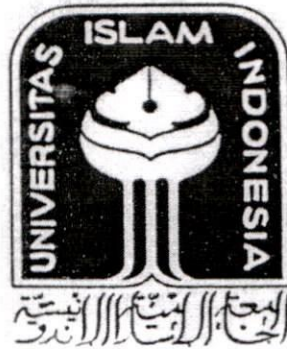


**MANFAAT AIR SUSU IBU (ASI) TERHADAP PERKEMBANGAN ANAK
MENURUT PERSPEKTIF AHLI GIZI**



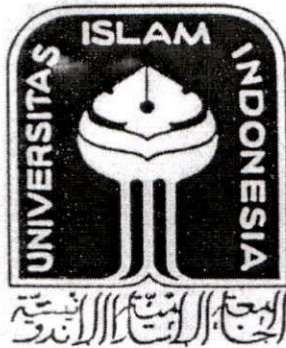
Oleh:
Heni Hanifah Hilmi
NIM: 07913249

TESIS

Diajukan kepada
Program Pascasarjana Fakultas Ilmu Agama Islam
Magister Studi Islam Universitas Islam Indonesia
Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat guna
Memperoleh Gelar Magister Studi Islam

**YOGYAKARTA
2009**

**MANFAAT AIR SUSU IBU (ASI) TERHADAP PERKEMBANGAN ANAK
MENURUT PERSPEKTIF AHLI GIZI**



Oleh:

Heni Hanifah Hilmi

NIM: 07913249

Pembimbing

Prof. Dr. H. Amir Mu'allim, MIS

TESIS

Diajukan kepada
Program Pascasarjana Fakultas Ilmu Agama Islam
Magister Studi Islam Universitas Islam Indonesia
Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat guna
Memperoleh Gelar Magister Studi Islam

YOGYAKARTA

2009



PROGRAM PASCASARJANA FIAI
MAGISTER STUDI ISLAM
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA
Jl. Demangan Baru No. 24 Lantai II Yogyakarta
Telp. (0274) 523637 Fax. 523637

PENGESAHAN

Nomor: 591/PS-MSI/Peng./VIII/2009

TESIS berjudul : **MANFAAT AIR SUSU IBU (ASI) TERHADAP
PERKEMBANGAN ANAK MENURUT PERSPEKTIF AHLI
GIZI**

Ditulis oleh : Heni Hanifah Hilmi

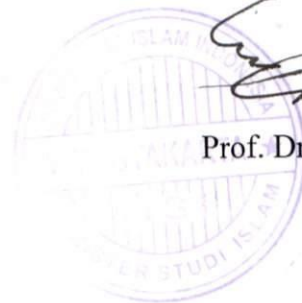
N. I. M. : 07913249

Konsentrasi : Pendidikan Islam

Telah dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Magister dalam Ilmu
Pendidikan Islam

Yogyakarta, 23 Agustus 2009
Ketua Program

Prof. Dr. H. Amir Mu'allim, MIS





PROGRAM PASCASARJANA FIAI
MAGISTER STUDI ISLAM
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA
Jl. Demangan Baru No. 24 Lantai II Yogyakarta
Telp. (0274) 523637 Fax. 523637

TIM PENGUJI UJIAN TESIS

Nama : Heni Hanifah Hilmi
Tempat/tgl.lahir : Tasikmalaya, 13 Juli 1977
N. I. M. : 07913249
Konsentrasi : Pendidikan Islam
Judul Tesis : **MANFAAT AIR SUSU IBU (ASI) TERHADAP
PERKEMBANGAN ANAK MENURUT PERSPEKTIF AHLI GIZI**

Ketua/Sekretaris: Drs. H. Asmuni, MA

Pembimbing : Prof. Dr. H. Amir Mu'allim, MIS

Penguji : Prof. Dr. H. Usman Abu Bakar, MA

Penguji : Prof. Dr. H. Ahmad Abd. Syakur, MA



(*[Signature]*)
(*[Signature]*)
(*[Signature]*)
(*[Signature]*)

Diuji di Yogyakarta pada tanggal 13 Agustus 2009

Pukul : 14.00–15.00 WIB

Hasil / Nilai : **87,00 / A**

UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA

Mengetahui

Direktur Program Pascasarjana MSI UII



[Signature]
Prof. Dr. H. Amir Mu'allim, MIS



PROGRAM PASCASARJANA FIAI
MAGISTER STUDI ISLAM
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA
Jl. Demangan Baru No. 24 Lantai II Yogyakarta
Telp. (0274) 523637 Fax. 523637

NOTA DINAS

No. : 745/PS-MSI/ND/VII/2009

TESIS berjudul : **MANFAAT AIR SUSU IBU (ASI) TERHADAP PERKEMBANGAN ANAK MENURUT ISLAM**

Ditulis oleh : Heni Hanifah Hilmi

NIM : 07913249

Konsentrasi : Pendidikan Islam

Telah dapat diujikan di depan Dewan Penguji Tesis Magister Studi Islam Program Pascasarjana (S-2) Universitas Islam Indonesia.

Yogyakarta, 10 Agustus 2009

Ketua Program,


Prof. Dr. H. Amir Mu'allim, MIS.

UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA



**PROGRAM PASCASARJANA
MAGISTER STUDI ISLAM
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA**
Jl. Demangan Baru No. 24 Lantai II Yogyakarta
Telp. (0274) 523637 Fax. 523637

PERSETUJUAN

TESIS berjudul : **MANFAAT AIR SUSU IBU (ASI) TERHADAP
PERKEMBANGAN ANAK MENURUT PERSPEKTIF
 AHLI GIZI**

Ditulis oleh : **Heni Hanifah Hilmi**

NIM. : **07913249**

Konsentrasi : **Pendidikan Islam**

Telah dapat disetujui untuk diuji di hadapan Tim Penguji Tesis Magister Studi Islam
Program Pascasarjana Universitas Islam Indonesia

**UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA**

Yogyakarta, 10 Agustus 2009
Pembimbing

Prof. Dr. H. Amir Mu'allim, MIS

MOTTO

الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ

Seorang mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai oleh Allah dari pada seorang mukmin yang lemah



UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA

¹ Imam Muslim, *Ṣaḥih Muslim*, (Beirut: Dār al-Fikr, 1992), II: 559

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Transliterasi kata Arab-Latin yang dipakai dalam penyusunan Tesis ini berpedoman pada Surat Keputusan Bersama Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor : 158/1987 dan 0543b/U/1987 tertanggal 22 Januari 1988.

I. Konsonan Tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	tidak dilambangkan	tidak dilambangkan
ب	Bā'	<i>b</i>	-
ت	Tā	<i>t</i>	-
ث	Sā	<i>s</i>	s (dengan titik di atas)
ج	Jīm	<i>j</i>	-
ح	Hā'	<i>h</i>	h (dengan titik di bawah)
خ	Khā'	<i>kh</i>	-
د	Dāl	<i>d</i>	-
ذ	Zāl	<i>z</i>	z (dengan titik di atas)
ر	Rā'	<i>r</i>	-
ز	Zā'	<i>z</i>	-
س	Sīn	<i>s</i>	-
ش	Syīn	<i>sy</i>	-
ص	Sād	<i>.s</i>	s (dengan titik di bawah)
ض	Dād	<i>.d</i>	d (dengan titik di bawah)
ط	Tā'	<i>.t</i>	t (dengan titik di bawah)
ظ	Zā'	<i>.z</i>	z (dengan titik di bawah)
ع	'Aīn	'	koma terbalik ke atas
غ	Gaīn	<i>g</i>	-
ف	Fā'	<i>f</i>	-

ق	Qāf	<i>q</i>	-
ك	Kāf	<i>k</i>	-
ل	Lām	<i>l</i>	-
م	Mīm	<i>m</i>	-
ن	Nūn	<i>n</i>	-
و	Wāwu	<i>w</i>	-
ه	Hā'	<i>h</i>	-
ء	Hamzah	'	apostrof
ي	Yā'	<i>y</i>	-

II. Konsonan Rangkap karena *Syaddah* ditulis rangkap

متعددة	Ditulis	<i>muta'addidah</i>
عدة	Ditulis	'iddah

III. *Ta' Marbūtah* di akhir kata

- a. Bila dimatikan tulis *h*

حكمة	Ditulis	<i>hikmah</i>
جزية	Ditulis	<i>jizyah</i>

(Ketentuan ini tidak diperlukan, bila kata-kata arab yang sudah terserap ke dalam bahasa Indonesia, seperti zakat, salat dan sebagainya, kecuali bila dikehendaki lafal aslinya)

- b. Bila *ta' marbūtah* diikuti dengan kata sandang “*al*” serta bacaan kedua itu terpisah, maka ditulis dengan *h*

كرامة الأولياء	ditulis	<i>karāmah al-auliya'</i>
----------------	---------	---------------------------

- c. Bila *ta' marbūtah* hidup atau dengan harakat, fathah, kasrah dan dammah ditulis *t*

زكاة الفطر	ditulis	<i>zakāt al-ḥiṭr</i>
------------	---------	----------------------

IV. Vokal Pendek

-----	<i>fathah</i>	ditulis	a
-----	<i>kasrah</i>	ditulis	i
-----	<i>dammah</i>	ditulis	u

V. Vokal Panjang

1.	<i>Fathah + alif</i> جاهلية	ditulis ditulis	<i>ā</i> <i>jāhiliyah</i>
2.	<i>Fathah + ya' mati</i> تسى	ditulis ditulis	<i>ā</i> <i>tansā</i>
3.	<i>Kasrah + ya' mati</i> كريم	ditulis ditulis	<i>ī</i> <i>karīm</i>
4.	<i>dammah + wawu mati</i> فروض	ditulis ditulis	<i>ū</i> <i>furūd</i>

VI. Vokal Rangkap

1.	<i>Fathah + ya' mati</i> بينكم	ditulis ditulis	<i>ai</i> <i>bainakum</i>
2.	<i>Fathah + wawu mati</i> قول	ditulis ditulis	<i>au</i> <i>qaul</i>

VII. Vokal Pendek yang berurutan dalam satu kata dipisahkan dengan apostrof

أأنتم	ditulis	<i>a'antum</i>
أأعدت	ditulis	<i>u'iddat</i>
لئن شكرتم	ditulis	<i>la'in syakartum</i>

VIII. Kata Sandang *Alif + Lam*

- a. Bila diikuti huruf *Qamariyyah*

القرآن	ditulis	<i>al-Qur'ān</i>
القياس	ditulis	<i>al-Qiyās</i>

b. Bila diikuti huruf *Syamsiyyah* ditulis dengan menggunakan huruf *Syamsiyyah* yang mengikutinya, serta menghilangkan huruf *l* (el)-nya.

السماء	ditulis	<i>as-Samā'</i>
الشمس	ditulis	<i>asy-Syams</i>

IX. Penulisan kata-kata dalam rangkaian kalimat

Ditulis menurut bunyi atau pengucapannya.

ذوى الفروض	ditulis	<i>zawi al-furūd</i>
أهل السنة	ditulis	<i>ahl as-Sunnah</i>



UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Segala puji hanyalah bagi Allah Swt. Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Salawat dan salam semoga Allah Swt. limpahkan selamanya kepada Nabi Muhammad Saw., keluarganya dan para sahabatnya serta seluruh umatnya yang setia memperjuangkan kebenaran dan menegakkan al-Islam secara konsisten sampai akhir zaman.

Alhamdulillah, berkat rahmat dan hidayah Allah Swt. penulis dapat menyelesaikan tesis ini yang berjudul: *Manfaat Air Susu Ibu (ASI) Terhadap Perkembangan Anak Menurut Perspektif Ahli Gizi* sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar Magister Studi Islam (MSI) pada Program Pasca Sarjana (S2) Universitas Islam Indonesia (UII) Yogyakarta.

Selesainya penulisan tesis ini tidak terlepas dari adanya bantuan berbagai pihak, baik langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang se-tinggi-tingginya dan penghargaan yang se-besar-besarnya kepada yang terhormat :

1. Bapak Prof. Dr. H. Edy Suandi Hamid, M.Ec. selaku Rektor Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.
2. Bapak Drs. H. M. Fajar Hidayanto, MM. selaku Dekan Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.
3. Bapak Prof. Dr. H. Amir Mu'allim, MIS. selaku Ketua Program Magister Studi Islam Universitas Islam Indonesia Yogyakarta dan selaku pembimbing

penulis yang telah memberikan pengarahannya serta saran-sarannya dalam penyelesaian tesis ini.

4. Bapak Drs. H. Asmuni Mth., MA. selaku Sekretaris Program Magister Studi Islam Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.
5. Seluruh para guru besar, dosen pengampu dan para pengelola di lingkungan Program Pascasarjana Magister Studi Islam (UII) Yogyakarta yang telah memberikan bimbingan ilmiah dan bantuannya selama penulis mengikuti program studi.
6. Ayahanda penulis Drs. H. I. Solihin, MSI., Ibunda Hj. Ihah Solihah, mertua H. Soleh Ma'mun, Hj. Fatimah, dan suami tercinta penulis H. Solahudin, S.Ag., MSI yang telah memberikan dorongan dan bantuannya, baik moril maupun materil selama penulis mengikuti program studi.
7. Teman-teman peserta program yang turut memicu semangat untuk menyelesaikan tesis ini dan semua pihak yang tidak dapat disebutkan namanya satu per satu.

Akhirnya, semoga jasa-jasa baik semua pihak dibalas oleh Allah Swt. dan menjadi amal jariyah di sisi-Nya. Amin.

Yogyakarta, 08 Agustus 2009

Penulis



Heni Hanifah Hilmi

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN TIM PENGUJI UJIAN TESIS.....	iii
HALAMAN NOTA DINAS.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	v
HALAMAN MOTTO.....	vi
PEDOMAN TRANSLITERASI.....	vii
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xiii
ABSTRAK (Bahasa Indonesia).....	xv
ABSTRACT (Bahasa Arab).....	xvi
ABSTRACT (Bahasa Inggris).....	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian	3
D. Telaah Pustaka	4
E. Kerangka Teori	5
F. Metode Penelitian	8
G. Sistematika Pembahasan	10

BAB II AIR SUSU IBU DAN MENYUSUI

A. Pengertian dan Dasar Penyusuan.....	11
B. Kandungan Gizi dan Manfaat ASI.....	22
C. Keunggulan ASI Dibandingkan Susu Formula.....	37
D. Persiapan Menyusui	39

BAB III MENYUSUI DAN PENDIDIKAN ANAK

A. Menyusui Menurut Al-Qur'ān.....	47
B. Mendidik Anak Melalui Menyusui.....	57
C. Kewajiban Orang Tua Terhadap Anak.....	60
D. Peranan Orang Tua Terhadap Pendidikan Anak.....	63

BAB IV MANFAAT AIR SUSU IBU (ASI) TERHADAP PERKEMBANGAN ANAK MENURUT PERSPEKTIF AHLI GIZI

A. Manfaat ASI Terhadap Perkembangan Anak.	87
B. Masa Menyusui	94
C. Pengaruh Menyusui Dengan ASI Terhadap Pendidikan Anak.....	98

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	103
B. Saran-saran	104

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

MANFAAT AIR SUSU IBU (ASI) TERHADAP PERKEMBANGAN ANAK MENURUT PERSPEKTIF AHLI GIZI

Oleh:

Heni Hanifah Hilmi

NIM: 07913249

ABSTRAK

ASI merupakan hak anak untuk kelangsungan hidupnya supaya bisa berkembang secara optimal. Seorang ibu berkewajiban untuk menyusui anaknya, karena ASI memiliki banyak manfaat terutama berperan dalam menyehatkan dan mencerdaskan bayi. Di samping itu proses menyusui tidak saja memberikan dasar bagi kemampuan anak dalam kecerdasan intelektual, namun juga memberikan pendidikan emosional, spiritual dan sosial bagi bayi. Saking pentingnya menyusui dengan ASI, Al-Qur'an telah berulang kali membicarakannya dalam beberapa ayat, diantaranya QS. Al-Baqarah (02): 233, QS. Luqmān (31): 14, QS. Al-Ahqaf (46): 15, QS. At-Talaq (65): 6 dan yang lainnya. Tapi Walaupun demikian, masih banyak para ibu yang lebih mementingkan susu formula dari pada ASI terutama ASI eksklusif.

Tujuan utama penulisan tesis ini adalah untuk mengetahui manfaat ASI terhadap perkembangan anak, mengetahui masa penyusuan yang sempurna dan mengetahui pengaruh penyusuan terhadap pendidikan anak.

Sumberdata yang digunakan adalah bahan pustaka dengan cara mencari kitab-kitab atau buku-buku yang memuat masalah yang ada hubungannya dengan yang akan dibahas, membaca dan menganalisa bagian-bagian tertentu yang dianggap perlu dan melakukan pencatatan seperlunya dengan cara menuliskannya di atas buku catatan yang telah disediakan sebelumnya, dan analisis yang digunakan adalah analisis data kualitatif.

Dengan menganalisa bahan pustaka tersebut, penulis dapat mengambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Banyak manfaat ASI bagi pertumbuhan anak, diantaranya memberi sifat kekebalan (imun) pada bayi, mengandung zat pelindung, menguatkan tubuh bayi, mengandung enzim-enzim yang membantu proses pencernaan, dapat mencerdaskan anak, dapat melindungi bayi terhadap penyakit kangker, berdampak baik terhadap tekanan darah yang dengannya tingkat bahaya serangan jantung dapat dikurangi.
2. Masa menyusui yang sempurna adalah selama dua tahun semenjak bayi dilahirkan.
3. Menyusui anak sangat berpengaruh terutama dalam memberikan pendidikan emosional, spiritual dan sosial bagi anak.

Hasil penelitian ini dapat memberikan nilai sosial terhadap para ibu dalam menyusui anaknya supaya menjadi anak yang sehat fisik dan psikisnya. Di samping itu, bagi akademisi, tulisan ini bisa dijadikan salah satu literatur yang dapat membantu terutama bagi para ibu yang menyusui anaknya.

Kata-Kata Kunci: ASI, menyusui, perkembangan anak

فَوَائِدُ حَلِيبِ الْأُمِّ لِنُموِّ الطِّفْلِ عِنْدَ الْعُلَمَاءِ بِالْحَيَمِينَ

بِقَلَمِ حَيِّ حَنِيفَةَ حَلَمِي

الْمُلَخَّصُ

حَلِيبُ الْأُمِّ حَقٌّ لِكُلِّ الطِّفْلِ. وَهُوَ أَكْثَرُ نَفْعًا لِنُموِّهِ عَلَى النَّحْوِ الْأَمْتَلِ. وَعَلَى الْأُمِّ أَنْ تَرْضَعَ أَطْفَالَهَا رِضَاعَةً طَبِيعِيَّةً بِحَلِيِّهَا، لِأَنَّ حَلِيبَهَا لَهُ فَوَائِدٌ عَدِيدَةٌ لِأَسِيمًا لِصِحَّةٍ وَذَكَاءٍ أَطْفَالِهَا. وَبِجَانِبِ ذَلِكَ، لِأَنَّ عَمَلِيَّةَ الرِّضَاعَةِ الطَّبِيعِيَّةِ تُوفِّرُ تَعَالِيمَ العَاطِفِيَّةِ وَالرُّوْحِيَّةِ وَالإِجْتِمَاعِيَّةِ لِلطِّفْلِ. وَقَدْ بَحَثَ الْقُرْآنُ الكَرِيمُ الرِّضَاعَةَ فِي عَدَدٍ مِنَ الآيَاتِ نَظَرًا لِأَهْمِيَّتِهَا. مِنْهَا فِي سُورَةِ البَقَرَةِ (٢): ٢٣٣، وَلُقْمَانَ (٣١): ١٤، وَالأَحْكَافِ (٤٦): ١٥، وَالطَّلَاقِ (٦٥): ٦ وَفِي غَيْرِهَا. وَلَكِنْ مَعَ ذَلِكَ، قَدْ كَثُرَتْ أُمَّهَاتٌ أَكْثَرُ اهْتِمَامًا بِحَلِيبِ فَوْزِ مَوْلَا مِنْ حَلِيبِ الْأُمِّ فَضْلًا مِنْ حَلِيبِ الْأُمِّ الحَصْرِيِّ.

وَالْقَصْدُ الرَّئِيسِي مِنْ هَذِهِ الرِّسَالَةِ هُوَ مَعْرِفَةُ فَوَائِدِ حَلِيبِ الْأُمِّ لِنُموِّ الطِّفْلِ وَمَعْرِفَةُ زَمَانِ الرِّضَاعَةِ الكَامِلَةِ وَأَتَارِهَا لِتَرْبِيَةِ الأَوْلَادِ.

وَمَصْدَرُ البَيِّنَاتِ المُسْتَعْمَلَةِ هُوَ مَصْدَرُ المَكْتَبَةِ بِطَرِيقِ البَحْثِ عَنِ الكُتُبِ الَّتِي تَضْمَنُ القَضَايَا ذَاتِ الصَّلَةِ بِهَذَا البَحْثِ، وَقِرَاءَةُ وَتَحْلِيلُ الأَجْزَاءِ الَّتِي تُعْبِرُ بِصُرُورِيَّةٍ وَالكِتَابَةِ عَلَى دَفْتَرِ مُذَكَّرَاتٍ قَدْ قُدِّمَتْ مِنْ قَبْلُ. وَكَانَ التَّحْلِيلُ المُسْتَعْمَلُ هُوَ تَحْلِيلُ البَيِّنَاتِ النَّوْعِيَّةِ. وَيُمْكِنُ الكَاتِبُ الإِتِّحَاقَ مِنْ مَصْدَرِ البَيِّنَاتِ بَعْدَ تَحْلِيلِهِ عَلَى النَّحْوِ التَّالِي:

١. قَدْ كَثُرَتْ فَوَائِدُ حَلِيبِ الْأُمِّ لِنُموِّ الطِّفْلِ، مِنْهَا: مَنْحُ الحِصَانَةِ لِطِفْلِ رَضِيعٍ، وَالإِجْتِنَاءُ عَلَى المَوَادِّ الوَاقِيَّةِ وَعَلَى انزِيمَاتٍ تُسَاعِدُ فِي عَمَلِيَّةِ الهَضْمِ، وَحِمَايَةُ الطِّفْلِ مِنْ مَرَضِ السَّرَطَانِ.
٢. وَزَمَانُ الرِّضَاعَةِ الكَامِلَةِ لِمُدَّةِ عَامَيْنِ مِنْذُ الوِلَادَةِ
٣. وَالرِّضَاعَةُ لِلطِّفْلِ مُؤَثِّرَةٌ جَدًّا وَخَاصَّةً فِي مَجَالِ تَوْفِيرِ تَعَالِيمِ العَاطِفِيَّةِ وَالرُّوْحِيَّةِ وَالإِجْتِمَاعِيَّةِ لِلطِّفْلِ.

وَيُمْكِنُ هَذَا التَّقْرِيرُ أَنْ يُوفِّرَ القِيَمَةَ الإِجْتِمَاعِيَّةَ لِجَمِيعِ الأُمَّهَاتِ فِي رِضَاعَةِ أَطْفَالِهِنَّ وَأَنْ يُسْتَعْمَلَ لِوَاحِدَةٍ مِنَ الأَدَبِ المُسَاعِدِ لِلأكَادِيمِيِّينَ المُهْتَمِّينَ لِأَسِيمًا لِجَمِيعِ الأُمَّهَاتِ المُرْضِعَةِ.

الكَلِمَاتُ الرَّئِيسِيَّةُ: حَلِيبُ الْأُمِّ، الرِّضَاعَةُ الطَّبِيعِيَّةُ، نُموُّ الطِّفْلِ

**THE BENEFIT OF ASI (MOTHER'S MILK) FOR DEVELOPMENT OF CHILD
ACCORDING TO NUTRITIONIST PERSPECTIVE**

By:
Heni Hanifah Hilmi
NIM: 07913249

ABSTRACT

ASI is the right of child useful for his growing optimally. A mother has the duty of breastfeeding her baby with ASI, because ASI has many benefits, especially in health and intelligence of baby. In addition, the process of breastfeeding not only provides the basis for the ability of children in intellectual acumen, but also provide emotional education, spiritual and social education for the baby. Because of importance of breastfeeding with ASI, Al-Qur'an has discuss repeatedly in a few verses, one of them: QS. al-Baqarah (02): 233, QS. Luqman (31): 14, QS. al-Ahqaf (46): 15, QS. at-Talaq (65): 6 and the other. But, however, many mothers are more important the Formula Milk than breastfeeding with ASI especially exclusive ASI.

The main objective of this writing is to know the benefits of breastfeeding on child development, breastfeeding period, and the influence of breastfeeding on children's education. The data source used with the library sources by way of looking for books that include issues related to discussing, reading and analyzing the parts that are considered necessary and do recording by way of writing it on the book notes have been provided previously, and the analysis used was the qualitative data analysis.

After analyzing the literature, writer can take the conclusions as follows:

- 1. Many benefits of breastfeeding with ASI for children's growth, one of them: giving immunity to the baby, containing protective substances, strengthen the body of the baby, containing enzymes help digestion process, sharpening, protecting baby of cancer, the impact of blood pressure, so her heart attack can be reduced.*
- 2. The period of perfect breastfeeding is for two years since the baby was born.*
- 3. Breastfeeding a child is very influential, especially in providing emotional, spiritual and social education for the baby.*

This writing can provide the social value for all mothers breastfeeding their babies, so that their babies become healthy babies, their physicals and fsikis. In addition, for the academics who are interested, this writing can be used as one of literature can help, especially for all mothers breastfeeding their baby.

Keywords: mother's milk, breastfeeding, development of child

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perhatian Islam terhadap anak sangat besar dengan asumsi bahwa mereka adalah buah kehidupan rumah tangga dan tunas harapan umat. Islam pun lantas mengintruksikan kepada orang tua untuk mendidik dan mengasuh anak-anaknya dengan optimal .

Di samping itu setiap orangtua pasti ingin memiliki anak yang sehat dan cerdas, karena dua hal itu sangat menentukan sekali terhadap keberhasilan anak dalam masalah pendidikan. Oleh karena itu, segala daya dan upaya akan dilakukan oleh sang ibu dan ayah agar tujuan tersebut tercapai. Salah satu cara yang mudah dan murah bagi pembentukan anak yang sehat dan cerdas adalah menyusui anak dengan ASI .

Islam sangat menaruh perhatian terhadap masalah menyusui dengan ASI, karena tujuan penyusuan ini bukan sekedar untuk memelihara kelangsungan hidup anak, tetapi juga bahkan lebih - lebih untuk menumbuh kembangkan anak dalam kondisi fisik dan psikis yang prima. Sebagai bukti dari perhatian Islam terhadap masalah tersebut. Allah SWT berfirman dalam babarapa ayat Al-Qur'ān di antaranya dalam QS.At-Ṭalaq (65): 6, QS. Al-Baqarah (02): 233, QS. Luqman (31): 14. dan QS. Al-Ahqaf (46): 15

ASI merupakan hak anak untuk kelangsungan hidupnya supaya bisa berkembang secara optimal. Seorang ibu berkewajiban untuk menyusui anaknya. Pemberian ASI memiliki banyak manfaat terutama berperan dalam menyehatkan dan mencerdaskan bayi. Di samping itu proses menyusui tidak saja memberikan dasar bagi kemampuan anak dalam kecerdasan intelektual, namun juga memberikan pendidikan emosional, spiritual dan sosial bagi bayi.

Ketika seorang ibu menyusui bayinya, dengan mendekapnya penuh kasih sayang, sesungguhnya ia sedang memberikan pendidikan tentang kasih sayang yang akan membuatnya mampu menyayangi lingkungannya, membuatnya menjadi manusia yang berbudi pekerti dan bernurani. Detak jantung ibu yang didengar bayi saat menyusu akan membuatnya merasa aman dan tentram. Perasaan terlindungi dan disayangi inilah yang akan menjadi dasar perkembangan emosi bayi dan membentuk kepribadian yang percaya diri dan mempunyai emosi yang stabil. Terlebih jika ketika menyusui, ibu melantunkan do'a - do'a, maka hal itu akan membangun dasar spiritual anak.

