi  
Ditandai dengan rasa sedih, hilang minat, tidak bertenaga, gejala lain sulit tidur
- Gangguan bipolar  
Merupakan perubahan suasana perasaan yang berganti-ganti peningkatan suasana berlebihan dan penurunan suasana perasaan
- Gangguan Skizofrenia  
Emosi Labil, tidak serasi, gelisan tidak terkontrol dengan pikiran dan perilaku yang aneh dan tidak wajar

## Faktor Resiko Gangguan Jiwa

Gangguan jiwa adalah gabungan dari faktor biologi, psikologis dan sosial (Biopsikososial)

- a. Faktor Biologis : Genetik/keturunan, perubahan struktur otak dan keseimbangan zat kimia pada otak dikarenakan penggunaan obat-obatan terlarang (Narkoba, Psikotropika dan zat adiktif lainnya)
- b. Faktor Psikologis : Beberapa tipe kepribadian tertentu tidak dapat menyesuaikan diri terhadap perubahan lingkungan, bencana, KDRT dan kekerasan lainnya



KEMENTERIAN  
KESEHATAN  
REPUBLIK  
INDONESIA

# ANGGOTA KELUARGA TIDAK ADA YANG MEROKOK

## **TIPS BERHENTI MEROKOK**

1. **Bulatkan tekad** berhenti merokok
2. **Berhenti merokok seketika** (total) atau melakukan pengurangan jumlah rokok yang dihisap per hari secara bertahap
3. **Kenali waktu dan situasi** dimana Anda sering merokok
4. **Mintalah dukungan** dari keluarga dan kerabat
5. **Tahan keinginan Anda** dengan menunda
6. **Berolah raga** secara teratur
7. **Konsultasikan** dengan dokter



## **ROKOK = RACUN**

Satu batang rokok dibakar **4000 zat kimia beracun** dan **43** diantaranya mengandung zat karsinogenik. Racun utama pada rokok: **tar, nikotin,** dan **karbonmonoksida**.

Setiap **6,5 detik satu orang meninggal** karena rokok. Riset memperkirakan bahwa orang yang mulai merokok pada usia remaja (**70% perokok mulai pada usia dini**) dan terus menerus merokok sampai 2 dekade atau lebih, akan **meninggal 20 - 25 tahun lebih awal** dari orang yang tidak pernah merokok.

Penyakit akibat rokok adalah:  
**Strok, Penyakit Jantung, Kanker Paru/ Tenggorokan, Penyakit Paru Kronis, Tekanan Darah Tinggi, Gangguan Kehamilan dan Janin serta Impotensi.**



# Anggota Keluarga Tidak Ada Yang Merokok

Rokok merupakan faktor resiko terjadinya berbagai penyakit yang mengancam hampir ke semua organ, berupa gangguan fungsi organ hingga kanker.

INGAT!!



## Bahaya Rokok Bagi Kesehatan :

Asap rokok yang menempel dibaju masih berbahaya ketika terhirup oleh anak yg menyebabkan pneumonia

- ❑ Pada jantung & pembuluh darah dapat menyebabkan penyakit jantung koroner, stroke, dan gagal ginjal serta kanker paru dan asma.
- ❑ Pada saluran cerna menyebabkan kanker mulut, kanker lidah, kanker tenggorokan, kanker hati dan sebagainya
- ❑ Gangguan sistem reproduksi berupa impotensi
- ❑ Gangguan kehamilan berupa : kecacatan pada janin, keguguran, berat badan rendah pada bayi lahir bahkan menyebabkan kematian pada bayi

## STRATEGI BERHENTI MEROKOK

- ✓ Buang semua yang berhubungan dengan rokok
- ✓ Buat Pengingat “ Aku Tidak Perokok ”
- ✓ Dukungan dari keluarga untuk mengingatkan anda

Pelayanan Berhenti Merokok

Puskesmas

Sekolah  
(Guru)





KEMENTERIAN  
KESEHATAN  
REPUBLIK  
INDONESIA



## IKUT JKN SEKARANG SEBELUM SAKIT MENYERANG!

### HAK DAN KEWAJIBAN PESERTA

#### HAK:

Mendapat kartu peserta  
dan pelayanan kesehatan  
di fasilitas kesehatan yang  
bekerjasama dengan  
BPJS kesehatan

