Bayi (6-12 Bulan)
Artikel

Mam, Ini Tanda Bayi Kuning yang Masih Normal dan Tidak Perlu Dikhawatirkan

OKT 30, 2026

Tanda bayi kuning yang normal adalah kuning yang muncul pada hari ke-2 atau ke-3 setelah lahir, hanya terlihat di wajah dan tubuh bagian atas, dan Si Kecil tetap aktif menyusu tanpa demam atau lemas. Kuning ini biasanya mereda sendiri dalam 1-2 minggu.

Sebaliknya, kuning yang muncul di 24 jam pertama, menyebar hingga kaki, atau disertai bayi lemas dan malas menyusu perlu segera diperiksakan ke dokter.

Bayi yang tampak kuning pada minggu pertama kehidupannya memang sering kali membuat khawatir banyak orang tua, khususnya para Mam yang baru saja menyambut Si Kecil ke dunia. Namun, kondisi ini biasanya adalah sesuatu yang normal dan umum terjadi pada bayi baru lahir.

Dalam artikel ini, kita akan membahas seperti apa sih tanda bayi kuning yang normal, penyebab, hingga langkah tepat yang dapat Mam lakukan untuk menjaga kesehatan Si Kecil, serta tanda kapan harus segera berkonsultasi dengan dokter. Mari, simak bersama!

Mengenal Kondisi Bayi Kuning (Jaundice)

Penyakit kuning pada bayi, atau yang secara medis dikenal sebagai *jaundice*, adalah kondisi yang sering ditemukan pada bayi baru lahir. Kondisi ini ditandai dengan warna kulit dan bagian putih mata Si Kecil yang berubah menjadi kekuningan.

Bayi kuning disebabkan oleh tingginya kadar bilirubin di dalam darah. Bilirubin sendiri merupakan zat sisa yang terbentuk saat sel darah merah dipecah dan tidak dapat dikeluarkan dengan cepat oleh hati yang masih belum matang sempurna pada bayi.

Menurut jurnal American Academy of Pediatrics, sebanyak 60% bayi cukup bulan dan 80% bayi prematur mengalami penyakit kuning dalam minggu pertama kehidupannya[1]. Meskipun tampak mengkhawatirkan, banyak kasus jaundice bersifat fisiologis, yaitu bagian dari proses

adaptasi tubuh Si Kecil dan biasanya akan membaik dengan sendirinya dalam beberapa minggu.

Baca Juga : Cara Mencegah Bayi Kuning dan Langkah Pentingnya

Penyebab Bayi Kuning pada Bayi Baru Lahir

Penyakit kuning pada bayi dapat disebabkan oleh beberapa faktor. Berikut adalah beberapa penyebab yang umum terjadi[2]:

1. Belum sempurnanya fungsi hati

Sistem hati pada bayi baru lahir belum matang, sehingga sulit memproses dan mengeluarkan bilirubin secara efisien.

2. Pemecahan sel darah merah yang lebih banyak

Si Kecil memiliki sel darah merah yang lebih tinggi dibandingkan orang dewasa, sehingga bilirubin dihasilkan dalam jumlah yang lebih besar.

3. Faktor menyusui

Pada beberapa bayi yang mendapatkan ASI, penyakit kuning dapat terjadi karena asupan ASI awal yang kurang cukup selama beberapa hari pertama. Ini disebut *breastfeeding jaundice*.

4. Lahir prematur

Bayi yang lahir sebelum waktunya memiliki fungsi hati yang lebih belum matang dibandingkan bayi cukup bulan sehingga lebih rentan terhadap jaundice.

Faktor-faktor ini sering menimbulkan ciri bayi kuning yang masih tergolong normal, tetapi Mam tetap perlu memahami batas dan kondisi yang harus diawasi.

Cara Mengetahui Bayi Kuning di Rumah

Warna kuning pada kulit bayi kadang sulit dikenali, apalagi di bawah lampu kamar. Mam bisa melakukan pengecekan sederhana berikut setiap hari selama minggu-minggu pertama Si Kecil:

- Periksa di bawah cahaya alami siang hari, misalnya di dekat jendela. Lampu yang kekuningan dapat membuat kulit Si Kecil tampak lebih kuning dari sebenarnya.[6]
- Tekan lembut kulit dahi atau hidung Si Kecil dengan jari, lalu lepaskan. Jika bekas tekanan tampak kekuningan, kemungkinan Si Kecil mengalami kuning ringan. Pada kulit yang normal, bekas tekanan hanya tampak sedikit lebih terang sesaat.[6]

- Perhatikan apakah warna kuning hanya ada di wajah, atau sudah menyebar ke dada, perut, lengan, hingga kaki.