Namun, pemerintah seakan tidak peduli terhadap ASI dengan kian minimnya kemauan dan kemampuan para ibu untuk memberikan pendidikan dan pengasuhan bagi anaknya. Setidaknya tampak dari minimnya upaya pemerintah agar semakin banyak ibu yang mau menyusui bayinya. Padahal data menunjukkan bahwa jumlah ibu yang menyusui anaknya secara eksklusif tidak lebih dari dua persen dari jumlah total ibu melahirkan. Jadi bisa dibayangkan, begitu banyak bayi yang tidak mendapatkan pendidikan pertama dari ibunya. Yang sungguh menakjubkan, pengingkaran atas potensi pembelajaran anak melalui aktivitas

menyusui ini juga dilakukan oleh para ibu yang sudah berpendidikan (tinggi). Pemerintah juga mengabaikan kualitas pendidikan para ibu sebagai pemberi pendidikan informal bagi anak.

Atas dasar itulah, penulis ingin mengkaji lebih jauh tentang masalah ASI dengan mengambil judul: MANFAAT AIR SUSU IBU (ASI) TERHADAP PERKEMBANGAN ANAK MENURUT PERSPEKTIF AHLI GIZI.

B. Rumusan Masalah

Permasalahan yang penulis rumuskan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana manfaat ASI terhadap perkembangan anak
2. Sampai kapan masa menyusui yang sempurna.
3. Apa pengaruh menyusui dengan ASI terhadap pendidikan anak.

C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Manfaat ASI terhadap perkembangan anak.
2. Masa menyusui yang sempurna.
3. Pengaruh menyusui dengan ASI terhadap pendidikan anak.

Adapun kegunaan penelitian ini adalah:

1. Hasil Penelitian ini insya Allah akan saya terapkan di dalam pembentukan pribadi anak saya supaya menjadi anak yang sehat dan cerdas.

2. Selain itu, insya Allah konsep ini akan saya kontribusikan kepada setiap orang sebagai salah satu pedoman dalam membentuk anak yang sehat dan cerdas.

D. Telaah Pustaka.

Penulis telah berusaha melakukan eksplorasi terhadap beberapa sumber (bahan pustaka) untuk membandingkan beberapa hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti sebelumnya mengenai manfaat ASI terhadap perkembangan anak menurut perspektif ahli gizi. Dalam telaah pustaka ini, belum ditemukan penelitian yang mempunyai variabel yang sama sehingga secara eksplisit pembahasannya tidak berkaitan langsung dengan bahan-bahan yang didapatkan. Walaupun demikian, secara implisit ditemukan beberapa teori dan keterkaitan dari bahan-bahan pustaka tadi, sehingga dapat diambil sebagai bahan pokok kepustakaan. Hal ini penulis lakukan untuk menghindari tumpang tindih pembahasan yang dilakukan oleh nara sumber terdahulu, mengambil beberapa pendapat yang mendukung kajian ini dan memposisikan pendapat penulis di antara konsep-konsep yang telah ada.

Fatayat Nahdatul Ulama dalam bukunya Pendidikan Kesehatan Reproduksi bagi calon pengantin (2006) mengungkapkan masalah fungsi air susu ibu , keuntungan dan cara menyusui yang baik. Di dalamnya tidak banyak mengkaitkan air susu ibu dengan masalah pendidikan sebagaimana yang penulis lakukan.

M. Quraish Shihab dalam bukunya Pengantin Al-Qur'ān (2007) menjelaskan tentang perhatian Islam terhadap masalah menyusui, dibahas pula masalah manfa'at dari air susu ibu itu sendiri.

Kanwil Departemen Agama Propinsi Jawa Barat dalam bukunya Membangun Keluarga Sakinah Mawaddah Warrahmah (2004) menjelaskan tentang menyusui yang meliputi air susu ibu dan kandungan gizinya, manfaat air susu ibu dan gizi bayi menyusui.

Dalam tulisan ini penulis ingin mengetahui manfaat air susu ibu dihubungkan dengan pengaruhnya terhadap perkembangan pendidikan anak.

E. Kerangka Teori

ASI adalah sebuah cairan tanpa tanding ciptaan Allah untuk memenuhi kebutuhan gizi bayi dan melindunginya dalam melawan kemungkinan serangan penyakit. Keseimbangan zat-zat gizi dalam air susu ibu berada pada tingkat terbaik dan air susunya memiliki bentuk paling baik bagi tubuh bayi yang masih muda. Pada saat yang sama, ASI juga sangat kaya akan sari-sari makanan yang mempercepat pertumbuhan sel-sel otak dan perkembangan sistem saraf.

Karena telah diramu secara istimewa, ASI merupakan makanan yang paling mudah dicerna bayi. Meskipun sangat kaya akan zat gizi, ASI sangat mudah dicerna sistem pencernaan bayi yang masih rentan. Karena itulah bayi mengeluarkan lebih sedikit energi dalam mencerna ASI, sehingga ia dapat menggunakan energi selebihnya untuk kegiatan tubuh lainnya, pertumbuhan dan perkembangan organ.

Air susu ibu yang memiliki bayi prematur mengandung lebih banyak zat lemak, protein, natrium, klorida, dan besi untuk memenuhi kebutuhan bayi. Bahkan telah dibuktikan bahwa fungsi mata bayi berkembang lebih baik pada bayi-bayi prematur yang diberi ASI dan mereka memperlihatkan kecakapan yang lebih baik dalam tes kecerdasan. Selain itu, mereka juga mempunyai banyak sekali kelebihan lainnya.

Salah satu hal yang menyebabkan ASI sangat dibutuhkan bagi perkembangan bayi yang baru lahir adalah kandungan minyak omega-3 asam linoleat alfa. Selain sebagai zat penting bagi otak dan retina manusia, minyak tersebut juga sangat penting bagi bayi yang baru lahir. Omega-3 secara khusus sangat penting selama masa kehamilan dan pada tahap-tahap awal usia bayi yang dengannya otak dan sarafnya berkembang secara normal. Para ilmuwan secara khusus menekankan pentingnya ASI sebagai penyedia alami dan sempurna dari omega-3.

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan para ilmuwan mengungkap bahwa di antara manfaat ASI jangka panjang adalah dampak baiknya terhadap tekanan darah, yang dengannya tingkat bahaya serangan jantung dapat dikurangi. Kelompok peneliti tersebut menyimpulkan bahwa perlindungan yang diberikan ASI disebabkan oleh kandungan zat gizinya. Menurut hasil penelitian itu, bayi yang diberi ASI berkemungkinan lebih kecil mengidap penyakit jantung. Telah diungkap bahwa keberadaan asam-asam lemak tak jenuh berantai panjang (yang mencegah pengerasan pembuluh *arteri*), serta fakta bahwa bayi yang diberi ASI menelan sedikit natrium (yang berkaitan erat dengan tekanan darah) yang

dengannya tidak mengalami penambahan berat badan berlebihan, dan itu merupakan beberapa di antara manfaat ASI bagi jantung.

Perlu disadari bahwa proses menyusui memberikan dasar bagi kemampuan anak dalam kecerdasan intelektual, namun juga memberikan pendidikan emosional, spiritual dan sosial bagi bayi. Ketika seorang ibu menyusui bayinya, dengan mendekapnya penuh kasih sayang, sesungguhnya ia sedang memberikan pendidikan tentang kasih sayang. Yang akan membuatnya mampu menyayangi lingkungannya, membuatnya menjadi manusia yang berbudi pekerti dan bernurani. Detak jantung ibu yang didengar bayi saat menyusui akan membuatnya merasa aman dan tenteram. Bukankah suara itu yang didengarnya selama 9 bulan? Perasaan terlindungi dan disayangi inilah yang akan menjadi dasar perkembangan emosi bayi dan membentuk kepribadian yang percaya diri, dan mempunyai emosi yang stabil. Terlebih jika ketika menyusui, ibu juga melantunkan do'a – do'a maka akan membangun dasar spiritual anak.

Ada beberapa ayat Al-Qur'an yang membicarakan tentang menyusui di antaranya QS. At-Talaq (65): 6, QS. Al-Baqarah (02): 233, QS. Luqman (31): 14, dan QS. Al-Ahqaf (46): 15

Dengan ayat – ayat itu menunjukkan bahwa Islam sangat perhatian terhadap masalah menyusui, karena dari sinilah awal pembentukan generasi yang maju yang harus mengelola bumi secara baik. Betapa penyusuan anak sangat penting dilakukan oleh seorang ibu kandung . Tujuan penyusuan ini bukan sekedar untuk memelihara kelangsungan hidup anak, tetapi juga bahkan lebih-lebih untuk menumbuhkembangkan anak dalam kondisi fisik dan psikis yang prima .

Ayat-ayat Al-Qur'ān di atas sejak dini telah menggariskan bahwa ASI - baik ibu kandung maupun bukan- adalah makanan terbaik buat bayi hingga usia dua tahun. Namun demikian, tentunya air susu ibu kandung lebih baik dari selainnya. Dengan menyusu pada ibu kandung, anak akan merasa lebih tentram; sebab menurut penelitian ilmuan, ketika itu bayi mendengar suara detak jantung ibu yang telah dikenalnya secara khusus sejak dalam perut. Detak jantung itu berbeda antara seorang wanita dengan wanita lain. Karena itu penulis sangat tertarik untuk mengkaji masalah ini dan akan menghubungkannya dengan masalah pendidikan anak yang merupakan kewajiban orang tua.



F. Metode Penelitian

1. Sumber data.

Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Library Research*.

Sumber data dikelompokkan ke dalam sumber primer dan sumber sekunder.

- a. Yang dijadikan sumber data primer dalam penelitian ini adalah: Tafsir Al-Mishbah (Moh. Quraissy Shihab), Tafsir Ibnu Kasir yang memuat tentang ayat-ayat yang ada hubungannya dengan masalah menyusui dan buku Pendidikan Kesehatan Reproduksi bagi Calon Pengantin (Fatayat NU).
- b. Dan yang dijadikan data sekunder dalam penelitian ini adalah Pengantin Al-Qur'ān (Moh. Quraissy Shihab), Membangun Keluarga Sakinah (Kanwil Depag Propinsi Jawa Barat), membangun keluarga Qur'ani (Mahmud Muhamad Al-Jauhari dan Muhammad Abdul hakim Khayyal), Menuju keluarga sakinah (Lubis Salam).

2. Teknik pengumpulan data

Oleh karena sumber data yang dipergunakan di dalam pembahasan ini adalah bahan pustaka, maka teknik pengumpulan data yang penulis lakukan sebagai berikut:

- a. Mencari kitab-kitab atau buku-buku yang memuat masalah yang ada hubungannya dengan yang akan dibahas.
- b. Membaca bagian-bagian tertentu yang dianggap perlu dan yang akan dijadikan bahan pembahasan dalam tesis ini.
- c. Melakukan pencatatan seperlunya dengan cara menuliskannya di atas buku catatan yang telah disediakan sebelumnya.

3. Analisis data

Selanjutnya, untuk menganalisis data-data yang telah ditulis, penulis menggunakan metode analisis yang sesuai dengan kebutuhan, yakni metode analisis data kualitatif.

4. Cara pendekatan

Cara pendekatan terhadap pokok masalah, penulis menggunakan pendekatan tekstual, yakni dengan melihat, meneliti dan mengkaji teks dari Al-Qur'ān, Hadis, pendapat para ulama dan para pakar yang berhubungan dengan ASI.

G. Sistematika Pembahasan

Sistematika laporan hasil penelitian terdiri dari tiga bagian, yaitu bagian awal, bagian isi, dan bagian akhir. Bagian awal dari penelitian ini berisi halaman sampul, halaman pengesahan, halaman tim penguji ujian Tesis, halaman nota dinas, halaman persetujuan pembimbing, halaman motto, pedoman transliterasi, kata pengantar, daftar isi dan abstrak. Bagian isi dari penelitian ini terdiri dari lima bab, dengan rincian sebagai berikut:

- BAB I Pendahuluan, yang berisi latar belakang masalah, perumusan masalah, tujuan dan kegunaan penelitian, telaah pustaka, kerangka teori, metode penelitian, dan sistematika pembahasan.
- BAB II Bab ini membahas tentang pengertian dan dasar penyusuan, kandungan gizi dan manfaat ASI, keunggulan ASI dibandingkan susu formula dan persiapan menyusui.
- Bab III Bab ini membahas tentang menyusui dan pendidikan anak yang meliputi menyusui menurut Al-Qur'an, mendidik anak lewat menyusui, kewajiban orang tua terhadap anak, dan peranan orang tua terhadap pendidikan anak.
- Bab IV Bab ini membahas tentang manfaat ASI terhadap perkembangan anak, masa menyusui yang sempurna dan pengaruhnya terhadap pendidikan anak.
- Bab V Bab ini merupakan bab penutup yang berisi kesimpulan dan saran-saran.

Dan bagian akhir dari penelitian ini berisi daftar pustaka dan lampiran-lampiran

BAB II

AIR SUSU IBU (ASI) DAN MENYUSUI

A. Pengertian dan Dasar Penyusuan

1. Pengertian

Untuk makna air susu, dalam al-Qur’ān digunakan kata لَبَنٌ. Di dalam al-Qur’ān kata tersebut diulang dua kali, yaitu dalam QS. Muhammad [47]:15 dan QS. An-Nahl [16]: 66. Namun kata اللبَنُ pengertiannya masih umum, yakni air yang keluar dari buah dada baik manusia maupun hewan.¹ Jadi ASI adalah air yang keluar dari buah dada manusia (ibu).

Sedangkan kata menyusui, di dalam Islam dikenal dengan nama الرِّضَاعُ atau رَضَعَ - يَرْضِعُ - رِضَاعَةٌ. Kata tersebut adalah bentuk masdar dari kata الرِّضَاعَةُ (menyusui). Kata الرِّضَاعُ menurut bahasa adalah اسْمٌ لِمَصِّ التَّدْيِ وَشُرْبِ لَبَنِهِ suatu sebutan untuk pengisapan payudara dan meminum air susunya. Sedangkan menurut istilah adalah

وَصَوْلُ لَبَنِ أَدْمِيَّةٍ مَخْصُوصَةٍ لِجَوْفِ أَدْمِيٍّ مَخْصُوصٍ عَلَى وَجْهِ مَخْصُوصٍ
“Sampainya air susu manusia tertentu pada tenggorokan manusia tertentu dengan cara –cara tertentu.”²

Namun istilah tersebut dipakai oleh ahli fiqih yang membatasi penyusuan yang menimbulkan mahram nikah.

¹ Depdikbud, *Kamus Besar bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1994), hal. 981

² Muhammad Ibnu Qasim, *Taqrīb*, (Semarang: Usaha Keluarga, t.t.), hal. 51

Di dalam kamus besar bahasa Indonesia dikatakan bahwa menyusui adalah memberikan air susu untuk diminum kepada bayi dari buah dada.³ Menyusui secara biologis adalah proses pemberian makanan bagi bayi dengan susu secara langsung dari payudara.⁴

Di dalam al-Qur'ān makna menyusui diulang sebanyak 11 kali dengan redaksi yang berbeda-beda. Yaitu dalam QS. Al-Hajj (22): 2 sebanyak dua kali, QS. At-Ṭalaq (65): 6 sebanyak dua kali, QS. An-Nisa' (4): 6 sebanyak dua kali, QS. Al-Baqarah(2):233 sebanyak tiga kali, QS. Al-Qaṣās (28): 7 dan 12.

Di dalam Islam seorang ibu dituntut untuk menyusui anaknya secara sempurna,⁵ karena ASI adalah makanan bayi yang paling cocok, baik dan sempurna susunannya, baik kualitas maupun kuantitasnya. Di dalam ASI terkandung zat-zat gizi yang sangat dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi.⁶

Keseimbangan zat-zat gizi dalam ASI berada pada tingkat terbaik dan air susunya memiliki bentuk paling baik bagi tubuh bayi yang masih muda. Pada saat yang sama, ASI juga sangat kaya akan sari-sari makanan yang mempercepat pertumbuhan sel-sel otak dan perkembangan sistem saraf. Makanan-makanan

³ Depdikbud, *Kamus Besar bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1994), hal. 981

⁴ Kun Sri Budiasih, *HandBook Ibu Menyusui*, (Bandung: PT. Karya Kita, 2008), hal. 21

⁵ Dedi Junaedi, *Bimbingan Perkawinan*, (Jakarta: Akademika Pressindo, 2002), hal. 291

⁶ Sururin dkk, *Pendidikan Kesehatan Reproduksi Bagi Calon Pengantin*, (Jakarta: Fatayat NU, 2007), hal. 65



UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA

tetapi tak mau peduli dengan ASI eksklusif. Pemberian susu sambilan (susu formula) dianggap sebagai keputusan yang biasa.

Kelebihan pemberian ASI *eksklusif* tampaknya belum menarik untuk para ibu. Mereka masih menganggap bahwa susu formula cukup sebagai pengganti ASI. Bayi diare karena susu formula dianggap wajar. Ikatan emosional antara ibu dan anak karena ASI tidak lagi dipedulikan. Intinya, ibu tak lagi menganggap bahwa ASI sebagai makanan yang tak tergantikan.¹¹

WHO dan UNICEF merekomendasikan langkah-langkah berikut untuk memulai dan mencapai ASI *eksklusif*

- Menyusui dalam satu jam setelah kelahiran
- Menyusui secara *eksklusif*: hanya ASI. Artinya, tidak ditambah makanan atau minuman lain, bahkan air putih sekalipun.
- Menyusui kapanpun bayi meminta (*on-demand*), sesering yang bayi mau, siang dan malam.
- Tidak menggunakan botol susu maupun empeng.
- Mengeluarkan ASI dengan memompa atau memerah dengan tangan disaat tidak bersama anak.
- Mengendalikan emosi dan pikiran agar tenang.

Setelah ASI *eksklusif* enam bulan tersebut, bukan berarti pemberian ASI dihentikan. Seiring dengan pengenalan makanan kepada bayi, pemberian ASI tetap dilakukan, sebaiknya menyusui dua tahun menurut rekomendasi WHO. Tidak ada untungnya memberikan makanan pendamping ASI sebelum enam

¹¹ *Ibid.*

bulan - selain kelebihan berat badan yang tidak perlu. Malahan, bisa jadi dapat memicu alergi pada bayi, gangguan pencernaan, atau *obesitas*.

Pemberian makan setelah bayi berumur 6 bulan memberikan perlindungan besar dari berbagai penyakit. Hal ini disebabkan sistem imun bayi < 6 bulan belum sempurna. Pemberian makanan pendamping ASI dini sama saja dengan membuka pintu gerbang masuknya berbagai jenis kuman. Belum lagi jika tidak disajikan *higienis*. Hasil riset terakhir dari peneliti di Indonesia menunjukkan bahwa bayi yang mendapatkan makanan pendamping ASI sebelum ia berumur 6 bulan, lebih banyak terserang diare, sembelit, batuk-pilek, dan panas dibandingkan bayi yang hanya mendapatkan ASI eksklusif. Belum lagi penelitian dari badan kesehatan dunia lainnya.

Saat bayi berumur 6 bulan keatas, sistem pencernaannya sudah relatif sempurna dan siap menerima makanan pendamping ASI. Beberapa enzim pemecah protein seperti asam lambung, *pepsin*, *lipase*, *enzim amilase*, dsb baru akan diproduksi sempurna pada saat ia berumur 6 bulan. Saat bayi berumur < 6 bulan, sel-sel di sekitar usus belum siap untuk kandungan dari makanan. Sehingga makanan yang masuk dapat menyebabkan reaksi imun dan terjadi alergi.

Menunda pemberian makanan pendamping hingga 6 bulan melindungi bayi dari *obesitas* di kemudian hari. Pada beberapa kasus yang ekstrem ada juga yang perlu tindakan bedah akibat pemberian makanan pendamping ASI terlalu dini. Dan banyak sekali alasan lainnya mengapa makanan pendamping ASI baru boleh diperkenalkan pada anak setelah ia berumur 6 bulan.

Menurut dr. Utami Roesli, ketua lembaga PP-ASI Indonesia, berdasarkan hasil penelitian, sebenarnya bayi-bayi yang baru dilahirkan yang belum dimandikan, jika diletakkan di dada ibunya, maka ia secara reflek akan mencari puting payudara ibunya untuk menyusui. Umumnya di sini bayi mulai disusui segera dalam 30 menit pertama setelah dilahirkan. Pada tahap ini bayi belajar menyusui kepada ibunya dan memperlancar pengeluaran ASI. Proses *inisiasi* dini bayi terhadap ASI juga dapat diharapkan dapat mempererat ikatan perasaan (*bonding*) antara ibu dan bayinya dan berpengaruh terhadap lamanya pemberian ASI kepada bayinya.¹²

Pemerintah Indonesia mendukung kebijakan WHO dan Unicef yang merekomendasikan *inisiasi* menyusui dini (*early latch on*) sebagai tindakan *life saving*, karena *inisiasi* menyusui dini dapat menyelamatkan 22 persen dari bayi yang meninggal sebelum usia satu bulan. Menyusui satu jam pertama kehidupan yang diawali dengan kontak kulit antara ibu dan bayi dinyatakan sebagai indikator global.

“Ini merupakan hal baru bagi Indonesia, dan merupakan program pemerintah, sehingga diharapkan semua tenaga kesehatan di semua tingkatan pelayanan kesehatan, baik swasta maupun masyarakat dapat mensosialisasikan, melaksanakan dan mendukung suksesnya program tersebut, sehingga diharapkan akan tercapai sumber daya manusia yang berkualitas” ujar Ibu Ani Yudhono dalam acara puncak pekan ASI sedunia 2007.¹³

¹² Sururin dkk, *Pendidikan Kesehatan Reproduksi Bagi Calon Pengantin*, (Jakarta: Fatayat NU, 2007), hal. 65

¹³ “Susu Formula”, dikutip dari http://www.medicastore.com/asi_susuformula/ 29 Juni 2008

Inisiasi menyusui dini adalah dengan meletakkan bayi baru lahir di atas perut atau dada ibunya. Dalam waktu hampir 1 jam, bayi akan mulai bergerak mencari puting ibu dan mulai menyusu sendiri. Dr. Tami menyebutkan bahwa di luar negeri hal ini diketahui sudah lama tapi di Indonesia baru sejak tahun 2006 lalu.

Inisiasi menyusui dini dapat membantu memunculkan refleks bayi untuk menyusui dan berperan penting untuk kesuksesan menjalankan ASI *eksklusif*. Sayangnya, belum semua tenaga kesehatan di Indonesia yang mengetahui hal ini.

Keputusan Menteri Kesehatan RI tentang pemberian ASI secara *eksklusif* pada bayi di Indonesia sudah disahkan sejak 2004 lalu. Para ibu dan calon ibu dapat ikut mendukung program pemerintah dengan memberikan ASI *eksklusif* untuk bayinya. Mungkin hal kecil bagi kita tapi sangat berarti bagi kehidupan si bayi kelak.¹⁴

Ada empat istilah dalam air susu ibu. Istilah ini mencakup kolostrum, susu transisi, susu matang, susu prematur dan susu purnawaktu.

Kolostrum

Seorang ibu yang melahirkan akan mengeluarkan susu khusus selama beberapa hari pertama setelah persalinan. Susu khusus ini yang kental, lengket dan berwarna kekuning-kuningan yang disebut *kolostrum*. *Kolostrum* merupakan nutrisi pertama dan paling penting bagi bayi karena mengandung sejumlah besar antibodi yang melindungi bayi dari infeksi dan beberapa faktor pertumbuhan yang menolong perkembangan normal dan pematangan saluran pencernaan. Pematangan saluran pencernaan menolong bayi mencerna dan menyerap susu

¹⁴ *Ibid.*

serta mencegah penyerapan protein yang tidak bisa dicerna. Maka, jika bayi diberikan cairan lain selain *kolostrum* pada pemberian makan pertama, usus bayi bisa rusak yang bisa mengakibatkan alergi. *Kolostrum* juga mengandung protein serta vitamin A dan K yang lebih tinggi dibandingkan dengan susu yang dikeluarkan kemudian.

Kebanyakan wanita mengeluarkan sekitar 30-90 ml *kolostrum*. Jumlah ini cukup untuk memenuhi kebutuhan energi bayi selama beberapa hari pertama setelah persalinan. *Kolostrum* juga memiliki fungsi pencahar ringan. Artinya *kolostrum* merangsang dikeluarkannya tinja. Keluarnya tinja yang sering setelah persalinan memiliki dua manfaat utama:

1. Membersihkan saluran pencernaan dengan mengeluarkan tinja pertama yang berwarna gelap yang disebut *mekonium*.
2. Mencegah bayi menjadi kuning dengan membersihkan *bilirubin* dari saluran cerna. *Bilirubin* adalah pigmen oranye kekuningan di dalam hati yang terutama terbentuk dari pecahnya *hemoglobin* dalam sel-sel darah merah setelah mereka menyelesaikan masa hidupnya. Meningkatnya kadar *bilirubin* dalam darah menyebabkan tubuh berwarna kuning.¹⁵

Susu transisi

Tahap pengeluaran susu ini berlangsung selama dua minggu setelah *kolostrum* habis dikeluarkan. Kuantitas susu meningkat dan akan ada perubahan dalam wujud dan komposisinya. Pada masa ini, jumlah protein dan antibodi menurun

¹⁵ Savitri Ramaiah, *ASI dan Menyusui*, (Jakarta: PT. Bhuana Ilmu Populer, 2007), hal. 26

sedangkan jumlah lemak serta gula dalam ASI meningkat. Payudara anda akan mulai terasa keras, penuh dan berat.

Susu matang

Susu ini lebih cair dan lebih encer dari pada susu transisi tetapi dikeluarkan dalam kuantitas yang meningkat. Susu ini mengandung semua nutrisi yang dibutuhkan bayi bagi pertumbuhan dan perkembangan yang normal. Komposisi dari susu matang ini berubah bahkan selama proses menyusui. Hal ini terjadi untuk memenuhi kebutuhan bayi yang unik. Susu yang diproduksi pada saat awal menyusui disebut *foremilk* sedangkan susu yang dikeluarkan pada saat menjelang akhir disebut *hind milk*.

Fore milk wujudnya encer dan warnanya mungkin kelihatan kebiru-biruan. Susu ini kaya akan gula laktosa, protein, vitamin, mineral dan air. Susu ini hanya memiliki sedikit lemak. *Fore milk* dikeluarkan dalam jumlah banyak untuk memuaskan rasa haus bayi. *Hind milk* lebih kental dan putih dibandingkan *fore milk*. Susu ini lebih kaya lemak dan karenanya memuaskan rasa lapar bayi. Kelebihan lemak ini juga menyediakan sebagian besar energi selama menyusui.

