

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Ketersediaan Jamban Keluarga

1. Pengertian jamban sehat

Jamban sehat merupakan tempat yang aman dan nyaman untuk digunakan sebagai tempat buang air besar, berbagai jenis jamban yang digunakan dirumah tangga, sekolah, rumah ibadah dan lembaga-lembaga lain. Jamban sehat adalah fasilitas pembuangan tinja yang mencegah kontak antara manusia dan tinja, membuat tinja tersebut tidak dapat di hinggapi serangga, serta binatang lainnya, mencegah kontaminasi kebadan air, mencegah bau yang tidak sedap, konstruksi dudukannya dibuat dengan baik, aman dan mudah dibersihkan (Lamentira, 2020).

Pengertian lainnya tentang Jamban adalah suatu bangunan yang digunakan untuk tempat membuang dan mengumpulkan kotoran manusia, biasa disebut kakus/wc. Sehingga kotoran tersebut akan tersimpan dalam suatu tempat tertentu dan tidak menjadi penyebab atau penyebaran penyakit dan mengotori lingkungan pemukiman (Ratma, 2018)

Jadi, kesimpulannya jamban adalah suatu bangunan yang digunakan untuk tempat membuang dan mengumpulkan kotoran manusia sehingga tidak menyebabkan bibit penyakit yang ada pada kotoran manusia dan mengganggu estetika.

2. Jenis – jenis jamban

Menurut (Astuti et al., 2020) jenis-jenis jamban dibedakan berdasarkan konstruksi dan cara menggunakannya yaitu :

a. Jamban cemplung

Bentuk jamban ini adalah yang paling sederhana. Jamban cemplung ini hanya terdiri atas sebuah galian yang di atasnya diberi lantai dan tempat jongkok. Lantai jamban ini dapat dibuat dari bambu atau kayu, tetapi dapat juga terbuat dari batu bata atau beton. Jamban semacam ini masih menimbulkan gangguan karena baunya.

b. Jamban plengsengan

Jamban semacam ini memiliki lubang tempat jongkok yang dihubungkan oleh suatu saluran miring ke tempat pembuangan kotoran. Jadi tempat jongkok dari jamban ini tidak dibuat persis di atas penampungan, tetapi agak jauh. Jamban semacam ini sedikit lebih baik dan menguntungkan daripada jamban cemplung, karena baunya agak berkurang dan keamanan bagi pemakai lebih terjamin.

c. Jamban bor

Dinamakan demikian karena tempat penampungan kotorannya dibuat dengan menggunakan bor. Bor yang digunakan adalah bor tangan yang disebut bor auger dengan diameter antara 30-40 cm. Jamban bor ini mempunyai keuntungan, yaitu bau yang ditimbulkan sangat berkurang. Akan tetapi kerugian jamban bor ini adalah perembesan kotoran akan lebih jauh dan mengotori air tanah

d. Angsatrine (Water Seal Latrine)

Di bawah tempat jongkok jamban ini ditempatkan atau dipasang suatu alat yang berbentuk seperti leher angsa yang disebut bowl. Bowl ini berfungsi mencegah timbulnya bau. Kotoran yang berada di tempat penampungan tidak tercium baunya, karena terhalang oleh air yang selalu terdapat dalam bagian yang melengkung. Dengan demikian dapat mencegah hubungan lalat dengan kotoran.

e. Jamban septic tank

Septic tank berasal dari kata septic, yang berarti pembusukan secara anaerobic. Nama septic tank digunakan karena dalam pembuangan kotoran terjadi proses pembusukan oleh kuman-kuman pembusuk yang sifatnya anaerob. Septic tank dapat terdiri dari dua bak atau lebih serta dapat pula terdiri atas satu bak saja dengan mengatur sedemikian rupa (misalnya dengan memasang beberapa sekat atau tembok penghalang), sehingga dapat memperlambat pengaliran air kotor di dalam bak tersebut. Dalam bak bagian pertama akan terdapat proses penghancuran, pembusukan dan pengendapan

