

LAKTASI DALAM PERSPEKTIF AL-QUR'AN

Skripsi

Diajukan Kepada Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam
Sebagai Salah Satu Persyaratan Menyelesaikan Program Studi
Strata Satu (S.1) Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Agama (S.Ag)
Dalam Bidang Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir



Oleh:

FAJRIYA MELINIA

NIM: 191410092

Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir
Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam
Universitas PTIQ Jakarta
2024 M/1445 H

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini.

Nama : Fajriya Melinia

NIM : 191410092

No. Kontak : 0812-2283-5304

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul *Laktasi Dalam Perspektif Al-Qur'an* adalah hasil karya saya sendiri. Ide, gagasan, dan data milik orang lain yang ada dalam skripsi ini saya sebutkan sumber pengambilannya. Jika di kemudian hari terbukti saya melakukan plagiasi, maka saya siap menerima sanksi yang ditetapkan dan saya bersedia mengembalikan ijazah yang saya peroleh sesuai dengan aturan yang berlaku.

Jakarta, 12 November 2024

Yang membuat Pernyataan



Fajriya Melinia

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi yang berjudul *Laktasi Dalam Perspektif Al-Qur'an* yang ditulis oleh Fajriya Melinia NIM 191410092 telah melalui proses pembimbingan sesuai aturan yang ditetapkan oleh Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam Universitas PTIQ Jakarta dan layak untuk diajukan dalam sidang skripsi.

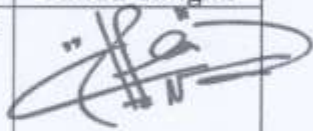
Jakarta, 12 November 2024
Dosen Pembimbing



Hidayatullah, MA.

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

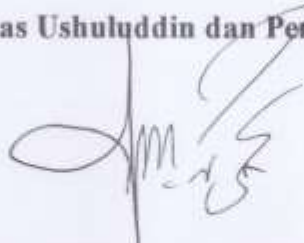
Skripsi yang berjudul *Laktasi Dalam Perspektif Al-Qur'an* yang ditulis oleh Fajriya Melinia NIM 191410092 telah dinyatakan lulus dalam sidang skripsi yang diselenggarakan pada (Kamis, 31 Oktober 2024), telah diperbaiki dengan memasukkan saran dari penguji dan pembimbing skripsi.

No	Nama	Jabatan	Tanda Tangan
1	Dr. Lukman Hakim, MA	Pimpinan Sidang	
2	Hidayatullah, MA	Pembimbing	
3	Dr. Lukman Hakim, MA	Penguji I	
4	Amiril Ahmad, MA	Penguji II	

Jakarta, 12 November 2024

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam



Dr. Andi Rahman, MA.

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur senantiasa kita panjatkan kepada Allah SWT atas segala limpahan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini dalam bentuk skripsi. Shalawat serta salam tak lupa kita haturkan kepada junjungan kita, Nabi Besar Muhammad SAW, beserta keluarga, sahabat, dan umat beliau hingga akhir zaman. Dengan penuh kerendahan hati, penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak mungkin terwujud tanpa dukungan, bimbingan, dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan terima kasih dan penghargaan setulus hati kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Nassaruddin Umar, MA., Rektor Universitas PTIQ Jakarta, yang telah memberikan kesempatan bagi penulis untuk menempuh pendidikan di universitas yang istimewa ini.
2. Bapak Dr. Andi Rahman, MA., Dekan Fakultas Ushuluddin Universitas PTIQ Jakarta, yang senantiasa memberi perspektif segar dan unik tentang penafsiran, sehingga penulis memahami bahwa menafsirkan Al-Qur'an adalah kegiatan yang menarik dan penuh tantangan.
3. Bapak Dr. Lukman Hakim, MA., Kepala Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Universitas PTIQ Jakarta, yang terus mendorong dan memberikan arahan kepada penulis untuk memperluas wawasan dalam kajian baru.
4. Bapak Hidayatullah, MA., Dosen Pembimbing, yang selalu memberikan bimbingan dan arahan hingga skripsi ini dapat terselesaikan tepat waktu.
5. Seluruh dosen serta civitas akademika Universitas PTIQ Jakarta, yang telah mendidik dan membimbing penulis selama masa studi.

Penulis sepenuhnya menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan dan memerlukan banyak perbaikan serta penyempurnaan. Dengan segala kerendahan hati, penulis mempersembahkan karya ini. Semoga penelitian yang telah dilakukan melalui skripsi ini dapat membawa manfaat dan menjadi amal sholeh yang mengundang ridha Allah SWT. Aamiin.

Jakarta, 12 November 2024

Fajriya Melinia

DAFTAR ISI

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI	ii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI	vi
ABSTRAK	vii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	12
C. Batasan dan Rumusan Masalah	12
D. Tujuan dan Manfaat Penelitian	12
E. Tinjauan Pustaka	12
F. Metode penelitian	13
G. Sistematika Penulisan	15
BAB II TINJAUAN UMUM SEPUTAR LAKTASI	17
A. Pengertian Laktasi.....	17
B. Laktasi dalam Sains	26
C. Laktasi dalam Kesehatan	34
D. Manfaat Laktasi Pada Anak dan Ibu	38
BAB III PENAFSIRAN LAKTASI DALAM AL-QUR'AN.....	45
A. Anjuran Laktasi.....	45
B. Masa Laktasi	53
C. Alternatif Gizi Selain ASI	65
BAB IV KESIMPULAN.....	75
A. Kesimpulan	75
B. Saran.....	75
DAFTAR PUSTAKA	77

ABSTRAK

Menyusui adalah bagian dari naluri alami yang sering dianggap sebagai bagian dari kodrat wanita sebagai ibu. Pandangan ini menekankan pentingnya peran ibu dalam memberikan nutrisi dan perawatan terbaik bagi anak-anak mereka pada masa awal kehidupan. Meskipun banyak wanita memiliki kemampuan alami untuk menyusui, memahami proses menyusui secara mendalam—termasuk manfaat air susu ibu (ASI), teknik menyusui yang efektif, dan praktik yang mendukung kesehatan bayi dan ibu—tetap menjadi aspek penting. Al-Qur'an memberikan panduan khusus mengenai menyusui dalam ayat-ayat tertentu, seperti dalam QS Al-Baqarah ayat 233, yang menganjurkan penyusuan selama dua tahun sebagai periode optimal. Anjuran ini tidak hanya menyoroti pentingnya ASI untuk kesehatan dan perkembangan bayi tetapi juga tanggung jawab orang tua, khususnya ibu, dalam mendukung kebutuhan gizi anak mereka.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan kepustakaan (library research) serta metode tafsir maudhu'i (tematik), yang bertujuan untuk mengeksplorasi pemahaman Al-Qur'an tentang laktasi dalam tiga aspek utama: anjuran menyusui, durasi masa menyusui, dan penggunaan susu formula sebagai alternatif pemenuhan gizi bagi bayi. Kajian ini didasarkan pada analisis literatur dan ayat-ayat Al-Qur'an yang relevan, serta pandangan para ulama dalam tafsir yang memperkaya perspektif mengenai laktasi dan gizi anak dalam Islam.

Temuan dari penelitian ini menunjukkan bahwa Al-Qur'an memberikan panduan yang komprehensif tentang laktasi, yang mencakup rekomendasi mengenai pentingnya ASI sebagai sumber nutrisi utama bagi bayi, sekaligus membuka ruang bagi penggunaan susu formula dalam kondisi tertentu yang membatasi kemampuan ibu untuk menyusui. Pendekatan ini mencerminkan prinsip fleksibilitas dan kasih sayang dalam ajaran Islam, yang memahami berbagai kendala yang mungkin dihadapi para ibu dalam memenuhi kebutuhan gizi bayi mereka. Dengan demikian, penelitian ini memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai laktasi dalam perspektif Islam, menyoroti perhatian Al-Qur'an terhadap kesejahteraan anak-anak dan penghargaan terhadap beragam pilihan yang dapat diambil oleh ibu dalam situasi yang berbeda.

Kata Kunci:

Laktasi, Anjuran Laktasi, Masa Laktasi, Susu Formula, Al-Qur'an.

ABSTRACT

Breastfeeding is a natural instinct that is often considered part of a woman's nature as a mother. This view emphasizes the importance of the mother's role in providing the best nutrition and care for their children in the early stages of life. Although many women have the natural ability to breastfeed, understanding the breastfeeding process in depth—including the benefits of breast milk, effective breastfeeding techniques, and practices that support the health of both the baby and the mother—remains an important aspect. The Qur'an provides specific guidance on breastfeeding in certain verses, such as in Surah Al-Baqarah verse 233, which recommends breastfeeding for two years as the optimal period. This recommendation not only highlights the importance of breast milk for the health and development of the baby but also the responsibility of parents, especially mothers, in supporting the nutritional needs of their children.

This study uses a qualitative method with a library research approach and the maudhu'i (thematic) interpretation method, which aims to explore the Qur'an's understanding of lactation in three main aspects: the recommendation of breastfeeding, the duration of breastfeeding, and the use of formula milk as an alternative to fulfilling nutrition for babies. This study is based on the analysis of relevant literature and Quranic verses, as well as the views of scholars in their tafsir that enrich the perspective on lactation and child nutrition in Islam.

The findings of this study indicate that the Quran provides comprehensive guidance on lactation, including recommendations on the importance of breast milk as the primary source of nutrition for infants, while also allowing for the use of formula milk in certain circumstances that limit the mother's ability to breastfeed. This approach reflects the principles of flexibility and compassion in Islamic teachings, which recognize the various constraints that mothers may face in meeting the nutritional needs of their infants. Thus, this study provides a deeper understanding of lactation from an Islamic perspective, highlighting the Quran's concern for the welfare of children and its appreciation of the various choices that mothers can make in different situations.

Keywords:

Lactation, Lactation Recommendations, Lactation Period, Formula Milk, Al-Qur'an.

خلاصة

الرضاعة الطبيعية هي جزء من الغريزة الطبيعية التي غالباً ما تعتبر جزءاً من طبيعة المرأة كأم. وتؤكد هذه النظرة على أهمية دور الأمهات في توفير أفضل تغذية ورعاية لأطفالهن في المراحل الأولى من الحياة. على الرغم من أن العديد من النساء لديهن قدرة طبيعية على الرضاعة الطبيعية، إلا أن فهم عملية الرضاعة الطبيعية بعمق - بما في ذلك فوائد حليب الثدي، وتقنيات الرضاعة الطبيعية الفعالة، والممارسات التي تدعم صحة كل من الطفل والأم - يظل جانباً مهماً. يقدم القرآن إرشادات محددة بشأن الرضاعة الطبيعية في بعض الآيات، كما هو الحال في سورة البقرة الآية 233، التي توصي بالرضاعة الطبيعية لمدة عامين باعتبارها الفترة الأمثل. لا تسلط هذه التوصية الضوء على أهمية حليب الثدي لصحة ونمو الأطفال فحسب، بل تسلط الضوء أيضاً على مسؤولية الوالدين، وخاصة الأمهات، في دعم احتياجات أطفالهم الغذائية.

يستخدم هذا البحث طريقة نوعية مع منهج البحث المكتبي وطريقة التفسير الموضوعي (الموضوعي)، والذي يهدف إلى استكشاف فهم القرآن الكريم حول الرضاعة في ثلاثة جوانب رئيسية: توصيات الرضاعة الطبيعية، ومدة فترة الرضاعة، واستخدام الحليب الاصطناعي كبديل لتلبية الاحتياجات الغذائية للأطفال. تعتمد هذه الدراسة على تحليل الأدبيات والآيات القرآنية ذات الصلة، بالإضافة إلى آراء العلماء في التفسيرات التي تثير وجهات النظر حول الرضاعة وتغذية الطفل في الإسلام.

تشير نتائج هذا البحث إلى أن القرآن يقدم إرشادات شاملة حول الرضاعة، والتي تتضمن توصيات بشأن أهمية حليب الثدي كمصدر رئيسي لتغذية الأطفال، مع فتح المجال أيضًا لاستخدام الحليب الصناعي في ظروف معينة الحد من قدرة الأم على الرضاعة الطبيعية. ويعكس هذا النهج مبادئ المرونة والرحمة في التعاليم الإسلامية، التي تتفهم العقبات المختلفة التي قد تواجهها الأمهات في تلبية الاحتياجات الغذائية لأطفالهن. وهكذا، يقدم هذا البحث فهمًا أعمق للرضاعة من منظور إسلامي، ويسلط الضوء على اهتمام القرآن برعاية الأطفال وتقديره لتنوع الاختيارات التي يمكن للأمهات القيام بها في المواقف المختلفة.

الكلمات الدالة:

الرضاعة، توصيات الرضاعة، فترة الرضاعة، الحليب الاصطناعي، القرآن.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pemahaman tentang kodrat dan anugerah khusus yang diberikan Allah kepada wanita, seperti kemampuan mengandung, melahirkan, dan menyusui, memang merupakan nilai-nilai yang diakui dalam banyak tradisi dan agama, termasuk Islam. Kemampuan unik ini mencakup kemampuan wanita untuk mengandung, melahirkan, dan menyusui. Dalam Islam, wanita dihargai atas peran mereka dalam menciptakan dan merawat kehidupan. Proses mengandung merupakan anugerah besar yang diberikan Allah kepada wanita, dan kehamilan dianggap sebagai waktu yang suci dan penuh berkah. Melahirkan juga dipandang sebagai pengalaman yang luar biasa, yang menuntut kesabaran, ketabahan, dan rasa tanggung jawab yang besar. Menyusui adalah tindakan yang sangat dianjurkan dalam Islam, karena selain memberikan nutrisi penting kepada bayi, juga mempererat hubungan antara ibu dan anak. Dalam Al-Qur'an, menyusui disebutkan sebagai tindakan yang penuh kebaikan dan mendapat pahala dari Allah SWT.¹

Selain itu, Islam juga mengajarkan penghargaan dan penghormatan terhadap wanita dalam berbagai peran mereka, baik sebagai ibu, istri, anak perempuan, atau individu dalam masyarakat. Wanita diberi hak-hak yang sama dengan pria dalam banyak hal, termasuk hak atas pendidikan, pekerjaan, dan partisipasi dalam kehidupan sosial dan politik. Penghargaan terhadap wanita dalam Islam tercermin dalam ajaran dan praktek Nabi Muhammad SAW. yang selalu menunjukkan sikap penuh kasih sayang dan perhatian terhadap wanita di sekelilingnya. Beliau memperlakukan wanita dengan hormat dan kesopanan, serta memberikan mereka tempat yang layak dalam masyarakat. Secara keseluruhan, pemahaman tentang kodrat dan anugerah khusus yang diberikan Allah kepada wanita merupakan nilai-nilai yang fundamental dalam Islam, yang mengajarkan penghargaan, penghormatan, dan kasih sayang terhadap wanita dalam segala aspek kehidupan.²

Dalam konteks Islam, tindakan menyusui memiliki nilai penting dan dihargai, sejalan dengan prinsip-prinsip ajaran agama. Dalam hadis-hadis Nabi Muhammad SAW. juga dijelaskan tentang pentingnya laktasi kepada anak dan menjunjung tinggi peran ibu dalam menyusui. Penting untuk dicatat bahwa dalam Islam, perempuan diberi hak-hak dan tanggung jawab yang seimbang dengan laki-laki, dan peran sebagai ibu, termasuk dalam memberikan ASI, dianggap sebagai tugas mulia.³

Pemahaman dan implementasi nilai-nilai ini dapat bervariasi di antara komunitas Islam yang berbeda, tetapi konsep-konsep dasar ini tetap menjadi bagian integral dari

¹ Fatimah Nurazizah, "Kodrat Wanita Dan Kesetaraan Gender Menurut Zaitunah Subhan Dalam Tafsir Kebencian (Studi Terhadap Qs. Al-Hujurat:13)" *Skripsi* pada Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, 2020, h. 24.

² Tri Widayati, "Peran Orang Tua Dalam Mendidik Anak Perempuan Perspektif Pendidikan Islam" *Skripsi*, Uin Raden Intan Lampung, 2018, h. 62.

³ Zaitunah Subhan, *Al-Qur'an Dan Perempuan* (Jakarta: Prenada Media, 2015), h. 205.

ajaran agama.⁴ Adapun ayat-ayat yang ada di dalam Al-Qur'an memang tidak langsung mengarah secara spesifik kepada setiap permasalahan yang ada, namun tetap dapat dimaknai dengan berbagai sudut pandang keilmuan. Sehingga meskipun zaman terus berkembang, permasalahan pun terus beragam, Al-Qur'an masih saja relevan untuk dapat menjadi pedoman hidup dan menawarkan solusi atas berbagai problematika kehidupan. Dengan demikian juga, Allah SWT. memberikan solusi kepada manusia, bagaimana seorang ibu ataupun ayah memberikan makanan yang terbaik untuk anak yang baru dilahirkan ke dunia. Pastinya Allah SWT. telah memberikan jawaban di dalam Al-Qur'an atas apa yang manusia bingungkan.⁵

Menyusui adalah proses biologis yang terjadi antara ibu dan bayi, di mana bayi mendapatkan nutrisi yang diperlukan untuk tumbuh dan berkembang dari air susu ibu (ASI). Proses ini sangat penting dalam tahap awal kehidupan bayi karena memberikan sejumlah manfaat kesehatan, baik bagi bayi maupun ibu. Meskipun menyusui sering dianggap sebagai tindakan naluriah, penting untuk diingat bahwa itu juga melibatkan pengetahuan, kesadaran, dan perhatian terhadap beberapa faktor yang dapat mempengaruhi keberhasilannya. Secara fisiologis, menyusui dimulai dengan rangsangan pada puting susu ibu yang menyebabkan kontraksi pada kelenjar payudara, mengarah pada pengeluaran ASI. Proses ini melibatkan mekanisme kompleks yang melibatkan sistem saraf dan hormon, termasuk prolaktin dan oksitosin. Prolaktin bertanggung jawab untuk produksi ASI, sementara oksitosin memicu pengeluaran susu. Pada dasarnya, meskipun tindakan menyusui terlihat alami, ia memerlukan pemahaman tentang cara-cara yang tepat agar keduanya, baik ibu maupun bayi, dapat merasakan manfaat yang maksimal.⁶

Asupan Air Susu Ibu (ASI) sangat penting bagi bayi karena mengandung semua nutrisi yang dibutuhkan untuk pertumbuhannya selama beberapa bulan pertama kehidupan. ASI tidak hanya menyediakan kalori, protein, lemak, dan karbohidrat yang diperlukan untuk energi dan pertumbuhan fisik, tetapi juga mengandung berbagai zat gizi penting lainnya, seperti vitamin, mineral, dan enzim yang mendukung proses pencernaan dan metabolisme bayi. Selain itu, ASI kaya akan antibodi yang membantu melindungi bayi dari infeksi dan penyakit. Selama bulan-bulan pertama, sistem kekebalan tubuh bayi masih dalam tahap perkembangan, dan ASI memberikan perlindungan pasif yang sangat penting untuk mencegah berbagai jenis penyakit. Ini termasuk perlindungan terhadap infeksi saluran pernapasan, diare, dan penyakit lain yang umum terjadi pada bayi.⁷

ASI juga mengandung hormon dan faktor pertumbuhan yang mendukung perkembangan otak bayi, sehingga dapat meningkatkan kecerdasan dan kemampuan kognitifnya di masa depan. Studi juga menunjukkan bahwa bayi yang diberi ASI

⁴ Faris Maulana Akbar, "Ragam Ekspresi Dan Interaksi Manusia Dengan Al-Qur'an (Dari Tekstualis, Kontekstualis, Hingga Praktis)," dalam *Revelatia Jurnal Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir* (Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah, 2022), Vol. 3, No. 1, h. 52.

⁵ Rika Widya, Bachtiar Siregar, dan Salma Rozana Rozana, *Holistik Parenting: Pengasuhan Dan Karakter Anak Dalam Islam* (Tasikmalaya: Edu Publisher, 2020), h. 175.

⁶ Nurlaili Susanti, "Peran Ibu Menyusui Yang Bekerja Dalam Pemberian Asi Eksklusif Bagi Bayinya," *Egalita* 6, no. 2 (2011): h. 166.

⁷ Nurlaili Susanti, "Peran Ibu Menyusui Yang Bekerja, ...h. 167.

cenderung memiliki keterampilan motorik yang lebih baik dan lebih sedikit mengalami gangguan perkembangan. Selain manfaat fisik, pemberian ASI juga berperan dalam perkembangan ikatan emosional antara ibu dan bayi. Proses menyusui membantu memperkuat hubungan emosional ini melalui kontak fisik yang intim dan responsif terhadap kebutuhan bayi.⁸

Oleh karena itu, ASI dianggap sebagai makanan yang sempurna untuk bayi, terutama dalam enam bulan pertama kehidupan, dan sangat disarankan untuk memberikan ASI eksklusif selama periode tersebut, kecuali ada kondisi medis tertentu yang menghalangi. Namun, meskipun menyusui adalah proses alamiah, ada beberapa tantangan yang dapat dihadapi oleh ibu menyusui, seperti masalah dalam latching (penempelan bayi pada payudara), produksi ASI yang tidak mencukupi, atau kondisi medis tertentu yang memengaruhi kemampuan ibu untuk menyusui.⁹

Dalam banyak budaya dan agama, menyusui dipandang sebagai tugas yang mulia dan penting bagi seorang ibu. Proses menyusui tidak hanya dianggap sebagai aspek penting dari perawatan fisik bayi, tetapi juga memiliki dimensi spiritual dan emosional yang mendalam. Dalam konteks budaya, banyak masyarakat yang menghargai ibu yang menyusui sebagai sosok yang memiliki peran sentral dalam membentuk kesehatan dan masa depan generasi berikutnya. Menyusui dianggap sebagai bentuk pengorbanan dan kasih sayang yang tiada tara, di mana ibu memberikan nutrisi terbaik bagi anaknya. Di beberapa budaya, tradisi menyusui bahkan dihubungkan dengan simbolisme pengorbanan, kesucian, dan cinta tanpa syarat seorang ibu terhadap anaknya. Selain itu, banyak agama lain, seperti Kristen dan Yahudi, juga menekankan pentingnya menyusui dalam perawatan bayi. Dalam ajaran Kristen, meskipun tidak ada perintah eksplisit, menyusui dipandang sebagai bagian dari kewajiban ibu dalam membesarkan anak dengan kasih sayang dan perhatian.¹⁰

Secara keseluruhan, baik dari perspektif budaya maupun agama, menyusui bukan hanya sekadar pemberian makanan, tetapi juga merupakan tindakan pengasuhan yang penuh cinta, tanggung jawab, dan penghormatan terhadap peran ibu dalam kehidupan keluarga dan masyarakat. Bahkan dalam Islam, menyusui dianjurkan sebagai tindakan yang penuh kebaikan dan mendapat pahala dari Allah SWT. Al-Qur'an juga memberikan pedoman tentang durasi menyusui dan pentingnya memberikan nutrisi yang baik kepada bayi melalui ASI. Meskipun menyusui terjadi secara naluriah, beberapa wanita mungkin mengalami tantangan atau kesulitan tertentu dalam proses menyusui, seperti masalah produksi susu atau teknik menyusui yang benar. Dalam hal ini, dukungan, edukasi, dan bantuan dari tenaga medis atau konselor laktasi dapat membantu mengatasi masalah tersebut.¹¹

⁸ Anggelista Dara, "Sifat Keibuan Dalam Perspektif Al-Qur'an (Kajian Kisah Nabi Musa)" *Tesis* pada Uin Raden Intan Lampung, 2022, h. 3.

⁹ Anggelista Dara, "Sifat Keibuan,... h. 5.

¹⁰ Khoirun Nisak, "Peranan Ibu Terhadap Anak Dalam Pendidikan Islam Di Era Globalisasi," dalam *Journal Of Education And Instruction (Joeai)* (Padangsidimpunan: STAI Tapanuli Padangsidimpunan, 2022) Vol. 5, No. 2, h. 363.

¹¹ Khoirun Nisak, "Peranan Ibu Terhadap Anak,... h. 365.

Selain itu, pengetahuan tentang teknik menyusui yang benar, posisi yang nyaman, dan tanda-tanda keberhasilan menyusui juga dapat membantu ibu dalam memberikan ASI dengan efektif. Dalam masyarakat modern di mana banyak ibu bekerja, pemahaman tentang penyimpanan dan penanganan ASI, serta cara memompa ASI jika diperlukan, juga menjadi penting. Penting untuk mencapai keseimbangan antara naluri dan pengetahuan ilmiah yang diperlukan untuk mendukung proses menyusui dengan sukses.¹²

Dalam masyarakat modern, di mana banyak ibu yang bekerja dan menghadapi tantangan untuk memberikan Air Susu Ibu (ASI) secara langsung, pemahaman yang tepat mengenai penyimpanan dan penanganan ASI menjadi sangat penting. Ibu yang bekerja perlu memastikan bahwa ASI yang diperah dapat disimpan dengan aman dan tetap bergizi bagi bayi mereka. Penyimpanan ASI yang benar melibatkan penggunaan wadah yang bersih dan kedap udara, serta memastikan suhu penyimpanan yang sesuai. ASI dapat disimpan dalam kulkas dengan suhu 4°C selama 24 hingga 48 jam, atau dalam freezer dengan suhu -18°C atau lebih rendah, yang dapat menjaga kualitasnya hingga 6 bulan. Penting juga untuk memperhatikan proses pemanasan ASI yang benar, yaitu dengan merendam wadah ASI dalam air hangat, bukan dengan menggunakan microwave yang dapat merusak kandungan gizi dalam ASI. Selain itu, ASI yang telah dipanaskan sebaiknya tidak dipanaskan kembali dan harus segera digunakan oleh bayi.¹³

Penting juga untuk mencuci tangan dengan bersih sebelum mengekspresikan atau menangani ASI. Wadah yang digunakan untuk menyimpan ASI harus dicuci dengan sabun dan air hangat sebelum digunakan. Hindari menyimpan ASI dalam wadah kaca atau plastik yang tidak direkomendasikan untuk penyimpanan ASI. Jika ibu tidak bisa menyusui langsung, memompa ASI adalah cara alternatif untuk mempertahankan produksi ASI dan memberikan nutrisi kepada bayi. Memompa ASI dapat dilakukan dengan menggunakan pompa ASI manual atau listrik. Penting untuk memilih pompa ASI yang sesuai dengan kebutuhan dan kenyamanan ibu.¹⁴

Bagi ibu yang bekerja, penting untuk memiliki tempat yang nyaman dan bersih di tempat kerja untuk mengekspresikan dan menyimpan ASI. Banyak perusahaan sekarang menyediakan fasilitas khusus untuk ibu menyusui, seperti ruang menyusui atau kulkas untuk menyimpan ASI. Pemahaman tentang penyimpanan dan penanganan ASI, serta cara memompa ASI jika diperlukan, menjadi keterampilan penting bagi ibu yang bekerja untuk menjaga kesehatan dan kesejahteraan bayi mereka. Dengan dukungan dan sumber daya yang tepat, ibu dapat mengatasi tantangan yang mungkin timbul dan tetap memberikan ASI yang berkualitas kepada anak mereka.¹⁵

¹² Syajaratuddur Faiqah & Baiq Yuni Fitri Hamidiyanti, "Edukasi Posisi Dan Perlekatan Pada Saat Menyusui Dalam Upaya Meningkatkan Keberhasilan Asi Eksklusif," dalam *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo*, (Mataram, Poltekkes Kemenkes Mataram, 2021) Vol 3, No. 1, h. 58.

¹³ Jiarti Kusbandiyah, "Posyandu Ramah Asi Untuk Penatalaksanaan Permasalahan Asi Eksklusif," dalam *Media Husada Journal Of Community Service*, (Malang: STIKES Widayagama Husada, 2021), Vol. 1, No. 1, h. 27.

¹⁴ Jiarti Kusbandiyah, "Posyandu Ramah Asi ...," h. 29

¹⁵ Jiarti Kusbandiyah, "Posyandu Ramah Asi ...," h. 27.

Perkembangan teknologi telah memberikan dampak yang signifikan pada berbagai aspek kehidupan manusia, termasuk dalam bidang kesehatan dan nutrisi. Teknologi telah memungkinkan peningkatan dalam cara kita mengakses informasi kesehatan, melakukan diagnosis, serta mengelola dan merawat kesehatan secara lebih efektif dan efisien. Misalnya, dengan kemajuan dalam perangkat medis canggih, seperti alat pemantauan kesehatan jarak jauh (telemedicine), dokter dapat lebih mudah memantau kondisi pasien secara real-time, bahkan dari jarak jauh. Selain itu, dalam bidang nutrisi, teknologi juga telah mempengaruhi cara kita mengelola pola makan dan asupan gizi. Aplikasi pelacakan makanan, analisis komposisi nutrisi, dan alat penghitung kalori kini semakin mudah diakses, memungkinkan individu untuk lebih memahami pola makan mereka dan membuat keputusan yang lebih sehat. Teknologi juga telah memperkenalkan inovasi dalam produksi makanan, seperti pengembangan makanan berbasis tanaman dan suplemen gizi yang lebih efisien, yang dapat membantu meningkatkan kualitas gizi masyarakat, terutama dalam menghadapi tantangan global terkait ketahanan pangan dan gizi buruk.¹⁶

Penggunaan makanan cepat saji, termasuk susu formula, memang telah menjadi pilihan yang populer, terutama untuk memenuhi kebutuhan nutrisi bayi usia 0-6 bulan. Susu formula memainkan peran penting sebagai alternatif atau suplemen bagi bayi yang tidak mendapatkan ASI eksklusif. Keberagaman produk susu formula di pasaran menawarkan pilihan yang lebih luas bagi orang tua untuk memilih produk yang sesuai dengan kebutuhan khusus bayi mereka. Penambahan DHA (*asam docosahexaenoic*) dan zat gizi lainnya menjadi contoh bagaimana produsen terus berinovasi untuk membuat susu formula semakin mendekati kandungan nutrisi ASI. Namun, tetap perlu diingat bahwa sumber utama gizi terbaik untuk bayi adalah ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan, sesuai rekomendasi dari berbagai organisasi kesehatan dunia. Meskipun susu formula dapat menjadi solusi alternatif, ASI memiliki manfaat unik yang tidak dapat disamai oleh susu formula.¹⁷

Pandangan ibu yang menganggap susu formula sama dengan ASI bisa dipahami sebagai respons terhadap perkembangan teknologi dalam produksi susu formula yang semakin baik. Kemajuan tersebut memang membawa inovasi dalam formula susu, mencoba mencocokkan kandungan nutrisi dengan ASI sebaik mungkin. Namun, perlu diingat bahwa meskipun susu formula dapat memberikan nutrisi yang penting, ASI tetap memiliki manfaat unik yang sulit ditiru. Beberapa faktor seperti kurangnya informasi pasca melahirkan dan perubahan sosial budaya juga dapat mempengaruhi keputusan ibu untuk memberikan susu formula. Peningkatan mobilitas dan tekanan kehidupan modern membuat banyak ibu bekerja, dan susu formula bisa dianggap sebagai solusi praktis untuk memenuhi kebutuhan bayi saat ibu tidak dapat memberikan ASI secara langsung.¹⁸

Meskipun susu formula dapat menjadi alternatif yang baik dalam beberapa situasi, tetap penting untuk memahami bahwa Air Susu Ibu (ASI) eksklusif memiliki

¹⁶ Nurul Imani, *Stunting Pada Anak: Kenali Dan Cegah Sejak Dini* (Yogyakarta: Hijaz Pustaka Mandiri, 2020), h. 112.

