

INTI SARI

Anak pada masa tumbuh kembang memerlukan perhatian khusus dari orangtuanya, terutama ibu dalam hal kecukupan gizinya. Perhatian yang perlu dicurahkan oleh ibu adalah pada pertama kehidupan anak, karena otak tumbuh secara pesat pada masa itu. Dalam hal pemberian nutrisi secara tepat pada masa balita menuntut ibu untuk memiliki pengetahuan gizi yang cukup memadai, sehingga anak akan tumbuh dan berkembang secara optimal.

Air Susu Ibu (ASI) tidak perlu diragukan lagi manfaatnya bagi bayi, karena merupakan makanan bayi yang paling baik. Pemberian ASI merupakan cara pemberian makanan tradisional yang ideal. ASI sebagai makanan tunggal, dapat memenuhi kebutuhan fisiologis bayi sampai usia 4 - 6 bulan, jika diberikan sesuai kehendak bayi. Selama masih mendapat ASI bayi tersebut sangat tergantung pada ibunya, oleh karena itu kualitas dan kuantitas ASI sangat dipengaruhi oleh makanan dan keadaan gizi ibu.

Ada kalanya oleh suatu sebab ibu harus menambah atau mengganti ASI dengan makanan lain. Untuk memenuhi zat gizi bayi di atas 6 bulan, pemberian ASI saja tidak mencukupi, karena meningkatnya kebutuhan bayi disamping berkurangnya produksi ASI, dengan demikian perlu ditambahkan berbagai jenis makanan lain, dengan syarat Pengganti Air Susu Ibu (PASI) harus memenuhi kebutuhan fisiologis bayi.

Pemberian makanan pada bayi merupakan salah satu faktor utama untuk mencapai status gizi baik. Status gizi yang baik pada masa bayi merupakan faktor penting untuk mencapai tumbuh kembang yang optimal. Begitu pula seorang ibu dengan pengetahuan yang baik tentang penggunaan PASI