3. Persyaratan jamban sehat

Jamban yang sehat adalah salah satu akses sanitasi yang layak. Akses sanitasi yang layak apabila penggunaan fasilitas tempat buang air besar adalah milik sendiri atau milik bersama, kemudian kloset yang digunakan adalah jenis leher angsa dan tempat pembuangan akhir tinja menggunakan tangki septic tank/sarana pembuangan air limbah (SPAL). Adapun syarat jamban sehat adalah sebagai berikut:

- a. Tidak mencemari sumber air minum. Letak lubang penampungan kotoran paling sedikit berjarak 10 meter dari sumur.
- b. Tidak berbau serta memungkinkan serangga tidak dapat masuk ke lubang jamban. Hal ini dilakukan misalnya dengan menutup lubang jamban tersebut.
- c. Air seni, air pembersih yang digunakan untuk menyiram tinja tidak mencemari tanah di sekitarnya.
- d. Jamban mudah dibersihkan dan aman digunakan. Untuk itu harus dibuat dari bahan yang kuat dan tahan lama.
- e. Jamban memiliki dinding dan atap pelindung.
- f. Lantai kedap air
- g. Ventilasi dan luas jamban yang cukup.
- h. Tersedianya air, sabun dan alat pembersih. Tujuannya agar jamban tetap bersih dan terhindar dari bau tinja. (Kuspini et al., 2021)

jarak aman antara lubang kakus dengan sumber air minum dipengaruhi oleh berbagai faktor antara lain :

- a. Topografi tanah : topografi tanah dipengaruhi oleh kondisi permukaan tanah dan kemiringan tanah
- b. Faktor hidrologi : yang termasuk dalam faktor hidrologi antara lain kedalaman air tanah, arah dan kecepatan aliran tanah, lapisan tanah yang berbatu dan berpasir, pada lapisan jenis ini diperlukan jarak yang lebih jauh dibandingkan dengan jarak yang diperlukan untuk daerah yang lapisan tanahnya terbentuk dari tanah liat.

- c. Faktor meteorologi : di daerah yang curah hujannya tinggi jarak sumur harus lebih jauh dari kakus.
- d. Jenis mikroorganisme : Karakteristik beberapa mikroorganisme ini antara lain dapat disebutkan bahwa bakteri patogen lebih tahan pada tanah basah dan lembab. Cacing dapat bertahan pada tanah yang lembab dan basah selama 5 bulan, sedangkan pada tanah yang kering dapat bertahan selama 1 bulan.

4. Pemeliharaan jamban

Pemeliharaan jamban, menurut (Ratma, 2018) pemeliharaan jamban yang baik dengan cara :

- a. Lantai jamban hendaknya selalu kering dan bersih.
- b. Tidak ada sampah berserakan dan tersedia alat pembersih.
- c. Tidak ada genangan air di lantai jamban.
- d. Tempat duduk dalam keadaan bersih.
- e. Tidak ada serangga dan hewan pada rumah jamban.
- f. Tersedia air bersih pada rumah jamban.
- g. Jika ada bagian jamban yang rusak segera diperbaiki.
- h. Hindarkan pemasukan sampah padat yang sulit diuraikan (kain bekas, pembalut, logam, gelas, dan sebagainya) serta bahan kimia beracun bagi bakteri kedalam lubang jamban

