Artikel

Kenali 10 Gejala Campak pada Anak Berikut Ini!

JUL 8, 2026

4 MINS

Saat si Kecil mengalami demam, batuk, atau pilek, Mam mungkin menganggapnya sebagai gejala flu biasa yang akan membaik dalam beberapa hari. Namun, pada beberapa kasus, keluhan tersebut juga bisa menjadi tanda awal campak.

Gejala awal campak sering menyerupai infeksi saluran pernapasan lainnya sehingga tidak sedikit orang tua yang baru menyadarinya setelah ruam campak pada anak mulai muncul. Ketika ruam terlihat, Mam mungkin juga bertanya-tanya mengenai beda campak dan alergi, karena keduanya sama-sama dapat menyebabkan bercak kemerahan pada kulit.

Oleh sebab itu, Mam sebaiknya bisa mengenali gejala campak pada anak sejak dini agar penanganannya bisa dilakukan dengan tepat.

Apa Itu Campak?

Campak adalah penyakit yang disebabkan oleh infeksi virus dan sangat mudah menular. Virus campak dapat menyebar melalui percikan droplet yang keluar saat penderita batuk, bersin, atau berbicara.

Penyakit ini dapat menyerang siapa saja, tetapi paling sering terjadi pada anak-anak. Setelah menginfeksi saluran pernapasan, virus dapat menyebar ke seluruh tubuh dan menimbulkan berbagai gejala, mulai dari demam hingga ruam pada kulit. Oleh karena itu, memahami penyebab campak dan mengenali gejala awalnya menjadi langkah penting untuk membantu melindungi Si Kecil.

10 Gejala Campak pada Anak

Gejala campak biasanya muncul sekitar 7–14 hari setelah anak terpapar virus. Berikut beberapa ciri ciri campak yang paling sering ditemukan:

1. Demam Tinggi

Campak umumnya diawali dengan demam tinggi yang dapat mencapai lebih dari 40°C. Demam terjadi sebagai respons alami tubuh saat sistem kekebalan melawan infeksi virus campak.

2. Batuk

Batuk merupakan salah satu gejala awal campak yang cukup sering muncul. Kondisi ini terjadi karena virus campak menginfeksi saluran pernapasan dan menyebabkan iritasi pada tenggorokan serta saluran napas.

3. Pilek

Selain batuk, Si Kecil juga dapat mengalami pilek atau hidung berair. Gejala ini muncul akibat peradangan pada saluran pernapasan bagian atas.

4. Mata Merah (Konjungtivitis)

Campak sering menyebabkan mata anak tampak merah, berair, dan terasa tidak nyaman. Hal ini terjadi karena virus juga dapat menyebabkan peradangan pada selaput yang melapisi bagian putih mata dan kelopak mata.

5. Sensitif terhadap Cahaya (Fotofobia)

Sebagian anak menjadi lebih sensitif terhadap cahaya sehingga merasa silau saat berada di tempat yang terang. Kondisi ini sering berkaitan dengan peradangan pada mata yang terjadi selama infeksi campak.

6. Bercak Putih di Dalam Mulut (Bercak Koplik)

Bercak Koplik berupa bintik-bintik kecil berwarna putih keabu-abuan yang muncul di bagian dalam pipi. Bercak ini muncul akibat perubahan pada lapisan mukosa mulut yang dipengaruhi oleh infeksi virus campak.

7. Ruam Kemerahan

Ruam campak pada anak umumnya muncul 3–5 hari setelah gejala awal. Ruam biasanya dimulai dari area wajah atau garis rambut, kemudian menyebar ke leher, badan, lengan, hingga kaki. Ruam terjadi sebagai bagian dari respons sistem kekebalan tubuh terhadap

penyebaran virus di dalam tubuh.

8. Nafsu Makan Menurun

Saat mengalami campak, Si Kecil mungkin menjadi kurang tertarik untuk makan atau minum. Demam, rasa tidak nyaman, dan kondisi tubuh yang sedang melawan infeksi dapat memengaruhi nafsu makannya.

9. Lemas dan Kurang Aktif

Demam dan infeksi virus dapat membuat Si Kecil tampak lebih lemas dan mudah lelah. Tubuh membutuhkan lebih banyak energi untuk melawan infeksi sehingga anak sering terlihat kurang aktif dari biasanya.

