

KONSEP LAKTASI DALAM AL-QUR'AN
(PENAFSIRAN SURAT AL BAQARAH AYAT 233 AL AHQAF AYAT 15 DAN
LUQMAN AYAT 14 DALAM PERSPEKTIF ILMU KESEHATAN)

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat

Guna Memperoleh Gelar Sarjana S1

Dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora

Jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir



Oleh:

ALFIYATUR ROHMAH

NIM : 134211129

FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG

2017

DEKLARASI KEASLIAN

Bismillahirrahmanirrahim. Dengan penuh tanggung jawab penulis menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya penulis sendiri. Di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan orang lain untuk memperoleh gelar kesarjanaan di perguruan Tinggi. Berisi pengetahuan yang didapat dari hasil pengetahuan yang didapat dari hasil penerbitan yang sumbernya diterangkan dalam tulisan dan daftar pustaka.

Semarang, 22 Desember 2017

DEKLARATOR



NIM: 134211129

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Lamp : -

Hal : Persetujuan Naskah Skripsi

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora

UIN Walisongo Semarang

Assalamu'alaikum wr.wb

Setelah membaca, mengadakan koreksi dan perbaikan sebagaimana mestinya, maka saya menyatakan bahwa skripsi saudara:

Nama : Alfiyatur Rohmah

NIM : 134211129

Fak/ Jurusan : Ushuluddin dan Humaniora/ Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Judul Skripsi : Konsep Laktasi Dalam Al-Qur'an (Penafsiran Surat Al Baqarah ayat 233 Al-Ahqaf ayat 15 dan Luqman Ayat 14 dalam Perspektif Ilmu Kesehatan)

Dengan ini telah kami setuju dan mohon agar segera diujikan. Demikian atas perhatiannya diucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum wr.wb

Semarang, 22 Desember 2017

Pembimbing I



Dr. H. Hasyim Muhammad, M.Ag

NIP. 19720315 199703 1 002

Pembimbing II



Moh. Masrur, M.Ag

NIP. 19720809 200003 1 002

PENGESAHAN

Skripsi saudara **Alfiyatur Rohmah** No. Induk **134211129** telah dimunaqosyahkan oleh Dewan Penguji Skripsi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, pada tanggal:

11 Januari 2018

dan telah diterima serta disahkan sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S.1) dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora, jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir.

Ketua Sidang



H. MOKH. SYA'RONI, M.Ag

NIP. 19720515 199603 1002

Pembimbing I

DR. H. HASYIM MUHAMMAD, M.Ag

NIP. 19720315 199703 1002

Penguji I

DR. H. MUH. IN'AMUZZAHIDIN, M.Ag

NIP. 19771020 200312 1002

Pembimbing II

MOH. MASRUR, M.Ag

NIP. 19720809 200003 1002

Penguji II

MUNDHIR, M.Ag

NIP. 19710507 199503 1001

Sekretaris Sidang

Dra. Yustiyah, M.Ag

NIP. 19640302 199303 2001

MOTTO

وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنَ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُتِمَّ الرَّضَاعَةَ

Para ibu hendaklah menyusukan anak-anaknya selama dua tahun penuh, Yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan.

QS. Al- Baqarah [2]: 233

TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Pedoman transliterasi huruf Arab-Latin dalam penulisan skripsi ini berpedoman pada “Pedoman Transliterasi Arab-Latin” yang dikeluarkan berdasarkan Keputusan Bersama Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI nomor : 158/1987 dan nomor 0543b/U/1987. Tertanggal 22 Januari 1988, sebagai berikut:

A. Kata Konsonan

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Be
ث	Sa	š	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ha	ḥ	ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	kadan ha
د	Dal	D	De
ذ	Zal	Ẓ	zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet

س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	es dan ye
ص	Sad	ṣ	es (dengan titik di bawah)
ض	Dad	ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	Ta	ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	Za	ẓ	zet (dengan titik di bawah)
ع	‘ain	...‘	koma terbalik di atas
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Ki
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
ه	Ha	H	Ha
ء	Hamzah	...’	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

B. Vokal

Vokal bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia terdiri dari vokal tunggal atau monoftong dan vokal rangkap atau diftong.

1. Vokal Tunggal

Vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasinya sebagai berikut:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ـَ	Fathah	A	A
ـِ	Kasrah	I	I
ـُ	Dhammah	U	U

2. Vokal Rangkap

Vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf, yaitu:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ـَـيْ	fathah dan ya	Ai	a dan i
ـَـوْ	fathah dan wau	Au	a dan u

Contoh :

كَتَبَ - kataba

فَعَلَ - fa'ala

3. Vokal Panjang (*Maddah*)

Vokal panjang atau maddah yang lambangnya berupa harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda, yaitu:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
اَ...اِ	Fathah dan alif atau ya x	Ā	a dan garis di atas
ي...يِ	Kasrah dan ya	Ī	i dan garis di atas
و...وِ	Dhammah dan wau	Ū	u dan garis di atas

Contoh:

صَانَ -ṣāna

صَيْنَ -ṣīna

يَصُونُ -yaṣūnu

4. Ta Marbutah

Transliterasi untuk ta marbutah ada dua yaitu:

- a. Ta marbutah hidup

Ta marbutah yang hidup atau mendapat harakat fathah, kasrah, dan dhammah, transliterasinya adalah /t/

b. Ta marbutah mati

Ta marbutah yang mati atau mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah /h/. Kalau pada kata yang terakhir dengan ta marbutah diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang al serta bacaan kedua kata itu terpisah, maka ta marbutah itu ditransliterasikan dengan ha (h).

Contoh:

روضۃ الاطفال - raudah al-atfāl

5. Syaddah (Tasydid)

Syaddah atau tasydid yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda, tanda syaddah atau tanda tasydid, dalam transliterasi ini tanda syaddah tersebut dilambangkan dengan huruf, yaitu huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda syaddah itu.

Contoh:

زَيْنٌ - zayyana

6. Kata sandang

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf ٱ. Namun dalam transliterasi ini kata sandang dibedakan atas kata sandang yang diikuti huruf syamsiah dan kata sandang yang diikuti oleh huruf qamariyah.

a. Kata sandang diikuti huruf syamsiyah

Kata sandang yang diikuti oleh huruf syamsiah ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu huruf /l/ diganti dengan huruf yang sama dengan huruf yang langsung mengikuti kata sandang itu.

b. Kata sandang diikuti huruf qamariyah

Kata sandang yang diikuti huruf qamariyah ditransliterasikan sesuai dengan aturan yang digariskan di depan dan sesuai pula dengan bunyinya. Baik diikuti oleh huruf syamsiah maupun huruf qamariyah, kata sandang ditulis terpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan kata sandang.

Contoh:

الرَّجُلُ - ar-rajulu

7. Hamzah

Dinyatakan di depan bahwa hamzah ditransliterasikan dengan apostrof, namun itu hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan di akhir kata. Jika hamzah itu terletak di awal kata, maka hamzah itu tidak dilambangkan, karena dalam tulisan Arab berupa alif.

Contoh:

شَيْءٌ - syai'un

8. Penulisan kata

Pada dasarnya, setiap kata, baik fi'il, isim, maupun harf, ditulis terpisah, hanya kata-kata tertentu yang penulisannya dengan huruf Arab sudah lazimnya dirangkaikan dengan

kata lain karena ada huruf atau harakat yang dihilangkan. Maka dalam transliterasi ini penulisan kata tersebut dirangkaikan juga dengan kata lain yang mengikutinya.

Contoh:

فَأَوْفُوا الْكَيْلَ وَالْمِيزَانَ - Fa aufu al-kaila wa al-mīzāna

9. Huruf kapital

Meskipun dalam sistem tulisan Arab huruf kapital tidak dikenal, dalam transliterasi ini huruf tersebut digunakan juga. Penggunaan huruf kapital seperti apa yang berlaku dalam EYD, diantaranya: huruf kapital digunakan untuk menuliskan huruf awal nama diri dan permulaan kalimat. Bila nama diri itu didahului oleh kata sandang, maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersendiri, bukan huruf awal kata sandangnya.

Contoh:

وَمَا مُحَمَّدٌ إِلَّا رَسُولٌ - Wa mā Muhammadun illā rasūl

Penggunaan huruf kapital untuk Allah hanya berlaku bila dalam tulisan Arabnya memang lengkap demikian dan kalau penulisan itu disatukan dengan kata lain, sehingga ada huruf atau harakat yang dihilangkan, huruf kapital tidak dipergunakan.

Contoh:

بِاللَّهِ الْأَمْرُ جَمِيعًا - Lillāhi al-amru jamī'an

10. Tajwid

Bagi mereka yang menginginkan kefasihan dalam bacaan, pedoman transliterasi ini merupakan bagian yang tak terpisahkan dengan ilmu tajwid. Karena itu, peresmian pedoman transliterasi Arab Latin (Versi Internasional) ini perlu disertai dengan pedoman tajwid.

UCAPAN TERIMA KASIH

Bismillahirrahmanirrahim

Segala puji bagi Allah SWT yang selalu memberikan rahmat dan ridho-Nya, yang mengajari kita ilmu dan mengajari manusia atas apa-apa yang tidak diketahui, dengan pemberian akal yang sempurna. Shalawat dan salam semoga tetap terlimpahkan kepada junjungan kita, Nabi besar Muhammad SAW, beserta keluarga dan sahabat-sahabatnya.

Atas selesainya penyusunan skripsi ini, dengan judul: “Konsep Laktasi dalam Al-Qur’an Analisis Terhadap Surat al-Baqarah Ayat 233 al-Ahqaf Ayat 15 dan Luqman Ayat 14 (Menurut Ilmu Kesehatan)”, penulis menyampaikan terimakasih kepada:

1. Rektor UIN Walisongo Semarang, Prof. Dr. Muhibbin, M.Ag.
2. Dekan Fakultas UIN Walisongo Semarang, Dr. H. Mukhsin Jamil, M.Ag.
3. Ketua Jurusan Tafsir Hadis, Bapak Mokh. Sya’roni, M.Ag dan Sekretaris Jurusan, Ibu Hj. Sri Purwaningsih, M.Ag yang telah mengizinkan untuk membahas skripsi ini.
4. Bapak Dr. H. Hasyim Muhammad, M.Ag selaku Dosen pembimbing I dan Bapak Moh. Masrur, M.Ag selaku Dosen pembimbing II yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Bapak/Ibu Pimpinan Perpustakaan Fakultas Ushuluddin UIN Walisongo Semarang beserta stafnya yang telah memberikan ijin dan layanan perpustakaan yang diperlukan dalam menyusun skripsi ini.

6. Para Dosen Pengajar di lingkungan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang, yang telah membekali berbagai pengetahuan sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini.
7. Kedua orang tua penulis Bapak Ngadan dan Ibu Qoidah serta adik tercinta Moh. Mahfuful Fadhoil yang tiada henti-hentinya memberikan dukungan, kasih sayang, baik moril maupun materiil, dan segala motivasinya serta untaian do'a yang tiada hentinya, sehingga penulis mampu menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
8. Teman-teman seperjuangan sekaligus keluarga besar Bidikmisi Community (BMC) 2013, Rekan-rekan Himpunan Mahasiswa Islam (HMI) Walisongo Semarang, Teman-teman seperjuangan kelas Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir E angkatan 2013, dan tak lupa keluarga besar kost AMZU yang telah menjadi keluarga kecil yang penuh dengan banyak cerita. Serta teman-teman KKN ke-67 posko 36. Terimakasih untuk semuanya, wish all the best. And I love u more.
9. dan Berbagai pihak yang secara tidak langsung telah mendukung penulis untuk menyelesaikan skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Pada akhirnya penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini belum mencapai kesempurnaan dalam arti sebenarnya, oleh karenanya kritik dan saran konstruktif amat penulis nantikan. Semoga apa yang tertulis dalam skripsi ini bermanfaat bagi penulis sendiri khususnya dan para pembaca pada umumnya.

Semarang, 22 Desember 2017

Alfiyatur Rohmah

NIM. 134211129

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN DEKLARASI KEASLIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN TRANSLITERASI.....	vi
HALAMAN UCAPAN TERIMA KASIH	xiii
DAFTAR ISI	xv
HALAMAN ABSTRAK	xvii

BAB 1: PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian	7
D. Tinjauan Pustaka	7
E. Metode Penelitian	10
F. Sistematika Penulisan	12

BAB II: TINJAUAN UMUM TENTANG LAKTASI

A. Pengertian Laktasi	14
B. Manfaat Laktasi	20
C. Tata Cara Laktasi	28
D. Masa Pemberian Proses Laktasi dan Penyapihan (<i>Weaning</i>)	33

BAB III: TAFSIR TENTANG AYAT LAKTASI

A. Gambaran Umum Tentang Ayat Laktasi	39
1. QS. Al-Baqarah ayat 233	39
2. QS. Al-Ahqaf ayat 15	43
3. QS. Luqman ayat 14	48

**BAB IV: IMPLIKASI DAN RELEVANSI KONSEP LAKTASI QS. AI-BAQARAH
AYAT 233 AI-AHQAF AYAT 15 DAN LUQMAN AYAT 14 MENURUT
ILMU KESEHATAN**

- A. Manfaat Laktasi bagi Perkembangan Anak..... 54
- B. Tata Cara Laktasi yang Baik dan Benar bagi Anak58
- C. Masa (waktu) Pemberian Laktasi60

BAB V: PENUTUP

- A. Kesimpulan80
- B. Saran81

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

ABSTRAK

Islam telah mengajarkan kepada setiap orang tua untuk memenuhi kebutuhan nutrisi bayinya dengan memberikan ASI (Air Susu Ibu) atau dalam ilmu kesehatan

disebut dengan istilah laktasi selama dua tahun penuh yakni sesuai dengan perintah dalam QS. Al-baqarah ayat 233 dan Luqman ayat 14, yang mana disebutkan bahwasannya masa penyusuan sempurna adalah dua tahun dan tuliskan pula tiga puluh bulan beserta masa kandungannya dalam QS. Al-Ahqaf ayat 15

Penulisan skripsi ini bertujuan untuk mengetahui apa manfaat laktasi bagi perkembangan anak, bagaimana tata cara laktasi yang baik dan benar, dan berapa lama masa laktasi yang sesuai dengan tuntunan al-Qur'an maupun dalam bidang kesehatan. Adapun jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan tafsir 'ilmiy. Yaitu memahami al-Qur'an melalui pendekatan sains modern khususnya dalam bidang kesehatan. Sumber data diperoleh dari sumber data primer dan sumber data sekunder. Data penelitian yang terkumpul kemudian dianalisis dengan pendekatan ilmu kesehatan.

Dari penelitian yang dilakukan diperoleh hasil bahwa; *pertama*, ASI merupakan minuman dan makanan terbaik secara alamiah maupun medis. Komponen seimbang dalam ASI sangat bermanfaat bagi kebutuhan anak, sehingga tidak mungkin bayi akan terinfeksi usus jika hanya mengonsumsi ASI. Karena ASI sangat mudah dicerna oleh bayi dan mengandung semua zat gizi berkualitas tinggi yang berguna untuk pertumbuhan dan perkembangan kecerdasan anak. *Kedua*, tata cara laktasi yang benar diantaranya diawali dari segi sikap, posisi, perlekatan bayi, dan gizi ibu. Selain itu, manajemen laktasi yang benar meliputi Posisi dan Pelekatan serta teknik pemerah baik itu perah menggunakan tangan maupun menggunakan alat perah hal ini sebagai cara lain bagi ibu yang sibuk yang nantinya dapat disimpan sebagai cadangan makanan bagi bayi. *Ketiga*, Masa laktasi telah dijelaskan dalam al-Qur'an sebagaimana berdasarkan urutan turunnya Alquran yaitu: Q.S. Luqman [31]: 14, Q.S. Al- Ahqāf [46]: 15 dan Q.S. Al-Baqarah [2]: 233. QS. Luqman menjelaskan bahwa masa pemberian laktasi adalah selama dua tahun, sedangkan Q.S. al-Ahqāf menjelaskan bahwa masa hamil dan menyusui adalah tiga puluh bulan, yang mana masa hamil dikurangi dengan masa menyusui, yaitu jika masa hamil enam bulan maka masa menyusui dua puluh empat bulan. Kemudian pada Q.S. Al-Baqarah menjadi penutup dalil sekaligus penegas masa laktasi yang paling sempurna yakni dua tahun. Jadi sebaiknya masa laktasi adalah dua tahun karena merupakan masa yang paling cocok untuk pertumbuhan bayi dalam memperkuat tulang. Jika ayah dan ibu ingin mempercepat masa penyapihan maka harus ada musyawarah dan kerelaan dari orang tua bayi karena hanya mereka berdua yang saling memahami keadaan anaknya. Tidak pernah ada waktu yang pasti kapan sebaiknya anak disapih dari ibunya. Dalam ilmu kesehatan, masa pemberian ASI diberikan secara eksklusif 6 bulan pertama, kemudian dianjurkan tetap diberikan setelah 6 bulan berdampingan dengan makanan tambahan hingga umur 2 tahun, karena ASI masih memiliki zat-zat gizi yang berguna untuk tumbuh kembang bayi seperti lemak, protein, mineral dan vitamin.

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dikaruniai seorang buah hati memang menjadi moment yang sangat ditunggu - tunggu dan membahagiakan bagi seluruh anggota keluarga, khususnya untuk seorang ibu. Sang ibu akan memberikan hal yang terbaik untuk buah hatinya. Dua tahun pertama bagi bayi merupakan masa yang sangat rentan, karena di masa ini akan menentukan masa depannya. Asupan gizi yang baik di usia emas, maka jabang bayi akan tumbuh menjadi anak yang sehat, akan tetapi bila hal sebaliknya yang terjadi, jika bayi tidak memperoleh asupan gizi yang baik, maka bukan hal yang mustahil bila sang anak akan mengalami gangguan dalam pertumbuhannya baik secara fisik maupun psikologinya. Oleh karena itu untuk semua orang tua, khususnya para ibu menjadi sangat krusial untuk bisa mencukupi pemenuhan gizi yang baik dan seimbang di masa emas sang buah hati. Dalam hal ini, ASI (Air susu Ibu) merupakan sumber utama yang diperlukan oleh buah hati di awal kehidupannya di dunia ini.¹

Selain itu salah satu hak seorang anak setelah kelahirannya adalah hak untuk mendapatkan penyusuan dari ibunya yang berguna untuk tumbuh kembang anak. Pertumbuhan dan perkembangan bayi, banyak dipengaruhi oleh nutrisi yang diberikan kepada anak yang berupa ASI. Adapun istilah yang sering digunakan dalam bidang kesehatan adalah laktasi.

Laktasi adalah keseluruhan proses menyusui mulai dari ASI di produksi sampai proses bayi menghisap dan menelan ASI. Menyusui dikatakan terbaik untuk bayi karena ASI mudah dicerna dan memberikan gizi dalam jumlah yang cukup untuk kebutuhan bayi. Komponen yang terkandung di dalam ASI sebagai sumber nutrisi untuk pertumbuhan dan perlindungan pertama terhadap infeksi. Kebutuhan akan nutrisi yang sesuai bagi bayi tersebut, ternyata sangat diperhatikan Islam.

¹ Samir Abdul Halim, *Ensiklopedia Sains Islami: Biologi 1*. (Jakarta: Kamil Pustaka, Februari 2015), hal.

Al-Qur'an menyebut dirinya sebagai *hudān lī al-nas* petunjuk bagi segenap umat manusia. Akan tetapi petunjuk al-Qur'an tersebut tidak akan dapat dipahami maknanya bila tanpa adanya penafsiran. Pada intinya, tafsir adalah usaha manusia untuk menjelaskan hal-hal yang dikandung dalam ayat-ayat al-Qur'an sehingga dengan mudah dapat dimengerti, mengeluarkan hukum yang terkandung di dalamnya untuk diterapkan dalam kehidupan sebagai suatu ketentuan hukum.

Dewasa ini banyak orang-orang, khususnya wanita yang tidak memperdulikan masalah menyusui anak dan masalah-malalah lain yang berkaitan dengan para ibu terlebih dari kalangan hartawan yang enggan menyusui anak-anak mereka menggunakan ASI diantara alasannya adalah karena faktor kesibukan, gengsi, takut terjadi perubahan bentuk tubuh dan merasa kesakitan jika menyusui atau sebab lain yang menjadi kesepakatan antara kedua orang tua bayi yang disusui. Alasan-alasan tersebut dapat diterima dapat pula tidak. Para ibu cenderung semaunya sendiri dalam masalah penyusuan, dan tidak menghiraukan mengenai perintah ar-radha'ah yang ada di dalam al-Qur'an.

Islam telah mengajarkan kepada setiap ibu untuk memenuhi kebutuhan nutrisi bayinya dengan memberikan ASI (Air Susu Ibu) kepada anak-anaknya selama dua tahun penuh yakni sesuai dengan QS. Al-Baqarah: 233

﴿وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُتِمَّ الرَّضَاعَةَ وَعَلَى الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ لَا تُكَلَّفُ نَفْسٌ إِلَّا وُسْعَهَا لَا تُضَارَّ وَالِدَةٌ بِوَلَدِهَا 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 ۚ ۲۳۳﴾

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 (sebelum dua tahun) 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(QS. Al-Baqarah:233).*²

Lebih tegas lagi, Quraish Shihab dalam *Tafsir al-Misbah* menyatakan bahwa menyusui merupakan hak anak dan kewajiban bagi ibu.³ Isyarat al-Qur'an itu harus diakui telah memberikan inspirasi pada kalangan profesi kedokteran dan berbagai lembaga kesehatan seperti WHO (World Health Organization) yang menganjurkan kepada para ibu untuk menyusui secara eksklusif sampai bayi berumur enam bulan dan menganjurkan pemberian ASI sampai anak berusia dua tahun. Disamping itu, aktifitas menyusui membawa manfaat bagi ibu dan bayi dalam berbagai aspek. Intinya, menyusui merupakan hal penting dalam membangun situasi psikologi yang tenang dan penuh kasih sayang antara ibu dan anak hingga anak itu tumbuh dengan sehat, baik fisik, psikis maupun mentalnya.

Dr. E. Oswari, DPH, merinci kelebihan ASI antara lain: mengandung zat penangkis beberapa penyakit seperti campak, bebas hama, langsung diminum secara mentah dan segar, mengandung zat laktoferin yang mengikat unsur besi, sehingga selama di usus tidak ada zat besi yang hilang.⁴

Dewasa ini terdapat kecenderungan penurunan penggunaan ASI yang penting untuk bayi. Seiring perkembangan zaman yang menuntut segalanya serba praktis menjadikan susu formula banyak dilirik oleh para ibu, terutama mereka yang bekerja. Penggunaan susu formula sebagai pengganti ASI mulai merebak. Kini, dengan peralatan dan teknologi yang canggih, para produsen susu formula bersaing dalam merebut hati mereka dengan mengeluarkan produk susu formula.⁵

Hasil penelitian Dr. Abdul Muhsin Shalih tentang ASI eksklusif juga mendapati, bahwa ASI memiliki peran yang sangat besar dalam pembentukan tubuh, nalar, dan perilaku anak, karena anak sangat dipengaruhi oleh ASI yang ia terima pada masa-masa awal kehidupannya hingga menginjak fase pembentukan dan pertumbuhannya. Sejumlah riset ilmiah membuktikan urgensi penyusuan alami dalam melindungi bayi dari gangguan

² Departemen Agama RI: *Al-Qur'an Tajwid dan Terjemah*. (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2012), hal.

³ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*, Vol. 1 (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hal. 609

⁴ E.Oswari, *Perawatan Ibu Hamil dan Bayi*, (Jakarta: Pusaka Sinar Harapan, 1990), hal. 98-99

⁵ Nur Khasanah, *ASI atau Susu Formula Ya?* (Jakarta: Flashbook, 2011), hal. 203

tekanan darah, mengingat kesesuaian komposisi ASI dengan kebutuhan bayi dan rendahnya kadar garam sodium dalam ASI dibanding susu formula (buatan pabrik). Gejala gangguan tekanan darah pada anak muncul dalam bentuk pusing-pusing dan muntah-muntah secara terus menerus.⁶

Secara tidak langsung salah satu ketentuan hukum yang telah dijelaskan dalam al-Quran adalah persoalan laktasi atau *radâ'ah* (menyusui bayi). Kata *radâ'ah* dalam al-Qur'an dipergunakan untuk dua pengertian, yaitu *pertama*, sebagai sebab diharamkannya pernikahan akibat saudara sepersusuan (QS. An-Nisa':23), dan *kedua*, sebagai aktifitas menyusui bagi ibu terhadap bayinya, di mana ASI menjadi makanan utama bagi bayi terutama enam bulan pertama dari kelahirannya, dan sangat dianjurkan diberikan hingga bayi itu berusia dua tahun (QS. Al-Baqaaah: 233).

