

INTISARI

Dimasa sekarang ini, selain berfungsi sebagai ibu rumah tangga, seorang ibu juga harus bekerja untuk mencukupi kebutuhan rumah tangganya. Banyak diantara ibu - ibu muda yang terpaksa meninggalkan anaknya yang masih bayi. Karena meninggalkan anaknya yang masih bayi dan tidak memungkinkan untuk menyusui secara eksklusif hingga usia empat bulan, maka pilihan yang terbanyak adalah dengan digantikannya ASI oleh susu formula. Padahal ditinjau dari berbagai segi, menyusui bayi secara utuh hingga usia empat bulan (eksklusif) jelas lebih menguntungkan.

Menyusui bayi secara eksklusif sangat baik untuk pertumbuhan bayi tersebut dimasa mendatang, seperti hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Purwanto Wahyu Irawan, yang mengatakan bahwa bayi yang menyusui secara non eksklusif, akan mengalami kenaikan berat badan melebihi normal sehingga akan cenderung untuk menderita obesitas bila dibandingkan dengan bayi yang mendapatkan ASI eksklusif. Bayi yang mendapatkan ASI non eksklusif lebih sering menderita diare daripada bayi yang mendapatkan ASI eksklusif. Bayi yang menyusui secara eksklusif lebih tahan terhadap berbagai macam penyakit, misalnya obesitas, hipertensi, arteriosklerosis, dan alergi makanan. Disamping manfaat bagi bayi, menyusui secara eksklusif juga bermanfaat bagi ibu, seperti mencegah terjadinya kanker payudara, mempercepat kembalinya rahim ke bentuk semula, dan dapat menjarangkan kehamilan. Menyusui secara eksklusif juga dapat mempererat hubungan psikologi / hubungan lekat ibu dan anak. Disamping itu, ASI mengandung zat gizi yang ideal dan mencukupi untuk tumbuh kembang anak hingga usia empat bulan, ASI bersifat higienis, steril, murah, bergizi, mudah dicerna dan tersedia kapan saja.

Kesimpulannya, ASI eksklusif mempunyai keuntungan bukan hanya untuk bayi tetapi juga untuk para ibu. Oleh karena itu harus dianjurkan kepada setiap ibu

ABSTRACT

Recently, woman has a role as a housewife and also has to work to fulfill the household needs. Consequently many of them have to leave their babies and cannot give exclusively breast feeding their babies until four months. They prefer to give formula milk to their babies instead. Whereas in some aspect, exclusively breast feeding their babies until four months (exclusively) has many advantages.

Exclusively breast feeding is very good for baby growth and development in the future, according to researches, one of them conducted by Irawan. This research has a conclusion that babies who are not given exclusively breast feeding, tend to increase their weight above the average, so they tend to have obesity compare to the babies who are given exclusively breast feeding. Babies who are not given exclusively breast feeding are more frequent to have diarrhea than babies who are given exclusively breast feeding. A baby who is give exclusively breast feeding more resist from obesity, hypertension, arteriosclerosis, and food allergic. In addition to give benefits for the babies, exclusively breast feeding give advantages for mother such as to prevent breast cancer, to form the uterus to the normal shape as before pregnant, to prolong the interval of pregnancies. Exclusively breast feeding make a closer psychological / relationship between mother and her baby. Besides, breast feeding contains good nutrient for baby growth and development until four months. Breast feeding is more hygienic, sterilized, cheaper, nutritious, easier to digest and available for any time.

In conclusion, exclusively breast feeding has many advantages not only for the babies, but also for the mother. Therefore, it is better to give exclusively breast feeding to the babies until four months.