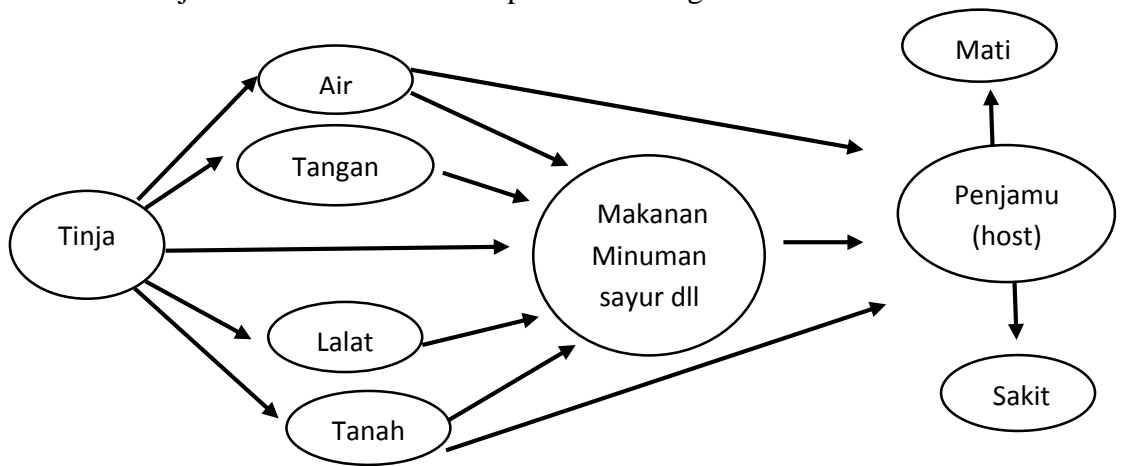
5. Pengaruh tinja bagi kesehatan manusia

Tinja manusia merupakan buangan padat yang kotor dan bau juga media penularan penyakit bagi masyarakat. Kotoran manusia mengandung organisme pathogen yang dibawa air, makanan, serangga sehingga menjadi

penyakit misalnya: bakteri Salmonella, vibriokolera, amuba virus, cacing, disentri, poliomyelitis, ascariasis, dan lain-lain. Penyakit yang ditimbulkan oleh kotoran manusia bisa digolongkan yaitu : (Bintari, 2017)

- a. Penyakit enterik atau saluran pencernaan dan kontaminasi zat racun.
- b. Penyakit infeksi oleh virus seperti hepatitis.
- c. Infeksi cacing seperti schitomiasis, ascariasis

Penyebaran penyakit yang bersumber dari feses dapat melalui berbagai macam jalan atau cara. Hal ini dapat dilihat dari gambar berikut:



Gambar 1
Mata Rantai Penularan Penyakit Dari Tinja

Dari skema tersebut dapat dilihat peranan tinja dalam penyebaran penyakit sangat jelas. Disamping itu dapat langsung mengkontaminasi makanan, minuman, sayuran, air, tanah, serangga dan sebagainya. Hubungan antara pembuangan tinja dengan status kesehatan bisa langsung yaitu mengurangi kejadian penyakit yang diakibatkan karena kontaminasi dengan tinja (kolera, disentri, typhus, dll), efek tak langsung biasanya berhubungan dengan komponen sanitasi lingkungan seperti menurunnya kondisi hygiene lingkungan

B. Sarana Air Bersih

1. Pengertian air bersih

Air bersih adalah air yang digunakan untuk keperluan sehari-hari dan akan menjadi air minum setelah dimasak terlebih dahulu. Air bersih adalah air yang memenuhi persyaratan bagi sistem penyediaan air minum. Persyaratan tersebut adalah persyaratan dari segi kualitas air yang meliputi kualitas fisik, kimia, biologi dan radiologi sehingga apabila dikonsumsi tidak menimbulkan efek samping. Penyediaan air bersih memainkan peranan yang sangat penting dalam meningkatkan kesehatan lingkungan atau kesehatan masyarakat, yakni mempunyai peranan dalam menurunkan angka penderita penyakit khususnya berhubungan dengan air, dan berperan dalam meningkatkan standar atau taraf/kualitas hidup masyarakat (Aisharya, 2017)

2. Sumber air bersih

Sumber air bersih dibagi menjadi empat kelompok yaitu air permukaan, air tanah, air hujan dan mata air.

a. Air permukaan

Air permukaan adalah air yang dapat dimanfaatkan sebagai sumber atau bahan baku air minum antara lain.