Ayat ini ternyata relevan dengan ayat-ayat lainnya. Berdasarkan *munasabah* ayat diketahui bahwa ketika Allah menyebutkan sejumlah hukum yang terkait dengan nikah, talak, iddah, dan rujuk juga disebutkan tentang hukum penyusuan dalam ayat tersebut. Ibu yang diceraikan suami dianjurkan untuk menyempurnakan penyusuan bayinya hingga dua tahun karena dikhawatirkan ibu yang berpisah dengan suami akibat talak aka menyia-nyaiakan anaknya sebagai wujud pembalasan dendam terhadap suami. Hal ini berkaitan erat dengan firman Allah dalam QS. Al-Talaq [65]: 6.

أَسْكِنُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ سَكَنْتُمْ مِنْ وُجْدِكُمْ وَلَا تُضَارُّوهُنَّ لِضَيِّقُوْنَ عَلَيْهِنَّ وَإِنْ كُنَّ أُولَاتٍ حَمْلًا فَأَنْفِقُوا عَلَيْهِنَّ حَتَّىٰ يَضَعْنَ حَمْلَهُنَّ فَإِنْ أَرْضَعْنَ لَكُمْ فَآتُوهُنَّ أَجْرَهُنَّ وَأْتَمِرُوا بَيْنَكُمْ بِمَعْرُوفٍ وَإِنْ تَعَاَسَرْتُم فَاسْتَزِيعْ لَهُ الْآخَرَ ۖ

Tempatkanlah mereka (para isteri) di mana kamu bertempat tinggal menurut kemampuanmu dan janganlah kamu menyusahkan mereka untuk menyempitkan (hati) mereka. dan jika mereka (isteri-isteri yang sudah ditalaq) itu sedang hamil, Maka berikanlah kepada mereka nafkahnya hingga mereka bersalin, 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

⁶ Samir Abdul Halim, *Ensiklopedia Sains Islami: Biologi 1*. (Jakarta: Kamil Pustaka, Februari 2015), hal.

*menemui kesulitan Maka perempuan lain boleh menyusukan (anak itu) untuknya(QS. Al-Talaq:6).*⁷

Berdasarkan ayat tersebut, seorang ibu yang tidak dapat menyusui akibat perceraian bisa menggantikan penyusuan dengan air susu dari wanita lain. Penggantian cara penyusuan ini juga disetarakan jika ibu kandung mengalami gangguan pada kelenjar susunya sehingga tidak bisa menghasilkan susu. Sementara itu, mayoritas pakar hukum Islam (*fuqahā'*) berpendapat bahwa persoalan menyusui merupakan anjuran, tetapi bisa berubah menjadi wajib jika anak tidak dapat menerima susu selain susu dari puting ibunya.

Selain itu, aktifitas menyusui merupakan rangkaian dari kehamilan, persalinan, dan perawatan bayi, keempat aktifitas ini telah ditetapkan oleh Allah kepada setiap kaum wanita sebagai kodrat sekaligus amanah. Semua anugerah tersebut, diakui oleh al-Qur'an sebagai kondisi yang sangat memayahkan dan memberatkan ibu namun mulia di sisi Allah. Karenanya, anak-anak wajib bersyukur, hormat dan berbakti kepada orang tuanya. Agar mereka dapat mengingat kebaikan, jasa dan perjuangan orang tuanya. Sebagaimana firman Allah dalam QS. Luqman: 14.

وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهَنَا عَلَى وَهْنٍ وَفِصْلُ فِي عَامَتَيْنِ أَنْ أَشْكُرَ لِي وَلِوَالِدَيْكَ إِلَيَّ
الْمَصِيرُ

*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.⁸ bersyukurlah kepadaku dan kepada dua orang ibu bapakmu, hanya kepada-Kulah kembalimu(Qs/ Luqman:14).*⁹

Selain QS. al-Baqarah [2]: 233, dan QS. Luqman [31]: 14, QS. Al-Ahqaf [46]: 15 juga menyebutkan secara tersurat perintah untuk menyusui.

⁷ Departemen Agama RI: *Al-Qur'an Tajwid dan Terjemah*. (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2012), hal.

⁸ Maksudnya: Selambat-lambat waktu menyapih ialah setelah anak berumur dua tahun.

⁹ Departemen Agama RI: *Al-Qur'an Tajwid dan Terjemah*. (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2012), hal.

وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ إِحْسَانًا حَمَلَتْهُ أُمُّهُ كُرْهًا وَوَضَعَتْهُ كُرْهًا وَحَمَلُهُ وَفِصْلُهُ ثَلَاثُونَ شَهْرًا حَتَّىٰ إِذَا بَلَغَ
 أَشُدَّهُ وَبَلَغَ أَرْبَعِينَ سَنَةً قَالَ رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَىٰ وُلْدِي وَأَنْ أَعْمَلَ
 صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأَصْلِحْ لِي فِي ذُرِّيَّتِي إِنِّي تُبْتُ إِلَيْكَ وَإِنِّي مِنَ الْمُسْلِمِينَ ١٥

Kami perintahkan kepada manusia supaya berbuat baik kepada dua orang ibu bapaknya, ibunya mengandungnya dengan susah payah, dan melahirkannya dengan susah payah (pula). mengandungnya sampai menyapihnya adalah tiga puluh bulan, sehingga apabila Dia telah dewasa dan umurnya sampai empat puluh tahun ia berdoa: "Ya Tuhanku, tunjukilah aku untuk mensyukuri nikmat Engkau yang telah Engkau berikan kepadaku dan kepada ibu bapakku dan supaya aku dapat berbuat amal yang saleh yang Engkau ridhai; berilah kebaikan kepadaku dengan (memberi kebaikan) kepada anak cucuku. Sesungguhnya aku bertaubat kepada Engkau dan Sesungguhnya aku Termasuk orang-orang yang berserah diri"(QS. Al-Ahqaf:15).¹⁰

Dari ayat di atas menyatakan bahwa masa kehamilan dan penyusuan adalah tiga puluh bulan. Ini berarti, jika janin dikandung selama sembilan bulan, penyusuannya selama dua puluh satu bulan, sedangkan jika dikandung hanya enam bulan, ketika itu masa penyusuannya adalah dua puluh empat bulan.¹¹ Lebih lanjut, Ibnu Abbas menegaskan berdasarkan dalil di atas bahwasannya, masa dua tahun untuk menyusui hanya diperuntukkan bagi bayi yang lahir prematur, seperti enam bulan masa kandungan. Sementara jika lahir dalam usia lebih dari enam bulan jangka waktu untuk menyusui otomatis berkurang dari dua tahun.

Melihat banyaknya perintah menyusui dalam al-Qur'an serta telah memberikan inspirasi yang sejalan pada kalangan profesi kedokteran dan berbagai lembaga kesehatan yang telah meneliti beberapa manfaat ASI dalam berbagai aspek. Maka, penulis tertarik untuk mengambil judul **"Konsep Laktasi dalam Al-Qur'an (Penafsiran Surat Al-Baqarah Ayat 233 Al-Ahqaf Ayat 15 dan Luqman Ayat 14 dalam Perspektif Ilmu Kesehatan)"**

B. Rumusan Masalah

Untuk memudahkan penulis dalam menyusun pembahasan skripsi ini, maka yang menjadi pokok permasalahan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

¹⁰ Departemen Agama RI: *Al-Qur'an Tajwid dan Terjemah*. (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2012), hal. 504

¹¹ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*, Vol. 1 (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hal. 610

1. Apa manfaat laktasi bagi perkembangan anak dalam Al-Qur'an dan ilmu kesehatan?
2. Bagaimana tata cara laktasi yang baik dan benar dalam Al-Qur'an dan ilmu kesehatan?
3. Berapa lama masa laktasi dalam Al-Qur'an dan ilmu kesehatan?

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui konsep laktasi dalam QS. Al-Baqarah ayat 233 al-Ahqaf ayat 15 dan Luqman ayat 14 menurut ilmu tafsir dan ilmu kesehatan.

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Manfaat teoritis

Dengan adanya kajian ini, dapat menambah keilmuan khususnya dalam bidang tafsir. Penelitian ini juga diharapkan, semoga dapat dijadikan rujukan sebagai literatur dan motivasi untuk mengkaji masalah tersebut lebih lanjut.

Selain itu diharapkan pula dapat dijadikan informasi mengenai apa manfaat laktasi, bagaimana tata cara yang baik dalam melangsungkan proses laktasi, serta berapa lama efektifitas masa menyusui yang sesuai dengan firman Allah dan ilmu kesehatan.

2. Manfaat praktis

Implementasi penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih sebagai solusi terhadap problematika masyarakat yang kurang memperhatikan pemberian laktasi serta tidak menghiraukan lagi pemberian laktasi sebagai kebutuhan pokok bagi bayi, sehingga diharapkan mampu sebagai pendukung orang tua si bayi agar dapat tetap menjalankan perintah al-Qur'an serta sesuai dengan ilmu kesehatan.

D. Tinjauan Pustaka

Dalam penelitian kali ini ada beberapa literatur yang digunakan oleh penulis sebagai tinjauan pustaka diantaranya yaitu hasil karya kepustakaan, penelitian, dan berbagai macam jenis dokumen yang terangkum dalam buku, jurnal, artikel, dan karya tulis lain. Data kepustakaan yang penulis gunakan mencakup lintas keilmuan yaitu diluar

ilmu tafsir dan hadits, hal ini menyangkut judul skripsi yang diambil yaitu telaah ilmu al-Qur'an dan ilmu kesehatan.

Adapun penelitian-penelitian sebelumnya yang mendukung skripsi ini diantaranya adalah:

Buku karya Abdul Hakim Al-Sayyid Abdullah yang berjudul: "Keutamaan Air Susu Ibu" dan buku karya Dr. Ali Qaimi yang berjudul: "Peran Ibu dalam Mendidik Anak, kedua buku ini hanya mengupas sekilas tentang pentingnya ASI bagi pertumbuhan psikis anak. Dari buku-buku tersebut, yang penulis amati, ternyata semuanya belum ada yang membahas secara detail tentang persoalan masa pemberian laktasi pada bayi apakah yang dimaksud dengan anjuran pemberian laktasi itu harus dua tahun penuh ataukah hanya diperuntukkan bagi bayi yang dilahirkan dalam kondisi premature. Terlebih jika ditinjau dari tafsir al-Qur'an dan sisi ilmu kesehatan.

Thesis Siti Khaeriyah yang berjudul: Konsep Radhaa'ah dalam Al-Qur'an dan Implikasinya Terhadap Kecerdasan Emosi Anak Didik (Analisis QS. Al-Baqarah 233). Dalam thesis ini dijelaskan bahwasannya *Radhaa'ah* yang dilakukan selama dua tahun sangat berimplikasi terhadap kecerdasan emosi anak didik. Namun, tidak dijelaskan mengenai ayat al-Quran yang lainnya. Dengan kata lain, dalam penelitian tersebut baru membahas mengenai perintah dalam al-Quran berdasarkan satu ayat.

Thesis Arifin Siregar yang berjudul: Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pemberian ASI oleh Ibu Melahirkan. Dalam thesis ini dijelaskan bahwa menyusui adalah realisasi dari tugas yang wajar dan mulia bagi seorang ibu. Namun dalam thesis ini tidak dijelaskan mengenai masa konsep laktasi yang dianjurkan oleh ilmu tafsir dan sesuai dengan ilmu kesehatan.

Skripsi Maslikah yang berjudul : Analisis Al-Qur'an Surat Al-Baqarah ayat 233 Tentang Pemberian ASI 2 Tahun dan Implikasinya Terhadap Pembentukan Kepribadian Anak. Dalam skripsi ini hanya menjelaskan mengenai bagaimana implikasi pemberian ASI selama 2 tahun yang berdasarkan satu ayat, yakni QS. Al-Baqarah ayat 233 terhadap pembentukan kepribadian anak. Namun, tidak dijelaskan dalam skripsi ini mengapa

alasan disebutkannya waktu dua tahun sebagai waktu yang relevan untuk menyusui dan apakah dapat diterapkan bagi setiap bayi.

Skripsi Winda wijayati yang berjudul: Hubungan antara Pemberi ASI Eksklusif dengan Angka Kejadian Diare pada Bayi Umur 0-6 Tahun di Puskesmas Gilingan Kecamatan Banjarsari Surakarta. Dalam skripsi ini dijelaskan mengenai hubungan signifikan antara pemberian ASI eksklusif dan kejadian diare pada bayi. Namun, dalam skripsi ini tidak dijelaskannya waktu pemberian laktasi yang relevan bagi bayi jika ditinjau dari sisi perintah firman Allah. Dalam artian skripsi ini hanya menjelaskan dari sisi hubungan pemberian ASI saat bayi masih usia dibawah dua tahun.

Skripsi karya Indah Rahmatiningrum yang berjudul: Menyusui Bayi dalam al-Qur'an (kajian Psikolog) yang memaparkan tentang konsep-konsep menyusui dalam al-Qur'an serta bagaimana perkembangan bayi bila ditelaah dari konsepsi penyusuan bayi dalam Islam namun ditinjau dari sisi Psikolog.

Karya tulis ilmiah dari Yophi tholeson, Tri anjarsari, Siti hanifah, mahasiswa Akper Pemkab Ponorogo tahun 2014 yang ketiganya hampir sama membahas mengenai cara efektif ibu untuk menyusui dan memberikan ASI, sedangkan karya tulis dari Yulia W.M (2015) dan Novi Prasiska (2012) yang keduanya hampir sama membahas mengenai pengetahuan dan pemberian nutrisi ibu menyusui. Namun dalam karya tulis ilmiah tersebut hanya ditinjau dari sisi kesehatannya saja dan belum sampai membahasnya dari sisi ilmu tafsir ataupun dari tinjauan agama.

Artikel karya Adi Nugraha dkk yang berjudul : perlunya asupan ASI bagi balita. Dalam artikel ini dipaparkan mengenai pentingnya asupan ASI yang cukup bagi balita guna meningkatkan kecerdasan serta kekebalan tubuh balita.

Penelitian ini akan mengkaji tentang bagaimana konsep Laktasi dalam Al-Qur'an Analisis terhadap QS. Al-baqarah ayat 233 QS. Al-ahqaf ayat 15 dan Luqman ayat 14 yang akan ditinjau dari sisi ilmu kesehatan, sehingga kajian ini diharapkan bisa memberikan wacana pengetahuan serta manfaat bagi pembaca serta masyarakat luas.

E. Metode Penelitian

Metode penelitian yaitu seperangkat pengetahuan tentang langkah-langkah yang sistematis dan logis tentang pencarian data yang berkenaan dengan masalah tertentu yang diolah, dianalisis, diambil kesimpulan dan selanjutnya dicarikan cara pemecahannya.¹²

Metode yang digunakan dalam penulisan skripsi ini adalah sebagai berikut :

1. Pendekatan Penelitian

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan tafsir ‘ilmiy. Penelitian kualitatif adalah prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati. Sementara itu Kirk dan Miller dalam bukunya Margono mendefinisikan bahwa penelitian kualitatif adalah tradisi tertentu dalam ilmu pengetahuan sosial yang secara fundamental bergantung pada pengamatan terhadap manusia dalam kawasannya sendiri dan berhubungan dengan orang-orang tersebut dalam bahasanya dan dalam peristiwanya.¹³

Tafsir ‘ilmiy yaitu suatu pendekatan untuk memahami al-Qur’an melalui sains modern. Pada hakikatnya, al-Qur’an adalah kitab hidayah, kitab keagamaan, dan kitab petunjuk bagi manusia. Al-Qur’an bukan ensiklopedi ilmu pengetahuan dan tidak pula memberikan pembenaran terhadap upaya mencocok-cocokkan al-Qur’an dengan teori-teori ilmu pengetahuan yang sifatnya berubah-ubah. Disisi lain, kita tidak dapat menolak bahwa dalam al-Qur’an juga mengandung rujukan-rujukan pada sebagian fenomena alam, atau yang dalam terminologi ulum al-Qur’an sebagai *al-āyat al-kauniyah*. Yang demikian bukan dimaksudkan sebagai bentuk mengerjakan ilmu pengetahuan modern (sains), tapi lebih dipahami sebagai bantuan dalam menarik perhatian orang kepada keagungan dan kebesaran Allah dan dengan begitu membawanya dekat dengan kepada-Nya.¹⁴

¹² Wardi Bachtiar, *Metodologi Ilmu Dakwah*, (Jakarta: Logos, 2001), hal. 1

¹³ S. Margono, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), cet. VIII, hal. 36

¹⁴ Mohammad Nor Ichwan, *Tafsir ‘Ilmiy Memahami al-Qur’an Melalui Pendekatan Sains Modern*, (Yogyakarta: Menara Kudus, 2004), hal. 72

2. Sumber Data

Winarno Surahmad mengklasifikasikan sumber data menurut sifatnya (ditinjau dari tujuan penelitian), yang terpilah ke dalam dua golongan yakni sumber data primer dan sumber data sekunder.¹⁵

a. Sumber data primer

Sumber data primer adalah data autentik atau data yang berasal dari sumber pertama. Dalam penelitian ini, sumber primer yang dimaksud adalah al-Qur'an al-karim, tafsir al-Qur'an surat al-Baqarah ayat 233 surat al-Ahqaf ayat 15 dan Luqman ayat 14.

b. Sumber data sekunder

Sumber data sekunder adalah sumber-sumber yang diambil dari sumber lain yang diperoleh dari sumber primer.¹⁶ Data sekunder ini berfungsi sebagai pelengkap dari data primer, data ini berisi tentang tulisan-tulisan yang berhubungan dengan materi yang akan dikaji. Dalam skripsi ini sumber sekunder yang dimaksud adalah buku-buku penunjang selain dari sumber primer yaitu buku-buku kesehatan, kamus, serta beberapa buku penunjang yang berkaitan, dan lain sebagainya.

3. Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data adalah suatu cara yang dipakai untuk mengumpulkan informasi atau fakta-fakta yang terdapat di lapangan dan metode ini merupakan langkah yang paling strategis dalam melakukan suatu penelitian, karena tujuan utama dalam sebuah penelitian adalah mendapatkan data.¹⁷

Pada penelitian kali ini metode pengumpulan data menggunakan studi dokumentasi. Cara pengumpulan data dengan metode ini adalah dengan cara mengumpulkan peninggalan tertulis, yaitu berupa arsip-arsip yang termasuk didalamnya buku-buku tentang pendapat, teori, dalil/ hukum-hukum dan lain-lain

¹⁵ Winarno Surahmad, *Pengantar Penelitian Ilmiah Dasar, Metode, dan Tehnik*, (Bandung: Tarsito, 2004), edisi vii, hal. 134

¹⁶ Saifuddin Azwar, *Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta: Pelajar Offset, 1998), hal. 91

¹⁷ Andi Prastowo, *Metode Penelitian Kualitatif Dalam Perspektif Rancangan Penelitian*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2016), hal. 208

yang berhubungan dengan masalah yang diteliti.¹⁸ Metode studi dokumentasi dalam penelitian ini merujuk pada dokumentasi utama yaitu al-Qur'an, dan penguraian ayat-ayat al-Qur'an yang dipilah dan disesuaikan pada term-term pokok penelitian yang dibahas, yaitu tentang laktasi dengan mengacu pada sumber data-data primer dan dengan menelaah penafsiran ayat-ayat yang disesuaikan pada pokok pembahasan.

4. Metode Analisis Data

Untuk menganalisa data dalam penulisan skripsi ini, penulis menggunakan metode deskriptif, yaitu berusaha mendeskripsikan dan mengintrepreasikan apa yang ada, pendapat yang sedang tumbuh, proses yang sedang berlangsung akibat efek yang terjadi atau kecenderungan yang tengah berkembang.¹⁹

Dalam proses penulisan ini, penulis menggunakan beberapa tahap. Pertama, memahami konsep laktasi secara umum serta mengetahui dalil-dalil sebagai landasan teori atau dasar konsep laktasi yang terdapat dalam al-Qur'an dan hadits. Maka dalam hal ini peneliti menghimpun data-data dari literature yang memuat tentang materi laktasi khususnya yang terdapat dalam al-Qur'an dan hadits, pendapat ulama', dan lain sebagainya. Kedua, mengkaji konsep laktasi menurut ilmu tafsir dan ilmu kesehatan. Maka penulis menghimpun data-data dan literature berdasarkan kedua sisi keilmuan tersebut. Ketiga, menganalisis dengan seksama konsep laktasi berdasarkan perspektif kedua ilmu, sehingga dapat ditemukan hasil dari kedua sudut pandang ilmu tersebut yaitu bagaimana konsep laktasi dalam ilmu tafsir yang kemudian ditinjau pula dalam sisi ilmu kesehatan. Keempat, sebagai proses terakhir yakni adalah menyimpulkan apa yang telah diteliti oleh penulis dalam penelitian ini.

F. Sistematika Penulisan

Untuk memahami skripsi ini dan mendapatkan gambaran secara umum, maka perlu dikemukakan sistematika penulisan yang berisi tentang ikhtisar dari bab per bab

¹⁸ Prof. Dr. Hadari Nawawi, *Metode Penelitian Bidang Sosial*, (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2015), hal. 141

¹⁹ John W. Best, *Research in Education*, Penyunting dan Alih Bahasa, Sanapiah Faisal dan Drs. Mulyadi Guntur Waseso, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, (Surabaya: Usaha Nasional), hal. 119

secara keseluruhan. Selanjutnya bab per bab secara garis besar dapat dilihat sebagai berikut:

Bab I menjelaskan latar belakang mengapa memilih judul konsep Laktasi dalam al-Qur'an (penafsiran surat al Baqarah ayat 233 al Ahqaf ayat 15 dan Luqman ayat 14 dalam perspektif ilmu kesehatan). Dalam skripsi ini penulis tertarik mengangkat judul tersebut, karena Islam telah mengajarkan kepada setiap orang tua untuk memenuhi kebutuhan nutrisi bayinya dengan memberikan ASI (Air Susu Ibu) yang dalam istilah ilmu kesehatan disebut sebagai laktasi. Namun dewasa ini banyak orang tua yang enggan menyusui anak-anak mereka menggunakan ASI diantara alasannya adalah karena faktor kesibukan, gengsi, takut terjadi perubahan bentuk tubuh ataupun alasan yang lainnya. Yang mana dalil tentang perintah tersebut sudah jelas dalam al-Qur'an. Di sini penulis akan meneliti dengan menggunakan ilmu sains modern yakni ilmu kesehatan dengan menggunakan pendekatan tafsir 'ilmiy, apa manfaat laktasi, bagaimana tata cara laktasi, serta berapa lama masa laktasi dalam sudut pandang kedua ilmu tersebut.

Bab II membicarakan landasan teori yang di dalamnya berisi tinjauan umum tentang laktasi yang mencakup gambaran umum tentang laktasi itu sendiri yang mencakup pengertian laktasi, bagaimana manfaat laktasi yang tidak hanya bagi bayi dan ibu, dan tata cara laktasi yang sesuai, serta lamanya waktu pemberian laktasi.

Bab III merupakan penyajian data. Dalam bab ini penulis mengumpulkan data-data al-Qur'an surat al-baqarah ayat 233 al-ahqaf ayat 15 dan luqman ayat 14, yakni tentang gambaran umum surat tersebut, dan bagaimana tafsir ayat tersebut menurut para mufassir, serta bagaimana pandangan mufassir tentang tafsir 'ilmiy itu sendiri.

Bab IV berisi analisis yang mana peneliti menganalisis data-data yang telah terkumpul kemudian mengaitkannya dengan ilmu kesehatan. Dalam bab ini dijelaskan tentang apa manfaat laktasi bagi perkembangan anak, bagaimana tata cara laktasi yang baik dan benar, dan berapa lama masa (waktu) pemberian laktasi menurut sudut pandang dari kedua ilmu tersebut.

Bab V merupakan penutup, yang mencakup kesimpulan dari penelitian yang telah dilakukan sekaligus saran-saran yang mendukung untuk perbaikan skripsi-skripsi yang akan datang.

BAB II

TINJAUAN UMUM TENTANG LAKTASI

A. Pengertian Laktasi

Laktasi adalah suatu proses dimana seorang bayi menerima air susu dari payudara ibu. Laktasi atau yang biasa disebut menyusui mempunyai dua pengertian, yaitu produksi dan pengeluaran ASI. ASI merupakan minuman dianjurkan untuk semua neonatus, termasuk bayi prematur. ASI memiliki manfaat nutrisi, imunologis dan fisiologis dibandingkan dengan susu formula atau susu jenis lainnya.²⁰

Menyusui dikatakan terbaik untuk bayi karena ASI mudah dicerna dan memberikan gizi dalam jumlah yang cukup untuk kebutuhan bayi. Komponen yang terkandung di dalam ASI sebagai sumber nutrisi untuk pertumbuhan dan perlindungan pertama terhadap infeksi. Proses pembentukan air susu merupakan suatu proses yang kompleks melibatkan hipotalamus, dan payudara yang telah dimulai saat fetus sampai pada persalinan.