¹⁷ Nurul Imani, *Stunting Pada Anak: Kenali Dan Cegah Sejak Dini*,...h. 114.

¹⁸ Nurul Imani, *Stunting Pada Anak: Kenali Dan Cegah Sejak Dini*, h. 116.

manfaat kesehatan yang tidak dapat disaingi. ASI mengandung nutrisi penting yang dibutuhkan oleh bayi untuk pertumbuhan dan perkembangan yang optimal, serta memberikan kekebalan tambahan dan perlindungan terhadap penyakit. ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi direkomendasikan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) karena ASI mengandung berbagai zat gizi penting seperti protein, lemak, karbohidrat, vitamin, dan mineral dalam proporsi yang tepat untuk memenuhi kebutuhan bayi. Selain itu, ASI juga mengandung antibodi dan faktor kekebalan yang membantu melindungi bayi dari infeksi dan penyakit.¹⁹

Di negara-negara berkembang, praktik pemberian Air Susu Ibu (ASI) telah terbukti memiliki dampak yang sangat besar dalam mengurangi angka kematian bayi dan penyakit yang dapat dicegah. Setiap tahun, ASI menyelamatkan sekitar 1,5 juta bayi dari kematian dan penyakit. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) merekomendasikan pemberian ASI eksklusif hingga bayi mencapai usia enam bulan, karena ASI mengandung nutrisi dan antibodi yang sangat penting untuk pertumbuhan dan perlindungan bayi, terutama di masa awal kehidupan mereka. Bayi yang baru lahir belum dapat sepenuhnya membentuk sistem kekebalan tubuhnya sendiri hingga beberapa bulan setelah kelahiran. Dalam periode ini, ASI memberikan perlindungan pasif melalui antibodi dan faktor imunologis lainnya yang ada dalam susu ibu. Ini membantu melindungi bayi dari berbagai infeksi dan penyakit, termasuk diare, infeksi saluran pernapasan, dan penyakit lain yang umum terjadi pada bayi, yang dapat berakibat fatal jika tidak ditangani dengan baik.²⁰

Pemberian ASI eksklusif memiliki dampak yang luar biasa terhadap kesehatan masyarakat. Di Indonesia, diperkirakan bahwa setiap tahun pemberian ASI eksklusif dapat menyelamatkan sekitar 25.000 anak dari kematian yang disebabkan oleh penyakit yang dapat dicegah dengan ASI. Secara global, WHO memperkirakan bahwa pemberian ASI eksklusif dapat menyelamatkan sekitar 1,3 juta bayi setiap tahunnya, yang menunjukkan betapa pentingnya kebijakan dan edukasi mengenai pemberian ASI untuk meningkatkan kesehatan bayi dan menurunkan angka kematian bayi di seluruh dunia. ASI bukan hanya penting untuk memberi nutrisi yang dibutuhkan bayi, tetapi juga merupakan langkah pertama dalam membangun sistem kekebalan tubuh bayi, serta membentuk ikatan emosional yang kuat antara ibu dan anak.²¹

Manfaat kesehatan ASI tidak hanya berlaku untuk bayi, tetapi juga untuk ibu. Menyusui secara eksklusif dapat membantu ibu pulih lebih cepat dari persalinan, mengurangi risiko pendarahan postpartum, serta mengurangi risiko kanker payudara dan ovarium pada ibu. Selain manfaat kesehatan, menyusui juga memiliki manfaat sosial dan emosional. Ini membantu memperkuat ikatan antara ibu dan bayi, menciptakan hubungan yang intim dan saling percaya antara keduanya. Meskipun susu formula dapat menjadi pilihan yang baik dalam beberapa situasi seperti

¹⁹ Siti Suciati, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pemberian Asi Eksklusif: Literature Review," dalam *Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan*, (Tulungagung: Universitas Tulungagung, 2020), Vol. 10, No. 2, h. 2.

²⁰ Meri Anggryni dkk., *Pencegahan Stunting Dengan Pola Asuh Pemberian Makan Pada Golden Age Period* (Penerbit NEM, 2023), h.4.

²¹ Meri Anggryni dkk., *Pencegahan Stunting...* h.5.

ketidakmampuan produksi ASI yang cukup atau ketidakcocokan ibu dan bayi, penting untuk menyadari bahwa ASI eksklusif memberikan manfaat kesehatan yang unik dan penting bagi bayi dan ibu. Oleh karena itu, dukungan terhadap praktik menyusui secara eksklusif perlu terus diberikan kepada ibu selama periode menyusui.²²

ASI tidak hanya memberikan nutrisi yang dibutuhkan bayi, tetapi juga melibatkan faktor perlindungan kekebalan antara ibu dan bayi. Penting untuk terus memberikan informasi kepada ibu mengenai manfaat ASI eksklusif dan mendukungnya dalam memberikan ASI, meskipun tantangan kehidupan modern dapat menjadi kendala. Pemberdayaan ibu dengan pengetahuan dan dukungan yang cukup dapat membantu mereka membuat keputusan terbaik untuk kesehatan dan perkembangan bayi mereka.²³

Perubahan dalam aspek sosial dan budaya pada masyarakat yang beragam telah menyebabkan penurunan jumlah ibu yang menyusui bayinya. Dalam kota-kota besar, dampak gaya hidup mewah dan status sosial tinggi menunjukkan bahwa susu formula lebih sering diberikan kepada bayi dibandingkan pemberian ASI. Meskipun di kalangan menengah ke bawah lebih banyak ibu yang memberikan ASI daripada membeli susu formula, namun masih terdapat kelemahan, yaitu kurangnya pengetahuan pada ibu mengenai tata cara memberikan ASI, seperti memberikan substansi lain selain ASI.²⁴

Selain alasan-alasan yang telah disebutkan sebelumnya, ada juga ibu yang dengan gigih berupaya memenuhi kebutuhan ASI untuk anaknya. Sebagai contoh, sepanjang hari kerja, ibu tersebut harus menggunakan pompa ASI di kantor, kemudian begitu tiba di rumah, ia menyusui bayinya secara langsung, dan di tengah malam hingga subuh, ia kembali menggunakan pompa ASI. Namun, upaya keras yang dilakukan oleh ibu ini seringkali membawa dampak negatif. Ia mungkin mengalami tingkat stres yang tinggi, kelelahan akibat jadwal yang padat, tidak dapat menjaga pola makan dengan baik, dan bahkan dapat mengalami depresi. Hal ini dapat membuat ibu merasa tak sanggup lagi untuk terus menyusui anaknya.²⁵

Proses pompa ASI di kantor, menyusui secara langsung setelah pulang, dan kemudian *pumping* lagi di tengah malam dapat menambah beban stres ibu. Stres berkepanjangan dapat berdampak negatif pada kesehatan fisik dan mental. Jadwal yang padat dan kurangnya waktu istirahat yang cukup bisa menyebabkan kelelahan. Kelelahan ini tidak hanya berdampak pada kesehatan ibu, tetapi juga dapat mempengaruhi produksi ASI dan kualitasnya. Fokus pada memberikan ASI mungkin membuat ibu melupakan pentingnya nutrisi yang cukup untuk dirinya sendiri. Pola makan yang tidak seimbang dapat menyebabkan masalah kesehatan jangka panjang. Beban yang tinggi dan kurangnya istirahat dapat meningkatkan risiko depresi *postpartum*. Ini dapat memengaruhi kesejahteraan mental ibu dan juga dapat

²² Siti Suciati, "Faktor-Faktor Yang...", h. 4

²³ Nurul Imani, *Stunting Pada Anak: Kenali Dan Cegah Sejak Dini*, h. 117.

²⁴ Ezi Ainur Fauziah, dkk., "Keengganan Ibu Memberikan Air Susu Ibu (Asi) Kepada Anak Dalam Perspektif Hukum Islam," dalam *Jurnal Al-Ahkam*, (Padang: UIN Imam Bonjol, 2022), Vol. 13, No. 1, h. 72.

²⁵ Nur Furi, *Happy Exclusive Breastfeeding* (Yogyakarta: Laksana, 2020), h. 176.

memengaruhi hubungan dengan bayi. Ibu yang fokus pada memberikan ASI mungkin kehilangan waktu untuk diri sendiri dan kegiatan yang memberikan kebahagiaan dan relaksasi. Hal ini dapat memperburuk suasana hati dan kesejahteraan emosional.²⁶

ASI mengandung nutrisi dasar dan elemen pelacak dalam jumlah yang cukup untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi dengan sehat. ASI mengandung protein, lemak, karbohidrat, vitamin, dan mineral yang diperlukan untuk menyokong sistem pertumbuhan bayi. Selain memberikan manfaat kesehatan langsung untuk bayi, menyusui juga memberikan sejumlah keuntungan bagi ibu. Beberapa manfaat menyusui bagi ibu seperti, pemulihan pasca persalinan yang ketika menyusui dapat membantu rahim pulih lebih cepat setelah persalinan, menyusui dapat merangsang kontraksi uterus, membantu mengurangi perdarahan pasca melahirkan, dan menyusui dapat membantu ibu kembali ke berat badan dan membungkuk.²⁷

ASI adalah makanan yang terbaik bagi bayi pada 6 bulan pertama kehidupannya. Semua kebutuhan nutrisi yaitu protein, karbohidrat, lemak, vitamin, dan mineral yang sudah tercukupi dari ASI. ASI yang permulaan keluar itu mengandung senyawa kekebalan ibu yang dapat melindungi bayi dari penyakit yang menyebabkan kematian bayi seluruh dunia, seperti diare, *pneumonia*. Penelitian telah menunjukkan bahwa bayi yang diberikan ASI saat dewasa memiliki resiko lebih rendah terkena penyakit *degenerative* seperti obesitas, tekanan darah tinggi, dan diabetes tipe 2. Oleh karena itu, sejak tahun 2001 WHO merekomendasikan supaya bayi menerima ASI eksklusif hingga berumur 6 bulan.²⁸

Air Susu Ibu (ASI) memainkan peran yang sangat penting dalam perkembangan anak, seperti ASI yang mengandung nutrisi optimal yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. Ini mencakup protein, lemak, karbohidrat, vitamin, dan mineral dalam proporsi yang tepat, ASI mengandung antibodi dan faktor kekebalan lainnya yang membantu melindungi bayi dari infeksi dan penyakit. Ini memberikan kekebalan tambahan pada masa awal kehidupan bayi yang belum memiliki sistem kekebalan yang sepenuhnya berkembang. Proses menyusui tidak hanya menyediakan nutrisi fisik, tetapi juga menciptakan ikatan emosional antara ibu dan bayi. Sentuhan dan interaksi selama menyusui dapat memperkuat hubungan antara ibu dan anak. Kemudian menyusui dapat memberikan dukungan kesehatan mental dan emosional untuk ibu. Hormon yang dilepaskan selama menyusui, seperti oksitosin, dapat membantu mengurangi stres dan menciptakan perasaan kesejahteraan.²⁹

²⁶ Nur Furi, *Happy Exclusive Breastfeeding*, h. 176.

²⁷ Karmila Sarih, "Pengaruh Pemberian Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) Pada Ibu Hamil Dan Menyusui Terhadap Kualitas Asi Dan Perkembangan Anak Usia 18–24 Bulan Di Kabupaten Jeneponto", *Disertasi* pada Universitas Hasanuddin, 2020, h. 129.

²⁸ Sandra Fikawati, dkk., "Status Gizi Ibu Hamil Dan Berat Lahir Bayi Pada Kelompok Vegetarian," dalam *Jurnal Makara Kesehatan*, (Depok: Universitaas Indonesia, 2012), Vol. 16, No. 1, h. 30..

²⁹ Sabriana, dkk., "Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Tentang Pemberian Asi Eksklusif.", dalam *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, (Makassar: Politeknik Sandi Karsa, 2022), Vol. 11, No. 1, h. 204.

Di era modern ini, terdapat beberapa faktor yang dapat menyebabkan beberapa ibu enggan memberikan ASI pada bayi mereka dan lebih memilih susu formula. Salah satu faktor utama adalah kesibukan ibu yang bekerja, yang seringkali membuat mereka merasa kesulitan untuk memberikan ASI secara langsung. Banyak ibu merasa bahwa memberi ASI secara eksklusif membutuhkan waktu dan perhatian yang banyak, sementara mereka juga harus memenuhi tuntutan pekerjaan dan aktivitas lainnya. Faktor lainnya adalah kurangnya pengetahuan atau informasi yang memadai tentang pentingnya ASI dan cara-cara untuk mengatasi tantangan dalam menyusui, seperti produksi ASI yang tidak lancar atau masalah menyusui lainnya. Beberapa ibu mungkin juga terpengaruh oleh tekanan sosial dan iklan produk susu formula, yang sering menggambarkan susu formula sebagai alternatif yang lebih praktis dan efektif.³⁰

Meskipun begitu, ASI tetap dianggap sebagai sumber gizi terbaik bagi bayi karena mengandung berbagai zat gizi penting dan antibodi yang dapat melindungi bayi dari penyakit. Hal ini terjadi dikarenakan beberapa hal diantaranya, ibu mungkin menghadapi kesulitan dalam menyusui karena keterbatasan waktu, terutama bagi mereka yang bekerja di luar rumah, beberapa ibu mungkin juga mengalami kondisi kesehatan tertentu yang membuatnya sulit atau tidak mungkin menyusui, terdapat kasus di mana bayi memiliki masalah kesehatan tertentu yang membuat ibu memilih susu formula sebagai alternatif yang lebih sesuai, ada juga beberapa ibu mungkin merasa tidak nyaman atau tidak percaya diri dalam menyusui, sehingga memilih solusi yang lebih mudah, seperti memberikan susu formula, dan faktor lingkungan dan budaya juga dapat memainkan peran.³¹

Beberapa masyarakat atau lingkungan mungkin memberikan tekanan atau pandangan negatif terhadap menyusui di tempat umum, misalnya. Meskipun ada alternatif susu formula yang dapat memberikan nutrisi yang baik, ASI tetap dianggap sebagai pilihan terbaik untuk bayi karena menyediakan nutrisi yang optimal dan keuntungan kesehatan yang tidak dapat ditiru oleh susu formula. Penting untuk mendukung dan memberikan informasi kepada ibu mengenai manfaat dan pentingnya memberikan ASI, sekaligus memberikan dukungan bagi mereka yang mungkin menghadapi kendala-kendala tertentu.³²

Ada berbagai faktor yang dapat menyebabkan seorang ibu memilih untuk memberikan susu formula kepada bayinya, meskipun pemberian Air Susu Ibu (ASI) dianjurkan sebagai pilihan terbaik. Salah satunya adalah ketika bayi mengalami kebingungan puting, yaitu kondisi di mana bayi kesulitan menyusu langsung dari payudara ibu setelah terbiasa menggunakan botol atau dot. Hal ini bisa membuat ibu merasa terpaksa memberikan susu formula agar bayi tetap mendapatkan cukup gizi. Selain itu, beberapa ibu merasa produksi ASI mereka tidak mencukupi untuk memenuhi kebutuhan bayi, meskipun seringkali persepsi ini tidak akurat. Kurangnya

³⁰ Toto Sudargo & Nur Aini Kusmayanti, *Pemberian Asi Eksklusif Sebagai Makanan Sempurna Untuk Bayi* (Yogyakarta: Ugm Press, 2023), h. 180.

³¹ Toto Sudargo & Nur Aini Kusmayanti, *Pemberian Asi Eksklusif...* h. 182.

³² Rizka Aprilia, "Hubungan Pemberian Susu Formula Dengan Kejadian Gastroesophageal Reflux Pada Bayi Usia 0-12 Bulan." *Skripsi* pada Universitas Sebelas Maret, 2017, h. 5

pengetahuan atau dukungan tentang cara meningkatkan produksi ASI, seperti dengan menyusui lebih sering atau memperbaiki teknik menyusui, dapat membuat ibu merasa tidak mampu memberikan ASI eksklusif, sehingga memilih susu formula sebagai alternatif.³³

Ada juga kondisi medis tertentu yang mempengaruhi keputusan ini, seperti jika bayi menderita galactosaemia, sebuah kelainan langka di mana tubuh bayi tidak dapat memetabolisme galaktosa, salah satu komponen dalam ASI. Pada kondisi ini, ASI tidak dapat diberikan karena dapat menyebabkan kerusakan organ pada bayi, dan susu formula yang bebas galaktosa menjadi pengganti yang aman. Selain itu, ibu yang sedang menjalani pengobatan kanker payudara, seperti kemoterapi atau radiasi, mungkin tidak dapat menyusui karena pengobatan tersebut dapat mempengaruhi kualitas dan jumlah ASI, serta berisiko mengandung zat yang berbahaya bagi bayi. Dalam kondisi ini, susu formula sering menjadi pilihan yang lebih aman.³⁴

Meskipun ASI tetap menjadi pilihan utama untuk mendukung kesehatan bayi, faktor-faktor seperti kebingungan puting, persepsi tentang jumlah ASI yang tidak cukup, kondisi medis bayi, atau perawatan kesehatan ibu dapat menyebabkan keputusan untuk memberikan susu formula. Dalam kasus-kasus ini, sangat penting bagi ibu untuk berkonsultasi dengan tenaga medis atau konsultan laktasi untuk mencari solusi terbaik yang memenuhi kebutuhan ibu dan bayi. Baik dalam konteks dunia kesehatan maupun dalam ajaran Islam, pemberian Air Susu Ibu (ASI) dianggap sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. Dalam dunia kesehatan, ASI dikenal sebagai sumber gizi terbaik yang dapat memenuhi hampir semua kebutuhan nutrisi bayi dalam enam bulan pertama kehidupannya. ASI mengandung protein, lemak, vitamin, mineral, serta antibodi yang membantu memperkuat sistem kekebalan tubuh bayi dan melindunginya dari berbagai infeksi. Selain itu, ASI juga membantu dalam perkembangan otak bayi, mendukung pertumbuhan fisik, dan mempromosikan hubungan emosional yang kuat antara ibu dan bayi.³⁵

Dalam konteks ini, baik ilmu pengetahuan medis maupun ajaran Islam menekankan bahwa pemberian ASI adalah pilihan terbaik bagi kesehatan bayi, serta berfungsi sebagai salah satu cara untuk memenuhi kewajiban orang tua terhadap anak dalam menciptakan kondisi yang sehat dan sejahtera. Dalam Islam, menyusui ditekankan sebagai kewajiban dan hak anak. Dalam Islam, anak memiliki hak untuk mendapatkan ASI dari ibunya. Rasulullah Muhammad SAW. menekankan pentingnya memberikan ASI kepada anak hingga usia dua tahun. Dalam hadis-hadis, Rasulullah menyatakan bahwa ibu yang menyusui akan mendapatkan pahala yang besar. Ini mencerminkan penghargaan Islam terhadap peran ibu dalam memberikan nutrisi dan perawatan terbaik untuk anak-anak mereka. Hal ini dikarenakan pemberian ASI tidak hanya tentang aspek kesehatan fisik, tetapi juga mengenai pembentukan hubungan emosional dan kemanusiaan antara ibu dan anak. Ini

³³ Rahmadanni Pohan, "Perspektif Islam Terhadap Pemberian Susu Formula Kepada Anak," *Madania: Jurnal Ilmu-Ilmu Keislaman* 9, no. 2 (2019): h.155.

³⁴ Rahmadanni Pohan, "Perspektif Islam Terhadap Pemberian, ... h.157.

³⁵ Syamsuddin Ab, "Pola Dakwah Terhadap Perubahan Sosial (Analisis Pemberian Jenis Makanan Bergizi Pada Anak)," *Jurnal Dakwah Tabligh* 19, No. 2 (2018): h. 331.

mencerminkan perhatian dan kasih sayang yang harus diberikan kepada anak sejak dini.³⁶

Oleh karena itu, dalam perspektif kesehatan dan agama, memberikan ASI kepada bayi dianggap sebagai tanggung jawab dan tugas penting seorang ibu untuk memastikan kesehatan dan perkembangan optimal anak. Dalam Islam, hal ini juga dilihat sebagai pelaksanaan nilai-nilai agama yang mengedepankan kepedulian terhadap anak dan kewajiban moral terhadap mereka. Di dalam Al-Qur'an, Allah SWT. menegaskan bahwa setelah seorang ibu itu melahirkan sangat dianjurkan kepada para ibu untuk memberikan ASI kepada bayinya selama 2 tahun penuh yang terdapat di dalam QS. Al-Baqarah /2 ayat 233: artinya "*para Ibu hendaklah menyusukan anak-anaknya selama dua tahun penuh, yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan...*". Adapun ayat-ayat Al-Qur'an yang juga menjelaskan tentang menyusui yakni, ayat-ayat yang menganjurkan seorang ibu untuk menyusui anaknya pada QS. Al-Qasas ayat 7 dan 12 dan terdapat dalam QS Al-Ahqaf ayat 15, QS Al-Hajj ayat 2 dan QS Lukman ayat 14.³⁷

ASI memiliki banyak manfaat yang akan diperoleh sang bayi, tetapi tidak semua ibu memanfaatkan sebaik mungkin keistimewaan yang telah Allah SWT. berikan. Ada berbagai alasan seorang ibu untuk tidak menyusui anaknya, alasan itu salah satu faktornya adalah karena kesibukannya, bahkan ada seorang ibu tidak menyusui anaknya karena beralasan untuk menjaga penampilannya agar tetap indah untuk daya tarik tubuhnya dan juga ada yang merasakan kesakitan ketika sedang menyusui atau sebab-sebab yang lainnya. Adapun menurut laporan dari beberapa penelitian tentang masalah ASI eksklusif ditemukan bahwa faktor yang memungkinkan bahwa sang bayi tidak diberikan ASI eksklusif ialah karena ibu menyusui tersebut kurangnya mengetahui betapa pentingnya ASI untuk sang bayi, ibu yang sibuk bekerja, iklan susu formula, ASI yang tidak banyak, dan persepsi tentang bayi yang merasa lapar tanpa makanan tambahan.³⁸

Anak adalah anugerah dan Amanah dari Allah SWT. Sebagai bagian dari keluarga, orang tua memiliki kewajiban untuk bertanggung jawab penuh atas anaknya mulai dari ketika di dalam kandungan hingga ia terlahir ke dunia. Pada saat sang anak lahir Allah SWT. telah menganugerahkan kelenjar air susu dari sang ibu, yang biasa disebut dengan ASI. Sebagaimana permasalahan telah dipaparkan di atas. Penulis terdorong untuk menuliskan skripsi tentang "**Laktasi Dalam Perspektif Al-Qur'an**" untuk mengkaji sejauh mana pentingnya ASI ditinjau dalam dalil-dalil di dalam Al-Qur'an dan pandangan Ilmu Kesehatan.

³⁶ Masrul Isoni Nurwahyudi, "Konsep Raḍā'ah Dalam Al-Qur'an: Kajian Tafsir Tematik Ayat-Ayat Tentang Menyusui Bayi Dalam Perspektif Mufassir Dan Sains," dalam *Jurnal Qof*, (Kediri: IAIN Kediri, 2017), Vol. 1, No. 2, h. 114.

³⁷ Choirul Hidayah, "Nilai-Nilai Pendidikan Islam Dalam Rada'ah (Kajian Tafsir Surat Al-Baqarah Ayat 233 Dan Surat Al-Qasas Ayat 7 Dan 12)." *Skripsi* pada Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN) Ponorogo, 2016, h. 52-56.

³⁸ Nur Ajijah Harahap, "Asi Bagi Bayi Dalam Perspektif Alquran (Analisis Kesehatan Dan Tafsir Al-Mishbah Karya M. Quraisy Shihab)." *Skripsi* pada Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, 2021, h. 21

B. Identifikasi Masalah

Berangkat dari latar belakang yang sudah Penulis paparkan, Penulis mengidentifikasi ada beberapa masalah yang akan Penulis perdalam pembahasannya, antara lain:

1. Pemahaman terkait laktasi kepada bayi?
2. Anjuran pemberian ASI kepada bayi?
3. Masa pemberian ASI kepada bayi perspektif Al-Qur'an?
4. Alternatif untuk Pemenuhan Gizi kepada bayi ?

C. Batasan dan Rumusan Masalah

Batasan masalah merujuk pada cakupan isu yang disengaja untuk dibatasi oleh peneliti. Hal ini dilakukan karena masalah yang terlalu meluas dapat menghambat fokus penelitian. Fungsi dari pembatasan masalah adalah untuk mengarahkan perhatian pada satu permasalahan yang sedang dibahas, membatasi jangkauan proses penelitian, dan memberikan gambaran terperinci mengenai topik yang ingin diteliti.³⁹ Berdasarkan identifikasi masalah di atas, Penulis membatasi masalah dengan berfokus membahas secara lunas, bagaimana penjelasan Al-Qur'an dan para mufasir tentang laktasi dalam perspektif Al-Qur'an.

Setelah menjelaskan mengenai latar belakang yang telah dipaparkan di atas, maka yang akan menjadi pokok dan inti permasalahan yang akan diteliti adalah bagaimanakah pemahaman dan penjelasan Laktasi Dalam Perspektif Al-Qur'an?

D. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian.

Setelah melihat dan memperhatikan rumusan masalah yang sudah ditulis, maka penelitian ini bertujuan sebagai berikut:

- a. Untuk mengetahui pemahaman tentang laktasi
- b. Untuk mengetahui pandangan mufassir terkait ayat-ayat laktasi.
- c. Untuk mengetahui penjelasan terkait pemberian ASI kepada bayi

2. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Menambah wawasan keilmuan tentang bagaimana pandangan Al-Qur'an terkait laktasi.
- b. Agar penelitian ini dapat diterima dan diketahui oleh masyarakat, baik menjadi rujukan untuk dikembangkan ataupun menjadi literatur keislaman tentang relasi pemberian ASI kepada bayi.

E. Tinjauan Pustaka

Setelah melakukan penelusuran dari berbagai penelitian, sejauh pengamatan dan pencarian yang dilakukan, penulis menemukan beberapa karya ilmiah baik yang berbentuk buku, artikel, atau skripsi yang terkait dengan pembahasan ini. Akan tetapi, Penulis mendapati hasil penelitian yang mempunyai tinjauan dari perspektif yang berbeda-beda. Berikut akan diterangkan:

³⁹ Yusuf Abdul Azis, "Pengertian Dan 5+ Contoh Batasan Masalah [Update]-Deepublish," Deepublish Store, <https://Deepublishstore.Com/Blog/Contoh-Batasan-Masalah/> diakses pada 4 Desember 2023.,

1. Penelitian berupa buku yang dilakukan oleh Nurheti Yuliarti yang diterbitkan pada tahun 2010 tentang "*Keajaiban Asi-Makanan Terbaik Untuk Kesehatan, Kecerdasan, Dan Kelincahan Si Kecil*". Dalam buku tersebut memberikan penjelasan bahwa ibu harus memberikan ASI eksklusif selama 6 bulan, namun pengetahuan sebagian ibu masih rendah dan tata rumah sakit yang memberikan susu formula pada bayi yang baru lahir sebelum ibunya mampu memproduksi ASI. Namun pada buku ini kurangnya penjelasan dalil Al-Qur'an sebagai penguat argumen yang terdapat di dalamnya.
2. Penelitian berupa skripsi yang dilakukan oleh Zulfia yang diterbitkan pada tahun 2022 tentang "*ASI Eksklusif dalam QS Al-Baqarah ayat 233 (Studi Pandangan Wahbah Az-Zuhaili)*". Dalam skripsi tersebut dijelaskan bahwa teori mengenai makna dan manfaat asi dalam ilmu Al-Qur'an dan mengungkap pendapat dari Muhammad Wahbah Az-Zuhaili mengenai ASI serta hukum menyusui dalam Al-Qur'an yang akan merujuk pada kitab tafsir karangannya yaitu *Tafsir Al-Munir* dengan metode tafsir tahlili.
3. Penelitian berupa skripsi yang dilakukan oleh Novi Salbiyah yang diterbitkan pada tahun 2021 tentang "*Rada'ah Perspektif Tantawi Jauhari*". Dalam skripsi tersebut Tantawi Jauhari ketika membahas *Rada'ah* pertama dari aspek pendidikan menitik beratkan kewajiban syariat Islam dalam hal mempersiapkan pendidikan tentang tata cara menyusui yang baik dan benar sebelum menikah, dan prinsip-prinsip ilmu kesehatan dan pendidikan bagi anak. Penelitian ini menggunakan metode tahlili dengan penafsiran dari Tafsir Al-Jawahir Fi Tafsir Al-Qur'an Al-Karim menggunakan teori *double movement* Fazlur Rahman

Selain pemaparan kajian pustaka diatas, tentu masih banyak literatur yang membahas tentang ASI. Adapun penelitian ini menjadi penerus dari penelitian yang sudah ada, namun yang membedakan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah penelitian ini berfokus kepada tafsiran *maudhu'i* terkait laktasi dalam perspektif Al-Qur'an.

F. Metode penelitian

Metode berasal dari kata dalam bahasa Yunani, yaitu *methodos*, yang mengandung makna cara. Dalam konteks penelitian, metode berkaitan dengan pendekatan yang digunakan untuk mengatasi proses penelitian, yakni cara untuk memahami suatu objek yang menjadi fokus kajian ilmiah.⁴⁰ Oleh karena itu, metode penelitian dapat diartikan sebagai suatu bentuk cara yang melibatkan serangkaian langkah-langkah untuk memperoleh pengetahuan ilmiah.⁴¹ Proses ini dapat dilakukan dengan melakukan penyelidikan dan penelusuran yang cermat dan teliti,

⁴⁰ Rifa'i Abubakar, *Pengantar Metodologi Penelitian* (Yogyakarta: Suka-Press Uin Sunan Kalijaga, 2021), h. 1.

⁴¹ Suryana, *Metodologi Penelitian: Model Praktis Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif* (Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia, 2010), h. 16.

dengan tujuan mengumpulkan data, menganalisis informasi, dan menyusun kesimpulan secara sistematis dan objektif.⁴²

Oleh sebab itu, maka metode penelitian yang digunakan oleh Penulis adalah sebagai berikut:

1. Metode dan Jenis Penelitian

Dalam meneliti dan mengkaji tentang bagaimana pemberian ASI kepada bayi ini, Penulis akan menggunakan metode kualitatif yang bersifat kepustakaan (*Library Research*). Yaitu dengan mengumpulkan semua data yang berasal dari buku-buku, kamus, artikel-artikel terdahulu yang hasilnya mendekati dengan penelitian ini.⁴³ Apabila memungkinkan sumber lain diperlukan, Penulis juga akan mengumpulkan dari beberapa jurnal.

Setelah menganalisa semua data tersebut satu-persatu dengan menggunakan metode analisis deskriptif, yakni metode yang dilakukan dengan mengumpulkan data, menganalisis data dan menginterpretasikan melalui teknik survey dan analisis dokumenter.⁴⁴

2. Teknik Pengumpulan Data

Adapun teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Penulis akan mengumpulkan semua data yang berhubungan dengan tema ini, khususnya semua buku yang berbicara tentang pemberian ASI kepada bayi, macam-macamnya, dan sebagainya. Terlebih kepada buku-buku kitab karangan para ulama dan juga literatur umum seputar pemberian ASI kepada bayi.
- b. Penulis juga akan mengumpulkan data-data sekunder yang berasal dari jurnal dan *website* (internet) dengan mencocokkan tema penelitian ini. Agar bisa dipertanggung jawabkan dan sesuai dengan keinginan penulis.