Penting untuk diingat bahwa tidak ada perubahan tiba-tiba dari *fore milk* ke *hind milk*. Kandungan lemak secara bertahap meningkat dari awal sampai akhir penyusuan. Inilah sebabnya anda tidak seharusnya memindahkan bayi dari satu payudara terlalu cepat. Jika anda menyusuinya dengan *fore milk* maupun *hind milk* setiap kali menyusui, bayi akan tidur lebih lama setelah menyusu dan mendapatkan berat badan yang diinginkan.¹⁶

¹⁶ *Ibid.*, hal. 30

Susu prematur dan susu purnawaktu

Susu yang dikeluarkan oleh seorang wanita yang mengalami persalinan prematur disebut susu prematur (*pre-term-milk*). Susu ini mengandung protein, antibodi dan *laktoferin* yang jumlahnya lebih besar dibandingkan dengan susu matang. Susu ini membantu memenuhi tambahan kebutuhan dari seorang bayi prematur. Susu purnawaktu (*full-term-milk*) adalah istilah yang digunakan untuk susu yang dikeluarkan oleh seorang wanita yang melahirkan bayi setelah menyelesaikan kehamilan selama sembilan bulan.¹⁷

2. Dasar Penyusuan

Sebagaimana hukum Islam yang lain, penyusuan pun mempunyai dasar hukum baik dari al-Qur'an, al-Hadis maupun ijma ulama. Begitu pentingnya masalah menyusui, sehingga Allah langsung memerintahkannya, sebagaimana firman-Nya dalam QS. Al-Baqarah (2):233 yang berbunyi :

وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُتِمَّ الرَّضَاعَةَ وَعَلَى الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ لَا تُكَلَّفُ نَفْسٌ إِلَّا وُسْعَهَا لَا تُضَارَّ وَالِدَةٌ بَوْلِدِهَا وَلَا مَوْلُودٌ لَهُ بِوَالِدِهِ وَعَلَى الْوَارِثِ مِثْلُ ذَلِكَ فَإِنْ أَرَادَا فِصَالًا عَنْ تَرَاضٍ مِّنْهُمَا وَتَشَاوُرٍ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا وَإِنْ أَرَدْتُمْ أَنْ تَسْتَرْضِعُوا أَوْلَادَكُمْ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ إِذَا سَلَّمْتُمْ مَا آتَيْتُم بِالْمَعْرُوفِ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ

“Para ibu hendaklah menyusukan anak-anaknya selama dua tahun penuh, yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan. Dan kewajiban ayah memberi makan dan pakaian kepada para ibu dengan cara ma'ruf. Seseorang tidak

¹⁷ Ibid.

dibebani melainkan menurut kadar kesanggupannya. Janganlah seorang ibu menderita kesengsaraan karena anaknya dan seorang ayah karena anaknya, dan warispun berkewajiban demikian. Apabila keduanya ingin menyapih dengan kerelaan keduanya dan permusyawaratan, maka tidak ada dosa atas keduanya. Dan jika kamu ingin anakmu disusukan oleh orang lain, maka tidak ada dosa bagimu apabila kamu memberikan pembayaran menurut yang patut. Bertakwalah kamu kepada Allah dan ketahuilah bahwa Allah Maha Melihat apa yang kamu kerjakan”.¹⁸

- QS. Luqmān (31): 14 yang berbunyi

وَفَصَلُّهُ فِي عَامَيْنِ

“Dan menyapihnya dalam dua tahun”

- QS. Al-Ahqaf (46): 15 yang berbunyi

وَحَمْلُهُ وَفِصَالُهُ ثَلَاثُونَ شَهْرًا

“Masa mengandung sampai menyapihnya selama 30 bulan”.

- QS. At-Ṭalāq (65) : 6

فَإِنْ أَرْضَعْنَ لَكُمْ فَحَاتُوهُنَّ أُجْرَهُنَّ وَأْتَمِرُوا بَيْنَكُمْ بِمَعْرُوفٍ وَإِنْ تَعَاسَرْتُمْ فَسَتْرُضِعْ لَهُ أُخْرَى

” kemudian jika mereka menyusukan (anak-anak)mu untukmu maka berikanlah kepada mereka upahnya, dan musyawarahkanlah di antara kamu (segala sesuatu) dengan baik; dan jika kamu menemui kesulitan maka perempuan lain boleh menyusukan (anak itu) untuknya.”

Adapun Hadis-hadis mengenai penyusuan, diantaranya :

لَا تُرْضِعْ لَكُمْ الْحَمَقَاءُ فَإِنَّ اللَّبْنَ يُفْسَدُ

“Janganlah wanita yang tolol menyusui anak kalian karena air susunya bisa merusak (anak)”¹⁹

نَهَى رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ أَنْ تَسْتَرْضِعَ الْحَمَقَاءَ رواه أبو داود

¹⁸ QS. Al-Baqarah (2): 233

¹⁹ Imam Sarkhosi, *Al-Mabsuṭ*, (tpp.: tnp., t.t.)

“Rasulullah melarang wanita tolol disuruh menyusui”.

Imam Ali Karramallahu wajhahu pernah berkata:

مَا مِنْ لَبَنٍ يَرْضَعُ بِهِ الصَّبِيُّ أَعْظَمُ بَرَكَةً عَلَيْهِ مِنْ لَبَنِ أُمِّهِ

“Tidak ada air susu yang lebih berbarakah bagi anak bayi dari air susu ibunya sendiri”.

Dalil-dalil di atas menunjukkan perintah terhadap para ibu yang normal untuk menyusui anaknya. Susu terbaik untuk anak adalah ASI karena dengan menyusui terjadilah kontak cinta dan kasih sayang antara ibu dan anak. Ibu adalah orang yang paling mampu memberikan cinta dan kehangatan yang sesungguhnya kepada anak dengan naluri keibuannya yang diberikan Allah kepadanya. Ibu lah yang dapat memenuhi kebutuhan cinta dan kasih sayang yang didambakan anak sejak hari-hari pertama masa menyusui²⁰. Dengan menyusui, hubungan cinta dan kasih sayang antara ibu dan anak akan semakin erat dan akan membuat anak merasa tenang dan aman.

B. Kandungan Gizi dan Manfaat ASI

1. Kandungan Gizi

Susu apa pun mengandung zat gizi seperti karbohidrat, lemak dan protein. Ada juga mineral dan sejumlah unsur-unsur kimia tertentu. Namun, jumlah dan jenisnya sangat berbeda jika dibandingkan dengan ASI.

Karbohidrat

²⁰ Gunanto, “Pentingnya ASI menurut Islam”, dikutip dari <http://masgunanto.blogspot.com>.
Accesed 02-03-09

Karbohidrat terbanyak yang ada dalam ASI adalah *laktosa*. Jumlahnya juga lebih banyak dari pada susu sapi. *Laktosa* diperlukan dalam pertumbuhan otak. *Laktosa* memiliki struktur kimia berupa sepasang gula, yaitu *glukosa* dan *galaktosa*. *Galaktosa* inilah makanan utama dalam pengembangan jaringan otak. Jumlah galaktosa dalam ASI lebih banyak dari pada mamalia lain seperti sapi. Tentu saja karena manusia memiliki ukuran otak yang lebih besar sehingga memerlukan makanan yang lebih banyak dari pada anak sapi.

Laktosa juga berperan membantu dalam penyerapan kalsium yang berguna untuk pembentukan tulang. Jadi, anak yang mengonsumsi ASI tubuhnya akan lebih kuat dan tulangnya pun lebih kuat.²¹

Lemak

Lemak tidak hanya berhubungan dengan gemuk atau tidaknya seseorang. Lemak memiliki berbagai fungsi, tergantung pada bentuk dan keberadaannya dalam tubuh manusia. Lemak sangat penting dalam penyediaan energi dengan jumlah kalori yang paling banyak diantara zat gizi lain dalam berat yang sama. Secara kimia, lemak tersusun oleh asam-asam lemak. Asam lemak adalah asam yang tersusun oleh rantai atom karbon dengan susunan yang khas. Jumlah dan susunan rantai akan menunjukkan sifat yang berbeda-beda. Jika asam lemak yang dikonsumsi tidak cukup, tubuh manusia akan berkembang dengan gejala *retardasi* atau perlambatan.

Manusia mampu memproduksi asam lemak untuk berfungsinya organ-organ tubuh. Namun, manusia tidak punya cukup enzim untuk membuat asam lemak

²¹ Kun Sri Budiasih, *Handbook Ibu Menyusui*, (Bandung: PT. Karya Kita, 2008), hal. 41

tertentu sehingga harus dipenuhi dengan mengonsumsi dari bahan tumbuhan dan hewan.

Ada beberapa asam lemak yang sangat esensial yang harus diperoleh dari makanan. Asam lemak omega-3 misalnya *alpha linolenic acid* (ALA) yang dalam bahasa Indonesia bisa kita sebut asam *linelenat* dan asam lemak omega-6, misalnya *linoleic acid* (LA) yang bisa kita sebut sebagai asam *linoleat*. Penamaan asam lemak ini merupakan urusan teknis para ahli kimia.

Ada dua asam lemak omega-3 yang sangat berperan dalam bio fungsi tubuh, yaitu EPA (*Eicosa Pentanoic Acid*) dan DHA (*Docosa Hexanoic Acid*). DHA dapat dibuat dari EPA dan asam inilah yang menguasai otak dan retina mata. DHA diperlukan bagi perkembangan otak dan kemampuan melihat.

Sudah ditakdirkan kalau asam lemak yang bagus-bagus itu terdapat dalam jumlah cukup di dalam ASI. Asam lemak ini berguna dalam proses *melinisasi*, yaitu pembentukan selaput khusus dalam saraf otak yang dapat mempercepat alur kerja saraf. Jika pembentukan ini sukses, saraf bayi tentu lebih lancar bekerja. Segala sinyal tubuh yang dikendalikan oleh otak akan berjalan dengan baik. Anak pun jadi sehat, pintar, dan aktif. Bayi ASI umumnya lebih cerdas, dengan nilai IQ lebih tinggi 7-8 poin pada usia 7 tahun. Bayi premature saja yang diberi ASI, penglihatannya lebih bagus dari pada yang tidak mendapatkan ASI.²²

ASI memberi jenis dan jumlah lemak yang tepat untuk pertumbuhan bayi. Lemak dalam ASI juga unik. Lemak ASI lebih mudah dicerna dan diserap oleh bayi karena ASI juga mengandung enzim *lipase* yang mampu memecah dan

²² *Ibid.*

mencerna lemak. Dengan begitu, sebagian besar lemak yang ada akan dapat dicerna dan dimanfaatkan untuk pertumbuhan.

Bayi sulit menyerap lemak, jika minumannya susu formula. Susu formula tidak mengandung enzim ini. Enzim adalah zat yang akan rusak dalam pemanasan selama pengolahan dari hewan sumbernya menjadi susu formula.

Kadar lemak dalam ASI berubah-ubah sesuai dengan kebutuhan bayi pada saat itu. Bahkan, kadar lemak dalam ASI bisa berbeda pada hari yang sama. ASI yang keluar pada malam hari cenderung kental dan lebih banyak lemak yang berguna untuk pemenuhan kalori esok hari. ASI yang keluar pada siang hari cenderung lebih encer dengan lemak yang lebih sedikit. ASI memang selalu cocok dengan pemiliknya.

Protein

Bayi tumbuh sangat cepat. Berat badannya naik sekitar dua kali lipat selama empat bulan, lalu tiga kali lipat saat berumur satu tahun. Itulah sebabnya bayi sangat memerlukan protein. Protein adalah zat gizi yang berguna untuk membentuk sel-sel tubuh bayi dalam masa pertumbuhan.

ASI mengandung protein khusus untuk bayi manusia. ASI mengandung dua protein utama, yaitu *whey* dan *kasein*. *Whey* adalah protein halus, lembut, dan mudah dicerna. Sebaliknya, *kasein* adalah protein yang kasar, bergumpal, dan sukar dicerna oleh usus bayi. Ternyata, susu sapi juga mengandung keduanya, namun, susu sapi mengandung lebih banyak *kasein* dari pada *whey*.

Usus adalah bagian yang menyaring dan menyalurkan protein yang baik ke dalam darah dan menahan protein yang berbahaya atau *allergen*. Pada bulan

pertama, usus bayi lebih berlubang sehingga lebih terbuka dan kurang mampu menahan bocornya protein asing ke dalam darah. Dengan kondisi ini, bayi rawan terkena alergi. Namun ASI menyiapkan senjatanya karena ia juga mengandung *alfalaktalbumin*.

Sebaliknya susu sapi mengandung *laktoglobulin* dan *bovine serum albumin* yang sering menyebabkan alergi. Jadi bayi di bawah enam bulan yang mendapatkan susu formula makin rawan dengan alergi.

Memasuki usia enam bulan, lubang pada usus itu mulai tertutup seiring dengan kondisi usus yang semakin matang. Itulah sebabnya, saat yang tepat untuk pemberian makanan pada bayi adalah saat dia berumur enam bulan, saat ususnya telah siap.

Tidak hanya itu, ASI juga mengandung *taurin*. *Taurin* adalah protein otak yang berguna untuk pertumbuhan otak, susunan saraf dan retina mata. *Taurin* hanya terdapat dalam ASI. Susu sapi tidak mengandung *taurin* sama sekali. Ada juga pengangkut zat besi dalam darah yang disebut *laktoferin*. Ia membiarkan bakteri usus yang baik untuk bekerja, misalnya menghasilkan vitamin dalam usus, sedangkan yang jahat (yang menyebabkan penyakit) dihancurkan. ASI juga mengandung lisosom, antibiotik alami dalam ASI yang dapat menghancurkan bakteri berbahaya. Zat-zat aktif ini, selain kolostrum, membuat kekebalan tubuh bayi menjadi tinggi.

Senyawa-senyawa aktif ini memang diciptakan dengan ketelitian tidak terhingga. Begitu sayangnya Allah pada makhluk baru yang diciptakan sehingga dibekali dengan makanan khusus yang sempurna.²³

Vitamin dan Mineral

ASI mengandung vitamin dan mineral dalam jenis dan jumlah yang lengkap. Meskipun kadar mineralnya rendah, ia cukup untuk kebutuhan bayi pada fase 0-6 bulan. Untungnya, hampir semua vitamin dan mineral itu dapat diserap dengan baik oleh tubuh bayi sebagaimana karbohidrat, lemak dan protein. Zat gizi yang terdapat dalam ASI adalah gizi yang paling cocok dengan kebutuhan bayi. Ada yang sedikit, ada yang banyak, tetapi lagi-lagi sedikit atau banyak, selalu cocok karena kebutuhan bayi memang segitu.

Hal inilah yang tidak dapat ditiru oleh teknologi manusia. Sekalipun susu sapi ditambah dengan berbagai zat yang diklaim dapat membuat bayi cerdas, yakinkah kalau zat itu cocok untuk bayi ?, Sekalipun rumus kimianya sama, bahan sintetis belum tentu dapat menyamai bahan alami. Jika bahan sintetis itu ditambahkan pada susu formula, kita tidak dapat meyakini bahwa zat itu dapat diserap. Jadi, sekalipun dalam susu formula ditambahkan zat-zat tertentu, tidak menjadi jaminan bayi akan mendapatkan asupan yang sama dengan yang tertulis di kemasannya . Sebagai contoh, zat besi dalam ASI dapat diserap 50-75 persen oleh usus bayi, tetapi zat besi yang ditambahkan dalam susu formula hanya dapat terserap sekitar 4-10 persen. Zat yang tidak dapat diserap dapat memberatkan kerja usus bayi. Hal itu membuat kehidupan di dalam usus menjadi tidak seimbang.

²³ *Ibid.*

Kemampuan menyerap bayi terhadap ASI tidak akan pernah sama dengan serapannya terhadap susu formula. Para ibu bisa melihat dari aktivitas ekspresinya. Ibu pasti tahu, bayi yang minum susu formula biasanya lebih banyak mengompol dan air seninya lebih barbau dari pada air seni bayi yang minum ASI eksklusif.

Dalam Islam bahkan dijelaskan mengapa air seni bayi yang belum mendapat minum selain susu ibunya, hukumnya najisnya lebih ringan dari pada yang sudah mendapat minum yang lain. Secara fisik, air seni bayi ASI dianggap lebih bersih.

Zat Hidup dalam ASI

ASI mengandung berjuta-juta sel hidup yang menyerupai sel darah putih. Sel-sel ini beredar dalam usus bayi dan membunuh kuman-kuman jahat. Sel-sel ini jumlahnya sangat banyak, terutama pada minggu-minggu pertama kehidupan bayi. Ini mudah dimengerti karena bayi baru saja keluar dari kamar yang aman di dalam rahim menuju dunia luar yang rawan diserang kuman penyakit. Selain membunuh kuman, sel ini juga mengedarkan enzim dan protein khusus. Hal ini membuat kekebalan bayi semakin bertambah.

Mungkinkah kita mendapatkan sel hidup dan enzim dari susu formula? Tentu saja tidak. Karena proses menjadi susu formula, susu sapi mengalami pemanasan. Seandainya susu sapi mengandung sel-sel hidup yang berguna atau enzim tertentu, sel itu akan mati dalam pemanasan selama membuat susu formula. Enzim tidak tahan panas dan akan rusak selama pemanasan

2. Manfaat ASI

Banyak manfaat dari ASI baik bagi bayi, ibu dan Negara. Di antara manfaat ASI bagi bayi adalah sebagai berikut :

- a. Pemberian ASI merupakan metode pemberian makan bayi yang terbaik, terutama pada bayi umur kurang dari 6 bulan, selain juga bermanfaat bagi ibu. ASI mengandung semua zat gizi dan cairan yang dibutuhkan untuk memenuhi seluruh gizi bayi pada 6 bulan pertama kehidupannya.
- b. Pada umur 6 sampai 12 bulan, ASI masih merupakan makanan utama bayi, karena mengandung lebih dari 60% kebutuhan bayi. Guna memenuhi semua kebutuhan bayi, perlu ditambah dengan makanan pendamping ASI (MP-ASI)
- c. Setelah umur 1 tahun, meskipun ASI hanya bisa memenuhi 30% dari kebutuhan bayi, akan tetapi pemberian ASI tetap dianjurkan karena masih memberikan manfaat.
- d. ASI disesuaikan secara unik bagi bayi manusia, seperti halnya susu sapi adalah yang terbaik untuk sapi
- e. Komposisi ASI ideal untuk bayi
- f. Dokter sepakat bahwa ASI mengurangi resiko infeksi lambung-usus, sembelit, dan alergi
- g. Bayi ASI memiliki kekebalan lebih tinggi terhadap penyakit. Contohnya, ketika si ibu tertular penyakit (misalnya melalui makanan seperti *gastroentretis* atau polio), antibodi sang ibu terhadap penyakit tersebut diteruskan kepada bayi melalui ASI

- h. Bayi ASI lebih bisa menghadapi efek kuning (*jaundice*). *Level bilirubin* dalam darah bayi banyak berkurang seiring dengan diberikannya *kolostrum* dan mengatasi kekuningan, asalkan bayi tersebut disusui sesering mungkin dan tanpa pengganti ASI.
- i. ASI selalu siap sedia setiap saat bayi menginginkannya, selalu dalam keadaan steril dan suhu susu yang pas
- j. Dengan adanya kontak mata dan badan, pemberian ASI juga memberikan kedekatan antara ibu dan anak. Bayi merasa aman, nyaman dan terlindungi, dan ini mempengaruhi kemampuan emosi si anak di masa depan.
- k. Apabila bayi sakit, ASI adalah makanan yang terbaik untuk diberikan karena sangat mudah dicerna. Bayi akan lebih cepat sembuh.
- l. Bayi prematur lebih cepat tumbuh apabila mereka diberikan ASI perah. Komposisi ASI akan teradaptasi sesuai dengan kebutuhan bayi, dan ASI bermanfaat untuk menaikkan berat badan dan menumbuhkan sel otak pada bayi prematur.
- m. Beberapa penyakit lebih jarang muncul pada bayi ASI, di antaranya: *kolik*, *eksim*, *Chron's disease*, dan *Ulcerative Colitis*.
- n. IQ pada bayi ASI lebih tinggi 7-9 point daripada IQ bayi non-ASI. Menurut penelitian pada tahun 1997, kepandaian anak yang minum ASI pada usia 9 1/2 tahun mencapai 12,9 poin lebih tinggi daripada anak-anak yang minum susu formula.
- o. Menyusui bukanlah sekadar memberi makan, tapi juga mendidik anak. Sambil menyusui, eluslah si bayi dan dekaplah dengan hangat. Ini menjadi dasar bagi

pertumbuhan manusia menuju sumber daya manusia yang baik dan lebih mudah untuk menyayangi orang lain.

Adapun manfaat ASI bagi ibu yang menyusui di antaranya adalah :

- a. ASI mencegah pendarahan pasca persalinan dan mempercepat pengembalian rahim ke bentuk semula. Hal ini karena *hormone progesterone* yang merangsang kontraksi otot di saluran ASI yang membuat ASI terperah keluar, juga akan merangsang kontraksi rahim. Itu sebabnya, sebaiknya secepat mungkin bayi disusukan kepada ibunya setelah lahir, agar tidak terjadi pendarahan sesudah persalinan dan rahim kembali mengecil dengan lebih cepat.
- b. Lemak di sekitar panggul dan paha yang ditimbun pada masa kehamilan pindah ke dalam ASI, sehingga ibu lebih cepat langsing kembali. Penelitian menunjukkan bahwa ibu yang menyusui memiliki resiko lebih rendah terhadap kanker rahim dan kanker payudara.
- c. ASI lebih hemat waktu karena tidak usah menyiapkan dan mensterilkan botol susu, dot dan sebagainya.
- d. ASI lebih praktis karena ibu bisa jalan-jalan ke luar rumah tanpa harus membawa banyak perlengkapan seperti botol, kaleng susu formula, air panas, dsb
- e. ASI lebih murah, karena tidak usah selalu membeli susu kaleng dan perlengkapannya

- f. ASI selalu bebas kuman, sementara campuran susu formula belum tentu steril. Penelitian medis juga menunjukkan bahwa wanita yang menyusui bayinya mendapat manfaat fisik dan manfaat emosional
- g. ASI tak bakalan basi. ASI selalu diproduksi oleh pabriknya di wilayah payudara. Bila gudang ASI telah kosong. ASI yang tidak dikeluarkan akan diserap kembali oleh tubuh ibu. Jadi, ASI dalam payudara tak pernah basi dan ibu tak perlu memerah dan membuang ASI-nya sebelum menyusui

Manfaat ASI bagi keluarga adalah :

- a. Tidak perlu uang untuk membeli susu formula, botol susu kayu bakar atau minyak untuk merebus air, susu atau peralatan
- b. Bayi sehat berarti keluarga mengeluarkan biaya lebih sedikit (hemat) dalam perawatan kesehatan dan berkurangnya kekhawatiran bayi akan sakit.
- c. Menghemat waktu keluarga bila bayi lebih sehat.
- d. Memberikan ASI pada bayi (meneteki) berarti hemat tenaga bagi keluarga sebab ASI selalu siap tersedia.
- e. Lebih praktis saat akan bepergian, tidak perlu membawa botol, susu, air panas, dll.

Manfaat ASI bagi negara

- a. Jangan dikira, pemeliharaan bayi hanya menjadi urusan keluarga. Negara juga berperan dalam penyediaan fasilitas kesehatan dan perawatan hidup warga negara. Semakin banyak ibu yang menyusui, negara menghemat biaya subsidi untuk perawatan anak sakit dan pemakaian obat-obatan. Angka kematian bayi juga berkurang karena pemberian ASI. Negara juga menghemat biaya

kontrasepsi, karena ibu yang memberi ASI *eksklusif* tertunda kesuburannya sehingga orang yang menggunakan alat kontrasepsi tidak terlalu banyak. Negara juga berhemat dari biaya membeli alias mengimpor susu formula dan perlengkapan menyusui.

- b. Menyusui akan mengurangi polusi karena penggunaan susu formula menghasilkan sampah kaleng, plastik, kardus, dan sebagainya. Sedangkan ASI tidak menghasilkan sampah apa pun.
- c. Jika sebagian besar anak Indonesia minum ASI, negara diuntungkan karena memiliki generasi muda yang sehat dan pintar. Lebih baik lagi karena mereka juga berkepribadian baik karena dididik oleh kasih sayang ibunya dengan lebih intensif.²⁴

Di samping manfaat-manfaat di atas, kalau ditinjau dari beberapa aspek, masih ada beberapa keunggulan ASI dan manfaat menyusui baik ditinjau dari aspek gizi, aspek imunologik, aspek psikologi, aspek kecerdasan, neurologis, ekonomis maupun aspek penundaan kehamilan.

1. Aspek Gizi.

Manfaat Kolostrum

- Kolostrum mengandung zat kekebalan untuk melindungi bayi dari berbagai penyakit infeksi terutama diare.
- Jumlah kolostrum yang diproduksi bervariasi tergantung dari hisapan bayi pada hari-hari pertama kelahiran. Walaupun sedikit namun cukup untuk

²⁴ Kun Sri Budiasih, *Handbook Ibu Menyusui*, (Bandung: PT. Karya Kita, 2008), hal.79

memenuhi kebutuhan gizi bayi. Oleh karena itu kolostrum harus diberikan pada bayi.

- Kolostrum mengandung protein, vitamin A yang tinggi dan mengandung karbohidrat dan lemak rendah, sehingga sesuai dengan kebutuhan gizi bayi pada hari-hari pertama kelahiran.
- Membantu mengeluarkan *mekonium* yaitu kotoran bayi yang pertama berwarna hitam kehijauan.²⁵

Komposisi ASI

- ASI mudah dicerna, karena selain mengandung zat gizi yang sesuai, juga mengandung enzim-enzim untuk mencernakan zat-zat gizi yang terdapat dalam ASI tersebut.
- ASI mengandung zat-zat gizi berkualitas tinggi yang berguna untuk pertumbuhan dan perkembangan kecerdasan bayi/anak.
- Selain mengandung protein yang tinggi, ASI memiliki perbandingan antara *whey* dan *casein* yang sesuai untuk bayi. *Rasio whey* dengan *casein* merupakan salah satu keunggulan ASI dibandingkan dengan susu sapi. ASI mengandung *whey* lebih banyak yaitu 65:35. Komposisi ini menyebabkan protein ASI lebih mudah diserap. Sedangkan pada susu sapi mempunyai perbandingan *whey* : *Casein* adalah 20 : 80, sehingga tidak mudah diserap.

Komposisi Taurin, DHA dan AA pada ASI

- *Taurin* adalah sejenis asam amino kedua yang terbanyak dalam ASI yang berfungsi sebagai *neuro-transmitter* dan berperan penting untuk proses

²⁵ Depkes RI, *Panduan Manajemen Laktasi*, (Jakarta: Dit.Gizi,2001)

maturasi sel otak. Percobaan pada binatang menunjukkan bahwa defisiensi taurin akan berakibat terjadinya gangguan pada retina mata.

- *Decosa Hexanoic Acid* (DHA) dan *Arachidonic Acid* (AA) adalah asam lemak tak jenuh rantai panjang (*polyunsaturated fatty acids*) yang diperlukan untuk pembentukan sel-sel otak yang optimal. Jumlah DHA dan AA dalam ASI sangat mencukupi untuk menjamin pertumbuhan dan kecerdasan anak. Disamping itu DHA dan AA dalam tubuh dapat dibentuk/disintesa dari substansi pembentuknya (*precursor*) yaitu masing-masing dari Omega 3 (asam linolenat) dan Omega 6 (asam linoleat).

2. Aspek Immunologik

- ASI mengandung zat anti infeksi, bersih dan bebas kontaminasi.
- *Immunoglobulin A* (Ig.A) dalam kolostrum atau ASI kadarnya cukup tinggi. *Sekretori Ig.A* tidak diserap tetapi dapat melumpuhkan bakteri patogen *E. Coli* dan berbagai virus pada saluran pencernaan.
- *Laktoferin* yaitu sejenis protein yang merupakan komponen zat kekebalan yang mengikat zat besi di saluran pencernaan.
- *Lysosim*, enzim yang melindungi bayi terhadap bakteri (*ecoli* dan *salmonella*) dan virus. Jumlah *lysosim* dalam ASI 300 kali lebih banyak daripada susu sapi.
- Sel darah putih pada ASI pada 2 minggu pertama lebih dari 4000 sel per mil. Terdiri dari 3 macam yaitu: *Brochus-Asociated Lymphocyte Tissue* (BALT) antibodi pernafasan, *Gut Asociated Lymphocyte Tissue* (GALT)

antibodi saluran pernafasan, dan *Mammary Associated Lymphocyte Tissue* (MALT) antibodi jaringan payudara ibu.

- Faktor *bifidus*, sejenis karbohidrat yang mengandung nitrogen, menunjang pertumbuhan bakteri *lactobacillus bifidus*. Bakteri ini menjaga keasaman flora usus bayi dan berguna untuk menghambat pertumbuhan bakteri yang merugikan.

3. Aspek Psikologik

- Rasa percaya diri ibu untuk menyusui : bahwa ibu mampu menyusui dengan produksi ASI yang mencukupi untuk bayi. Menyusui dipengaruhi oleh emosi ibu dan kasih sayang terhadap bayi akan meningkatkan produksi hormon terutama oksitosin yang pada akhirnya akan meningkatkan produksi ASI.
- Interaksi Ibu dan Bayi: Pertumbuhan dan perkembangan psikologik bayi tergantung pada kesatuan ibu-bayi tersebut.
- Pengaruh kontak langsung ibu-bayi: ikatan kasih sayang ibu-bayi terjadi karena berbagai rangsangan seperti sentuhan kulit (*skin to skin contact*). 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

- Interaksi ibu-bayi dan kandungan nilai gizi ASI sangat dibutuhkan untuk perkembangan system syaraf otak yang dapat meningkatkan kecerdasan bayi.