Dan dikategorikan ASI eksklusif adalah ketika bayi hanya diberi ASI saja tanpa tambahan cairan lain, seperti susu formula, jeruk, madu, air teh, air putih, dan tanpa tambahan makanan padat, seperti pisang, pepaya, bubur susu, biskuit, bubur nasi, dan tim.

Adapun dalam bahasa Arab istilah yang digunakan adalah *radha'ah* yang berarti penyusuan.²¹ Kata *Radha'* dalam bahasa arab berasal dari kata kerja *radā'a-yardi'u-rad'an* yang artinya menetek atau menyusui.²² Secara etimologis, *ar-radā'a'ah* atau *ar-riḍā'ah* adalah sebuah istilah bagi isapan susu, baik isapan susu manusia maupun susu binatang.²³ Abdul Karim Zaidan mendefinisikan *radā'ah* (menyusui) dengan Masuknya air susu manusia (perempuan) ke dalam perut seorang anak dengan syarat-syarat tertentu.²⁴ Dalam pengertian etimologis tidak dipersyaratkan bahwa yang disusui itu (*ar-*

101 ²⁰ Anik Maryunani, *Asuhan Ibu Nifas & Asuhan Ibu Menyusui* (Bogor: Penerbit IN MEDIA, 2015), hal.

²¹ Syaikh kamil Muhammad 'Uwaidah, *Fiqih Wanita*, (Jakarta; Pustaka Al-Kautsar, 1998), Cet.1, hal. 467

²² Kamus Al-Munir Arab-Indonesia, (Surabaya; Kashiko, 2000), Cet.1, hal. 221

²³ Abdurrahman Al-Jaziri, *Kitab Al-Fiqh 'ala Mazhab al-Arba'ah* (Beirut: dar al-Fikr), Juz.IV, hal. 192

²⁴ NN, *Kesehatan dalam perspektif Al-Qur'an*, (Lajnah Pentashihan mushaf Al-Qur'an, t.th), Cet.1, hal.

raḍi') berupa anak kecil (bayi) atau bukan.

Adapun dalam pengertian Terminologis, *ar-raḍā'ah* sebagai berikut:

- a. Menurut as-Suyuthi, *raḍā'ah* adalah istilah (yang menunjuk) pada sampainya susu dari seorang wanita atau benda yang dihasilkan dari susu tersebut ke dalam perut atau otak/sumsum anak.²⁵
- b. Abd ar-Rahman al-Jaziry, *raddā'ah* adalah sampainya susu manusia ke rongga anak yang usianya tidak melewati dua tahun.²⁶
- c. Wahbah az-Zuhaili, secara etimologi *raḍā'ah* adalah menghisap payudara dan meminum susunya, sedangkan secara etimologi adalah sampainya ASI masuk ke dalam lambung atau otak anak.²⁷

Radā'ah menurut jumhur ulama fuqahā adalah “Sampainya (masuknya) air susu manusia (perempuan) ke dalam perut seorang anak (bayi) yang belum berusia dua tahun, 24 bulan.”

Mencermati pengertian ini, ada tiga unsur batasan (syarat) untuk bisa disebut *ar-Raḍā'ah asy-Syar'iyyah* (persusuan yang berlandaskan etika Islam). Yaitu, pertama, adanya air susu manusia (*labanu adamiyyatin*). Kedua, air susu itu masuk ke dalam perut seorang bayi (*wuṣūluhu ila jaufi ṭiflin*). Dan ketiga, bayi tersebut belum berusia dua tahun (*dūna al-haulāini*). Dengan demikian, rukun *ar-Raddā'ah asy-Syar'iyyah* ada tiga unsur: pertama, anak yang menyusu (*ar-raḍi'*); kedua, perempuan yang menyusui (*al-murḍi'ah*); dan ketiga, kadar air susu (*miqdar al-laban*) yang memenuhi batas minimal.²⁸

Suatu kasus bisa disebut *ar-raḍā'ah asy-syar'iyyah*, dan karenanya mengandung konsekuensi-konsekuensi hukum yang harus berlaku, apabila tiga unsur ini bisa ditemukan padanya. Apabila salah satu unsur saja tidak ditemukan, maka *ar-raddā'ah* dalam kasus itu tidak bisa disebut *ar-raḍā'ah asy-syar'iyyah*, yang karenanya konsekuensi-konsekuensi hukum syara' tidak berlaku padanya. Dari ketiga unsur *raḍā'ah*

²⁵ Jalal ad-Din as-Suyuti, *Muntaqa al-Yunbu' fi ma Zada ar-Rada'ah min al-Furu'* (Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyah, t.th.), hal.418

²⁶ Abd ar-Rahman al-Jaziry, *Kitab al-Fiqh 'ala Mazhab al-Arba'ah* (Beirut: Dar Ibn Hazm, 2001), hal. 947

²⁷ Wahbah az-Zuhaili, *Al-Fiqh al-Islam wa Adillatuh* (Beirut: Dar al-Fikr, 1997), juz 10, hal.56

²⁸ Wahbah Zuhaili, *Fiqh Imam Syfi'i: Mengupas Masalah Fiqhiyah Berdasarkan Al-Qur'an dan Hadits*, Juz III, (Jakarta, Al-Mahirah, 2010) cet 1, hal. 27

diatas dapat dijelaskan sebagai berikut :

1. Anak yang Menyusu (*ar-raḍī'*)

Hak seorang anak setelah dilahirkan dari rahim ibunya adalah hak memperoleh ASI, kemudian hak mendapat perawatan, nafkah yang layak, hak waris dan perwalian.²⁹ Seorang anak yang berhak menyusu adalah bayi yang berusia dua tahun ke bawah karena dalam usia inilah susu ibu sangat mempengaruhi tumbuh kembang anak. Ibnu Kaṣīr berpendapat Jika penyusuan anak setelah dua tahun mungkin dapat membahayakan tubuh atau pikiran anak. Sebagaimana diceritakan dari 'Alamah dikatakan bahwa dia melihat seorang ibu menyusui anaknya setelah dua tahun, maka 'Alamah berkata: "*Kamu jangan menyusui nya*".³⁰ Sebagaimana Firman Allah Swt. pada Q.S. Al-Baqarah/2: 233

وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ

(Para ibu hendaklah menyusukan anak-anaknya selama dua tahun penuh)

Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada akibat hukum susuan terhadap anak setelah umur dua tahun.³¹

2. Perempuan yang menyusui (*al-murḍī'ah*)

Penyusuan oleh ibu sangat dianjurkan dalam islam, baik ibu yang masih menjadi seorang istri maupun yang sudah dicerai. Penyusuan menjadi hak dan tuntutan bagi ibu, akan tetapi persusuan bisa juga dilakukan oleh wanita lain selain ibunya. Seperti yang dijelaskan dalam QS. At-Talaq/65; 6

وَإِنْ تَعَاَسَرْتُمْ فَسْتَضِعْ لَهُ أُخْرَىٰ ٦

{dan jika kamu menemui kesulitan Maka perempuan lain boleh menyusukan (anak itu) untuknya}.

²⁹ Mustafah Ahmad Zarqa, *Al-Fiqh al-Islam fi Šaubih al-Jadīd* (Beirut: Dār al-Fikr, t.th.), hal. 248

³⁰ 'Amad ad-Din Abi al-Fida'Isma'il bin Kasir ad-Dimasyqi, *Tafsir al-Qur'an al-Azīm* (Kairo: Muassasah Qurtubah, t.th), juz2, hal. 373

³¹ Abī 'Abd Allah Muhammad bin Aḥmad bin Abī Bakr al-Qurṭubī, *Al-Jāmi' Liahkām al- Qur'an wa al-Mubayyan limā jaḍammanahu min as-Sunnah wa Āi al-Furqān* (Beirut: Muassasah al-Risālāh, 1427 H/2006 M), juz 4, hal. 116.

Ayat ini memberikan hukum untuk memberikan upah kepada ibu yang menyusui anak ibu lain.

Adapun perempuan yang menyusui itu disepakati oleh para ulama bisa perempuan yang sudah baligh atau juga belum, sudah menopause atau juga belum, gadis atau sudah menikah, hamil atau tidak hamil. Semua air susu mereka bisa menyebabkan *ar-raḍā'ah asy-syar'iyyah*, yang berimplikasi pada kemahraman bagi anak yang disusui.

Imam asy-Syafi'i menjelaskan apabila wanita yang menyusui seorang bayi maka bayi tersebut seperti anak sendiri secara hukum, dengan adanya tiga syarat, yaitu:

- 1) Bayi benar-benar menyusu pada ibu susuan, air susu hewan tidak termasuk kaitanya dengan pengharaman anak.
- 2) Ibu yang menyusui dalam kondisi hidup. Jika ASI tersebut dipompa ketika ibu itu masih hidup, kemudian setelah ibu itu meninggal diminumkan kepada bayi, menurut para ulama itu menjadi mahram.
- 3) Wanita tersebut masih bisa melahirkan akibat hubungan intim atau lainnya, misalnya ibu susu telah berusia 9 tahun keatas karena putingnya telah dapat mengeluarkan air susu. Jika usia ibu susuan belum berusia 9 tahun maka tidak mengakibatkan pengharaman, namun jika 9 tahun keatas akan menyebabkan pengharaman.

Penyusuan sangat bermanfaat untuk anak. Seorang ibu boleh tidak menyusui anaknya jika dalam keadaan darurat. Dianjurkannya seorang ibu menyusui anaknya karena susu ibu lebih baik bagi bayi dan kasih sayang ibu terhadap anak sangat dalam. Karena penyusuan merupakan hak anak dan juga menjadi hak ibu, jika dikaitkan dengan upah susuan. Maka dari itu seorang ibu tidak boleh dipaksa untuk menyusui anaknya. Para ulama sepakat bahwa menyusui anak itu hukumnya wajib bagi seorang ibu dalam tiga hal, yaitu:

- 1) Anak itu tidak menerima susu selain dari ibu kandungnya.
- 2) Tidak menemukan ibu lain yang bisa menyusui anak tersebut.
- 3) Ayah dari anak tersebut tidak memiliki harta untuk membayar wanita (ibu) lain untuk menyusui anak tersebut.

3. Kadar air susu (*Miqdar al-laban*)

Para ulama fiqih berbeda pendapat mengenai kadar ukuran yang dapat menyebabkan kemahraman, seperti berikut:

a. Satu atau dua kali susuan tidak menyebabkan kemahraman.

Daud az-Zahiri, Abu Šaur, Abu Ubaid dan Ibnu Munzir berpendapat bahwa frekuensi susuan yang mengakibatkan status mahram adalah yang dilakukan sebanyak tiga kali. Alasan ini didasarkan Hadis Nabi saw. yang diriwayatkan oleh Imam Muslim dari Aisyah ra.³²

حَدَّثَنِي زُهَيْرُ ابْنِ حَرْبٍ حَدَّثَنَا إِسْمَاعِيلُ ابْنُ إِبْرَاهِيمَ وَحَدَّثَنَا مُحَمَّدُ ابْنُ عَبْدِ اللَّهِ ابْنِ نُمَيْرٍ حَدَّثَنَا إِسْمَاعِيلُ وَحَدَّثَنَا سُؤَيْدُ ابْنِ سَعِيدٍ حَدَّثَنَا مُعْتَمِرُ ابْنُ سُلَيْمَانَ كِلَاهِمَا، عَنْ أَيُّوبَ عَنْ ابْنِ أَبِي مُلَيْكَةَ عَنْ عَبْدِ اللَّهِ ابْنِ الزُّبَيْرِ. عَنْ عَائِشَةَ، قَالَتْ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ص م: (وَقَالَ سُؤَيْدٌ وَ زُهَيْرٌ: إِنَّا لَنَبِيٍّ ص م قَالَ):
(لَا تُحَرِّمُ الْمَصَّةُ وَالْمَصَّتَانِ)

Imam Muslim juga meriwayatkan dari Ummu al-Faḍl r.a, ia berkata: seorang Arab dusun datang kepada Nabi saw. ketika beliau sedang berada di rumah saya, ia berkata: “Wahai Nabi Allah, saya mempunyai isteri, lalu saya menikah lagi, tetapi kemudian isteri pertama saya mengatakan bahwa dia pernah menyusui isteri saya yang baru itu sekali atau dua kali susuan,” kemudian Rasulullah saw. bersabda:

لَا تُحَرِّمُ الْإِمْلَاجَةُ وَالْإِمْلَاجَتَانِ

“Sekali dan dua kali tidak mengharamkan pernikahan”.

Kadar susuan adalah tiga kali atau lebih, maka susuan yang hanya satu dan dua kali belum memenuhi syarat. Alasan tersebut sesungguhnya didasarkan pada pemahaman (*mafhum*). Sedangkan alasan tersebut bukan sekedar pemahaman, melainkan berdasarkan *mantuq* (yang dituju oleh lafal dalil naqli).

b. Lima kali hisapan

Ibnu Mas’ud, Zubair, asy-Syāfi‘ī, Ahmad bin Hanbal berpendapat bahwa kadar

³²Abu al Husain Muslim bin al-Hajjaj al-Qusyairi an-Naisburī, *Ṣaḥīḥ Muslim*, (Beirut: Dar al Kitāb al ‘Arabī, 1475 H/2004 M), h. 586, 17. Kitāb. Ar-*Raḍā‘ah*, 29. Bāb al-Maṣṣah wa al- Maṣṣtain, No. 3590

susuan yang dapat mengakibatkan terjadinya hukum mahram adalah yang dilakukan lima kali. Alasan ini didasarkan pada Hadis Nabi Saw. dari ‘Aisyah:

حَدَّثَنَا يَحْيَى ابْنُ يَحْيَى، قَالَ : قَرَأْتُ عَلَى مَالِكٍ، عَنْ عَبْدِ اللَّهِ ابْنِ أَبِي بَكْرٍ عَنِ عَمْرَةَ عَنِ عَائِشَةَ أَنَّهَا قَالَتْ : كَانَ فِيهَا أَنْزَلَ مِنَ الْقُرْآنِ : عَشْرُ رَضَعَاتٍ مَعْلُومَاتٍ يُحْرَمْنَ ثُمَّ نُسِخْنَ بِخَمْسٍ مَعْلُومَاتٍ فَنُوفِيَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَهِيَ فِيهَا يَقْرَأُ مِنَ الْقُرْآنِ.
رَوَاهُ مُسْلِمٌ.

Dari Aisyah ra., i berkata: “Terdapat dalam keterangan ayat-ayat al-Qur’an yang diharamkan adalah: “sepuluh susuan yang dikenal.” Kemudian dihapus dengan lima susuan tertentu. Lalu Rasulullah saw, wafat ketika keadaan ayat itu masih dibaca dari al-Qur’an.”³³

Dan juga karena dasar kemahraman yakni yang dapat menumbuhkan daging dan menegakkan tulang tidak dapat terjadi kecuali pada lima kali penyusuan, yang kelimanya merupakan penyusuan-penyusuan sehari penuh.³⁴

c. Penyusuan dalam keadaan lapar

حَدَّثَنَا هَنَادُ بْنُ السَّرِيِّ، حَدَّثَنَا أَبُو الْأَحْوَصِ، عَنْ أَشْعَثِ بْنِ أَبِي الشَّعَثَاءِ عَنْ أَبِيهِ عَنْ مَسْرُوقٍ قَالَ: قَالَتْ عَائِشَةُ: دَخَلَ عَلَيَّ رَسُولُ اللَّهِ ص م وَعِنْدِي رَجُلٌ قَاعِدٌ فَشَدَّدَ ذَلِكَ عَلَيْهِ، وَرَأَيْتُ الْعَضْبَ فِي وَجْهِهِ قَالَتْ فَقُلْتُ : يَا رَسُولَ اللَّهِ ! إِنَّهُ أَخِي مِنَ الرِّضَاعَةِ، قَالَتْ فَقَالَ: انظُرْنَ إِخْوَتَكُنَّ مِنَ الرِّضَاعَةِ، فَإِنَّمَا الرِّضَاعَةُ مِنَ الْمَجَاعَةِ³⁵

Kata al-Majā‘ah yang merupakan tolak ukur dalam susuan yang berpengaruh pada hukum mahram dari aspek kualitas. Kata المجاعة terambil dari kata جوع yang bermakna kelaparan/hal tidak makan. Al-Aṣqallanī dalam Fath al-Barī mengartikan المجاعة dengan penyusuan yang menutupi rasa lapar bayi di masa menyusunya.³⁶ Demikian pula oleh as-Sindi pada catatan *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*, bahwa penyusuan itu bukan hanya menutupi rasa lapar, tetapi juga menguatkan badan dan terjadi sebelum berumur dua tahun.³⁷ Bertolak dari pendapat tersebut, tersirat bahwa rasa lapar yang dimaksud adalah rasa lapar pada air susu

³³ Abu al Husain Muslim bin al-Hajjaj al-Qusyairi an-Naisburī, *Ṣaḥīḥ Muslim*, (Beirut: Dar al Kitāb al ‘Arabī, 1475 H/2004 M), h. 587, 17. Kitāb. Ar-Raḍā‘ah, 29. Bāb at-taḥrīm bikhamsi raḍa‘ūtin, No. 3597

³⁴ Syaikh Ahmad, *Fiqh Sunnah Wanita*, (Jakarta: Pustaka al-Kautsar) hal. 426-427

³⁵ Imam an-Nawawī, *Ṣaḥīḥ Muslim bi asy-Syarḥ an-Nawawī* (Beirut: Dār al-Fikr, t.th), hal. 1073

³⁶ Adib Bisri dan Munawwir AF, *Kamus al-Bisri; Indonesia-Arab, Arab-Indonesia* (Surabaya: Pustaka Progressif, 1999), hal. 92

³⁷ Al-Bukhārī, *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*, hal. 300,

yang menjadi makanan pokok pada masa menyusui anak.

Sayyid Sabiq memaknai *المجاعة* dengan penyusuan yang bisa mengenyangkan dan tidak berhenti menyusui kecuali dengan kemauannya sendiri, tanpa paksaan dan ini dilakukan sebelum berumur dua tahun dan rasa lapar itu bersumber dari keperluan atau kebutuhan akan air susu.³⁸ maka dipahami bahwa kualitas susuan yang dapat mengakibatkan adanya hubungan mahram adalah susuan yang dapat menghilangkan rasa lapar atau dapat mengenyangkan seorang anak yang mengkonsumsi air susu ibu (ASI) sebagai menu utamanya.

B. Manfaat Laktasi

1. Manfaat Laktasi bagi Bayi:³⁹

a. Manfaat laktasi bagi bayi secara Umum:

- 1) Sebagai nutrisi, karena mengandung campuran yang tepat dari berbagai bahan makanan yang baik untuk bayi.
- 2) Meningkatkan kecerdasan
- 3) Meningkatkan jalinan kasih sayang
- 4) Meningkatkan daya tahan tubuh, karena mengandung antibody yang kuat untuk mencegah infeksi dan membuat bayi menjadi kuat.

Selain itu, Menurut Utami Roesli dalam buku *Mengenal ASI Eksklusif*, manfaat ASI sangatlah banyak diantaranya yaitu:⁴⁰

- 1) ASI sebagai nutrisi, Dengan tatalaksana menyusui yang benar, ASI sebagai makanan tunggal akan cukup memenuhi kebutuhan tumbuh bayi normal sampai usia 6 bulan.
- 2) ASI meningkatkan daya tahan tubuh, Bayi yang mendapat ASI eksklusif akan lebih sehat dan lebih jarang sakit, karena ASI mengandung berbagai zat kekebalan.
- 3) ASI meningkatkan kecerdasan, ASI mengandung nutrisi khusus yaitu taurin, laktosa dan asam lemak ikatan panjang (DHA, AHA, omega-3, omega-6) yang

³⁸ Sayyid as-Sābiq, *Fiqh as-Sunnah* (Kairo: al-Fathu li al-I'lām al-'Arābī, t.th), juz 2, hal. 100

³⁹ Anik Maryunani, *Asuhan Ibu Nifas dan Asuhan Ibu Menyusui*, (Bogor: Penerbit IN MEDIA- Anggota IKAPI, 2015) hal. 108-109

⁴⁰ Utami Roesli, *Mengenal Asi Eksklusif*, (Jakarta: Trubus Agriwidya, 2000) hal. 6-8

diperlukan otak bayi agar tumbuh optimal. Nutrien tersebut tidak ada atau sedikit sekali terdapat pada susu sapi. Oleh karena itu, pertumbuhan otak bayi yang diberi ASI eksklusif selama 6 bulan akan optimal.

- 4) Proses laktasi meningkatkan jalinan kasih sayang. Perasaan terlindung dan disayangi pada saat bayi disusui menjadi dasar perkembangan emosi bayi dan membentuk kepribadian yang percaya diri dan dasar spiritual yang baik.

b. Manfaat Laktasi bagi Bayi Menurut Penelitian:⁴¹

- 1) Laktasi dapat mencegah obesitas, diare, infeksi saluran pernapasan, otitis media, asma, diabetes, leukemia.
- 2) Laktasi mengoptimalkan perkembangan motorik, intelektual, dan emosi
- 3) Laktasi melindungi terhadap gizi kurang
- 4) Laktasi mengurangi tingkah laku brutal

Adapun manfaat lain pemberian ASI menurut Risa pitriani dan Rika andriyani dalam buku *Asuhan Kebidanan Ibu Nifas bagi bayi* yaitu sebagai berikut:⁴²

- 1) Dapat membantu memulai kehidupan dengan baik, mempunyai kenaikan berat badan yang baik setelah lahir dan mengurangi obesitas
- 2) Mengandung antibody yang kuat untuk mencegah bayi dari infeksi
- 3) ASI mengandung komposisi yang tepat yang baik untuk pertumbuhan bayi
- 4) Mengurangi karies dentis
- 5) Meningkatkan daya penglihatan dan kepandaian bicara
- 6) Mengurangi risiko terkena penyakit diabetes, kanker pada anak, dan diduga mengurangi kemungkinan menderita penyakit jantung
- 7) Menunjang perkembangan motorik bayi.

c. Manfaat Laktasi bagi Neonatus (Bayi Baru Lahir):⁴³

⁴¹ Anik Maryunani, *Asuhan Ibu Nifas dan Asuhan Ibu Menyusui*, (Bogor: Penerbit IN MEDIA- Anggota IKAPI, 2015) hal.109

⁴² Risa Pitriani dan Rika Andriyani, *Asuhan Kebidanan Ibu Nifas*, (Yogyakarta; Deepublish, 2014), Cet 1, hal. 29

⁴³ Anik Maryunani, *Asuhan Ibu Nifas dan Asuhan Ibu Menyusui*, (Bogor: Penerbit IN MEDIA- Anggota IKAPI, 2015) hal. 110

- 1) Laktasi merupakan minuman yang dipilih untuk semua neonatus, termasuk bayi prematur.
- 2) Laktasi memiliki keuntungan nutrisi, imunologis dan psikologis dibandingkan dengan susu bayi komersial dan jenis susu lainnya, seperti berikut ini:
 - a) ASI selalu dalam kondisi hangat, siap tersedia, steril, dan mengandung protein, karbohidrat, lemak dan vitamin dalam jumlah yang seimbang.
 - b) ASI lebih mudah dicerna daripada susu sapi
 - c) Menyusui bayi (dengan ASI) membuat bayi memiliki imunitas yang lebih besar terhadap penyakit anak tertentu, seperti infeksi dada dan telinga, karena akan memberikan faktor-faktor imunologik terhadap penyakit-penyakit tertentu.
 - d) Bayi yang diberi ASI lebih sedikit mengalami masalah gastrointestinal, anemia, dan defisiensi vitamin.
 - e) Disamping itu, bayi yang diberikan ASI juga tidak gampang mendapatkan infeksi di rumah dimana kebersihan lingkungan seringkali menjadi problematik
 - f) ASI penting untuk otak dan sistem saraf pusat maupun memperbaiki penglihatan mata, terutama jika bayi lahir prematur.
 - g) Bayi yang tidak mendapatkan ASI sekurang-kurangnya selama 2 bulan memiliki risiko terjadi diabetes (IDM/ insulin dependent diabetes)
 - h) Menyusui ASI dapat melindungi bayi dari alergi, seperti eksim dan asma.
 - i. Hal ini dapat membantu membuat alergi berkurang pada bayi yang menyusui dengan ASI
 - ii. Oleh karena itu, menyusui dengan ASI direkomendasikan pada bayi yang dari keluarga dengan riwayat alergi agar menyusui bayinya secara eksklusif sekurang-kurangnya enam bulan.
 - i) ASI tersedia setiap saat
 - j) Bayi merasa aman karena kontak langsung dengan ibunya secara konstan dan hal ini memberikan efek positif bagi perkembangan psikologis anak.
- 3) Laktasi dari ibu dengan bayi premature telah dibuktikan memiliki jumlah protein, antibodi IgA, kolesterol dan asam lemak yang lebih tinggi

dibandingkan ASI dari ibu yang bayinya cukup bulan meskipun kadang-kadang memerlukan fortifikasi.

d. Manfaat Laktasi dengan segera:⁴⁴

- 1) membantu involusi uterus dan membantu mengendalikan pendarahan.
- 2) Memfasilitasi kedekatan hubungan ibu dan neonatus.
- 3) Mengoptimalkan produksi ASI
- 4) Mudah dan ekonomis bagi ibu.