3. Langkah-langkah Penelitian

Dalam penelitian kali ini penulis akan menggunakan metode penafsiran secara *maudhu'i*. Di antara langkah-langkahnya adalah sebagai berikut:

- a. Menentukan tema pembahasan dari penelitian.
- b. Memilih tema pembahasan yang diambil dari lafaz al-Qur'an.
- c. Menghimpun ayat al-Qur'an yang sesuai dengan tema.
- d. Mengelompokan ayat kedalam Makiyyah dan Madaniyyah.
- e. Mencari pembahasan ayat dalam berbagai kitab tafsir.
- f. Menyimpulkan dari maksud ayat sesuai dengan tafsirannya.⁴⁵

Dalam penelitian ini, penulis mengacu kepada "*Buku Menjadi Peneliti Pemula Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir*" tahun 2022.⁴⁶ Sedangkan dalam penulisan dan

⁴² Rifa'i Abubakar, *Pengantar Metodologi Penelitian*, h. 2.

⁴³ Adi Kusumaastuti & Ahmad Mustamil Khoiron, *Metode Penelitian Kualitatif* (Semarang : Lembaga Pendidikan Sukarno Pressindo, 2019), h. 41.

⁴⁴ Suryana, *Metodologi Penelitian: Model Praktis Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif* (Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia, 2010), h. 16.

⁴⁵ Asep Mulyaden & Asep Fuad, "Langkah-Langkah Tafsir Maudhu'i," dalam *Jurnal Iman Dan Spiritualitas*, (Bandung: UIN Sunan Gunung Djati, 2021), Vol. 1, No. No.3, h. 401-402.

penerjemahan ayat-ayat Al-Qur'an, penulis mengacu pada sumber Al-Qur'an dan terjemahannya yang telah di tashihkan oleh Lajnah Pentashih Al-Qur'an Republik Indonesia.

G. Sistematika Penulisan

Sistematika pembahasan dalam penulisan hasil penelitian sangat diperlukan agar apa yang sedang dibahas nantinya tetap dalam garis pembahasan yang telah dicantumkan dalam rumusan masalah di atas. Dalam penelitian ini, sistematika pembahasan akan dibagi dalam berbagai bagian bab, diantaranya sebagai berikut;

Bab I merupakan pendahuluan yang mendeskripsikan keseluruhan dari penelitian ini dengan uraian berisi latar belakang penelitian, identifikasi masalah, rumusan dan batasan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, metodologi penelitian, tinjauan pustaka serta sistematika penulisan.

Bab II merupakan tinjauan umum yang akan membahas mengenai bagaimana pengertian laktasi, penjelasan laktasi dalam segi kesehatan, dan pandangan sains terkait laktasi.

Bab III merupakan tinjauan Al-Qur'an yang akan menyebutkan ayat-ayat yang membahas mengenai hasil penelitian terkait ayat-ayat tentang laktasi dan penafsiran tentang laktasi dalam perspektif Al-Qur'an.

Bab IV merupakan bagian penutup yang memuat kesimpulan dari hasil penelitian, saran, dan diakhiri dengan daftar pustaka.

⁴⁶ Andi Rahman, *Menjadi Peneliti Pemula Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir* (Jakarta: Universitas Ptiq Jakarta, 2022), h. 15-17.

BAB II

TINJAUAN UMUM SEPUTAR LAKTASI

A. Pengertian Laktasi

Laktasi adalah proses alami di mana seorang ibu menyediakan air susu untuk bayinya. Proses ini dimulai segera setelah melahirkan, ketika hormon-hormon dalam tubuh ibu merangsang produksi dan pelepasan air susu dari kelenjar payudara. Laktasi tidak hanya menyediakan nutrisi yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi, tetapi juga mengandung antibodi dan zat kekebalan yang membantu melindungi bayi dari infeksi dan penyakit. Proses laktasi diawali dengan produksi *kolostrum*, yaitu susu awal yang kaya akan protein dan antibodi. Kolostrum sangat penting untuk memberikan perlindungan kekebalan pada bayi yang baru lahir. Setelah beberapa hari, kolostrum digantikan oleh susu transisi dan akhirnya oleh susu matur yang lebih berlimpah dan memiliki kandungan nutrisi yang seimbang.⁴⁷

Menyusui juga membantu membangun ikatan emosional antara ibu dan bayi, yang penting untuk perkembangan psikologis dan emosional bayi. Selain itu, menyusui dapat membantu ibu pulih lebih cepat setelah melahirkan dan memberikan manfaat kesehatan jangka panjang, seperti penurunan risiko terkena kanker payudara dan *ovarium*. Laktasi adalah proses yang alami dan intuitif, tetapi beberapa ibu mungkin memerlukan dukungan atau bantuan tambahan untuk memulai dan mempertahankan produksi ASI. Hal ini dapat termasuk edukasi tentang teknik menyusui yang benar, penggunaan pompa ASI jika diperlukan, dan cara mengatasi masalah seperti puting lecet atau produksi ASI yang rendah.⁴⁸

Proses ini dimulai setelah melahirkan, di mana hormon-hormon dalam tubuh ibu, seperti *prolaktin* dan *oksitosin*, merangsang produksi dan pelepasan air susu dari payudara. Laktasi penting untuk memberikan nutrisi yang optimal dan perlindungan kekebalan kepada bayi selama periode pertumbuhan awal mereka. Selain itu, laktasi juga memiliki manfaat kesehatan yang signifikan bagi ibu, seperti membantu dalam pemulihan pasca melahirkan dan mengurangi risiko terjadinya beberapa penyakit.⁴⁹

Laktasi merupakan bagian penting dari sistem reproduksi perempuan, yang meliputi proses hamil, melahirkan, dan menyusui. Proses ini dimulai dengan perubahan hormon selama kehamilan yang mempersiapkan kelenjar payudara untuk memproduksi susu. Setelah melahirkan, tubuh ibu merespon dengan segera memproduksi dan mengeluarkan air susu ibu (ASI) untuk memenuhi kebutuhan

⁴⁷ Ni Putu Septhia Permatasari, "Hubungan Dukungan Suami Dengan Efikasi Diri Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif", *Tesis* pada Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Kebidanan, 2023, h. 8.

⁴⁸ Hidayatullah Ismail, "Syariat Menyusui Dalam Alquran (Kajian Surat Al-Baqarah Ayat 233)," dalam *Jurnal At-Tibyan: Jurnal Ilmu Alqur'an Dan Tafsir*, (Langsa: IAIN Langsa, 2018), Vol. 3, No. 1, h. 59.

⁴⁹ Hidayatullah Ismail, "Syariat Menyusui Dalam Alquran....," h. 62.

nutrisi bayi. Selama kehamilan, hormon seperti *estrogen*, *progesteron*, dan *prolaktin* berperan dalam mempersiapkan jaringan payudara untuk produksi susu. Setelah bayi lahir, hormon *prolaktin* merangsang produksi susu di kelenjar payudara, sementara hormon *oksitosin* memfasilitasi pelepasan susu melalui kontraksi kecil pada jaringan di sekitar kelenjar.⁵⁰

Laktasi dimulai dengan produksi *kolostrum*, yaitu susu awal yang sangat kaya akan protein dan antibodi yang penting untuk sistem kekebalan bayi. Beberapa hari setelah melahirkan, produksi kolostrum beralih ke produksi susu matang, yang menyediakan semua nutrisi penting yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. ASI tidak hanya menyediakan nutrisi yang sempurna, tetapi juga mengandung komponen bioaktif yang mendukung perkembangan sistem kekebalan bayi dan melindungi dari infeksi. Menyusui memiliki manfaat besar baik bagi bayi maupun ibu. Bagi bayi, ASI memberikan nutrisi yang ideal dan perlindungan kekebalan, serta membantu dalam perkembangan otak dan sistem saraf. Bagi ibu, menyusui membantu kontraksi rahim kembali ke ukuran semula, mengurangi risiko perdarahan *postpartum*, dan memberikan perlindungan jangka panjang terhadap beberapa jenis kanker serta *osteoporosis*.⁵¹

Laktasi adalah proses integral dari sistem reproduksi perempuan yang berlanjut dari kehamilan dan persalinan, memastikan bahwa bayi mendapatkan nutrisi optimal dan perlindungan kekebalan, serta memberikan manfaat kesehatan jangka panjang bagi ibu. Ketiga proses ini memang memiliki makna dan nilai yang sangat penting bagi kehidupan manusia. Tanpa proses-proses ini, keberlangsungan hidup manusia akan terganggu. Siklus reproduksi ini memang menjadi fondasi bagi regenerasi dan kelangsungan hidup umat manusia. Melalui proses-proses tersebut, generasi baru tercipta dan peradaban manusia terus berkembang. Oleh karena itu, penting bagi masyarakat untuk menghargai dan mendukung perempuan dalam menjalani peran mereka dalam proses-proses ini.⁵²

Air Susu Ibu (ASI) adalah susu yang dihasilkan oleh ibu dan mengandung semua zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. ASI mengandung *emulsi* lemak dari protein, laktosa, dan larutan garam anorganik yang dikeluarkan oleh kelenjar susu ibu. Kandungan nutrisi yang lengkap dan seimbang dalam ASI membuatnya menjadi makanan yang optimal untuk bayi. Selain nutrisi dasar seperti protein, lemak, karbohidrat, vitamin, dan mineral, ASI juga mengandung faktor-faktor kekebalan tubuh, antibodi, enzim, dan hormon yang penting untuk melindungi bayi dari infeksi, memperkuat sistem kekebalan tubuh mereka, dan mendukung perkembangan organ-organ mereka. Pemberian ASI secara

⁵⁰ Luh Putu Diantini, "Hubungan Kecemasan Ibu Nifas Dengan Produksi Air Susu Ibu Di Klinik Kebidanan Rumah Sakit Umum Bangli Tahun 2021", *Disertasi* pada Poltekkes Kemenkes Denpasar, 2021, h.7.

⁵¹ Felicia Anita Wijaya, "Asi Eksklusif: Nutrisi Ideal Untuk Bayi 0-6 Bulan," dalam *Jurnal Cermin Dunia Kedokteran*, (Denpasar: RSUD Wangaya, 2019), Vol. 46, No. 4, h. 297.

⁵² Felicia Anita Wijaya, "Asi Eksklusif: Nutrisi Ideal...", h. 299.

eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi direkomendasikan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) dan banyak lembaga kesehatan lainnya karena manfaat yang luar biasa bagi kesehatan bayi. ASI yang cukup memberikan bayi semua nutrisi yang diperlukan dalam jumlah yang tepat dan juga membantu membangun ikatan emosional yang kuat antara ibu dan bayi.⁵³

Dalam bahasa Arab, istilah yang digunakan untuk menyatakan makna yang berkaitan dengan laktasi antara lain adalah *radha'ah* (رضاعة) dan *fishal* (فصال). *radha'ah* berasal dari kata kerja *radha'a-yardhi'u-radha'atan* yang secara harfiah berarti "menyusui". Pemberian ASI atau menyusui memang disebut dengan kata *radha'ah* dalam Alquran. Kata ini bisa dibaca dengan "*fathah*" pada huruf "*ra*" atau dengan "*kasrah*" pada huruf "*ra*". Makna asli dari kata ini adalah pengisapan air susu dari payudara.⁵⁴

Kata *fishal* (فصال) dalam konteks laktasi merujuk pada pemisahan anak dari menyusui atau proses penyapihan. Penyapihan adalah tahap ketika anak berhenti menyusui dan beralih ke makanan padat atau sumber nutrisi lainnya. Ini adalah bagian penting dari perkembangan anak, di mana anak mulai belajar makan dan memperoleh nutrisi dari berbagai makanan. Dalam konteks Islam, laktasi atau menyusui memiliki makna spiritual dan sosial yang penting. Menyusui dianggap sebagai kewajiban dan hak yang harus dipenuhi, serta tindakan yang membawa berkah bagi ibu dan anak. Menyusui juga dipandang sebagai cara mempererat ikatan antara ibu dan anak, serta memberikan perlindungan kesehatan jangka panjang bagi keduanya.⁵⁵

Istilah *radha'ah* dan *fishal* dalam bahasa Arab menggambarkan proses penting dalam kehidupan seorang ibu dan anak, yang tidak hanya memiliki makna biologis, tetapi juga nilai-nilai moral dan spiritual yang mendalam. Istilah *fishal* juga digunakan untuk merujuk pada proses laktasi atau menyusui. Meskipun tidak seumum *radha'ah*, namun istilah ini juga ditemukan dalam literatur Arab yang menggambarkan konsep laktasi. Kedua istilah ini mencerminkan pentingnya peran menyusui dalam konteks budaya dan agama di dunia Arab, serta menegaskan pentingnya pemahaman tentang proses alamiah ini dalam kehidupan sehari-hari.⁵⁶

Mengenai kata *fishal* dan maknanya yang berkaitan dengan menyapih dalam konteks pemisahan anak dari susuan atau pemisahan susuan karena anak beralih kepada makanan lainnya. Berdasarkan penjelasan tersebut, *fishal* secara gramatikal

⁵³ Sr Anita Sampe Sjmj, dkk., "Hubungan Pemberian Asi Eksklusif Dengan Kejadian Stunting Pada Balita," dalam *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, (Makassar: STIKES Stella Maris, 2020), Vol. 9, No. 1, h. 449.

⁵⁴ Asnawati Asnawati, dkk., "Pemberian Asi Pada Anak Dalam Perspektif Al-Qur'an," dalam *Jurnal Al-Tadabbur: Jurnal Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir*, (Bogor: STAI Al-Hidayah Bogor, 2019, Vol. 4, No. 1, h. 90.

⁵⁵ Asnawati Asnawati, dkk., "Pemberian Asi Pada Anak ...," h. 91.

⁵⁶ Asnawati Asnawati, dkk., "Pemberian Asi Pada Anak ...," h. 91.

memang mengandung makna "saling memisahkan" karena anak terpisah dari ibunya dan ibu terpisah dari anaknya. Dalam konteks ini, pemisahan terjadi karena proses menyapih, yang merupakan tahap penting dalam perkembangan anak di mana mereka mulai beradaptasi dengan asupan makanan lain selain susu ibu. Adanya kata seperti *fishal* membuktikan kekayaan bahasa dan terminologi dalam bahasa Indonesia untuk menjelaskan berbagai konsep dan fenomena, termasuk dalam hal perkembangan dan perawatan anak.⁵⁷

Penekanan pada pentingnya *radha'ah* (menyusui) dalam memberikan nutrisi dan memengaruhi perkembangan bayi sesuai dengan pemahaman medis dan kesehatan yang mengakui keunggulan Air Susu Ibu (ASI) sebagai sumber nutrisi utama bagi bayi. ASI tidak hanya memberikan semua zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan optimal bayi, tetapi juga mengandung komponen bioaktif yang tidak dapat ditiru oleh susu formula.⁵⁸

Selain itu, kontak fisik dan emosional yang terjadi selama menyusui memperkuat ikatan antara ibu dan bayi, yang penting untuk perkembangan emosional dan psikologis bayi. Selain manfaat untuk bayi, menyusui juga memberikan manfaat kesehatan bagi ibu. Menyusui membantu rahim kembali ke ukuran semula lebih cepat setelah melahirkan dan mengurangi risiko perdarahan *postpartum*. Menyusui juga dikaitkan dengan penurunan risiko kanker payudara dan *ovarium* serta *osteoporosis* pada ibu.⁵⁹

Penekanan pada *radha'ah* dalam tradisi Islam dan pemahaman medis modern menunjukkan keselarasan antara ajaran agama dan ilmu pengetahuan dalam mengakui keunggulan ASI sebagai sumber nutrisi utama yang penting bagi perkembangan dan kesehatan bayi. ASI tidak hanya menyediakan semua nutrisi yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan optimal bayi, tetapi juga mengandung komponen bioaktif yang tidak dapat ditiru oleh susu formula.⁶⁰

Dari perspektif medis, Air Susu Ibu (ASI) dianggap sebagai sumber makanan yang paling ideal bagi bayi karena memiliki sejumlah keunggulan yang tidak dapat disaingi. Berikut adalah beberapa alasan mengapa ASI dianggap sebagai nutrisi terbaik bagi bayi:

Pertama, ASI mengandung campuran yang sempurna dari protein, lemak, karbohidrat, vitamin, dan mineral dalam proporsi yang tepat untuk memenuhi kebutuhan nutrisi bayi. Ini memastikan bahwa bayi mendapatkan semua zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan fisik dan perkembangan mental yang optimal.

⁵⁷ Asnawati Asnawati, dkk., "Pemberian Asi Pada Anak ...," h. 92

⁵⁸ Artalena Irmayanti, "Pengaruh Konsumsi Seduhan Air Rebusan Daun Bangun-Bangun Terhadap Produksi Air Susu Ibu (Asi) Untuk Ibu Menyusui Di Desa Batang Paneli Kecamatan Halongonan Timur Kabupaten Padang Lawas Utara" *Skripsi* pada Universitas Afa Royhan Di Kota Padangsidimpuan, 2021, h. 13.

⁵⁹ Sr Anita Sampe Sjmj, dkk., "Hubungan Pemberian Asi Eksklusif Dengan Kejadian Stunting Pada Balita," dalam *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, (Makassar: STIKES Stella Maris, 2020), Vol. 9, No. 1, h. 449.

⁶⁰ Asnawati Asnawati, dkk., "Pemberian Asi Pada Anak ...," h. 91.

Kedua, ASI mengandung antibodi dan faktor kekebalan yang membantu melindungi bayi dari infeksi dan penyakit. Antibodi yang ditransfer dari ibu ke bayi melalui ASI membantu memperkuat sistem kekebalan bayi, memberikan perlindungan terhadap berbagai penyakit seperti infeksi saluran pernapasan dan gangguan pencernaan. Inilah yang membuat ASI menjadi "vaksin alami" yang melindungi bayi dari infeksi selama masa awal kehidupan mereka.

Ketiga, menyusui juga berperan dalam perkembangan kognitif dan emosional bayi. ASI mengandung asam lemak esensial, seperti DHA (*asam docosahexaenoic*), yang penting untuk perkembangan otak dan sistem saraf. Ini membantu mempromosikan perkembangan kognitif yang optimal pada bayi. Selain itu, kontak fisik dan emosional yang terjadi selama menyusui juga membantu memperkuat ikatan antara ibu dan bayi, yang penting untuk perkembangan emosional dan psikologis yang sehat.⁶¹

Inilah sebabnya mengapa ASI dianggap sebagai nutrisi terbaik bagi bayi dan dianjurkan sebagai makanan utama untuk bayi selama enam bulan pertama kehidupan mereka. Selain manfaat untuk bayi, menyusui juga memberikan manfaat kesehatan bagi ibu. Menyusui membantu rahim kembali ke ukuran semula lebih cepat setelah melahirkan dan mengurangi risiko perdarahan *postpartum*. Menyusui juga dikaitkan dengan penurunan risiko kanker payudara dan ovarium serta osteoporosis pada ibu. Pentingnya *radha'ah* juga ditegaskan dalam ajaran agama Islam, di mana menyusui dianggap sebagai kewajiban dan hak anak. Dalam Al-Qur'an, Allah SWT. berfirman: "*Para ibu hendaklah menyusui anak-anaknya selama dua tahun penuh, yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan.*" (QS Al-Baqarah (2):233) Ayat ini menekankan pentingnya menyusui selama dua tahun penuh, yang selaras dengan rekomendasi dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mengenai menyusui eksklusif selama enam bulan pertama dan melanjutkan menyusui hingga dua tahun atau lebih bersama dengan makanan pendamping.⁶²

Pernyataan dari Abd Ar-Rahman Al-Jaziry memberikan definisi yang lebih spesifik tentang kata *radha'ah*. Menurutny, *radha'ah* adalah proses atau kondisi di mana susu manusia sampai ke rongga bayi yang berusia tidak lebih dari dua tahun. Definisi ini menegaskan pentingnya asupan susu manusia untuk bayi dalam rentang usia tertentu, dengan menetapkan batasan maksimal usia dua tahun. Ini mencerminkan pemahaman tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi, dan kemudian memberikan ASI bersamaan dengan makanan pendamping ASI hingga usia dua tahun atau lebih. Pendekatan ini sesuai dengan rekomendasi *World Health Organization* (WHO) dan praktik-praktik kesehatan yang mendorong pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi, diikuti dengan pemberian ASI bersama makanan pendamping

⁶¹ Felicia Anita Wijaya, "Asi Eksklusif: Nutrisi Ideal ...," h. 298.

⁶² Felicia Anita Wijaya, "Asi Eksklusif: Nutrisi Ideal...", h. 300.

hingga usia dua tahun atau lebih, untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal bayi.⁶³

Penjelasan dari Wahbah az-Zuhaili menyoroti pentingnya proses pemberian ASI (Air Susu Ibu) kepada bayi. Menurutnya, *radha'ah* terjadi ketika ASI mencapai lambung atau otak bayi. Ini menunjukkan pemahaman yang dalam tentang bagaimana ASI memengaruhi kesehatan dan perkembangan bayi, tidak hanya sebagai sumber nutrisi tetapi juga sebagai pengaruh penting bagi perkembangan otak dan sistem pencernaan. Penekanan pada pencernaan dan asupan nutrisi yang tepat dalam konteks ASI mencerminkan pentingnya pemberian ASI eksklusif dan berkelanjutan selama enam bulan pertama kehidupan bayi, seperti yang disarankan oleh WHO dan lembaga kesehatan lainnya. Definisi ini juga menyoroti hubungan antara pemberian ASI dan perkembangan kognitif bayi, dengan menyatakan bahwa ASI mencapai otak bayi. Ini mencerminkan pemahaman ilmiah yang semakin diperkuat tentang manfaat ASI untuk perkembangan otak dan kognisi bayi, serta perlunya mendukung praktik pemberian ASI yang optimal untuk mendukung kesehatan dan perkembangan anak secara menyeluruh.⁶⁴

Menurut definisi Abdul Karim Zaidan, *radha'ah* merujuk pada masuknya air susu ibu ke dalam perut seorang anak secara langsung melalui proses menghisap puting susu atau melalui cara yang serupa, dengan syarat-syarat tertentu. Definisi ini menekankan cara spesifik di mana ASI mencapai perut bayi, yaitu melalui proses menyusui langsung atau cara yang serupa yang memungkinkan bayi untuk mengonsumsi ASI dengan mematuhi syarat-syarat tertentu. Syarat-syarat ini mungkin mencakup kondisi fisik atau lingkungan tertentu yang mendukung proses pemberian ASI dengan efektif dan aman bagi bayi. Penekanan pada cara-cara spesifik ini mencerminkan pentingnya teknik menyusui yang tepat dan kondisi yang mendukung bagi ibu dan bayi untuk mencapai pemberian ASI yang optimal. Hal ini juga menekankan pentingnya memahami bagaimana proses *radha'ah* terjadi secara praktis dalam konteks perawatan bayi dan praktik menyusui yang tepat.⁶⁵

Radha'ah adalah istilah dalam bahasa Arab yang merujuk pada proses penyusuan seorang ibu kepada bayi yang berusia tidak lebih dari dua tahun. Proses penyusuan ini melibatkan pemberian Air Susu Ibu (ASI) yang mencapai perut atau otak bayi sebagai bentuk pemberian makan untuk sang bayi. ASI tidak hanya

⁶³Euis Yulianti, "Konsep Rada'ah Perspektif Al-Qur'an (Suatu Kajian Dengan Pendekatan Medis)", *Tesis* pada Institut Ptiq Jakarta, 2016, h. 44.

⁶⁴Cecep Hidayat, "Donor Asi Dalam Perspektif Fikih Islam Dan Medis (Studi Kasus Di Lembaga Asosiasi Ibu Menyusui Indonesia, Cilandak, Jakarta Selatan)", *Skripsi* pada Institut Ptiq Jakarta, 2018, h. 43.

⁶⁵Siti Mutrikah, dkk., "Manfaat Air Susu Ibu (Asi) Eksklusif Pada Bayi Dalam Pandangan Islam," dalam *Jurnal Islamic Education*, (Banjarmasin: Universitas Lambung Mangkurat), Vol. 1, No. 3, h. 580.

memberikan nutrisi yang lengkap dan seimbang, tetapi juga mengandung antibodi dan zat bioaktif yang penting untuk perkembangan dan kesehatan bayi.⁶⁶

Dalam konteks ini, *radha'ah* menekankan pentingnya memberikan ASI secara eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi, dan kemudian dilanjutkan hingga dua tahun atau lebih dengan tambahan makanan pendamping. ASI memberikan semua zat gizi yang dibutuhkan oleh bayi untuk tumbuh dan berkembang dengan baik, termasuk protein, lemak, karbohidrat, vitamin, dan mineral. Selain itu, ASI mengandung komponen kekebalan yang melindungi bayi dari infeksi dan penyakit. Proses *radha'ah* juga melibatkan hubungan emosional yang kuat antara ibu dan bayi. Kontak fisik selama menyusui membantu memperkuat ikatan emosional dan memberikan rasa aman serta nyaman kepada bayi. Hal ini sangat penting untuk perkembangan emosional dan psikologis bayi. Selain manfaat nutrisi dan kekebalan, *radha'ah* juga memberikan manfaat jangka panjang bagi kesehatan ibu, termasuk penurunan risiko kanker payudara dan ovarium, serta membantu kontraksi rahim kembali ke ukuran semula setelah melahirkan.⁶⁷

Dalam konteks ini, *radha'ah* mencakup lebih dari sekadar memberi makan secara fisik; ini juga menyoroti hubungan yang kuat antara ibu dan bayi serta pentingnya pemberian ASI untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi. Dengan demikian *radha'ah* tidak hanya mencakup tindakan fisik memberi makan, tetapi juga merujuk pada hubungan yang erat antara ibu dan bayi serta manfaat nutrisi dan kognitif yang diberikan oleh ASI untuk perkembangan bayi yang optimal.⁶⁸

Penyusuan yang juga dikenal sebagai pemberian ASI eksklusif, adalah praktik pemberian hanya Air Susu Ibu (ASI) tanpa memberikan cairan atau makanan padat lainnya kepada bayi, kecuali vitamin, mineral, atau obat dalam bentuk sirup, hingga bayi mencapai usia 4-6 bulan. Ini adalah praktik yang dianjurkan oleh organisasi kesehatan global dan nasional, seperti WHO dan Kementerian Kesehatan, karena ASI mengandung semua nutrisi yang diperlukan oleh bayi untuk tumbuh dan berkembang secara optimal dalam enam bulan pertama kehidupannya.⁶⁹

World Health Organization (WHO) menganjurkan kepada para ibu untuk memberikan ASI pada anaknya selama enam bulan pertama dari kelahirannya. Setelah enam bulan, pemberian ASI sebaiknya dilanjutkan bersamaan dengan pemberian makanan pendamping ASI yang bergizi. WHO juga merekomendasikan

⁶⁶ Euis Yulianti, "Konsep Rada'ah Perspektif Al-Qur'an (Suatu Kajian Dengan Pendekatan Medis)", Tesis pada Institut Ptiq Jakarta, 2016, h. 49.

⁶⁷ Euis Yulianti, "Konsep Rada'ah Perspektif Al-Qur'an (Suatu Kajian Dengan Pendekatan Medis)", Tesis pada Institut Ptiq Jakarta, 2016, h. 51.

⁶⁸ Cecep Hidayat, "Donor Asi Dalam Perspektif Fikih Islam Dan Medis (Studi Kasus Di Lembaga Asosiasi Ibu Menyusui Indonesia, Cilandak, Jakarta Selatan)", *Skripsi* pada Institut Ptiq Jakarta, 2018, h. 45.

⁶⁹ Felicia Anita Wijaya, "Asi Eksklusif: Nutrisi Ideal Untuk Bayi 0-6 Bulan," dalam *Jurnal Cermin Dunia Kedokteran*, (Denpasar: RSUD Wangaya, 2019), Vol. 46, No. 4, h. 299.

agar pemberian ASI dapat dilanjutkan hingga anak berusia 2 tahun atau lebih, karena ASI masih memberikan manfaat kesehatan yang signifikan bagi anak bahkan setelah usia tersebut. Dengan demikian, memberikan ASI secara eksklusif selama enam bulan pertama dan melanjutkannya bersamaan dengan makanan pendamping hingga anak berusia 2 tahun atau lebih merupakan praktik yang disarankan untuk kesehatan dan perkembangan optimal anak.⁷⁰

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan utama bagi bayi pada bulan-bulan pertama setelah kelahirannya. Selama periode ini, bayi sangat membutuhkan kasih sayang dan perawatan ekstra, yang pada umumnya hanya dapat diberikan oleh ibu kandungnya sendiri. Memberikan ASI secara eksklusif selama enam bulan pertama, dan melanjutkannya bersamaan dengan pemberian makanan pendamping ASI yang bergizi hingga anak berusia 2 tahun atau lebih, merupakan kunci bagi tumbuh kembang yang sehat dan optimal bagi anak. Proses ini sangat penting untuk memastikan bahwa bayi mendapatkan nutrisi yang cukup serta dukungan emosional dan fisik yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Memberikan ASI secara eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi memberikan nutrisi yang ideal dan perlindungan kekebalan yang diperlukan untuk bayi. ASI mengandung semua zat gizi yang dibutuhkan oleh bayi, termasuk protein, lemak, karbohidrat, vitamin, dan mineral dalam proporsi yang tepat. Selain itu, ASI juga mengandung antibodi dan faktor kekebalan yang membantu melindungi bayi dari infeksi dan penyakit.⁷¹

Selain manfaat nutrisi, memberikan ASI juga membantu membangun ikatan emosional yang kuat antara ibu dan bayi. Kontak kulit ke kulit yang terjadi selama menyusui memperkuat ikatan emosional antara ibu dan bayi, menciptakan rasa aman dan keintiman yang penting untuk perkembangan emosional dan psikologis bayi. Pada usia sekitar enam bulan, bayi mulai membutuhkan tambahan makanan selain ASI untuk memenuhi kebutuhan gizi dan energi mereka. Pada saat ini, pemberian makanan pendamping ASI yang bergizi dan sesuai dengan usia bayi sangat penting untuk memastikan bahwa bayi mendapatkan nutrisi yang cukup untuk tumbuh dan berkembang dengan baik. Melanjutkan pemberian ASI bersamaan dengan pemberian makanan pendamping ASI hingga anak berusia 2 tahun atau lebih merupakan langkah penting untuk memastikan bahwa anak mendapatkan nutrisi yang cukup dan dukungan yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangannya yang optimal.⁷²

Menyusui adalah salah satu ketentuan yang diatur dan diperintahkan oleh agama Islam. Dalam Islam, pemberian ASI kepada bayi diperintahkan dan dianggap

⁷⁰ Asnawati Asnawati, dkk., "Pemberian Asi Pada Anak Dalam Perspektif Al-Qur'an," dalam *Jurnal Al-Tadabbur: Jurnal Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir*, (Bogor: STAI Al-Hidayah Bogor, 2019, Vol. 4, No. 1, h. 93.