- Penelitian menunjukkan bahwa IQ pada bayi yang diberi ASI memiliki IQ point 4.3 point lebih tinggi pada usia 18 bulan, 4-6 point lebih tinggi pada usia 3 tahun, dan 8.3 point lebih tinggi pada usia 8.5 tahun, dibandingkan dengan bayi yang tidak diberi ASI.

5. Aspek *Neurologis*

- Dengan menghisap payudara, koordinasi syaraf menelan, menghisap dan bernafas yang terjadi pada bayi baru lahir dapat lebih sempurna.

6. Aspek Ekonomis

- Dengan menyusui secara eksklusif, ibu tidak perlu mengeluarkan biaya untuk makanan bayi sampai bayi berumur 6 bulan. Dengan demikian akan menghemat pengeluaran rumah tangga untuk membeli susu formula dan peralatannya.

7. Aspek Penundaan Kehamilan

- Dengan menyusui secara eksklusif dapat menunda haid dan kehamilan, sehingga dapat digunakan sebagai alat kontrasepsi alamiah yang secara umum dikenal sebagai *Metode Amenorea Laktasi (MAL)*.²⁶

C. Keunggulan ASI Dibanding Susu Formula

Bayi yang diberi susu formula terancam *obesitas*. Kebanyakan susu formula berbasis susu sapi yang mengandung protein jauh lebih banyak dari protein manusia. Kita tahu bahwa hewan cenderung lebih cepat pertumbuhannya dibandingkan dengan manusia.

²⁶ *Ibid.*

Tidak heran sebuah penelitian menyebutkan bahwa bayi yang mendapat ASI tidak segemuk bayi yang mendapat susu formula. Pertumbuhannya lebih bagus dan jarang sakit. Tidak sedikit bayi diare akibat susu formula karena gula susu sapi (*laktosa*) pada beberapa bayi.²⁷

Susu formula di pasaran kini banyak mengandung tambahan nutrisi berupa asam lemak seperti AA dan DHA yang dipercaya dapat mencerdaskan anak. Namun, bayi tidak memiliki kemampuan untuk mencerna semua zat gizi tersebut.

Pada bayi, produksi enzim belum sempurna untuk dapat mencerna lemak, sedangkan dalam ASI sudah disiapkan enzim *lipase* yang membantu mencerna lemak, dan enzim ini tidak terdapat pada susu formula atau susu hewan.

Lemak yang ada pada ASI dapat dicerna maksimal oleh tubuh bayi dari pada lemak yang ada pada susu formula, sehingga tinja bayi susu formula lebih banyak mengandung makanan yang tidak dapat dicerna oleh tubuhnya.

Kemudian, di dalam ASI terkandung asam lemak esensial yang tidak didapat di dalam susu sapi atau susu formula. Asam lemak esensial ini dibutuhkan untuk pertumbuhan otak dan mata bayi, serta kesehatan pembuluh darah.

Di dalam ASI juga terkandung Vitamin C, sehingga bayi ASI tidak perlu mendapat suplemen vitamin C, vitamin C biasanya diberikan untuk bayi-bayi

²⁷Utami Roeli, "Kelebihan ASI Dibanding Susu Formula", Dikutip dari <http://cyberwoman.cbn.net.id/cbprtl/common/ptofriend.aspx?x>. Accessed 29-04-2009

yang diberi susu formula. Zat Besi sangat dibutuhkan oleh tubuh manusia sehingga tidak terserang anemia (kekurangan darah akibat defisiensi zat besi).

Saat dilahirkan bayi mempunyai persediaan cukup zat besi, tetapi itu kembali kepada ibunya, apakah saat hamil dia mempunyai persediaan zat besi yang cukup. Semua jenis susu mengandung sedikit zat besi sekitar 100 ml, atau 0.5-0.7mg/i, namun perbedaannya zat besi yang ada pada ASI dapat dicerna maksimal sampai 50% oleh bayi, berbeda dengan zat besi yang ada pada susu hewan yang hanya 10% saja.

Pada tahun pertama kehidupannya, bayi sangat rentan terhadap penyakit, sehingga memerlukan perlindungan ekstra dari ibunya. ASI mengandung sel-sel darah putih dan sejumlah faktor anti-infektif yang membantu melindungi bayi dari infeksi. ASI juga mengandung antibodi terhadap berbagai infeksi yang pernah dialami ibu sebelumnya.²⁸

D. Persiapan Menyusui

Dalam proses penyusuan. Ibu adalah orang yang akan menjadi petugas utama. Untuk itu sebelum menyusui, ada beberapa hal yang harus dipersiapkan oleh ibu, diantaranya :

1. Niat yang kuat untuk menyusui dengan ASI

Sesungguhnya setiap perbuatan tergantung pada niatnya. Orang sering juga memaknai sebagai motivasi. Motivasi yang kuat akan menguatkan pelaksanaan

²⁸ *Ibid.*

setiap pekerjaan. Sebaliknya motivasi yang lemah atau tak jelas sering melemahkan pekerjaan. Apalagi jika ada kesulitan di tengah jalan. Demikian pula dalam menyusui. Tak setiap ibu mendapatkan air susu yang lancar sejak hari pertama. Jika ibu memiliki motivasi yang kuat, ia akan terus mencoba menyusui, berapa pun ASI yang didapatnya. Karena produksi ASI akan sebanding dengan usaha mengisap/memasnya. Semakin rajin si bayi mengisapnya, produksi ASI akan semakin banyak. Motivasi juga berkaitan dengan dukungan orang di sekitar ibu. Jika suami dan keluarga mendukung, biasanya motivasi ibu akan meningkat juga. Namun, tanpa dukungan luar, ibu tetap dapat bertahan jika punya motivasi diri yang kuat. Seandainya ada kerabat yang mengarahkan agar menyambung ASI dengan susu formula atau makanan, ibu tetap bisa konsisten dengan ASI.²⁹

Agar produksi ASI optimal, ibu harus berpikir positif bahwa ibu mampu memberikan ASI. Produksi ASI sangat dipengaruhi kondisi psikis si ibu. Jika hati ibu tenang dan bahagia, produksi ASI nya insya Allah bakal berlimpah. ASI diproduksi sesuai dengan permintaan. Jika bayi butuh 100 cc, ASI yang bakal diproduksi pun 100 cc. Jadi jangan takut ASI nya tidak mencukupi kebutuhan bayi. Kemungkinan, hanya 1 dari 1000 wanita yang tidak dapat menyusui. Oleh karena itu, setiap ibu harus yakin bahwa dia dapat menyusui bayinya.

Lain halnya jika ibu mempunyai motivasi yang kurang kuat. Saat produksi ASI belum banyak, mungkin ibu akan menyangka ASI-nya sedikit. Lalu, ibu tak bersemangat lagi menyusui bayinya dan menyambung dengan susu formula.

²⁹ Kun Sri Budiasih, *Handbook Ibu Menyusui*, (Bandung: PT. Karya Kita, 2008), hal. 87

Akibatnya, ASI yang kurang dipompa makin lemah produksinya. Akhirnya, benar-benar sedikit hasilnya.

Kuatnya motivasi ini juga bisa dipahami dari pemahaman akan keputusan takdir. Ada Hadis Qudsi yang sangat populer di kalangan Muslim:

أَنَا عِنْدَ ظَنِّ عَبْدِي بِي

“*Aku ada di samping prasangka hamba-Ku kepada-Ku*”³⁰

Jika kita mengira Allah hanya memberi kita rezeki ASI yang sedikit, lalu kita lebih percaya pada susu sapi, benar-benar sedikitlah produksi ASI kita. Oleh karena itu para ibu haruslah berprasangka baik, lalu berdo'a dan berupaya agar ASI ibu lancar.

2. Berdo'a

Jangan lupa ibu yang akan menyusui selalu melibatkan Allah dalam usahanya. Allah akan memberi jauh lebih banyak dari yang kita minta. Tidak ada salahnya para ibu memohon dengan bahasa ibu sendiri agar diberikan ASI yang lancar. Allah selalu memenuhi permohonan hambanya. Sebagaimana firman-Nya:

أَدْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ

“*Berdo'alalah kalian kepada-Ku, niscaya Aku mengabulkan do'a kalian*”³¹

3. Mencukupi informasi

³⁰ Imam Muslim, Sahih Muslim, Zuz IV, Kitab Az-Zikr wa-addu'a' wa- al Istigfār, bab haššu 'alā zikrillāh. Hadis ini diterima dari Qutaibah bin Sa'īd dan Zuhair bin Harb, dari Jarīr, dari A'mas, dari Abu Šalih, dari Abu Hurairah..

³¹ Al-Mu'min (40): 60

Di era informasi ini, saat televisi dan koran sudah masuk ke semua tempat di negeri ini, ternyata masih banyak informasi yang belum menyebar dengan baik. Adanya imbauan untuk memberi ASI *eksklusif* selama enam bulan masih terdengar asing di telinga kebanyakan orang.

Ini tampak dari pernyataan-pernyataan di kalangan ibu-ibu tentang susu sambilan (susu formula) yang paling baik, padahal baru saja ia meninggalkan rumah sakit untuk bersalin. Mengapa tak berfikir ASI saja dulu. Mungkin salah satu sebabnya adalah kurang informasi tentang ASI eksklusif. Lalu, hadirilah botol-botol penuh susu di antara ibu-ibu yang mestinya membawa susu terbaik di dekat bayinya, ada pertanyaan bubur apa yang paling cocok dan sebagainya, padahal bayi mereka belum lagi tegak kepalanya, alias belum sampai tiga bulan umurnya.

Jika ibu tak cukup informasi dan motivasi, bukan tak mungkin ia akan tergoda untuk segera memberi bayinya susu formula atau bahkan makanan tambahan.

Memang, menjadi ibu harus banyak belajar. Tak cuma dari kebiasaan turun temurun. Menjadi ibu memang tidak ada sekolahnya. Jadi, jika ibu ingin berhasil tentulah harus mencari informasi dari segala sumber. Ibu yang bergaul dalam pergaulan yang baik, insya Allah akan mendapatkan informasi yang baik pula. Pengetahuan terbaru juga mesti kita pelajari, termasuk soal menyusui. Ibu bisa mendapatkan pelajaran dari majalah, koran, tabloid pengasuhan anak, atau buku-buku cantik terbitan khusus dengan gambar yang menarik. Ada sejumlah media

yang bagus untuk ibu, seperti majalah Ayah bunda, tabloid ibu & anak, atau Nakita. Itu tentu lebih bermanfaat daripada majalah gosip.

Ada begitu banyak sumber informasi tentang ASI lewat *google*, misalnya, hanya dengan mengetikkan kata ASI atau Laktasi, seorang ibu bisa mendapat ratusan artikel tentang ASI dan menyusui. Seorang ibu dapat mengakses majalah keluarga seperti Ayah bunda online dengan berbagai artikel baik tentang ASI maupun artikel keluarga dan pengasuhan anak.³²

4. Pemijatan Payudara.

Persiapan fisik juga tak kalah penting. Pada masa hamil mulailah dengan *massage* payudara secara teratur. Tujuannya untuk melancarkan saluran air susu. Pastikan puting payudara ibu muncul dari payudara. Ada sebagian ibu yang puting payudaranya melesak ke dalam sehingga mengalami kesulitan ketika menyusui. Karena kurang pengalaman atau informasi, mereka membiarkan saja hal itu. Akhirnya, justru menjadi alasan tidak menyusui. Jika keadaannya demikian, sebaiknya ibu mulai membiasakan memijat payudara sejak masa hamil. Jangan lupa untuk menarik bagian puting yang melesak itu dengan lembut. Yakinlah payudara sudah diciptakan menjadi sarana minum bagi bayi. Dengan sedikit usaha, niscaya ia akan berfungsi dengan baik. Agar tidak mengalami hal demikian, calon ibu sebaiknya banyak belajar pada bidan dan orang yang berpengalaman menyusui.

Di hari pertama mungkin ASI belum keluar dengan lancar. Namun tetaplah berikan payudara ibu kepada bayi. Setelah diisap oleh bayi, Insya Allah ASI akan

³² Kun Sri Budiasih, *HandBook Ibu Menyusui*, (Bandung: PT. Karya Kita, 2008), hal. 92

keluar dengan sendirinya. Seperti minyak bumi yang dipompa di pengeboran, perlu semacam pancingan agar ia keluar dengan pancaran yang lancar. Jika ada kejadian ASI yang seret, sebaliknya, di hari berikutnya sering terjadi bendungan atau payudara yang bengkak karena produksi ASI yang banyak belum sepenuhnya diminum oleh bayi yang masih banyak tidur. Bendungan payudara menimbulkan rasa sakit. Keterampilan pemijatan payudara akan membuat ibu mampu meringankan rasa sakit ini. Biarkan ASI keluar tanpa diisap bayi, bisa ditampung untuk diberikan di waktu lain.

Ada yang berpendapat bahwa sebelum menyusui, sebaiknya *areola* (daerah gelap sekitar puting) dibersihkan dengan air. Akan lebih baik jika menggunakan ASI karena sudah mengandung antibodi. ASI ternyata juga bisa dipakai sebagai *antiseptik* pada tali pusat. Penggunaan ASI untuk menjaga kebersihan tali pusat. Hal tersebut sudah diteliti sebagai karya ilmiah di sebuah akademi perawat dan sudah diterapkan di sebuah klinik di Yogyakarta. Hasilnya tali pusat dapat terjaga bersih dan dapat lepas dalam waktu kurang dari sepekan.³³

5. mengenalkan sejak detik pertama

Setelah bayi diputuskan tali pusarnya, ia harus berlatih makan dengan mulutnya. Ibu lah yang berperan menjadi pelatihnya. Meskipun belum tahu apa-apa, bayi sudah dibekali dengan naluri. Jika sejak pertama bayi sudah dikenalkan pada payudara ibunya, secara naluri ia akan mencarinya kembali. Pengalaman pertama ia akan menguatkan motivasi ibu dan bayi untuk melanjutkan acara khusus berdua saja, yaitu acara menyusui kepada ibunya..

³³ *Ibid.*, hal. 94

6. Tak menyediakan susu formula.

Inilah yang sering menggoda. Sepertinya melahirkan dan membeli susu adalah kalimat yang wajib disandingkan. Para ibu harus sadar bahwa mereka sebagai makhluk menyusui sehingga kalimat yang harus mereka anut adalah melahirkan dan menyusui.

Setelah berniat, berdo'a, mencari ilmu, lalu melatih diri untuk berkomitmen hanya dengan ASI, tidak ada lagi kamus untuk menyediakan susu formula. Terpikir saja tidak. Adanya susu formula sering menggoda ibu untuk memberikannya dengan berbagai alasan.

7. Dukungan ayah dan keluarga

Dukungan ayah sangat penting dalam suksesnya menyusui, terutama untuk ASI eksklusif. Ayah semestinya menguatkan motivasi ibu agar menjaga komitmen dengan ASI. Jangan mudah tergoda susu formula atau makanan lainnya. Ayahlah yang menjadi benteng pertama saat ibu mendapat godaan yang kadang datang dari keluarga terdekat, orang tua, atau mertua. Ayah juga harus membantu secara teknis seperti mengantar kontrol ke dokter atau bidan, menyediakan makanan ibu yang penuh dengan gizi, hingga memijat ibu yang biasanya cepat lelah sejak hamil tua. Badan yang sehat dan suasana yang menyenangkan akan meningkatkan kestabilan fisik ibu sehingga produksi ASI lebih baik.

Ada baiknya setiap calon ibu memahami tugas mulianya dan berlatih untuk menyiapkan segalanya dengan baik. Ketika wanita siap menikah, ia pun harus siap pula mengalami beratnya mengandung, seriusnya menyusui, lelahnya merawat bayi dan seterusnya. Memang cape. Namun, bukanlah menjadi ibu yang

baik itu memang perlu pengorbanan. Mana mungkin Allah memberi surga dengan begitu mudah. Bagaimana mungkin juga Allah meletakkan surga itu di bawah telapak kaki ibu jika tugas ibu hanya yang mudah saja.

Allah sangat pemurah dan tidak akan pernah salah menghitung. Jadi, jika seorang ibu mengalami hal yang sulit demi melaksanakan amanah dari-Nya, ingatlah akan hadiah besar menanti dari-Nya.³⁴



UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA

³⁴ *Ibid.*

BAB III

MENYUSUI DAN PENDIDIKAN ANAK MENURUT ISLAM

A. Menyusui Menurut Al-Qur'an

Banyak ayat-ayat Al-Qur'an dan Al-Hadis yang bisa dijadikan landasan hukum menyusui bagi seorang ibu terhadap anaknya. Diantaranya:

1. QS. Al-Baqarah (2):233 yang berbunyi :

وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُتِمَّ الرَّضَاعَةَ وَعَلَى الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ لَا تُكَلَّفُ نَفْسٌ إِلَّا وُسْعَهَا لَا تُضَارَّ وَالِدَةٌ بَوْلِدِهَا وَلَا مَوْلُودٌ لَهُ بِوَالِدِهِ وَعَلَى الْوَارِثِ مِثْلُ ذَلِكَ فَإِنْ أَرَادَا فِصَالًا عَنْ تَرَاضٍ مِّنْهُمَا وَتَشَاوُرٍ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا وَإِنْ أَرَدْتُمْ أَنْ تَسْتَرْضِعُوا أَوْلَادَكُمْ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ إِذَا سَلَّمْتُمْ مَا آتَيْتُم بِالْمَعْرُوفِ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ

"Para ibu hendaklah menyusukan anak-anaknya selama dua tahun penuh, yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan. Dan kewajiban ayah memberi makan dan pakaian kepada para ibu dengan cara ma'ruf. Seseorang tidak dibebani melainkan menurut kadar kesanggupannya. Janganlah seorang ibu menderita kesengsaraan karena anaknya dan seorang ayah karena anaknya, dan warispun berkewajiban demikian. Apabila keduanya ingin menyapih dengan kerelaan keduanya dan permusyawaratan, maka tidak ada dosa atas keduanya. Dan jika kamu ingin anakmu disusukan oleh orang lain, maka tidak ada dosa bagimu apabila kamu memberikan pembayaran menurut yang patut. Bertakwalah kamu kepada Allah dan ketahuilah bahwa Allah Maha Melihat apa yang kamu kerjakan".

Ayat ini merupakan bimbingan dari Allah bagi para ibu untuk menyusui anak-anaknya secara sempurna, yakni dua tahun.³⁵

Kata (الْوَالِدَاتُ) dalam penggunaan al-Qur'ān berbeda dengan kata (أُمَّهَاتٌ) yang merupakan bentuk jamak dari kata (أُمٌّ). Kata (أُمَّهَاتٌ) digunakan untuk menunjuk kepada para ibu kandung, sedangkan kata (الْوَالِدَاتُ) maknanya umum karena kata tersebut merupakan kata jamak yang dima'rifatkan dengan alip lam.³⁶ Kata tersebut bermakna para ibu, baik ibu kandung maupun bukan. Ini berarti bahwa al-Qur'ān sejak dini telah menggariskan bahwa air susu ibu, baik ibu kandung maupun bukan adalah makanan terbaik buat bayi hingga usia dua tahun. Namun demikian, tentunya air susu ibu kandung lebih baik dari yang lainnya. Dengan menyusu pada ibu kandung, anak merasa lebih tenang. Menyusui merupakan proses menjalin hubungan lebih akrab dengan bayi. Ibu, dalam hal ini, tidak dapat diganti perannya dengan yang lain, bukan saja dari segi kualitas ASI, tetapi juga segi detak-detik jantung ibu saat menyusui atau merangkul anaknya. Detak-detik jantung itu menghasilkan ketenangan dan kedamaian pada bayi. Kita bisa melihat bagaimana seorang bayi menampakkan ketenangan dan kedamaian begitu dirangkul oleh ibunya.

Penelitian ilmiah kontemporer membuktikan bahwa denyut jantung ibu lebih berkesan pada bayi dan lebih menyenangkannya daripada lagu dan irama apa pun, karena itu, beberapa tempat penitipan bayi merekam suara denyut jantung ibu pada sebuah kaset, dan bila seorang bayi menangis, diperdengarkan kepadanya kaset tersebut sehingga ia terdiam dan tenang kembali.³⁷

³⁵ As-Ṣabuni , Tafsir as-Ṣabuni

³⁶ Ibnu 'Asyur , *At-Tahrīr wattanwīr*, tafsir terhadap QS. Al-Baqarah(2):233.

³⁷ M.Quraish Shihab, *Pengantin Al-Qur'ān*, (Jakarta: Lentera Hati,2007), hal.158

Ayat di atas mengandung pesan bahwa sejak kelahiran sehingga dua tahun penuh, para ibu diperintahkan untuk menyusukan anak-anaknya. Dua tahun adalah batas maksimal dari kesempurnaan penyusuan. Di sisi lain, bilangan itu juga mengisyaratkan bahwa yang menyusu setelah usia tersebut bukanlah penyusuan yang mempunyai dampak hukum yang mengakibatkan anak yang disusui berstatus sama dalam sejumlah hal dengan anak kandung yang disusui.³⁸

Penyusuan yang selama dua tahun itu, walaupun diperintahkan, tetapi bukanlah kewajiban. Ini dipahami dari penggalan ayat :

“bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan” *لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُتِمَّ الرَّضَاعَةَ*

أَي إِذَا شَاءَ الْوَالِدَانِ إِتِمَامَ الرَّضَاعَةِ وَلَا زِيَادَةَ عَلَيْهِ

“Apabila kedua orang tua bermaksud untuk menyempurnakan penyusuan dan tidak melebihinya”³⁹

Mengenai penggalan ayat di atas, Imam Baidowi menafsirkan sebagai berikut:

وَهُوَ دَلِيلٌ عَلَى أَنَّ أَقْصَى مَدَّةَ الْإِرْضَاعِ حَوْلَانٍ وَلَا عِبْرَةَ بِهِ بَعْدَهُمَا وَإِنَّهُ يَجُوزُ أَنْ يَنْقُصَ عَنْهُ

“Itu dalil bahwasanya masa menyusui maksimal dua tahun, setelah itu tidak diperhitungkan lagi dan boleh saja masa tersebut dikurangi”⁴⁰

³⁸ M.Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbāh*, (Jakarta: Lentera Hati, 2006), I: 504, Tafsir terhadap QS. Al-Baqarah (2): 233.

³⁹ Muhammad 'Ali as-Şābūnī, *Şafwatu at-Tafāsīr*, (Beirut: Dār al- Fikri, t.t.), I: 150

⁴⁰ Nasiruddin, *Tafsir Baidawi*, (Beirut: Dār al- Fikri, t.t.), I: 244

Lebih lanjut Imam ‘Alauddin berkata bahwa penyempurnaan dua tahun penyusuan itu sifatnya tidak wajib, namun dibatasi dua tahun itu tujuannya untuk meleraikan apabila terjadi persengketaan antara suami istri mengenai lamanya masa penyusuan. Maka Allah membatasinya dengan dua tahun .⁴¹

Menurut Quraish Shihab, bahwa masa penyusuan dua tahun itu adalah anjuran yang sangat ditekankan, seakan-akan itu adalah perintah wajib. Jika ibu-bapak sepakat untuk mengurangi masa tersebut, maka tidak mengapa. Tetapi hendaklah jangan berlebih dari dua tahun, karena dua tahun telah dinilai sempurna oleh Allah. Di sisi lain, penetapan waktu dua tahun itu adalah untuk menjadi tolok ukur bila terjadi perbedaan pendapat misalnya ibu atau bapak ingin memperpanjang masa penyusuan.⁴²

2. QS. Luqmān (31): 14 yang berbunyi:

وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْتًا عَلَىٰ وَهْنٍ وَفَصَّلَتْهُ فِي عَامَيْنِ أَنِ
أَشْكُرْ لِي وَلِوَالِدَيْكَ إِلَىٰ الْمَصِيرِ

“Dan kami perintahkan kepada manusia (berbuat baik) kepada dua orang ibu-bapanya; ibunya Telah mengandungnya dalam keadaan lemah yang bertambah-tambah, dan menyapihnya dalam dua tahun bersyukurlah kepadaku dan kepada dua orang ibu bapakmu, Hanya kepada-Kulah kembalimu.”

Penggalan ayat *وَفَصَّلَتْهُ فِي عَامَيْنِ* menurut Quraish Shihab mengisyaratkan betapa penyusuan anak sangat penting dilakukan oleh ibu kandung. Tujuan penyusuan ini bukan sekedar untuk memelihara kelangsungan hidup anak, tetapi

⁴¹ Imam ‘Alauddin, *Tafsir Khozin*, (Beirut: Dār al- Fikri, t.t.), I: 235

⁴² M.Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbāh*, (Jakarta: Lentera Hati, 2006), I: 504, Tafsir terhadap QS. Al-Baqarah (2): 233.

juga bahkan lebih-lebih untuk menumbuhkembangkan anak dalam kondisi fisik dan psikis yang prima. Kata *فى* (di dalam), menurut beliau mengisyaratkan bahwa masa penyusuan itu tidak mutlak dua tahun, karena bila seseorang berkata : pena di dalam saku, maka itu tidak berarti bahwa semua bagian dari pena telah masuk dan berada di dalam saku. Di sisi lain, dalam QS. Al-Baqarah (2):233 seperti yang dijelaskan di atas, ditegaskan bahwa masa dua tahun adalah bagi siapa yang hendak menyempurnakan penyusuan.⁴³

Tentu saja ibu yang menyusui memerlukan biaya agar kesehatannya tidak terganggu, dan air susunya selalu tersedia. Atas dasar itu lanjutan ayat menyatakan: *وَعَلَى الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ* “Dan kewajiban ayah memberi makan dan pakaian kepada para ibu dengan cara ma'ruf”. Hal itu apabila ibu anak-anak yang disusukan itu telah diceraikannya secara ba'in, bukan raj'iy. Adapun jika ibu anak itu masih berstatus istri walau telah ditolak secara raj'iy, maka kewajiban memberi makan dan pakaian adalah kewajiban atas dasar hubungan suami istri, sehingga bila mereka menuntut imbalan penyusuan anaknya, maka suami wajib memenuhinya selama tuntutan imbalan itu dinilai wajar. Biaya merupakan kewajiban ayah, karena anak itu membawa nama ayah, seakan-akan anak lahir untuknya, karena nama ayah akan disandang oleh sang anak, yakni dinisbahkan kepada ayahnya. Kewajiban memberi makan dan pakaian itu hendaknya dilaksanakan dengan cara yang makruf.

⁴³ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, (Jakarta: Lentera Hati, 2006),XI: 120, Tafsir terhadap QS. Luqman (31): 12

Dengan tuntutan ini, anak yang dilahirkan mendapat jaminan pertumbuhan fisik dan perkembangan jiwa dengan baik. Bahkan jaminan tersebut harus tetap diperolehnya walau ayahnya telah meninggal dunia, karena para waris pun berkewajiban demikian, yakni berkewajiban memenuhi kebutuhan ibu sang anak agar ia dapat melaksanakan penyusuan dan pemeliharaan anak itu dengan baik. Adapun yang dimaksud dengan para waris adalah yang mewarisi sang ayah, yakni anak yang disusukan. Dalam arti, warisan yang menjadi hak anak dari ayahnya yang meninggal digunakan antara lain untuk biaya penyusuan bahkan makan dan minum ibu yang menyusuinya.⁴⁴

فَإِنْ أَرَادَا فِصَالًا عَنْ تَرَاضٍ مِّنْهُمَا وَتَشَاوُرٍ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا

“Apabila keduanya ingin menyapih dengan kerelaan keduanya dan bermusyawaratan, maka tidak ada dosa atas keduanya”

أَيُّ فَإِذَا اتَّفَقَ الْوَالِدَانِ عَلَىٰ فِطَامِهِ قَبْلَ الْحَوْلَيْنِ وَرَأْيَا فِي ذَٰلِكَ مَصْلَحَةٌ لَهُ بَعْدَ التَّشَاوُرِ فَلَا إِثْمَ عَلَيْهِمَا.