2. Manfaat Laktasi bagi ibu:⁴⁵

- a. Membantu ibu memulihkan diri dari persalinannya.
- b. Mengurangi jumlah darah yang keluar setelah melahirkan (hisapan pada puting susu merangsang dikeluarkannya oksitosin alami yang akan membantu kontraksi Rahim).
- c. Kandungan dan perut bagian bawah juga lebih cepat menyusut ke bentuk normalnya.
- d. Ibu yang menyusui bisa menguras kalori lebih banyak, maka akan lebih cepat pulih ke berat tubuh sebelum hamil. (Dalam hal ini, ibu yang menyusui bayinya akan lebih cepat pulih/turun berat badanya dari berat badan yang bertambah semasa kehamilan).
- e. Mengurangi kemungkinan menderita osteoporosis (keropos tulang).
- f. Mengurangi kemungkinan terjadinya kehamilan. (dalam hal ini, ibu yang menyusui, yang haidnya belum muncul kembali akan kecil kemungkinannya untuk menjadi hamil/ kadar prolactin yang tinggi menekan FSH dan ovulasi).
- g. Mengurangi kemungkinan terkena kanker indug telur dan kanker payudara.
- h. Dalam hal ini manfaat positif ASI bagi ibu juga dapat ditambahkan berikut ini:
 - 1) Dengan pemberian ASI eksklusif jangka lama, ibu dapat terhindar Ca Mamae
 - 2) Aspek KB dapat terjadi sekitar 98% bila ASI eksklusif diberikan.

⁴⁴ Anik Maryunani, *Asuhan Ibu Nifas dan Asuhan Ibu Menyusui*, (Bogor: Penerbit IN MEDIA- Anggota IKAPI, 2015) hal. 111

⁴⁵ Anik Maryunani, *Asuhan Ibu Nifas dan Asuhan Ibu Menyusui*, (Bogor: Penerbit IN MEDIA- Anggota IKAPI, 2015) hal. 112

- 3) Aspek psikologis, ibu merasa dibutuhkan.
 - 4) Pemberian ASI adalah cara yang penting bagi ibu untuk mencurahkan kasih sayangnya pada bayi dan membuat bayi merasa nyaman.
3. Manfaat Laktasi bagi Lingkungan⁴⁶
 - a. Bisa mengurangi pemborosan bahan bakar
 - b. Mengurangi penebangan pohon guna membuka lahan untuk memelihara sapi perah
 - c. Mengurangi sampah botol dan kaleng susu yang dibuang
 4. Manfaat Laktasi bagi Ayah:⁴⁷
 - a. Mempunyai istri dan anak yang sehat
 - b. Cukup beristirahat pada malam hari dan tidak banyak yang harus dipersiapkan
 - c. Dapat melakukan penghematan
 5. Manfaat Laktasi bagi keluarga:
 - a. Aspek ekonomi
 - b. Aspek kemudahan
 - c. Aspek psikologis

Komponen seimbang dalam ASI sangat bermanfaat bagi kebutuhan bayi, sehingga tidak mungkin bayi akan terinfeksi usus jika hanya mengonsumsi ASI. Berbagai penelitian ditemukan bahwa bayi akan mendapatkan kekebalan tubuh terhadap berbagai infeksi dari cairan kolostrom melalui ASI. Karena ASI sangat mudah dicerna oleh bayi dan mengandung semua zat gizi berkualitas tinggi yang berguna untuk pertumbuhan dan perkembangan kecerdasan anak. Adapun komposisi atau kandungan yang terdapat dalam ASI adalah:

- a. Colostrom

Colostrom adalah air susu yang berwarna kekuning-kuningan yang keluar beberapa dihasilkan hari ke 1-3 setelah bayi lahir atau bersalin, mengandung zat kekebalan dan antikuman terutama Immunoglobulin A (Ig A) untuk melindungi bayi

⁴⁶ Anik Maryunani, *Asuhan Ibu Nifas dan Asuhan Ibu Menyusui*, (Bogor: Penerbit IN MEDIA- Anggota IKAPI, 2015) hal.113

⁴⁷ Anik Maryunani, *Asuhan Ibu Nifas dan Asuhan Ibu Menyusui*, (Bogor: Penerbit IN MEDIA- Anggota IKAPI, 2015) hal. 113

dari berbagai penyakit infeksi terutama diare. Colostrum juga mengandung protein, vitamin A yang tinggi dan mengandung karbohidrat serta lemak yang rendah. Manfaat lainnya adalah membantu bayi mengeluarkan *meknium*, yaitu kotoran bayi yang pertama berwarna hitam kehijauan. ASI masa transisi, dihasilkan hari ke 4-10, ASI motur, dihasilkan hari ke 10 sampai seterusnya.⁴⁸

b. Protein

Protein adalah rantai molekul panjang yang terdiri dari asam amino yang bergabung dengan ikatan peptida. Protein dalam ASI mengandung protein-protein yang berkualitas tinggi karena mengandung *asam amino esensial* yang sangat penting untuk proses tumbuh kembang bayi. Kadar Asam Amino pada ASI lebih rendah dibandingkan dengan susu formula/sapi, sehingga lebih mudah dicerna bayi yang baru lahir. Jumlah protein dalam susu formula tidak bisa diserap dan dicerna oleh tubuh bayi yang dimasa selanjutnya akan menimbulkan masalah kesehatan. Sebab protein ASI mampu diserap dan dicerna dalam waktu 15 detik sementara susu formula membutuhkan waktu 60 detik.⁴⁹

c. Laktosa

Laktosa adalah jenis gula yang ditemukan dalam susu dan produk susu (keju, mentega, dll). Gula ini dianggap sebagai pemanis nutritif karena memiliki kalori. Kadar laktosa dalam ASI lebih tinggi dibandingkan susu sapi, hal ini akan membangun metabolisme bayi. Secara fisiologik bayi sudah menyesuaikan diri dengan makanan alamiahnya (ASI) sehingga bayi akan menemui kesulitan apabila diberi makanan kental yang tinggi kadar laktosanya.⁵⁰

d. Lemak

Lemak adalah salah satu dari tiga nutrisi utama dalam makanan. Merupakan simpanan kelebihan kalori dalam tubuh, yang memberikan tubuh pasokan cadangan energi dan fungsi lainnya. Lemak yang terdapat di dalam ASI merupakan campuran

⁴⁸ Ditjen Gizi Masyarakat Depkes RI, *Buku Panduan Manajemen Laktasi* (Jakarta: Balai Pustaka, 2001), hal. 11

⁴⁹ Harun Yahya, *The Signs In The Heavens and The Earth For Men of Understanding*, terj. Catur Sriherwanto, dkk, *Manusia dan Alam Semesta* (Bandung: Dzikra, 2004), hal. 29

⁵⁰ Eko Budi Minarno, Liliek Hariani, *Gizi dan Kesehatan: Perspektif Alquran dan Sains* (Malang: UIN-Malang Press, 2008), hal. 259

fosfolipid,⁵¹ *Kholesterol*, vitamin A dan *karotinoid*. Susunan asam lemak ASI tergantung pada sumber lemak dalam makanan ibu. Ibu dalam keadaan salah gizi menghasilkan air susu dengan kadar lemak rendah dan berakibat lambannya pertumbuhan susunan saraf. Hal ini dikarena otak dan saraf mengalami perkembangan cepat pada masa bayi. ASI kaya akan lipase (enzim pencernaan untuk lipid/lemak) sehingga pencernaan lemak lebih mudah dilakukan.⁵²

e. Elektrolit

Elektrolit adalah garam yang terionisasi (terurai menjadi ion positif dan negatif) dalam cairan tubuh. Elektrolit utama dalam tubuh termasuk natrium, kalium, magnesium, kalsium, klorida, bikarbonat dan fosfat. Elektrolit sangat menguntungkan bayi dengan keadaan ginjal yang belum sempurna.

f. Immunoglobulin

Imunglobulin (zat kebal tubuh) merupakan sumber nutrisi bagi bayi, zat anti melawan jasad renik yang sangat paten, karena adanya beberapa faktor yang bekerja secara sinergis dan saling memperkuat suatu sistem biologik.

Berikut ini perbandingan komposisi antara ASI dengan susu:

Perbandingan antara ASI dan Susu Formula

No.	Jenis Kandungan	ASI	Susu Formula/Sapi
1	Pencernaan Bakteri	Tidak ada	Mungkin ada
2	Zat Anti Infeksi	Antibodi Leokosit Laktoferin Faktor Bifidus	Tidak Giat

⁵¹ Fosfolipid adalah lipida yang tersusun dari asam lemak, liserin, kolin dan asam fosfat dan berfungsi mengatur pemimbunan lemak dalam tubuh.

⁵² Eko Budi Minarno, Liliek Hariani, *Gizi dan Kesehatan: Perspektif Alquran dan Sains* (Malang: UIN-Malang Press, 2008), hal. 267

3	Protein Total Kasein	1% 0,5%	4% (terlalu banyak) 3% (terlalu banyak)
	Laktalbulin	0,5%	0,5 %
4	Asam animosistin	Cukup untuk pertumbuhan otak	Tidak cukup
5	Lemak Total Kejenuhan Asam Lemak Asam lenoleat (esensial) Kolesterol	4% (rata-rata) Asam lemak tak jenuh cukup Cukup Cukup	4% Terlalu banyak Tidak cukup Tidak cukup
6	Limpase untuk mencerna lemak Laktosa (gula)	Ada 7 % (cukup)	Ada 3-4% (tdk cukup)
7	Garam (meq/l) Natrium Klorida Kalium	6,5% (tetap) 12 (tetap) 14 (cukup)	25 (terlalu banyak) 29 (terlalu banyak) 25 (terlalu banyak)
8	Mineral (meq/l) Kalsium Fosfat	350 (tepat) 150 (tepat)	1440 (terlalu banyak) 900 (terlalu banyak)
9	Zat Besi	Jumlahnya sedikit diserap baik/cukup	Jumlah sedikit diserap tidak baik/ tidak cukup
10	Vitamin	Cukup	Mungkin tidak Cukup
11	Air	Cukup (tidak perlu tambahan)	Mungkin tidak cukup diperlukan lebih banyak

C. Tata Cara Laktasi

Banyak hambatan yang menjadi alasan ibu untuk tidak menyusui bayinya dengan ASI, diantaranya yaitu karena merasa ASI-nya tidak cukup, alasan kesakitan jika menyusui atau bahkan karena kesibukan kerja. Hal tersebut tidak akan menjadi alasan jika ibu benar-benar mempunyai niat untuk menyusui anaknya, karena dalam ilmu keperawatan telah banyak dijelaskan tata cara dalam menyusui agar proses menyusui berjalan lancar, diantaranya adalah:

1. Cara menyusui yang benar

Masing-masing bayi menyusui dengan cara berbeda-beda, butuh beberapa hari agar bayi terbiasa untuk menyusui, namun ada juga bayi yang menyusui secara agresif, hal yang perlu dipelajari adalah bagaimana cara agar menyusui berjalan nyaman bagi bayi dan ibu. Tujuan menyusui yang benar adalah untuk merangsang produksi susu memperkuat refleks menghisap bayi.⁵³

a. Posisi

1. Posisi madona atau menggendong : bayi berbaring menghadap ibu, leher dan punggung atas bayi diletakan pada lengan bawah lateral payudara. Ibu menggunakan tangan lainnya untuk memegang payudara jika diperlukan.
2. Posisi football atau mengepit: bayi berbaring atau punggung melingkar antara lengan dan samping dada ibu. Lengan bawah dan tangan ibu menyangga bayi, dan ia menggunakan tangan sebelahnya untuk memegang payudara jika diperlukan.
3. Posisi berbaring miring: ibu dan bayi berbaring miring saling berhadapan. Posisi ini merupakan posisi yang paling aman bagi ibu yang mengalami penyembuhan dari proses persalinan melalui pembedahan.⁵⁴

b. Tahap tata laksana laktasi sebagai berikut:⁵⁵

1. Posisi badan ibu dan badan bayi

- a) Ibu harus duduk atau berbaring dengan santai

⁵³ Stoppard, Miriam, *Minggu-minggu Pertama Kehidupan*, (Jakarta: Arcan, 1999), hal. 97

⁵⁴ Risa Pitriani dan Rika Andriyani, *Asuhan Kebidanan Ibu Nifas*, (Yogyakarta; Deepublish, 2014), Cet 1, hal. 25

⁵⁵ Dwi Sunar Prasetyo, *Buku Pintar ASI eksklusif*, (Yogyakarta: Diva Press) hal. 147-157

- b) Pegang bayi pada belakang bahunya, tidak pada dasar kepala
 - c) Putar seluruh badan bayi sehingga menghadap ke ibu
 - d) Rapatkan dada bayi dengan dada ibu atau bagian bawah payudara ibu
 - e) Tempelkan dagu bayi pada payudara ibu
 - f) Dengan posisi ini maka telinga bayi akan berada dalam satu garis dengan leher dan lengan bayi
 - g) Jauhkan hidung bayi dari payudara ibu dengan cara menekan pantat bayi dengan lengan ibu bagian dalam.
2. Posisi mulut bayi dan puting susu ibu
- a) Keluarkan ASI sedikit oleskan pada puting susu dan areola⁵⁶
 - b) Pegang payudara dengan pegangan seperti membentuk huruf C yaitu payudara dipegang dengan ibu jari dibagian atas dan jari yang lain menopang dibawah atau dengan pegangan seperti gunting (puting susu dan areola dijepit oleh jari telunjuk dan jari tengah seperti gunting) dibelakang areola
 - c) Sentuh pipi/bibir bayi untuk merangsang rooting refleks (refleks menghisap)
 - d) Tunggu sampai mulut bayi terbuka lebar, dan lidah menjulur kebawah
 - e) Dengan cepat dekatkan bayi ke payudara ibu dengan menekan bahu belakang bayi bukan belakang kepala
 - f) Posisikan puting susu diatas bibir atas bayi dan berhadap-hadapan dengan hidung bayi
 - g) Kemudian arahkan puting susu keatas menyusuri langit-langit mulut bayi
 - h) Usahakan sebagian besar areola masuk ke mulut bayi, sehingga puting susu berada diantara pertemuan langit-langit yang keras (palatum durum) dan langit-langit yang lunak (palatum molle)
 - i) Lidah bayi akan menekan dinding bawah payudara dengan gerakan memerah sehingga ASI akan keluar
 - j) Setelah bayi menyusui atau menghisap payudara dengan baik, payudara

⁵⁶ Areola adalah daerah gelap di sekitar puting payudara, yang dapat melebar atau lebih gelap selama kehamilan.

tidak perlu dipegang atau disangga lagi

- k) Beberapa ibu sering meletakkan jarinya pada payudara dengan hidung bayi dengan maksud untuk memudahkan bayi bernafas. Hal ini tidak perlu karena hidung bayi telah dijauhkan dari payudara dengan cara menekan pantat bayi dengan lengan ibu
- l) Dianjurkan tangan ibu yang bebas untuk mengelus-elus bayi

c. Tanda-tanda posisi bayi menyusui dengan baik

Tanda-tanda menyusui dengan baik dapat diperhatikan diantaranya diawali jika seluruh tubuh berdekatan dan terarah pada ibu, dagu bayi menempel pada payudara ibu, Areola tidak tampak jelas, bayi terlihat senang dan tenang, dada bayi menempel pada dada ibu yang berada didasar payudara (payudara bagian bawah), telinga bayi berada dalam satu garis dengan leher dan lengan bayi, mulut bayi terbuka lebar dengan bibir bawah yang terbuka, hidung bayi mendekati kadang-kadang menyentuh payudara ibu, mulut bayi mencakup sebanyak mungkin areola (tidak hanya puting saja), sehingga sebagian besar areola tidak tampak, lidah bayi menopang puting susu dan areola bagian bawah, bibir bawah bayi melengkung keluar, bayi menghisap kuat dan dalam secara perlahan dan kadang-kadang disertai berhenti sesaat, terkadang terdengar suara bayi menelan, bayi puas dan tenang pada akhir menyusui serta puting susu tidak terasa sakit atau lecet.⁵⁷

d. Menciptakan praktek menyusui yang baik

Praktek menyusui yang baik akan dapat memberikan kenyamanan bagi ibu dan bayi yang disusui, untuk itu perlu sekali seorang ibu yang menyusui memperhatikannya, praktek menyusui yang benar diawali dengan posisi yang benar, perlekatan harus benar, tidak diberi botol atau empeng, dan menghisap sesering mungkin meningkatkan produksi ASI.

e. Mengembangkan sikap yang benar dalam menyusui

Sikap yang benar dalam menyusui dapat dilakukan dengan berbicara dengan instruktur pralahir atau menghadiri kelas pemberian air susu, selain itu juga berbicara dengan dokter spesialis anak (untuk konsultasi mengenai ASI dan

⁵⁷ Risa Pitriani dan Rika Andriyani, *Asuhan Kebidanan Ibu Nifas*, (Yogyakarta; Deepublish, 2014), Cet 1, hal.27

menyusui), berbicara dengan wanita yang sudah pernah menyusui dan juga yang dapat dilakukan yaitu membaca referensi buku-buku tentang menyusui.⁵⁸

2. Menyusui ASI perah

Ibu yang mempunyai kesibukan kerja dapat tetap memberikan ASI dengan cara melakukan ASI perah yang ditampung di dalam botol. Dengan mempelajari cara yang benar dan latihan yang sering, mengeluarkan ASI dengan tangan merupakan cara yang efektif, ekonomis dan cepat. Caranya sebagai berikut:⁵⁹

- a. Cuci tangan sampai bersih
- b. Pegang cangkir yang bersih untuk menampung ASI
- c. Condongkan badan ke depan dan sangga payudara dengan tangan
- d. Letakkan ibu jari pada batas atas areola mammae dan letakkan jari telunjuk pada batas areola bagian bawah sehingga berhadapan
- e. Tekan kedua jari ini ke dalam ke arah dinding dada tanpa menggeser letak kedua jari tadi
- f. Pijat daerah diantara kedua jari tadi ke arah depan sehingga akan memeras dan mengeluarkan ASI yang berada didalam sinus lactiferous
- g. Ulangi gerakan tekan, pijat dan lepas beberapa kali
- h. Setelah pancaran ASI berkurang pindahkan posisi ibu jari dan telunjuk tadi dengan cara diputar pada sisi lain dari batas areola dengan kedua jari selalu berhadapan
- i. Lakukan hal yang sama pada setiap posisi sehingga ASI akan terperah dari semua bagian payudara
- j. Jangan menekan, memijat atau menarik puting susu karena ini tidak akan mengeluarkan ASI dan akan menyebabkan rasa sakit

3. Lama penyimpanan ASI setelah diperah

Dalam penyimpanan ASI hasil perahan harus diperhatikan lamanya karena dapat mengakibatkan kerusakan pada kandungan ASInya jika tidak disimpan sesuai aturan, diantara cara penyimpanan ASI yang benar yaitu:

⁵⁸ Satya Negara Surya, *Panduan Lengkap Perawatan untuk Bayi dan Wanita*, (Jakarta: EGC, 2004), hal. 81

⁵⁹ NN, *Panduan Praktis Menyusui*, (Jakarta: Pustaka Bunda Group, 2009), hal. 75

- a. Jika ruangan tidak ber-AC, lama penyimpanan tidak lebih dari 4 jam. Jika ruangan ber AC bisa sampai 6 jam. Suhu ruangan ber AC tersebut harus stabil, misalnya AC tidak mati sama sekali selama botol ASI ada didalamnya.
 - b. Jika segera disimpan dilemari es, ASI ini bisa bertahan sampai 8 hari dalam suhu lemari es. Syaratnya, ASI ditempatkan dalam ruangan terpisah dari bahan makanan lain
 - c. Jika lemari es tidak memiliki ruangan terpisah untuk penyimpanan botol ASI hasil pompa, maka sebaiknya ASI jangan disimpan lebih dari 3×24 jam
 - d. Dapat juga membuat ruangan terpisah dengan cara menempatkan botol ASI dalam container plastik yang tentunya dibersihkan terlebih dahulu
 - e. ASI hasil pompa dapat disimpan dengan aman pada suhu kamar maksimum 25°C selama 4 jam, dalam lemari es pada suhu 4°C dapat disimpan selama 72 jam, dalam pembeku/freezer pada suhu -20°C selama 3-6 bulan
 - f. Jangan lupa untuk selalu mencantumkan tanggal dilakukannya pemerahan ASI pada botol susu
4. Cara menyimpan ASI hasil pompa atau perah
- a. Simpan ASI dalam botol yang telah disterilkan terlebih dahulu
 - b. Botol yang paling baik sebenarnya adalah yang terbuat dari kaca
 - c. Jika terpaksa menggunakan botol plastik, pastikan plastiknya cukup kuat (tidak mudah meleleh jika direndam dalam air panas)
 - d. Jangan menggunakan botol susu berwarna atau bergambar, karena ada kemungkinan catnya meleleh jika terkena panas
 - e. Jangan lupa untuk membubuhkan label setiap kali ibu akan menyimpan botol ASI, dengan mencantumkan tanggal dan jam ASI dipompa atau diperas
 - f. Simpan ASI dibotol yang tertutup rapat, jangan ditutup dengan dot, karena masih ada peluang untuk berinteraksi dengan udara
 - g. Jika dalam satu hari ibu memompa atau memeras ASI beberapa kali, bisa saja ASI digabungkan dalam satu botol yang sama, syaratnya suhu tempat botol disimpan harus stabil
 - h. Penggabungan hasil simpanan ini bisa dilakukan asalkan jangka waktu pemompaan/pemerasan pertama sampai dengan terakhir tidak lebih dari 24 jam.

D. Masa Pemberian Proses Laktasi dan Penyapihan (*Weaning*)

Waktu menyusui adalah masa terpenting bagi pertumbuhan bayi. Dalam Alquran disebutkan, masa menyusui dalam ajaran Islam adalah dua tahun. Firman Allah SWT, "Para ibu hendaklah menyusukan anak-anaknya selama dua tahun penuh, yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan," (QS. al-Baqarah [2]: 233). Namun, tak ada salahnya jika si ibu tak sampai dua tahun dalam menyusui bayinya.

Menyusui sampai bayi berumur dua tahun hanyalah sebatas anjuran, bukan kewajiban. Ini diterangkan dalam penghujung ayat tersebut, "Apabila keduanya ingin menyapih (sebelum dua tahun) dengan kerelaan keduanya dan permusyawaratan, maka tidak ada dosa atas keduanya." (QS. al-Baqarah [2]: 233). Menyusui selama dua tahun disebut sebagai bentuk maksimalnya perhatian orang tua kepada bayinya. Dalam Al-Quran disebutkan, "Dan Kami perintahkan kepada manusia (berbuat baik) kepada dua orang ibu bapaknya, ibunya telah mengandungnya dalam keadaan lemah yang bertambah-tambah, dan menyapihnya dalam dua tahun." (QS. Luqman [31]: 14). Ayat ini menyuruh seorang anak mengingat betapa besarnya perhatian ibunya. Ada dua bentuk jasa paling besar seorang ibu, yaitu ketika lemahnya masa hamil, dan menyusainya selama dua tahun. Dua hal ini adalah jasa sangat besar seorang ibu yang disebutkan Allah SWT. Karena itulah, si anak wajib berbakti kepada ibunya.

Dari dua ayat tersebut, mayoritas ulama menyimpulkan dua tahun adalah jangka waktu yang ditentukan Allah untuk menyusui. Seperti pendapat Ibnu Katsir ketika menafsirkan ayat tersebut. Walau ayat ini berbentuk khabar (informasi), ada unsur perintah yang harus dilaksanakan umat Islam. *"Ini merupakan petunjuk dari Allah SWT kepada para ibu agar mereka menyusui anak-anaknya dengan pemberian ASI yang sempurna selama dua tahun,"* ujar Ibnu Kaşir menerangkan.