#### KEWAJIBAN:

Membayar iuran  
dan melapor kepada  
BPJS Kesehatan  
saat pindah domisili  
atau pindah kerja

### PROSEDUR PENDAFTARAN:

### SYARAT PENDAFTARAN JKN

- Isi formulir
- Fotocopy KTP
- Fotocopy kartu keluarga  
1 lembar
- Pas foto 3x4 berwarna  
2 lembar



PESERTA:

- PPU didaftarkan oleh perusahaan
- PBI iuran dibayar oleh  
Pemerintah



PENDAFTARAN  
Peserta PBPJ dan BP  
di kantor BPJS  
terdekat/online

No. Kode  
pendaftaran

Pengambilan  
Kartu Anggota



PEMBAYARAN

Kantor Pos, ATM/ setor tunai  
di Bank BNI, BRI, Mandiri, BTN,  
mini market, Alfamart, Indomart

### MANFAAT JKN:

Manfaat komprehensif:  
promotif dan preventif (personal),  
kuratif dan rehabilitatif  
sesuai indikasi medis



## SEKELUARGA MENJADI ANGGOTA JKN / ASKES



Jaminan kesehatan nasional (JKN) adalah bagian dari sistem dengan mekanisme asuransi kesehatan sosial yang bersifat wajib berlaku secara nasional berdasarkan UU No. 40 Tahun 2004.

### Manfaat JKN

- ✓ Memperoleh jaminan kesehatanperorangan, mencakup pelayanan promotif, preventif, curatif dan rehabilirtatif.
- ✓ Pelayanan kesehatan dapat diperoleh di fasilitas kesehatan tingkat pertama (FKTP) maupun Fasilitas kesehatan rujukan (FKRTL).

### Besar Iuran

| PESERTA                                       | BENTUK IURAN                | BESAR IURAN                                     |
|-----------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------------------------|
| PBI                                           | NILAI NOMINAL<br>(Per Jiwa) | Rp. 20.000                                      |
| PNS/TNI/POLRI                                 | 5%<br>(Per keluarga)        | 2% dari Pekerja<br>3% dari<br>Pemberi Kerja     |
| Pekerja penerima Upah Selain PNS              | 5%<br>(Per keluarga)        | 1% dari Pekerja<br>4% dari<br>Pemberi Kerja     |
| Pekerja Bukan Penerima Upah dan Bukan Pekerja | NILAI NOMINAL<br>(Per Jiwa) | 1. Rp. 25.500<br>2. Rp. 51.000<br>3. Rp. 80.000 |





KEMENTERIAN  
KESEHATAN  
REPUBLIK  
INDONESIA

# GUNAKAN AIR BERSIH

Manfaat menggunakan air bersih:  
mencegah penyakit Diare, Tifus,  
Disentri, Kolera,  
Mata, dll.

Jarak letak  
sumber air dengan  
jamban dan tempat  
pembuangan  
sampah minimal  
10 meter

Sumber  
mata air harus  
dilindungi dari  
bahan  
pencemar

Harus dijaga  
kebersihannya seperti  
tidak ada genangan  
air di sekitar sumber air,  
dan dilengkapi dengan  
saluran pembuangan air,  
tidak ada kotoran,  
tidak ada lumut, pada lantai/  
dinding sumur

Sumur gali, sumur  
pompa, kran umum  
dan mata air harus  
dijaga bangunannya  
agar tidak rusak

Ember  
penampung air  
dilengkapi dengan  
penutup dan gayung  
bertangkai, dijaga  
kebersihannya

Lantai sumur  
sebaiknya  
kedap air (diplester)  
dan tidak retak,  
bibir sumur dan  
dinding sumur harus  
diplester dan  
sumur di tutup

# KELUARGA MEMILIKI/MENGGUNAKAN AIR BERISH

Sumber mata air harus dilindungi dan di jaga kebersihannya dari pencemaran atau kontaminasi yang akan merusak kebersihan air seperti : Menutup, tidak ada genangan air disekitar sumber air, dilengkapi dengan saluran pembuangan air, tidak ada kotoran dan lumut pada lantai dan dinding sumur, jarak jamban dan pembuangan limbah minimal 10 meter dengan sumur, lantai sumur di plester/kedap air dan tempat penampung air ditutup dan sediakan gayung bertangkai agar terjaga kebersihan air.