“Apabila sesudah musyawarah, orang tuanya telah sepakat untuk menyapihnya sebelum dua tahun, dan keduanya melihat ada kemaslahatan bagi anak, maka hal itu tidak berdosa atas keduanya”.⁴⁵

وَإِنْ أَرَدْتُمْ أَنْ تَسْتَرْضِعُوا أَوْلَادَكُمْ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ إِذَا سَلَّمْتُمْ مَا آتَيْتُم بِالْمَعْرُوفِ

“Dan jika kamu ingin anakmu disusukan oleh orang lain, maka tidak ada dosa bagimu apabila kamu memberikan pembayaran menurut yang patut”

⁴⁴ Ibid.

⁴⁵ Muhammad 'Ali as-Şābūnī, *Şafwatu at-Tafāsīr*, (Beirut: Dār al- Fikri, t.t.), I: 150

أَيُّ وَإِنْ أَرَدْتُمْ أَيُّهَا الْآبَاءُ أَنْ تَطْلُبُوا مُرْضِعَةً لَوْلَدِكُمْ غَيْرَ الْأُمِّ بِسَبَبِ عَجْزِهَا
 أَوْ إِرَادَتِهَا الزُّوَاجَ فَلَا إِثْمَ عَلَيْكُمْ شَرِيْطَةً أَنْ تَدْفَعُوا لَهَا مَا اتَّفَقْتُمْ عَلَيْهِ مِنَ
 الْأَجْرِ. فَإِنَّ الْمُرْضِعَةَ إِذَا لَمْ تُكْرَمْ لَاتَهْتَمَّ بِالطِّفْلِ وَلَا تُعْنِي بِإِرْضَاعِهِ.

“Apabila kamu –wahai para orang tua- bermaksud untuk mencari wanita yang ingin menyusui anakmu selain ibunya, baik itu disebabkan ibunya tidak mampu menyusui atau ibunya hendak kawin lagi (setelah bercerai dari kamu), maka tidak berdosa buat kamu dengan syarat kamu membayar upah yang disepakati bagi orang yang menyusui. Karena apabila orang yang menyusui itu tidak dihormati, maka dia tidak akan perhatian terhadap anaknya dan menyusunya tidak akan sungguh-sungguh”.⁴⁶

3. QS. Al-Ahqaf (46): 15 yang berbunyi

وَحَمْلُهُ وَفِصَالُهُ ثَلَاثُونَ شَهْرًا
 الْجِبْتِ الْأَسَدِ الْأَيْسِيِّ

“Masa mengandung sampai menyapihnya selama 30 bulan”.

Dalam ayat ini menegaskan bahwa penyusuan tidak mesti harus dua tahun (24 bulan), hal itu tergantung masa hamilnya. Ini berarti, jika janin dikandung selama sembilan bulan, maka penyusuannya selama dua puluh satu bulan, sedangkan jika dikandung hanya enam bulan, maka ketika itu masa penyusuannya adalah 24 bulan.⁴⁷

Dalam riwayat Ikrimah, Ibnu Abbas berkata:

⁴⁶ Ibid.

⁴⁷ Ibid.

إِذَا وَضَعَتِ الْوَالِدَ لِسِتَّةِ أَشْهُرٍ أَرْضَعْتُهُ حَوْلَيْنِ وَإِنْ وَضَعْتُهُ لِسَبْعَةِ أَشْهُرٍ أَرْضَعْتُهُ ثَلَاثًا وَعِشْرِينَ شَهْرًا وَإِنْ وَضَعْتُهُ لِتِسْعَةِ أَشْهُرٍ أَرْضَعْتُهُ أَحَدًا وَعِشْرِينَ شَهْرًا كُلُّ ذَلِكَ ثَلَاثُونَ شَهْرًا لِقَوْلِهِ تَعَالَى " وَحَمْلُهُ وَفِصَالُهُ ثَلَاثُونَ شَهْرًا "

“Apabila masa hamilnya enam bulan, maka anaknya disusui selama dua tahun.

Apabila dikandungnya selama tujuh bulan, maka masa penyusuan anaknya selama dua puluh tiga bulan, dan apabila dikandungnya selama sembilan bulan maka disusui selama dua puluh satu bulan sehingga jumlahnya tiga puluh bulan. Ini berdasarkan firman Allah “masa mengandung dan menyusui selama 30 bulan”.⁴⁸

4. Menurut QS. At-Talāq (65): 6

فَإِنْ أَرْضَعْنَ لَكُمْ فَآتُوهُنَّ أُجُورَهُنَّ وَأَمْرُهُمْ بَيْنَكُمْ بِمَعْرُوفٍ وَإِنْ تَعَاَسَرْتُم فَاسْتَزِيعْ لَهُ أُخْرَى

” kemudian jika mereka menyusukan (anak-anak)mu untukmu maka berikanlah kepada mereka upahnya, dan musyawarahkanlah di antara kamu (segala sesuatu) dengan baik; dan jika kamu menemui kesulitan maka perempuan lain boleh menyusukan (anak itu) untuknya.”

Imam As-Şabuni menafsirkan penggalan ayat فَإِنْ أَرْضَعْنَ لَكُمْ فَآتُوهُنَّ أُجُورَهُنَّ sebagai berikut:

فَإِذَا وَلَدَتْ وَرَضِيَتْ أَنْ تُرْضِعَ لَهُ وَلَدَهُ فَعَلَى الرَّجُلِ أَنْ يَدْفَعَ أَجْرَ الرِّضَاعَةِ لِأَنَّ الْأَوْلَادَ يَنْسَبُونَ إِلَى الْأَبَاءِ.

⁴⁸ Imam ‘Alauddin, *Tafsir Khozin*, (Beirut: Dār al- Fikri, t.t.), I: 235

“ Maka apabila istri itu melahirkan dan rela untuk menyusukan anaknya, maka suami harus membayar upah dari penyusuan itu, karena anak dinisbahkan kepada suami”.⁴⁹

Maksud dari penggalan ayat وَأَتَمِرُوا بَيْنَكُمْ بِمَعْرُوفٍ adalah bahwa masing-masing suami istri harus menyuruh satu sama lain untuk berbuat baik demi kemaslahatan anaknya. Kebaikan dari istri adalah إِرْضَاعُ الْوَالِدِ مِنْ غَيْرِ أُجْرَةٍ “menyusui anak tanpa diberi upah”. Dan kebaikan dari suami adalah تَوْفِيرُ الْأُجْرَةِ “memberikan upah kepada istri atas kebaikan istri untuk menyusui anak”.⁵⁰

Sedangkan maksud penggalan ayat وَإِنْ تَعَاَسَرْتُمْ فَمَنْ رَضِعْ لَهَا أُخْرَى adalah bahwa apabila tidak ada kesepakatan antara suami istri mengenai penyusuan anak, istri tidak mau menyusui anak dan suami tidak mau membayar upah yang dituntut oleh si istri, maka hendaklah si suami mengupah orang lain untuk menyusukan anaknya. Penggalan ayat tersebut merupakan kalimat berita yang bermakna perintah, yakni فَلْيَسْتَرْضِعْ لَوْلَدِهِ مَرَضِعَةً أُخْرَى hendaklah si suami mengupah istri lain untuk menyusui anaknya”⁵¹

Imam ad-Dahak- sebagaimana dimuat dalam tafsir Qurtubi mengatakan bahwa bahwa apabila seorang ibu tidak mau menyusui anaknya, maka si suami harus

⁴⁹ Muhammad 'Ali as-Şābūnī, *Şafwatū at-Tafāsīr*, (Beirut: Dār al- Fikri, t.t.), III: 401

⁵⁰ Imam Qurṭubī, *Tafsīr Qurṭubī*, (Beirut: Dār al- Fikri, t.t)

⁵¹ Muhammad 'Ali as-Şābūnī. Jilid III. Hal. 402.

mencari orang lain untuk menyusui anaknya, dan apabila tidak ada, maka si istri dipaksa untuk menyusui anaknya dengan bayaran.⁵²

Jadi ayat ini menerangkan tentang peran suami-istri atas kemaslahatan anaknya terutama dalam masalah penyusuan. Suami-istri harus berbuat baik satu sama lain. Istri harus ada kerelaan untuk menyusui anaknya, dan suami harus tanggung jawab untuk membiayai penyusuan anak demi kalangsungan hidup, pertumbuhan dan perkembangan anak, sehingga menjadi anak yang sesuai dengan harapan orang tuanya.

Dari ayat-ayat Al-Qur'ān di atas kita dapat menentukan aturan-aturan umum sebagai berikut:

1. Merupakan kewajiban bagi seorang ibu untuk menyusui anaknya sendiri dan tidak mengabaikan hak anaknya untuk menyusu bila ibu tersebut memang dapat melakukan kewajibannya.
2. Lama menyusui anak, bila ingin secara sempurna adalah dua tahun penuh.
3. Penyusuan tersebut boleh dihentikan sebelum dua tahun dengan syarat keputusan tersebut didasarkan atas persetujuan bersama antara suami-istri setelah keduanya membicarakan untung ruginya, serta telah memperoleh ganti pemeliharaan kebutuhan makanan bayi tersebut sebaik-baiknya.
4. Ayah bayi tersebut harus membantu agar air susu ibu terus tersedia cukup dengan cara menyediakan makan yang cukup bagi ibu dan suasana tentram.
5. Bilamana ayah bayi tersebut sedang bepergian atau meninggal, maka salah seorang anggota keluarganya harus mengambil alih kewajiban memelihara

⁵² Imam Qurṭubī, *Tafsir Qurṭubī*, (Beirut: Dār al- Fikri, t.t.), XIIIIV: 169

bayi tadi dengan menyediakan kebutuhan –kebutuhan ibunya agar ia bisa meneruskan tugasnya menyusui anaknya.

B. Mendidik Anak Melalui Menyusui

Besarnya manfaat ASI bagi kecerdasan bayi diungkapkan para peneliti dari McGill University di Kanada. Hasil riset mereka menyimpulkan bahwa bayi peminum ASI menunjukkan hasil tes IQ yang lebih baik pada usia enam tahun. Namun begitu, para peneliti tidak dapat memastikan apakah tingginya IQ tersebut disebabkan air susu atau pengaruh dari aktivitas menyusui. Riset yang melibatkan 14 ribu anak ini adalah bukti terbaru dari sekian banyak laporan tentang pengaruh positif ASI terhadap kecerdasan.⁵³

Masalah yang kerap dihadapi penelitian sebelumnya adalah kesulitan menentukan apakah hasil temuan berkaitan dengan fakta bahwa ibu dari kalangan elit cenderung mau memberi ASI, serta beragam faktor lain yang berhubungan dengan keadaan keluarga yang mempengaruhi kecerdasan.

Namun riset terbaru yang juga dimuat *Archives of General Psychiatry* ini mencoba memperhitungkan masalah tersebut dengan memantau perkembangan anak sejak lahir di beberapa rumah sakit di Belarusia. Beberapa rumah sakit di negara ini merekomendasikan para ibu untuk menyusui bayi dengan ASI.

Dari riset terungkap bahwa anak yang mendapat ASI eksklusif selama 3 bulan pertama - dan kebanyakan juga berlanjut hingga setahun - mencatat rata-rata 5,9 poin lebih besar dalam tes IQ pada usia 6 tahun.

⁵³ Kompas.com. Accesed 05/04/2009

Para guru juga merata-ratakan anak penerima ASI secara signifikan memiliki kemampuan akademis lebih tinggi, baik dalam membaca dan menulis. Pemberian ASI eksklusif jangka panjang tampaknya memperbaiki perkembangan kognitif anak-anak," ujar pimpinan riset Profesor Michael Kramer. Menurut analisa riset, beragam asam lemak yang terkandung dalam ASI diyakini mampu meningkatkan kecerdasan. Selain itu, aspek fisik dan emosional dalam proses menyusui dapat menciptakan perubahan permanen pada perkembangan otak anak.

Para peneliti juga mengindikasikan kegiatan pemberian ASI meningkatkan interaksi verbal antara ibu dan anak, yang pada gilirannya membantu perkembangan mereka.⁵⁴

Menurut Utami, memang ASI dapat menambah kecerdasan anak. Tapi, ASI saja tak cukup untuk kecerdasan anak. Ibarat komputer, otak adalah *hardware*nya, sedangkan pendidikan bagi anak adalah *software*nya. Saat ibu menyusui bayinya tak hanya memberikan makan pada bayi, tapi di dalamnya memiliki nilai-nilai pendidikan. Kata Utami, menyusui itu adalah sebuah pekerjaan pendidikan. Saat itu terjadi kontak emosi dan psikologis antara ibu dan anaknya. Sambil menyusui, seorang ibu akan membelai-belai, menyanyi atau pun melantunkan ayat-ayat suci yang akan merangsang otak kiri dan kanan bayi.

Saat menyusui pula, kelima panca indera bayi mencoba merasakan, mendengar, melihat, membaui apa yang ada di sekelilingnya. Bayi akan merasa sang ibu sedang berbicara padanya, menyayangnya. Makanya sangat berbeda

⁵⁴ *Ibid.*

antara anak yang diberi ASI dengan yang tidak. Anak yang diberi ASI akan tumbuh lebih cerdas dan sehat.

Selain lebih tinggi secara IQ, bayi ASI memiliki *emotional quotient* (EQ) dan *spiritual quotient* (SQ) yang baik. Syaratnya jangan hanya payudara yang diberikan tapi ibu harus pro aktif mengekspresikan kasih sayang ibu pada bayi, begitu juga ayah. Bila ibu sibuk berkarir, ASI serta pendidikan tetap bisa diberikan. Perahlah ASI ibu, terus berikan dengan penuh kasih sayang oleh nenek atau pengasuh bayi. Memberikan ASI itu hak anak. Bayi yang sehat fisik, intelektual dan emosional, sang ibu turut menciptakan generasi sehat bagi bangsanya.⁵⁵

Untuk itu Rasulullah SAW. Mengajarkan kepada para calon suami untuk pandai-pandai memilih calon istri yang akan menjadi pendamping hidup, yang akan menyusui anak-anaknya. Beliau bersabda:



 تَخَيَّرُوا لِنُطْفِكُمْ فَإِنَّ الْعِرْقَ دَسَّاسٌ

“Pilihlah baik-baik (penampung) sperma kalian, karena sesungguhnya keturunan itu kuat pengaruhnya.”⁵⁶

Jika memang sudah jelas-jelas bahwa keluarga calon pasangan aman dari segala penyakit atau kelemahan turunan, baik fisik maupun mental, barulah ia boleh maju, melangkah ke jenjang pernikahan. Pengenalan keluarga ini penting demi menghindari dirinya dan keturunannya dari sifat-sifat dan penyakit keturunan. Dan mencegah lebih baik dari pada mengobati.

⁵⁵ <http://cyberwoman.cbn.net.id/cbprtl/common/ptofriend>.

⁵⁶ Imam Ibnu Majah, *Sunan Ibnu Mājah*, “9. Kitab an-Nikāh”, “46. Bab Al-Akfā”, I Hadis No. 1968, Hadis dari Abdullah bin Sa’id dari Hārīs bin ‘Imrān dari Hisyam bin ‘Urwah dari ayahnya dari ‘Aisyah dari Nabi Saw. Hadis Şahih berdasarkan taşhīh Suyūfī dalam “Kitab al-Jāmi’u as-Sagīr”, “Bab Harfu at-Tā’”.

Sudah maklum adanya bahwa anak mewarisi sifat-sifat fisik dan akal orang tuanya. Menikahi orang-orang yang sehat dan cerdas insya Allah akan melahirkan anak-anak yang sehat dan cerdas. Sebaliknya, menikahi orang-orang yang lemah dan bodoh juga akan melahirkan anak-anak yang lemah dan bodoh.

Mengenai penyusuan, Rasulullah sudah memperingatkan dalam hadisnya supaya jangan sampai anak disusui oleh wanita tolol, wanita yang lemah akalnya atau wanita yang tidak layak untuk menyusui. Beliau bersabda.

نَهَى رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ أَنْ تَسْتَرْضِعَ الْحَمَقَاءَ رَوَاهُ أَبُو دَاوُدَ
 “Rasulullah SAW. Telah melarang wanita tolol disuruh untuk menyusui anak”.

Hal demikian, karena sifat-sifat ketololannya akan tertular kepada anak yang disusainya.

C. Kewajiban Orang Tua Terhadap Anak

Di antara kewajiban terpenting orang tua terhadap anak –anaknya adalah sebagai berikut:

a. Seorang suami memilih seorang istri yang bakal menjadi ibu bagi anak-anaknya ketika ia berniat hendak kawin, sebab ibu itu mempunyai pengaruh besar pada pendidikan anak-anak dan pada tingkah laku mereka, terutama pada awal masa kanak-kanak, di mana ia tidak kenal siapa-siapa kecuali ibunya yang menyediakan makanan, kasih sayang dan kecintaan. Sabda Rasulullah Saw.:

تَخَيَّرُوا لِنُطْفِكُمْ فَإِنَّ الْعِرْقَ دَسَّاسٌ

“Pilihlah baik-baik (penampung) sperma kalian, karena sesungguhnya keturunan itu kuat pengaruhnya.”⁵⁷

b. Memilih nama yang baik bagi anak-anaknya. Sebab nama yang baik itu mempunyai pengaruh positif atas kepribadian manusia, begitu juga atas tingkah laku, cita-cita dan angan-angannya. Rasulullah mengajar sahabat-sahabatnya pentingnya nama yang baik bagi anak-anak. Sebagaimana sabdanya:

تَسَمُّوْا بِأَسْمَاءِ الْأَنْبِيَاءِ، وَأَحَبُّ الْأَسْمَاءِ إِلَى اللَّهِ تَعَالَى عَبْدُ اللَّهِ وَعَبْدُ الرَّحْمَنِ، وَأَصْدَقُهَا حَارِثٌ وَهَمَامٌ، وَأَفْحُهَا حَرْبٌ وَمُرَّةٌ

“ Namailah (anak-anakmu) dengan nama-nama para Nabi. Nama yang paling disukai Allah adalah Abdullah dan Abdurrahman, dan nama yang paling benar adalah Haris dan Hammam, sedangkan nama yang paling buruk adalah Harb dan Murrāh”⁵⁸

Dan sabda Rasulullah Saw. :

إِنَّكُمْ تُدْعَوْنَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ بِأَسْمَائِكُمْ وَأَسْمَاءِ آبَائِكُمْ فَأَحْسِنُوا أَسْمَاءَكُمْ

“Sesungguhnya kalian nanti pada hari kiamat akan dipanggil dengan nama-nama kalian sendiri dan nama-nama ayah kalian. Maka baguskanlah nama-nama kalian”⁵⁹

Para orang tua hendaknya menghindari anak-anak mereka dari nama yang buruk dan nama-nama yang akan mengakibatkan kesusahan dan ejekan dalam sepanjang hidup mereka. Dan para ulama bersepakat mengharamkan setiap nama

⁵⁷ Imam Ibnu Majah, *Sunan Ibnu Mājah*, “9. Kitab an-Nikāh”, “46. Bab Al-Akfā”, I Hadis No. 1968, Hadis dari Abdullah bin Sa’id dari Haris bin ‘Imrān dari Hisyam bin ‘Urwah dari ayahnya dari ‘Aisyah dari Nabi Saw. Hadis Shahih berdasarkan tashih Suyūfi dalam “Kitab al-Jāmi’u as-Şagīr”, “Bab Harfu at-Tā’”.

⁵⁸ Hadis ini telah ditakhrij oleh Al-Bukhari dalam kitab al-Adab, juga oleh Abu Daud Nasai yang diterima dari Abu Wahb al-Jusyami. Hadis ini Hasan berdasarkan tashih Suyūfi dalam “Kitab al-Jāmi’u as-Şagīr”.

⁵⁹ Abu Daud, *Sunan Abu Daud*, Kitab Adab 35, bab Taghyiru al-asma, Hadis no.4948 Hadis riwayat Abu Daud

yang disembah selain Allah seperti Abdul Uzza, Abdu Ka'bah dan sejenisnya. Termasuk yang diharamkan memberi nama Malikul Mulk, Sultanussalatin.⁶⁰

Di antara nama-nama yang dimakruhkan adalah nama-nama yang keluar dari ruh yang sebenarnya seperti Harb, Murrah, Kalb, Hayyah dan yang lainnya.

Rasulullah Saw. Membenci nama-nama yang buruk, baik untuk pribadi, tempat, kabilah atau gunung. beliau menunjukkan ketidaksetujuan terhadap nama buruk dan beliau mengganti sebagian nama-nama tersebut, di antaranya merubah nama kota yang dulunya bernama Yasrib menjadi nama Madinah. Beliau menggantinya dengan nama yang baik.⁶¹

Islam adalah agama yang menghimpun pendidikan rasa dan ketinggiannya. Ia bukan agama jorok, kotor atau kumuh. Islam adalah agama kemudahan dan keindahan dalam segala hal. Nama yang buruk adalah salah satu jenis pembedaan terhadap kekotoran dan kejiikan dan merupakan sesuatu yang ditentang oleh fitrah suci, sedangkan Islam adalah agama fitrah.

c. Memperbaiki adab dan pengajaran anak-anaknya dan menolong mereka membina aqidah yang betul dan agama yang kukuh. Begitu juga dengan menerangkan kepada mereka prinsip-prinsip dan hukum-hukum agama dan melaksanakan upacara-upacara agama dalam waktunya yang tepat dengan cara yang betul. Juga ia harus menyiapkan peluang dan suasana praktis untuk mengamalkan nilai-nilai agama dan akhlak dalam kehidupan.⁶²

⁶⁰ Nasy'at Al-Miṣry, *Menyambut Kelahiran Sang Buah Hati, (Ukhti al-Muslimah kaifa tastaqbilina mauludaka al-jadid)* alih bahasa oleh Saifurrahman Mahfudz, (Jakarta: Gaung Persada Press, 2008), hal. 52

⁶¹ *Ibid.*, hal. 53

d. Orang tua bekerjasama dengan lembaga-lembaga lain dalam masyarakat berusaha menyadarkan dan memelihara anak-anak dari segi kesehatan, akhlak dan sosial. Juga melindungi mereka dari segala yang membahayakan badan dan akal nya. Juga membuka dan mengembangkan kesediaan-kesediaan, bakat-bakat, kesanggupan-kesanggupan dan minatnya. Begitu pula orang tua haruslah membolehkan anak-anaknya mengerjakan kegiatan-kegiatan yang diinginkan dan berfaidah bagi pertumbuhannya di dalam dan di luar rumah. Keduanya juga harus memelihara perbedaan-perbedaan perseorangan di antara anak-anaknya dan dengan anak-anak orang lain. Mereka juga harus bersifat realistik terhadap harapan-harapannya.

F. Orang tua harus memberikan contoh yang baik kepada anak-anaknya. Juga mereka harus menyediakan suasana rumah tangga yang baik, bebas dari kerisauan, pertentangan dan pertarungan keluarga .

D. Peranan Orang Tua Terhadap Pendidikan Anak

1. Peranan orang tua dalam pendidikan jasmani dan kesehatan bagi anak-naknya.

Orang tua mempunyai peranan penting untuk menolong pertumbuhan anak-anaknya dari segi jasmani, baik aspek perkembangan atau pun aspek perfungisian. Begitu pula untuk menciptakan kesehatan jasmani yang baik dan kewajaran jasmani yang sesuai. Begitu pula dalam hal memperoleh pengetahuan, konsep-konsep, ketrampilan-ketrampilan, kebiasaan-kebiasaan dan sikap terhadap

⁶² Hasan Langulung, *Manusia dan Pendidikan*, (Jakarta: PT. Pustaka Al-Husna Baru, 2004), hal.318

kesehatan yang harus dipunyai untuk mencapai kesehatan jasmani yang sesuai dengan umur, menurut kematangan dan pengamatan mereka.⁶³

Dalam Al-Qur'ān dan Hadis terdapat berbagai nas-nas dan petunjuk-petunjuk bagaimana cara menjalankan pendidikan jasmani ini pada anak-anak. Diantaranya sebagai berikut :

وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُتِمَّ الرَّضَاعَةَ وَعَلَى
 الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ

“Para ibu hendaklah menyusukan anak-anaknya selama dua tahun penuh, yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan, dan kewajiban ayah memberi makan dan pakaian kepada para ibu dengan cara ma'ruf.”⁶⁴

وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ

“Makan dan minumlah, dan janganlah berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan.”⁶⁵

وَتِيَابِكَ فَطَهِّرْ

“Dan pakaianmu bersihkanlah”

Peranan orang tua dalam menjaga kesehatan anak-anaknya sebenarnya dapat dilaksanakan sebelum bayi lahir. Yaitu melalui pemeliharaan terhadap kesehatan ibu dan memberinya makanan yang baik dan sehat selama mengandung, sebab itu berpengaruh pada anak dalam kandungan.

Di antara cara-cara yang dapat menolong untuk mencapai tujuan –tujuan pendidikan jasmani dan kesehatan anak-anak adalah memberi peluang yang cukup

⁶³ Ibid., hal.304

⁶⁴ QS. Al-Baqarah (02): 233

⁶⁵ QS. Al-A'raf (07): 31

untuk menikmati susu ibu, jika kesehatan ibu membolehkan demikian. Sebab pada susu ibu, terkandung makanan jasmani, psikologikal dan spiritual yang tidak terdapat pada susu botol. Dengan memperhatikan QS. Al-Baqarah (02):233 di atas, bahwa sejak kelahiran anak hingga dua tahun penuh, para ibu diperintahkan untuk menyusukan anak-anaknya. Dua tahun merupakan batas maksimal dari kesempurnaan penyusuan. Masa penyusuan tidak harus selalu 24 bulan, karena QS. Al-Ahqaf (46): 15 menyatakan bahwa masa kehamilan dan penyusuan adalah tiga puluh bulan. Ini berarti jika janin dikandung selama sembilan bulan, maka penyusuannya selama dua puluh satu bulan, sedangkan jika hamilnya enam bulan, maka ketika itu masa penyusuannya adalah 24 bulan.⁶⁶

Di antara cara-cara ini juga adalah menjaga kesehatan dan kebersihan jasmani dan pakaiannya dan melindunginya dari serangan angin, panas, terjatuh, kebakaran, tenggelam, meminum bahan-bahan berbahaya dan lain sebagainya. Begitu juga dengan menyiapkan makanan yang cukup yang mengandung unsur-unsur makanan pokok, kalori yang sesuai dengan tingkat umur anak-anak. Juga yang harus diperhatikan adalah selalu mengadakan pemeriksaan dokter terhadap berbagai alat-alat tubuh dan memberi peluang untuk bergerak badan dan mengajarnya berbagai kegiatan dan permainan yang berfaedah yang dapat menolong pertumbuhan dan menguatkan otot-otot dan berbagai anggota tubuhnya, juga harus diberi peluang untuk istirahat yang diperlukan untuk kesehatan dan tidur yang cukup bagi jasmaninya, diberi pengetahuan, konsep-konsep kesehatan yang baik dengan umurnya dan menolong membentuk

⁶⁶ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, (Jakarta: Lentera Hati, 2006), hal. 504

kebiasaan dan sikap kesehatan yang baik, diberi contoh yang baik dalam kebersihan, cara-cara duduk, makan, minum dan membimbing dia ke arah pertumbuhan kesehatan jasmani yang normal. Juga harus disiapkan kediaman yang sehat yang cukup syarat-syarat kesehatannya dan selalu meneliti penyakit yang diidapnya semenjak awal pertumbuhannya dan berusaha mengobatinya.⁶⁷

2. Peranan orang tua dalam pendidikan agama

Pendidikan agama dan spiritual termasuk bidang-bidang pendidikan yang harus mendapat perhatian penuh oleh orang tua terhadap anak-anaknya. Pendidikan agama dan spiritual ini berarti membangkitkan kekuatan dan kesediaan spiritual yang bersifat alami yang ada pada kanak-kanak melalui bimbingan agama yang sehat dan mengamalkan ajaran-ajaran agama dan upacara-upacaranya. Begitu pula membekali anak-anak dengan pengetahuan – pengetahuan agama dan kebudayaan Islam yang sesuai dengan umurnya di bidang aqidah, ibadah, muamalat dan sejarah. Begitu pula mengajarkan cara-cara yang betul untuk menunaikan syi'ar-syi'ar dan kewajiban kewajiban agama dan menolongnya mengembangkan sikap agama yang betul, yang utama sekali adalah iman yang kuat kepada Allah, Malaikat-Nya, Kitab-kitab-Nya, Rasul-Rasul-Nya, hari akhirat, kepercayaan agama yang kuat, takut kepada Allah dan selalu mendapat pengawasan dari padanya dalam segala perbuatan dan perkataan.