⁷¹ Toto Sudargo & Nur Aini Kusmayanti, *Pemberian Asi Eksklusif Sebagai Makanan Sempurna Untuk Bayi* (Yogyakarta: Ugm Press, 2023), h. 3.

⁷² Toto Sudargo Dan Nur Aini Kusmayanti, *Pemberian Asi Eksklusif...*, h. 4.

sebagai tanggung jawab utama seorang ibu terhadap anaknya. Hal ini tercermin dalam banyak ayat Al-Qur'an dan hadis yang menekankan pentingnya menyusui dan memberikan nutrisi terbaik kepada bayi. Perintah untuk menyusui menunjukkan pentingnya peran ibu dalam memberikan asupan yang optimal bagi perkembangan anak, baik secara fisik maupun emosional. Melalui proses menyusui, tidak hanya nutrisi yang diberikan kepada bayi, tetapi juga terbentuknya ikatan emosional antara ibu dan anak yang kuat, serta rasa cinta dan kasih sayang yang tumbuh di antara keduanya. Selain itu, prinsip-prinsip Islam juga memberikan *rukhsah* (kemudahan) kepada ibu dalam hal menyusui, termasuk aturan-aturan yang mengatur masa menyusui, hukum-hukum berkaitan dengan menyusui bagi wanita yang tidak bisa menyusui secara langsung, dan lain sebagainya. Ini menunjukkan bagaimana Islam menghargai dan memperhatikan kebutuhan fisik dan emosional ibu dan anak dalam konteks pemberian ASI.⁷³

Dalam tradisi fikih Islam, para ulama sepakat bahwa menyusui anak adalah wajib bagi para ibu, kecuali jika ada alasan yang sah yang menghalangi ibu untuk menyusui. Hal ini didasarkan pada prinsip-prinsip Islam yang mendasarkan hukum-hukumnya pada Al-Qur'an dan hadis Nabi Muhammad SAW. Namun demikian, dalam fikih Islam, diakui bahwa ada situasi di mana ibu tidak dapat menyusui karena alasan-alasan tertentu, seperti kondisi kesehatan yang membatasi kemampuan ibu untuk memproduksi ASI atau kondisi medis yang membahayakan kesehatan ibu atau bayi. Dalam hal ini, para ulama telah menetapkan ketentuan-ketentuan yang memperbolehkan penggantian ASI ibu dengan ASI dari ibu lain atau susu formula.⁷⁴

Meskipun wajibnya menyusui diakui secara luas dalam tradisi fikih Islam, penting untuk memahami bahwa agama juga menekankan pentingnya belas kasih dan kemanusiaan. Oleh karena itu, jika ibu memiliki alasan yang sah untuk tidak dapat menyusui, hukum agama memperbolehkan penggantian dengan cara yang sesuai dengan kebutuhan dan kondisi yang ada, dengan tetap memastikan kesejahteraan dan kesehatan bayi sebagai prioritas utama.⁷⁵

Hal ini sangat penting untuk kelangsungan hidup dan kesehatan anak, terutama pada masa awal kehidupannya setelah dilahirkan. Menyusui memberikan nutrisi yang penting bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi serta membantu memperkuat ikatan emosional antara ibu dan anak. Apabila seorang ibu secara tidak beralasan menolak untuk menyusui anaknya tanpa ada hambatan atau alasan medis yang sah, maka dalam pandangan fikih, hal ini dianggap sebagai dosa. Ini karena menolak memberikan ASI kepada anak tanpa alasan yang sah dianggap sebagai

⁷³ Nur Ajjiah Harahap, "Asi Bagi Bayi Dalam Perspektif Alquran (Analisis Kesehatan Dan Tafsir Al-Mishbah Karya M. Quraissy Shihab)", *Skripsi* pada Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, 2021, h. 23.

⁷⁴ Sitti Indra Bulqis, "Analisis Hukum Jual Beli Air Susu Ibu (Asi) Dalam Perspektif Hukum Islam (Mazhab Syafi'i)", *Skripsi* pada Universitas Muslim Indonesia, 2022, h. 38.

⁷⁵ Sitti Indra Bulqis, "Analisis Hukum Jual Beli...", h. 40.

menelantarkan kewajiban utama seorang ibu terhadap anaknya. Oleh karena itu, para ibu dalam tradisi Islam dihibau untuk memahami pentingnya menyusui dan memberikan ASI kepada anak mereka sesuai dengan kemampuan dan kondisi kesehatan yang ada.⁷⁶

Peran ayah dalam menyusui bukanlah hanya menjadi penonton, tetapi juga turut serta aktif dalam mendukung proses ini. Meskipun secara biologis tidak dapat menyusui, ayah memiliki peran penting dalam mendukung kesejahteraan dan perkembangan anak, termasuk dalam konteks pemberian ASI. Salah satu cara di mana ayah dapat terlibat adalah dengan memberikan dukungan moral dan emosional kepada ibu selama proses menyusui. Ini bisa termasuk memberikan dukungan psikologis, memastikan bahwa ibu mendapatkan istirahat yang cukup, dan memberikan perhatian dan dukungan yang diperlukan saat bayi disusui. Selain itu, ayah juga dapat terlibat dalam perawatan harian bayi, seperti membersihkan popok, memandikan, menggendong, dan bermain bersama anak. Melalui interaksi ini, ikatan antara ayah dan anak pun dapat terbentuk dan diperkuat, serta memperkuat hubungan keluarga secara keseluruhan. Partisipasi aktif ayah dalam merawat bayi juga dapat membantu meringankan beban sang istri, terutama dalam hal tugas-tugas rumah tangga dan perawatan anak. Hal ini merupakan bentuk kerja sama dan tanggung jawab bersama dalam merawat dan mengasuh anak, yang merupakan fondasi dari sebuah keluarga yang harmonis dan sehat.⁷⁷

B. Laktasi Dalam Sains

Menyusui merupakan proses alami yang telah dilakukan oleh ibu-ibu selama berjuta-juta tahun tanpa memerlukan bantuan teknologi atau pengetahuan yang rumit. Ini menunjukkan bahwa menyusui merupakan salah satu dari sedikit aspek kehidupan manusia yang masih tersimpan dalam naluri alamiah. Ironisnya, di tengah kemajuan teknologi dan pengetahuan yang pesat di zaman modern, pengetahuan dasar seperti menyusui kadang-kadang terlupakan atau bahkan diabaikan. Hal ini terjadi karena banyaknya distraksi dan tekanan dari berbagai faktor eksternal, seperti promosi formula susu bayi, kebiasaan bekerja di luar rumah, dan kurangnya dukungan yang memadai dari masyarakat dan lingkungan sekitar. Namun, penting untuk menyadari bahwa kehilangan pengetahuan tentang menyusui bukan hanya merupakan kehilangan tradisi, tetapi juga kehilangan yang besar bagi kesehatan dan kesejahteraan manusia secara keseluruhan. Menyusui bukan hanya memberikan

⁷⁶ Rochmanita Sandya Afindaningrum dan Ova Emilia, “Studi Deskriptif Praktik Menyusui Pada Ibu Pekerja Industri Dalam Memberikan Asi Di Pabrik Tekstil Dan Garmen,” dalam *Jurnal Kebidanan*, (Semarang: Universitas Muhammadiyah Semarang, 2021), Vol. 10, No. 1, h.84.

⁷⁷ Eko Zulfikar, “Peran Perempuan Dalam Rumah Tangga Perspektif Islam: Kajian Tematik Dalam Alquran Dan Hadis,” dalam *Jurnal Diya Al-Afkar: Jurnal Studi Al-Qur'an Dan Al-Hadis*, (Tulungagung: IAIN Tulungagung, 2019), Vol.7, No. 1, h. 93.

nutrisi yang optimal kepada bayi, tetapi juga memiliki manfaat kesehatan yang signifikan bagi ibu dan bayi, serta memperkuat ikatan emosional antara mereka.⁷⁸

Penelitian telah menunjukkan bahwa memberikan ASI eksklusif, yang berarti bayi hanya diberi ASI tanpa tambahan makanan atau minuman lainnya, dapat memberikan nutrisi yang optimal dan perlindungan kekebalan kepada bayi selama enam bulan pertama kehidupan mereka. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi. ASI eksklusif memberikan semua nutrisi yang dibutuhkan bayi untuk tumbuh dan berkembang dengan baik, serta melindungi bayi dari penyakit dan infeksi. Bahkan, beberapa penelitian menunjukkan bahwa memberikan ASI eksklusif selama lebih dari enam bulan juga memiliki manfaat kesehatan yang signifikan bagi bayi. Namun, setelah enam bulan, bayi perlahan-lahan membutuhkan tambahan makanan padat untuk memenuhi kebutuhan nutrisi yang semakin meningkat. Meskipun begitu, memberikan ASI masih sangat disarankan, dan WHO merekomendasikan pemberian ASI bersamaan dengan makanan padat hingga minimal dua tahun kehidupan bayi.⁷⁹

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) merekomendasikan pemberian Air Susu Ibu (ASI) secara eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi. Rekomendasi ini ditegaskan dalam pedoman kesehatan global WHO yang didasarkan pada bukti ilmiah yang kuat. Memberikan ASI secara eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi berarti bayi hanya diberikan ASI tanpa tambahan makanan atau minuman lainnya, termasuk air, jus, atau susu formula. ASI secara eksklusif memberikan semua nutrisi yang diperlukan oleh bayi untuk pertumbuhan dan perkembangan yang optimal, serta memberikan perlindungan kekebalan yang penting dari berbagai penyakit.⁸⁰

Manfaat pemberian ASI secara eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi termasuk pemberian ASI secara eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi memberikan sejumlah manfaat yang sangat penting bagi kesehatan dan perkembangan bayi. Pertama-tama, ASI menyediakan nutrisi yang optimal untuk bayi. Dalam komposisinya, ASI mengandung campuran yang sempurna dari protein, lemak, karbohidrat, vitamin, dan mineral dalam proporsi yang tepat, yang dirancang untuk memenuhi kebutuhan nutrisi bayi yang sedang berkembang. Komponen-komponen ini tidak hanya memberikan energi yang cukup, tetapi juga

⁷⁸ Felicia Anita Wijaya, "Asi Eksklusif: Nutrisi Ideal Untuk Bayi 0-6 Bulan," dalam *Jurnal Cermín Dunia Kedokteran*, (Denpasar: RSUD Wangaya, 2019), Vol. 46, No. 4, h. 296.

⁷⁹ Felicia Anita Wijaya, "Asi Eksklusif: Nutrisi Ideal Untuk Bayi 0-6 Bulan," dalam *Jurnal Cermín Dunia Kedokteran*, (Denpasar: RSUD Wangaya, 2019), Vol. 46, No. 4, h. 300.

⁸⁰ Ni Putu Septhia Permatasari, "Hubungan Dukungan Suami Dengan Efikasi Diri Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif", *Tesis* pada Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Kebidanan 2023, 2023, h. 291.

mendukung pertumbuhan dan perkembangan fisik bayi dengan cara yang lebih alami dibandingkan dengan susu formula.⁸¹

Selain itu, ASI juga memberikan perlindungan kekebalan yang sangat berharga. Mengandung antibodi dan berbagai faktor kekebalan lainnya, ASI membantu melindungi bayi dari infeksi dan penyakit. Antibodi ini berasal dari tubuh ibu dan memberikan perlindungan pasif kepada bayi yang sistem kekebalannya belum sepenuhnya berkembang. Dengan kata lain, ASI berfungsi sebagai pelindung pertama bayi terhadap berbagai infeksi yang dapat mengancam kesehatannya pada usia yang sangat rentan ini.⁸²

Tak hanya dari segi fisik, pemberian ASI juga memiliki manfaat besar dalam aspek emosional. Proses menyusui membangun ikatan emosional yang kuat antara ibu dan bayi, menciptakan rasa aman, nyaman, dan intim yang sangat penting untuk perkembangan emosional dan psikologis bayi. Kehadiran ibu yang secara langsung memberikan ASI memberikan rasa kedekatan yang membantu bayi merasa lebih tenang dan terlindungi, serta memberikan pengaruh positif pada perkembangan hubungan ibu-anak yang sehat. Selain manfaatnya yang mendalam bagi kesehatan dan perkembangan bayi, pemberian ASI secara eksklusif juga berkaitan dengan pengurangan risiko penyakit. Penelitian menunjukkan bahwa bayi yang diberi ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupannya memiliki risiko yang lebih rendah terhadap penyakit-penyakit tertentu, seperti diare, infeksi saluran pernapasan, dan alergi. Hal ini disebabkan oleh kandungan antibodi dalam ASI yang memperkuat sistem kekebalan tubuh bayi serta faktor-faktor lainnya yang membantu menjaga kesehatan pencernaan dan pernapasan bayi.⁸³

WHO juga merekomendasikan agar pemberian ASI dilanjutkan bersamaan dengan pemberian makanan pendamping yang tepat setelah enam bulan, dan dilanjutkan hingga minimal dua tahun atau lebih. Kombinasi pemberian ASI dengan makanan pendamping yang tepat memberikan nutrisi yang cukup dan seimbang bagi bayi selama periode pertumbuhan dan perkembangannya.⁸⁴

ASI mengandung berbagai faktor imunisasi yang membantu membangun kekebalan tubuh bayi. Sekitar 50% dari faktor imunisasi yang terkandung dalam ASI adalah faktor imunisasi yang sudah dikenal atau telah dikenal oleh tubuh ibu, seperti antibodi. Ketika ibu terpapar oleh penyakit atau patogen tertentu, tubuhnya akan memproduksi antibodi untuk melawan patogen tersebut. Antibodi-antibodi ini kemudian dapat ditemukan dalam ASI dan diberikan kepada bayi saat menyusui.

⁸¹ Tri Utami Listyaningrum & Venny Vidayanti, "Tingkat Pengetahuan Dan Motivasi Ibu Berhubungan Dengan Pemberian ASI Eksklusif Pada Ibu Bekerja," *JNKI (Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia) (Indonesian Journal of Nursing and Midwifery)* 4, no. 2 (2016): h. 58.

⁸² Tri Utami Listyaningrum & Venny Vidayanti, "Tingkat Pengetahuan Dan Motivasi,...h. 60.

⁸³ Toto Sudargo & Nur Aini Kusmayanti, *Pemberian Asi Eksklusif Sebagai Makanan Sempurna Untuk Bayi* (Yogyakarta: Ugm Press, 2023), h. 2-4.

⁸⁴ Toto Sudargo Dan Nur Aini Kusmayanti, *Pemberian Asi Eksklusif ...*, h. 3.

Keberadaan antibodi dalam ASI membantu melindungi bayi dari berbagai infeksi dan penyakit, termasuk infeksi saluran pernapasan, diare, dan infeksi telinga. Selain itu, ASI juga mengandung faktor-faktor imunisasi lainnya, seperti sel-sel kekebalan, faktor pertumbuhan, dan faktor pelindung lainnya, yang semuanya berkontribusi pada pembentukan dan penguatan sistem kekebalan tubuh bayi.⁸⁵ Oleh karena itu, memberikan ASI eksklusif dalam enam bulan pertama kehidupan bayi memberikan manfaat besar dalam membangun kekebalan tubuh yang kuat dan melindungi bayi dari penyakit dan infeksi. Macam-macam ASI diantaranya:

1. Kolostrum

Kolostrum dalam KBBI zat yang dikeluarkan oleh kelenjar air susu ibu di akhir masa kehamilan, diproduksi dari hari pertama hingga kelima menyusui, yang menyebabkan ASI berwarna krem.⁸⁶ Dalam hal ini dapat dipahami bahwa ini adalah jenis pertama dari air susu yang diproduksi oleh payudara ibu setelah melahirkan. Ini biasanya diproduksi mulai dari minggu ke-16 kehamilan, meskipun produksi yang signifikan terjadi setelah melahirkan. Proses produksi kolostrum disebut *laktogenesis*. Kolostrum biasanya dikeluarkan oleh ibu pada hari-hari pertama hingga empat hari setelah kelahiran bayi. Kolostrum mengandung tingkat protein yang tinggi, terutama immunoglobulin (IgA, IgG, IgM), yang merupakan jenis antibodi yang penting untuk membantu melindungi bayi dari infeksi dan penyakit. Selain itu, kolostrum juga mengandung sel-sel darah putih dalam konsentrasi tinggi, yang memiliki peran penting dalam sistem kekebalan tubuh bayi.⁸⁷

Ciri-ciri ASI kolostrum termasuk tekstur yang kental, warna kuning pekat, dan keluarnya dalam jumlah yang kecil pada hari-hari awal setelah kelahiran. Meskipun jumlah kolostrum relatif kecil dibandingkan dengan air susu matang yang diproduksi kemudian, kolostrum mengandung jumlah besar nutrisi, antibodi, serta faktor-faktor kekebalan lainnya yang sangat penting untuk bayi baru lahir. Fungsi kolostrum tidak hanya sebagai sumber nutrisi, tetapi juga sebagai perlindungan awal bagi bayi. Kandungan antibodi dan anti bakteri dalam kolostrum membantu meningkatkan daya tahan tubuh bayi serta melapisi usus bayi, sehingga melindungi bayi dari serangan bakteri dan infeksi yang mungkin terjadi di awal kehidupannya. Oleh karena itu, memberikan kolostrum kepada bayi baru lahir sangat penting untuk membantu memastikan kesehatan dan kesejahteraan mereka.⁸⁸

Kolostrum berperan penting dalam memberikan perlindungan awal terhadap infeksi dan penyakit, serta membantu mengatur pencernaan bayi yang baru lahir.

⁸⁵ Suwoyo & Indah Rahmaningtyas, "Hubungan Pemberian Asi Eksklusif Dengan Kejadian Alergi Pada Bayi Dan Anak Usia 7-60 Bulan Di Rsia Kota Kediri," dalam *Jurnal Ilmu Kesehatan*, (Malang: Poltekkes Kemenkes Malang, 2017), Vol. 4, No. 2, h. 46.

⁸⁶ Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI)*, edisi , (Jakarta: Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan, 2016), h. 737

⁸⁷ Siti Aminah dkk., "Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Produksi Asi Pertama Pada Ibu Melahirkan Spontan Di Ruang Mawar Rsud Dr. H. Soewondho Kendal," dalam *Jurnal Surya Muda*, (Kendal: Stikes Muhammadiyah Kendal, 2022), Vol. 4, No. 1, h. 91.

⁸⁸ Siti Aminah dkk., "Hubungan Tingkat Kecemasan ...," h. 92.

Karena kandungan gizinya yang kaya dan pentingnya bagi perkembangan awal bayi, sangat dianjurkan bagi ibu untuk menyusui bayinya sejak awal untuk memastikan bahwa bayi mendapatkan manfaat kolostrum secara penuh. Kolostrum sangat ideal bagi bayi yang baru lahir karena memiliki kandungan nutrisi dan zat-zat penting yang sangat dibutuhkan oleh bayi dalam fase awal kehidupannya. Salah satu alasan utama mengapa kolostrum sangat penting adalah karena bayi yang baru lahir masih memiliki ginjal yang belum sempurna dan hanya mampu menyaring cairan dalam volume yang kecil. Sehingga, kolostrum yang diproduksi dalam volume kecil namun kaya akan nutrisi sangat cocok untuk kebutuhan bayi yang baru lahir.⁸⁹

2. ASI Transisi atau ASI Peralihan

ASI transisi merupakan jenis ASI yang diproduksi setelah kolostrum dan biasanya diproduksi dalam dua minggu pertama setelah kelahiran bayi. Proses produksi ASI transisi disebut laktogenesis. Pada masa ini, volume air susu bertambah secara bertahap, dan kandungan nutrisi dalam ASI berubah untuk memenuhi kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan bayi yang semakin besar. Konsentrasi immunoglobulin dalam ASI transisi mulai menurun dibandingkan dengan kolostrum, meskipun masih tetap ada dan memberikan perlindungan kekebalan bagi bayi. Namun, ASI transisi mengandung lebih banyak kalori, lemak, dan laktosa dibandingkan dengan kolostrum. Ini membantu memberikan energi dan nutrisi yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi yang semakin aktif. Selain itu, ASI transisi juga mengandung berbagai nutrisi penting lainnya, seperti protein, vitamin, dan mineral, yang semuanya diperlukan untuk mendukung perkembangan bayi yang sehat. Hal inilah yang menyebabkan ASI transisi sangat penting dalam memberikan nutrisi yang optimal dan mendukung pertumbuhan bayi selama dua minggu pertama kehidupan mereka.⁹⁰

3. ASI Mature

ASI mature atau air susu ibu matang adalah jenis ASI yang diproduksi setelah ASI transisi. ASI mature biasanya mulai diproduksi sekitar dua minggu setelah kelahiran bayi dan akan terus diproduksi selama masa menyusui. ASI mature memiliki komposisi nutrisi yang lengkap dan seimbang, yang sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. ASI mature kaya dengan berbagai nutrisi penting, termasuk karbohidrat, protein, lemak, dan air. Karbohidrat dalam ASI memberikan energi yang dibutuhkan oleh bayi untuk aktivitas sehari-hari dan pertumbuhan. Protein diperlukan untuk pembentukan jaringan tubuh, termasuk otot, tulang, dan organ. Lemak dalam ASI memberikan asam lemak esensial yang penting untuk perkembangan otak dan sistem saraf bayi. Selain itu, ASI mature juga

⁸⁹ Siti Aminah dkk., “Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Produksi Asi Pertama Pada Ibu Melahirkan Spontan Di Ruang Mawar Rsud Dr. H. Soewondho Kendal,” dalam *Jurnal Surya Muda*, (Kendal: Stikes Muhammadiyah Kendal, 2022), Vol. 4, No. 1, h. 93.

⁹⁰ Nafilatul Jahriah, dkk., “Hubungan Motivasi Ibu Dengan Pemberian Asi Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Astambul 2020,” dalam *Jurnal Inovasi Penelitian*, (Banjarmasin: Poltekkes Kemenkes Banjarmasin, 2022), Vol. 3, No. 7, h. 7248.

mengandung air dalam jumlah yang cukup untuk menjaga hidrasi bayi. Kombinasi nutrisi yang lengkap dalam ASI mature membantu mendukung sistem kekebalan tubuh bayi, pertumbuhan dan perkembangan yang optimal, serta kesehatan secara keseluruhan. Oleh karena itu, memberikan ASI mature kepada bayi merupakan pilihan terbaik untuk memastikan bahwa mereka mendapatkan nutrisi yang mereka butuhkan untuk tumbuh dan berkembang dengan baik.⁹¹

Selama satu kali sesi menyusui, terdapat dua jenis air susu ibu yang dihasilkan, diantaranya:

a. Foremilk

Foremilk adalah ASI yang dihasilkan pada awal sesi menyusui dan cenderung lebih encer daripada *hindmilk*. Namun, keduanya memiliki kandungan air yang relatif sama, dan perbedaan konsentrasi lemak adalah yang utama antara keduanya. Foremilk biasanya kaya akan laktosa, protein, vitamin, mineral, dan juga mengandung lemak, meskipun dalam jumlah yang lebih rendah daripada *hindmilk*. Ini karena foremilk diproduksi secara cepat pada awal sesi menyusui dan belum memiliki penumpukan lemak yang signifikan. Meskipun begitu, kandungan lemak dalam foremilk juga penting, meskipun dalam jumlah yang lebih sedikit, untuk memberikan nutrisi yang diperlukan oleh bayi.⁹²

b. Hindmilk

Hindmilk adalah ASI yang keluar setelah *foremilk* habis dan biasanya dihasilkan pada tahap akhir sesi menyusui. *Hindmilk* memiliki kandungan lemak yang jauh lebih tinggi dibandingkan dengan *foremilk*, sekitar 4-5 kali lebih tinggi. Kandungan lemak yang tinggi dalam hindmilk sangat penting untuk memberikan energi dan nutrisi yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. Karena kandungan lemak yang tinggi, warna hindmilk biasanya lebih putih dan lebih kental dibandingkan foremilk. Hindmilk memainkan peran penting dalam memberikan rasa kenyang yang lebih lama pada bayi dan juga berfungsi sebagai penambah berat badan.

Disarankan dalam proses menyusui agar bayi diberikan kesempatan untuk menyusu pada satu payudara hingga puas atau terasa kosong, sehingga bayi dapat mendapatkan foremilk dan hindmilk dari ASI. Ini membantu memastikan bahwa bayi mendapatkan nutrisi yang lengkap dan seimbang selama menyusui. Selain itu, memberikan bayi kesempatan untuk menyusu hingga puas juga membantu meningkatkan produksi ASI dan memastikan kesehatan payudara ibu.

Sehingga foremilk dan hindmilk keduanya memberikan nutrisi yang penting bagi bayi dan keduanya sangat penting dalam proses menyusui yang sehat.

⁹¹ Ita Yuliani & Afnani Toyibah, "Hubungan Kadar Lemak Dalam Asi Matur Dengan Penambahan Berat Badan Bayi Umur 1-2 Bulan Di Puskesmas Jabung," dalam *Jurnal Informasi Kesehatan Indonesia (Jiki)*, (Malang: Poltekkes Kemenkes Malang, 2018), Vol. 4, No. 2, h. 114.

⁹² Ita Yuliani & Afnani Toyibah, "Hubungan Kadar Lemak ...," h. 117.

Foremilk membantu dalam memberikan nutrisi penting seperti laktosa, protein, vitamin, dan mineral, sementara hindmilk memberikan lemak yang penting untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. Oleh karena itu, penting bagi bayi untuk mendapatkan kedua jenis ASI ini selama proses menyusui.⁹³

Dalam Ilmu Tafsir, telah banyak dibahas mengenai berbagai aspek penciptaan alam semesta, termasuk penciptaan jagat raya, bumi, manusia, air, tumbuhan, hewan, waktu, kiamat, jasad renik, makanan, dan minuman. Salah satu dari sekian banyak klasifikasi yang dibahas adalah mengenai makanan halal dan haram, serta komposisi nutrisi yang terkandung dalam makanan tersebut. Dalam konteks ini, Air Susu Ibu (ASI) juga telah menjadi fokus penelitian ilmiah, dan penelitian tersebut menunjukkan bahwa ASI memang memiliki nilai gizi yang sangat tinggi. ASI mengandung berbagai macam zat gizi yang penting untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi, seperti protein, lemak, karbohidrat, vitamin, mineral, dan faktor kekebalan tubuh.⁹⁴

Keunikan ASI tidak hanya terletak pada komposisi nutrisi yang lengkap, tetapi juga pada kemampuannya untuk memberikan perlindungan dari berbagai penyakit dan infeksi, serta membantu memperkuat sistem kekebalan tubuh bayi. Sehingga, penemuan ilmiah yang mendukung nilai gizi tinggi dalam ASI dapat dipandang sebagai bentuk konfirmasi terhadap kearifan yang terdapat dalam ajaran agama, yang telah menekankan pentingnya ASI sebagai makanan terbaik bagi bayi. Ini juga menunjukkan bagaimana penelitian ilmiah dapat memperkuat pemahaman dan praktik-praktik yang sudah ada dalam tradisi keagamaan.⁹⁵

Kajian tafsir ilmi tidak bertujuan untuk menjustifikasi kebenaran temuan ilmiah dengan ayat-ayat Al-Qur'an atau memaksakan penafsiran agar sesuai dengan apa yang telah ditemukan dalam ilmu pengetahuan. Sebaliknya, tujuan utama dari kajian tafsir ilmi adalah untuk memahami makna dan pesan yang terkandung dalam ayat-ayat Al-Qur'an dengan menggunakan pendekatan ilmiah dan pengetahuan yang tersedia. Dalam kajian tafsir ilmi, ulama dan cendekiawan Islam menggunakan metodologi ilmiah untuk menganalisis dan memahami ayat-ayat Al-Qur'an. Mereka memperhatikan konteks sejarah, linguistik, budaya, dan sosial dari saat ayat-ayat itu diungkapkan. Mereka juga memperhatikan berbagai interpretasi yang ada di kalangan ulama terdahulu.⁹⁶

Sementara itu, ilmu pengetahuan juga terus berkembang, dan penemuan-penemuan baru terjadi seiring waktu. Kajian tafsir ilmi menghargai kontribusi ilmu

⁹³ Ita Yuliani & Afnani Toyibah, "Hubungan Kadar Lemak Dalam Asi Matur Dengan Penambahan Berat Badan Bayi Umur 1-2 Bulan Di Puskesmas Jabung," dalam *Jurnal Informasi Kesehatan Indonesia (Jiki)*, (Malang: Poltekkes Kemenkes Malang, 2018), Vol. 4, No. 2, h. 118.

⁹⁴ Agus Purwanto, *Ayat-Ayat Semesta* (Bandung: Pt Mizan Publika, 2008), h. 15.

⁹⁵ Anggelista Dara, "Sifat Keibuan Dalam Perspektif Al-Qur'an (Kajian Kisah Nabi Musa)" *Tesis pada Uin Raden Intan Lampung*, 2022, h. 76.

⁹⁶ Agus Purwanto, *Nalar Ayat-Ayat Semesta: Menjadikan Al-Qur'an Sebagai Basis Konstruksi Ilmu Pengetahuan* (Bandung: Mizan, 2015), h. 160.

pengetahuan modern, tetapi tidak menggunakan penemuan ilmiah untuk menafsirkan atau mengubah makna ayat-ayat Al-Qur'an. Sebaliknya, kajian tafsir ilmi menggunakan penemuan ilmiah sebagai bahan referensi tambahan untuk mendalami dan memperkaya pemahaman atas ayat-ayat Al-Qur'an. Kajian tafsir ilmi ini merupakan upaya untuk menyelaraskan pemahaman agama dengan pengetahuan ilmiah, tanpa memaksakan salah satunya terhadap yang lain, dan dengan tetap memperhatikan prinsip-prinsip metodologis yang sesuai dengan kaidah tafsir tradisional. Ini membantu umat Islam dalam memperoleh pemahaman yang lebih mendalam dan komprehensif terhadap ajaran agama mereka dalam konteks zaman dan perkembangan ilmu pengetahuan.⁹⁷

Pemahaman bahwa Al-Qur'an adalah wahyu ilahi yang mutlak dan sempurna adalah dasar dari kajian tafsir ilmi. Dalam konteks ini, Al-Qur'an dianggap sebagai sumber otoritatif dalam ajaran Islam yang tidak dapat disalahkan atau dipertanyakan. Namun, penafsiran terhadap Al-Qur'an, baik dari segi tafsir tradisional maupun ilmiah, diakui sebagai relatif karena melibatkan interpretasi manusia yang terbatas. Tafsir tradisional umumnya berdasarkan pada metode interpretasi yang mengacu pada pendekatan-pendekatan klasik, termasuk memperhatikan konteks sejarah, linguistik, budaya, dan sosial saat ayat-ayat Al-Qur'an diturunkan. Di sisi lain, tafsir ilmi mengadopsi metode ilmiah modern untuk memahami dan menafsirkan Al-Qur'an, dengan mempertimbangkan penemuan-penemuan terbaru dalam berbagai disiplin ilmu pengetahuan seperti biologi, geologi, astronomi, dan lain-lain.⁹⁸

Namun, meskipun penafsiran ilmiah bersifat relatif dan dapat berkembang seiring waktu sejalan dengan kemajuan ilmu pengetahuan, prinsip bahwa Al-Qur'an adalah wahyu ilahi yang mutlak tetap tidak berubah. Tafsir ilmi tetap menghormati otoritas Al-Qur'an sebagai pedoman utama, sementara penafsiran ilmiah dianggap sebagai upaya manusia untuk memahami pesan dan ajaran Al-Qur'an dalam konteks zaman yang berubah. Sebuah prinsip penting dalam pemahaman Islam terhadap Al-Qur'an. Dalam Islam, setiap ayat Al-Qur'an dianggap sebagai wahyu ilahi yang memiliki keutamaan dan kekuatan yang sama, tidak peduli apakah itu berkaitan dengan hukum, muamalat, akhlak, akidah, atau pun ilmiah. Ayat-ayat Al-Qur'an tentang ilmu pengetahuan dan alam semesta juga dianggap sebagai petunjuk dari Allah SWT. atas keagungan dan kekuasaan-Nya dalam menciptakan alam semesta. Ini menekankan pentingnya penelitian dan pemahaman atas keajaiban alam semesta sebagai bentuk ibadah kepada Allah SWT.⁹⁹

Dalam Islam, pengetahuan ilmiah dianggap sebagai sarana untuk lebih memahami kebesaran dan kekuasaan Allah, bukan sebagai hal yang bertentangan dengan ajaran agama. Dengan demikian, Al-Qur'an dianggap sebagai sumber

⁹⁷ Agus Purwanto, *Nalar Ayat-Ayat Semesta: Menjadikan Al-Qur'an Sebagai Basis Konstruksi Ilmu Pengetahuan* (Bandung: Mizan, 2015), h. 161.

