

ASI EKSKLUSIF

MENINGKATKAN KUALITAS SDM

No. KD	KOMPETENSI DASAR
4.13	Menyajikan karya tulis tentang pentingnya menyiapkan generasi terencana untuk meningkatkan mutu Sumber Daya Manusia (SDM)
3.14	Menganalisis peran sistem imun dan imunisasi terhadap proses fisiologi di dalam tubuh

IPK

PENGETAHUAN	KETERAMPILAN
<ol style="list-style-type: none">1. Mengadakan studi literatur tentang ASI eksklusif2. Membuat laporan peranan ASI pada peningkatan SDM3. Membuat poster pentingnya ASI Eksklusif	<ol style="list-style-type: none">1. Memerinci peran serum pada sistem imunitas2. Memerinci peran sel darah putih pada sistem imunitas3. Memerinci mekanisme fungsi imunitas4. Memerinci fungsi imunisasi bagi kesehatan

KANDUNGAN ASI



- Nutrisi Lengkap bagi bayi
- Antibodi (imunitas pasif alami)

KANDUNGAN ASI

- AIR. **Asi** mengandung 87,5 persen air. ...
- KARBOHIDRAT. karbohidrat utama dalam **ASI** adalah laktosa. ...
- PROTEIN. Protein penting yang terkandung dalam **ASI**, yaitu whey dan kasein. ...
- LEMAK. Termasuk lemak esensial.
- VITAMIN dan MINERAL.
- KOLOSTRUM. Kolostrum merupakan **ASI** yang keluar pertama kali pada 1-5 hari pascamelahirkan. Kolostrum banyak mengandung antibody.

PENGERTIAN ASI EKSKLUSIF

- ASI eksklusif diberikan sejak bayi lahir ke dunia hingga berusia enam bulan. Selama periode tersebut, disarankan untuk hanya memberi Si Kecil ASI, tanpa tambahan asupan apa pun.



ASI EKSKLUSIF

- Antibodi yang membangun imunitas tubuh bayi
- Mendorong pertumbuhan bayi
- Meningkatkan perkembangan otak bayi
- Kesehatan ibu
- Menurunkan tingkat stress pada ibu
- Membangun hubungan emosional bayi dan ibu



PERHATIKAN

KRITERIA UNTUK PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF



Bayi sesak, susah minum, lemah atau berat badan turun

Tidak harus ASI eksklusif

Semua bayi cukup bulan yang sehat

Bayi prematur berisiko rendah (≥ 34 minggu tanpa masalah pernafasan)

ASI eksklusif

PROBLEM DI INDONESIA



SUSU FORMULA

- Susu formulasi untuk bayi
- Sesuaikan usia
- Pilih yang cocok untuk bayi
- Sebaik-baiknya susu formula, memang tidak akan bisa menandingi [manfaat ASI](#)

POSTER