Di samping itu, ada pandangan lain dari Ibnu Abbas tentang ini. Pandangan Ibnu Abbas, masa dua tahun untuk menyusui hanya diperuntukkan bagi bayi yang lahir prematur, seperti enam bulan masa kandungan. Sementara, jika lahir dalam usia kandungan lebih dari enam bulan, jangka waktu untuk menyusui otomatis berkurang dari dua tahun. Ibnu Abbas berdalil dengan Al-Quran surah al-Ahqaf [46] ayat 15, "Kami perintahkan kepada manusia supaya berbuat baik kepada dua orang ibu bapaknya, ibunya

mengandungnya dengan susah payah, dan melahirkannya dengan susah payah (pula). Mengandungnya sampai menyapihnya adalah tiga puluh bulan." Dalam ayat ini disebutkan, masa mengandung dan menyusui totalnya selama 30 bulan. Jika dua tahun (24 bulan) dihabiskan untuk menyusui, sisanya hanya 6 bulan untuk masa mengandung. Jika masa mengandung sampai 9 bulan, otomatis masa menyusui menjadi 21 bulan.⁶⁰

Menyapih adalah proses berhentinya masa menyusui secara berangsur angsur atau sekaligus. Proses itu dapat disebabkan oleh si anak itu sendiri untuk berhenti menyusui atau bisa juga dari sang ibu untuk berhenti menyusui anaknya. Atau dari keduanya dengan berbagai alasan.⁶¹

Istilah menyapih atau penyapihan (*to wean*) terkait suatu pembiasaan. Penyapihan adalah suatu proses yang memungkinkan bayi dapat mengonsumsi makanan orang dewasa. Bayi yang diberi tambahan makanan harus tetap mendapatkan ASI, karena perubahan kebiasaan minum ASI secara mendadak akan mengakibatkan gangguan terhadap psikologis dan gizi anak. Biasanya anak akan rewel karena kepuasan oralnya tidak terpenuhi dan juga berat badan akan menurun yang disebabkan oleh diare karena faktor anti-infeksi dari ASI yang dikurangi.⁶²

Adapun dalam bahasa Arab adalah *Fiṣālan* yang artinya menyapih (arti asalnya *Fiṣālan*: berpisah), dikatakan menyapih itu ialah karena anak (yang semula disusui) itu berpisah dari susu ibunya ke jenis-jenis makanan yang lain.⁶³ Penyapihan merupakan masa pemutusan atau pemberhentian penyusuan anak dari ibunya. Beberapa alasan seorang ibu menyapih anaknya adalah karena memang sudah tiba saatnya anak untuk disapih, akibat ada masalah dengan payudara ibu, atau karena keengganan ibu untuk menyusui anaknya. Berkaitan dengan kasus ini, al-Qur'an tegas menyatakan bahwa batas waktu boleh menyapih sebaiknya adalah ketika anak telah berusia dua tahun. Batas waktu ini berkait dengan batas maksimum kesempurnaan menyusui. Karena itu, sifat batas waktu ini tidak imperatif (*ghairu mulzimun bih*), tetapi lebih sebagai keutamaan dan kesempurnaan.

⁶⁰ Perpustakaan Nasional RI; Katalog dalam Terbitan, *Kesehatan dalam Perspektif al-Qur'an*, (Jakarta: LPMA, 2009), cet. 1, hal. 128-131

⁶¹ NN, *Panduan Praktis Menyusui*, (Jakarta: Pustaka Bunda Group, 2009), hal. 51

⁶² Dwi Sunar Prasetyo, *Buku Pintar ASI eksklusif*, (Yogyakarta: Diva Press), hal. 197-198

⁶³ Perpustakaan Nasional RI; Katalog dalam Terbitan, *Kesehatan dalam Perspektif al-Qur'an*, (Jakarta: LPMA, 2009), cet. 1, hal. 128-131

Penyapihan sebelum usia dua tahun sebaiknya dimusyawarahkan dan dipertimbangkan secara baik-baik antara bapak dan ibunya. Musyawarah penting dilakukan untuk menjamin hak-hak anak dalam memperoleh kehidupan dan kesehatan yang layak, dan jangan sampai penyusuannya membuat kesengsaraan (*maḍarat*) bapak maupun ibu anak itu. Ini ditegaskan dalam surat al-Baqarah [2] ayat 233, Ibu dan ayah mempunyai hak yang sama atas anaknya, dapat melepaskan anak dari persusuan sebelum usianya cukup dua tahun atau sesudahnya, apabila keduanya telah sepakat dan sama-sama rela atau meridhainya. Sebab pembatasan waktu penyusuan selama dua tahun sebenarnya untuk kemaslahatan dan menolak kemudaratannya. Apabila ibu bapaknya bersepakat ingin memperpanjang atau mengurangi waktu penyapihan, hal itu boleh saja dilakukan. Tetapi jika salah seorang dari bapak ibu berbuat yang menyulitkan si anak, seperti si ibu tidak mengurus anaknya atau ayah sangat kikir memberikan upah kepada wanita lain yang menyusuinya, hal itu sama sekali tidak bisa dibenarkan.⁶⁴

Al-Qur'an menjelaskan tentang hal penyapihan yaitu dalam surat al-Ahqaf [46] ayat 15, dan surat Luqman [31] ayat 14 sebagai berikut:

وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ إِحْسَانًا حَمَلَتْهُ أُمُّهُ كُرْهًا وَوَضَعَتْهُ كُرْهًا وَحَمَلُهُ وَفِصْلُهُ ثَلَاثُونَ شَهْرًا حَتَّىٰ إِذَا بَلَغَ أَشُدَّهُ وَبَلَغَ أَرْبَعِينَ سَنَةً قَالَ رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَىٰ وُلْدِي وَإِنِّي أَعْمَلُ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأَصْلِحْ لِي فِي ذُرِّيَّتِي إِنِّي تُبِّتُ إِلَيْكَ وَإِنِّي مِنَ الْمُسْلِمِينَ

Kami perintahkan kepada manusia supaya berbuat baik kepada dua orang ibu bapaknya, ibunya mengandungnya dengan susah payah, dan melahirkannya dengan susah payah (pula). Mengandungnya sampai menyapihnya adalah tiga puluh bulan, sehingga apabila dia telah dewasa dan umurnya sampai empat puluh tahun ia berdoa: "Ya Tuhanku, tunjukilah aku untuk mensyukuri nikmat Engkau yang telah Engkau berikan kepadaku dan kepada ibu bapakku dan supaya aku dapat berbuat amal yang saleh yang Engkau ridhai; berilah kebaikan kepadaku dengan (memberi kebaikan) kepada anak cucuku. Sesungguhnya aku bertaubat kepada Engkau dan sesungguhnya aku termasuk orang-orang yang berserah diri". (QS. Al-Ahqaf [46]: 15)

dan juga dalam Surat Luqman (31) ayat 14 sebagai berikut

وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْنًا وَعَلَىٰ وَهْنًا وَفِصْلُهُ فِي غَامِزِينَ أَنْ أَشْكُرَ لِي وَلِوَالِدَيْكَ إِلَيَّ الْمَصِيرُ

Dan Kami perintahkan kepada manusia (berbuat baik) kepada dua orang ibu-bapaknya; ibunya telah mengandungnya dalam keadaan lemah yang bertambah-

⁶⁴ Teungku Hasbi ash-Shiddiqi, *Tafsir Al-Qur'anul Masjid An-Nur*, (Semarang; Pustaka Rizki Putra, 2000), cet.II, hal. 405

tambah, dan menyapihnya dalam dua tahun. Bersyukurlah kepada-Ku dan kepada dua orang ibu bapakmu, hanya kepada-Kulah kembalimu. (QS. Luqman [31]: 14)

Dalam surat tersebut dijelaskan bahwa penyapihan dibolehkan dan apabila kurang dari dua tahun, bisa berdampak negatif bagi anak. Oleh karena itu, ketentuan Allah di atas menjadi penting baik dalam konteks pemeliharaan hak-hak anak untuk memperoleh susuan maupun dalam memberikan kebebasan pada ibu untuk menikmati kesehatan dan kehidupan yang nyaman. Dari pertimbangan ini maka Allah SWT memberikan keringanan (*rukhsah*) untuk boleh menyapih anak kurang dari usia dua tahun, asalkan telah dimusyawarahkan di antara kedua orang tua. Sebab diakui dalam kenyataan kehidupan anak-anak, ada di antara mereka yang sudah mampu memakan makanan yang keras (*taghaddi*) sebelum berusia dua tahun, hal tersebut yang menjadi pertimbangan orang tua untuk menghentikan penyusuan. Seluruh permasalahan anak diserahkan kepada orang tua, karena merekalah yang mengetahui hal yang terbaik untuk anaknya. Orang tua dilarang melakukan hal-hal yang memadharatkan anak. Demikian juga anak tidak boleh menjadi madlarat bagi kehidupan orang tuanya.

Penelitian mutakhir membuktikan adanya hubungan kuat penyusuan selama usia dua tahun guna memperoleh antibodi untuk melawan penyakit (kekebalan terhadap berbagai macam penyakit). Semua itu dikarenakan adanya sebagian gen kekebalan dari ibu susuan kepada bayi yang menyusui dan bersatunya ke dalam mata rantai gen di dalam sel bayi. Hal ini tidak mungkin terdapat dalam susu formula. Setelah anak berusia lebih dari dua tahun tubuhnya dapat menghasilkan antibodi sendiri.⁶⁵

Tidak pernah ada waktu yang pasti kapan sebaiknya anak disapih dari ibunya. Menurut WHO, masa pemberian ASI diberikan secara eksklusif 6 bulan pertama, kemudian dianjurkan tetap diberikan setelah 6 bulan berdampingan dengan makanan tambahan hingga umur 2 tahun atau lebih. Ada juga ibu-ibu yang menyapih anaknya ketika usia 1-2 tahun, bahkan ada yang diusia 4 tahun.

ASI harus diberikan kepada bayi sesering mungkin dan dalam waktu yang lama setidaknya sampai berumur 2 tahun, payudara ibu memproduksi ASI dengan nutrisi paling tinggi sampai 6 bulan, untuk itu bayi dianjurkan untuk disusui secara eksklusif sampai berumur 6 bulan. Meskipun setelah berusia 4-6 bulan diberikan makanan

⁶⁵ Zaghlul an-Najjar, *Al-I'jāz al-Ilmiy fi as-Sunnah an-Nabawīyah*, terj. M. Lukman, *Pembuktian Sains Dalam Sunah* (Jakarta: Amzah, 2006), hal. 144

tambahan, namun bayi sebaiknya tetap disusui sampai berusia 12 bulan atau 24 bulan karena ASI masih memiliki zat-zat gizi yang berguna untuk tumbuh kembang bayi seperti lemak, protein, mineral dan vitamin.

Adapun penyusuan lebih dari dua tahun biasanya termasuk masa proses dalam penyapihan karena anak tidak mungkin langsung bisa terlepas dari susuan ibunya, sehingga dibutuhkan beberapa waktu untuk melepaskan anak dari susuan ibunya. Penyapihan biasanya dilakukan dengan ibu mengonsumsi makanan pahit sehingga ASI menjadi pahit. Sedangkan berkurangnya masa penyusuan disebabkan hal-hal buruk yang ditimbulkan anak atau ibu, maka Allah Swt. memberikan keringanan dan membolehkan untuk mengurangi masa menyusui (dua tahun).

Usia dua tahun menjadi patokan ideal untuk menyapih diantara alasannya adalah;

- a. Terkait pertumbuhan gigi, bayi usia kurang lebih 2 tahun memiliki nafsu makan yang baik, sehingga sangat tepat untuk mulai mengganti ASI dengan makanan biasa. Selain itu ibu juga tidak akan kesakitan karena bayi sudah mulai senang menggigit.
- b. Psikoseksual anak, pada usia dua tahun anak sudah mulai terlepas dari fase oral, dan berganti ke fase anal. Kenikmatan oral anak sudah mulai berganti, pusat kenikmatan berlanjut ke anus. sehingga pada usia ini sangat tepat untuk menyapih anak dari ASI.
- c. Jumlah ASI dan nutrisi yang terkandung didalam payudara ibu sudah berkurang⁶⁶

Penyapihan pada usia bayi kurang dari 6 bulan memiliki dampak yang kurang baik diantaranya adalah :

- a. Menyebabkan hubungan anak dan ibu berkurang keeratannya karena proses bonding etatman⁶⁷ terganggu
- b. Insiden penyakit infeksi terutama diare meningkat
- c. Pengaruh gizi yang mengakibatkan malnutrisi pada anak
- d. Mengalami reaksi alergi yang menyebabkan diare, muntah, ruam dan gatal-gatal karena reaksi dari sistem imun.

⁶⁶ Dony Setiawan Hendyca Putra, *Keperawatan anak dan Tumbuh Kembang*, (Yogyakarta; Nuha Medika, 2014), hal. 106

⁶⁷ Bounding Attachment adalah suatu ikatan yang terjadi antara orang tua dan bayi baru lahir, yang meliputi pemberian kasih sayang dan pencurahan perhatian yang saling tarik-menarik.

Supaya ibu mudah menyapih anaknya, berikut beberapa cara untuk memulai penyapihan yang benar:

- a. Ibu mengurangi frekuensi menyusui secara perlahan dan bertahap. Misalnya dengan mengurangi frekuensi menyusui dari lima kali menjadi tiga kali atau empat kali. Lakukan bertahap sampai akhirnya berhenti sama sekali.
- b. Ibu meningkatkan frekuensi pemberian MP-ASI (Makanan Pendamping Air Susu Ibu) dan makanan selingan
- c. Ibu tetap memberikan perhatian dan kasih sayang kepada bayi
- d. Ibu memulai masa menyapih saat bayi berusia di atas 2 tahun.
- e. Alihkan perhatian si anak dengan melakukan hal lain. Bernyanyilah dan bermain bersamanya, sehingga anak tidak ingat saatnya menyusu pada mama.
- f. Komunikasikan hal ini dengan anak. Jangan takut anak tidak mengerti dengan keinginan anda untuk menyapihnya. Berikan pengertian yang baik dan dengan komunikasi yang mudah dicerna olehnya. Walau masih kecil tapi ia mengerti kata kata dari orang dilingkungannya.
- g. Jangan menyapih anak ketika ia tidak sehat, atau sedang merasa sedih, kesal atau marah. Hal itu akan membuat anak anda merasa anda tidak menyayangi dirinya.
- h. Hindari menyapih anak dari menyusui ke pacifier (empeng) atau botol susu. Selalu bina komunikasi dengan sang anak. Mintalah bantuan dari sang Ayah untuk melengkapi komunikasi dengan anak dan sebagai figure pendamping ibu.
- i. Ibu menghentikan jadwal menyusui pada malam hari. Jangan menyapihnya secara mendadak dan langsung, hal itu akan membuat perasaan anak anda terguncang.
- j. Jangan menipu anak anda dengan cara mengoleskan jamu di puting saat menyusui atau apapun yang membuat rasanya tidak nyaman. Pemaksaan seperti itu akan membuat hubungan batin anak dan ibu menjadi rusak.

BAB III

TAFSIR TENTANG AYAT LAKTASI

A. Gambaran Umum Ayat Laktasi

1. QS. Al Baqarah ayat 233

Surat Al-Baqarah sejumlah 286 ini tergolong sebagai surat Madaniyyah dan sebagian besar diturunkan permulaan tahun hijrah, kecuali ayat 281 yang turun di Mina pada saat haji wada'. Berdasarkan tartib an-nuzul surat ini merupakan urutan ke-87 dan ke-2 berdasarkan urutan nomor surat. Surat ini dinamakan surat Baqarah karena di dalamnya terdapat kisah penyembelihan sapi betina (*the cow*) yang diperintahkan Allah kepada Bani Israil, terutama pada ayat 67-73.⁶⁸ Surat ini juga dinamakan *Fuṣṭalatul Qur'an* (puncak Al-Qur'an) karena memuat hukum yang tidak disebutkan dalam surat lain. Pokok-pokok hukum perkawinan, perceraian dan penyusuan diatur dalam surat Al-Baqarah mulai ayat 221 hingga ayat 235.

Secara eksplisit Al-Qur'an telah mengatur tentang pemberian ASI yang hendaknya dilakukan selama 2 tahun. Hal ini sesuai dengan QS. Al-Baqarah ayat 233

﴿وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُبْرِئَ الرِّضَاعَةَ وَعَلَى الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ لَا تُكَلَّفُ نَفْسٌ إِلَّا وُسْعَهَا لَا تُضَارَّ وَالِدَةٌ بِوَلَدِهَا 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 (sebelum dua tahun) 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."⁶⁹ (QS. Al-Baqarah: 233)

⁶⁸ Muhammad Asad, *The Message of The Qur'an*, (Gibraltar: Dar Andalus, 1980), hal. 3

⁶⁹ Departemen Agama RI: *Al-Qur'an Tajwid dan Terjemah*. (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2012),

Ayat ini turun (*asbabunnuzul*) sebagai petunjuk atas beberapa peristiwa yang dianggap melecehkan posisi bayi pada zaman jahiliyyah. Sehingga dibutuhkan penegasan (petunjuk) atas perilaku kasih sayang kepada seorang anak lewat penyusuan. Setiap ibu (meskipun janda) berkewajiban menyusui anaknya sampai anak itu mencapai usia dua tahun. Kalau dikurangi dari masa tersebut apabila kedua ibu-bapak memandang ada masalahnya.⁷⁰

Kata *al-wālidāt* (الوالدات) dalam penggunaan al-Qur'an berbeda dengan kata (*أمهات*)*ummahāt* yang merupakan bentuk jamak dari kata (*أم*)*umm*. Kata *ummahāt* digunakan untuk menunjuk para ibu kandung, sedangkan kata *al-wālidāt* maknanya adalah para ibu, baik ibu kandung maupun bukan. Ini berarti bahwa al-Qur'an 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 selainnya. Dengan menyusui pada ibu kandung, anak merasa lebih tenteram, sebab menurut penelitian ilmuwan, ketika itu bayi mendengar suara detak jantung ibu yang telah dikenalnya secara khusus sejak dalam perut. Detak jantung itu berbeda antar seorang wanita dengan wanita yang lain.⁷¹

Terhadap penyempurnaan susuan selama dua tahun dalam surat al-Baqarah ayat 233⁷², beberapa ulama memberikan penafsiran sebagai berikut:

1. Prof. Dr. Hamka dalam tafsir Al-Azhar berpendapat bahwa di ayat ini bertemu pula apa yang dialami oleh ilmu ketabiban modern, bahwasanya air susu ibu lebih baik dari susu yang lain. Di sebut pula di sini bahwa masa penyusuan yang baik disempurnakan dua tahun.⁷³
2. Menurut Abi Fadl Shihabbudin kedudukan kata "*ḥaulaini kāmilaini*" adalah sebagai *tarkib*, dimana *ḥaulaini* sebagai *maushuf* dan *kāmilaini* sebagai *shifat*-nya. Maka tidak salah manakala hal ini menjadi petunjuk waktu bahwa kasih sayang kepada anak

⁷⁰ Muhammad Asad, *The Message of The Qur'an*, (Gibraltar: Dar Andalus, 1980), hal. 51

⁷¹ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*, Vol. 1 (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hal. 609

⁷² Abi Thohir bin Ya'qub, *Tanwirul Miqbas min Tafsir Ibnu Abbas*, (Beirut: Darul Fikr, 1995) hal.37

⁷³ Prof. Dr. Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, (Jakarta: Pustaka Panjimas, 1984), juz II, hal, 232

dalam bentuk penyusuan dianggap sebagai hal krusial yang selanjutnya akan mendapatkan penjelasan persoalan waktu penyusuan yang ideal.⁷⁴

3. Kata *ḥaulaini kāmilaini* oleh Abi Thohir bin Ya'qub diartikan sebagai dua tahun yang benar-benar sempurna. Dan itu diperuntukkan atas penyusuan anak-anaknya kepada seorang ayah (*ya'ni 'alā al-Ab*). Dengan demikian, seorang Ibu tidak terlalu mengambil resiko dan tidak terlalu bertanggungjawab secara penuh dalam memberikan penyusuan kepada bayinya.⁷⁵
4. Muhammad Nasib Ar-Rifa'i dalam tafsir Ibnu Katsir berpendapat bahwa anjuran Allah dalam surat Al-Baqarah ayat 233 merupakan bimbingan bagi para ibu, hendaknya mereka menyusui anak-anaknya secara sempurna, yaitu selama dua tahun. Setelah itu tiada lagi penyusuan. Oleh karena itu, Allah berfirman, "Bagi orang yang hendak menyempurnakan penyusuan." Mayoritas imam mengatakan bahwa tidak dilarang penyusuan kecuali yang kurang dari dua tahun. Jadi, apabila bayi yang berusia lebih dari dua tahun menyusu, maka tidak dilarang (tidak diharamkan).⁷⁶

Sejak kelahiran hingga 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 menyusunya.

Penyusuan yang selama dua tahun itu, walaupun diperintahkan, tetapi bukanlah kewajiban. Ini dipahami dari penggalan ayat yang mengatakan, *bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan*. Namun demikian, ia adalah anjuran yang sangat ditekankah, seakan-akan ia adalah perintah wajib. Jika ibu bapak sepakat untuk mengurangi masa tersebut, maka tidak apa-apa. Tetapi, hendaknya 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.

⁷⁴ Abi Fadl Shihabuddin, *Ruhul Ma'ani fi Tafsiri Al-Qur'an Al-Adzim*, (Beirut: Darul Fikr, 2001), jilid. I, hal. 539

⁷⁵ Abi Thohir bin Ya'qub, *Tanwirul Miqbas min Tafsir Ibnu Abbas*, (Beirut: Darul Fikr, 1995), hal.37

⁷⁶ Muhammad Nasib, *Ringkasan Ibnu Katsir*, (Jakarta: Gema Insani, 1999), hal 388

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 dikandung hanya enam bulan, maka ketika itu masa penyusuannya adalah 24 bulan.⁷⁷

Tentu saja ibu yang menyusukan memerlukan biaya agar kesehatannya tidak terganggu dan air susunya selalu tersedia. Atas dasar itu, lanjutan ayat menyatakan *merupakan kewajiban atas yang dilahirkan untuknya*, yakni ayah, *memberi makan dan pakaian kepada para ibu* (kalau ibu anak-anak yang disusukan itu telah diceraikannya secara *ba'in*, bukan *raj'iy*). Adapun jika ibu anak itu masih berstatus istri walau telah ditalak *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.

Mengapa menjadi 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*, yakni yang dijelaskan maknanya dengan penggalan ayat berikut yaitu, *seseorang tidak dibebani melainkan menurut kadar kesanggupannya. Janganlah seorang ibu menderita kesengsaraan karena anaknya*, yakni jangan sampai ayah mengurangi hak yang wajar bagi seorang ibu dalam pemberian nafkah dan penyediaan pakaian, karena mengandalkan kasih sayang ibu kepada anaknya. *Dan juga seorang ayah menderita* karena ibu menuntut sesuatu di atas kemampuan sang ayah dengan dalih kebutuhan anak yang disusukannya.

Dengan tuntunan 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 warispun 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

⁷⁷ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*, Vol. 1 (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hal. 610

yang menjadi hak anak dari ayahnya yang meninggal, digunakan antara lain untuk biaya penyusuan bahkan makan dan minum ibu yang menyusuinya. Ada juga yang berpendapat, bahwa yang dimaksud dengan *para waris* adalah para ibu yang menyusui itu. Betapapun, ayat ini memberi jaminan hukum untuk kelangsungan hidup dan pemeliharaan anak.

Apabila keduanya, yakni ayah dan ibu anak itu, *ingin menyapih* (sebelum dua tahun) *dengan kerelaan keduanya*, bukan akibat paksaan dari siapapun, *dan dengan permusyawaratan*, yakni dengan mendiskusikan serta mengambil keputusan yang terbaik, *maka tidak ada dosa atas keduanya* untuk untuk mengurangi masa penyusuan dua tahun itu.

Dari sini dipahami adanya 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 kalau enggan berkata “kurang”, dan ini dapat mengakibatkan dosa, yaitu enggan menyusui anaknya. Karena itu, bagi yang tidak mencapai tingkat cukup, baik dengan alasan yang dapat dibenarkan-misalnya karena sakit-maupun alasan yang dapat menimbulkan kecemasan-misalnya karena ibu meminta bayaran yang tidak wajar-maka ayah harus mencari seseorang yang dapat menyusui anaknya. Inilah yang dipesankan oleh lanjutan ayat di atas dengan pesannya, *jika kamu*, wahai para ayah, *ingin anak kamu disusukan oleh wanita lain*, dan ibunya tidak bersedia menyusuinya, *maka tidak ada dosa bagi kamu apabila kamu memberikan pembayaran* kepada wanita lain itu berupa upah atau hadiah *menurut yang patut*.⁷⁸

2. QS. Al Ahqaf ayat 15

QS. Al-Ahqaf sejumlah 35 ayat ini tergolong sebagai surat Makkiyah, berada dalam urutan ke-66 berdasarkan tartib an-Nuzul dan ke-46 berdasarkan urutan nomor surat. Allah Swt merincikan bahwa masa hamil dan menyusui adalah 30 bulan, sebagaimana yang tercantum pada QS. Al-Ahqāf [46]: 15.