Di antara cara-cara praktis yang patut digunakan oleh keluarga untuk menanamkan semangat keagamaan pada diri anak-anak adalah dengan cara-cara berikut:

⁶⁷ Hasan Langulung, *Mamusia dan Pendidikan*, (Jakarta: PT. Pustaka Al-Husna Baru, 2004), hal.305

1. Memberi tauladan yang baik kepada mereka tentang kekuatan iman kepada Allah Swt. dan berpegang dengan ajaran-ajaran agama dalam bentuknya yang sempurna dalam waktu tertentu.
2. Membiasakan mereka menunaikan syi'ar-syi'ar agama semenjak kecil sehingga penunaian itu menjadi kebiasaan yang mendarah daging, mereka melakukannya dengan kemauan sendiri dan merasa tentram sebab mereka melakukannya.
3. Menyiapkan suasana agama dan spiritual yang sesuai di rumah dimana mereka berada.
4. Membimbing mereka membaca bacaan-bacaan agama yang berguna dan memikirkan ciptaan Allah dan makhluk-makhluk untuk menjadi bukti kehalusan sistem ciptaan itu dan atas wujud dan keagungannya.
5. Menggalakkan mereka turut serta dalam aktifitas-aktifitas agama dan lain-lain

68

Ketika orang tua menunaikan hal-hal tersebut di atas, sebenarnya ia mengikuti petunjuk Al-Qur'an dan As-Sunnah yang semuanya mengajak untuk melaksanakan pendidikan, mengharuskan orang tua mendidik anak-anaknya akan iman dan aqidah yang betul dan membiasakannya mengerjakan syari'at, terutama shalat, seperti firman Allah Swt. : *"Perintahkanlah keluargamu bersembahyang dan tekunlah engkau mengerjakannya . Kami tidak meminta darimu rizki. Kami memberimu rizki akibat yang baik bagi taqwa"*.⁶⁹ Sabda Rasulullah Saw. :

⁶⁸ *Ibid.*, hal . 311

⁶⁹ QS. Tāhā (20):132

عَلِّمُوا أَوْلَادَكُمْ الصَّلَاةَ إِذَا بَلَغُوا سَبْعًا وَاضْرِبُوهُمْ عَلَيْهَا إِذَا بَلَغُوا عَشْرًا وَفَرِّقُوا
بَيْنَهُمْ فِي الْمَضَاجِعِ ۗ⁷⁰

“Perintahkanlah anak-anakmu bersembahyang sedang mereka berumur tujuh tahun . Pukul lah mereka kalau tidak mau jika mereka berumur sepuluh tahun. Dan pisahkanlah mereka dalam pembaringan”⁷¹

Juga agama memastikan orang tua menanamkan nilai-nilai agama dan kebiasaan-kebiasaan Islam pada jiwa anak-anak dan menyuruh mereka menghafal sebagian Al-Qur’ān, sunnah Nabi Saw. dan sejarah sahabat-sahabat dan khulafaurrasyidin supaya mereka terbimbing ke jalan yang lurus. Rasulullah bersabda :

حَقُّ الْوَالِدِ عَلَى الْوَالِدِ أَنْ يُعَلِّمَهُ الْكِتَابَ وَالسَّجَاةَ وَالرِّمَايَةَ، وَأَنْ لَا يَرْزُقَهُ إِلَّا
طَيْبٌ⁷²

“Hak anak kepada ibu bapaknya adalah bahwa ibu-bapak mengajarkannya kitab Allah Swt. , berenang , memamah, dan memberinya rizki yang baik”.

UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA

3. Peranan orang tua dalam pendidikan akhlak

Pendidikan agama berkaitan dengan pendidikan akhlak. Sebab yang baik adalah yang dianggap baik oleh agama dan yang buruk adalah apa yang dianggap buruk oleh agama. Sehingga nilai-nilai akhlak –keutamaan akhlak- dalam masyarakat Islam adalah akhlak dan keutamaan yang diajarkan oleh agama.

⁷⁰ Imam Suyuṭi, *Ziyādatu aj-Jāmi’i as-Ṣagīr* (ttp.: tnp., t.t.) Hadis dari Bazzar dari Anas.

⁷¹ Abu Daud , *Sunan Abī Dāud*, “Kitab as-Ṣalāt”, (Beirut: Dār al-Fikri, t.t.), I: 133, Hadis no. 495 . Hadis dari Mu’mil bin Hisyam dari Isma’il dari Siwar bin Abi Hamzah dari dari ‘Amar bin Syu’aeb dari ayahnya dari kakeknya dari Nabi Saw.

⁷² Jalaluddin as-Suyuṭi, *al-Jāmi’u as-Ṣagīr* , “Bab Harfu al-hā”, III . Hadis ini telah ditakhrij oleh Al-Hakim, dan Ibnu Hibban dalam *As-Sawāb* begitu pula Al-Baihaqi dalam *Syu’abu al-Imān* dari Abi Rāfi’.

Hampir-hampir sepakat filosof-filosof pendidikan Islam, bahwa pendidikan akhlak adalah jiwa pendidikan Islam. Sebab tujuan tertinggi pendidikan Islam adalah mendidik jiwa dan akhlak.

Keluarga memegang peranan penting sekali dalam pendidikan akhlak untuk anak-anak sebagai institusi yang mula-mula sekali berinteraksi dengannya karena mereka mendapat pengaruh dari padanya atas segala tingkah lakunya . Oleh sebab itu haruslah keluarga mengambil peran tentang pendidikan ini, mengajar mereka akhlak yang mulia yang diajarkan Islam, seperti kebenaran, kejujuran, keikhlasan, kesabaran, kasih sayang, cinta kebaikan, pemurah, berani dan lain-lain sebagainya. Dia juga mengajarkan nilai-nilai dan faidahnya untuk berpegang teguh pada akhlak di dalam kehidupan, membiasakan mereka berpegang kepada akhlak sejak kecil. Sebab manusia itu sesuai dengan sifat asasinya bisa menerima nasihat jika datangnya melalui rasa cinta dan kasih sayang, sedang ia menolaknya jika disertai dengan kekasaran dan biadab. Tepat sekali firman Allah Swt. :

وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَأُنْفَضُوا مِنْ حَوْلِكَ

*“Jika engkau (hai Muhammad) kasar dan bengis tentu mereka akan meninggalkanmu”.*⁷³

Di antara kewajiban orang tua dalam hal ini adalah :

- a. Memberi contoh yang baik bagi anak-anaknya dalam berpegang teguh kepada akhlak mulia.

⁷³ QS. Āli-Imrān (03): 159

- b. Menyediakan peluang-peluang dan suasana praktis bagi anak-anaknya di mana mereka dapat mempraktekkan akhlak yang diterima dari orang tuanya.
- c. Memberi tanggung jawab yang sesuai kepada anak-anaknya supaya mereka merasa bebas memilih dalam tindak- tanduknya.
- d. Menunjukkan bahwa keluarga selalu mengawasi mereka dengan sadar dan bijaksana.
- e. Menjaga mereka dari teman-teman yang menyeleweng dan tempat kerusakan, dan banyak lagi cara di mana orang tua dapat mendidik akhlak anak-anaknya.

Di antara dalil-dalil yang digunakan para pendidik Islam tentang pentingnya pendidikan akhlak dan pentingnya peranan orang tua adalah hadiis yang diriwayatkan oleh Imam Bukhari bahwa tidak ada pemberian seorang bapak kepada anaknya yang lebih baik dari pada akhlak yang mulia. Juga diriwayatkan oleh At-Turmudzi dan At-Tabrani Rasulullah Saw. Bersabda:

لَأَنْ يُؤَدَّبَ أَحَدُكُمْ وَوَلَدُهُ خَيْرٌ لَهُ مِنْ أَنْ يَتَصَدَّقَ كُلَّ يَوْمٍ بِنِصْفِ صَاعٍ عَلَى مَسَاكِينٍ

“ jika seseorang mengajar anaknya lebih baik baginya dari pada ia bersidekah setiap hari setengah gantang kepada orang miskin”.⁷⁴

3. Peranan orang tua dalam pendidikan sosial anak

Orang tua belum melengkapi tugasnya dengan sempurna dalam pendidikan anak-anak sehingga ia menolong anak tumbuh dari segi sosial. Pertumbuhan sosial ini melibatkan pendidikan sosial, ekonomi dan politik yang mengatakan bahwa kesediaan-kesediaan dan bakat-bakat asasi anak-anak dibuka dan

⁷⁴ Ṭabrānī, *Mu'jamu at-Ṭabrānī*, Hadis dari 'Abbas bin Fadl dari Abd. 'Aziz bin Khoṭṭāb dari Nasih dari Samak dari Jabir dari Nabi Saw.

dikeluarkan ke dalam kenyataan berupa hubungan-hubungan sosial dengan orang-orang sekelilingnya. Pendidikan sosial ini melibatkan bimbingan terhadap tingkah laku sosial, ekonomi dan politik dalam rangka aqidah Islam yang betul dan ajaran-ajaran dan hukum-hukum agama yang berusaha meningkatkan iman, taqwa, takut kepada Allah Swt. dan mengerjakan ajaran-ajaran agamanya yang mendorong kepada produksi, menghargai waktu, jujur, ikhlas dalam menolong, setia kawan, menjaga kemaslahatan umum, cinta tanah air dan yang lainnya dari bentuk akhlak yang mempunyai nilai sosial.

Di antara cara –cara yang patut digunakan oleh keluarga dalam mendidik anak-anaknya dari segi sosial adalah :

- a. Memberi contoh yang baik kepada anak-anaknya dalam tingkah laku sosial yang sehat berdasar pada prinsip –prinsip dan nilai-nilai agama.
- b. Menjadikan rumah itu sebagai tempat dimana tercipta hubungan hubungan sosial yang berhasil.
- c. Membiasakan anak-anaknya secara berangsur-angsur berdikari dari memikul tanggung jawab dan membimbingnya jika mereka bersalah dengan lemah lembut.
- d. Menjauhkan mereka dari sifat manja dan berpoya-poya dan jangan menghina dan merendahkan mereka dengan kasar sebab sifat memanjakan dan kekasaran itu merusak kepribadian anak.
- e. Memperlakukan mereka dengan lemah-lembut dengan menghormatinya di depan kawan-kawannya tetapi jangan melepaskan kekuasaan kebapaan mereka terhadap anak-anaknya.

- f. Menolong anak-anaknya menjalin persahabatan yang mulia dan berhasil, sebab manusia turut menjadi baik karena berkawan dengan orang saleh.
- g. Menggalakkan mereka mendapatkan kerja yang dapat menolong mereka berdikari dari segi ekonomi dan emosi.
- h. Membiasakan mereka hidup sederhana supaya lebih bersedia menghadapi kesulitan hidup sebelum terjadi.
- i. Bersifat adil di antara mereka.
- j. Membiasakan mereka cara-cara Islam dalam makan, minum, duduk, tidur, memberi salam, berziarah, masuk rumah yang telah didiami orang dan yang lainnya dari kegiatan hidup.⁷⁵

Sementara itu panitia muzakarah ulama – sebagaimana yang dikutip Nur Ubbiyati – telah menguraikan peranan orang tua terhadap pendidikan anak dari mulai janin sampai usia dewasa. Menurut panitia tersebut bahwa pemeliharaan janin yang sedang dikandung perlu dilakukan usaha-usaha sebagai berikut :

- 1). Mengatur makanan sebaik-baiknya agar terpenuhi kebutuhan makanan yang cukup bergizi dan berprotein, terutama protein hewani.
- 2). Melakukan pemeriksaan kesehatan dan kandungannya secara teratur dan terus menerus agar kalau terdapat hal-hal yang mengganggu kesehatan ibu atau pun anak dalam kandungannya dapat diketahui dan selanjutnya diatasi sedini mungkin.
- 3). Menjaga kemungkinan bayi terserang tetanus dan kelak ibu yang hamil perlu diberi imunisasi

⁷⁵ Hasan Langlung, *Mamusia dan Pendidikan*, (Jakarta: PT. Pustaka Al-Husna Baru, 2004), hal.314

Selain aspek fisik, dalam rangka perawatan janin dalam kandungan perlu juga diimbangi dengan aspek kejiwaan. Wanita yang hamil hendaknya terhindar dari ketegangan, kecemasan dan ketakutan. Seorang suami hendaknya berusaha menciptakan suasana rumah tangga yang tenang dan menyenangkan. Salah satu hal yang penting adalah perlu berdo'a kepada Allah Swt. untuk kemantapan batin suami dan istri yang hamil.

Ketenangan dan ketentraman batin sebagaimana diungkapkan di atas mempunyai arti dan perasaan penting bagi pertumbuhan janin dalam kandungan. Di samping itu kepada suami dan istri dianjurkan selalu mendekatkan diri kepada Allah Swt.⁷⁶

Apabila bayi yang dikandung itu telah lahir hendaknya diterima dengan senang hati, karena ia merupakan anugrah dari Allah Swt. Islam memberikan beberapa petunjuk yang dapat dilakukan oleh suami - istri :

- 1). Pada sat-saat menjelang kelahiran bayi yang ditunggu-tunggu seyogyanya seorang suami berusaha selalu siap mendampingi, sekurang-kurangnya tidak berada jauh dari istrinya. Di samping menambah kesiapan mental istri yang akan melahirkan, hal itu juga perlu agar si ayah bisa segera membacakan azan begitu bayi lahir ke dunia.
- 2). Kedua orang tua hendaknya sudah mempersiapkan nama yang baik untuk anak yang akan lahir. Memberi nama kepada anak mereka salah satu kewajiban orang tua.

⁷⁶ Nur Uhbiyati, *Ilmu Pendidikan Islam*, (Bandung , CV. Pustaka Setia, 1998), hal. 227

- 3). Melakukan aqiqah yakni penyembelihan kambing. Apabila yang diaqiqahi itu anak laki-laki, maka kambing yang disembelih dua ekor, sedangkan apabila yang diaqiqahi itu anak perempuan, maka cukup satu ekor. Aqiqah ini seyogyanya dilakukan pada hari ketujuh dari kelahiran anak.
- 4). Selain aqiqah bersamaan dengan pemberian nama anak juga disunnahkan mencukur rambut bayi.
- 5). Orang tua hendaknya memberi sodaqoh kepada orang-orang miskin. Pada waktu bayi berumur dua tahun, orang tua hendaknya semakin meningkat dalam mengawasi anak-anaknya karena masa ini adalah masa rawan bagi pertumbuhan anak.⁷⁷

Setelah anak mencapai balita (3 – 5 tahun) pertumbuhan jasmaninya sedemikian pesat, karena itu pada saat ini anak suka bermain-main, mencoba-coba dan meniru-niru. Perawatan yang dilakukan pada saat ini hampir sama dengan perawatan anak yang berusia di bawahnya yaitu :

- 1). Memberikan makanan dan minuman yang cukup, teratur, bergizi dan berprotein, terutama protein hewani untuk menunjang pengembangan kecerdasannya.
- 2). Memeriksa kesehatan secara teratur, agar kesehatan terpelihara baik dan pertumbuhan jasmaninya berjalan normal.
- 3). Memberikan imunisasi sesuai dengan petunjuk ahli kesehatan agar terhindar dari ancaman penyakit.

⁷⁷ *Ibid.*

Selain dari apa yang tersebut di atas, yang perlu mendapatkan perhatian orang tua yaitu segi perkembangan kerohanian. Perkembangan jiwa anak pada masa ini menunjukkan emosi yang labil, sukar mengendalikan diri, egoismenya menonjol. Di samping itu pada masa ini ia mulai mengenal identitas dirinya, banyak bertanya karena jiwanya serba ingin tahu, belajar mengenal dunia dan lingkungan sosialnya. Karena itu saat ini sangat tepat untuk menanamkan sikap disiplin dan benih-benih keberagamaan dalam jiwa mereka. Untuk itu perlu dilakukan penanaman hal-hal sebagai berikut :

- 1). Hidup berdisiplin melalui latihan dan pembinaan makan dan minum sendiri dengan rapih dan teratur, menggosok gigi setiap bangun dan akan tidur, mandi dan mengenakan pakaian sendiri, memelihara kebersihan dan membuang sampah pada tempatnya.
- 2). Rasa percaya pada diri sendiri, hormat pada orang tua, tidak kikir, tidak manja dan sebagainya.
- 3). Semangat kreatifitas dengan memberikan alat-alat permainan yang melatih kreatifitas dan kecerdasan anak.
- 4). Rasa keagamaan melalui salat berjamaah di Muşalla atau di rumah.
- 5). Merangsang agar ia dapat mengutarakan pendapatnya tentang sesuatu ⁷⁸

Apabila masa ini telah berakhir, maka hendaknya orang tua memasukan anaknya ke pendidikan pra sekolah. Lembaga pendidikan yang dipilih itu hendaknya yang searah dengan usahanya yang telah dilakukan di lingkungan keluarganya.

⁷⁸ *Ibid.*, hal. 230

Pada usia sekolah anak mempunyai lingkungan yang baru, yaitu lingkungan sekolah yang berbeda dengan lingkungan di rumah. Fase ini disebut juga fase sosialisasi. Ia mulai kenal dengan teman-teman, guru-guru dan lain-lain di luar hubungan sebagai anggota keluarga. Ia mulai kenal berbagai peraturan yang harus ditaati. Pada masa ini sifat “keakuan” mulai berkurang, perasaan emosional lebih kecil dibandingkan dengan masa sebelumnya. Daya intelektual (kecerdasan) mulai berkembang, daya fantasi dan sifat ingin tahu semakin menonjol, ingin meniru sesuatu yang dianggap baik.

Pada akhirnya masa ini biasanya anak memasuki masa pubertas atau masa remaja. Di antara tanda-tanda masa ini ialah anak ingin berdiri sendiri, ingin melepaskan ikatan dengan orang dewasa. Di samping itu pada masa ini anak mengalami perubahan segi-segi fisik yang akibatnya berpengaruh juga terhadap psikisnya. Pada saat ini mulai timbul perhatian kepada lawan jenisnya, karenanya pada saat ini disebut juga masa pancaroba. Ia berada dalam keadaan bimbang terhadap nilai-nilai lama dan berusaha mencari nilai-nilai baru yang dianggapnya baik dan ideal.

Memperhatikan tanda-tanda sebagaimana tersebut di atas, maka sikap yang paling baik bagi orang tua yaitu ketetapan dalam memberikan keleluasaan dan pembatasan kepada anak. Dalam hubungan ini panitia muzakarah ulama sebagaimana dikutip Uhbiyati – memberikan tuntunan sebagai berikut :

- 1). Orang tua hendaknya memberikan kebebasan yang terbatas dalam arti memberikan tuntunan, bimbingan nasihat (teguran) dan pengendalian.

- 2). Mengadakan komunikasi secara timbal balik dalam arti menyediakan waktu untuk berbincang-bincang dan berdialog dalam hal yang positif.
- 3). Memberikan kesempatan untuk berpikir dan berbuat sesuatu serta berpendapat agar mereka tidak merasa dianggap anak kecil.
- 4). Mengisi kekosongan waktu mereka dengan kegiatan-kegiatan yang positif olah raga, kesenian, kegiatan keagamaan dan lain sebagainya.
- 5). Mengikutsertakan mereka dalam membicarakan masalah keluarga .
- 6). Memberikan kepercayaan dan tanggung jawab dalam menyelesaikan sesuatu pekerjaan.
- 7). Mengadakan kegiatan bersama seperti salat berjamaah, rekreasi keluarga, makan bersama dan yang lainnya.
- 8). Jangan terlalu memanjakan atau mengekangnya dan memberi materi yang berlebihan.
- 9). Memberikan perhatian, pendidikan kedisiplinan dan akhlakul karimah serta pendidikan untuk hidup mandiri.⁷⁹

Dengan uraian di atas jelaslah bahwa orang tua sangat memegang peranan penting dalam pendidikan anak, karena orang tua merupakan sekolah pertama dan utama bagi anak-anaknya. Peranan orang tua tidak hanya dari mulai lahir tapi dari mulai janin dalam kandungan. Dekatnya hubungan orang tua dengan anaknya akan mewariskan moralitas kepada sang anak. Dengan demikian orang tua harus hati-hati dalam bertingkah laku karena seluruh perbuatannya akan diikuti anak-anaknya.

⁷⁹ Ibid., hal. 231

Di samping peranan di atas, masih banyak peranan orang tua terutama dalam kepengurusan anak, baik peranan ibu maupun peranan ayah.

1. Peran ibu

Banyak peranan ibu terhadap anaknya, diantaranya:

1). Memberikan kasih sayang yang lembut dan tulus.

Tidaklah percumah Allah memberikan sifat luwes, lemah lembut kepada semua wanita, khususnya ibu. Demikian pula perasaan kasih sayang. Semua itu dicurahkan Allah kepada kaum wanita atau kaum ibu untuk melahirkan keturunan dan memelihara anak manusia. Anak manusia yang masih bayi masih serba lemah anggota badannya, namun sangat tajam hati dan perasaannya. Ia memerlukan pelukan dan belaian tangan yang halus, perasaan kasih sayang yang lembut dan hati yang tulus dari seorang ibu.

Dengan perasaan kasih sayang yang lembut dan tulus itulah sang ibu mengasuh, menyusui, memberikan makan, memberi pendidikan dan memberi keteladanan kepada anaknya sejak kecil hingga dewasa. Dengan demikian anak merasa aman, tentram, senang dan bahagia, lahir dan batin. Itulah suasana "sorga dunia" anak-anak yang perlu mereka peroleh dalam setiap rumah tangga. Rumah tangga hendaknya dijadikan sorga bagi anak-anak dan juga sorga dunia bagi suami istri⁸⁰

Benarlah kata keterangan sbb.: *بَيْتِي جَنَّتِي* "Rumahku adalah sorgaku"

⁸⁰ Lubis Salam, *Menuju Keluarga Sakinah*, (Surabaya: Terbit Terang, t.t.), hal. 84

Peranan ibu dalam menciptakan sorga dunia ini sangatlah menentukan, disamping tentunya, dukungan penuh dari sang bapak, karenanya tepat sekali isyarat yang diberikan oleh Rasulullah dengan sabdanya :

الْجَنَّةُ تَحْتَ أَقْدَامِ الْأُمَّهَاتِ

'Surga terletak di bawah telapak kaki ibu'⁸¹

2). Memberikan air susu sendiri kepada anaknya.

Bagi seorang ibu, menyusui sendiri bayinya dengan air susunya sendiri merupakan kewajiban yang mulia dari Allah SWT. Yang pekerjaan menyusui itu merupakan ibadah kepada Allah untuk memelihara dan melanjutkan keturunan umat manusia. Di dalam Al-Qur'an berkali-kali Allah SWT. Berfirman agar seorang ibu menyusui anaknya selama dua tahun penuh. Sebagaimana dimuat dalam QS. Al-Baqarah ayat 233 di atas.

Seorang ibu yang menolak menyusui anaknya tanpa alasan yang benar, berarti merugikan dirinya sendiri dan anaknya. Menyusui menumbuhkan ketentraman hati dan memperkuat kehangatan perasaan sebagai ibu.

Di samping itu, menyusui anak juga memperlancar sistem pencernaan dalam perut ibu untuk menghasilkan makanan yang dibutuhkan bayinya, oleh karenanya menyusui membantu memulihkan kesehatan si ibu. Di samping itu, menyusui anak juga membantu pengaturan sistem reproduksi wanita tersebut kembali ke dalam keadaan yang seimbang dan normal, setelah proses kelahiran terlewati.

⁸¹ Jalaluddin as-Suyuti, *Al-jami'u as- Şagir*. Berdasarkan Taşih Imam Suyuti bahwa Hadis ini termasuk Hadis Hasan.

Generasi muslim terdahulu telah menganjurkan penyusuan anak karena sadar akan pentingnya kehidupan anak dan keluarga. Islam sebagai agama yang penuh ajaran kasih sayang dan memiliki kesinambungan sehingga cocok untuk segala tempat dan segala waktu, menghimbau kepada setiap manusia yang sehat pikirannya agar mengikuti terus ajaran ini serta melanjutkan praktek tingkah laku yang baik dan benar yang telah dikerjakan oleh nenek moyang kita tersebut.

Al-Qur'ān menunjukkan lagi tentang pentingnya dan hikmahnya menyusui anak serta bagaimana penyusuan itu telah membuahkan ikatan kejiwaan dan perasan yang luar biasa antara ibu yang akan melepaskan bayinya yang sedang menyusu kecuali bila ia berada dalam situasi penuh ketakutan dan bahaya yang luar biasa.

Para ahli perkembangan berpendapat, bahwa keadaan murung, pengalaman-pengalaman yang tidak menyenangkan pada masa kanak-kanak yang diakibatkan oleh kurangnya perhatian atau gagalnya pemberian ASI, adalah penyebab utama dari ketidakberesan pribadi pada usia dewasa. Masalah itu banyak kaitannya dengan pengalaman masa kecil si penderita, karena kekecewaan yang kronis dari hubungan ibu dan bayi, kelahiran dengan perbedaan, terpisahnya perawatan bayi-bayi di rumah-rumah sakit, sistem perawatan bayi yang kaku, dan terutama sekali disebabkan oleh kegagalan dalam menyusui.⁸²

Bangsa Jepang saat ini diakui oleh bangsa-bangsa di timur maupun di barat sebagaimana bangsa yang maju dalam ilmu pengetahuan dan teknologi, melebihi Amerika dan Rusia, kemajuan yang sangat pesat tersebut dicapai tidak dapat

⁸² Lubis Salam, *Menuju Keluarga Sakinah*, (Surabaya: Terbit Terang, t.t.), hal. 89

terlepas dari peranan kaum ibunya dalam proses pendidikan anak-anak mereka. Seorang ahli ilmu jiwa dari Harvard University bernama Jerome Kagan mengatakan bahwa ibu-ibu Jepang mencurahkan seluruh ketekunan dan perhatiannya sampai hal sekecil kecilnya, menempatkan anak-anaknya dalam perasaan yang hangat, memperlakukannya sebagai barang yang paling berharga di dunia. Dan senantiasa mereka mengisi setiap detik waktu untuk kepentingan anak-anaknya demi masa depan yang lebih baik. Seperti diceritakan oleh Karen Pryor dalam bukunya “Seni Menyusui Bayi”, di Jepang pertanyaan pertama yang diajukan apabila seseorang anak masuk sekolah adalah, “berapa lama anak itu menyusui kepada ibunya?, Pertanyaan ini mengingatkan dan menyadarkan kita kaum muslimin untuk menghayati firman Allah dalam Al-Qur’ān yang menyuruh kaum ibu agar menyusui anak-anaknya dua tahun penuh.⁸³

3). Memberikan pemeliharaan dan perawatan kesehatan.

Adalah merupakan kewajiban tiap ibu untuk memberikan perawatan yang baik kepada bayi atau anaknya. Memang beberapa hari setelah melahirkan, dalam pemeliharaan bayi, ibu memerlukan pertolongan dari orang lain. Apakah dari perawatan waktu di rumah sakit atau sanak saudara waktu di rumah, karena sesudah melahirkan, kondisi ibu masih lemah, tidak boleh bekerja terlalu keras, perlu banyak istirahat. Namun bagaimanapun juga, mengganti popok, menceboki dan lain-lain harus dikerjakan sendiri oleh ibu.