10. Pembengkakan Kelenjar Getah Bening

Pada beberapa anak, kelenjar getah bening dapat membesar sebagai bagian dari respons sistem kekebalan tubuh saat melawan infeksi virus campak.

5 Tips agar Anak Terhindar dari Campak

Berikut beberapa langkah yang dapat dilakukan untuk membantu melindungi si Kecil dari paparan virus penyebab campak.

1. Lengkapi vaksinasi

Vaksinasi merupakan salah satu cara paling efektif untuk membantu melindungi anak dari campak. Pastikan si Kecil mendapatkan imunisasi sesuai jadwal yang dianjurkan agar perlindungannya lebih optimal.

2. Biasakan mencuci tangan secara rutin

Ajarkan si Kecil mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir, terutama sebelum makan, setelah dari toilet, dan setelah beraktivitas di luar rumah. Kebiasaan ini dapat membantu mengurangi risiko penyebaran kuman dan virus.

3. Terapkan etika batuk dan bersin yang baik

Biasakan anak menutup mulut dan hidung saat batuk atau bersin menggunakan tisu atau siku bagian dalam. Setelah itu, buang tisu ke tempat sampah dan cuci tangan agar virus tidak mudah menyebar ke orang lain.

Jaga kebersihan lingkungan dan sirkulasi udara di rumah

Rumah dengan ventilasi yang baik dapat membantu memperlancar pertukaran udara dan mengurangi penumpukan partikel yang berpotensi membawa kuman. Selain itu, menjaga kebersihan lingkungan secara rutin juga penting untuk membantu mengurangi risiko penyebaran berbagai kuman penyebab penyakit.

Hindari berbagi barang pribadi

Usahakan si Kecil tidak menggunakan alat makan, gelas, handuk, atau perlengkapan pribadi secara bergantian untuk membantu mengurangi risiko penularan.

Menjaga kesehatan anak tidak hanya dilakukan saat ia sakit, tetapi juga melalui berbagai langkah pencegahan sehari-hari, termasuk memenuhi kebutuhan nutrisi dan mendukung daya tahan tubuhnya agar tetap optimal.

Dukung hari belajar si Kecil tetap nyaman. S-26 GOLD pHPro dengan Partially Hydrolyzed Protein bantu mengurangi risiko alergi, plus DHA, Kolin, dan nutrisi lengkap untuk mendukung perkembangan otak, pertumbuhan, serta daya tahan tubuh si Kecil setiap hari.

Pertanyaan Seputar Gejalan Campak Pada Anak

1. Berapa lama campak pada anak?
Gejala campak umumnya berlangsung sekitar 7–14 hari. Ruam biasanya mulai memudar dalam beberapa hari setelah muncul, meski pemulihan setiap anak dapat berbeda.

2. Apakah anak yang sudah imunisasi masih bisa terkena campak?
Masih bisa, namun risikonya jauh lebih rendah. Jika tetap terinfeksi, gejala yang muncul umumnya lebih ringan dibandingkan anak yang belum mendapatkan imunisasi.

3. Bolehkah memandikan anak yang sedang sakit campak?
Boleh. Memandikan anak dengan air hangat dapat membantu menjaga kebersihan tubuh dan membuatnya merasa lebih nyaman selama sakit.

Referensi

World Health Organization. (2025). *Measles*. Retrieved June 2026, from https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/measles

U.S. Centers for Disease Control and Prevention. (2026). *Measles Symptoms and Complications*. Retrieved June 2026, from https://www.cdc.gov/measles/signs-symptoms/index.html

LeWine, Howard. E. (2023). *Measles (rubeola)*. Retrieved June 2026, from https://www.health.harvard.edu/a_to_z/measles-rubeola-a-to-z

Zingman, Barrey., & others. *Measles (Rubeola) in Children*. Retrieved June 2026, from https://www.cedars-sinai.org/health-library/diseases-and-conditions---p…

Unicef. (2025). *What are the signs of measles?*. Retrieved June 2026, from https://www.unicef.org/eap/place-for-parents/what-are-signs-measles

National Health Service UK. (2025). *Measles*. Retrieved June 2026, from https://www.nhs.uk/conditions/measles/

Bagikan sekarang