⁷⁸ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*, Vol. 1 (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hal. 611

وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ إِحْسَانًا حَمَلَتْهُ أُمُّهُ كُرْهًا وَوَضَعَتْهُ كُرْهًا وَحَمَلُهُ وَفِصْلُهُ ثَلَاثُونَ شَهْرًا حَتَّىٰ إِذَا بَلَغَ
أَشُدَّهُ وَبَلَغَ أَرْبَعِينَ سَنَةً قَالَ رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَىٰ وُلَدِيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ
صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأَصْلِحْ لِي فِي ذُرِّيَّتِي إِنِّي تُبْتُ إِلَيْكَ وَإِنِّي مِنَ الْمُسْلِمِينَ

Kami perintahkan kepada manusia supaya berbuat baik kepada dua orang ibu bapaknya, ibunya mengandungnya dengan susah payah, dan melahirkannya dengan susah payah (pula). mengandungnya sampai menyapihnya adalah tiga puluh bulan, sehingga apabila Dia telah dewasa dan umurnya sampai empat puluh tahun ia berdoa: "Ya Tuhanku, tunjukilah aku untuk mensyukuri nikmat Engkau yang telah Engkau berikan kepadaku dan kepada ibu bapakku dan supaya aku dapat berbuat amal yang saleh yang Engkau ridhai; berilah kebaikan kepadaku dengan (memberi kebaikan) kepada anak cucuku. Sesungguhnya aku bertaubat kepada Engkau dan Sesungguhnya aku Termasuk orang-orang yang berserah diri".⁷⁹ (QS. Al-Ahqāf [46]: 15.)

Kata *(احسانا) ihsānan* ada juga yang membacanya *(حسنا) husnān*. Kedua kata tersebut mencakup “segala sesuatu yang menggembirakan dan disenangi”. Kata *hasanah* digunakan untuk menggambarkan apa yang menggembirakan manusia akibat perolehan nikmat, menyangkut jiwa, jasmani, dan keadaannya. Demikian dirumuskan oleh pakar kosakata al-Qur’an, ar-Raghib al-Ashfahani. Bakti atau berbuat baik kepada kedua orang tua adalah bersikap sopan santun kepada keduanya dalam ucapan dan perbatan sesuai dengan adat kebiasaan masyarakat sehingga mencukupi kebutuhan-kebutuhan mereka yang sah dan wajar sesuai kemampuan anak.⁸⁰

Firman-Nya: (حَمَلَتْهُ أُمُّهُ كُرْهًا وَوَضَعَتْهُ كُرْهًا) *hamalathu ummuhu kurhan wa wadha’athu kurhan/ibunya mengandungnya dengan susah payah melahirkannya dengan susah payah* menjelaskan betapa berat kandungan dan kelahiran itu dialami oleh ibu. Dalam konteks ini Sayyid Quthub menulis bahwa dengan kemajuan yang dicapai dalam embriologi dapat diketahui secara lahiriah betapa besar pengorbanan ibu. Setelah terjadi pembuahan zat, yang merupakan cikal bakal manusia, bergerak menuju dinding rahim untuk berdempet. Zat itu dilengkapi dengan potensi menyerap makanan sehingga ia merobek rahim di mana ia berdempet dan memakannya sehingga darah ibu mengalir menuju zat itu dan ia pun senantiasa bagaikan berenang di dalam kolam darah ibu yang kaya dengan saripati makanan. Ia mengisapnya agar dapat hidup dan tumbuh berkembang, sedang sang ibu yang sungguh wajar dikasihani itu makan, minum, mengunyah, dan mengisap yang kesemuanya menghasilkan darah yang bersih untuk anak yang

⁷⁹ Departemen Agama RI: *Al-Qur’an Tajwid dan Terjemah*. (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2012), hal. 504

⁸⁰ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur’an*, Vol. 12 (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hal. 405

dikandungnya yang dengan amat lahap memakannya. Selanjutnya, pada periode pembentukan tulang-tulang, semakin banyak kebutuhan janin itu kepada kalsium dan karena itu pula sang ibu memberikan kepadanya dari saripati tulang-tulangnya pada darah agar kerangka sang anak dapat terbentuk dengan sempurna. Itu sedikit dari banyak sekali yang dianugerahkan ibu saat kehamilan janinnya. Demikian lebih kurang Sayyid Quthub.

Firman-Nya: (وَحَمْلُهُ وَفِصَالُهُ ثَلَاثُونَ شَهْرًا) *wahamluhu wa fiṣaluhu ṣālasuna syahran/kandungan dan penyapihannya adalah tiga puluh bulan* mengisyaratkan bahwa masa kandungan minimal adalah enam bulan karena pada QS. Al-Baqarah [2]: 233 telah dinyatakan bahwa masa penyusuan yang sempurna adalah dua tahun, yakni 24 bulan. Di sisi lain, dapat dikatakan bahwa penyusuan minimal adalah Sembilan bulan kaerana masa kandungan yang normal adalah Sembilan bulan. Betapapun, ayat di atas menunjukkan betapa pentingnya ibu menyusukan anak dengan ASI.⁸¹

Masa mengandung dan menyapih adalah 30 bulan, sehingga para Ulama tafsir membuat satu rumusan yaitu jika masa kehamilan berkurang maka masa menyusui bertambah, sebaliknya jika masa kehamilan bertambah maka masa menyusui berkurang. Ayat ini memberikan pengertian bahwa masa mengandung yang paling pendek adalah 6 bulan, karena masa menyusui yang paling panjang adalah dua tahun penuh. Hal ini berdasarkan fatwa ‘Alī bin Abi Ṭālib yang kemudian disetujui ‘Uṣmān bin ‘Affān dan para sahabat. Muhammad Ishaq pengarang kitab *as-Sirah* meriwayatkan dari Ma’mar bin Abd Allah al-Juhani, ia berkata: ada seorang lelaki dari kalangan kami mengawini seorang wanita dari Juhainah. Maka wanita itu melahirkan anak sedangkan perkawinannya genap 6 bulan. Maka suaminya berangkat menemui ‘Uṣmān bin ‘Affān dan menceritakan hal itu. Kemudian ‘Uṣmān bin ‘Affān menyuruh wanita itu didatangkan. Ketika wanita itu hendak memakai pakaiannya, maka saudara perempuannya menangis. Wanita itu berkata kepadanya: “mengapa kamu menangis. Demi Allah Swt. tidak seorang pun diantara makhluk yang telah mencampuri aku selain dia. Namun Allah Swt. memberikan keputusan kepadaku sekehendak Dia.”⁸²

Wanita itu datang ke hadapan ‘Uṣmān bin ‘Affān, dan beliau menyuruh agar wanita itu dirajam. Namun hal itu didengar oleh ‘Alī bin Abi Ṭālib. Beliau pun mendatangi ‘Uṣmān bin ‘Affān dan berkata: “apa yang anda lakukan?” ‘Uṣmān bin ‘Affān menjawab: “wanita itu

⁸¹ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur’an*, Vol. 12 (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hal. 406

⁸² Aḥmad Mustāfa al-Marāgī, *Tafsīr al-Marāgī* (Mesir: Mustāfa al-Bab al-Halabi, 1394H/1974 M), juz 26, hal. 31

melahirkan setelah perkawinannya genap 6 bulan, mungkinkah hal itu terjadi?”. maka ‘Alī bin Abi Ṭālib berkata: “tidakkah engkau mendengar Allah Swt. Telah berfirman

..... وَحَمْلُهُ وَفِصْلُهُ ثَلَاثُونَ شَهْرًا

mengandungnya sampai menyapihnya adalah tiga puluh bulan

sehingga kau dapati sisanya 6 bulan. Usman bin ‘Affan pun berkata: “demi Allah Swt. Aku tidak mengetahui sejauh itu. Bawa kemari wanita itu.”, ternyata wanita itu telah siap untuk dihukum.

Ibnu Abbas berkata: “jika seorang wanita mengandung selama sembilan bulan, maka masa menyusui adalah dua puluh satu bulan, sedangkan jika dia mengandung selama enam bulan maka masa menyusui adalah dua puluh empat bulan”⁸³ menurut al-Maraghi itu adalah batas minimal masa kandungan.⁸⁴

Diriwayatkan bahwa ayat ini diturunkan berkaitan dengan Abu Bakar aṣ- Ṣiddiq, di mana ibunya mengandung dan menyusuinya selama tiga puluh bulan yaitu selama sembilan bulan mengandung dan menyusuinya selama dua puluh satu bulan.⁸⁵

Al-Qurṭubī mengambil sebuah pendapat bahwa tiga bulan pertama dari masa kehamilan tidak dihitung, sebab pada masa itu anak masih berupa sperma, kemudian menjadi segumpal darah, kemudian menjadi segumpa daging sehingga tidak memiliki bobot yang dapat dirasakan oleh ibu. Hal ini diperkuat oleh dalil QS. Al-a’raf [7]: 189

فَلَمَّا تَغَشَّاهَا حَمَلَتْ حَمْلًا خَفِيفًا فَمَرَّتْ بِهِ

*Maka setelah dicampurinya, isterinya itu mengandung kandungan yang ringan, dan teruslah dia merasa ringan (beberapa waktu).*⁸⁶

Ayat di atas juga menunjukkan betapa pentingnya ibu kandung memberi perhatian yang cukup terhadap anak-anaknya, khususnya pada masa-masa pertumbuhan dan perkembangan jiwanya. Sikap kejiwaan seorang dewasa banyak sekali ditentukan oleh perlakuan yang

⁸³ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur’an*, Vol. 1 (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hal. 610

⁸⁴ Aḥmad Mustāfa al-Marāgī, *Tafsīr al-Marāgī* (Mesir: Mustāfa al-Bab al-Halabi, 1394H/1974 M), juz 2, hal. 320

⁸⁵ Abi ‘Abd Allah Muḥammad bin Aḥmad bin Abī Bakr al-Qurṭubī, *Al-Jami’ li-ahkām al-Qur’ān wa al-Mubayyan limā Jaḍammanahu min as-Sunnah wa Āi al-Furqān* (Beirut: Muassasah al-Rislāh, 1427 H/2006 M), juz 16, hal. 232

⁸⁶ Departemen Agama RI: *Al-Qur’an Tajwid dan Terjemah*. (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2012), hal. 176

dialaminya pada saat kanak-kanak. Karena itu, tidaklah tepat membiarkan mereka hidup terlepas dari ibu bapak kandungnya. Betapapun banyak kasih sayang yang dapat diberikan oleh orang lain, tetep saja kasih sayang ibu bapak masih sangat mereka butuhkan.

وَبَلَغَ أَرْبَعِينَ سَنَةً (dan umurnya sampai empat puluh tahun), di dalam ayat ini Allah swt, menjelaskan bahwa setelah manusia berumur empat puluh tahun barulah mantap tumbuh dewasa. Barulah manusia mensyukuri nikmat kehidupan yang telah dianugerahkan Allah Swt. kepadanya. Sebagaimana yang dikatakan Hajjaj bin Abdullah al-Hakami (seorang pangeran terkemuka dari Bani Umayyah) berkata bahwa empat puluh tahun peringkat usia pertama aku meninggalkan perbuatan dosa karena malu terhadap manusia. Tetapi setelah lepas empat puluh tahun ke atas, aku telah meninggalkan perbuatan dosa karena malu kepada Allah Swt.⁸⁷

Al-Maragī menafsirkan bahwa umur empat puluh tahun adalah akhir kematangan dan kesempurnaan akal. Diriwayatkan oleh Ibnu Abbas: “barangsiapa yang telah berumur empat puluh tahun namun kebajikannya tidak melebihi keburukannya, maka hendaklah ia bersiap-siap untuk masuk neraka”⁸⁸

Penafsiran yang sama juga dilakukan oleh Muhammad ‘Ali as-Sayis dalam kitab *Tafsir ayat al-Ahkām* bahwa empat puluh tahun adalah waktu yang sempurna kekuatan seseorang. Karena pada waktu itulah sempurnanya budi pekerti dan kekuatan untuk mengumpulkan kekuatan demi persiapan-persiapan yang matang. Ia juga mengungkapkan bahwa ayat tersebut ditujukan kepada sesuatu yang dihapuskan, semestinya berbunyi, “maka dia pun hidup atau panjang umurnya sampai benar- benar kuat dan kokoh, baik fisik maupun mental”.

3. QS. Luqman ayat 14

وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهَنَا عَلَى وَهْنٍ وَفِصْلُ فِي عَامَتَيْنِ أَنْ أَشْكُرَ لِي وَلِوَالِدَيْكَ إِلَيَّ الْمَصِيرُ

*Dan Kami perintahkan kepada manusia (berbuat baik) kepada dua orang ibu-bapaknya; ibunya telah mengandungnya dalam keadaan lemah yang bertambah-tambah, dan menyapihnya dalam dua tahun. Bersyukurlah kepada-Ku dan kepada dua orang ibu bapakmu, hanya kepada-Kulah kembalimu.*⁸⁹ (QS. Luqman: 14)

⁸⁷ Hamka, *Tafsir Al-Ahzar* (Jakarta: Pustaka Panjimas, 1982), juz 27, hal.29

⁸⁸ Ahmad Mustafa al-Marāgī, *Tafsir al-Marāgī* (Mesir: Mustafa al-Bab al-Halabi, 1394H/1974 M), juz 2, hal. 320

⁸⁹ Departemen Agama RI: *Al-Qur'an Tajwid dan Terjemah*. (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2012), hal. 412

QS. Luqman sejumlah 34 ayat ini tergolong sebagai surat Makkiyah, berada dalam urutan ke-57 berdasarkan tartib an-Nuzul dan ke-31 berdasarkan urutan nomor surat. Kalimat *وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ* (dan Kami perintahkan manusia terhadap kedua orang ibu bapaknya), maksudnya Allah memerintahkan kepada seorang anak untuk senantiasa berbakti kepada kedua orang tuanya.⁹⁰ Wasiat kalau datang dari Allah sifatnya perintah. Tegasnya ialah bahwa Tuhan memerintahkan agar manusia senantiasa menghormati dan memuliakan kedua ibu-bapaknya. Sebab dengan jalan kedua ibu bapak itulah manusia dilahirkan kemuka bumi. Oleh karena itu sewajarnya manusia menghormati keduanya. Maka jauhlah berbeda anggapan dan ajaran Islam dengan ajaran lain yang mengatakan bahwa persetubuhan kedua ibu-bapak menyebabkan manusia menderita malang dalam dunia ini. Dalam sebuah ajaran didalam kristen yang memandang bahwa persetubuhan adalah akibat dari dosa Adam dan Hawa, sehingga manusia lahir buat hidup menanggung dosa. Dalam Islam diajarkan bahwa hidup didunia adalah buat beribadah kepada Tuhan, untuk berterima kasih, dan sebagai khalifah. Semuanya tidak dapat dilaksanakan kalau tidak ada manusia lahir kedunia ini. Sebab itulah ibu-bapak haruslah dihormati sebab mereka manusia dimunculkan oleh Allah kedunia ini.⁹¹ Wasiat bagi anak untuk berbakti kepada kedua orang tuanya muncul berulang-ulang dalam al-Qur'an yang mulia dan dalam wasiat Rasulullah. Namun, wasiat buat orang tua tentang anaknya sangat sedikit. Kalaupun ada, ia kebanyakan muncul dalam tema kasih sayang (yaitu keadaan khusus dalam situasi yang khusus pula) karena fitrah itu sendiri telah menjamin pengasuhan orang tua terhadap anak-anaknya. Jadi, fitrah selalu mendorong seseorang agar mengasuh generasi baru yang tumbuh untuk menjamin penerusan kehidupan manusia di bumi ini sebagaimana yang dikehendaki oleh Allah.⁹²

Perlu diketahui pula bahwa sesungguhnya kedua orang tua pasti mengeluarkan segalanya bagi anak-anaknya baik apa pun yang mereka miliki dalam dalam jasadnya, dalam umurnya, dalam ototnya mampun segala yang mereka miliki dengan penuh kasih sayang. Walaupun hal itu sangat sulit dan dibayar dengan mahal, mereka tidak pernah mengeluh dan mengadu. Bahkan, tanpa menghitung-hitung dan merasa berat terhadap pengorbanan yang mereka korbakan. Mereka malah sangat bersemangat, gembira, dan senang seolah-olah mereka berdualah yang menikmatinya. Jadi, fitrah saja sudah cukup sebagai wasiat bagi orang tua untuk menjamin kehidupan anak-anaknya, anak-anak membutuhkan wasiat yang berulang-ulang agar menoleh dan

⁹⁰ Imam Jalaluddin al-Mahalli dan Imam Jalaluddin as-Suyuti, *Tafsir Jalalain*, Terj. Bahrum Abubakar, *Terjemah Tafsir Jalalain, berikut Asbaabun Nuzul*, Jilid 2, (Bandung: Sinar Baru Algesindo, 2010), cet. VII, hal. 475.

⁹¹ Haji AbdulMalik Abdul Karim Amrullah, *Tafsir al-Azhar*, (Jakarta: Panjimas), Juz. XXI, hal. 129

⁹² Sayyid Quthub, *Tafsir fi Zhilalil al-Qur'an (Dibawah Naungan al-Qur'an)*, (Jakarta: Gema Insani, 2001), Jil. IX, hal. 174

mengingat generasi yang telah berkorban, berlalu, dan telah hilang dari lembarang kehidupan setelah menghabiskan umurnya, ruhnya, dan kekuatannya untuk generasi yang sedang menghadapi masa depan dalam kehidupan. Seorang anak tidak mungkin dapat dan tidak akan sampai mampu membalas budi kedua orang tuanya, walaupun anak tersebut mewakafkan seluruh umurnya bagi keduanya, inilah gambaran yang mengisyaratkan itu.

Kemudian maksud *'berbuat baik'* pada ayat ini adalah agar manusia selalu bersyukur setiap menerima nikmat-nikmat yang telah telah dilimpahkan kepada mereka, dan bersyukur pula pada ibu bapak yang telah yang telah membesarkan, memelihara, dan mendidik, serta bertanggung jawab atas diri mereka, sejak dalam kandungan sampai mereka dewasa dan sanggup berdiri sendiri.⁹³

حَمَلْتَهُ أُمُّهُ وَهَنَا عَلَى وَهْنٍ (ibunya yang telah mengandungnya bersusah payah), *wahnan 'alā wahnin* (dalam keadaan yang lemah yang bertambah-tambah), seorang ibu lemah yang bertambah-tambah dalam mengandung anaknya, kemudian setelah itu lemah karena melahirkan yang selanjutnya lemah karena mengurus anaknya setelah lahir dalam keadaan bayi.⁹⁴ Penggalan ayat ini menggambarkan mengandung bersusah payah bertambah payah. Payah sejak dari mengandung bulan pertama, bertambah payah tiap bertambah bulan dan sampai puncak kepayahan diwaktu anak dilahirkan.⁹⁵

وَفِصْلُهُ (dan tidak menyusuinya lagi), فِي عَامَيْنِ (dalam dua tahun), terhitung mulai sejak lahir.⁹⁶ Allah memerintahkan kepada manusia agar berbakti kepada kedua orang tuanya khususnya ibu. Karena kesukaran yang diderita oleh seorang ibu yang melahirkan dan menyusui bayinya hingga mencapai umur sekitar dua tahun.⁹⁷ Sesudah lahir kedunia sang anak disusukan dalam masa dua tahun (yang utama). Air Susu Ibu (ASI) juga terdiri dari zat-zat penting dalam darah ibu, yang disuguhkan dengan kasih sayang untuk dihisap oleh anaknya. Dalam ASI terdapat segala macam zat yang dibutuhkan untuk pertumbuhan jasmani dan rohani anak, dan untuk mencegah segala macam penyakit. Zat-zat ini tidak terdapat pada susu sapi. Oleh sebab itu, susu sapi dan sejenisnya tidak akan sama mutunya dengan ASI. Segala macam susu bubuk atau

⁹³ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Tafsirnya (Edisi yang Disempurnakan)*, (Jakarta: Lentera Abadi, 2010), hal. 552

⁹⁴ Teungku Muhammad Habsi ash-Shiddieqiy, *Tafsir al-Qur'anul Majid an-Nuur*, (Semarang: Pustaka Rizki Putra, 2000), hal. 3208

⁹⁵ Haji AbdulMalik Abdul Karim Amrullah, *Tafsir al-Azhar*, (Jakarta: Panjimas), Juz. XXI, hal. 129

⁹⁶ Jalaluddin al-Mahalli dan Imam Jalaluddin as-Suyuti, *Tafsir Jalalain*, Terj. Bahrum Abubakar, *Terjemah Tafsir Jalalain, berikut Asbaabun Nuzul*, Jilid 2, hal. 475-476

⁹⁷ Teungku Muhammad Habsi ash-Shiddieqiy, *Tafsir al-Qur'anul Majid an-Nuur*, (Semarang: Pustaka Rizki Putra, 2000), hal. 3208

susu kaleng tidak ada yang sama mutunya dengan ASI. Oleh sebab itu, seorang ibu sangatlah dihimbau untuk menyusui anaknya dengan ASI, jangan mengganti dengan susu bubuk, kecuali ada kondisi yang memaksa.⁹⁸

Disamping itu, وَفِصْلَةٌ فِي عَامَتَيْنِ (dan penyapiannya di dalam dua tahun), mengisyaratkan betapa penyusuan anak sangat penting dilakukan oleh ibu kandung. 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. Kata *fī/di dalam*, mengisyaratkan bahwa masa itu tidak mutlak demikian, karena bila anda 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 ditegaskan bahwa masa dua tahun adalah bagi siapa yang hendak menyempurnakan penyusuan. Penggalan ayat ini, juga dihubungkan dengan firman-Nya pada QS. al-ahqaf/46: 15 yang menyatakan: *...mengandungnya sampai menyapihnya adalah tiga puluh bulan,* diperoleh kesimpulan bahwa masa kehamilan minimal adalah tiga puluh bulan kurang dua tahun yakni enam bulan.⁹⁹

أَنْ أَشْكُرَ لِي وَلِوَالِدَيْكَ Allah memerintahkan manusia untuk bersyukur kepada Dia atas nikmat yang telah diterimanya. Selain itu, manusia juga diperintahkan untuk mensyukuri mensyukuri ibu bapaknya, karena kedua bapak merupakan penyebab kelahiran mereka di dunia. Orang tua juga menderita berbagai kesukaran dalam mendidik anaknya.¹⁰⁰

إِلَيَّ الْمَصِيرُ hanya kepada-Kulah kembalimu. tegas Allah selanjutnya. Bukan selain Aku, Aku akan memberikan pembalasan terhadap semua amal perbuatan yang telah kamu lakukan dan Aku akan menyayangimu tentang kesyukuranmu terhadap nikmat-nikmat-Ku dan kesyukuranmu terhadap ibu bapakmu. Akhir ayat ini, Allah memperingatkan kepada manusia bahwa mereka akan kembali kepada-Nya, bukan kepada orang lain. Pada saat itu, Dia akan memberikan pembalasan yang adil kepada hamba-hamba-Nya. Perbuatan baik akan dibalas dengan pahala yang berlipat ganda berupa surga, perbuatan buruk akan dibalas dengan azab neraka.¹⁰¹

⁹⁸ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Tafsirnya (Edisi yang Disempurnakan)*, (Jakarta: Lentera abadi, 2010) hal. 551

⁹⁹ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*, Vol. 12 (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hal. 610

¹⁰⁰ Teungku Muhammad Habsi ash-Shiddieqiy, *Tafsir al-Qur'anul Majid an-Nuur*, (Semarang: Pustaka Rizki Putra, 2000), hal. 3208

¹⁰¹ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Tafsirnya (Edisi yang Disempurnakan)*, (Jakarta: Lentera abadi, 2010) hal. 553

Ketiga ayat di atas tentang masa menyusui dan menyapih yang telah Allah Swt. turunkan menunjukkan bahwa masa dua tahun merupakan yang paling sempurna. Karena dengan masa dua tahun akan menyempurnakan bentuk tulang dan gigi serta membangun antibodi. ASI merupakan cairan emas ciptaan Allah Swt. tidak ada satupun susu formula yang dapat menandinginya. Allah Swt. telah mempercayai wanita sebagai penghasil ASI dan menjelaskan manfaatnya dalam pengetahuan sains. Allah Swt. telah menciptakan ASI dengan sejuta manfaat dan penjagaan kualitasnya ditangan para ibu, karena kuliatas ASI tergantung dengan kondisi ibu. Jika ibu dalam keadaan sehat, gembira dengan kehadiran anaknya dan kebutuhan gizi terpenuhi maka ASI yang dihasilkan akan sempurna dan sesuai dengan kebutuhan anak. Tetapi jika kondisi ibu sakit, susah dan kebutuhan gizinya tidak tercukupi maka kualitas ASI yang dihasilkan akan buruk sehingga anak sakit dan pertumbuhannya tidak maksimal.

