

APA ITU ASI EKSKLUSIF???

ASI EKSKLUSIF adalah pemberian **ASI TANPA** makanan dan minuman tambahan lain pada bayi yang berumur 0-6 bulan.



APA SAJA KEUNGGULAN ASI?

1 Aspek Gizi

ASI mengandung zat-zat gizi berkualitas tinggi yang berguna bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi. Selain itu untuk menghindarkan bayi dari kegemukan.

2 Aspek Immunologik

ASI mengandung zat anti infeksi, bersih, dan bebas kotoran.

3 Aspek Psikologik

Bayi Akan Merasa Aman Dan Puas Karena Bayi Merasakan Kehangatan Tubuh Ibu Dan Mendengar Denyut Jantung Ibu Yang Sudah Dikenal Sejak Bayi Masih Dalam Rahim.



4 Aspek Kecerdasan

ASI sangat dibutuhkan untuk perkembangan system saraf yang dapat meningkatkan kecerdasan bayi.

4 Aspek Ekonomi

ASI selalu tersedia, tidak perlu biaya untuk mendapatkannya.



4. Lebih murah karena ibu tidak perlu mengeluarkan uang untuk makanan bayi sampai bayi berumur 6 bulan.



**JADI MAUKAH ANDA
MENYUSUI BAYI ANDA
SECARA EKSKLUSIF?????**

APA MANFAAT ASI EKSKLUSIF BAGI IBU DAN BAYI??

1. Menambah panjang kembalinya kesuburan setelah melahirkan sehingga dapat menunda kehamilan.
2. Ibu lebih cepat langsing.
3. Melindungi bayi dari infeksi pencernaan, seperti diare.

Sumber Buku Panduan Manajemen Laktasi :
Dit. Gizi Masyarakat-Depkes RI, 2001
http://asuh.wikia.com/wiki/asi_eksklusif
www.gizi.net/asi



Manfaat Asi Eksklusif Bagi Ibu Dan Bayi



**TIM PONEK
(POKJA PROGNAS)**

**RSUD WAIBAKUL
KABUPATEN SUMBA TENGAH**