- 1) Air waduk (berasal dari hujan)**
- 2) Air sungai (bersal dari air hujan dan mata air)**
- 3) Air danau (berasal dari air hujan, mata air dan sungai)**

Air permukaan merupakan air hujan yang mengalir di atas permukaan bumi. Selama pengalirannya, air permukaan mendapat pengotoran dari lumpur, batang batang kayu dan daun-daun.

b. Air tanah

Air tanah adalah air yang keberadaannya di bawah permukaan air tanah, sumber air yang utama untuk sumber air minum, kebanyakan air tanah ini menjadi masalah utama, air tanah adalah air yang keluar dengan sendirinya ke permukaan. Mata air yang bersumber dari tanah dalam tidak dipengaruhi dan kualitas dan kuantitasnya sama dengan keadaan air dalam tanah. Air tanah yang berada di dalam tanah harus digali atau di bor untuk mendapatkannya agar air keluar ke permukaan tanah, pada umumnya air tanah yang berasal dari air hujan yang melalui proses infiltrasi secara langsung atau tidak langsung dari air sungai danau rawa dan genangan air lainnya.

c. Air hujan

Teradinya air hujan dikarenakan proses penguapan, terutama air permukaan laut yang naik ke atmosfer dan mengalami pendinginan kemudian jatuh ke permukaan bumi, selama proses penguapan tersebut berlangsung. Misalnya saat butiran hujan jatuh ke permukaan bumi sebagian butiran hujan lainnya akan menguap sebelum sampai di permukaan bumi. Sebagian lainnya akan tertahan pada tumbuhan dan matahari akan diuapkan kembali ke atmosfer. Air hujan yang sampai di bumi akan mengisi cekungan kubangan di permukaan bumi dan sebagian akan mengalir di permukaan bumi.

d. Mata air

Mata air adalah air tanah yang dapat mencapai permukaan tanah melalui celah bebatuan karena adanya perbedaan tekanan. Mata air

bersumber dari deposit air tanah yang bebas dari bakteri patogen bila cara pengambilannya baik, maka dapat langsung diminum tanpa pengolahan khusus, dan banyak mengandung mineral, pada pengelolaan mata air yang dikelola untuk keperluan kelompok rumah tangga yang di beri bangunan pelindung (Lamentira, 2020).

3. Persyaratan kuantitas, kualitas dan kontinuitas air

a. Syarat kuantitatif

Persyaratan kuantitatif dalam penyediaan air bersih adalah ditinjau dari banyaknya air baku yang tersedia. Artinya air baku tersebut dapat digunakan untuk memenuhi kebutuhan sesuai dengan jumlah penduduk yang akan dilayani. Selain itu, jumlah air yang dibutuhkan sangat tergantung pada tingkat kemajuan teknologi dan sosial ekonomi masyarakat setempat. Penyediaan air bersih harus memenuhi kebutuhan masyarakat karena penyediaan air bersih yang terbatas memudahkan untuk timbulnya penyakit di masyarakat. Kebutuhan air bervariasi untuk setiap individu dan bergantung pada keadaan iklim, standar kehidupan dan kebiasaan masyarakat

b. Syarat kualitatif

Menggambarkan mutu atau kualitas dari air baku air bersih. Persyaratan ini meliputi syarat fisik, kimia, biologis.

1) Syarat fisik

Secara fisik air bersih harus jernih, tidak berwarna, tidak berbau dan tidak berasa(tawar). Warna dipersyaratkan dalam air bersih untuk masyarakat karena pertimbangan estetika. Rasa asin, manis, pahit, asam dan sebagainya tidak boleh terdapat dalam air bersih untuk masyarakat. Bau yang bisa terdapat

pada air adalah bau busuk, amis, dan sebagainya. Bau dan rasa biasanya terdapat bersama-sama dalam air.

2) Syarat kimia

Air bersih tidak boleh mengandung bahan-bahan kimia dalam jumlah yang melampaui batas. Secara kimia, air bersih tidak boleh terdapat zat-zat yang beracun, tidak boleh ada zat-zat yang dapat menimbulkan gangguan kesehatan, tidak mengandung zat - zat yang melebihi kadar tertentu sehingga menimbulkan gangguan teknis, dan tidak boleh mengandung zat kimia tertentu sehingga dapat menimbulkan gangguan ekonomis.