BAB IV

IMPLIKASI DAN RELEVANSI KONSEP LAKTASI QS. AL-BAQARAH AYAT 233 AL-AHQAF AYAT 15 DAN LUQMAN AYAT 14 MENURUT ILMU KESEHATAN

Laktasi adalah suatu proses dimana seorang bayi menerima air susu dari payudara ibu. Laktasi atau yang biasa disebut menyusui mempunyai dua pengertian, yaitu produksi dan pengeluaran ASI. ASI merupakan minuman dianjurkan untuk semua neonatus, termasuk bayi prematur. ASI memiliki manfaat nutrisi, imunologis dan fisiologis dibandingkan dengan susu formula atau susu jenis lainnya.¹⁰²

Adapun dalam bahasa Arab istilah yang digunakan adalah *radha'ah* yang berarti penyusuan.¹⁰³ Kata *Radha'* dalam bahasa arab berasal dari kata kerja *radā'a-yarḍi'u-rad'an* yang artinya menetek atau menyusui.¹⁰⁴ Adapun Secara terminologis menurut as-Suyuthi, *radā'ah* adalah istilah (yang menunjuk) pada sampainya susu dari seorang

¹⁰² Anik Maryunani, *Asuhan Ibu Nifas & Asuhan Ibu Menyusui* (Bogor: Penerbit IN MEDIA, 2015), hal.

¹⁰³ Syaikh kamil Muhammad 'Uwaidah, *Fiqih Wanita*, (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 1998), Cet.1, hal. 467

¹⁰⁴ Kamus Al-Munir Arab-Indonesia, (Surabaya: Kashiko, 2000), Cet.1, hal. 221

wanita atau benda yang dihasilkan dari susu tersebut ke dalam perut atau otak/sumsum anak.¹⁰⁵

Menyusui merupakan suatu proses alamiah dan salah satu komponen dari sistem reproduksi, menyusui bukan sesuatu yang terjadi dengan sendirinya, tetapi merupakan suatu ketrampilan yang perlu diajarkan dan dipersiapkan sejak hamil.¹⁰⁶

Air Susu Ibu (ASI) adalah makanan pertama, utama dan terbaik bagi bayi yang bersifat ilmiah, ASI mengandung banyak zat gizi yang baik untuk perkembangan dan pertumbuhan bayi. ASI merupakan suatu emulsi lemak dalam larutan protein, laktosa, protein dan vitamin yang berfungsi sebagai makanan bagi bayi.¹⁰⁷ ASI merupakan makanan utama bayi yang bersifat alamiah, ASI diproduksi oleh ibu menyusui sekitar 800 cc air susu mengandung 600 kkal energy. Sehingga dapat disimpulkan ASI adalah makanan sempurna bagi bayi yang baru lahir.¹⁰⁸

ASI eksklusif adalah pemberian ASI sedini mungkin setelah persalinan, diberikan tanpa jadwal dan tidak diberi makanan lain, walaupun hanya air putih, sampai bayi berumur 6 bulan. Bayi yang berumur 0-6 bulan tidak diberikan apa-apa, kecuali makanan yang langsung diproduksi oleh ibu karena bayi telah memperoleh nutrisi terbaiknya melalui ASI.¹⁰⁹

Menurut Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 pada Ayat 1 diterangkan “Air Susu Ibu Eksklusif yang selanjutnya disebut ASI Eksklusif adalah ASI yang diberikan kepada Bayi sejak dilahirkan selama 6 (enam) bulan, tanpa menambahkan dan/atau mengganti dengan makanan atau minuman lain”. Semula Pemerintah Indonesia menganjurkan para ibu menyusui bayinya hingga usia empat bulan. Namun, sejalan dengan kajian WHO (*World Health Organization*) mengenai ASI eksklusif, Menkes lewat Kepmen No 450/2004 menganjurkan perpanjangan pemberian ASI eksklusif hingga enam bulan dan menganjurkan pemberian ASI sampai anak berusia dua tahun.

¹⁰⁵ Jalal ad-Din as-Suyuti, *Muntaqa al-Yunbu' fi ma Zada ar-Rada'ah min al-Furu'* (Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyah, t.th.), hal.418

¹⁰⁶ Nurheti Yuliarti, *Keajaiban ASI Makanan Terbaik untuk Kesehatan, Kecerdasan dan Kelincahan Si Kecil* (Yogyakarta: CV Andi, 2010) cet.1, hal. 40

¹⁰⁷ Dwi Sunar Prasetyo, *Buku Pintar ASI eksklusif*, (Yogyakarta: Diva Press), hal. 21 dan 96

¹⁰⁸ Atikah Proverawati, *Ilmu Gizi Keperawatan dan Kesehatan* (Yogyakarta: Multimedia, 2010), hal. 123

¹⁰⁹ Nurheti Yuliarti, *Keajaiban ASI Makanan Terbaik untuk Kesehatan, Kecerdasan dan Kelincahan Si Kecil* (Yogyakarta: CV Andi, 2010) cet.1, hal. 31

A. Manfaat laktasi bagi perkembangan anak

Al-Qur'an telah menggariskan bahwa ASI ibu kandung maupun bukan adalah makanan terbaik untuk bayi hingga usia dua tahun. Namun demikian, tentunya air susu ibu kandung lebih baik dari pada yang lainnya. Dengan penyusuan ibu kandung, anak akan merasakan detak jantung ibu yang telah dikenalnya secara khusus sejak dalam perut.¹¹⁰

Alasan utama diwajibkan seorang ibu menyusui anaknya karena ASI merupakan minuman dan makanan terbaik secara alamiah maupun medis. Ketika bayi masih dalam kandungan ia ditumbuhkan dengan darah ibunya, setelah ia lahir, darah tersebut berubah menjadi susu yang merupakan makanan utama dan terbaik bagi bayi. Ketika bayi tersebut telah lahir dan terpisah dari kandungan ibunya, maka hanya ASI yang paling cocok dan paling sesuai dengan perkembangannya. Tidak ada yang perlu dikhawatirkan oleh ibu, anaknya akan terserang penyakit atau cedera karena ASI.¹¹¹

Menyusui dengan ASI adalah yang utama dan tidak ada yang menyamai manfaat dari kandungan ASI termasuk susu formula. Dalam ayat-ayat al-Qur'an tidak ada satupun yang menjelaskan keutamaan air susu selain ASI termasuk tidak dengan susu formula, maupun air minum yang lain. Diantaranya dalam QS. Al-baqarah ayat 233 "Dan jika kamu ingin anakmu disusukan oleh orang lain, maka tidak ada dosa bagimu apabila kamu memberikan pembayaran menurut yang patut." Dan juga dijelaskan dalam QS. At-Thalaq ayat 6 "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." dalam ayat-ayat tersebut mengisyaratkan bahwa jika ibu bayi tidak dapat menyusui anaknya maka sebaiknya disusukan kepada orang lain dengan memberikan upah. Dalam ayat tersebut dapat kita ketahui bahwa al-Qur'an benar-benar mengisyaratkan bahwa penyusuan anak sangat dianjurkan dengan menggunakan ASI entah itu dari susu ibu kandung maupun ibu susuan.

¹¹⁰ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Alquran* (Jakarta: Lentera Hati, cet. IV, 2011), vol. 1, hal. 609

¹¹¹ Ahsin W. Alhafidz, *Fikih Kesehatan* (Jakarta: Amzah, cet. 2, 2010), hal. 263

Dikatakan juga oleh al-Hafidz Ibnu Katsir: “Yakni: jika seorang laki-laki berselisih dengan seorang wanita (istri yang dicerai yang sudah melahirkan bayi), lalu wanita itu meminta upah penyusuan yang banyak dan laki-laki itu tidak setuju dengan itu, atau laki-laki tersebut cuma mau mengeluarkan sedikit upah dan wanita tersebut tidak setuju dengannya, maka hendaknya laki-laki tersebut mencari wanita lain yang mau menyusui bayinya selain wanita tadi. Seandainya ibu bayi tersebut telah ridho (untuk menyusui anaknya) dengan besar upah yang diberikan kepada wanita lain itu, maka ia lebih berhak terhadap anaknya.” Dan dari sini tidak disebut ataupun disindir sama sekali tentang susu-susu lain selain ASI jika ibu bayi tersebut tidak bisa menyusunya, akan tetapi yang disebutkan adalah ASI dari ibu susu sebagai pengganti ASI ibu bayi tersebut. Hal ini menandakan ASI adalah makanan terbaik bagi bayi.

ASI sangat dianjurkan menjadi makanan pokok bagi bayi karena kondisi fisik bayi masih sangat lemah, hal ini menyebabkan tidak semua makanan baik untuknya. Maka disyaratkan, hanya ASI-lah yang cocok untuk dikonsumsi oleh bayi terutama usia 1-6 bulan pertama untuk menjamin kesehatan dan pertumbuhannya. Berikut ini beberapa syarat makanan yang layak untuk bayi setelah berusia 4-6 bulan, antara lain:

- a. Memenuhi kecukupan energi dan semua zat gizi sesuai umur
- b. Sesuai dengan pola menu seimbang
- c. Bentuk dan porsi disesuaikan dengan daya terima, toleransi dan keadaan bayi
- d. Kebersihannya terjaga.

Para pakar nutrisi dan gizi menemukan beberapa keutamaan dan keunggulan ASI. ASI mengandung nutrisi-nutrisi dasar dan elemen, dengan jumlah yang sesuai, untuk mencapai pertumbuhan bayi yang sehat. Memberikan ASI sangat bermanfaat untuk bayi dan ibu, berikut ini manfaat menyusui untuk bayi adalah:

Manfaat laktasi bagi bayi secara Umum:

- 5) Sebagai nutrisi, karena mengandung campuran yang tepat dari berbagai bahan makanan yang baik untuk bayi.
- 6) Meningkatkan kecerdasan
- 7) Meningkatkan jalinan kasih sayang

- 8) Meningkatkan daya tahan tubuh, karena mengandung antibody yang kuat untuk mencegah infeksi dan membuat bayi menjadi kuat.

Selain itu, Menurut Utami Roesli dalam buku *Mengenal ASI Eksklusif*, manfaat ASI sangatlah banyak diantaranya yaitu:¹¹²

- 5) ASI sebagai nutrisi, Dengan tatalaksana menyusui yang benar, ASI sebagai makanan tunggal akan cukup memenuhi kebutuhan tumbuh bayi normal sampai usia 6 bulan.
- 6) ASI meningkatkan daya tahan tubuh, Bayi yang mendapat ASI eksklusif akan lebih sehat dan lebih jarang sakit, karena ASI mengandung berbagai zat kekebalan.
- 7) ASI meningkatkan kecerdasan, ASI mengandung nutrisi khusus yaitu taurin, laktosa dan asam lemak ikatan panjang (DHA, AHA, omega-3, omega-6) yang diperlukan otak bayi agar tumbuh optimal. Nutrien tersebut tidak ada atau sedikit sekali terdapat pada susu sapi. Oleh karena itu, pertumbuhan otak bayi yang diberi ASI eksklusif selama 6 bulan akan optimal.
- 8) Proses laktasi meningkatkan jalinan kasih sayang. Perasaan terlindung dan disayangi pada saat bayi disusui menjadi dasar perkembangan emosi bayi dan membentuk kepribadian yang percaya diri dan dasar spiritual yang baik.

Tidak hanya bermanfaat bagi bayi, laktasi juga bermanfaat bagi ibu, yaitu:

- i. Membantu ibu memulihkan diri dari persalinannya.
- j. Mengurangi jumlah darah yang keluar setelah melahirkan (hisapan pada puting susu merangsang dikeluarkannya oksitosin alami yang akan membantu kontraksi Rahim).
- k. Kandungan dan perut bagian bawah juga lebih cepat menyusut ke bentuk normalnya.
- l. Ibu yang menyusui bisa menguras kalori lebih banyak, maka akan lebih cepat pulih ke berat tubuh sebelum hamil. (Dalam hal ini, ibu yang menyusui bayinya akan lebih cepat pulih/turun berat badanya dari berat badan yang bertambah semasa kehamilan).
- m. Mengurangi kemungkinan menderita osteoporosis (keropos tulang).
- n. Mengurangi kemungkinan terjadinya kehamilan. (dalam hal ini, ibu yang menyusui, yang haidnya belum muncul kembali akan kecil kemungkinannya untuk menjadi hamil/ kadar prolactin yang tinggi menekan FSH dan ovulasi).

¹¹² Utami Roesli, *Mengenal Asi Eksklusif*, (Jakarta: Trubus Agriwidya, 2000) hal. 6-8

- o. Mengurangi kemungkinan terkena kanker indug telur dan kanker payudara.
- p. Dalam hal ini manfaat positif ASI bagi ibu juga dapat ditambahkan berikut ini:
 - 5) Dengan pemberian ASI eksklusif jangka lama, ibu dapat terhindar Ca Mamae
 - 6) Aspek KB dapat terjadi sekitar 98% bila ASI eksklusif diberikan.
 - 7) Aspek psikologis, ibu merasa dibutuhkan.
 - 8) Pemberian ASI adalah cara yang penting bagi ibu untuk mencurahkan kasih sayangnya pada bayi dan membuat bayi merasa nyaman.

Kebutuhan gizi bayi yang baru lahir sangat berbeda dengan orang dewasa. Gizi ideal untuk memenuhi semua kebutuhan bayi yang baru lahir adalah ASI. Penelitian menunjukkan bahwa anak yang mendapat ASI jauh lebih sehat dan tubuh mereka terbentuk lebih sempurna. Keajaiban lainnya adalah bahwa ASI mengubah susunannya sesuai dengan perubahan kebutuhan bayi pada setiap tahap perkembangannya. Produsen rekayasa makanan bayi telah mengeluarkan jutaan dolar untuk penelitian yang mencoba menentukan campuran ideal bahan-bahan untuk pertumbuhan sehat bayi. Para ahli sepakat bahwa ASI bersih dari bakteri dan makanan paling baik daripada susu formula. Mereka menemukan bayi yang mengonsumsi susu formula dengan botol yang steril tetap akan mengalami banyak masalah kesehatan. Para ahli juga menemukan sejumlah bakteri dalam lambung bayi yang minum susu formula lebih banyak 10 kali lipat dari bakteri dalam lambung bayi yang mengonsumsi ASI.¹¹³

Komponen seimbang dalam ASI sangat bermanfaat bagi kebutuhan bayi, sehingga tidak mungkin bayi akan terinfeksi usus jika hanya mengonsumsi ASI. Berbagai penelitian ditemukan bahwa bayi akan mendapatkan kekebalan tubuh terhadap berbagai infeksi dari cairan kolostrom melalui ASI. Karena ASI sangat mudah dicerna oleh bayi dan mengandung semua zat gizi berkualitas tinggi yang berguna untuk pertumbuhan dan perkembangan kecerdasan anak.

B. Tata cara laktasi yang baik dan benar bagi anak

Perkembangan ilmu tafsir sekarang ini sangatlah pesat terlebih dalam memberikan interpretasi yang lebih luas dari hadist maupun al-Qur'an, namun tidak

¹¹³ Harun Yahya, *The Signs In The Heavens and The Earth For Men of Understanding*, terj. Catur Sriherwanto, dkk, *Manusia dan Alam Semesta* (Bandung: Dzikra, 2004), hal. 29

semua permasalahan yang terjadipun dijelaskan secara terperinci didalam ilmu tafsir. seperti halnya dalam permasalahan syarat keberhasilan dalam pemberian proses laktasi.

Banyak terjadi permasalahan yang dating dari faktor ibu maupun dari sang anak yang menyebabkan kegagalan dalam melakukan proses laktasi. Dalam ilmu tafsir yang dikutip dari al-Qur'an permasalahan seputar radha'ah diantisipasi dengan memberikan bayi kepada wanita lain untuk disusui, seperti yang dijelaskan dalam surat al-Baqarah ayat 233 "...apabila keduanya ingin menyapih (sebelum dua tahun) 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".

Masyarakat Islam pada zaman dahulu memang sudah terbiasa memberikan anaknya untuk disusukan kepada wanita lain dengan beberapa alasan, namun untuk kondisi masyarakat pada zaman sekarang melakukan *ar-rada'ah asy-syar'iyah* atau pendonor ASI ataupun pengganti dalam proses laktasi, dalam prakteknya lebih sulit dan dianggap kurang efektif karena dapat mengakibatkan percampuran nasab yang tidak diketahui.

Untuk mengatasi permasalahan seputar menyusui dari faktor ibu maupun anak pada masa sekarang ini, dianggap lebih efektif dengan melakukan beberapa cara yang dijelaskan dalam ilmu kesehatan yang belum dijelaskan sama sekali di dalam tafsir manapun, adapun tata cara untuk mengatasi permasalahan laktasi tersebut seperti yang telah diuraikan dalam bab sebelumnya, diantaranya dengan diawali dari tata cara laktasi yang benar dari segi sikap, posisi, perlekatan bayi, dan gizi ibu. Selain itu juga ibu dapat melakukan ASI perah bagi ibu yang memiliki banyak kesibukan.

Sedangkan dari faktor bayi yang bermasalah misalnya jika bayi lahir premature cara menyusui harus berhati-hati bisa disusui dengan perlahan-lahan, jika tidak memungkinkan biasanya bayi akan dipasang selang makan, selain itu juga misal pada saat bayi lahir dengan bibir sumbing maka pemberian ASI harus sesuai dengan anjuran karena ditakutkan bayi dapat tersedak dan untuk bayi yang memiliki frenulum pendek terlebih dahulu harus melakukan operasi kecil. Dan masih banyak tata cara yang lain yang dapat dilakukan seorang ibu agar tetap menyusui bayinya, sehingga tidak ada

alasan lagi bagi ibu untuk tidak memberikan ASI kepada anaknya.

Perihal teknik menyusui yang benar menurut penulis hal ini sangat perlu ditambahkan dalam wawasan para ibu muslimah yang menyusui pada zaman sekarang, karena dengan bertambahnya pengetahuan ibu mengenai manajemen laktasi yang baik, ibu dapat mandiri dan mengatasi masalah laktasi dengan benar tanpa melakukan proses penggantian laktasi dengan yang lain yang dirasa lebih rumit dan jaminan kesehatan bagi bayi yang belum pasti aman bagi kondisi sang bayi, serta memerlukan kewaspadaan yang lebih bagi anak serta orang tua terlebih apabila digantikan oleh ibu susuan, karena hal ini akan berhubungan dengan masalah mahram. Ibu menyusui sebaiknya belajar melakukan manajemen laktasi yang benar, meliputi Posisi, sikap dan juga apabila ibu dan bayi masih kesulitan menyusui maka teknik pemberian ASI perah juga perlu dikuasai. Supaya sang ibu tidak langsung buru-buru meminta ASI pengganti tanpa mengupayakan manajemen laktasi semaksimal mungkin.

C. Masa (waktu) pemberian laktasi

Waktu menyusui adalah masa terpenting bagi pertumbuhan bayi. Dalam Alquran disebutkan, masa menyusui dalam ajaran Islam adalah dua tahun. Firman Allah SWT QS. Al-Baqarah ayat 233

﴿وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُتِمَّ الرَّضَاعَةَ وَعَلَى الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ لَا تُكَلَّفُ نَفْسٌ إِلَّا وُسْعَهَا لَا تُضَارَّ وَالِدَةٌ بِوَلَدِهَا 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 مَاءً آتَيْتُمْ بِالْمَعْرُوفِ وَأَنْتُمْ وَآلُكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ أُنَّ اللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرًا

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 (sebelum dua tahun) 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.(QS. Al-Baqarah: 233)¹¹⁴

¹¹⁴ Departemen Agama RI: *Al-Qur'an Tajwid dan Terjemah*. (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2012), hal. 37

وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنَ كَامِلَيْنِ

"Para ibu hendaklah menyusukan anak-anaknya selama dua tahun penuh, yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan," (QS. al-Baqarah [2]: 233).

Namun, tak ada salahnya jika si ibu tak sampai dua tahun dalam menyusui bayinya. Menyusui sampai bayi berumur dua tahun hanyalah sebatas anjuran, bukan kewajiban. Ini diterangkan dalam penghujung ayat tersebut, "Apabila keduanya ingin menyapih (sebelum dua tahun) dengan kerelaan keduanya dan permusyawaratan, maka tidak ada dosa atas keduanya." (QS. al-Baqarah [2]: 233).

Terhadap penyempurnaan susuan selama dua tahun dalam surat al-Baqarah ayat 233¹¹⁵, beberapa ulama memberikan penafsiran sebagai berikut:

5. Prof. Dr. Hamka dalam tafsir Al-Azhar berpendapat bahwa di ayat ini bertemu pula apa yang dialami oleh ilmu ketabiban modern, bahwasanya air susu ibu lebih baik dari susu yang lain. Di sebut pula di sini bahwa masa penyusuan yang baik disempurnakan dua tahun.¹¹⁶
6. Menurut Abi Fadl Shihabbudin kedudukan kata "*ḥaulaini kāmilaini*" adalah sebagai *tarkib*, dimana *ḥaulaini* sebagai *maushuf* dan *kāmilaini* sebagai *ṣifat*-nya. Maka tidak salah manakala hal ini menjadi petunjuk waktu bahwa kasih sayang kepada anak dalam bentuk penyusuan dianggap sebagai hal krusial yang selanjutnya akan mendapatkan penjelasan persoalan waktu penyusuan yang ideal.¹¹⁷
7. Kata *ḥaulaini kāmilaini* oleh Abi Thohir bin Ya'qub diartikan sebagai dua tahun yang benar-benar sempurna. Dan itu diperuntukkan atas penyusuan anak-anaknya kepada seorang ayah (*ya'ni 'ala al-Ab*). Dengan demikian, seorang Ibu tidak terlalu mengambil resiko dan tidak terlalu bertanggungjawab secara penuh dalam memberikan penyusuan kepada bayinya.¹¹⁸
8. Muhammad Nasib Ar-Rifa'i dalam tafsir Ibnu Katsir berpendapat bahwa anjuran Allah dalam surat Al-Baqarah ayat 233 merupakan bimbingan bagi para ibu,

¹¹⁵ Abi Thohir bin Ya'qub, *Tanwirul Miqbas min Tafsir Ibnu Abbas*, (Beirut: Darul Fikr, 1995) hal.37

¹¹⁶ Prof. Dr. Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, (Jakarta: Pustaka Panjimas, 1984), juz II, hal, 232

¹¹⁷ Abi Fadl Shihabbuddin, *Ruhul Ma'ani fi Tafsiri Al-Qur'an Al-Adzim*, (Beirut: Darul Fikr, 2001), jilid. I, hal. 539

¹¹⁸ Abi Thohir bin Ya'qub, *Tanwirul Miqbas min Tafsir Ibnu Abbas*, (Beirut: Darul Fikr, 1995), hal.37

hendaknya mereka menyusui anak-anaknya secara sempurna, yaitu selama dua tahun. Setelah itu tiada lagi penyusuan. Oleh karena itu, Allah berfirman, “Bagi orang yang hendak menyempurnakan penyusuan.” Mayoritas imam mengatakan bahwa tidak dilarang penyusuan kecuali yang kurang dari dua tahun. Jadi, apabila bayi yang berusia lebih dari dua tahun menyusui, maka tidak dilarang (tidak diharamkan).¹¹⁹

Sejak kelahiran hingga 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 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.

Penyusuan yang selama dua tahun itu, walaupun diperintahkan, tetapi bukanlah kewajiban. Ini dipahami dari penggalan ayat yang mengatakan, *bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan*. Namun demikian, ia adalah anjuran yang sangat ditekankan, seakan-akan ia adalah perintah wajib. Jika ibu bapak sepakat untuk mengurangi masa tersebut, maka tidak apa-apa. Tetapi, hendaknya 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.

Dari beberapa tafsiran surat al-Baqarah ayat 233 ini dapat diambil tiga garis besar:

1. Posisi ayah adalah sebagai seorang yang bertanggungjawab atas kualitas susu istrinya.
2. Ibu mencoba untuk menjalankan kasih sayang dengan penyusuan dalam masa dua tahun secara sempurna.
3. Tidak diperbolehkan untuk menyapih sebelum usia dua tahun, kecuali dengan persetujuan antara ayah dan ibu dan anak pun dianggap sudah dewasa.