Meski begitu, pengecekan dengan mata saja tidak bisa memperkirakan kadar bilirubin secara akurat.[4] Jika Mam melihat tanda kuning, terutama yang muncul di 24 jam pertama atau terus menyebar, bawa Si Kecil ke dokter untuk diperiksa kadar bilirubinnya dengan alat khusus atau tes darah.[5]

Batas Normal Bilirubin dan Tanda-tanda Tidak Berbahaya

Tanda bayi kuning yang normal biasanya mulai tampak pada hari ke-2 atau ke-3 setelah lahir dan mereda dengan sendirinya dalam 1-2 minggu. Biasanya, dokter akan memeriksa kadar bilirubin bayi dengan alat khusus atau melalui tes darah.

Batas normal bilirubin pada bayi cukup bulan adalah kurang dari 5 mg/dL dalam kondisi sehat[3]. Namun pada bayi baru lahir, batas aman bilirubin tidak bisa ditentukan dengan satu angka.

Dokter akan menilainya berdasarkan usia bayi dalam hitungan jam, usia kehamilan saat lahir, dan faktor risiko lainnya, sehingga kadar yang sama bisa aman pada satu bayi tetapi perlu fototerapi pada bayi lain.[5] Berikut ciri bayi kuning yang masih tergolong normal dan tidak berbahaya:

- Warna kuning hanya terlihat pada wajah dan bagian tubuh atas.
- Si Kecil tetap aktif menyusu dengan baik.
- Tidak ada gejala lain, seperti demam, tangisan berlebihan, atau lemas.
- Bayi tidak mengalami perubahan perilaku yang signifikan.

Jika kondisi kuning pada Si Kecil hanya terbatas seperti di atas, Mam tidak perlu khawatir berlebihan.

Kapan Harus Khawatir dan Segera Berkonsultasi ke Dokter

Walaupun banyak tanda bayi kuning yang normal, ada beberapa tanda yang menunjukkan bahwa kuning pada bayi dapat menjadi tanda kondisi serius. Mam perlu segera menghubungi dokter jika melihat tanda-tanda berikut:

- Warna kuning menyebar hingga ke kaki dan seluruh tubuh.
- Si Kecil terlihat sangat lemas atau sulit dibangunkan.
- Bayi malas menyusu atau bahkan menolak disusui.
- Ada tanda-tanda dehidrasi, seperti mulut kering atau berkurangnya jumlah popok basah.
- Si Kecil mengalami demam (suhu tubuh lebih dari 38°C).

- Warna tinja bayi putih atau pucat dan urine menjadi gelap.
- Kuning sudah muncul dalam 24 jam pertama setelah lahir.[5]
- Si Kecil menangis dengan nada tinggi, atau melengkungkan leher dan tubuhnya ke belakang.[6]
- Si Kecil masih tampak kuning saat berusia 3 minggu atau lebih.[4]

Kondisi-kondisi di atas dapat menjadi pertanda adanya *jaundice* patologis yang memerlukan penanganan segera, seperti gangguan metabolisme, infeksi, atau penyakit liver.

Agar lebih mudah membedakannya, berikut perbandingan bayi kuning yang normal dan tidak normal:

Aspek	Bayi kuning normal (fisiologis)	Bayi kuning tidak normal (perlu ke dokter)
Waktu muncul	Hari ke-2 atau ke-3 setelah lahir	Dalam 24 jam pertama setelah lahir[5]
Area kuning	Wajah dan tubuh bagian atas	Menyebar ke perut, lengan, kaki, hingga seluruh tubuh[6]
Menyusu	Tetap aktif menyusu	Malas atau menolak menyusu
Kondisi Si Kecil	Aktif, tidak demam, tidak lemas	Sangat lemas, sulit dibangunkan, menangis melengking, atau demam
Tinja dan urine	Tidak ada perubahan mencolok	Tinja putih atau pucat, urine gelap
Durasi	Mereda dalam 1-2 minggu	Tidak membaik, atau masih tampak di usia 3 minggu atau lebih[4]

Baca Juga : Masalah yang Sering Muncul pada Bayi Baru Lahir

Cara Menangani Bayi Kuning di Rumah

Mam tentu ingin memastikan agar Si Kecil dapat segera pulih jika menunjukkan tanda bayi kuning yang normal. Beberapa langkah berikut dapat Mam lakukan di rumah untuk mendukung kesehatan Si Kecil:

Memberikan ASI secara rutin dan cukup

Menyusui secara teratur dapat membantu tubuh Si Kecil memproses bilirubin melalui feses dan urine dengan lebih cepat. Pastikan Si Kecil mendapatkan cukup ASI, yaitu setidaknya 8-12 kali menyusu dalam 24 jam.