Demikian pula ibu perlu mempelajari dan mengetahui ilmu perawatan bayi secara praktis, jika mungkin sebelum bayi dilahirkan. Sekarang ini sudah banyak

⁸³ *Ibid.*

buku-buku atau majalah tentang perawatan bayi. Namun hal-hal yang menyangkut kesehatan bayi yang pihak ibu tidak memiliki pengetahuan, dianjurkan supaya datang ke balai kesehatan dan anak Posyandu atau Puskesmas terdekat. Misalnya untuk imunisasi (kekebalan) yang sangat diperlukan untuk melindungi bayi dan anak dari berbagai macam penyakit.

Banyak penyakit yang dapat menyerang bayi dan anak, tetapi ada 3 penyakit yang sering mengakibatkan kematian, yaitu diare, infeksi saluran nafas akut, dan tetanus. Di samping itu ada juga beberapa penyakit yang mengakibatkan kematian pada bayi dan anak, yaitu TBC, batuk rejan, dan campak.

Kematian akibat diare sebenarnya disebabkan karena kekurangan cairan dalam tubuh penderita. Oleh karena itu cara penanggulangannya adalah memberikan cairan kepada penderita.

Tujuannya ialah mengembalikan cairan tubuh yang hilang akibat diare. Tetanus pada bayi bisa terjadi akibat penggunaan alat yang tidak steril pada waktu memotong tali pusat bayi baru lahir atau membersihkan tali pusat sebelum copot. Hampir semua bayi yang terkena tetanus meninggal dunia. Kalaupun dapat diatasi, ia dapat mengalami gangguan. Berarti tanggungjawab orang tua sebagai pembimbing anak-anak tersebut akan bertambah. Dengan demikian jelaslah menjadi kewajiban ibu khususnya untuk memberikan pemeliharaan dan perawatan kesehatan kepada anaknya, agar dapat tumbuh dan berkembang dengan sehat dan kuat.

4). Memberikan makanan yang halal dan bergizi tinggi.

Di antara yang sangat memperoleh perhatian Islam ialah keadaan mental dan psikologis umat Islam. Makanan (gizi) yang baik lagi halal merupakan kunci bagi upaya memperoleh kondisi mental dan psikologis yang baik, dan hal itu harus dimulai sejak dalam kandungan dan diusahakan terus sepanjang hidup seseorang. Hukum Islam menghalalkan banyak sekali jenis-jenis makanan bergizi baik yang sangat dibutuhkan oleh tubuh manusia dan bagi pertumbuhan dan perkembangan kesehatannya. Rasulullah SAW. Bersabda :

الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ

“Seorang mukmin yang kuat lebih baik dan dicintai oleh Allah daripada seorang mukmin yang lemah”⁸⁴

Sebagaimana firman Allah SWT.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَاشْكُرُوا لِلَّهِ إِن كُنتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ

“Hai orang-orang yang beriman, makanlah di antara rezki yang baik-baik yang Kami berikan kepadamu dan bersyukurlah kepada Allah, jika benar-benar kepada-Nya kamu menyembah”⁸⁵

Makanan yang baik-baik dalam ayat tersebut, menurut pandangan Islam, selain bergizi tinggi juga haruslah makanan yang halal. Makanan yang halal – menurut Quraish Shihab- adalah makanan yang tidak haram, yakni memakannya tidak dilarang oleh agamanya. Makanan haram ada dua macam yaitu yang haram karena zatnya seperti babi, bangkai dan darah; dan yang haram karena sesuatu

⁸⁴ Imam Muslim, *Ṣaḥīḥ Muslim*, (Beirut: Dār al-Fikr, 1992), II: 559

⁸⁵ QS. Al-Baqarah (2):172

bukan zatnya, seperti makanan yang tidak diizinkan oleh pemiliknya untuk dimakan atau digunakan. Sedangkan makanan yang halal adalah yang bukan termasuk kedua macam ini.⁸⁶

Allah SWT. telah melarang kita memakan harta dari hasil kebatilan. Seperti firman-Nya dalam QS. Al-Baqarah (02):188

وَلَا تَأْكُلُوا أَمْوَالَكُمْ بَيْنَكُمْ بِالْبَاطِلِ

“Dan janganlah kamu memakan harta kamu, antara kamu dengan jalan yang batil”.

Rasulullah bersabda:



“Setiap daging yang tumbuh dari harta yang haram, maka neraka lebih utama untuk menyiksanya” HR. Turmuzi

كُلُّ لَحْمٍ نَبَتَ مِنَ الْحَرَامِ فَالنَّارُ أَوْلَىٰ بِهِ

Imam Gozali pernah menceritakan dalam bukunya Ihya Ulumuddin – sebagaimana yang dikutip Lubis Salam- bahwa Abu Bakar Şidiq pada suatu hari, beliau minum setengah gelas susu yang diperoleh dari salah seorang pembantu beliau dari upah hasil membuat ramalan. Setelah beliau mengetahui, seponan beliau memasukan jari-jari tangannya ke dalam mulutnya dan mengusahakan supaya susu tadi dapat dimuntahkan. Diceritakan bahwa setelah beliau muntah-muntah, beliau berdo’a, “ya Allah, hamba mohon kebebasan dari pada-Mu

⁸⁶ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbāh*, (Jakarta: Lentera Hati, 2006), I: 380

⁸⁷ Hafiz al-‘Iraqi, *Takhrij al-Ahādī al-Ihya* (ttp.: tnp. t.t.)

mengenai makanan yang telah dibawa oleh urat-urat tubuh serta yang sudah bercampur aduk di dalam perut besar".⁸⁸

Imam Gazali sendiri sewaktu masih anak-anak, pernah mulutnya dikorek-korek setelah ayahnya mengetahui bahwa beliau telah disusui oleh seorang wanita yang tidak diketahui asal-usulnya dan tabiat perangnya, serta tanpa seizin kedua orang tuanya.⁸⁹

Begitulah cara orang-orang dahulu menjaga kesucian batin putra-putrinya, tidak cukup hanya menjaga agar makanan bergizi, tetapi juga halal.

2. Peran Ayah

Yang tidak kalah pentingnya adalah ayah juga mendapatkan mandat untuk mendukung proses penyusuan dengan kewajiban menyediakan makanan dan pakaian yang cukup bagi ibu. Dengan begitu, ibu bisa berkonsentrasi mengurus anak, tanpa terdesak tugas mencari uang untuk mencukupi hal tersebut. Bahkan menurut Quraish Shihab, bila istri menuntut imbalan penyusuan anaknya, maka suami wajib memenuhinya selama tuntutan imbalan itu dinilai wajar. Biaya merupakan kewajiban ayah, karena anak itu membawa nama ayah, seakan-akan anak lahir untuknya, karena nama ayah akan disandang oleh sang anak, yakni dinisbahkan kepada ayahnya. Kewajiban memberi makan dan pakaian itu hendaknya dilaksanakan dengan cara yang makruf.⁹⁰

⁸⁸ Lubis Salam, *Menuju Keluarga Sakinah*, (Surabaya: Terbit Terang, t.t.), hal. 93

⁸⁹ *Ibid.*

⁹⁰ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, (Jakarta: Lentera Hati, 2006), I: 505, Tafsir terhadap QS. Al-Baqarah (02): 233

Apabila tidak ada kesepakatan antara suami istri mengenai penyusuan anak, istri tidak mau menyusui anak dan suami tidak mau membayar upah yang dituntut oleh si istri, maka hendaklah si suami mengupah orang lain untuk menyusukan anaknya.⁹¹



UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA

⁹¹ Muhammad 'Ali as-Şābūnī, *Şafwatū at-Taġāsīr*, (Beirut: Dār al- Fikri, t.t.), III. Hal. 402.

BAB IV

MANFAAT AIR SUSU IBU (ASI) TERHADAP PERKEMBANGAN ANAK MENURUT PERSPEKTIF AHLI GIZI

A. Manfaat ASI Terhadap Perkembangan Anak

Mengenai manfaat ASI, Allah tidak secara langsung memaparkannya satu persatu dalam Al-Qur'an. Di dalam Al-Qur'an cuma ditemukan anjuran kepada para ibu untuk menyusui anaknya. Hal itu supaya manusia berpikir, ada apa dibalik anjuran itu.

Menurut para ahli gizi, ada beberapa manfaat ASI terhadap perkembangan anak, diantaranya:

1. ASI memberi sifat kekebalan (imun)

ASI mengandung zat kekebalan karena terdapat vitamin C dan zat anti peradangan sehingga dapat mencegah bayi mengalami infeksi, baik disebabkan oleh jamur, virus, bakteri maupun parasit.

ASI pertama yang berwarna kuning dan disebut *kolostrum* yang keluar pada 0-7 hari setelah ibu melahirkan merupakan zat kekebalan yang sangat ampuh. Satu tetes kolostrum mengandung jutaan antibodi yang berfungsi sebagai pembunuh kuman. Pada hari pertama, mungkin hanya diperoleh 30 cc. SIgA adalah antibodi yang hanya terdapat dalam ASI. Kandungan SIgA dalam *kolostrum* pada hari pertama adalah 800 gr/100 cc. Selanjutnya, mulai berkurang menjadi 600 gr/100

cc pada hari kedua, 400 gr/100 cc pada hari ketiga, dan 200 gr/100 cc pada hari keempat.⁹²

2. ASI mengandung zat pelindung.

ASI mengandung zat pelindung yang tidak terdapat dalam susu sapi. ASI juga tidak dapat dibuat tiruannya dalam susu formula. Pelindung itu bernama *faktor bifidus*. Zat ini penting untuk merangsang pertumbuhan bakteri *Lactobacillus bifidus* yang membantu melindungi usus bayi dari peradangan atau penyakit yang ditimbulkan oleh infeksi beberapa jenis bakteri merugikan, seperti bakteri *coli*.

Zat pelindung yang juga unik dalam ASI, antara lain *imunoglobulin* dan sel-sel darah putih hidup yang berguna untuk membantu kekebalan tubuh bayi. Zat-zat hidup, sel-sel yang serupa darah putih juga berubah sesuai keadaan. Jika saat itu di lingkungan bayi ada kuman yang masuk ke tubuh ibu, tubuh ibu akan membuat zat antinya. Pada keadaan itu, bayi juga mendapatkan kiriman zat anti tersebut lewat ASI. Jika bayi minum susu formula, mana mungkin mengandung zat imun yang hidup itu.

Memang Allah telah merancang ASI dengan desain yang unik. Desain awal untuk menguatkan bayi hingga desain berikutnya untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Tentu saja, kandungan zat imun tidak pernah berhenti sepanjang produksi ASI.

3. ASI menguatkan tubuh.

Kita sering membaca atau mendengar bahwa tulang dan gigi kita sangat bergantung pada unsur kimia bernama *kalsium* yang berguna untuk pembentukan

⁹² Kun Sri Budiasih, *Handbook Ibu Menyusui*, (Bandung: PT. Karya Kita, 2008), hal. 58

tulang dan gigi. Tidak hanya itu, tubuh juga memerlukan magnesium, besi, fluor dan sejumlah bahan dalam jumlah kecil.

Baik ASI maupun susu sapi mengandung *kalsium*. Namun, *efek kalsium kedua jenis susu ini pada tubuh bayi tetap saja berbeda*. Kalsium dari susu sapi kurang bermanfaat pada tubuh bayi. Sementara itu, *kalsium* pada ASI mudah diserap karena perbandingannya dengan pospor seimbang. Maka dari itu, asupan kalsium dari ASI menjadi tepat dengan konsumsinya.

4. ASI diciptakan untuk bayi yang belum memiliki sistem pencernaan yang sempurna. Pembentukan enzim pencernaan bayi baru sempurna sekitar umur lima bulan. Oleh karena itu, ASI didesain oleh Allah SWT. Mengandung enzim-enzim yang membantu proses pencernaan: *lipase* (menguraikan lemak), *amilase* (menguraikan karbohidrat), dan *protease* (menguraikan protein) agar mudah dicerna bayi. Sisa *metabolisme* yang akan dikeluarkan melalui ginjal pun hanya sedikit sehingga kerja ginjal menjadi lebih ringan. *Metabolisme* ini penting karena merupakan proses pembakaran zat-zat di dalam tubuh menjadi energi dan sel-sel baru.⁹³

5. ASI dapat mencerdaskan anak.

Penelitian ilmiah menunjukkan bahwa perkembangan kemampuan otak pada bayi yang diberi ASI lebih baik daripada bayi lain. Penelitian perbandingan terhadap bayi yang diberi ASI dengan bayi yang diberi susu buatan pabrik oleh James W. Anderson seorang ahli dari Universitas Kentucky membuktikan bahwa IQ [tingkat kecerdasan] bayi yang diberi ASI lebih tinggi 5 angka daripada bayi

⁹³ *Ibid.*, hal.60

lainnya. Berdasarkan hasil penelitian ini ditetapkan bahwa ASI yang diberikan hingga 6 bulan bermanfaat bagi kecerdasan bayi, dan anak yang disusui kurang dari 8 minggu tidak memberikan manfaat pada IQ.⁹⁴

Otak terdiri atas sekitar 60 % lemak dan sebagian besar diantaranya terdiri dari asam lemak omega-3, termasuk di dalamnya DHA. Sebagian besar mereka berada dalam membran sel dari *neuron* yang berada di otak. Kecerdasan otak manusia ditentukan sejak dalam kandungan dan pada tahun-tahun awal hidupnya. DHA sangat berperan untuk perkembangan otak bayi dan anak pada saat itu. Para ilmuwan menunjukkan bahwa air susu ibu menyumbang DHA dalam jumlah besar. Itu sebabnya, menyusui jelas mendorong peningkatan intelegensi anak. Menurut penelitian pada tahun 1997, kepandaian anak yang meminum ASI ketika berusia 9,5 tahun mencapai 12,9 poin lebih tinggi daripada anak-anak yang minum susu formula.

Dalam susu sapi ditujukan untuk anak sapi yang perlu tumbuh besar di badan, tetapi kecil di otak. Susu sapi mengandung asam lemak esensial dalam jumlah sedikit. Itu tidak cukup untuk membangun otak manusia. Mana yang lebih mudah, menyusui dengan kandungan gizi lengkap atau mengambil susu sapi, tetapi mesti menambah banyak zat tambahan. DHA memang bisa ditambahkan dalam susu formula yang dibuat dari susu sapi. Tetapi penambahan berbagai zat dalam susu sapi belum pasti akan mampu diserap oleh tubuh.⁹⁵

⁹⁴ "Manfaat dan Pengaruh Besar ASI", <http://www.islamic-center.or.id>. Acesed 05 Juni 2009

⁹⁵ Kun Sri Budiasih, *Handbook Ibu Menyusui*, (Bandung: PT. Karya Kita, 2008), hal. 60

Manfaat di atas senada dengan pendapat Ipit Pitria seorang bidan kenamaan. Dia mengatakan bahwa manfaat ASI bagi pertumbuhan anak, diantaranya adalah bahwa ASI memberi sifat kekebalan terhadap anak, karena di dalam ASI diantaranya mengandung kolostrum yang mampu membunuh kuman, ASI dapat melindungi bayi, diantaranya melindungi usus bayi dari peradangan, ASI dapat menguatkan tubuh bayi, karena ASI mengandung kalsium yang mudah diserap. Berbeda dengan susu sapi walaupun susu sapi juga mengandung kalsium, ASI mengandung enzim-enzim yang membantu proses pencernaan: *lipase* (menguraikan lemak), *amilase* (menguraikan karbohidrat), dan *protease* (menguraikan protein) agar mudah dicerna bayi, ASI dapat meningkatkan kecerdasan anak. Kata Ipit: “Hal ini memang nyata, seperti anak saya, yang pertama dan anak yang kedua kecerdasannya berbeda. Anak yang pertama lebih cerdas dibandingkan anak yang kedua, karena anak yang pertama diberi ASI eksklusif dan diberikan sampai usia dua tahun. Sedangkan anak yang kedua tidak begitu bahkan sering diberi susu formula mengingat kesibukan dan tugas”.⁹⁶

6. ASI dapat mengatasi penyakit kanker

Berdasarkan hasil seluruh penelitian yang telah dilakukan, terbukti bahwa ASI yang dibahas dalam ratusan tulisan yang telah terbit, melindungi bayi terhadap kanker. Hal ini telah diketahui, walaupun secara fakta mekanismenya belum sepenuhnya dipahami. Ketika sebuah protein ASI membunuh sel-sel tumor yang telah ditumbuhkan di dalam laboratorium tanpa merusak sel yang sehat mana pun, para peneliti menyatakan bahwa sebuah potensi besar telah muncul. Catharina

⁹⁶ Ipit Pitria di Tasikmalaya, tanggal 05 Agustus 2009

Svanborg, Profesor imunologi klinis di Universitas Lund, Swedia, memimpin kelompok penelitian yang menemukan rahasia mengagumkan ASI ini. Kelompok yang berpusat di Universitas Lund ini menjelaskan kemampuan ASI dalam memberikan perlindungan melawan beragam jenis kanker sebagai penemuan yang ajaib.

Awalnya, para peneliti memberi perlakuan pada sel-sel selaput lendir usus yang diambil dari bayi yang baru lahir dengan ASI. Mereka mengamati bahwa gangguan yang disebabkan oleh bakteri *Pneumococcus* dan dikenal sebagai *pneumonia* berhasil dengan mudah dihentikan oleh ASI. Terlebih lagi, bayi yang diberi ASI mengalami jauh lebih sedikit gangguan pendengaran dibandingkan bayi yang diberi susu formula, dan menderita jauh lebih sedikit infeksi saluran pernapasan. Pasca serangkaian penelitian, diperlihatkan bahwa ASI juga memberikan perlindungan melawan kanker. Setelah menunjukkan bahwa penyakit kanker getah bening yang teramati pada masa kanak-kanak ternyata sembilan kali lebih sering menjangkiti anak-anak yang diberi susu formula, mereka menyadari bahwa hasil yang sama berlaku pula untuk jenis-jenis kanker lainnya.

Menurut hasil penelitian tersebut, ASI secara tepat menemukan keberadaan sel-sel kanker dan kemudian membunuhnya. Adalah zat yang disebut *alpha-lac* (*alphalactalbumin*), yang terdapat dalam jumlah besar di dalam ASI, yang

mengenali keberadaan se-sel kanker dan membunuhnya. *Alpha-lac* dihasilkan oleh sebuah protein yang membantu pembuatan gula *laktosa* di dalam susu.⁹⁷

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan para ilmuwan Universitas Bristol mengungkap bahwa di antara manfaat ASI jangka panjang adalah dampak baiknya terhadap tekanan darah yang dengannya tingkat bahaya serangan jantung dapat dikurangi. Kelompok peneliti tersebut menyimpulkan bahwa perlindungan yang diberikan ASI disebabkan oleh kandungan zat gizinya. Menurut hasil penelitian itu, yang diterbitkan dalam jurnal kedokteran *Circulation*, bahwa bayi yang diberi ASI berkemungkinan lebih kecil mengidap penyakit jantung. Telah diungkap bahwa keberadaan asam-asam lemak tak jenuh berantai panjang (yang mencegah pengerasan pembuluh *arteri*), serta fakta bahwa bayi yang diberi ASI menelan sedikit *natrium* (yang berkaitan erat dengan tekanan darah) yang dengannya tidak mengalami penambahan berat badan berlebihan, merupakan beberapa di antara manfaat ASI bagi jantung.

Selain itu, sebuah penelitian menemukan kandungan tinggi hormon protein yang dikenal sebagai *adiponectin* di dalam ASI. 5 Kadar *Adiponectin* yang tinggi di dalam darah berhubungan dengan rendahnya resiko serangan jantung. Kadar *adiponectin* yang rendah dijumpai pada orang yang kegemukan dan yang memiliki resiko besar terkena serangan jantung. Oleh karena itu telah diketahui bahwa resiko terjadinya kelebihan berat badan pada bayi yang diberi ASI berkurang dengan adanya hormon ini. Lebih dari itu, mereka juga menemukan

⁹⁷ "Manfaat dan Pengaruh Besar ASI", <http://www.islamic-center.or.id/oase/46-oase-jic/829-manfaat-dan-pengaruh-besar-ASI>. Accessed 05 Juni 2009

keberadaan hormon lain yang disebut *leptin* di dalam ASI yang memiliki peran utama dalam metabolisme lemak. *Leptin* dipercayai sebagai molekul penyampai pesan kepada otak bahwa terdapat lemak pada tubuh.⁹⁸

Namun kata Emiliya bahwa semua manfaat ASI di atas tergantung pada kondisi ibunya . Manfaat ASI yang telah diuraikan di atas dengan syarat apabila kondisi ibu yang menyusuinya sehat, apabila tidak sehat akan kena dampak buruknya terhadap anak. Oleh karena itu dianjurkan kepada para ibu yang menyusui anaknya supaya betul-betul memelihara kesehatan pribadinya supaya dampak terhadap anaknya juga baik.⁹⁹

B. Masa Menyusui

Ciri menakjubkan lain dari ASI adalah fakta bahwa ASI sangat bermanfaat bagi bayi apabila disusui selama dua tahun. Pengetahuan penting ini, baru ditemukan oleh ilmu pengetahuan saat ini, namun telah diwahyukan Allah lima belas abad silam di dalam ayat-Nya:

وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُتِمَّ الرَّضَاعَةَ

“Para ibu hendaklah menyusukan anak-anaknya selama dua tahun penuh, yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan”¹⁰⁰

Ayat di atas mengandung pesan bahwa sejak kelahiran sehingga dua tahun penuh, para ibu diperintahkan untuk menyusukan anak-anaknya. Dua tahun adalah batas maksimal dari kesempurnaan penyusuan. Di sisi lain, bilangan itu

⁹⁸ *Ibid.*

⁹⁹ Ela Emiliya di Tasikmalaya, tanggal 05 Agustus 2009

¹⁰⁰ QS. Al-Baqarah (02): 233

juga mengisyaratkan bahwa yang menyusui setelah usia tersebut bukanlah penyusuan yang mempunyai dampak hukum yang mengakibatkan anak yang disusui berstatus sama dalam sejumlah hal dengan anak kandung yang menyusunya.¹⁰¹

Penyusuan yang selama dua tahun itu, walaupun diperintahkan, tetapi bukanlah kewajiban. Ini dipahami dari penggalan ayat *لَمَنْ أَرَادَ أَنْ يُتِمَّ الرَّضَاعَةَ* bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan.

أي إِذَا شَاءَ الْوَالِدَانِ إِتِمَامَ الرَّضَاعَةِ وَلَا زِيَادَةَ عَلَيْهِ
 “Apabila kedua orang tua bermaksud untuk menyempurnakan penyusuan dan tidak melebihinya”¹⁰²

Mengenai penggalan ayat di atas, Imam Baidawi menafsirkan sebagai berikut:

وَهُوَ دَلِيلٌ عَلَى أَنَّ أَقْصَى مُدَّةِ الْإِرْضَاعِ الْخَوْلَانِ وَلَا عِبْرَةَ بِهِ بَعْدَهُمَا وَإِنَّهُ يَجُوزُ أَنْ يَنْقُصَ عَنْهُ
 “Itu dalil bahwasanya masa menyusui maksimal dua tahun, setelah itu tidak diperhitungkan lagi dan boleh saja masa tersebut dikurangi”¹⁰³

Lebih lanjut Imam ‘Alauddin berkata bahwa penyempurnaan dua tahun penyusuan itu sifatnya tidak wajib, namun dibatasi dua tahun itu tujuannya untuk nelerai apabila terjadi persengketaan antara suami-istri mengenai lamanya masa penyusuan. Maka Allah membatasinya dengan dua tahun .¹⁰⁴

¹⁰¹ M.Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbāh*, (Jakarta: Lentera Hati, 2006), I: 504, Tafsir terhadap QS. Al-Baqarah (2): 233.

¹⁰² Muhammad ‘Ali as-Şābūnī, *Şafwat al-Tafāsīr*, (Beirut: Dār al- Fikri, t.t.), I: 150

¹⁰³ Nasiruddin, *Tafsir Baidawi*, (Beirut: Dār al- Fikri, t.t.), I: 244

¹⁰⁴ Imam ‘Alauddin, *Tafsir Khozin*, (Beirut: Dār al- Fikri, t.t.), I: 235

Menurut Quraish Shihab, bahwa masa penyusuan dua tahun itu adalah anjuran yang sangat ditekankan, seakan-akan ia adalah perintah wajib. Jika ibu bapak sepakat untuk mengurangi masa tersebut, maka tidak mengapa. Tetapi hendaklah jangan berlebih dari dua tahun, karena dua tahun telah dinilai sempurna oleh Allah. Di sisi lain, penetapan waktu dua tahun itu, adalah untuk menjadi tolok ukur bila terjadi perbedaan pendapat misalnya ibu atau bapak ingin memperpanjang masa penyusuan.¹⁰⁵

Jika kurang dari dua tahun, kurang optimal dalam pemberian zat gizi dan pendampingan anak oleh ibu. Jika tidak dapat memenuhi masa ini, hendaklah keputusan diambil oleh kesepakatan antara ibu dan ayah, bukan hanya oleh ibu. Namun jika ibu belum berhasil menyapih hingga lebih dua tahun, tidak kemudian menjadi terlarang seperti haramnya sesuatu. Namun, secara fisik anak sudah cukup besar untuk tidak tergantung pada ibu. Kebutuhan nutrisinya lebih banyak bergantung pada makanan. Anak seusia ini juga sudah memiliki kehidupan sosial meskipun terbatas pada keluarga dan tetangga sekitar. Biasanya dia akan merasa malu jika oleh orang disekitarnya disebut masih menyusu pada ibunya.¹⁰⁶

Penetapan masa menyusui dua tahun juga berimplikasi hukum. Dalam Islam dikenal istilah saudara sepersusuan. Pada masa kecilnya Rasulullah saw. Sempat disusui oleh Ibu Halimah As-Sa'diyah. Rasulullah saw. Menjadi saudara sepersusuan dengan anak Halimah. Saudara sepersusuan secara hukum ditetapkan

¹⁰⁵ M.Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, (Jakarta: Lentera Hati, 2006), I: 504, Tafsir terhadap QS. Al-Baqarah (2): 233.

¹⁰⁶ Kun Sri Budiasih, *Handbook Ibu Menyusui*, (Bandung: PT. Karya Kita, 2008), hal. 30

menjadi mahram, artinya tidak boleh menikah satu sama lain. Sebutan ini berlaku jika:

1. Anak yang disusui itu berusia 0-2 tahun. Jika anak menyusu pada ibu lain di luar usia ini, maka tidak mengakibatkan hukum menjadi saudara sepersusuan dengan anak dari ibu tersebut.
2. Anak menyusu sampai kenyang, minimal lima kali.¹⁰⁷

Kembali kepada persoalan masa penyusuan, bahwa masa penyusuan dua tahun bukanlah merupakan kewajiban, tapi merupakan anjuran. Dengan demikian masa penyusuan bisa kurang dua tahun bisa lebih. Hal ini diperkuat dengan QS. Al-Ahqaf (46): 15 yang berbunyi



وَحَمْلُهُ وَفِصَالُهُ ثَلَاثُونَ شَهْرًا

“Masa mengandung sampai menyapihnya selama 30 bulan”.

Dalam ayat ini ditegaskan bahwa masa penyusuan tidak mesti harus dua tahun (24 bulan), hal itu tergantung masa hamilnya. Ini berarti, jika janin dikandung selama sembilan bulan, maka penyusuannya selama dua puluh satu bulan, sedangkan jika janin dikandung hanya enam bulan, maka ketika itu masa penyusuannya adalah 24 bulan.¹⁰⁸

Dalam riwayat Ikrimah, Ibnu Abbas berkata:

¹⁰⁷ *Ibid.*

¹⁰⁸ M.Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, (Jakarta: Lentera Hati, 2006), I: 504, Tafsir terhadap QS. Al-Baqarah (2): 233.