3) Syarat bakteriologis

Air bersih tidak boleh mengandung kuman-kuman patogen dan parasit seperti kuman-kuman typhus, kolera, dysentri dan gastroenteris. Karena apabila bakteri patogen dijumpai pada air minum maka akan mengganggu kesehatan atau timbul penyakit.

c. Syarat kontinuitas

Dalam penyediaan air bersih tidak hanya berhubungan dengan kualitas dan kuantitas saja, tetapi dari segi kontinuitas juga harus mendukung. Dimana air harus bisa tersedia secara terus-menerus meskipun dimusim kemarau selama umur rencana. Karena tujuan utama dari perencanaan jaringan distribusi air adalah agar kebutuhan masyarakat akan tersedianya air bersih dapat terpenuhi secara terus- menerus walaupun dimusim kemarau. Salah satu cara agar menjaga kontinuitas air tetap tersedia adalah dengan membuat tempat penampungan air (Reservoir) untuk menyimpan air sebagai persediaan air pada musim kemarau (Lamentira, 2020).

4. Penyakit yang dapat ditularkan melalui air

Penyakit-penyakit yang dapat ditularkan melalui air dapat dikelompokkan menjadi 4 (empat) kategori yaitu : (Lamentira, 2020)

a. Water borne disease

Adalah penyakit yang ditularkan langsung melalui air minum, dimana kuman pathogen terdapat di dalam air minum. Di antara penyakitpenyakit tersebut adalah penyakit kolera, penyakit typhoid, penyakit hepatitis, infeksiosa, penyakit disentri, dan penyakit gastroenteritis.

b. Water washed disease

Adalah penyakit yang disebabkan karena kekurangan air untuk pemeliharaan hygiene perorangan. Penyakit ini sangat dipengaruhi oleh cara penularan dan dapat dikelompokkan menjadi 2 (dua) yaitu:

- 1) Penyakit infeksi saluran pencernaan, misalnya diare. Penyakit dalam kelompok ini serupa dengan yang terdapat dalam water borne disease yaitu kolera, typhoid, hepatitis. Terjangkitnya penyakit ini erat dengan tersedianya air untuk makan, minum, dan memasak, serta untuk kebersihan alat-alat makan.
- 2) Penyakit kulit dan selaput lendir. Penyakit yang termasuk golongan ini antara lain penyakit infeksi fungsi pada kulit. Berjangkitnya penyakit ini sangat erat dengan kurangnya penyediaan air bersih untuk hygiene perorangan.

c. Water base disease

Penyakit yang ditularkan oleh bibit penyakit yang sebagian siklus hidupnya berada di air seperti Schistosomiasis. Larva Schistosomiasis hidup di

dalam air. Setelah waktunya larva ini akan mengubah bentuk menjadi Curcuma dan dapat menembus kaki 37 manusia yang berada di dalam air tersebut. Air ini sangat erat hubungannya dengan kehidupan manusia seperti mandi, mencuci, menangkap ikan dan sebagainya.

d. Water related insecta vectors

Adalah penyakit yang ditularkan melalui vektor yang hidupnya tergantung pada air, misalnya malaria, demam berdarah, filariasis, yellow fever, dan lain sebagainya. Nyamuk sebagai vektor penyakit akan berkembang biak dengan mudah, bila di lingkungannya banyak genangan-genangan air seperti gentongan air, pot, kaleng-kaleng bekas dan sebagainya sebagai tempat perindukannya.

C. Stunting

1. Pengertian stunting

Stunting (kerdil) adalah kondisi dimana balita memiliki panjang atau tinggi badan yang kurang jika dibandingkan dengan umur. Kondisi diukur dengan panjang atau tinggi badan yang lebih dari minus dua standar deviasi median standar pertumbuhan anak dari WHO. Balita stunting termasuk masalah gizi kronik yang disebabkan oleh banyak faktor seperti kondisi sosial ekonomi, gizi ibu saat hamil, kesakitan pada bayi, dan kurangnya asupan gizi pada bayi. Balita stunting di masa yang akan datang akan mengalami kesulitan dalam mencapai perkembangan fisik dan kognitif yang optimal. (Kemenkes RI, 2018)