Muhammad Asad menjelaskan bahwa banyak para *mufassir* yang memuat sinonim *fiṣāl* dengan “penyapihan” atau “pemisahan”. Sebagaimana dikatakan oleh Ar- Rozi tentang pemisahan Ibu dan anaknya. Ini salah satu upaya pendewasaan kepada anak asalkan ada persetujuan antara Ibu dan ayahnya. Bila poin ini tidak dilalui, maka posisi

¹¹⁹ Muhammad Nasib, *Ringkasan Ibnu Katsir*, (Jakarta: Gema Insani, 1999), hal 388.

fiṣāl tetap tidak diperbolehkan dalam agama. Maka kewajiban ayah adalah men-*support* secara materi.¹²⁰

Pada ayat itu pula kita dapat menentukan aturan-aturan umum sebagai berikut :

1. Adalah merupakan kewajiban bagi seorang ibu untuk menyusui anaknya sendiri dan tidak mengabaikan hak anak untuk menyusu bila ibu tersebut memang dapat melakukan kewajibannya.
2. Lama menyusui anak, bila ingin secara sempurna, adalah dua tahun penuh. Penyusuan tersebut boleh dihentikan sebelum dua tahun dengan syarat keputusan didasarkan atas persetujuan bersama antara suami-istri setelah keduanya membicarakan untung-ruginya, serta telah memperoleh ganti pemeliharaan kebutuhan makanan bayi tersebut sebaik-baiknya.
3. Ayah bayi tersebut harus membantu agar air susu ibu terus tersedia cukup dengan cara menyediakan makanan yang cukup bagi ibu dan suasana tenteram. Hal ini menunjukkan bahwa Islam menganggap menyusui anak sebagai kewajiban utama bagi ibu sehingga ia tidak boleh dibebani pekerjaan yang mengganggu tugasnya menyusui tersebut. Oleh karena itu jelaslah bahwa Al-Qur'an secara khusus menggariskan aturan yang harus diperoleh oleh ibu si bayi agar dirinya mampu menghasilkan air susu ibu yang cukup.
4. Bilamana ayah bayi tersebut sedang bepergian atau telah meninggal, maka salah seorang anggota keluarganya harus mengambil alih kewajiban memelihara bayi tadi dengan menyediakan kebutuhan-kebutuhannya dan kebutuhan-kebutuhan ibunya agar ia bisa meneruskan tugasnya menyusui anaknya. Masalah ini betul-betul memperoleh perhatian dalam Islam.
5. Seorang ibu yang dapat menyusui anaknya dilarang mengalihkan kewajiban itu kepada orang lain. Islam mewajibkan ayah bayi tersebut menanggung biaya keuangan atau biaya hidup istri yang telah dicerainya yang masih menyusui anaknya itu. Dalam hal seperti itu, Islam menjamin agar si bayi tersebut tetap memperoleh hak susuan sebagaimana yang ia butuhkan.

¹²⁰ Muhammad Asad, *The Message of The Qur'an*, (Gibraltar: Dar Andalus, 1980), hal. 52

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 dikandung hanya enam bulan, maka ketika itu masa penyusuannya adalah 24 bulan.¹²¹

Menyusui selama dua tahun disebut sebagai bentuk maksimalnya perhatian orang tua kepada bayinya. Dalam Al-Quran disebutkan, "Dan Kami perintahkan kepada manusia (berbuat baik) kepada dua orang ibu bapaknya, ibunya telah mengandungnya dalam keadaan lemah yang bertambah-tambah, dan menyapihnya dalam dua tahun." (QS. Luqman [31]: 14). Ayat ini menyuruh seorang anak mengingat betapa besarnya perhatian ibunya. Ada dua bentuk jasa paling besar seorang ibu, yaitu ketika lemahnya masa hamil, dan menyusuinya selama dua tahun. Dua hal ini adalah jasa sangat besar seorang ibu yang disebutkan Allah SWT. Karena itulah, si anak wajib berbakti kepada ibunya.

Dari ayat tersebut, mayoritas ulama menyimpulkan dua tahun adalah jangka waktu yang ditentukan Allah untuk menyusui. Seperti pendapat Ibnu Katsir ketika menafsirkan ayat tersebut. Walau ayat ini berbentuk khabar (informasi), ada unsur perintah yang harus dilaksanakan umat Islam. "Ini merupakan petunjuk dari Allah SWT kepada para ibu agar mereka menyusui anak-anaknya dengan pemberian ASI yang sempurna selama dua tahun," ujar Ibnu Katsir menerangkan.

Di samping itu, ada pandangan lain dari Ibnu Abbas tentang ini. Pandangan Ibnu Abbas, masa dua tahun untuk menyusui hanya diperuntukkan bagi bayi yang lahir prematur, seperti enam bulan masa kandungan. Sementara, jika lahir dalam usia kandungan lebih dari enam bulan, jangka waktu untuk menyusui otomatis berkurang dari dua tahun. Ibnu Abbas berdalil dengan Al-Quran surah al-Ahqaf [46] ayat 15, "Kami perintahkan kepada manusia supaya berbuat baik kepada dua orang ibu bapaknya, ibunya mengandungnya dengan susah payah, dan melahirkannya dengan susah payah (pula). Mengandungnya sampai menyapihnya adalah tiga puluh bulan." Dalam ayat ini disebutkan, masa mengandung dan menyusui totalnya selama 30 bulan. Jika dua tahun

¹²¹ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*, Vol. 1 (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hal. 610

(24 bulan) dihabiskan untuk menyusui, sisanya hanya 6 bulan untuk masa mengandung. Jika masa mengandung sampai 9 bulan, otomatis masa menyusui menjadi 21 bulan.¹²²

Menyapih adalah proses berhentinya masa menyusui secara berangsur angsur atau sekaligus. Proses itu dapat disebabkan oleh si anak itu sendiri untuk berhenti menyusui atau bisa juga dari sang ibu untuk berhenti menyusui anaknya. Atau dari keduanya dengan berbagai alasan.¹²³

Istilah menyapih atau penyapihan (*to wean*) terkait suatu pembiasaan. Penyapihan adalah suatu proses yang memungkinkan bayi dapat mengonsumsi makanan orang dewasa. Bayi yang diberi tambahan makanan harus tetap mendapatkan ASI, karena perubahan kebiasaan minum ASI secara mendadak akan mengakibatkan gangguan terhadap psikologis dan gizi anak. Biasanya anak akan rewel karena kepuasan oralnya tidak terpenuhi dan juga berat badan akan menurun yang disebabkan oleh diare karena faktor anti-infeksi dari ASI yang dikurangi.¹²⁴

Adapun dalam bahasa Arab adalah Fiṣālan yang artinya menyapih (arti asalnya Fiṣālun: berpisah), dikatakan menyapih itu ialah karena anak (yang semula disusui) itu berpisah dari susu ibunya ke jenis-jenis makanan yang lain.¹²⁵ Penyapihan merupakan masa pemutusan atau pemberhentian penyusuan anak dari ibunya. Beberapa alasan seorang ibu menyapih anaknya adalah karena memang sudah tiba saatnya anak untuk disapih, akibat ada masalah dengan payudara ibu, atau karena keengganan ibu untuk menyusui anaknya. Berkaitan dengan kasus ini, al-Qur'an tegas menyatakan bahwa batas waktu boleh menyapih sebaiknya adalah ketika anak telah berusia dua tahun. Batas waktu ini berkaitan dengan batas maksimum kesempurnaan menyusui. Karena itu, sifat batas waktu ini tidak imperatif (ghairu mulzimun bih), tetapi lebih sebagai keutamaan dan kesempurnaan.

Penyapihan sebelum usia dua tahun sebaiknya dimusyawarahkan dan dipertimbangkan secara baik-baik antara bapak dan ibunya. Musyawarah penting dilakukan untuk menjamin hak-hak anak dalam memperoleh kehidupan dan kesehatan

¹²² Perpustakaan Nasional RI; Katalog dalam Terbitan, *Kesehatan dalam Perspektif al-Qur'an*, (Jakarta; LPMA, 2009), cet. 1, hal. 128-131

¹²³ NN, *Panduan Praktis Menyusui*, (Jakarta; Pustaka Bunda Group, 2009), hal. 51

¹²⁴ Dwi Sunar Prasetyo, *Buku Pintar ASI eksklusif*, (Yogyakarta; Diva Press, t. th), hal. 197-198

¹²⁵ Perpustakaan Nasional RI; Katalog dalam Terbitan, *Kesehatan dalam Perspektif al-Qur'an*, (Jakarta; LPMA, 2009), cet. 1, hal. 128-131

yang layak, dan jangan sampai penyusuannya membuat kesengsaraan (madlarat) bapak maupun ibu anak itu. Ini ditegaskan dalam surat al-Baqarah (2) ayat 233, Ibu dan ayah mempunyai hak yang sama atas anaknya, dapat melepaskan anak dari persusuan sebelum usianya cukup dua tahun atau sesudahnya, apabila keduanya telah sepakat dan sama-sama rela atau meridhainya. Sebab pembatasan waktu penyusuan selama dua tahun sebenarnya untuk kemaslahatan dan menolak kemudharatan. Apabila ibu bapaknya bersepakat ingin memperpanjang atau mengurangi waktu penyapihan, hal itu boleh saja dilakukan. Tetapi jika salah seorang dari bapak ibu berbuat yang menyulitkan si anak, seperti si ibu tidak mengurus anaknya atau ayah sangat kikir memberikan upah kepada wanita lain yang menyusuinya, hal itu sama sekali tidak bisa dibenarkan.¹²⁶

Al-Qur'an menjelaskan tentang hal penyapihan yaitu dalam surat al-Ahqaf (46) ayat 15, dan surat Luqman (31) ayat 14 sebagai berikut:

وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ إِحْسَانًا حَمَلَتْهُ أُمُّهُ كُرْهًا وَوَضَعَتْهُ كُرْهًا وَحَمَلُهُ وَفِصْلُهُ ثَلَاثُونَ شَهْرًا حَتَّىٰ إِذَا بَلَغَ أَشُدَّهُ وَبَلَغَ أَرْبَعِينَ سَنَةً قَالَ رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَىٰ وُلَدِيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأَصْلِحْ لِي فِي ذُرِّيَّتِي إِنِّي تُبْتُ إِلَيْكَ وَإِنِّي مِنَ الْمُسْلِمِينَ

Kami perintahkan kepada manusia supaya berbuat baik kepada dua orang ibu bapaknya, ibunya mengandungnya dengan susah payah, dan melahirkannya dengan susah payah (pula). Mengandungnya sampai menyapihnya adalah tiga puluh bulan, sehingga apabila dia telah dewasa dan umurnya sampai empat puluh tahun ia berdoa: "Ya Tuhanku, tunjukilah aku untuk mensyukuri nikmat Engkau yang telah Engkau berikan kepadaku dan kepada ibu bapakku dan supaya aku dapat berbuat amal yang saleh yang Engkau ridhai; berilah kebaikan kepadaku dengan (memberi kebaikan) kepada anak cucuku. Sesungguhnya aku bertaubat kepada Engkau dan sesungguhnya aku termasuk orang-orang yang berserah diri". (QS. Al- Ahqaf:15)

dan juga dalam Surat Luqman (31) ayat 14 sebagai berikut

وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْنًا عَلَىٰ وَهْنٍ وَفِصْلُهُ فِي عَامَيْنِ أَنْ أَشْكُرَ لِي وَلِوَالِدَيْكَ إِلَيَّ الْمَصِيرُ

Dan Kami perintahkan kepada manusia (berbuat baik) kepada dua orang ibu-bapaknya; ibunya telah mengandungnya dalam keadaan lemah yang bertambah-tambah, dan menyapihnya dalam dua tahun. Bersyukurlah kepada-Ku dan kepada dua orang ibu bapakmu, hanya kepada-Kulah kembalimu (QS. Luqman: 14)

¹²⁶ Teungku Hasbi ash-Shiddiqi, *Tafsir Al-Qur'anul Masjid An-Nur*, (Semarang; Pustaka Rizki Putra, 2000), cet.II, hal. 405

Dalam surat tersebut dijelaskan bahwa penyapihan dibolehkan dan apabila kurang dari dua tahun, bisa berdampak negatif bagi anak. Oleh karena itu, ketentuan Allah di atas menjadi penting baik dalam konteks pemeliharaan hak-hak anak untuk memperoleh susuan maupun dalam memberikan kebebasan pada ibu untuk menikmati kesehatan dan kehidupan yang nyaman. Dari pertimbangan ini maka Allah SWT memberikan keringanan (*rukhsah*) untuk boleh menyapih anak kurang dari usia dua tahun, asalkan telah dimusyawarahkan di antara kedua orang tua. Sebab diakui dalam kenyataan kehidupan anak-anak, ada di antara mereka yang sudah mampu memakan makanan yang keras (*taghaddi*) sebelum berusia dua tahun, hal tersebut yang menjadi pertimbangan orang tua untuk menghentikan penyusuan. Seluruh permasalahan anak diserahkan kepada orang tua, karena merekalah yang mengetahui hal yang terbaik untuk anaknya. Orang tua dilarang melakukan hal-hal yang memadharatkan anak. Demikian juga anak tidak boleh menjadi madlarat bagi kehidupan orang tuanya.

Ketiga ayat tentang masa menyusui dan menyapih yang telah Allah Swt. turunkan menunjukkan bahwa masa dua tahun merupakan yang paling sempurna. Karena dengan masa dua tahun akan menyempurnakan bentuk tulang dan gigi serta membangun antibodi. ASI merupakan cairan emas ciptaan Allah Swt. tidak ada satupun susu formula yang dapat menandinginya. Allah Swt. telah mempercayai wanita sebagai penghasil ASI dan menjelaskan manfaatnya dalam pengetahuan sains. Allah Swt. telah menciptakan ASI dengan sejuta manfaat dan penjagaan kualitasnya ditangan para ibu, karena kuliatas ASI tergantung dengan kondisi ibu. Jika ibu dalam keadaan sehat, gembira dengan kehadiran anaknya dan kebutuhan gizi terpenuhi maka ASI yang dihasilkan akan sempurna dan sesuai dengan kebutuhan anak. Tetapi jika kondisi ibu sakit, susah dan kebutuhan gizinya tidak tercukupi maka kualitas ASI yang dihasilkan akan buruk sehingga anak sakit dan pertumbuhannya tidak maksimal.

Tidak pernah ada waktu yang pasti kapan sebaiknya anak disapih dari ibunya. Menurut WHO, masa pemberian ASI diberikan secara eksklusif 6 bulan pertama, kemudian dianjurkan tetap diberikan setelah 6 bulan berdampingan dengan makanan tambahan hingga umur 2 tahun atau lebih. Ada juga ibu ibu yang menyapih anaknya ketika usia 1 -2 tahun, bahkan ada yang diusia 4 tahun.

Adapun penyusuan lebih dari dua tahun biasanya termasuk masa proses dalam penyapihan karena anak tidak mungkin langsung bisa terlepas dari susuan ibunya, sehingga dibutuhkan beberapa waktu untuk melepaskan anak dari susuan ibunya. Penyapihan biasanya dilakukan dengan ibu mengonsumsi makanan pahit sehingga ASI menjadi pahit. Sedangkan berkurangnya masa penyusuan disebabkan hal-hal buruk yang ditimbulkan anak atau ibu, maka Allah Swt. memberikan keringanan dan membolehkan untuk mengurangi masa menyusui (dua tahun).

ASI harus diberikan kepada bayi sesering mungkin dan dalam waktu yang lama yaitu sampai berumur 2 tahun, payudara ibu memproduksi ASI dengan nutrisi paling tinggi sampai 6 bulan, untuk itu bayi dianjurkan untuk disusui secara eksklusif sampai berumur 6 bulan. Meskipun setelah berusia 4-6 bulan diberikan makanan tambahan, namun bayi sebaiknya tetap disusui sampai berusia 12 bulan atau 24 bulan karena ASI masih memiliki zat-zat gizi yang berguna untuk tumbuh kembang bayi seperti lemak, protein, mineral dan vitamin. Sebagian masyarakat tidak menyapih bayi sebelum ia berusia enam bulan, dan dapat berlangsung hingga berumur lebih dari dua tahun, atau empat tahun. Namun, sebagian masyarakat menyapih bayi lebih awal.

Usia dua tahun menjadi patokan ideal untuk menyapih diantara alasannya adalah;

- d. Terkait pertumbuhan gigi, bayi usia kurang lebih 2 tahun memiliki nafsu makan yang baik, sehingga sangat tepat untuk mulai mengganti ASI dengan makanan biasa. Selain itu ibu juga tidak akan kesakitan karena bayi sudah mulai senang menggigit.
- e. Psikoseksual anak, pada usia dua tahun anak sudah mulai terlepas dari fase oral, dan berganti ke fase anal. Kenikmatan oral anak sudah mulai berganti, pusat kenikmatan berlanjut ke anus. sehingga pada usia ini sangat tepat untuk menyapih anak dari ASI.
- f. Jumlah ASI dan nutrisi yang terkandung didalam payudara ibu sudah berkurang¹²⁷

Penyapihan pada usia bayi kurang dari 6 bulan memiliki dampak yang kurang baik diantaranya adalah :

- e. Menyebabkan hubungan anak dan ibu berkurang keeratannya karena proses bonding etatman¹²⁸ terganggu

¹²⁷ Dony Setiawan Hendyca Putra, *Keperawatan anak dan Tumbuh Kembang*, (Yogyakarta; Nuha Medika, 2014), hal. 106

¹²⁸ Bounding Attachment adalah suatu ikatan yang terjadi antara orang tua dan bayi baru lahir, yang meliputi pemberian kasih sayang dan pencurahan perhatian yang saling tarik-menarik.

- f. Insiden penyakit infeksi terutama diare meningkat
- g. Pengaruh gizi yang mengakibatkan malnutrisi pada anak
- h. Mengalami reaksi alergi yang menyebabkan diare, muntah, ruam dan gatal-gatal karena reaksi dari sistem imun.

Penyapihan sebelum usia dua tahun sebaiknya dimusyawarahkan dan dipertimbangkan secara baik-baik antara bapak dan ibunya. Musyawarah penting dilakukan untuk menjamin hak-hak anak dalam memperoleh kehidupan dan kesehatan yang layak, dan jangan sampai penyusuannya membuat kesengsaraan (madlarat) bapak maupun ibu anak itu. Sebagaimana yang telah ditegaskan beberapa ayat di atas. Ibu dan ayah mempunyai hak yang sama atas anaknya, dapat melepaskan anak dari persusuan sebelum usianya cukup dua tahun atau sesudahnya, apabila keduanya telah sepakat dan sama-sama rela atau meridhainya. Sebab pembatasan waktu penyusuan selama dua tahun sebenarnya untuk kemaslahatan dan menolak kemudharatan. Apabila ibu bapaknya bersepakat ingin memperpanjang atau mengurangi waktu penyapihan, hal itu boleh saja dilakukan. Tetapi jika salah seorang dari bapak ibu berbuat yang menyulitkan si anak, seperti si ibu tidak mengurus anaknya atau ayah sangat kikir memberikan upah kepada wanita lain yang menyusuinya, hal itu sama sekali tidak bisa dibenarkan.¹²⁹

Seluruh permasalahan anak diserahkan kepada orang tua, karena merekalah yang mengetahui hal yang terbaik untuk anaknya. Orang tua dilarang melakukan hal-hal yang memadharat-kan anak. Demikian juga anak tidak boleh menjadi madlarat bagi kehidupan orang tuanya.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Pertama, ASI merupakan minuman dan makanan terbaik secara alamiah maupun medis. Komponen seimbang dalam ASI sangat bermanfaat bagi kebutuhan bayi, sehingga tidak mungkin bayi akan terinfeksi usus jika hanya mengonsumsi ASI.

¹²⁹ Teungku Hasbi ash-Shiddiqi, *Tafsir Al-Qur'anul Masjid An-Nur*, (Semarang: Pustaka Rizki Putra, 2000), cet.II, hal. 405

Berbagai penelitian ditemukan bahwa bayi akan mendapatkan kekebalan tubuh terhadap berbagai infeksi melalui ASI. Karena ASI sangat mudah dicerna oleh bayi dan mengandung semua zat gizi berkualitas tinggi yang berguna untuk pertumbuhan dan perkembangan kecerdasan anak. Keajaiban lainnya adalah bahwa ASI mengubah susunannya sesuai dengan perubahan kebutuhan bayi pada setiap tahap perkembangannya.

Kedua, adapun tata cara untuk mengatasi permasalahan laktasi diantaranya dengan diawali dari tata cara laktasi yang benar dari segi sikap, posisi, perlekatan bayi, dan gizi ibu. Selain itu juga dari permasalahan ibu yang mempunyai kesibukan dapat melakukan ASI perah jika sang ibu memiliki banyak kesibukan. manajemen laktasi yang benar, meliputi Posisi & Pelekatan serta beberapa teknik yang dianjurkan akan sangat membantu ibu dan bayi yang masih kesulitan menyusui. Maka teknik pemberian ASI tersebut sangat perlu dikuasai. Supaya sang ibu tidak langsung buru-buru meminta ASI pengganti tanpa mengupayakan manajemen laktasi semaksimal mungkin.

Ketiga, Masa menyusui dan menyapih telah dijelaskan dalam al-Qur'an sebagaimana berdasarkan urutan turunnya Alquran yaitu: QS. Luqman [31]: 14, QS. Al-Ahqāf [46]: 15 dan QS. Al-Baqarah [2]: 233. QS. Luqman menjelaskan bahwa masa menyusui selama dua tahun, sedangkan QS. al-Ahqāf menjelaskan bahwa masa hamil dan menyusui adalah tiga puluh bulan, yang mana masa hamil dikurangi dengan masa menyusui, contohnya jika masa hamil enam bulan maka masa menyusui dua puluh empat bulan. Kemudian pada QS. Al-Baqarah menjadi penutup dalil sekaligus penegas masa menyusui dan menyapih yang paling sempurna adalah dua tahun. Jadi sebaiknya masa menyusui anak adalah dua tahun karena merupakan masa yang paling cocok untuk pertumbuhan bayi dalam memperkuat tulang serta jika ingin menyempurnakannya. Jika ayah dan ibu ingin mempercepat masa penyapihan maka harus ada musyawarah dan kerelaan dari orang tua bayi karena hanya mereka berdua yang saling memahami keadaan anaknya.

Tidak pernah ada waktu yang pasti kapan sebaiknya anak disapih dari ibunya. Dalam ilmu kesehatan, masa pemberian ASI diberikan secara eksklusif 6 bulan pertama, kemudian dianjurkan tetap diberikan setelah 6 bulan berdampingan dengan makanan tambahan hingga umur 2 tahun atau lebih. ASI harus diberikan kepada bayi sesering

mungkin dan dalam waktu yang lama yaitu sampai berumur 2 tahun, payudara ibu memproduksi ASI dengan nutrisi paling tinggi sampai 6 bulan, untuk itu bayi dianjurkan untuk disusui secara eksklusif sampai berumur 6 bulan. Meskipun setelah berusia 4-6 bulan diberikan makanan tambahan, namun bayi sebaiknya tetap disusui sampai berusia 12 bulan atau 24 bulan karena ASI masih memiliki zat-zat gizi yang berguna untuk tumbuh kembang bayi seperti lemak, protein, mineral dan vitamin.

B. Saran

Dengan adanya penjelasan tersebut diharapkan mampu membuka wawasan bagi orang tua terutama ibu menyusui untuk lebih mantap melakukan proses laktasi, karena selain manfaat yang terkandung dalam ASI baik untuk anak dan juga ibu, menyusui merupakan anjuran dan perintah Allah SWT. Diharapkan pula setelah adanya kajian ini, masyarakat mampu mempraktekan semua penjelasan yang disuguhkan, dengan mengambil manfaat dari pembahasan diatas dari ilmu tafsir maupun ilmu kesehatan, karena semua yang dijelaskan dapat membuka wawasan untuk melakukan hal yang lebih baik dan untuk mengamalkan perintah Allah SWT.

Dengan adanya skripsi yang membahas tentang Konsep Laktasi dalam QS. Al-Baqarah ayat 233 al-Ahqaf ayat 15 dan Luqman ayat 14 menurut ilmu kesehatan ini, penulis berharap semoga dapat bermanfaat, menambah wawasan keilmuan kita tentang Laktasi dan dapat diaplikasikan dalam kehidupan, serta menambah keimanan kita atas kekuasaan Allah swt.

Diharapkan kepada peneliti selanjutnya dalam kajian yang sama, agar dapat memberikan data yang lebih sempurna, karena peneliti menyadari bahwa data yang dipaparkan dalam skripsi ini belum mampu menjelaskan seluruh aspek yang terkait.