إِذَا وَضَعَتِ الْوَالِدَ لِسِتَّةِ أَشْهُرٍ أَرْضَعْتُهُ حَوْلَيْنِ وَإِنْ وَضَعْتُهُ لِسَبْعَةِ أَشْهُرٍ أَرْضَعْتُهُ ثَلَاثًا وَعِشْرِينَ شَهْرًا وَإِنْ وَضَعْتُهُ لِتِسْعَةِ أَشْهُرٍ أَرْضَعْتُهُ أَحَدًا وَعِشْرِينَ شَهْرًا كُلُّ ذَلِكَ ثَلَاثُونَ شَهْرًا لِقَوْلِهِ تَعَالَى " وَحَمْلُهُ وَفِصَالُهُ ثَلَاثُونَ شَهْرًا "

“Apabila masa hamilnya enam bulan, maka anaknya disusui selama dua tahun.

Apabila dikandungnya selama tujuh bulan, maka masa penyusuan anaknya selama dua puluh tiga bulan, dan apabila dikandungnya selama sembilan bulan maka disusui selama dua puluh satu bulan sehingga jumlahnya tiga puluh bulan. Ini berdasarkan firman Allah bahwa masa mengandung dan menyusui selama 30 bulan”.¹⁰⁹

Dengan demikian, ada beberapa tingkat penyusuan; **pertama**, tingkat sempurna, yaitu dua tahun atau tiga puluh bulan kurang masa kandungan; **Kedua**, masa cukup, yaitu yang kurang dari masa tingkat sempurna; dan tingkat **ketiga**, masa yang tidak cukup, dan ini dapat mengakibatkan dosa, yaitu yang enggan menyusui anaknya. Karena itu, bagi yang tidak mencapai tingkat cukup, baik dengan alasan yang dapat dibenarkan seperti sakit, maupun alasan yang dapat menimbulkan kecemasan, maka ayah harus mencari seseorang yang dapat menyusui anaknya.

C. Pengaruh Menyusui Dengan ASI Terhadap Pendidikan Anak

Bagi seorang ibu, menyusui sendiri bayinya dengan ASI sendiri merupakan kewajiban yang mulia dari Allah SWT. Yang bernilai ibadah kepada Allah dengan tujuan memelihara dan melanjutkan keturunan umat manusia. Di dalam Al-Qur’ān

¹⁰⁹ Imam ‘Alauddin, *Tafsir Khozin*, (Beirut: Dār al- Fikri, t.t.), I: 235

berkali-kali Allah berfirman agar seorang ibu menyusui anaknya. Karena menyusui besar sekali pengaruhnya terhadap anak.

Saat ibu menyusui bayinya tak hanya memberikan makan pada bayi, tapi di dalamnya memiliki nilai-nilai pendidikan. Proses menyusui tidak saja memberikan dasar bagi kemampuan anak dalam kecerdasan intelektual, namun juga memberikan pendidikan emosional, spiritual dan sosial bagi bayi.

Ketika seorang ibu menyusui bayinya, dengan mendekapnya penuh kasih sayang, sesungguhnya ia sedang memberikan pendidikan tentang kasih sayang yang akan membuatnya mampu menyayangi lingkungannya, membuatnya menjadi manusia yang berbudi pekerti dan bernurani. Detak jantung ibu yang didengar bayi saat menyusu akan membuatnya merasa aman dan tentram. Perasaan terlindungi dan disayangi inilah yang akan menjadi dasar perkembangan emosi bayi dan membentuk kepribadian yang percaya diri dan mempunyai emosi yang stabil. Terlebih jika ketika menyusui, ibu melantunkan do'a – do'a, maka hal itu akan membangun dasar spiritual anak.

Kata Utami, menyusui itu adalah sebuah pekerjaan pendidikan. Saat itu terjadi kontak emosi dan psikologis antara ibu dan anaknya. Sambil menyusui, seorang ibu akan membelai-belai, menyanyi atau pun melantunkan ayat-ayat suci yang akan merangsang otak kiri dan kanan bayi.

Saat menyusu pula, kelima panca indera bayi mencoba merasakan, mendengar, melihat, membaui apa yang ada di sekelilingnya. Bayi akan merasa sang ibu sedang berbicara padanya, menyayanginya. Makanya sangat berbeda

antara anak yang diberi ASI dengan yang tidak. Anak yang diberi ASI akan tumbuh lebih cerdas dan sehat.¹¹⁰

Menurut Sri Wahyuni, bahwa di antara manfaat menyusui anak adalah dapat menyetabilkan emosi anak, anak yang diberi ASI tidak mudah marah dan dia penuh kesabaran, berbeda dengan yang tidak atau kurang diberi ASI.¹¹¹

Di samping itu, menurut Ria Triana seorang dokter spesialis anak mengatakan bahwa dengan menyusui anak, jalinan kasih sayang antara anak dengan ibunya semakin erat, di samping ASI dapat menambah kecerdasan anak. Menurut pengalaman beliau bahwa anaknya yang ke satu dan kedua yang diberi ASI penuh sampai dua tahun berbeda tarap kecerdasannya dengan anak yang ke tiga yang banyak diberi susu formula.¹¹²

Menurut Quraish shihab, dengan menyusui pada ibu kandung, anak merasa lebih tenang. Menyusui merupakan proses menjalin hubungan lebih akrab dengan bayi. Ibu, dalam hal ini, tidak dapat diganti peranannya dengan yang lain, bukan saja dari segi kualitas ASI, tetapi juga segi detak-detik jantung ibu saat menyusui atau merangkul anaknya. Detak-detik jantung itu menghasilkan ketenangan dan kedamaian pada bayi. Kita bisa melihat bagaimana seorang bayi menampakkan ketenangan dan kedamaian begitu dirangkul oleh ibunya.

Penelitian ilmiah kontemporer membuktikan bahwa denyut jantung ibu lebih berkesan pada bayi dan lebih menyenangkannya daripada lagu dan irama apa pun,

¹¹⁰ <http://cyberwoman.cbn.net.id/cbprtl/common/ptofriend>.

¹¹¹ Sri Wahyuni di Tasikmalaya, tanggal 05 Agustus 2009

¹¹² Ria Triana di Tasikmalaya, tanggal 05 Agustus 2009

karena itu, beberapa tempat penitipan bayi merekam suara denyut jantung ibu pada sebuah kaset, dan bila seorang bayi menangis, diperdengarkan kepadanya kaset tersebut sehingga ia terdiam dan tenang kembali.¹¹³

Untuk itu Rasulullah SAW. menganjurkan kepada para calon suami untuk pandai-pandai memilih calon istri yang akan menjadi pendamping hidup, yang akan menyusui anak. Beliau bersabda:

تَخَيَّرُوا لِنُطْفِكُمْ فَإِنَّ الْعِرْقَ دَسَّاسٌ

“Pilihlah baik-baik (penampung) sperma kalian, karena sesungguhnya keturunan itu kuat pengaruhnya.”¹¹⁴

Jika memang sudah jelas-jelas bahwa keluarga calon pasangan aman dari segala penyakit atau kelemahan turunan, baik fisik maupun mental, barulah ia boleh maju, melangkah ke jenjang pernikahan. Pengenalan keluarga ini penting demi menghindari dirinya dan keturunannya dari sifat-sifat dan penyakit keturunan. Dan mencegah lebih baik dari pada mengobati.

Sudah maklum adanya bahwa anak mewarisi sifat-sifat fisik dan akal orang tuanya. Menikahi orang-orang yang sehat dan cerdas insya Allah akan melahirkan anak-anak yang sehat dan cerdas. Sebaliknya, menikahi orang-orang yang lemah dan bodoh juga akan melahirkan anak-anak yang lemah dan bodoh.

Mengenai penyusuan, Rasulullah sudah memperingatkan dalam hadisnya supaya jangan sampai anak disusui oleh wanita tolol, wanita yang lemah akalnya atau wanita yang tidak layak untuk menyusui. Beliau bersabda.

¹¹³ M.Quraish Shihab, *Pengantin Al-Qur'ān*, (Jakarta: Lentera Hati,2007), hal. 158

¹¹⁴ Imam Ibnu Majah, *Sunan Ibnu Mājah*, “9. Kitab an-Nikāh”, “46. Bab Al-Akfā”, I Hadis No. 1968, Hadis dari Abdullah bin Sa'id dari Hariis bin 'Imrān dari Hisyam bin 'Urwah dari ayahnya dari 'Aisyah dari Nabi Saw. Hadis Şahih berdasarkan taşhih Suyūfi dalam “Kitab al-Jāmi'u as-Şagīr”, “Bab Harfu at-Tā' ”.

نَهَى رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ أَنْ تَسْتَرْضِعَ الْحَمَقَاءَ رَوَاهُ أَبُو دَاوُدَ
 “Rasulullah SAW. Telah melarang wanita tolol disuruh untuk menyusui anak”.

Hal demikian, karena sifat-sifat ketololannya akan menular kepada anak yang disusui.



UNIVERSITAS
 ISLAM
 INDONESIA

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah mengkaji dan menganalisa bahan-bahan pustaka, maka penulis dapat menyimpulkan sebagai berikut :

1. Ada beberapa manfaat ASI terhadap perkembangan anak, diantaranya:
 - 1). ASI memberi sifat kekebalan (imun)
 - 2). ASI mengandung zat pelindung.
 - 3). ASI menguatkan tubuh.
 - 4). ASI mengandung enzim-enzim yang membantu proses pencernaan, antara lain enzim *lipase* (menguraikan lemak), *amilase* (menguraikan karbohidrat), dan *protease* (menguraikan protein) agar mudah dicerna bayi.
 - 5) ASI dapat mencerdaskan anak
 - 6). ASI dapat melindungi bayi terhadap penyakit kangker.
 - 7). Manfaat ASI jangka panjang adalah dampak baiknya terhadap tekanan darah yang dengannya tingkat bahaya serangan jantung dapat dikurangi.
2. Masa menyusui yang sempurna adalah sampai usia bayi dua tahun semenjak dilahirkan. Namun angka dua tahun tidak merupakan hal yang ketat batasnya, artinya, Allah menimbang dua tahun sebagai masa terbaik, yaitu jika ibu ingin menyempurnakan penyusuan. Jika kurang dari dua tahun atau lebih, hal itu

tidak menjadi masalah apabila memang hal itu ada kemaslahatan-kemaslahatan yang lain.

3. Menyusui anak memberikan pengaruh besar terhadap pendidikan anak, dimana saat ibu menyusui bayinya tak hanya memberikan makan pada bayi, tak hanya memberikan dasar bagi kemampuan anak dalam kecerdasan intelektual, tapi di dalamnya memiliki nilai-nilai pendidikan, diantaranya pendidikan emosional, spiritual dan sosial bagi bayi.

B. Saran-saran

Dalam rangka membentuk anak yang sehat dan cerdas, hendaklah para ibu menyusui anaknya sendiri dengan ASI eksklusif, yakni menyusui dari mulai lahir sampai usia enam bulan dengan tidak memberikan makanan tambahan sedikit pun. Karena dalam ASI pun sudah tercakup semua kebutuhan makanan bagi bayi yang tidak didapatkan dalam makanan yang lain.

Hendaklah para suami membantu para ibu yang sedang menyusui dengan cara menyediakan semua kebutuhan yang diperlukan oleh para ibu terutama kebutuhan makanan yang bergizi, supaya air susunya benar-benar sesuai dengan kebutuhan anaknya.

Hendaklah pemerintah terus menerus mensosialisasikan pentingnya ASI kepada masyarakat, karena masih banyak masyarakat yang tidak peduli terhadap ASI, mereka lebih mementingkan susu formula dari pada ASI.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Qur'ān Dan Terjemahnya. 1418 H. Madinah Munawwarah: Mujamma' Malik Fahd
- Abu Daud, al- Imam. Tanpa tahun. *Sunan Abī Dāwud*. Beirut : Dārul Fikri
- Ali, Atabik dan Ahmad Zuhdi Mudor. 1998. *Kamus Kontemporer Arab-Indoneisa*. Yogyakarta: Yayasan Ali Maksum.
- Ali, Luqman. 1994. *Kamus Besar bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka
- Al-Jauhari, Mahmud Muhammad dkk. 2005. *Membangun Keluarga Qur'ani*. Jakarta: Amzah.
- Al-Maragi, Ahmad Mustafa. Tanpa Tahun. *Tafsir Al-Maragi*. Beirut: Dār al- Fikr.
- 'Asyur, Ibnu. Tanpa tahun. *Attahrir Wattanwir*. Beirut: Dār al- Fikr.
- As-Şābūnī, Muhammad 'Ali. Tanpa Tahun. *Şafwatu at-Tafāsīr*. Beirut: Dār al-Fikri.
- Bisri, Adib dan Munawwir A. Fatah. 1999. *Kamus Indonesia-Arab*. Surabaya: Pustaka Progressif.
- Budiasih, Kunsri. 2008. *Handbook Ibu Menyusui*. Bandung: PT. Karya Kita.
- Bukhori, Abu 'Abdillah Muhammad bin Ismail. Tanpa Tahun. *Şahih al-Bukhari*. Surabaya: Maktabah Mahkota.
- Cairan Ajaib ASI. <http://addiin.wordpress.com/2008/03/12/cairan-ajaib-asi>. accessed 10-11-2008
- Depag RI. 2002. *Pedoman Konselor Keluarga Sakinah*. Jakarta: Depag RI.
- Depdikbud. 1994. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Fa'iz, Ahmad. 2003. *Cita Keluarga Islam*. Jakarta: Serambi Ilmu Semesta.
- Farid, Miftah. 1999. *Masalah Nikah Keluarga*. Jakarta: Gema Insani Press.
- Husain 'Ali Turkamani. 1988. *Bimbingan Keluarga & Wanita Islam*; Terjemahan oleh MS. Nasrullah dan Ahsin M dari *Family: The Center of Stability* (1988). Jakarta: Pustaka Hidayah

- Ibnu Qasim, Muhammad. tanpa tahun. *Taqrīb*. Semarang: Usaha Keluarga
- Kanwil Depag Jabar. 2004. *Membangun Keluarga Sakinah*. Bandung: CV. Rizadi Jaya.
- Kaśir, Imam Abi al-Fida', Ibnu. Tanpa tahun. *Tafsir Ibnu Kaśir*. Beirut: Dār al-Fikr.
- Kauma, Fuad. 2003. *Buah Hati Rasulullah*. Bandung: Hikmah
- Langulung, Hasan. 2004. *Manusia dan Pendidikan*. Jakarta: PT. Pustaka Al-Husna Baru.
- Mahalli, Mujab 2001. *Menikahlah, Engkau Menjadi Kaya*. Yogyakarta: Mitra Pustaka.
- Manfaat dan Pengaruh Besar ASI. <http://www.islamic-center.or.id/oase/46-oase-jic/829-manfaat-dan-pengaruh-besar-ASI>. Accesed 05 Juni 2009
- Masgunanto."ASI Menurut Pandangan Islam". <http://masgunanto.blogspot.com>. Accesed 02-03-09
- M. Echols, John dan Shadili, Hassan. 1993. *Kamus Inggris-Indonesia*. Jakarta: PT. Gramedia
- Mishry, Nasy'at. 2008. *Menyambut Kelahiran Sang Buah Hati*. Jakarta: GP Press
- Munawwir, Ahmad Warson. 1997. *Kamus Arab-Indonesia*. Surabaya: Pustaka Progressif.
- Muslim, Imam Abu al-Husain. 1988. *Ṣaḥīḥ Muslim*. Beirut: Darul Fikri.
- Nasiruddin. Tanpa Tahun. *Tafsir Baidawi*. Beirut: Dār al- Fikri.
- Pedoman Penulisan Tesis. 2007. MSI-UII
- Qurtubi, Imam. Tanpa tahun. *Tafsir Al-Qurṭubi*. Beirut: Dār al- Fikr.
- Ramaiah, Savitri. 2007. *ASI dan Menyusui*; Terjemahan oleh: Lily Endang Joeliani. Jakarta: PT. Bhuana Ilmu Populer.
- Roesli, Utami. "Kelebihan ASI Dibanding Susu Formula". <http://cyberwoman.cbn.net.id>. Accesed 29-04-2009

Saleh Dkk. 2007. *Asbābu an-Nuzul* . Bandung : CV. Penerbit Diponegoro.

Shihab, M. Quraish. 2006. *Tafsir Al-Miṣbah*. Jakarta: Lentera Hati.

_____ . 2007. *Pengantin Al-Qur'ān*. Jakarta: Lentera Hati.

_____ . 2000. *Wawasan Al-Qur'ān*. Bandung: Mizan.

Ṣabuni, Moh. 'Ali. Tanpa tahun. *Shofwatut Tafāsīr* . Beirut: Dārul Fikri.

Ṣāwī, Ahmad .1988. *Tafsir As-Shāwī*. Beirut : Dār al- Fikri.

Sururin dkk. 2006. *Pendidikan Kesehatan Reproduksi Bagi Calon Pengantin*.
Jakarta: Fatayat

Susu Formula. http://medicastore.com/asi_susuformula/ 29 Juni 2008

Ulwan, Abdullah Nasih. Tanpa tahun. *Pendidikan Anak dalam Islam* . Jakarta :
Pustaka Amani .

Ṭabari, Imam .t.t. *Tafīr At-Ṭabari*. Beirut: Darul Fikri.



UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA

LAMPIRAN-LAMPIRAN



**UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA**

**INTERVIEW MENGENAI AIR SUSU IBU (ASI)
RABU, 05 AGUSTUS 2009**

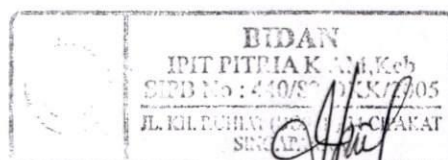
Pertanyaan

1. Sampai kapan menyusui yang sempurna ?
2. Apa saja manfaat ASI bagi pertumbuhan anak?
3. Apa pengaruhnya terhadap pendidikan / kecerdasan anak?

Jawaban

1. Menyusui yang baik adalah sampai anak usia dua tahun. Bahkan kalau bisa diberikan ASI Eksklusif yakni diberi air susu ibu tanpa makanan pendamping sampai usia bayi 6 bulan. Itu yang seharusnya dilakukan oleh para ibu menyusui sebagaimana anjuran Al-Qur'an. Kecuali ada hal-hal lain yang menyebabkan para ibu untuk segera menyapihnya, seperti karena ibunya mengalami sakit, ada tugas jauh yang tidak bisa ditinggalkan.
2. Manfaat ASI bagi anak diantaranya:
 - a. ASI memberi sifat kekebalan terhadap anak sehingga anak tidak mudah infeksi, karena di dalam ASI diantaranya mengandung kolostrum yang mampu membunuh kuman.
 - b. ASI dapat melindungi bayi , diantaranya melindungi usus bayi dari peradangan.
 - c. ASI dapat menguatkan tubuh bayi, karena ASI mengandung kalsium yang mudah diserap karena seimbang dengan perbandingan pospornya. Berbeda dengan susu sapi walaupun susu sapi juga mengandung kalsium. Mengandung enzim-enzim yang membantu proses pencernaan: *lipase*(menguraikan lemak), *amilase*(menguraikan karbohidrat), dan *protease* (menguraikan protein) agar mudah dicerna bayi
3. ASI dapat meningkatkan kecerdasan anak. Hal ini memang nyata. Seperti anak saya , yang pertama dan anak yang kedua kecerdasannya berbeda. Anak yang pertama lebih cerdas dibandingkan anak yang kedua , karena anak yang pertama diberi ASI eksklusif dan diberikan sampai usia dua tahun. Sedangkan anak yang kedua tidak begitu bahkan sering diberi susu formula mengingat kesibukan dan tugas.

Singaparna, 05 Agustus 2009
Yang diwawancarai



IPIT PITRIA K. AM. Keb
NIP: 480.128.893

**INTERVIEW MENGENAI AIR SUSU IBU (ASI)
AGUSTUS 2009**

Pertanyaan

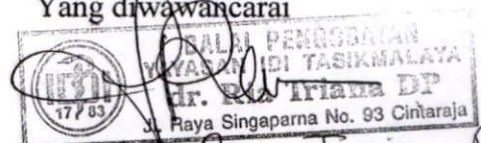
1. Sampai kapan menyusui yang sempurna menurut ibu ?
2. Apa saja manfaat ASI bagi pertumbuhan anak menurut ibu?
3. Apa pengaruhnya terhadap pendidikan / kecerdasan anak menurut ibu?

Jawaban

1. Menyusui yang baik sampai usia bayi dua tahun. Itu pun apabila si ibu mungkin untuk menyusui bayinya sampai masa itu.
2. Manfaat ASI bagi anak diantaranya:
 - a. Dapat meningkatkan daya tahan tubuh anak sehingga anak tidak mudah sakit. Berbeda dengan anak yang dikasih susu formula, anak mudah terserang penyakit, karena susu formula kurang mengandung kolostrum yang mampu membunuh kuman.
 - b. Dapat mempererat kasih sayang ibu dan anak
 - c. Dapat melindungi usus bayi dari peradangan.
3. ASI Dapat meningkatkan kecerdasan anak. Saya mempunyai tiga anak. Anak yang ke-1 dan ke-2 diberi ASI eksklusif dua anak tersebut berbeda kecerdasannya dengan anak yang ketiga yang dalam masa penyusuan banyak diberi susu formula karena pada waktu itu banyak kesibukan .

**UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA**

Singaparna, Agustus 2009
Yang diwawancarai



(dr. Ria Triana DP)

**INTERVIEW MENGENAI AIR SUSU IBU (ASI)
AGUSTUS 2009**

Pertanyaan

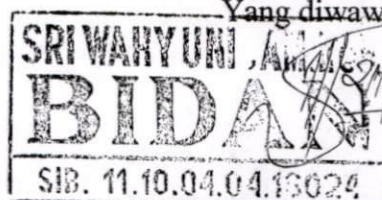
1. Sampai kapan menyusui yang sempurna menurut ibu ?
2. Apa saja manfaat ASI bagi pertumbuhan anak menurut ibu?
3. Apa pengaruhnya terhadap pendidikan / kecerdasan anak menurut ibu?

Jawaban

1. Menyusui yang baik sampai usia bayi dua tahun. Para ibu harus berusaha menyusui anaknya sampai masa itu kecuali sudah tidak bisa diusahakan sampai usia dua tahun, dan secara terpaksa menyapihnya kurang dari masa itu, karena usia dua tahun nutrisi anak masih tergantung pada ASI.
2. Manfaat ASI bagi anak diantaranya:
 - a. ASI banyak mengandung zat-zat gizi yang diperlukan anak dibandingkan susu formula.
 - b. ASI Banyak mengandung protein, karbohidrat sehingga anak tumbuh dengan baik dan sehat.
 - c. ASI Dapat melindungi usus bayi dari peradangan dan bayi tidak mudah mencret
 - d. ASI dapat menyetabilkan emosional anak . Anak yang diberi ASI tidak mudah marah, penuh kesabaran , berbeda dengan anak yang banyak diberi susu formula pada usia sebelum enam bulan.
3. ASI itu dapat meningkatkan IQ anak . Saya juga baru mempunyai anak satu berusia 23 bulan. saya membrikan ASI eksklusif dan sekarang juga masih disusui.

Singaparna, Agustus 2009

Yang diwawancarai



SRI WAHYUNI, AM-ges

NID. 10820622 2005 2009

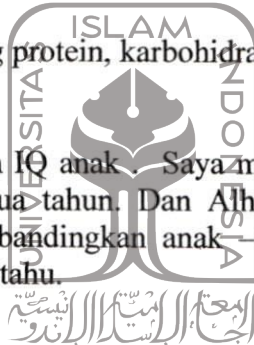
**INTERVIEW MENGENAI AIR SUSU IBU (ASI)
AGUSTUS 2009**

Pertanyaan

1. Sampai kapan menyusui yang sempurna menurut ibu ?
2. Apa saja manfaat ASI bagi pertumbuhan anak menurut ibu?
3. Apa pengaruhnya terhadap pendidikan / kecerdasan anak menurut ibu?

Jawaban

1. Menyusui yang sempurna sampai anak usia dua tahun. Karena kebutuhan nutrisi anak pada usia tersebut lebih tergantung pada Air Susu Ibu .
2. Manfaat ASI bagi anak diantaranya:
 - a. ASI mengandung antibodi / kekebalan terhadap anak
 - b. ASI mudah dan praktis diberikan
 - c. Suhu ASI selalu cocok untuk diberikan kepada anak , tidak terlalu dingin dan panas
 - d. ASI Banyak mengandung protein, karbohidrat sehingga anak tumbuh dengan baik dan sehat.
3. ASI itu dapat meningkatkan IQ anak. Saya mempunyai dua anak, semuanya diberi ASI sampai umur dua tahun. Dan Alhamdulillah kecerdasannya dan kesehatannya menonjol dibandingkan anak-anak lain yang seusianya yang tidak disusui sampai umur 2 tahun.



**UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA**

Singaparna, Agustus 2009
Yang diwawancarai



**INTERVIEW MENGENAI AIR SUSU IBU (ASI)
AGUSTUS 2009**

Pertanyaan

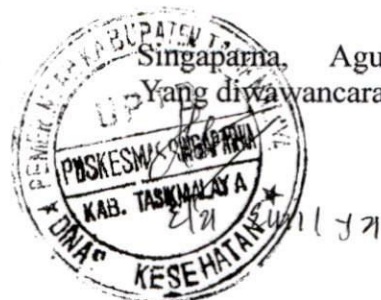
1. Sampai kapan menyusui yang sempurna menurut ibu ?
2. Apa saja manfaat ASI bagi pertumbuhan anak menurut ibu?
3. Apa pengaruhnya terhadap pendidikan / kecerdasan anak menurut ibu?

Jawaban

1. Menyusui yang sempurna sampai anak usia dua tahun. Karena kebutuhan nutrisi anak pada usia tersebut lebih tergantung pada Air Susu Ibu. Sesudah anak usia berusia dua tahun kebutuhan nutrisinya sudah tidak tergantung pada ASI tapi tergantung pada makanan yang diberikan.
2. Manfaat ASI bagi anak diantaranya:
 - a. ASI mengandung antibodi / kekebalan terhadap anak
 - b. ASI mudah didapat
 - c. Suhu ASI sesuai dengan kebutuhan anak
 - d. ASI higienis
 - e. ASI mengandung nutrisi yang lengkap bagi anak diandingkan susu formula
 - f. ASI dapat menyetabilkan emosional anak . Anak yang diberi ASI tidak mudah marah, penuh kesabaran , berbeda dengan

Namun hal itu semua tergantung pada kondisi ibu yang menyusuinya. Apabila ibunya sehat, maka pengaruh terhadap anaknya juga sehat dan begitu pula sebaliknya. Untuk itu pada masa menyusui sangat dianjurkan bagi para ibu yang sedang menyusui untuk memakan makanan yang sehat dan bergizi dan anak diberikan susu eksklusif , yakni hanya diberi ASI sampai usia enam bulan.

3. ASI itu dapat mencerdaskan anak. Berbeda dengan anak yang tidak diberi ASI .



DAFTAR RIWAYAT HIDUP

▪ Data Pribadi

Nama Lengkap : **Heni Hanifah Hilmi**
Tempat Tanggal Lahir : Tasikmalaya, 13 Juli 1977
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Pekerjaan : Guru Honorer di MI Cipasung 1
Alamat Rumah : Cihaur No. 223 RT.01/08 Desa Cipakat Kec.
Singaparna Kab. Tasikmalaya 46417.
Telp. (0265) 546514 / HP. 085223970051

▪ Pendidikan Formal

- Madrasah Ibtidaiyah (MI) Cipasung 2 - Singaparna - Tasikmalaya (Lulus tahun 1990).
- Sekolah Menengah Pertama Islam (SMPI) Cipasung - Singaparna Tasikmalaya (Lulus tahun 1993)
- Sekolah Menengah Atas Islam (SMAT) Cipasung - Singaparna - Tasikmalaya (Lulus tahun 1996)
- Institut Agama Islam Cipasung (IAIC) Singaparna - Tasikmalaya Fakultas Tarbiyah/PAI (Lulus tahun 2002)
- Program Pascasarjana Magister Studi Islam Universitas Islam Indonesia (PPs MSI UII) Yogyakarta. Konsentrasi Pendidikan Islam (Lulus tahun 2009)



Yogyakarta, 08 Agustus 2009

Penulis

Heni Hanifah Hilmi