Stunting adalah keadaan dimana tinggi badan berdasarkan umur rendah atau keadaan dimana tubuh anak lebih pendek dibandingkan dengan

anak-anak lain seusianya. Stunting ditandai dengan terlambatnya pertumbuhan anak yang mengakibatkan kegagalan dalam mencapai tinggi badan yang normal dan sehat sesuai usia anak. Stunting merupakan masalah gizi kronis atau kegagalan pertumbuhan dimasa lalu dan digunakan sebagai indikator jangka panjang untuk gizi kurang pada anak. (Novitasari, 2020)

Jadi, kesimpulannya stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis terutama dalam 1000 hari pertama kehidupan. Anak stunting cenderung memiliki Panjang atau tinggi badan balita *stunting* kurang jika dibandingkan dengan umur, yaitu kurang dari minus dua standar deviasi median standar pertumbuhan anak dari WHO

2. Penyebab stunting pada anak

Kejadian stunting pada anak merupakan suatu proses kumulatif yang terjadi sejak kehamilan, masa kanak-kanak dan sepanjang siklus kehidupan. Pada masa ini merupakan proses terjadinya stunting pada anak dan peluang peningkatan stunting terjadi dalam 2 tahun pertama kehidupan (Novitasari, 2020)

WHO mengategorikan penyebab langsung *stunting* pada anak meliputi berbagai faktor yaitu (Nikmah, 2020)

a. Faktor keluarga dan rumah tangga

Terdapat enam faktor dari ibu, yaitu gizi buruk selama masa prekonsepsi, kehamilan, perawakan ibu pendek, kehamilan dimasa remaja, kesehatan mental, kelahiran *premature*, jarak kelahiran pendek, dan hipertensi pada ibu Tinggi badan ibu menjadi penentu pertumbuhan janin di *intrauterin* dan kegagalan pertumbuhan anak dikemudian hari.

Faktor gizi ibu sebelum dan selama kehamilan merupakan penyebab tidak langsung yang memberikan kontribusi terhadap pertumbuhan dan perkembangan janin. Ibu hamil dengan gizi kurang akan menyebabkan janin mengalami pertumbuhan janin terlambat (IUGR), sehingga bayi akan lahir dengan kurang gizi, dan mengalami gangguan pertumbuhan dan perkembangan.

Tinggi badan ibu menjadi penentu pertumbuhan janin di *intrauterin* dan kegagalan pertumbuhan anak di kemudian hari. *Stunting* pada anak ditransmisikan secara lintas generasi melalui ibu karena ukuran badan ibu memiliki pengaruh kuat terhadap berat lahir.

Masa kehamilan sangatlah berpengaruh terhadap kejadian *stunting* pada bayi. Yang dimana Bayi yang lahir dengan berat lahir rendah dari seorang ibu akan meningkatkan kejadian *stunting* sekitar 20%. Hal ini terjadi karena bayi dengan berat lahir rendah mempunyai cadangan nutrisi yang rendah terkait dengan pertumbuhan seperti vitamin A, seng, dan zat besi. Sehingga bayi dengan berat lahir rendah bergantung pada ASI untuk memenuhi kebutuhan tersebut, akan tetapi jumlah nutrisi yang terkandung dalam ASI bergantung pula terhadap nutrisi dari ibu

b. Pemberian asupan makanan yang kurang memadai

Anak-anak yang mengalami hambatan dalam pertumbuhan disebabkan kurangnya asupan makanan yang memadai dan penyakit infeksi yang berulang, dan meningkatnya kebutuhan metabolic serta mengurangi nafsu makan, sehingga meningkatnya kekurangan gizi pada anak. Keadaan

ini semakin mempersulit untuk mengatasi gangguan pertumbuhan yang akhirnya berpeluang terjadinya stunting.

c. Pemberian ASI (Air Susu Ibu)

Pemberian ASI pada bayi akan lebih sehat dan mencapai pertumbuhan optimal dibandingkan dengan anak yang diberi susu formula. Anak-anak yang tidak disusui memiliki risiko sering terkena penyakit dan bahkan menyebabkan kematian dan kecacatan.