Air bersih adalah air yang digunakan untuk keperluan sehari-hari seperti : Mandi, mencuci, yang kualitasnya memenuhi syarat kesehatan

Air minum adalah air yang melalui proses pengolahan atau tanpa pengolahan yang memenuhi syarat kesehatan dan langsung diminum



**“Menjaga air sama  
dengan menjaga  
kehidupan”**



KEMENTERIAN  
KESEHATAN  
REPUBLIK  
INDONESIA

# GUNAKAN JAMBAN SEHAT

JAMBAN ADALAH  
TEMPAT PEMBUANGAN  
KOTORAN MANUSIA



## “MANFAAT BUANG AIR BESAR DAN KECIL DIJAMBAN”

- 1 LINGKUNGAN BERSIH, SEHAT DAN TIDAK BERBAU
- 2 TIDAK MENCEMARI SUMBER AIR DAN TANAH YANG ADA DISEKITARNYA
- 3 TIDAK MENGUNDANG DATANGNYA LALAT/KECOA/SERANGGA YANG DAPAT MENULARKAN PENYAKIT

DIARE,  
KOLERA,  
DISENTRI

TIFUS,  
KECACINGAN

INFEKSI  
SALURAN  
PENCERNAAN

# Jamban Sehat



**GERMAS**

Gerakan Masyarakat  
Hidup Sehat

Jamban sehat adalah sarana sanitasi yang tidak mengakibatkan terjadinya penyebab langsung kuman pembawa penyakit bagi manusia akibat pembuangan kotoran manusia yang sembarangan. Dan sarana tersebut dapat mencegah vektor pembawa untuk menyebarkan penyakit pada pemakai dan lingkungan sekitar.

## STANDAR JAMBAN SEHAT

### Bangunan Atas

**Dinding dan atap harus berfungsi untuk melindungi**

### Bangunan Tengah

**Lobang tempat pembuangan tinja dan urin dengan bentuk leher angsa dan lantai dan lantai harus kuat untuk menahan beban berat penggunaanya**

### Bangunan Bawah

**Penampungan, pengolahan, pengurai tinja yang berfungsi mencegah terjadinya pencemaran lingkungan terhadap sumber air, mencegah kontaminasi (lalat dll)**



**STBM**  
Sanitasi Total Berbasis Masyarakat

*Lebih Bersih  
Lebih Sehat*

NO RUMAH :  
 NAMA KK :  
 ALAMAT :

| NO                            | NAMA ANGGOTA KELUARGA | INDIKATOR PIS - PK |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |
|-------------------------------|-----------------------|--------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|
|                               |                       | 1                  | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 1                             |                       |                    |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |
| 2                             |                       |                    |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |
| 3                             |                       |                    |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |
| 4                             |                       |                    |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |
| 5                             |                       |                    |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |
| 6                             |                       |                    |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |
| 7                             |                       |                    |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |
| 8                             |                       |                    |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |
| 9                             |                       |                    |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |
| Indeks Keluarga Sehat ( IKS ) |                       |                    |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |

1. Keluarga mengikuti program Keluarga Berencana (KB)
2. Ibu melakukan persalinan di fasilitas kesehatan
3. Bayi mendapat imunisasi dasar lengkap
4. Bayi mendapat air susu ibu (ASI) eksklusif
5. Balita mendapatkan pemantauan pertumbuhan
6. Penderita tuberkulosis paru mendapatkan pengobatan sesuai standar
7. Penderita hipertensi melakukan pengobatan secara teratur
8. Penderita gangguan jiwa mendapatkan pengobatan dan tidak ditelantarkan
9. Anggota keluarga tidak ada yang merokok
10. Keluarga sudah menjadi anggota Jaminan Kesehatan Nasional (JKN)
11. Keluarga mempunyai akses sarana air bersih
12. Keluarga mempunyai akses atau menggunakan jamban sehat