⁹⁸ Agus Purwanto, *Nalar Ayat-Ayat Semesta: ...*, h. 171.

⁹⁹ Agus Purwanto, *Nalar Ayat-Ayat Semesta: ...*, h. 174.

inspirasi dan petunjuk bagi manusia dalam segala aspek kehidupan, termasuk dalam penelitian ilmiah dan pemahaman atas alam semesta. Pemahaman dan penafsiran ayat-ayat ilmiah dianggap sebagai bagian dari upaya manusia untuk memahami lebih dalam keajaiban ciptaan Allah dan mengapresiasi kebesaran-Nya.

C. Laktasi Dalam Kesehatan

Memberikan perlakuan yang baik dan sikap yang positif terhadap anak memiliki dampak yang besar pada pertumbuhan fisik dan perkembangan mental mereka. Sebagian besar masa kehidupan anak dihabiskan dalam lingkungan keluarga, dan melalui pendidikan yang tepat dan pemberian nutrisi yang cukup, mereka dapat mengalami perkembangan yang optimal. Secara psikologis, aktivitas yang terjadi selama proses menyusui memberikan dampak positif pada perkembangan emosional anak dan pembentukan kepribadiannya. Melalui interaksi selama menyusui, anak merasakan kasih sayang dari ibunya, yang kemudian membentuk dasar untuk mereka mengembangkan kasih sayang dan hubungan emosional yang positif dengan orang lain di kemudian hari. Efek sisi yang berkembang selama proses menyusui juga membentuk dasar untuk perkembangan emosi yang hangat dan stabil pada anak. Ini menciptakan fondasi yang kuat untuk kualitas kepribadian yang positif, termasuk kepekaan terhadap perasaan orang lain, empati, dan kemampuan untuk membentuk hubungan yang sehat dan erat dengan orang lain.¹⁰⁰

Memberi ASI meningkatkan kemungkinan kelangsungan hidup bayi dan memberikan perlindungan terhadap penyakit, serta mempromosikan pertumbuhan yang sehat dan mendukung perkembangan otak yang optimal sejak dini. Selain manfaat untuk bayi, memberi ASI juga memberikan keuntungan bagi ibu. ASI membantu melindungi ibu dari risiko perdarahan pasca melahirkan, depresi pasca persalinan, serta membantu dalam penurunan berat badan pasca melahirkan. Selain itu, memberi ASI juga terkait dengan penurunan risiko terkena kanker ovarium dan payudara, penyakit jantung, hipertensi, dislipidemia, dan diabetes. Diperkirakan bahwa dengan peningkatan tingkat pemberian ASI, dapat mencegah sekitar 20.000 kematian ibu yang disebabkan oleh kanker payudara.¹⁰¹

Salah satu kandungan zat gizi dalam Air Susu Ibu (ASI) yang memberikan pengaruh besar pada pertumbuhan, perkembangan, dan kesehatan bayi adalah kandungan zat gizi makro. Zat gizi makro mencakup karbohidrat, protein, dan lemak, yang merupakan komponen utama dalam mendukung kebutuhan energi, pertumbuhan sel-sel tubuh, serta fungsi-fungsi biologis penting dalam tubuh bayi. Karbohidrat menyediakan energi yang diperlukan untuk aktivitas harian dan pertumbuhan, sementara protein membantu dalam pembentukan jaringan tubuh dan

¹⁰⁰ Ita Yuliani & Afnani Toyibah, "Hubungan Kadar Lemak Dalam Asi Matur Dengan Penambahan Berat Badan Bayi Umur 1-2 Bulan Di Puskesmas Jabung," dalam *Jurnal Informasi Kesehatan Indonesia (Jiki)*, (Malang: Poltekkes Kemenkes Malang, 2018), Vol. 4, No. 2, h. 118.

¹⁰¹ Utami Roesli, *Mengenal Asi Eksklusif* (Depok: Niaga Swadaya, 2000), h. 11.

sistem kekebalan, dan lemak menyediakan energi dan asam lemak esensial yang diperlukan untuk perkembangan otak dan sistem saraf bayi. Kandungan zat gizi makro yang tepat dalam ASI membantu memastikan bahwa bayi mendapatkan nutrisi yang optimal untuk pertumbuhan dan perkembangannya yang sehat.¹⁰²

Kandungan protein dalam Air Susu Ibu (ASI) biasanya disarankan mencapai sekitar 0,9 gram per desiliter (g/dL). Protein ini mengandung asam amino yang memiliki peran penting dalam pertumbuhan bayi. Sementara itu, lemak dalam ASI digunakan untuk memenuhi sebagian besar kebutuhan energi bayi. Kadar lemak dalam ASI biasanya berkisar antara 3,2 hingga 3,7 g/dL, dengan perkiraan energi yang dihasilkan sekitar 65–70 kalori per desiliter (kcal/dL). Oleh karena itu, terdapat korelasi yang cukup tinggi antara kebutuhan energi yang dibutuhkan oleh bayi dan kadar lemak yang dihasilkan dalam ASI.¹⁰³

Kandungan Air Susu Ibu (ASI) dapat dipengaruhi oleh asupan makanan dan status gizi ibu. Asupan makanan yang mengandung zat gizi makro akan diubah menjadi cairan ASI setelah makanan tersebut dicerna dalam tubuh ibu. Zat gizi tersebut kemudian dibawa oleh sel darah ke seluruh tubuh, dan salah satu tempat pemberhentian zat gizi tersebut adalah pada kantong ASI. Dengan kata lain, zat gizi yang diserap oleh tubuh ibu dari makanan yang dikonsumsi akan disalurkan ke dalam ASI melalui proses metabolik dan sirkulasi darah. Oleh karena itu, penting bagi ibu menyusui untuk mengonsumsi makanan yang sehat dan bergizi agar ASI yang dihasilkan dapat memberikan nutrisi yang optimal bagi bayi.¹⁰⁴

Untuk memastikan keseimbangan jumlah kalori yang keluar dalam ASI, diperlukan asupan makanan yang mengandung gizi seimbang untuk pembentukan ASI. Rata-rata volume ASI yang dihasilkan oleh wanita dengan status gizi baik berkisar antara 700-800 ml per hari. Oleh karena itu, penting bagi ibu menyusui untuk menjaga pola makan yang seimbang dan bergizi agar memenuhi kebutuhan nutrisi baik untuk dirinya sendiri maupun untuk bayi yang disusui. Menurut Marmi, dalam bukunya "Gizi dalam Kesehatan Reproduksi," ibu yang menyusui dengan rentang usia 0-6 bulan memerlukan tambahan energi sebanyak 700 kalori per hari, sementara ibu yang menyusui dengan rentang usia 7-12 bulan memerlukan tambahan energi sebanyak 500 kalori per hari. Selain tambahan energi, tambahan protein juga diperlukan berdasarkan usia menyusui. Ibu yang menyusui dengan usia bayi 0-6 bulan memerlukan tambahan protein sebanyak 16 gram per hari, sementara

¹⁰² Ruliansyah Kusuma Wardana, dkk., "Hubungan Asupan Zat Gizi Makro Dan Status Gizi Ibu Menyusui Dengan Kandungan Zat Gizi Makro Pada Air Susu Ibu (Asi) Di Kelurahan Bandarharjo Semarang," dalam *Journal Of Nutrition College*, (Semarang: Universitas Diponegoro, 2018) Vol. 7, No. 3, h. 108.

¹⁰³ Peter S. Savino dan Rosa M. Loche, *Human Milk Composition: Nutrients and Bioactive Factors*, (New York: Springer, 2014), 47.

¹⁰⁴ Qori Chairunisa Hapsari, Mohammad Zen Rahfiludin, and Dina Rahayuning Pangestuti, "Hubungan Asupan Protein, Status Gizi Ibu Menyusui, Dan Kandungan Protein Pada Air Susu Ibu (ASI): Telaah Sistematis," *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia* 20, no. 5 (2021): h. 375.

ibu yang menyusui dengan usia bayi 7-12 bulan memerlukan tambahan protein sebanyak 12 gram per hari. Informasi ini memberikan pedoman untuk kebutuhan nutrisi tambahan yang diperlukan oleh ibu menyusui untuk mendukung produksi ASI yang optimal dan memenuhi kebutuhan gizi mereka sendiri.¹⁰⁵

Status gizi pada ibu menyusui dapat ditentukan dengan menggunakan pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT). IMT dihitung dengan membagi berat badan (dalam kilogram) dengan tinggi badan (dalam meter) kuadrat. Menurut *Principles of Nutritional Assessment*, status gizi adalah keadaan tubuh yang merupakan hasil akhir dari keseimbangan antara zat gizi yang masuk ke dalam tubuh beserta fungsinya. Dengan kata lain, status gizi mencerminkan kondisi tubuh seseorang berdasarkan asupan zat gizi yang diterima dan seberapa efisien tubuh dalam menggunakan zat gizi tersebut untuk mendukung berbagai fungsi tubuh. IMT sering digunakan sebagai salah satu indikator untuk menilai status gizi seseorang, tetapi tidak boleh dipandang secara terisolasi. Evaluasi status gizi harus mempertimbangkan berbagai faktor lain seperti asupan nutrisi, kondisi kesehatan, dan aktivitas fisik.¹⁰⁶

Lemak merupakan sumber kalori utama dalam ASI, dan sekitar 50% kalornya berasal dari lemak. Kadar lemak dalam ASI biasanya berkisar antara 3,5% hingga 4,5%. Meskipun kadar lemak dalam ASI tinggi, lemak tersebut mudah diserap oleh bayi karena *trigelserida* dalam ASI lebih dulu pecah menjadi asam lemak dan *gliserol* oleh *enzim lipase* yang terdapat dalam ASI. Perlu diingat juga bahwa ASI memiliki kadar kolesterol yang lebih tinggi dibandingkan dengan susu formula. Karena itu, bayi yang mendapatkan ASI seharusnya memiliki kadar kolesterol darah yang lebih tinggi dibandingkan dengan bayi yang diberi susu formula. Kolesterol adalah nutrisi penting bagi perkembangan otak dan sistem saraf bayi, serta penting dalam pembentukan membran sel dan produksi hormon. Namun, penting untuk dicatat bahwa ASI tetap merupakan sumber nutrisi yang optimal untuk bayi karena selain lemak dan kolesterol, ASI juga mengandung berbagai nutrisi penting lainnya seperti protein, karbohidrat, vitamin, mineral, dan faktor kekebalan yang membantu melindungi bayi dari infeksi dan penyakit.¹⁰⁷

ASI mengandung asam lemak esensial seperti asam *linoleat* (omega-6) dan asam alfa-linolenat (omega-3). Kedua jenis asam lemak ini disebut "esensial" karena tubuh manusia tidak dapat mensintesisnya sendiri dan harus diperoleh melalui konsumsi makanan atau minuman yang mengandungnya. Asam lemak omega-6, yang banyak terdapat dalam ASI, seperti asam linoleat, memiliki peran penting dalam perkembangan otak dan sistem saraf, serta dalam menjaga kesehatan kulit dan

¹⁰⁵ Qori Chairunisa Hapsari, Mohammad Zen Rahfiludin, and Dina Rahayuning Pangestuti, "Hubungan Asupan Protein, Status Gizi Ibu Menyusui, Dan Kandungan Protein Pada Air Susu Ibu (ASI): Telaah Sistematis," *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia* 20, no. 5 (2021): h. 376.

¹⁰⁶ Imelda Iskandar, "Profil Indeks Massa Tubuh Dan Laktasi Pada Ibu Multipara," *Nursing Inside Community* 4, no. 2 (2022): h. 60..

¹⁰⁷ Imelda Iskandar, "Profil Indeks Massa Tubuh Dan Laktasi Pada Ibu Multipara," *Nursing Inside Community* 4, no. 2 (2022): h. 61..

regulasi peradangan. Sementara itu, asam lemak omega-3, seperti asam alfa-linolenat, juga sangat penting untuk perkembangan otak dan mata bayi. Asam lemak omega-3 juga diketahui memiliki efek *antiinflamasi* dan dapat membantu menjaga kesehatan jantung.¹⁰⁸

Karbohidrat utama dalam ASI adalah laktosa. *Laktosa* adalah jenis gula yang ditemukan secara alami dalam ASI dan merupakan sumber energi penting bagi bayi. ASI memiliki kadar laktosa yang lebih tinggi dibandingkan dengan susu mamalia lainnya, sekitar 7 gram per 100 mililiter. *Enzim lactase*, yang hadir dalam mukosa saluran pencernaan bayi sejak lahir, membantu dalam pemecahan laktosa menjadi glukosa dan galaktosa. Proses ini memungkinkan tubuh bayi untuk dengan mudah mencerna laktosa dan menggunakan glukosa sebagai sumber energi. Selain sebagai sumber energi, laktosa juga memiliki manfaat lain yang penting bagi bayi. Laktosa membantu meningkatkan absorpsi kalsium dalam tubuh bayi, yang sangat penting untuk perkembangan tulang dan gigi yang kuat. Selain itu, laktosa juga merangsang pertumbuhan bakteri baik, seperti *lactobacillus bifidus*, di dalam saluran pencernaan bayi. Bakteri ini membantu menjaga kesehatan saluran pencernaan dan meningkatkan sistem kekebalan tubuh bayi. Jadi, laktosa dalam ASI tidak hanya menyediakan energi, tetapi juga memberikan berbagai manfaat penting bagi kesehatan dan perkembangan bayi.¹⁰⁹

Dalam ASI terdapat dua jenis protein utama yang ditemukan adalah *kasein* dan *whey*. Proporsi protein dalam ASI dapat bervariasi, tetapi sekitar 0,9% hingga 60% dari total protein dalam ASI adalah whey. Whey memiliki keunggulan dibandingkan dengan kasein dalam hal pencernaan karena whey lebih mudah dicerna oleh bayi. Ini karena whey cenderung lebih larut dalam air dan memiliki struktur protein yang lebih sederhana, sehingga tubuh bayi dapat dengan mudah mencernanya. Salah satu alasan whey lebih mudah dicerna dalam ASI adalah karena kandungan asam amino tertentu yang penting. Dua asam amino tersebut adalah *sistin* dan *taurin*, yang tidak hanya ditemukan dalam whey, tetapi juga dalam jumlah yang lebih tinggi daripada dalam susu sapi. Sistin penting untuk pertumbuhan somatik, sementara taurin memiliki peran penting dalam perkembangan otak. Kombinasi dari protein whey yang lebih mudah dicerna dan kandungan asam amino penting seperti sistin dan taurin membuat ASI menjadi sumber protein yang sangat baik untuk bayi, mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal.¹¹⁰

Mineral dalam ASI seperti kalium, kalsium, natrium, dan fosfor memang biasanya lebih rendah dibandingkan dengan susu sapi. Namun, mineral-mineral ini tetap mencukupi kebutuhan bayi dan lebih mudah diserap oleh tubuhnya. Meskipun

¹⁰⁸ Ika Ngadyas Tuti et al., "Perilla Frutescens Sumber Omega-3 Ayam Broiler: A Review," *Proceedings National Conference PKM Center* 1, no. 1 (2021): h. 346.

¹⁰⁹ Ika Ngadyas Tuti et al., "Perilla Frutescens Sumber Omega-3 Ayam Broiler: A Review," *Proceedings National Conference PKM Center* 1, no. 1 (2021): h. 347.

¹¹⁰ Mhd Arifin Siregar, *Pemberiann Asi Eksklusif Dan Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi Nya* (Medan: Usu Digital Library , 2004), h. 7.

mineral dalam susu sapi bisa memiliki kandungan yang lebih tinggi, kelebihan mineral tersebut bisa menjadi masalah jika tidak diserap dengan baik oleh tubuh bayi. Ini dapat menyebabkan beban kerja yang berat pada usus bayi dan mengganggu keseimbangan pencernaannya. Selain itu, kelebihan mineral dalam susu sapi juga bisa merangsang pertumbuhan bakteri yang merugikan dalam usus bayi. Salah satu gejala yang bisa timbul akibat ketidakseimbangan mineral dalam susu adalah bayi mengalami kembung. Oleh karena itu, meskipun mineral dalam ASI mungkin memiliki kadar yang lebih rendah, ASI tetap dianggap sebagai sumber mineral yang optimal untuk bayi karena mudah diserap oleh tubuhnya dan tidak menyebabkan ketidakseimbangan yang dapat mengganggu pencernaan dan kesehatan bayi.¹¹¹

Antibodi dalam ASI memiliki kemampuan untuk bertahan di saluran pencernaan dan membentuk lapisan pada mukosa, sehingga mencegah bakteri *patogen* dan *enterovirus* dari masuk ke dalam *mukosa* usus. Mekanisme antibodi dalam ASI melibatkan produksi antibodi oleh tubuh ibu sebagai respon terhadap infeksi. Antibodi ini kemudian disalurkan melalui jaringan limfosit ke ASI. Dengan demikian, ketika bayi mengonsumsi ASI, ia juga menerima perlindungan dari antibodi tersebut, yang membantu melindungi sistem pencernaannya dari infeksi bakteri dan virus. Aktivitas menyusui merupakan interaksi penting antara ibu dan bayi pada awal kehidupan. Namun, penelitian lebih lanjut diperlukan untuk memahami hubungan antara produksi ASI dan komponen gizinya, serta dampaknya terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi dalam tahap hidup selanjutnya.¹¹²

D. Manfaat Laktasi Pada Anak dan Ibu

Pemberian ASI (Air Susu Ibu) adalah salah satu bentuk perwujudan perhatian orang tua terhadap kesehatan anak. ASI memiliki berbagai manfaat kesehatan yang sangat penting bagi bayi, termasuk memberikan nutrisi yang tepat, melindungi bayi dari infeksi dan penyakit, serta memperkuat ikatan emosional antara ibu dan anak. Oleh karena itu, memberikan ASI merupakan tindakan yang sangat dianjurkan oleh banyak ahli kesehatan sebagai langkah awal yang penting untuk memberikan perlindungan dan perhatian terhadap kesehatan anak sejak dini.¹¹³

Setelah bayi lahir dan tali pusar dipotong, secara fisik terputuslah hubungan langsung antara ibu dan anak. Hal ini bisa menimbulkan perasaan kegoncangan jiwa atau disebut juga sebagai "trauma perpisahan" baik bagi bayi maupun bagi ibu. Keduanya kemudian mencari kontak fisik dan psikis yang sangat tepat untuk

¹¹¹ Mhd Arifin Siregar, *Pemberiann Asi Eksklusif ...*, h. 6.

¹¹² Putri Balqis Dwi Safitri, "Gambaran Pemberian Asi Dan Perkembangan Anak Usia 6-24 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Pandak I Tahun 2021", *Skripsi* pada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, 2021), h. 33.

¹¹³ Debrianti Hunowu, dkk., "Hubungan Peran Keluarga Dengan Pemberian Asi Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Tilongkabila Kabupaten Bone Bolango," dalam *Jurnal Madu : Jurnal Kesehatan*, (Gorontalo: Universitas Muhammadiyah Gorontalo, 2021) Vol. 7, No. 1, h. 5.

membangun ikatan yang kuat. Air Susu Ibu (ASI) memang diakui sebagai makanan terbaik bagi bayi oleh banyak orang tua, terutama oleh para ibu. ASI memiliki komposisi yang tepat dan kaya nutrisi yang sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi. Selain itu, ASI juga mengandung zat-zat penting yang dapat melindungi bayi dari infeksi dan penyakit. Oleh karena itu, memberikan ASI tidak hanya memberikan nutrisi yang optimal bagi bayi, tetapi juga memungkinkan ibu dan bayi untuk menjalin ikatan yang kuat secara fisik dan emosional. Ini adalah salah satu bentuk perhatian dan kasih sayang yang sangat penting dalam merawat kesehatan dan kesejahteraan bayi.¹¹⁴

Memberikan Air Susu Ibu (ASI) tidak hanya memberikan nutrisi penting bagi pertumbuhan dan perkembangan fisik bayi, tetapi juga membantu memperkuat ikatan emosional antara ibu dan bayi. Beberapa cara di mana memberikan ASI membantu memperkuat ikatan emosional antara ibu dan bayi meliputi:

- 1) Kontak fisik yang dekat: Proses menyusui melibatkan kontak kulit ke kulit antara ibu dan bayi, menciptakan rasa kehangatan dan keintiman yang memberikan rasa aman kepada bayi. Sentuhan fisik ini membantu memperkuat ikatan emosional antara ibu dan bayi, menciptakan hubungan yang kuat dan berkelanjutan.
- 2) Hormon oksitosin: Saat menyusui, tubuh ibu melepaskan hormon oksitosin, yang dikenal sebagai hormon kasih sayang atau hormon cinta. Hormon ini tidak hanya membantu merangsang produksi ASI, tetapi juga memberikan perasaan nyaman dan bahagia kepada ibu dan bayi. Ini membantu memperkuat ikatan emosional antara keduanya.
- 3) Interaksi dan keterlibatan: Proses menyusui menciptakan momen interaksi yang intim antara ibu dan bayi. Selama menyusui, ibu sering berbicara, menyanyikan, atau memberikan kontak mata kepada bayi, membantu memperkuat ikatan emosional antara keduanya dan merangsang perkembangan sosial dan emosional bayi.
- 4) Responsif terhadap kebutuhan bayi: Menyusui memungkinkan ibu untuk meresponsif terhadap kebutuhan bayi secara langsung. Ketika bayi merasa lapar, haus, atau tidak nyaman, menyusui memberikan kesempatan bagi ibu untuk memberikan dukungan emosional dan fisik yang diperlukan, memperkuat ikatan antara ibu dan bayi.¹¹⁵

Dengan semua manfaat ini, menyusui tidak hanya memberikan nutrisi yang penting bagi pertumbuhan dan perkembangan fisik bayi, tetapi juga membantu memperkuat ikatan emosional antara ibu dan bayi. Ikatan ini merupakan dasar

¹¹⁴ Debrianti Hunowu, dkk., "Hubungan Peran Keluarga ...," h. 6.

¹¹⁵ Evi Gustia Kesuma & Luh Putu Sri Yuliastuti, "Promosi Kesehatan Untuk Meningkatkan Pengetahuan Dan Keterampilan Ibu Menyusui Dalam Perilaku Pemberian Asi Eksklusif Di Rs Hl Manambai Abdulkadir," dalam *Jurnal Faedah : Jurnal Hasil Kegiatan Pengabdian Masyarakat Indonesia*, (Sumbawa: STIKES Griya Husada, 2023), Vol. 1, No. 3, h. 29.

penting untuk hubungan yang sehat dan bahagia antara ibu dan bayi selama masa pertumbuhan dan perkembangan mereka.

Saat menyusui, ibu dan bayi dapat berinteraksi secara intim, yang dapat meningkatkan ikatan emosional di antara keduanya. Melalui sentuhan kulit dan kontak mata, bayi merasa dicintai dan diperhatikan. Proses menyusui merangsang pelepasan hormon-hormon seperti oksitosin dan prolaktin, yang tidak hanya memicu produksi ASI tetapi juga meningkatkan rasa kasih sayang dan ikatan emosional antara ibu dan bayi. Dengan begitu bayi merasa aman dan nyaman saat disusui karena merasakan dekapan ibunya, mendengar detak jantung yang dikenalnya sejak dalam kandungan, dan merasakan kehangatan tubuh ibunya. Hal ini membantu mengurangi kecemasan dan stres pada bayi. Proses menyusui menciptakan momen-momen intim antara ibu dan bayi, yang memperkuat interaksi positif dan ikatan emosional di antara keduanya.¹¹⁶

Memberikan Air Susu Ibu (ASI) secara eksklusif selama enam bulan telah terbukti bermanfaat dalam meningkatkan potensi kecerdasan anak secara maksimal. Berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa ASI mengandung nutrisi penting yang mendukung perkembangan otak dan kecerdasan anak. Beberapa cara di mana memberikan ASI secara eksklusif selama enam bulan dapat meningkatkan potensi kecerdasan anak meliputi:

1. Nutrisi yang optimal: ASI mengandung nutrisi yang lengkap dan seimbang, termasuk protein, lemak, karbohidrat, vitamin, dan mineral. Nutrisi-nutrisi ini penting untuk pertumbuhan dan perkembangan otak yang optimal pada bayi.
2. Asam lemak esensial: ASI mengandung asam lemak esensial, seperti asam docosaheksaenoic (DHA), yang penting untuk perkembangan otak dan sistem saraf bayi. Asam lemak ini membantu membangun struktur otak yang kompleks dan meningkatkan fungsi kognitif.
3. Faktor kekebalan tubuh: ASI mengandung faktor kekebalan tubuh seperti antibodi dan imunoglobulin, yang membantu melindungi bayi dari infeksi dan penyakit. Perlindungan terhadap penyakit yang diberikan oleh ASI memungkinkan bayi untuk berkonsentrasi pada pertumbuhan dan perkembangan otak mereka tanpa gangguan dari penyakit.
4. Koneksi emosional: Proses menyusui menciptakan hubungan emosional yang kuat antara ibu dan bayi. Ikatan emosional yang terbentuk selama menyusui memberikan dukungan emosional yang penting bagi perkembangan kecerdasan dan kesejahteraan emosional anak.¹¹⁷

¹¹⁶ Evi Gustia Kesuma & Luh Putu Sri Yulastuti, "Promosi Kesehatan Untuk Meningkatkan Pengetahuan Dan Keterampilan Ibu Menyusui Dalam Perilaku Pemberian Asi Eksklusif Di Rs Hl Manambai Abdulkadir," dalam *Jurnal Faedah : Jurnal Hasil Kegiatan Pengabdian Masyarakat Indonesia*, (Sumbawa: STIKES Griya Husada, 2023), Vol. 1, No. 3, h. 29.

¹¹⁷ Toto Sudargo & Nur Aini Kusmayanti, *Pemberian Asi Eksklusif Sebagai Makanan Sempurna Untuk Bayi* (Yogyakarta: Ugm Press, 2023), h. 2.

Dengan kombinasi nutrisi yang optimal, dukungan kekebalan tubuh, dan hubungan emosional yang kuat antara ibu dan bayi, memberikan ASI secara eksklusif selama enam bulan memberikan dasar yang kuat bagi perkembangan kecerdasan anak. Oleh karena itu, rekomendasi WHO untuk memberikan ASI secara eksklusif selama enam bulan merupakan langkah penting untuk memastikan perkembangan otak yang optimal pada bayi dan potensi kecerdasan yang maksimal. Hal ini disebabkan oleh kandungan nutrisi khusus dalam ASI yang sangat penting bagi perkembangan otak anak. ASI mengandung nutrisi yang kaya dan lengkap, termasuk protein, lemak, karbohidrat, vitamin, dan mineral yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan otak yang optimal. Sebagai contoh, ASI mengandung asam lemak omega-3 dan omega-6, serta DHA (asam dokosaheksaenoat) yang merupakan komponen penting dalam pembentukan struktur otak dan perkembangan saraf. Selain itu, ASI juga mengandung faktor-faktor bioaktif seperti faktor pertumbuhan, hormon, dan enzim yang dapat meningkatkan fungsi kognitif dan perkembangan otak anak. Kombinasi nutrisi dan faktor-faktor bioaktif ini membantu mempromosikan proses pembelajaran, memori, dan fungsi kognitif yang optimal pada anak.¹¹⁸

Bayi yang diberi ASI memiliki potensi lebih besar untuk mencapai berat badan yang ideal. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor yang terkait dengan pemberian ASI:

1. Nutrisi yang tepat: ASI mengandung nutrisi alami yang sangat mudah dicerna dan diserap oleh tubuh bayi. Kandungan nutrisi yang seimbang dalam ASI membantu dalam pertumbuhan dan perkembangan bayi secara optimal, termasuk peningkatan berat badan yang sehat.
2. Hormon pengatur berat badan: ASI mengandung hormon-hormon seperti leptin, insulin, dan hormon pertumbuhan yang dapat membantu mengatur berat badan bayi dengan tepat. Hormon-hormon ini memainkan peran penting dalam mengatur nafsu makan, metabolisme, dan distribusi lemak dalam tubuh bayi.
3. Kuantitas yang tepat: Bayi yang diberi ASI secara alami cenderung mengatur asupan makanan mereka sendiri. Mereka dapat mengontrol jumlah ASI yang mereka minum sesuai dengan kebutuhan mereka, yang dapat membantu mencegah overfeeding dan kelebihan berat badan.
4. Perlindungan dari obesitas: Studi telah menunjukkan bahwa bayi yang diberi ASI memiliki risiko lebih rendah untuk mengalami obesitas pada masa anak-anak dan dewasa. ASI membantu dalam pembentukan pola makan yang sehat dan mempromosikan pertumbuhan yang seimbang, yang dapat membantu mencegah masalah berat badan di kemudian hari.¹¹⁹

Pemberian ASI memiliki banyak manfaat kesehatan, termasuk dalam mencegah *sudden infant death syndrome* (SIDS) atau sindrom kematian bayi mendadak.

¹¹⁸ Toto Sudargo & Nur Aini Kusmayanti, *Pemberian Asi Eksklusif...*, h. 3.

¹¹⁹ Nurheti Yuliarti, *Keajaiban Asi - Makanan Terbaik Untuk Kesehatan, Kecerdasan Dan Kelincahan Si Kecil* (Yogyakarta: Penerbit Andi, 2010), h. 6-8.

Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa bayi yang diberi ASI memiliki risiko lebih rendah untuk mengalami SIDS dibandingkan dengan bayi yang tidak diberi ASI. Meskipun mekanisme pastinya belum sepenuhnya dipahami, ASI diyakini memberikan perlindungan terhadap SIDS melalui efek positifnya pada sistem kekebalan tubuh bayi, serta kemampuannya untuk memperkuat kesehatan pernapasan dan kardiovaskular bayi.¹²⁰

Selain itu, pemberian ASI juga dikaitkan dengan penurunan risiko terkena diabetes, obesitas, dan kanker tertentu pada masa dewasa. ASI memiliki komponen-komponen yang membantu meningkatkan sistem kekebalan tubuh bayi, mengurangi risiko perkembangan penyakit autoimun seperti diabetes tipe 1. Selain itu, ASI juga dapat membantu dalam mengatur berat badan bayi secara sehat, yang kemudian dapat berkontribusi pada penurunan risiko obesitas pada masa dewasa. Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa pemberian ASI dapat memberikan perlindungan tambahan terhadap perkembangan beberapa jenis kanker pada masa dewasa, seperti kanker payudara dan kanker usus besar.¹²¹

Pengamatan langsung saat menyusui dapat membantu mengidentifikasi teknik yang tidak benar dalam menyusui. Bayi prematur memiliki risiko lebih tinggi mengalami sindrom kekurangan susu karena pola mengisap dan menelan yang buruk, atau masalah medis yang mendasarinya. Melalui pengamatan langsung, petugas medis atau konselor laktasi dapat memperhatikan berbagai hal, seperti posisi bayi saat menyusui, cara bayi mengisap, apakah bayi mengalami kesulitan menelan atau tidak, serta apakah ibu merasa nyaman saat menyusui. Jika ada teknik yang tidak benar atau masalah yang teridentifikasi, konselor laktasi dapat memberikan saran dan dukungan kepada ibu untuk memperbaiki teknik menyusui atau memberikan solusi untuk masalah medis yang mendasarinya.

Pengamatan langsung ini juga memungkinkan untuk menyesuaikan pendekatan perawatan dan dukungan yang sesuai dengan kebutuhan khusus bayi prematur. Dengan demikian, pengamatan langsung saat menyusui merupakan langkah penting dalam membantu memastikan bahwa bayi prematur mendapatkan asupan ASI yang cukup dan sesuai dengan kebutuhan mereka untuk pertumbuhan dan perkembangan yang optimal.¹²²

1. Kesehatan Anak

Air Susu Ibu (ASI) dianggap sebagai makanan terbaik untuk bayi baru lahir, baik bayi yang lahir cukup bulan (matang) maupun bayi yang lahir kurang bulan (prematur). Berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa ASI memberikan banyak manfaat fisiologis dan emosional bagi bayi. *World Health Organization* (WHO),

¹²⁰ Fairus Prihatin Idris, *Upaya Peningkatan Pemberian Asi Eksklusif: Kajian Teoretis Tentang Peran Masyarakat Dan Budaya Dalam Pendidikan Kesehatan* (Purwokerto: Cv. Pena Persada, 2020), h. 32.

¹²¹ Marni Br Karo, *Perilaku Ibu Menyusui Dalam Pemberian Asi Eksklusif* (Medan: Penerbit Nem, 2021), h.3.

¹²² Felicia Anita Wijaya, "Asi Eksklusif: Nutrisi Ideal Untuk Bayi 0-6 Bulan," dalam *Jurnal Cermin Dunia Kedokteran*, (Denpasar: RSUD Wangaya, 2019), Vol. 46, No. 4, h. 300.

American Academy of Pediatrics (AAP), American Academy of Family Physicians (AAFP), dan Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi, yang kemudian diikuti dengan pemberian ASI bersama makanan pendamping sampai bayi berusia dua tahun. Ini karena ASI memiliki komposisi gizi yang sesuai dengan kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan bayi serta memberikan perlindungan dari berbagai penyakit. Selain itu, pemberian ASI juga memperkuat ikatan emosional antara ibu dan bayi.¹²³

Air Susu Ibu (ASI) dianggap sebagai makanan yang sangat penting dan sehat bagi bayi karena mengandung antibodi yang vital untuk melawan penyakit. ASI mengandung berbagai komponen imunologi, termasuk imunoglobulin, yang membantu memperkuat sistem kekebalan tubuh bayi. Oleh karena itu, ASI sering disebut sebagai "vaksinasi pertama" bagi bayi karena memberikan perlindungan terhadap berbagai penyakit dan infeksi. Selain itu, ASI juga mengandung beragam nutrisi yang melimpah dan sangat mudah diserap oleh tubuh bayi. Kandungan nutrisi yang lengkap dan seimbang dalam ASI tidak dapat digantikan oleh air tajin atau susu formula, meskipun harganya lebih mahal. Nutrisi ini sangat penting untuk mendukung pertumbuhan fisik dan perkembangan kecerdasan bayi.

Dengan demikian, pemberian ASI kepada bayi merupakan langkah yang sangat penting dalam memberikan perlindungan kesehatan yang optimal serta memberikan nutrisi yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan yang sehat. Berbagai manfaat ASI bagi bayi meliputi:

- a. ASI mengandung zat gizi yang sesuai dengan kebutuhan bayi untuk mendukung pertumbuhan fisik dan perkembangan kecerdasan..
- b. Melindungi bayi dari infeksi dan alergi karena kandungan antibodi dan faktor imunologis lainnya.
- c. Membantu memperbaiki refleks menghisap, menelan, dan pernapasan bagi bayi.
- d. Membuat bayi lebih sehat dan jarang terkena penyakit karena perlindungan yang diberikan oleh ASI.¹²⁴

2. Kesehatan Ibu

Pemberian ASI juga memberikan manfaat yang signifikan bagi kesehatan fisik dan psikologis ibu. Beberapa manfaat tersebut dapat meningkatkan produksi oksitosin. Menyusui memicu pelepasan hormon oksitosin yang dapat meningkatkan ambang nyeri, mengurangi ketidaknyamanan fisik ibu, dan berkontribusi terhadap peningkatan rasa kasih sayang ibu terhadap bayi. Kemudian menyusui juga dapat menurunkan resiko kanker. Pemberian ASI dapat membantu menurunkan risiko terjadinya kanker ovarium, kanker payudara, dan kanker endometrium pada ibu.

¹²³ Husnul Khatimah, dkk., "Penyuluhan Pentingnya Pemberian Asi Eksklusif Dan Manfaatnya Pada Ibu Dan Bayi Di Desa Sopa Kecamatan Kindang Kabupaten Bulukumba," dalam *Jurnal Jcs*, (Bulukumba: AKBID Tahirah Al-Baeti Bulukumba, 2021), Vol. 3, No. 3 h.18.

¹²⁴ Husnul Khatimah, dkk., "Penyuluhan Pentingnya Pemberian Asi ...," h.18.

Proses menyusui diyakini memiliki efek protektif terhadap perkembangan kanker pada area-area tersebut.¹²⁵

¹²⁵ Husnul Khatimah, dkk., “Penyuluhan Pentingnya Pemberian Asi ...,” h.19.

BAB III

PENAFSIRAN LAKTASI DALAM AL-QUR'AN

Dalam konteks Al-Qur'an, penyebutan tentang pemberian ASI atau menyusui seringkali merujuk pada kewajiban dan tindakan ibu dalam memberikan nutrisi dan perawatan kepada bayi mereka. Dengan memahami dan merenungkan Ayat-ayat tentang laktasi, umat muslim dapat mengembangkan pemahaman laktasi yang lebih mendalam sebagai bagian dari ciptaan Allah, menghargai keagungan-Nya, dan mengambil bagian dalam menjaga alam semesta serta memperoleh ilmu pengetahuan yang bermanfaat bagi umat manusia. Dalam ayat-ayat *Kauniyah* akan menjelaskan terkait anjuran laktasi, masa pemberian laktasi dan frekuensi pemberian laktasi pada bayi.

A. Anjuran Laktasi

Al-Qur'an dianggap sebagai panduan hidup (*hudan*) dan tuntunan yang sempurna bagi umat manusia. Ketika Al-Qur'an memberikan perintah atau petunjuk, tentu saja terdapat manfaat dan hikmah di dalamnya. Prinsip ini tercermin dalam berbagai perintah dan anjuran yang terdapat dalam Al-Qur'an. Perintah untuk menyusui anak hingga dua tahun adalah salah satu contoh yang jelas. Dalam Islam, menyusui anak memiliki banyak manfaat, baik dari segi kesehatan maupun hubungan antara ibu dan anak. Menyusui memberikan nutrisi yang optimal bagi bayi, melindungi bayi dari berbagai penyakit, memperkuat ikatan emosional antara ibu dan anak, serta memberikan kebahagiaan dan kedamaian bagi ibu. Jika perintah seperti ini diabaikan, akan timbul ketidaksempurnaan dalam kehidupan manusia. Misalnya, bayi mungkin tidak mendapatkan nutrisi yang cukup, meningkatkan risiko penyakit, dan kehilangan manfaat dari ikatan emosional yang kuat dengan ibu mereka.¹²⁶

Islam memberikan panduan yang jelas mengenai pentingnya menyusui anak hingga dua tahun, seperti yang disebutkan dalam Al-Qur'an. Salah satu ayat yang secara eksplisit menyebutkan hal ini adalah dalam Surat Al-Baqarah ayat 233.

وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَدَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُرَضِّعَ ۚ وَعَلَى
الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ ۚ لَا تُكَلَّفُ نَفْسٌ إِلَّا وُسْعَهَا ۚ لَا تُضَارَّ
وَالِدَةٌ بِوَلَدِهَا وَلَا مَوْلُودٌ لَهُ بِوَلَدِهِ ۚ وَعَلَى الْوَارِثِ مِثْلُ ذَلِكَ ۚ فَإِنْ أَرَادَا فِصَاً لَا عَن
تَرَاضٍ مِّنْهُمَا وَتَشَاوُرٍ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا ۚ وَإِنْ أَرَدْتُمْ أَنْ تَسْرِعُوا أَوْلَادَكُمْ

¹²⁶ Siti Aminah dkk., "Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Produksi Asi Pertama Pada Ibu Melahirkan Spontan Di Ruang Mawar Rsud Dr. H. Soewondho Kendal," dalam *Jurnal Surya Muda*, (Kendal: Stikes Muhammadiyah Kendal, 2022), Vol. 4, No. 1, h. 433.

فَلَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ إِذَا سَلَّمْتُمْ مَا آتَيْتُمْ بِالْمَعْرُوفِ ۖ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ
بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ

"Dan para ibu hendaklah menyusukan anak-anaknya selama dua tahun penuh, yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan. Dan atas suami, kewajiban memberi makan dan pakaian kepada ibu-anak itu dengan cara yang ma'ruf. Seseorang tidak dibebani melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Janganlah seorang ibu menderita karena anaknya, dan janganlah seorang ayah menderita karena anaknya. Dan pada waris, kewajiban yang serupa dengan itu. Dan jika kedua-dua orang tua itu ingin menyapihinya dengan kerelaan mereka dan persetujuan dari keduanya, maka tidak ada dosa baginya. Dan jika kamu ingin anakmu disusukan oleh orang lain, maka tidak ada dosa bagimu apabila kamu memberikan pembayaran menurut yang patut. Bertakwalah kamu kepada Allah dan ketahuilah bahwa Allah Maha Melihat apa yang kamu kerjakan."

Ayat ini menekankan pentingnya menyusui selama dua tahun sebagai bentuk penyempurnaan penyusuan, memberikan panduan kepada para ibu mengenai durasi menyusui yang optimal. Dalam Tafsir *Fi Zhilalil Qur'an* dijelaskan bahwa keluarga adalah tempat perlindungan alami yang berfungsi melindungi anak dan mendukung pertumbuhan jasmani, pikiran, dan jiwanya. Di bawah naungan keluarga, anak mendapatkan cinta, kasih sayang, dan jaminan. Keluarga membentuk anak dengan cara yang akan terus membekas sepanjang hidupnya. Melalui bimbingan dan cahayanya, kehidupan menjadi lebih terbuka bagi anak. Keluarga membantu anak memahami kehidupan dan berinteraksi dengan lingkungan sekitar.¹²⁷

Anak manusia adalah makhluk hidup yang menjalani masa kanak-kanak paling lama. Mereka mengalami perkembangan yang jauh lebih panjang dibandingkan anak-anak makhluk hidup lainnya. Hal ini karena masa kanak-kanak adalah periode persiapan dan pelatihan untuk menjalani peran mereka di masa depan. Karena tugas dan peran manusia di muka bumi ini sangat besar, masa kanak-kanaknya sangat panjang untuk memastikan persiapan dan pelatihan yang baik guna menghadapi masa depan. Oleh sebab itu, kebutuhan anak manusia akan pendampingan orang tua jauh lebih besar dibandingkan anak makhluk hidup lainnya. Keluarga yang stabil dan harmonis lebih erat kaitannya dengan tatanan kemanusiaan serta lebih sesuai dengan fitrah manusia, penciptaan, dan peranannya dalam kehidupan ini. Pengalaman menunjukkan bahwa tidak ada sarana lain yang bisa menggantikan peran keluarga. Bahkan, banyak sarana alternatif berisiko merusak pembentukan dan pendidikan anak, khususnya sistem pemeliharaan umum. Beberapa lembaga

¹²⁷ Sayyid Quthb, *Tafsir Fi Zhilalil Qur'an*, Jilid 1., (Jakarta: Gema Insani, 2001), h. 280.

mungkin bermaksud menggantikan sistem keluarga, namun sistem keluarga yang baik dan benar telah ditetapkan oleh Allah untuk manusia.¹²⁸

Terkait penyapihan dalam Tafsir *Fi Zhilalil Qur'an* dimaksudkan kepada hukum yang menjadi awal manusia menyadari pentingnya hal ini, sebagaimana mereka juga menyadari bahwa segala urusan, baik kecil maupun besar, mendapat perhatian dan pengawasan dari Allah. Segala urusan kecil dan besar dimaksudkan untuk tujuan besar dalam pandangan Allah. Allah SWT. sendiri mengatur kehidupan manusia dan secara langsung mengawasi pertumbuhan kaum muslimin dengan perhatian khusus di bawah pengawasan-Nya, serta mempersiapkan mereka untuk memegang peranan besar yang telah ditentukan bagi mereka di alam semesta ini.¹²⁹

Dalam Tafsir *Munir* dijelaskan bahwa secara umum, memberikan ASI kepada bayi dianggap sebagai praktik yang sangat dianjurkan oleh banyak tabib dan ahli kesehatan. Ini karena ASI mengandung nutrisi yang optimal dan faktor kekebalan tubuh yang penting bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi. Proses menyusui juga menciptakan ikatan emosional yang kuat antara ibu dan bayi, memberikan keamanan dan keintiman yang penting untuk perkembangan emosional dan psikologis bayi. Meskipun ada situasi di mana ibu mungkin tidak dapat menyusui, memberikan ASI secara eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi jika memungkinkan tetap menjadi standar emas dalam memberikan nutrisi dan perlindungan bagi bayi. Namun, menyusui ini bisa menjadi wajib jika bayi tidak mau menyusu kepada wanita lain, atau jika sang ayah tidak mampu membayar wanita lain untuk menyusui anaknya karena kemiskinan dan alasan lainnya. Keengganan sebagian wanita untuk menyusui anaknya karena merasa derajatnya tinggi atau demi mempertahankan kecantikan dan kesehatan bertentangan dengan fitrah manusia dan berdampak buruk bagi anak.¹³⁰

Dalam banyak tafsir ini menjelaskan beberapa ulama berpendapat bahwa menyusui adalah kewajiban bagi ibu, sementara yang lain berpendapat bahwa itu adalah hak bagi ibu. Perbedaan pendapat ini dapat dipengaruhi oleh interpretasi teks-teks agama serta konteks budaya dan sosial yang berbeda. Para ulama yang berpendapat bahwa menyusui adalah kewajiban bagi ibu mengacu pada ayat-ayat Al-Qur'an dan hadis Nabi Muhammad SAW. yang menekankan pentingnya menyusui dan memberikan ASI kepada bayi. Mereka berargumen bahwa ibu memiliki tanggung jawab moral dan agama untuk memberikan nutrisi yang terbaik kepada anak-anak mereka, dan menyusui adalah cara yang paling alami dan paling baik untuk melakukannya.¹³¹

Di sisi lain, para ulama yang berpendapat bahwa menyusui adalah hak bagi ibu menekankan pentingnya menghormati kehendak dan kebutuhan individu ibu.

¹²⁸ Sayyid Quthb, *Tafsir Fi Zhilalil Qur'an*, Jilid 1., h. 280.

¹²⁹ Sayyid Quthb, *Tafsir Fi Zhilalil Qur'an*, Jilid 1., h. 281.

¹³⁰ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir: Aqidah, Syari'ah, dan Manhaj*, Cet.1, Jilid 1, (Jakarta: Gema Insani, 2013), h. 567.

¹³¹ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir: Aqidah...*, Cet.1, Jilid 1., h. 568.

Mereka berpendapat bahwa setiap ibu memiliki hak untuk membuat keputusan tentang apakah ia akan menyusui atau tidak, berdasarkan situasi kesehatan, kondisi sosial, atau faktor-faktor lain yang memengaruhi kemampuannya untuk menyusui. Perdebatan ini mencerminkan kompleksitas dalam pemahaman dan interpretasi ajaran agama, serta hubungannya dengan konteks sosial dan budaya. Meskipun terdapat perbedaan pendapat di kalangan ulama, penting untuk diingat bahwa prinsip-prinsip kasih sayang, kesejahteraan anak, dan saling menghormati tetap menjadi landasan yang penting dalam setiap pandangan yang diambil terkait dengan masalah ini.¹³²

Menurut pendapat Malik, menyusui adalah kewajiban bagi ibu jika ia memiliki suami atau jika anaknya menolak untuk menyusu kepada wanita lain. Namun, Malik membuat pengecualian bagi wanita bangsawan, di mana kewajiban untuk menyusui anak tidak berlaku bagi mereka. Ini didasarkan pada kebiasaan bangsa Arab pada zaman turunnya ayat ini, di mana wanita-wanita bangsawan Quraisy biasanya mengupah ibu susuan bagi anak mereka karena derajat dan kehormatan mereka yang tinggi. Sementara menurut pandangan jumhur (mayoritas ulama), menyusui adalah *manduub* (dianjurkan), kecuali dalam situasi darurat, misalnya jika bayi tidak mau menyusu kepada selain ibunya. Ayat yang menjadi landasan bagi pandangan ini adalah firman Allah SWT. dalam Surat Ath-Thalaq ayat 6, yang berbunyi: "*Dan jika kamu menemui kesulitan, maka perempuan lain boleh menyusukan (anak itu) untuknya.*" Ayat ini memberikan kelonggaran untuk situasi di mana ibu tidak dapat menyusui anaknya, sehingga wanita lain dapat menyusui anak tersebut sebagai solusi darurat.¹³³

Dalam Islam, terdapat pandangan yang menekankan pentingnya menyusui anak selama dua tahun penuh bagi seorang ibu, baik yang masih dalam ikatan pernikahan maupun yang telah bercerai (talak). Hal ini sesuai dengan ajaran yang ditemukan dalam Al-Qur'an dan hadis Nabi Muhammad SAW. Namun, dalam prakteknya, ada fleksibilitas dalam pelaksanaan aturan ini. Ibu diberi kebebasan untuk menyusui anak mereka selama dua tahun penuh, namun jika ada kebutuhan atau masalah tertentu, mereka diperbolehkan untuk menyusui kurang dari dua tahun. Hal ini merupakan bagian dari konsep ijtihad (penafsiran personal) dan perkiraan manusia, di mana situasi individu dan kondisi kesehatan dapat memengaruhi keputusan ibu dalam memberikan ASI kepada anak mereka. Dalam Islam, prinsip kemaslahatan menjadi pertimbangan penting dalam mengambil keputusan. Jika menyusui selama dua tahun penuh tidak memungkinkan atau tidak sesuai dengan kondisi kesehatan atau kebutuhan anak dan ibu, maka diperbolehkan untuk mengambil langkah alternatif yang lebih sesuai dengan situasi tersebut. Dalam konteks ini, penting bagi ibu untuk berkonsultasi dengan ahli agama atau tenaga kesehatan yang berkompeten untuk mendapatkan nasihat dan arahan yang tepat dalam membuat keputusan mengenai menyusui anak mereka. Hal ini memastikan bahwa keputusan yang

¹³² Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir: Aqidah...*, Cet.1, Jilid 1., h. 569.

¹³³ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir: Aqidah...*, Cet.1, Jilid 1., h. 569.

diambil mengikuti prinsip-prinsip agama dan memberikan yang terbaik bagi kesejahteraan anak dan ibu.¹³⁴

Tafsir *Al-Mishbah* menekankan bahwa ayat ini merupakan bagian dari pembahasan tentang keluarga dalam Al-Qur'an. Setelah membahas hubungan suami istri, pembahasan beralih pada anak-anak yang lahir dari hubungan tersebut. Namun, pembahasan tetap melibatkan wanita yang telah ditalak, yaitu mereka yang memiliki bayi. Dalam konteks ini, terdapat perbedaan dalam penggunaan kata *الوالدات* (*al-walidat*) dan *أمهات* (*ummahat*) dalam Al-Qur'an. Kata *ummahat* merujuk secara

husus kepada ibu kandung, sementara *al-walidat* mencakup semua ibu, baik itu ibu kandung maupun ibu yang bukan kandung. Penggunaan kata *al-walidat* menegaskan bahwa air susu ibu, baik itu berasal dari ibu kandung atau bukan, merupakan makanan terbaik bagi bayi. Hal ini menunjukkan pentingnya ASI dalam memberikan nutrisi dan perlindungan yang optimal bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi. Ayat ini memberikan penekanan pada pentingnya menyusui bagi semua ibu, baik itu ibu kandung maupun yang bukan kandung. Ini mencerminkan prinsip bahwa ASI adalah sumber nutrisi terbaik bagi bayi, dan semua ibu dianjurkan untuk memberikan ASI kepada anak-anak mereka jika memungkinkan.¹³⁵

Adapula penjelasan dalam Tafsir *Ibnu Katsir* yang menjelaskan bahwa ayat ini merupakan bimbingan Allah SWT kepada ibu-ibu dalam hal penyusuan anak diungkapkan dalam ayat *كَامِلَيْنِ حَوْلَيْنِ أَوْلَادَهُنَّ يُرْضِعْنَ وَالْوَالِدَاتُ* (QS. Al-

Baqarah: 233), yang mengarahkan mereka untuk menyusui anaknya selama dua tahun penuh. Setelah dua tahun, penyusuan tidak lagi diperkenankan sebagai kewajiban. Namun, Allah SWT juga memberikan kelonggaran dengan menyebutkan.

الرَّضَاعَةَ يُبَيِّنُ أَنْ أَرَادَ لِمَنْ (bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan). Artinya, ibu diperbolehkan untuk melanjutkan penyusuan lebih dari dua tahun jika diinginkan, meskipun hal itu tidak diwajibkan.

Mengenai penyusuan yang lebih dari dua tahun, para ulama umumnya sepakat bahwa hal tersebut tidak diharamkan, meskipun tidak lagi menjadi kewajiban. Ibnu Katsir dalam penafsirannya mengutip hadis dari ad-Daruquthni, yang menyatakan bahwa Rasulullah SAW bersabda: "Tidak menjadikan mahram karena penyusuan, kecuali yang dilakukan kurang dari dua tahun." Ini menunjukkan bahwa penyusuan yang terjadi setelah dua tahun tidak mempengaruhi status mahram, sebagaimana yang dijelaskan oleh Ibnu Abbas dalam hadis yang diriwayatkan oleh ad-Daruquthni. Hadis ini menunjukkan bahwa meskipun penyusuan setelah dua tahun

¹³⁴ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir: Aqidah...*, Cet.1, Jilid 1., h. 569.

¹³⁵ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, Jilid 1. (Tangerang: Lentera Hati, 2005), h. 503.

tidak diharamkan, tidak memberikan pengaruh seperti yang terjadi dalam penyusuan yang dilakukan selama dua tahun pertama.¹³⁶

Terkait anjuran menyusui juga terdapat dalam QS Al-Qashas ayat 7 Allah SWT. berfirman:

وَأَوْحَيْنَا إِلَىٰ أُمِّ مُوسَىٰ أَنْ أَرْضِعِيْهِ فَإِذَا خِفْتِ عَلَيْهِ فَأَلْقِيْهِ فِي الْيَمِّ وَلَا تَخَافِي وَلَا تَحْزَنِي ۖ إِنَّا رَأَيْنَاهُ إِلَيْكَ وَجَاعِلُوهُ مِنَ الْمُرْسَلِينَ

“Kami mengilhamkan kepada ibu Musa, “Susuilah dia (Musa). Jika engkau khawatir atas (keselamatan)-nya, hanyutkanlah dia ke sungai (Nil dalam sebuah peti yang mengapung). Janganlah engkau takut dan janganlah (pula) bersedih. Sesungguhnya Kami pasti mengembalikannya kepadamu dan menjadikannya sebagai salah seorang rasul.” (QS Al-Qashas: 7)

Tafsir *Al-Maraghi* menjelaskan bahwa dalam kisah Nabi Musa AS., Allah SWT. memberi ilham kepada ibunya untuk menyusui Musa setelah meletakkannya dalam peti yang kemudian dihanyutkan ke Sungai Nil. Tindakan ini memerlukan keberanian dan kepercayaan yang besar kepada Allah, karena ibu Musa harus melepaskan anaknya dalam keadaan yang tidak pasti, tetapi dengan keyakinan bahwa Allah akan melindungi dan memeliharanya. Allah SWT. menjanjikan ibu Musa bahwa Dia akan mengembalikan Musa ke pangkuannya dan menjaganya dengan penuh perlindungan. Ini adalah janji yang menenangkan hati ibu Musa dan memberinya keyakinan bahwa keputusan yang diambilnya adalah yang terbaik bagi Musa. Dengan demikian, kisah ini mencerminkan bagaimana kepercayaan kepada Allah dapat memberi kekuatan dan ketenangan dalam menghadapi tantangan hidup yang besar. Kisah ini juga mengajarkan tentang pentingnya *tawakal* (menyerahkan diri sepenuhnya kepada Allah) dan keberanian dalam menghadapi cobaan. Meskipun situasi mungkin sulit dan tidak terduga, kepercayaan kepada Allah dan tindakan yang sesuai dengan petunjuk-Nya akan membawa perlindungan dan keberkahan yang melimpah.¹³⁷

Penjelasan dalam Tafsir *Al-Mishbah* tentang kata *awhaina* memberikan pemahaman yang mendalam tentang konsep ilham dalam konteks Al-Qur'an. Kata *awhaina* diambil dari akar kata *wahyu*, yang secara harfiah berarti isyarat yang cepat. Secara umum, kata ini dapat merujuk kepada ilham atau mimpi, tergantung pada objeknya. Jika objek dari ilham atau wahyu adalah manusia biasa, maka itu dapat diartikan sebagai ilham atau mimpi. Namun, jika objeknya adalah seorang nabi, maka wahyu tersebut dianggap sebagai informasi yang berasal dari Allah, yang disampaikan baik melalui malaikat maupun secara langsung. Dalam konteks ayat

¹³⁶ Abdullah bin Muhammad bin Abdurahman bin Ishaq Al-Syeikh, *Lubaabut Tafsiir Min Ibni Katsiir*, trans. M. Abdul Ghoffar, Jilid 1. (Kairo : Muassah Daar al-Hilal, 1994), h. 468.

¹³⁷ Ahmad Mustafa Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi*, Jilid 7. (Kairo : Dar Al-Fikr, 1910), h. 37.

yang Anda sebutkan, kata *awhaina* digunakan untuk menyatakan bahwa Allah SWT. memberikan ilham kepada ibu Nabi Musa AS. Meskipun ibu Musa bukanlah seorang nabi, ilham yang diterimanya dianggap sebagai informasi yang sangat akurat dan berasal dari Allah. Ini menunjukkan betapa pentingnya peran ilham dalam mendapatkan petunjuk atau pengetahuan yang benar, meskipun sumbernya mungkin tidak diketahui secara pasti oleh individu yang menerima ilham tersebut.¹³⁸

Dalam Tafsir *Munir* ayat yang dimaksud memadukan dua perintah, dua larangan, dua berita, dan dua kabar gembira. Berikut adalah penjelasan rinci mengenai masing-masing elemen tersebut:

1. Dua Perintah:
 - a. Susuilah dia: Perintah kepada ibu Nabi Musa AS untuk menyusui anaknya.
 - b. Jatuhkanlah dia: Perintah untuk meletakkan anaknya ke dalam sungai.
2. Dua Larangan:
 - a. Janganlah kamu takut: Larangan untuk tidak merasa takut.
 - b. Janganlah kamu khawatir dan janganlah kamu bersedih hati: Larangan untuk tidak merasa khawatir atau sedih.
3. Dua Berita:
 - a. Kami akan mengembalikannya kepadamu: Berita bahwa Allah akan mengembalikan Nabi Musa AS kepada ibunya.
 - b. Kami akan menjadikannya: Berita bahwa Nabi Musa AS akan dijadikan seorang utusan.
4. Dua Kabar Gembira:
 - a. Mengembalikannya: Kabar gembira bahwa Nabi Musa AS akan dikembalikan kepada ibunya.
 - b. Menjadikannya sebagai salah seorang utusan: Kabar gembira bahwa Nabi Musa AS akan dijadikan salah satu dari para nabi dan rasul.

Bayangkan perasaan seorang ibu yang baru saja melahirkan, penuh dengan cinta dan kasih sayang terhadap bayinya, namun harus menghadapi situasi yang sulit seperti meletakkan bayinya di sungai. Tentu saja, hal ini merupakan cobaan yang sangat berat. Namun, keimanan dan ketakwaan kepada Allah memampukannya untuk melewati cobaan tersebut dengan kuat. Meskipun Al-Qur'an mengakui bahwa semua anugerah ini merupakan kondisi yang sangat memayahkan dan memberatkan ibu, namun di sisi Allah, itu dianggap sebagai sesuatu yang mulia.¹³⁹

Aktivitas menyusui bukan hanya sekedar memberi makanan kepada bayi, tetapi juga memperkuat hubungan yang akrab dan erat antara ibu dan anak. Dalam momen-momen intim ini, ikatan emosional antara ibu dan anak diperkuat, menciptakan hubungan yang mendalam dan penuh kasih sayang. Meskipun ibu

¹³⁸ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, Jilid 10. (Tangerang: Lentera Hati, 2005), h. 310-311.