d. Faktor lingkungan

faktor lingkungan merupakan faktor penyebab tidak langsung terjadinya stunting. Kondisi sanitasi dasar lingkungan (air bersih, jamban keluarga, saluran pembuangan air limbah, pengelolaan sampah) yang tidak baik merupakan penyebab utama munculnya penyakit-penyakit infeksi, diantaranya diare dan kecacingan pada balita. Penyakit infeksi menyebabkan terjadinya gangguan absorpsi zat-zat saat proses pencernaan. Akibatnya yang dapat ditimbulkan oleh penyakit infeksi ialah berat badan bayi menurun, dan bila kondisi seperti ini berlangsung dalam waktu yang lama tanpa ada pemasukan yang mencukupi guna proses penyembuhan, maka akan berakibat terhadap terjadinya balita stunting

3. Ciri – ciri stunting

Tumbuh kembang terdiri atas dua peristiwa yang sifatnya berbeda tetapi saling berkaitan dan sulit untuk dipisahkan, yaitu pertumbuhan dan perkembangan. Pertumbuhan (growth) berkaitan dengan masalah perubahan ukuran, besar, jumlah atau dimensi pada tingkat sel, organ maupun individu. Pertumbuhan bersifat kuantitatif sehingga dapat diukur

dengan satuan berat (gram, kilogram), satuan panjang (cm, m), umur tulang, dan keseimbangan metabolik (retensi kalsium dan nitrogen dalam tubuh) (Artika, 2017)

Perkembangan adalah penambahan kemampuan struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks. Perkembangan menyangkut adanya proses diferensiasi sel-sel, jaringan, organ, dan sistem organ yang berkembang sedemikian rupa sehingga masing-masing dapat memenuhi fungsinya. Pertumbuhan mempunyai ciri-ciri khusus, yaitu (Artika, 2017). :

- a. Anak yang stunting, pada usia 8-10 tahun lebih terkekang/tertekan (lebih pendiam, tidak banyak melakukan eye-contact) dibandingkan dengan anak non-stunting jika ditempatkan dalam situasi penuh tekanan.
- b. Anak dengan kekurangan protein dan energi kronis (stunting) menampilkan performa yang buruk pada tes perhatian dan memori belajar, tetapi masih baik dalam koordinasi dan kecepatan gerak.
- c. Pertumbuhan melambat, batas bawah kecepatan tumbuh adalah 5cm/tahun decimal
- d. Tanda tanda pubertas terlambat (payudara, menarche, rambut pubis, rambut ketiak, panjangnya testis dan volume testis
- e. Wajah tampak lebih muda dari umurnya
- f. Pertumbuhan gigi yang terlambat

4. Pencegahan stunting

Pencegahan stunting dapat dilakukan antara lain dengan cara (Sutarto et al., 2018):

- a. Pemenuhan kebutuhan zat gizi bagi ibu hamil. Ibu hamil harus mendapatkan makanan yang cukup gizi, suplementasi zat gizi (tablet zat besi atau Fe), dan terpantau kesehatannya. Namun, kepatuhan ibu hamil untuk meminum tablet tambah darah hanya 33%. Padahal mereka harus minimal mengkonsumsi 90 tablet selama kehamilan.
- b. ASI eksklusif sampai umur 6 bulan dan setelah umur 6 bulan diberi makanan pendamping ASI (MPASI) yang cukup jumlah dan kualitasnya.
- c. Memantau pertumbuhan balita di posyandu. Merupakan upaya yang sangat strategis untuk mendeteksi dini terjadinya gangguan pertumbuhan.
- d. Memberikan imunisasi dasar lengkap. Imunisasi dasar lengkap menjadikan anak tetap sehat untuk dirinya sendirinya dan lingkungannya.
 - 1) Hepatitis B
 - 2) Poliomyelitis (Polio dan IPV)
 - 3) Tuberculosis (BCG)
 - 4) Difteri (DPT)
 - 5) Pertusis (DPT)
 - 6) Tetanus (DPT)
 - 7) Pneumonia dan Meningitis (Hib)
 - 8) Campak
- e. Meningkatkan akses terhadap tingkat risiko jamban keluarga dan air bersih, serta menjaga kebersihan lingkungan.