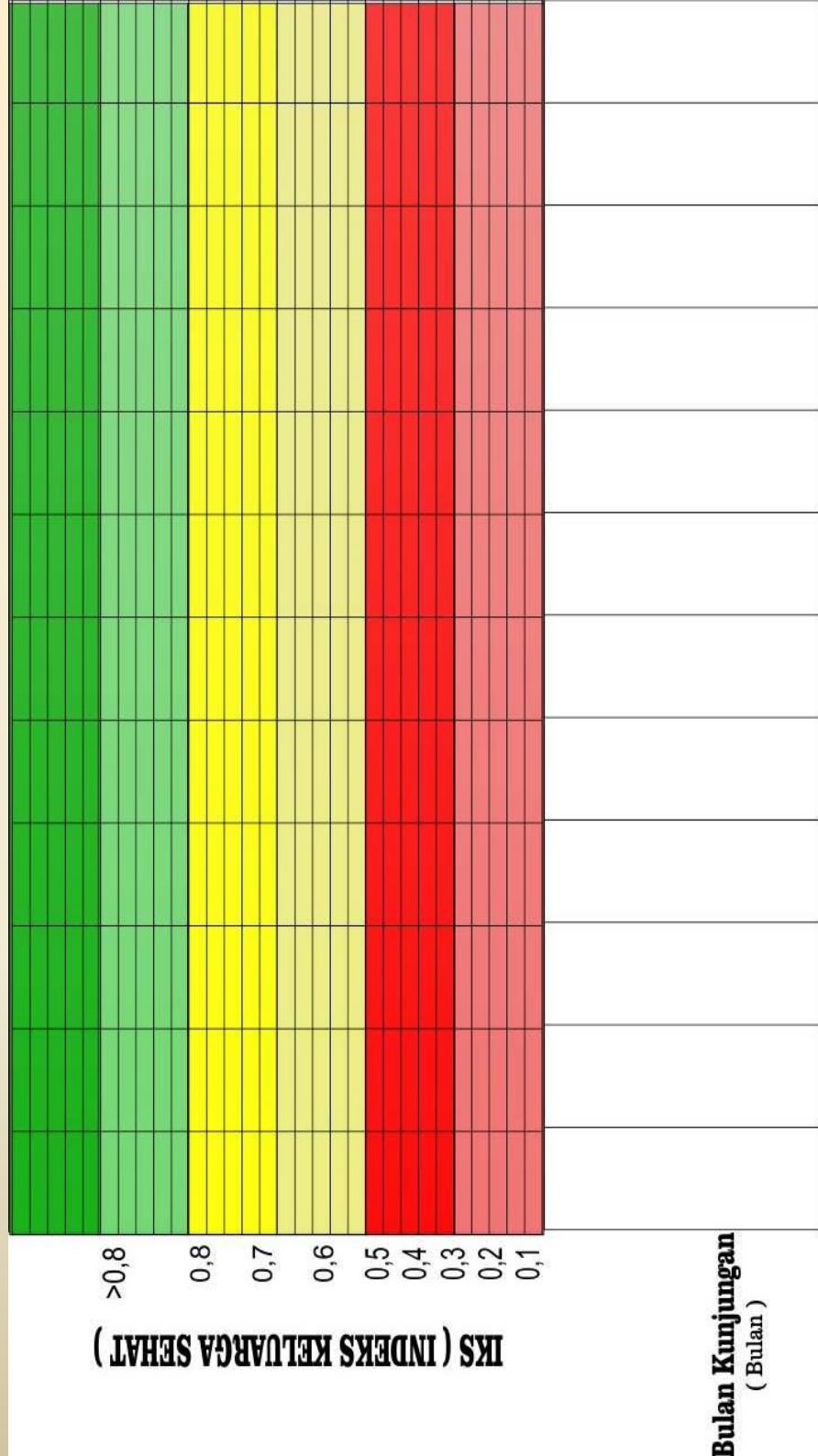
# Catatan Kunjungan PIS PK

[illegible]

## Catatan Kunjungan PIS-PK

[illegible]

# Grafik IKS



**TIDAK SEHAT** **PRA SEHAT** **SEHAT**

0 - 0,5

0,51 - 0,8

>0,8

# 12

## INDIKATOR KELUARGA SEHAT



Keluarga mengikuti KB



Ibu bersalin di faskes



Bayi mendapat imunisasi dasar lengkap



Bayi diberi ASI eksklusif selama 6 bulan



Pertumbuhan balita dipantau tiap bulan



Penderita TB Paru berobat sesuai standar



Penderita hipertensi berobat teratur



Gangguan jiwa berat tidak ditelantarkan



Tidak ada anggota keluarga yang merokok



Keluarga mempunyai akses terhadap air bersih



Keluarga mempunyai akses atau menggunakan jamban sehat



Sekeluarga menjadi anggota JKN/askes