¹³⁹ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir: Aqidah...*, Cet.1, Jilid 10., h. 351-352.

harus melewati banyak cobaan dan kesulitan dalam perjalanan menyusui, kebersamaan dan keintiman ini menjadi sumber kekuatan dan kebahagiaan bagi mereka. Dengan memandang aktivitas menyusui dari perspektif agama, dapat dilihat sebagai bagian dari rangkaian kehamilan, persalinan, dan perawatan bayi yang diberkati oleh Allah SWT. Meskipun cobaan dan kesulitan mungkin datang, kebersamaan ini dianggap sebagai sesuatu yang mulia dan diberkati di sisi-Nya. Oleh karena itu, setiap langkah dalam perjalanan menyusui, meskipun sulit, dianggap sebagai tindakan yang dipersembahkan kepada Allah dengan penuh keimanan dan kasih sayang.¹⁴⁰

Kebutuhan akan nutrisi yang memadai bagi bayi juga sangat diperhatikan dalam Islam. Dalam agama Islam, menyusui merupakan anjuran yang sangat ditekankan. Al-Qur'an, dalam Surat Al-Baqarah ayat 233, menyebutkan bahwa para ibu hendaknya menyusui anak-anaknya selama dua tahun penuh bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan. Hal ini menunjukkan betapa pentingnya pemberian ASI sebagai bentuk pemenuhan hak anak terhadap nutrisi yang optimal demi kesehatan dan perkembangan yang baik. Islam juga mengajarkan bahwa memberikan ASI merupakan bentuk kasih sayang dan tanggung jawab orang tua terhadap anak. Dengan menyusui, seorang ibu tidak hanya memberikan nutrisi fisik tetapi juga menjalin ikatan emosional yang kuat dengan anaknya. Oleh karena itu, laktasi bukan hanya sekadar proses fisiologis, tetapi juga sebuah amalan yang membawa kebaikan baik bagi ibu maupun bayi dalam aspek kesehatan, psikologis, dan spiritual.¹⁴¹

ASI sangat diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan kecerdasan anak. Menurut penelitian, anak-anak yang tidak diberi ASI mempunyai IQ (*intellectual quotient*) lebih rendah 7-8 poin dibandingkan dengan anak-anak yang diberi ASI secara eksklusif. ASI merupakan makanan bayi yang paling sempurna karena mudah dicerna dan diserap. ASI mengandung enzim pencernaan yang membantu bayi dalam mencerna makanan dengan lebih efisien. Selain itu, ASI dapat mencegah terjadinya penyakit infeksi karena mengandung zat penangkal penyakit seperti immunoglobulin, yang memberikan perlindungan terhadap berbagai patogen. Kepraktisan ASI juga menjadi keunggulan tersendiri, karena mudah diberikan kapan saja dan di mana saja tanpa perlu persiapan khusus. ASI selalu tersedia dalam suhu yang tepat, bersih, dan tidak memerlukan biaya tambahan, sehingga menjadi pilihan yang sangat ekonomis. Oleh karena itu, memberikan ASI secara eksklusif sangat

¹⁴⁰ Siti Aminah dkk., "Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Produksi Asi Pertama Pada Ibu Melahirkan Spontan Di Ruang Mawar Rsud Dr. H. Soewondho Kendal," dalam *Jurnal Surya Muda*, (Kendal: Stikes Muhammadiyah Kendal, 2022), Vol. 4, No. 1, h.95.

¹⁴¹ Aida Ratna Wijayanti & Siti Komariyah, "Pengetahuan Persiapan Laktasi Bagi Primigravida Di Wilayah Puskesmas Tiron Kecamatan Banyakan Kabupaten Kediri," dalam *Jurnal Kebidanan*, (Ponorogo: Universitas Muhammadiyah Ponorogo, 2018), Vol. 7, No. 2, h. 132.

dianjurkan untuk memastikan pertumbuhan, perkembangan, dan kesehatan optimal bagi bayi.¹⁴²

Al-Qur'an dianggap sebagai petunjuk dan tuntunan dalam kehidupan, serta memberikan pedoman yang jelas dalam berbagai aspek, termasuk dalam hal menyusui anak hingga dua tahun. Ketika Al-Qur'an memerintahkan suatu pekerjaan, pasti terdapat kebaikan dan manfaat di dalamnya. Sebaliknya, jika perintah tersebut diabaikan, akan menimbulkan ketidaksempurnaan dalam kehidupan manusia. Perintah untuk menyusui anak hingga dua tahun adalah salah satu contoh perintah yang mencerminkan perhatian Allah terhadap kesejahteraan manusia, baik dari segi kesehatan maupun hubungan antara ibu dan anak. Dalam kasus ini, manfaat kesehatan bagi bayi, yang meliputi nutrisi yang diberikan, perlindungan dari penyakit, dan ikatan emosional antara ibu dan anak, merupakan hal-hal yang diperhatikan dalam perintah tersebut. Ketika manusia mematuhi perintah Allah, mereka akan mengalami manfaat dan keberkahan dalam kehidupan mereka. Namun, ketika perintah Allah diabaikan, dapat timbul ketidaksempurnaan atau kesulitan dalam mencapai kebahagiaan dan kesejahteraan yang diinginkan.¹⁴³

B. Masa Laktasi

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 penyusuan setelah usia tersebut tidak lagi mempunyai dampak hukum yang mengakibatkan anak yang disusui berstatus sama dalam sejumlah hal dengan anak kandung yang menyusuinya. Dalam konteks hukum Islam, misalnya, penyusuan selama dua tahun pertama memiliki implikasi tertentu, seperti hubungan mahram (larangan menikah) antara ibu yang menyusui dan anak yang disusui. Setelah dua tahun, penyusuan tidak lagi memberikan dampak hukum yang sama. Dengan demikian, dua tahun pertama kehidupan bayi dianggap sebagai periode kritis dan penting dalam hal nutrisi dan pembentukan ikatan emosional, serta dalam hal aspek hukum dan sosial.¹⁴⁴

ASI selama dua tahun pertama tidak hanya memenuhi kebutuhan nutrisi bayi tetapi juga membangun fondasi kesehatan yang kuat. Selain itu, masa dua tahun ini juga memberikan manfaat dalam pengaturan keluarga dan masyarakat berdasarkan norma dan nilai yang berlaku, terutama dalam konteks tertentu di mana hukum atau tradisi menekankan pentingnya masa penyusuan ini. Hal ini relevan dengan firman Allah dalam Al-Qur'an QS Lukman ayat 14:

¹⁴² Desi Dwi Anissa & Ratna Kumala Dewi, "Peran Protein: Asi Dalam Meningkatkan Kecerdasan Anak Untuk Menyongsong Generasi Indonesia Emas 2045 Dan Relevansi Dengan Al-Qur'an," dalam *Jurnal Tadris Ipa Indonesia*, (Tulungagung: UIN Sayyid Ali Rahmatullah, 2021), Vol. 1, h. 428.

¹⁴³ Siti Aminah dkk., "Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Produksi Asi Pertama Pada Ibu Melahirkan Spontan Di Ruang Mawar Rsud Dr. H. Soewondho Kendal," dalam *Jurnal Surya Muda*, (Kendal: Stikes Muhammadiyah Kendal, 2022), Vol. 4, No. 1, h. 433.

¹⁴⁴ Julianti & Pasyamei Rembune Kala, "Hubungan Pengetahuan ...," h. 6.

Berikut adalah teks Surah Luqman ayat 14 dengan harakat dan terjemahannya:

وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْنًا عَلَى وَهْنٍ وَفِصَالُهُ فِي عَامَيْنِ أَنِ اشْكُرْ
لِي وَلِوَالِدَيْكَ إِلَى الْمَصِيرِ

Dan Kami perintahkan kepada manusia (agar berbakti) kepada kedua orang tuanya; ibunya telah mengandungnya dengan susah payah yang bertambah-tambah, dan menyusui dalam dua tahun. Bersyukurlah kepada-Ku dan kepada kedua orang tuamu, hanya kepada-Ku lah tempat kembali."

Dalam Tafsir Al-Munir, Wahbah Zuhaili menginterpretasikan Surah Luqman ayat 14, yang mengingatkan manusia tentang pentingnya berbakti kepada orang tua, terutama ibu yang mengandung dan menyusui anaknya. Ayat ini menjelaskan bahwa ibu mengandung dengan penderitaan berlapis, yang menunjukkan beratnya tugas seorang ibu. Masa menyusui berlangsung dua tahun, dan dalam konteks ini, perintah Allah agar berterima kasih kepada-Nya dan kepada kedua orang tua sangat ditekankan. Tafsir ini menguraikan tentang hubungan erat antara kewajiban menghormati orang tua dengan rasa syukur kepada Allah, yang merupakan dasar dari kehidupan sosial dan spiritual seorang individu. Meskipun ibu memiliki peran penting dalam pengasuhan anak, ayat ini juga mengingatkan bahwa ketaatan kepada orang tua harus dibatasi jika mereka meminta untuk menyekutukan Allah, karena hal itu adalah bentuk kedurhakaan yang besar. Meskipun demikian, tetaplah berbuat baik kepada mereka dalam kehidupan dunia ini, sebagaimana Allah memerintahkan untuk menjaga hubungan baik dengan orang tua meskipun dalam perbedaan keyakinan.¹⁴⁵

Dalam Tafsir Ibnu Katsir dijelaskan bahwa Mujahid berkata: "Kesulitan mengandung anak adalah sangat berat." Qatadah menjelaskan, "Satu kesulitan bertambah setelah kesulitan lainnya." Sedangkan 'Atha' al-Khurasani menggambarkan situasi tersebut dengan mengatakan, "Kelemahan demi kelemahan." Firman Allah SWT yang berbunyi: *عَامَيْنِ فِي وَفِصَالُهُ* (dan menyapihnya dalam dua tahun) mengacu pada proses mendidik dan menyusui anak setelah kelahiran selama dua tahun penuh, sebagaimana yang dijelaskan dalam ayat lain: *الرَّضَاعَةَ يَتِمُّ أَنْ أَرَادَ لِمَنْ كَامِلَيْنِ حَوْلَيْنِ أَوْلَادَهُنَّ يُرْضِعْنَ وَالْوَالِدَاتُ* (Dan ibu-ibu hendaklah menyusui anak-anaknya selama dua tahun penuh, yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan) (QS. Al-Baqarah: 233). Dari ayat ini, Ibnu 'Abbas dan ulama lainnya mengistimbatkan bahwa masa kehamilan minimal adalah enam bulan.¹⁴⁶

¹⁴⁵ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir: Aqidah, Syari'ah, dan Manhaj*, Cet.1, Jilid 11. (Jakarta: Gema Insani, 2013), h. 16.

¹⁴⁶ Abdullah bin Muhammad bin Abdurahman bin Ishaq Al-Syeikh, *Lubaabut Tafsir Min Ibni Katsir*, trans. M. Abdul Ghoffar, Jilid 1. (Kairo : Muassah Daar al-Hilal, 1994), h. 401

Terkait QS Al-Baqarah ayat 233 juga terdapat penjelasan terkait masa laktasi yang dijelaskan dalam Tafsir *Munir* dijelaskan bahwa masa penyusuan yang ideal adalah selama dua tahun, karena pada masa ini bayi sangat membutuhkan susu untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Meskipun demikian, bayi boleh disusui kurang dari dua tahun berdasarkan pertimbangan masalah yang diperkirakan oleh kedua orang tuanya. Hal ini menunjukkan fleksibilitas dalam penerapan aturan tentang penyusuan bayi dalam Islam, yang memperhatikan kebutuhan dan situasi individu. Pada akhir tahun pertama masa menyusui, anak mulai diperkenalkan dengan makanan tambahan bersama ASI. Ini merupakan tahap awal dalam proses penyapihan, di mana bayi mulai memasuki fase transisi dari menyusui secara eksklusif menuju makanan yang lebih padat. Proses ini dilakukan secara bertahap untuk memastikan bahwa anak mendapatkan nutrisi yang cukup dan memungkinkannya untuk beradaptasi dengan makanan baru.¹⁴⁷

Kemudian, anak disapih ketika sudah mampu mengonsumsi makanan biasa dan tidak lagi membutuhkan ASI secara eksklusif untuk memenuhi kebutuhan gizinya. Walaupun disapih merupakan tahap yang penting dalam perkembangan anak, proses ini sebaiknya dilakukan secara lembut dan perlahan untuk meminimalkan stres baik bagi ibu maupun anak. Penentuan masa penyusuan selama dua tahun tidak berarti itu wajib, karena Allah berfirman, "*yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan*." Ini mengindikasikan bahwa menyusui selama dua tahun bukanlah batas minimal yang tidak boleh dilanggar; melainkan itu diperuntukkan bagi orang yang ingin memaksimalkan masa penyusuan. Bagi orang yang tidak ingin melakukannya, ia dapat menyapih anaknya sebelum genap dua tahun jika penyapihan tersebut tidak akan berdampak buruk bagi anak.¹⁴⁸

Dalam Tafsir *Al-Mishbah* dijelaskan bahwa Al-Qur'an memberikan perintah kepada ibu untuk menyusui anak-anaknya dari saat kelahiran hingga dua tahun penuh. Batas waktu dua tahun ini dianggap sebagai batas maksimal dan kesempurnaan dalam penyusuan bayi. Hal ini menunjukkan pentingnya memberikan ASI kepada bayi selama dua tahun pertama kehidupannya sebagai upaya untuk memberikan nutrisi dan perlindungan yang optimal bagi pertumbuhan dan perkembangannya. Namun demikian, di sisi lain, angka dua tahun ini juga mengisyaratkan bahwa menyusui setelah usia tersebut tidak memiliki dampak hukum yang sama dalam beberapa hal dengan anak kandung yang disusui. Ini menunjukkan bahwa ada fleksibilitas dalam menerapkan aturan tersebut, dengan mempertimbangkan keadaan dan kebutuhan individu.¹⁴⁹

Penentuan dua tahun masa penyusuan memiliki implikasi yang lebih luas dalam konteks hukum dan perselisihan antara suami dan istri. Dalam kaca mata

¹⁴⁷ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir: Aqidah, Syari'ah, dan Manhaj*, Cet.1, Jilid 1. (Jakarta: Gema Insani, 2013), h. 567.

¹⁴⁸ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir: Aqidah...* Cet.1, Jilid 1, h. 568.

¹⁴⁹ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, Jilid 1. (Tangerang Lentera: Hati, 2005), h. 504.

pengadilan, masa penyusuan dua tahun digunakan sebagai referensi atau batas waktu maksimal dalam menyelesaikan perselisihan terkait hak-hak wanita yang menyusui anaknya. Dalam konteks ini, sang bapak bertanggung jawab untuk memenuhi sandang pangan bagi wanita yang menyusui anaknya agar dapat memenuhi hak anak dan memberinya upah atas penyusuan tersebut. Namun, pengupahan ibu untuk menyusui anaknya sendiri tidak diperbolehkan selama ibu tersebut masih dalam ikatan pernikahan atau dalam masa idah, kecuali menurut pandangan Syafi'i, di mana hal tersebut dianggap boleh dilakukan.¹⁵⁰ Dengan demikian, dua tahun masa penyusuan tidak hanya menjadi acuan dalam menyelesaikan perselisihan antara suami dan istri, tetapi juga sebagai batas waktu maksimal yang berdampak pada hak-hak wanita yang menyusui anaknya, serta implikasi hukum terkait dengan upah penyusuan dan pengupahan ibu dalam konteks hukum Islam. Dalam ayat lain Allah SWT berfirman dalam QS Al-Ahqaf ayat 15:

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

"Kami wasiatkan kepada manusia agar berbuat baik kepada kedua orang tuanya. Ibunya telah mengandungnya dengan susah payah dan melahirkannya dengan susah payah (pula). Mengandung sampai menyapihnya itu selama tiga puluh bulan. Sehingga, apabila telah dewasa dan umurnya mencapai empat puluh tahun, dia (anak itu) berkata, "Wahai Tuhanku, berilah petunjuk agar aku dapat mensyukuri nikmat-Mu yang telah Engkau anugerahkan kepadaku dan kepada kedua orang tuaku, dapat beramal saleh yang Engkau ridai, dan berikanlah kesalehan kepadaku hingga kepada anak cucuku. Sesungguhnya aku bertobat kepada-Mu dan sesungguhnya aku termasuk orang-orang muslim." (QS Al-Ahqaf :15).

Dalam Tafsir *Fi Zhilalil Qur'an* dijelaskan bahwa kalimat dan untaian kata-kata di antara ayat itu memperlihatkan gambaran penderitaan, perjuangan, keletihan, dan kepenatan yang dialami oleh seorang ibu selama proses kehamilan, persalinan, dan setelahnya. "Ibunya mengandungnya dengan susah payah, dan melahirkannya dengan susah payah pula." Ayat ini memberikan personifikasi atas segala perjuangan dan penderitaan yang dialami oleh ibu, seolah-olah ibu itu seperti orang sakit yang sedang berjuang menghadapi berbagai kesulitan dan kemalangan.¹⁵¹

¹⁵⁰ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, Jilid 1., h. 505.

¹⁵¹ Sayyid Quthb, *Tafsir Fi Zhilalil Qur'an*, Jilid 10. (Jakarta: Gema Insani, 2001), h.

Dengan memperlihatkan gambaran ini, ayat tersebut menggambarkan dengan jelas tentang proses kehamilan, persalinan, dan aneka kepedihan yang dialami oleh seorang ibu. Ini mengajarkan untuk menghargai dan menghormati perjuangan seorang ibu dalam membawa kehidupan ke dunia ini, serta memberikan penghargaan atas segala pengorbanan dan penderitaan yang dialaminya demi anaknya. Kelahiran merupakan proses yang membahayakan dan mencabik-cabik.¹⁵²

Namun, semua kepedihannya dihadapi sebagai fitrah. Ibu ingat akan manisnya buah, yaitu buah penyambutan atas fitrah dan pemberian kehidupan kepada tunas baru yang akan hidup dan terus berkembang, sementara dia sendiri mesti berobat, bahkan wafat. Selanjutnya dia menyusui dan merawat. Ibu memberikan ekstrak daging dan tulangnya melalui ASI (Air Susu Ibu); memberikan ekstrak *qalbu* dan syarafnya melalui kasih sayang. Meskipun begitu, sang ibu tetap senang, bahagia, cinta, dan sayang kepada bayinya. Dia tidak pernah merasa bosan dan benci karena direpotkan oleh anaknya. Imbalan yang amat menyenangkannya ialah jika dia dapat melihat anaknya itu tumbuh sehat. Inilah balasan satu-satunya yang paling disukainya.¹⁵³

Dalam Tafsir *Munir*, penjelasan tentang "Masa mengandung dan menyapihnya adalah tiga puluh bulan, atau dua setengah tahun" merujuk pada ayat dalam Al-Qur'an yang menyebutkan bahwa masa dari awal kehamilan hingga menyapih anak adalah sekitar tiga puluh bulan atau dua setengah tahun. Hal ini dipandang sebagai petunjuk dari Allah SWT. tentang durasi yang dibutuhkan dalam perjalanan proses kehamilan dan masa menyusui bayi. Ayat tersebut memberikan pedoman tentang lamanya masa kehamilan dan masa menyusui bayi, yang pada umumnya berlangsung sekitar tiga puluh bulan atau dua setengah tahun. Ini mencerminkan hikmah dan ketetapan Allah dalam menciptakan sistem reproduksi manusia, yang memerlukan waktu yang cukup untuk proses pembentukan dan pertumbuhan bayi sejak dalam kandungan hingga menyusui dan membesarkan anak.¹⁵⁴

Masa kehamilan, yang dimulai dari saat pembuahan hingga kelahiran, biasanya berlangsung sekitar sembilan bulan atau 40 minggu. Setelah kelahiran, masa menyusui biasanya berlangsung hingga anak mencapai usia sekitar dua tahun, meskipun bisa bervariasi tergantung pada kebutuhan dan preferensi individu. Dalam Islam, menyusui anak hingga usia dua tahun merupakan salah satu bentuk perhatian dan kasih sayang yang dianjurkan kepada anak. Ayat ini juga mengandung makna bahwa seorang ibu membutuhkan waktu yang cukup lama untuk merawat dan mendidik anaknya dengan penuh kasih sayang dan kesabaran. Hal ini menunjukkan pentingnya pengorbanan, dedikasi, dan kesabaran yang diperlukan dalam peran seorang ibu dalam mendidik anak-anaknya.¹⁵⁵

¹⁵² Sayyid Quthb, *Tafsir Fi Zhilalil Qur'an*, Jilid 10., h. 322.

¹⁵³ Sayyid Quthb, *Tafsir Fi Zhilalil Qur'an*, Jilid 10., h. 323.

¹⁵⁴ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir: Aqidah, Syari'ah, dan Manhaj*, Cet.1, Jilid 13. (Jakarta: Gema Insani, 2013), h. 297.

¹⁵⁵ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir: Aqidah...*, Cet.1, Jilid 13., h. 297.

Dalam interpretasi tertentu, beberapa orang memahami bahwa ayat tersebut mengandung isyarat bahwa hak seorang ibu lebih kuat dari ayah karena peran khususnya dalam mengandung, melahirkan dengan susah payah, menyusui, menjaga, dan memerhatikan anak-anaknya dengan penuh keletihan dan kesabaran. Sebaliknya, sang ayah mungkin tidak merasakan secara langsung semua pengalaman fisik tersebut, meskipun dia juga memiliki tanggung jawab besar dalam menyediakan nafkah dan mendukung keluarganya. Hal ini tercermin dalam banyak hadis yang menegaskan pentingnya berbakti kepada ibu dan meletakkannya di atas ayah dalam tiga tingkatan. Namun, penting untuk dicatat bahwa dalam Islam, kedua orang tua memiliki peran yang sangat penting dan dihormati. Meskipun ayat tersebut mungkin menyoroti pengorbanan khusus yang dilakukan ibu, bukan berarti mengurangi pentingnya peran ayah dalam keluarga.¹⁵⁶

Penafsiran bahwa masa mengandung paling sedikit adalah enam bulan (setengah tahun) didasarkan pada pendapat beberapa ulama, termasuk Ali bin Abi Thalib, yang menjadikan ayat tersebut sebagai landasan dalil. Mereka menggunakan logika matematika sederhana dengan mengurangi masa menyusui dan menyapih yang paling lama (dua tahun) dari total durasi (tiga puluh bulan), sehingga sisa waktu yang tersisa adalah enam bulan untuk masa mengandung. Ibnu Abi Hatim meriwayatkan dari Ibnu Abbas, yang menyatakan bahwa jika seorang ibu melahirkan pada usia kehamilan sembilan bulan, maka bayi tersebut cukup disusui selama dua puluh satu bulan. Jika melahirkan pada usia kehamilan tujuh bulan, bayi cukup disusui selama dua puluh tiga bulan. Jika melahirkan pada usia kehamilan enam bulan, bayi disusui selama dua tahun penuh. Hal ini didasarkan pada firman Allah SWT. dalam Al-Qur'an, yang menyebutkan bahwa masa menyusui adalah tiga puluh bulan. Oleh karena itu, pendapat ini menafsirkan bahwa durasi menyusui bisa disesuaikan berdasarkan usia kehamilan saat kelahiran.¹⁵⁷

Tafsir *Al-Mishbah* menjelaskan bahwa masa penyusuan yang ideal adalah dua tahun, setara dengan 24 bulan. Namun demikian, dapat dianggap bahwa penyusuan minimal adalah selama sembilan bulan, seiring dengan durasi masa kandungan yang normal, yakni sembilan bulan. Meskipun demikian, ayat tersebut menegaskan betapa pentingnya ibu menyusukan anak dengan ASI, tanpa memberikan batasan yang kaku terkait lamanya masa penyusuan. Dalam konteks ini, Al-Qur'an menekankan pentingnya ASI sebagai sumber nutrisi yang penting bagi bayi. Dengan menyusui anak dengan ASI, ibu memberikan nutrisi optimal yang dibutuhkan bayi untuk pertumbuhan dan perkembangannya, serta memberikan perlindungan terhadap berbagai penyakit dan infeksi. Oleh karena itu, penyusuan anak dengan ASI merupakan suatu tindakan yang sangat dianjurkan dalam Islam, yang memberikan manfaat yang besar bagi kesehatan dan perkembangan anak.¹⁵⁸

¹⁵⁶ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir: Aqidah...*, Cet.1, Jilid 13., h. 298.

¹⁵⁷ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir: Aqidah, Syari'ah, dan Manhaj*, Cet.1, Jilid 13. (Jakarta: Gema Insani, 2013), h. 300.

¹⁵⁸ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, Jilid 13., h. 87.

Ayat tersebut menggarisbawahi pentingnya peran ibu dalam memberikan ASI kepada anaknya sebagai bentuk perhatian dan kasih sayang yang sangat penting bagi perkembangan anak. Selain memberikan nutrisi yang optimal, menyusui juga memperkuat ikatan emosional antara ibu dan anak. Ini menunjukkan betapa besar pengorbanan dan dedikasi seorang ibu dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anaknya sejak masa kehamilan hingga masa penyapihan. 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 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, tetap saja kasih sayang ibu bapak masih sangat mereka butuhkan.¹⁵⁹

Hal ini menekankan bahwa kehadiran dan perhatian langsung dari orang tua, terutama ibu, sangat berpengaruh terhadap perkembangan emosional dan psikologis anak. Pengalaman yang didapatkan anak-anak dari interaksi sehari-hari dengan orang tua mereka akan membentuk dasar dari karakter dan sikap mereka di masa depan. Oleh karena itu, upaya maksimal perlu dilakukan untuk memastikan bahwa anak-anak tumbuh dalam lingkungan yang penuh kasih sayang dan perhatian dari orang tua kandung mereka, karena tidak ada yang dapat menggantikan peran penting ini.

Selanjutnya terdapat pula dalam QS Luqman ayat 14, yaitu:

وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْنًا عَلَى وَهْنٍ وَفَصَّالَةٌ فِي عَامَيْنِ أَنْ اشْكُرْ لِي وَلِوَالِدَيْكَ ۖ إِلَيَّ الْمَصِيرُ

“Kami mewasiatkan kepada manusia (agar berbuat baik) kepada kedua orang tuanya. Ibunya telah mengandungnya dalam keadaan lemah yang bertambah-tambah dan menyapihnya dalam dua tahun. (Wasiat Kami,) “Bersyukurlah kepada-Ku dan kepada kedua orang tuamu.” Hanya kepada-Ku (kamu) kembali.”

Dalam Tafsir *Al-Mishbah* dijelaskan bahwa ayat di atas dan ayat berikutnya dinilai oleh banyak ulama bukan bagian dari pengajaran Luqman kepada anaknya. Ayat tersebut disisipkan dalam Al-Qur'an untuk menunjukkan betapa penghormatan dan kebaktian kepada kedua orang tua menempati tempat kedua setelah pengagungan kepada Allah SWT. Memang, Al-Qur'an sering kali menggandengkan perintah menyembah Allah dan perintah berbakti kepada kedua orang tua. Ini menegaskan betapa pentingnya hubungan antara ketaatan kepada Allah SWT. dan penghormatan serta kebaktian kepada orang tua dalam ajaran Islam. Dalam ajaran Islam, kedua orang tua memiliki kedudukan yang sangat tinggi dan penghormatan kepada mereka dianggap sebagai salah satu bentuk ibadah yang utama. Dengan

¹⁵⁹ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, Jilid 13., h. 88.

menggandengkan perintah tersebut, Al-Qur'an menekankan bahwa ketaatan kepada Allah SWT. tidak bisa dipisahkan dari penghormatan dan kebaktian kepada kedua orang tua.¹⁶⁰

Ayat tersebut memberikan pengertian tentang pentingnya hubungan antara ketaatan kepada Allah SWT. dan penghormatan kepada kedua orang tua dalam ajaran Islam, serta menegaskan bahwa ketaatan kepada Allah SWT. harus diikuti oleh penghormatan dan kebaktian kepada kedua orang tua. Penggandengan ini menunjukkan bahwa setelah kewajiban tauhid dan pengagungan kepada Allah SWT., kewajiban terbesar seorang Muslim adalah berbakti kepada kedua orang tua. Ini menegaskan betapa besar dan pentingnya peran orang tua dalam kehidupan seorang anak, serta betapa tingginya derajat penghormatan yang harus diberikan kepada mereka. Dalam berbagai ayat lainnya, Al-Qur'an konsisten menekankan pentingnya berbakti kepada orang tua sebagai salah satu bentuk ibadah yang utama.¹⁶¹

Firman-Nya: *وَفَصَّلْهُ فِي عَامَيْنِ* (dan penyapiannya di dalam dua tahun)

mengisyaratkan betapa penyusuan anak sangat penting dilakukan oleh ibu kandung. Tujuan penyusuan ini bukan sekadar untuk memelihara kelangsungan hidup anak, tetapi juga untuk menumbuhkembangkan anak dalam kondisi fisik dan psikis yang prima. Kata *فِي* dalam konteks ini mengisyaratkan bahwa masa penyusuan tersebut tidak harus mutlak dua tahun penuh. Seperti ketika Anda berkata "pena di dalam saku," maka itu tidak berarti bahwa seluruh bagian dari pena telah masuk dan berada di dalam saku. Dengan kata lain, penggunaan kata *فِي* menunjukkan fleksibilitas dalam durasi penyusuan, meskipun idealnya adalah dua tahun.¹⁶²

Ayat ini menunjukkan pentingnya memberikan ASI selama dua tahun penuh untuk menyempurnakan pertumbuhan dan perkembangan anak. Ini memberikan panduan bahwa penyusuan selama dua tahun adalah praktik yang optimal dan dianjurkan untuk memastikan anak mendapatkan nutrisi terbaik dan hubungan emosional yang kuat dengan ibu. Namun, fleksibilitas juga diakui, memungkinkan penyesuaian sesuai dengan situasi dan kondisi yang dihadapi oleh ibu dan anak. Terdapat penjelasan dalam Tafsir *Munir* bahwa Allah perintahkan kepada manusia dan mewajibkan kepadanya untuk berbakti dan patuh kepada kedua orang tua serta memenuhi hak-hak keduanya, terutama kepada ibu yang telah mengandungnya dalam keadaan lemah secara beruntun dan terus meningkat. Mulai dari mengandung, kemudian rasa sakit menjelang kelahiran hingga proses melahirkan, lalu dilanjutkan

¹⁶⁰ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, Jilid 11. (Tangerang: Lentera Hati, 2005), h. 128.

¹⁶¹ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, Jilid 11., h. 129.

¹⁶² M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, Jilid 11., h. 130.

masa nifas, kemudian menyusui dan menyapih dalam kurun waktu dua tahun, serta merawat dan mengasuhnya siang dan malam.¹⁶³

Dalam sebuah hadis, Rasulullah SAW. telah menerangkan bahwa ibu memiliki hak lebih besar daripada ayah untuk mendapatkan bakti dari anaknya, dengan menegaskannya sebanyak tiga kali, kemudian pada kali keempat baru bapak. Jadi, Rasulullah SAW. menjadikan bakti kepada ayah sebesar seperempat, dan tiga perempat untuk ibu. Hadits ini menekankan betapa pentingnya menghormati dan berbakti kepada ibu. Rasulullah SAW. ditanya oleh seorang sahabat, "Siapakah yang paling berhak mendapatkan perlakuan baik dariku?" Beliau menjawab, "Ibumu." Kemudian sahabat itu bertanya lagi, "Kemudian siapa?" Rasulullah SAW. menjawab, "Ibumu." Sahabat itu bertanya lagi, "Kemudian siapa?" Rasulullah SAW. menjawab, "Ibumu." Pada kali keempat, ketika sahabat itu bertanya lagi, Rasulullah SAW. menjawab, "Ayahmu."¹⁶⁴

Dari hadis ini, terlihat bahwa Islam sangat menekankan pentingnya berbakti kepada ibu, mengingat banyaknya pengorbanan dan kesulitan yang dialami ibu dalam mengandung, melahirkan, menyusui, dan merawat anak-anaknya. Meskipun ayah juga memiliki peran penting dalam mendukung dan menyediakan nafkah bagi keluarga, penghormatan dan bakti kepada ibu mendapatkan penekanan khusus dalam ajaran Islam. Batas maksimal masa penyusuan menyangkut hukum-hukum nafkah dan munculnya ikatan kemahraman karena penyusuan adalah sampai usia bayi dua tahun. Pembatasan masa penyusuan yang berkaitan dengan ikatan kemahraman melalui jalur penyusuan sampai usia bayi dua tahun adalah pendapat mayoritas ulama selain Imam Abu Hanifah. Imam Abu Hanifah sendiri berpendapat bahwa batas maksimal adalah tiga puluh bulan, berdasarkan ayat "Masa mengandung sampai menyapihnya selama tiga puluh bulan" (QS Al-Ahqaf: 15). Ulama juga mengambil kesimpulan dari kedua ayat ini bahwa batas minimal lamanya masa kehamilan adalah enam bulan. Hal ini didasarkan pada logika bahwa jika masa menyusui adalah dua tahun (24 bulan), maka dari total tiga puluh bulan yang disebutkan dalam ayat tersebut, sisa enam bulan merupakan masa kehamilan minimal.¹⁶⁵

Masa laktasi adalah periode yang sangat penting bagi ibu dan calon ibu dalam memastikan keberhasilan menyusui. Persiapan sebelum persalinan, pemahaman tentang teknik-teknik menyusui yang efektif, dan penanganan masalah-masalah

¹⁶³ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, Jilid 11. (Tangerang: Lentera Hati, 2005), h. 130.