Hindari memberikan air putih atau air gula kepada Si Kecil untuk menurunkan kuning. AAP tidak merekomendasikan pemberian air atau cairan dekstrosa untuk mencegah maupun menurunkan kadar bilirubin.[5]

Hindari menjemur Si Kecil sebagai terapi kuning

Banyak orang tua masih menjemur Si Kecil di bawah sinar matahari pagi untuk mengatasi kuning. Namun, pedoman tata laksana hiperbilirubinemia dari Kementerian Kesehatan RI menyatakan bahwa paparan sinar matahari secara langsung tidak direkomendasikan untuk mencegah hiperbilirubinemia yang berat.[4]

Jika kadar bilirubin Si Kecil perlu diturunkan, dokter akan memberikan fototerapi, yaitu terapi sinar dengan alat khusus yang intensitas dan durasinya terukur.

Pantau setiap hari perubahan warna tubuh

Mam perlu memperhatikan bila ada perubahan atau perkembangan kuning yang meluas ke bagian tubuh tertentu. Dokumentasikan selama beberapa hari untuk memonitor kondisi kuning pada Si Kecil.

Catatan ini akan sangat membantu dokter saat memeriksa Si Kecil, tetapi tidak menggantikan pemeriksaan kadar bilirubin, karena penilaian dengan mata saja tidak cukup akurat.[4]

Namun, langkah-langkah di rumah ini bukan pengganti pemeriksaan dan penanganan medis. Jika kuning tidak membaik, terus menyebar, atau masih tampak saat Si Kecil berusia 3 minggu atau lebih, segera konsultasikan ke dokter.[4]

Kini Mam sudah memahami bahwa terdapat tanda bayi kuning yang normal dan tidak perlu dikhawatirkan, terutama jika kadar bilirubin masih dalam batas wajar dan tidak ada gejala lain yang mencurigakan.

Namun, penting bagi Mam untuk terus waspada dan memperhatikan ciri bayi kuning yang menjadi tanda penyakit serius. Selalu konsultasikan dengan dokter bila Mam ragu atau khawatir terhadap kondisi Si Kecil untuk mendapatkan keputusan terbaik.

Semoga Mam dan Si Kecil sehat selalu, ya!

Pertanyaan Seputar Tanda Bayi Kuning yang Normal

1. Apa saja ciri-ciri bayi kuning yang normal?

Bayi kuning yang normal umumnya mulai tampak pada hari ke-2 atau ke-3 setelah lahir, kuningnya hanya di wajah dan tubuh bagian atas, dan Si Kecil tetap aktif menyusu tanpa demam atau lemas. Kondisi ini biasanya mereda sendiri dalam 1-2 minggu.

2. Apa saja gejala bayi kuning yang tidak normal?

Gejala bayi kuning yang tidak normal antara lain kuning muncul dalam 24 jam pertama, menyebar hingga perut dan kaki, bayi sangat lemas atau sulit dibangunkan, malas menyusu, menangis melengking, demam, serta tinja pucat dan urine gelap.[5,6] Jika muncul salah satunya,

segera bawa Si Kecil ke dokter.

3. Apakah bayi kuning karena kurang ASI berbahaya?

Bayi kuning karena kurang ASI (breastfeeding jaundice) biasanya tidak berbahaya jika segera ditangani dengan menyusui lebih sering, yaitu 8-12 kali sehari.[4] Namun, jika Si Kecil tampak lemas, jarang buang air kecil, atau kuningnya makin meluas, segera periksakan ke dokter.

Source

Nicole B. Anderson, Kara L. Calkins; Neonatal Indirect Hyperbilirubinemia. Neoreviews November 2020; 21 (11): e749–e760. https://doi.org/10.1542/neo.21-11-e749

Cleveland Clinic. (2022, January 17). Jaundice in Newborns: Symptoms, Causes & Treatment. Cleveland Clinic. https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/22263-jaundice-in-newborns

Kissoon, N. (2008). Jaundice. Elsevier EBooks, 340–344. https://doi.org/10.1016/b978-141600087-7.50041-6

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/MENKES/240/2019 tentang Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Hiperbilirubinemia. https://keslan.kemkes.go.id/unduhan/fileunduhan_1610349726_94555.pdf

Kemper, A. R., Newman, T. B., Slaughter, J. L., et al. (2022). Clinical Practice Guideline Revision: Management of Hyperbilirubinemia in the Newborn Infant 35 or More Weeks of Gestation. Pediatrics, 150(3), e2022058859. https://doi.org/10.1542/peds.2022-058859

Mayo Clinic Staff. (n.d.). Infant jaundice: Symptoms and causes. Mayo Clinic. https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/infant-jaundice/symptoms-causes/syc-20373865

Bagikan sekarang




Optimalkan Milestone &
Perkembangan Otak si Kecil
BERSAMA
Wyeth Nutrition
S-26
ParenTeam
JOIN SEKARANG >