¹⁶⁴ Nurkhaeriyah, dkk., "Peran Pendidikan Ayah Dalam Membentuk Karakter Islami Anak: (Studi Komparasi Penafsiran Wahbah Zuhaili Dan Buya Hamka Dalam Q.S Luqman)," dalam *Jurnal Indonesian Journal Of Islamic Education Studies (Injuries)*, (Cirebon: Universitas Muhammadiyah Cirebon, 2023), Vol. 1, No. 2, h. 95.

¹⁶⁵ Nurkhaeriyah, dkk., "Peran Pendidikan Ayah Dalam Membentuk Karakter Islami Anak: (Studi Komparasi Penafsiran Wahbah Zuhaili Dan Buya Hamka Dalam Q.S Luqman)," dalam *Jurnal Indonesian Journal Of Islamic Education Studies (Injuries)*, (Cirebon: Universitas Muhammadiyah Cirebon, 2023), Vol. 1, No. 2, h. 96.

yang mungkin timbul selama proses menyusui merupakan hal-hal yang krusial untuk dikuasai. Sebelum persalinan, persiapan fisik dan mental dapat membantu ibu memasuki periode laktasi dengan lebih siap. Ini melibatkan pembelajaran tentang manfaat menyusui, memahami perubahan yang terjadi pada payudara selama kehamilan, serta mempelajari teknik-teknik penyusuan yang benar. Selain itu, dukungan emosional dari keluarga dan tenaga medis juga sangat penting dalam mempersiapkan diri untuk menghadapi tantangan yang mungkin terjadi.¹⁶⁶

Teknik-teknik menyusui yang efektif, seperti posisi menyusui yang tepat dan cara memastikan bayi terhubung dengan payudara secara optimal, dapat membantu meningkatkan kesuksesan menyusui. Pemahaman tentang tanda-tanda bahwa bayi mendapatkan cukup ASI juga penting untuk memastikan bahwa bayi mendapatkan nutrisi yang cukup untuk tumbuh dan berkembang. Selama periode laktasi, ibu juga perlu memahami kemungkinan masalah yang mungkin timbul, seperti *engorgement* payudara, mastitis, atau kesulitan bayi dalam menyusui. Dengan mengetahui cara mengatasi masalah-masalah ini dan mendapatkan bantuan dari profesional kesehatan ketika diperlukan, ibu dapat mengambil langkah-langkah yang diperlukan untuk memastikan kelancaran proses menyusui.¹⁶⁷

Dengan menguasai manajemen laktasi, ibu dan calon ibu dapat merasa lebih percaya diri dalam menghadapi tantangan yang mungkin muncul selama periode menyusui. Ini membantu mereka untuk mengatasi komplikasi yang mungkin muncul dan menghindari hal-hal yang dapat menghambat proses menyusui, sehingga memberikan manfaat maksimal bagi kesehatan dan perkembangan bayi. Mempelajari tentang masa laktasi sebagai bagian dari persiapan menjelang persalinan memiliki banyak manfaat bagi ibu. Hal ini memungkinkan ibu untuk memiliki pemahaman yang lebih baik tentang apa yang diharapkan selama periode menyusui dan bagaimana mengatasi tantangan yang mungkin muncul. Dengan pengetahuan yang lebih baik, ibu dapat merasa lebih percaya diri dan siap menghadapi berbagai situasi yang terjadi selama menyusui.¹⁶⁸

Selain itu, mempelajari tentang masa laktasi juga memungkinkan calon ibu untuk merencanakan dukungan yang tepat. Dukungan dari tenaga medis, keluarga, atau dukungan sosial lainnya dapat menjadi kunci dalam mendukung keberhasilan menyusui. Ibu dapat mencari informasi tentang sumber dukungan yang tersedia di komunitas mereka, seperti kelas menyusui, kelompok dukungan ibu menyusui, atau konselor laktasi profesional. Dengan merencanakan dukungan ini sebelum

¹⁶⁶ Yusari Asih & Nurlaila Nurlaila, "Breastfeeding Self-Efficacy Pada Ibu Hamil Trimester III Hingga Menyusui," dalam *Jurnal Kesehatan*, (Tanjungkang: Poltekkes Tanjungkang, 2022), Vol. 13, No. 3, h. 563.

¹⁶⁷ Yusari Asih & Nurlaila Nurlaila, "Breastfeeding Self-Efficacy ...," h. 565.

¹⁶⁸ Yusari Asih & Nurlaila Nurlaila, "Breastfeeding Self-Efficacy Pada Ibu Hamil Trimester III Hingga Menyusui," dalam *Jurnal Kesehatan*, (Tanjungkang: Poltekkes Tanjungkang, 2022), Vol. 13, No. 3, h. 567.

persalinan, ibu dapat merasa lebih siap dan didukung saat menghadapi tantangan menyusui.¹⁶⁹

Memahami masa laktasi juga memungkinkan ibu untuk merencanakan perawatan diri yang tepat selama periode ini. Ini termasuk menjaga pola makan yang sehat dan seimbang, istirahat yang cukup, dan manajemen stres. Perawatan diri yang baik dapat membantu ibu merasa lebih baik secara fisik dan mental, yang pada gilirannya dapat berdampak positif pada proses menyusui. Mempelajari tentang masa laktasi sebagai bagian dari persiapan menjelang persalinan merupakan langkah yang penting dalam memberikan dukungan terbaik bagi ibu dan bayi selama periode menyusui. Ini membantu ibu merasa lebih siap dan percaya diri dalam menghadapi tantangan yang mungkin muncul, serta memastikan bahwa mereka memiliki dukungan yang dibutuhkan untuk meraih keberhasilan dalam memberikan ASI kepada bayi mereka.¹⁷⁰

Pemberian ASI dari saat bayi dilahirkan hingga usia dua tahun dianggap sebagai fondasi penting dalam pembentukan sumber daya manusia yang berkualitas. ASI memiliki komposisi nutrisi yang sempurna untuk memenuhi kebutuhan bayi, serta memberikan perlindungan terhadap penyakit dan infeksi. Oleh karena itu, ASI dianggap sebagai makanan lengkap yang memenuhi standar keselamatan dan kesehatan yang optimal bagi bayi. Para dokter dan tenaga kesehatan sepakat bahwa memberikan ASI secara alami merupakan cara terbaik dalam memberikan makanan pada bayi selama dua tahun pertama kehidupannya. ASI tidak hanya memberikan nutrisi yang dibutuhkan oleh bayi untuk tumbuh dan berkembang dengan baik, tetapi juga mengandung zat-zat penting yang memperkuat sistem kekebalan tubuhnya, melindunginya dari berbagai penyakit dan infeksi.¹⁷¹

Selain manfaat nutrisi dan perlindungan yang diberikan oleh ASI, proses menyusui juga membentuk ikatan emosional yang kuat antara ibu dan anak. Interaksi fisik dan psikologis antara ibu dan bayi selama menyusui membantu memperkuat ikatan emosional, memberikan rasa keamanan, dan meningkatkan perkembangan sosial dan emosional bayi. Oleh karena itu, disarankan bagi setiap ibu untuk memberikan ASI kepada bayinya selama dua tahun pertama kehidupannya, sesuai dengan rekomendasi dari para ahli kesehatan. Dengan memberikan ASI secara alami, ibu memberikan kontribusi besar dalam membentuk

¹⁶⁹ Devi Anggraeni Rusada, dkk., “Faktor Yang Berhubungan Dengan Pelaksanaan Program Inisiasi Menyusu Dini (Imd) Di Puskesmas Poasia Kota Kendari Tahun 2016,” dalam *Jurnal Akademia*, (Halu Oleo: Universitas Halu Oleo, 2016), h. 5.

¹⁷⁰ Islami & Noveri Aisyaroh, “Efektifitas Kunjungan Nifas Terhadap Pengurangan Ketidaknyamanan Fisik Yang Terjadi Pada Ibu Selama Masa Nifas,” dalam *Jurnal Majalah Ilmiah Sultan Agung*, (Kudus: STIKES Muhammadiyah Kudus, 2024), Vol. 50, No. 127, h. 11.

¹⁷¹ Egi Sukma Baihaki, “Gizi Buruk Dalam Perspektif Islam: Respon Teologis Terhadap Persoalan Gizi Buruk,” dalam *Jurnal Shahih: Journal Of Islamicate Multidisciplinary*, (Jakarta: STFI Sadra Jakarta, 2017), Vol. 2, No. 2, h. 181.

sumber daya manusia yang berkualitas, yang akan berdampak positif pada kesehatan dan perkembangan anak di masa mendatang.¹⁷²

Pemberian ASI memiliki banyak manfaat, baik untuk bayi maupun ibu. Bagi bayi, ASI menyediakan semua nutrisi yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan yang sehat. ASI juga mengandung antibodi yang membantu melindungi bayi dari berbagai penyakit dan infeksi. Selain itu, ASI mudah dicerna oleh sistem pencernaan bayi yang masih berkembang. Bagi ibu, menyusui dapat membantu mempercepat proses pemulihan setelah melahirkan dan mengurangi risiko beberapa penyakit, seperti kanker payudara dan ovarium. Selain itu, proses menyusui juga memperkuat ikatan emosional antara ibu dan bayi.¹⁷³

Kebiasaan menyusui telah ada sejak zaman Siti Hawa, istri Nabi Adam, yang melahirkan Qabil dan Habil. Praktik ini kemudian dilanjutkan secara turun-temurun oleh para ibu. Ini menunjukkan bahwa sejak dahulu kala, manusia telah memahami pentingnya menyusui sebagai upaya pemenuhan nutrisi esensial bagi bayi. Sejak awal peradaban, menyusui telah diakui sebagai cara alami dan efektif untuk memastikan bayi mendapatkan nutrisi yang diperlukan untuk tumbuh dan berkembang. ASI tidak hanya menyediakan nutrisi yang lengkap, tetapi juga memberikan perlindungan terhadap berbagai penyakit dan infeksi berkat kandungan antibodinya. Praktik ini terus berlangsung dari generasi ke generasi, mencerminkan pengetahuan yang diwariskan mengenai pentingnya ASI untuk kesehatan bayi.¹⁷⁴

Menyusui juga memperkuat ikatan emosional antara ibu dan bayi, memberikan rasa aman dan nyaman kepada bayi. Tradisi ini, yang dimulai sejak masa Nabi Adam dan Siti Hawa, menunjukkan betapa pentingnya ASI dalam mendukung kehidupan awal manusia dan menjaga kesehatannya. Hal ini selaras dengan anjuran medis modern yang merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi dan dilanjutkan dengan pemberian ASI bersama makanan pendamping hingga usia dua tahun atau lebih.¹⁷⁵

Kebiasaan menyusui dengan ASI ini sangat penting artinya bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi. ASI memiliki keutamaan, kelebihan, dan manfaat yang tak dapat disamakan dengan makanan atau minuman lainnya. Lebih dari itu, menyusui juga merupakan perwujudan rasa kasih sayang seorang ibu terhadap anaknya. ASI menyediakan nutrisi yang lengkap dan seimbang yang dibutuhkan bayi untuk tumbuh dan berkembang secara optimal. ASI mengandung semua vitamin, mineral, protein, dan lemak yang diperlukan oleh bayi dalam proporsi yang tepat. Selain itu, ASI mengandung antibodi yang membantu melindungi bayi dari berbagai penyakit

¹⁷² Egi Sukma Baihaki, "Gizi Buruk Dalam ...," h. 182.

¹⁷³ Egi Sukma Baihaki, "Gizi Buruk Dalam ...," h. 182.

¹⁷⁴ Mahdum Kholit Al-Asror Idum, "Aspek Filosofis Menyusui Bayi Hingga Dua Tahun," dalam *Jurnal Al-Gharra : Jurnal Ilmu Hukum Dan Hukum Islam*, (Lampung: STEI Darul Qur'an Minak Selebah, 2024), Vol. 3, No. 1, h. 2.

¹⁷⁵ Mahdum Kholit Al-Asror Idum, "Aspek Filosofis Menyusui Bayi Hingga Dua Tahun," dalam *Jurnal Al-Gharra : Jurnal Ilmu Hukum Dan Hukum Islam*, (Lampung: STEI Darul Qur'an Minak Selebah, 2024), Vol. 3, No. 1, h. 3.

dan infeksi, memberikan kekebalan alami yang tidak bisa diperoleh dari susu formula atau makanan lain.¹⁷⁶

Keuntungan ASI juga meliputi kemampuannya untuk mudah dicerna oleh bayi, mengurangi risiko alergi, serta mendukung perkembangan otak dan sistem saraf yang optimal. ASI juga mendukung kesehatan pencernaan bayi dan membantu mencegah masalah seperti sembelit dan diare. Menyusui juga memiliki manfaat emosional yang signifikan. Melalui proses menyusui, ikatan antara ibu dan bayi diperkuat, memberikan rasa aman dan nyaman kepada bayi. Kontak fisik selama menyusui juga membantu menenangkan bayi dan membangun hubungan yang erat antara ibu dan anak. Secara keseluruhan, kebiasaan menyusui dengan ASI tidak hanya memberikan manfaat kesehatan yang luar biasa bagi bayi tetapi juga memperkuat hubungan emosional yang sangat penting antara ibu dan anak, mencerminkan kasih sayang dan perhatian seorang ibu terhadap anaknya.¹⁷⁷

C. Alternatif Gizi Selain ASI

Dalam Islam, ASI (Air Susu Ibu) dianggap sebagai makanan terbaik dan utama untuk bayi, terutama selama dua tahun pertama kehidupannya. Hal ini didasarkan pada ayat-ayat Al-Qur'an yang menekankan pentingnya menyusui, seperti yang terlihat dalam:

وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَدَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ ۖ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُتِمَّ الرَّضَاعَةَ.....

"Para ibu hendaklah menyusukan anak-anaknya selama dua tahun penuh, yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan..." Ayat ini menunjukkan bahwa menyusui selama dua tahun penuh adalah praktik yang dianjurkan untuk memberikan nutrisi optimal dan mendukung perkembangan bayi. Namun, ada situasi tertentu di mana seorang ibu mungkin tidak bisa menyusui bayinya. Beberapa alasan yang mungkin termasuk jika ibu menderita penyakit tertentu yang mempengaruhi kemampuannya untuk menyusui, seperti infeksi payudara atau kondisi medis yang membatasi produksi ASI, maka memberikan susu formula menjadi pilihan alternatif. Selain itu, kondisi medis pada bayi, seperti ketidakmampuan untuk menyusu secara langsung akibat masalah fisik atau kelainan pada mulut dan tenggorokan, juga dapat menjadi faktor yang menghalangi pemberian ASI. Faktor lainnya adalah produksi ASI yang tidak mencukupi. Beberapa ibu mungkin mengalami kesulitan dalam memproduksi ASI yang cukup untuk memenuhi kebutuhan bayi mereka, meskipun mereka telah berusaha untuk meningkatkan jumlah ASI melalui teknik menyusui yang benar atau penggunaan

¹⁷⁶ Mahdum Kholit Al-Asror Idum, "Aspek Filosofis Menyusui ...," h. 5.

¹⁷⁷ Julianti & Pasyamei Rembune Kala, "Hubungan Pengetahuan Ibu Terhadap Perilaku Hidup Bersih Sehat (Phbs) Terhadap Kejadian Diare Balita Di Desa Seumira Dan Desa Pasie Timon, Kec. Teunom, Kab. Aceh Jaya," dalam *Jurnal Jhr Journal Health Research*, (Aceh Besar: Universitas Abulyatama, 2024), Vol. 2, No. 1, h. 5.

pompa ASI. Keterbatasan produksi ASI ini seringkali menyebabkan ibu merasa terpaksa untuk beralih ke susu formula sebagai tambahan atau pengganti.¹⁷⁸

Selain itu, ada juga kondisi medis lain yang dapat memengaruhi keputusan ibu untuk memberikan susu formula, seperti penggunaan obat-obatan tertentu yang dapat membahayakan bayi jika disalurkan melalui ASI. Beberapa jenis obat, seperti antibiotik atau pengobatan untuk penyakit tertentu, dapat mengalir ke ASI dan berisiko bagi kesehatan bayi. Dalam situasi ini, menyusui mungkin tidak dianjurkan, sehingga susu formula menjadi pilihan yang lebih aman bagi bayi. Kondisi medis yang demikian memerlukan konsultasi dengan dokter untuk menentukan pilihan terbaik bagi ibu dan bayi, termasuk apakah pemberian susu formula adalah solusi yang lebih tepat.¹⁷⁹

Dalam situasi-situasi seperti ini, penggunaan susu formula sebagai pengganti ASI menjadi relevan dan dapat diterima. Islam memberikan fleksibilitas dan solusi alternatif untuk memastikan kesejahteraan bayi ketika ASI tidak tersedia atau tidak mencukupi. Hal ini sesuai dengan prinsip kemaslahatan (kebaikan) dan menjaga kesehatan dalam Islam. Beberapa pertimbangan dalam penggunaan susu formula termasuk:

1. Kesehatan Bayi

Prioritas utama adalah memastikan kesehatan dan kesejahteraan bayi. Susu formula yang sesuai dapat membantu memenuhi kebutuhan nutrisi bayi.

2. Kebersihan dan Kualitas

Pastikan susu formula yang digunakan adalah berkualitas tinggi dan disiapkan dengan cara yang higienis untuk menghindari risiko infeksi atau masalah kesehatan lainnya.

3. Konsultasi Medis

Sebaiknya berkonsultasi dengan dokter atau ahli kesehatan anak sebelum memutuskan untuk menggunakan susu formula, untuk memastikan pilihan yang terbaik untuk bayi.¹⁸⁰

Dalil yang mendukung fleksibilitas ini terdapat dalam QS Surah Al-Talaq ayat 6:

أَسْكِنُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ سَكَنْتُمْ مِنْ وَجْدِكُمْ وَلَا تُضَارُّوهُنَّ لِتُضَيِّقُوا
عَلَيْهِنَّ ۚ وَإِنْ كُنَّ أُولَاتٍ حَمْلٍ فَأَنْفِقُوا عَلَيْهِنَّ حَتَّىٰ يَضَعْنَ

¹⁷⁸ Siti Aminah dkk., “Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Produksi Asi Pertama Pada Ibu Melahirkan Spontan Di Ruang Mawar Rsud Dr. H. Soewondho Kendal,” dalam *Jurnal Surya Muda*, (Kendal: Stikes Muhammadiyah Kendal, 2022), Vol. 4, No. 1, h. 432

¹⁷⁹ Siti Aminah dkk., “Hubungan Tingkat Kecemasan,... h. 433.

¹⁸⁰ Siti Aminah dkk., “Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Produksi Asi Pertama Pada Ibu Melahirkan Spontan Di Ruang Mawar Rsud Dr. H. Soewondho Kendal,” dalam *Jurnal Surya Muda*, (Kendal: Stikes Muhammadiyah Kendal, 2022), Vol. 4, No. 1, h. 435.

حَمَلَهُنَّ^ج فَإِنْ أَرْضَعْنَ لَكُمْ فَآتُوهُنَّ أَجُورَهُنَّ^ط وَأَتَمِرُوا بَيْنَكُمْ
بِمَعْرُوفٍ^ط وَإِنْ تَعَاسَرْتُمْ فَسْتَزِيعُ لَهُ أُخْرَى

"Tempatkanlah mereka (para istri) di mana kamu bertempat tinggal menurut kemampuanmu dan janganlah kamu menyusahkan mereka untuk menyempitkan (hati) mereka. Dan jika mereka (istri-istri yang sudah ditalak) itu sedang hamil, maka berikanlah kepada mereka nafkahnya hingga mereka melahirkan, 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." (QS Surah Al-Talaq: 6).

Dalam Tafsir *Al-Mishbah* dijelaskan bahwa ada tiga tingkatan dalam penyusuan bayi. Pertama, tingkat sempurna adalah saat ibu menyusui anak selama dua tahun penuh atau tiga puluh bulan kurang masa kandungan. Kedua, tingkat cukup adalah saat ibu menyusui kurang dari dua tahun atau tiga puluh bulan. Ketiga, tingkat yang tidak cukup, di mana ibu tidak menyusui anaknya dengan cukup, yang dapat dianggap sebagai dosa karena dianggap enggan untuk menyusui anaknya. Pesan yang disampaikan dalam ayat ini adalah bahwa jika ASI anak tidak mencukupi karena alasan yang sah seperti sakit, yang dapat diterima, atau jika ibu meminta bayaran yang tidak wajar, maka ayah diharuskan mencari orang lain yang dapat menyusui anaknya dengan memberikan imbalan yang wajar.¹⁸¹

Dengan demikian, menurut penafsiran Quraish Shihab, "tidak ada dosa bagi kamu" dalam ayat ini ditujukan kepada sang ayah. Hal ini karena kemungkinan ibu dari anak tersebut enggan menyusui anaknya padahal sebenarnya ia mampu melakukannya. Dalam konteks ini, sang ibu akan mendapat dosa karena air susunya disia-siakan, serta kasih sayangnya kepada anaknya tidak lagi difungsikan secara optimal. Oleh karena itu, sang ayah diminta untuk mencari solusi lain agar kebutuhan nutrisi dan kasih sayang anaknya terpenuhi dengan mencari orang lain yang dapat menyusui anaknya dengan memberikan imbalan yang wajar.¹⁸²

Bagi orang tua yang telah berusaha sebaik mungkin namun masih belum mampu memenuhi kebutuhan ASI bagi bayinya, misalnya karena ASI sang ibu tidak mencukupi atau sang ibu mengalami penyakit tertentu yang menghalangi kemampuannya untuk menyusui bayinya, atau bahkan sang ibu telah meninggal dunia setelah melahirkan, maka tugas utama sang ayah dan keluarga besarnya adalah untuk mencari cara agar kebutuhan ASI eksklusif sang anak terpenuhi dengan berbagai pilihan yang tersedia. Salah satu alternatifnya adalah dengan menyusukan bayi kepada orang lain yang dapat menyediakan ASI untuknya. Ini penting karena

¹⁸¹ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, Jilid 1. (Tangerang: Lentera Hati, 2005), h. 300.

¹⁸² M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, Jilid 1., h. 300.

ASI memiliki manfaat kesehatan yang sangat besar bagi bayi, dan usaha untuk memastikan bayi mendapatkan ASI sebaik mungkin adalah tanggung jawab bersama orang tua dan keluarga besar.¹⁸³

Abu Ja'far ath-Thabari mengungkapkan bahwa jika seseorang ingin sang anak disusukan oleh orang lain, hal ini tidak menjadi masalah dalam Islam. Hal ini juga berlaku jika penyusuan oleh orang lain dilakukan karena khawatir sang anak akan terlantar dan kebutuhan ASI-nya tidak terpenuhi. Dalam konteks ini, tidak ada dosa menyusukan anak kepada orang lain jika orang tersebut diberi imbalan yang sesuai atau patut. Ini menunjukkan fleksibilitas dalam hukum Islam untuk memastikan kebutuhan nutrisi dan kesejahteraan anak terpenuhi, bahkan jika itu melibatkan pihak lain yang menyusui anak tersebut.¹⁸⁴

Wahbah az-Zuhaili memaknai bahwa tidak mengapa jika seseorang ingin memberi upah kepada ibu susuan. Dia memahami ayat ini sebagai berikut: jika seseorang menginginkan anaknya disusukan oleh orang lain karena istri atau ibu dari anaknya sedang hamil, sakit, atau tidak ada kesepakatan dengan sang suami, maka tidak ada dosa dalam hal ini. Akan tetapi, syaratnya adalah ibu susu dari anak tersebut harus diberi upah yang sesuai dengan standar upah rata-rata di suatu daerah. Pemberian upah ini dimaknai sebagai bentuk timbal balik atau imbalan atas manfaat yang diperoleh oleh sang anak dan kedua orangtuanya. Az-Zuhaili juga menjelaskan bahwa ayat ini menyiratkan pentingnya musyawarah antara suami dan istri untuk menentukan apakah mereka berdua ingin anak mereka disusukan oleh orang lain. Ini dilakukan karena anak tersebut adalah keturunan dari keduanya, sehingga keputusan tersebut harus diambil secara bersama-sama dan dipertimbangkan dengan baik.¹⁸⁵

Pada masa kini, dikenal dengan istilah donor ASI. Donor ASI adalah ibu lain yang memiliki kelebihan produksi ASI dan bersedia menyumbangkan ASI-nya kepada bayi yang membutuhkan. Praktik ini memungkinkan bayi untuk mendapatkan manfaat nutrisi dan perlindungan dari ASI meskipun bukan dari ibu kandungnya. Namun, penting untuk memastikan bahwa donor ASI yang dipilih sehat, tidak memiliki penyakit menular, dan ASI yang diberikan dikelola dengan higienis untuk mencegah risiko infeksi. Dengan donor ASI, bayi yang tidak dapat disusui oleh ibu kandungnya masih memiliki akses terhadap ASI yang kaya akan nutrisi dan faktor kekebalan yang penting untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Namun, keamanan dan kesehatan bayi harus diutamakan dalam memilih donor ASI. Hal ini mencakup memastikan bahwa donor ASI tersebut sehat dan tidak memiliki penyakit menular yang dapat ditularkan melalui ASI, serta

¹⁸³ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, Jilid 1., h. 301.

¹⁸⁴ Abu Ja'far Ath-Thabari, *Tafsir Ath-Thabari*, Jilid. 4, h. 52

¹⁸⁵ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir: Aqidah, Syari'ah, dan Manhaj*, Cet.1, Jilid 14. (Jakarta: Gema Insani, 2013), h. 659.

memastikan bahwa pengelolaan dan penyimpanan ASI dilakukan dengan higienis untuk mencegah risiko infeksi.¹⁸⁶

Ayat ini menunjukkan bahwa jika ibu tidak dapat menyusui, maka alternatif seperti meminta wanita lain untuk menyusui bayi atau menggunakan susu formula dapat dipertimbangkan. Ini menunjukkan fleksibilitas dalam hubungan persusuan, namun tetap mempertahankan pentingnya hubungan ini dalam hukum Islam. Dalam Islam, hubungan persusuan dianggap penting dan memiliki nilai hukum yang tinggi. Meskipun ibu merupakan sumber utama persusuan bagi bayi, namun jika ibu tidak dapat menyusui karena alasan-alasan tertentu, maka Islam memberikan kelonggaran untuk mencari alternatif lain, seperti meminta wanita lain untuk menyusui bayi atau menggunakan susu formula.¹⁸⁷

Dengan demikian, praktik donor ASI dapat menjadi solusi yang baik bagi bayi yang membutuhkan ASI tambahan, asalkan dilakukan dengan memperhatikan aspek kesehatan dan keamanan yang ketat. Dalam konteks ini, ayah dan ibu sebaiknya berdiskusi untuk memastikan pemenuhan kebutuhan ASI anaknya. Mereka bisa mempertimbangkan opsi antara menggunakan ibu susuan, susu formula, atau donor ASI, tergantung pada kondisi dan kebutuhan spesifik keluarga mereka. Diskusi ini penting untuk memastikan bahwa keputusan yang diambil sesuai dengan kesehatan dan kesejahteraan bayi, serta nilai-nilai dan prinsip-prinsip yang diyakini oleh keluarga tersebut.¹⁸⁸ Dalam QS An-Nahl ayat 66 Allah berfirman:

وَإِنَّ لَكُمْ فِي الْأَنْعَامِ لَعِبْرَةً ۚ نُسْقِيكُمْ مِمَّا فِي بُطُونِهِ مِنْ بَيْنِ فَرْثٍ
وَدَمٍ لَبَنًا خَالِصًا سَائِغًا لِلشَّارِبِينَ

“Dan sesungguhnya pada binatang ternak itu benar-benar terdapat pelajaran bagi kamu. Kami memberimu minum dari pada apa yang berada dalam perutnya (berupa) susu yang bersih antara tahi dan darah, yang mudah ditelan bagi orang-orang yang meminumnya.” (QS An-Nahl: 66)

Penjelasan yang disampaikan oleh Al-Qurthubi terkait kewajiban menyusui anak saat ibu mengalami halangan merujuk pada pandangan yang diambil dari perspektif hukum Islam mengenai tanggung jawab dan kewajiban orang tua terhadap anak-anak mereka. Dalam Tafsir *Al-Qurthubi*, terdapat penjelasan mengenai ayat-ayat Al-Qur'an yang berbicara tentang tanggung jawab orang tua, termasuk dalam hal menyusui. Al-Qurthubi menegaskan bahwa jika seorang ibu tidak dapat menyusui anaknya karena alasan tertentu, seperti sakit atau alasan lain yang sah, maka

¹⁸⁶ Siti Asfa Rumatiga, “Analisis Hukum Islam Terhadap Kedudukan Bank Asi Dan Implikasinya Terhadap Status Saudara Sesusuan.”, *Skripsi* pada IAIN Ambon, 2019, h. 58.

¹⁸⁷ Ismudin Ismudin, “Hukum Mengganti Air Susu Ibu (Asi) Dengan Susu Formula Bagi Wanita Karir Menurut Mazhab Maliki (Studi Kasus Tempat Penitipan Anak/Tpa Raudhatul ‘Izza Asrama Rusunawa Uin Su)”, *Skripsi* pada Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, 2019, h. 56.

¹⁸⁸ Siti Asfa Rumatiga, “Analisis Hukum Islam ...,” h. 58.

tanggung jawab untuk memastikan anak mendapatkan susu jatuh kepada sang ayah. Hal ini sejalan dengan pandangan dalam fikih Islam yang mengatur bahwa pemenuhan kebutuhan dasar anak, termasuk menyusui, adalah kewajiban orang tua. Pandangan ini mencerminkan prinsip tanggung jawab bersama dalam keluarga, di mana ketika satu pihak (ibu) tidak mampu melaksanakan kewajiban tertentu (menyusui), pihak lain (ayah) harus mengambil alih tanggung jawab tersebut untuk memastikan kesejahteraan anak tetap terjaga. Al-Qurthubi juga menggarisbawahi pentingnya kerjasama dan komunikasi antara suami istri dalam menghadapi situasi seperti ini, serta memastikan bahwa hak-hak anak terpenuhi sesuai dengan tuntunan agama.¹⁸⁹

Dalam Tafsir *Munir*, Allah SWT. memberikan manusia minum dari air susu binatang ternak merupakan salah satu tanda kebesaran-Nya yang patut disyukuri. Allah menciptakan susu sebagai salah satu bentuk rezeki yang murni dan bermanfaat bagi manusia. Susu yang dihasilkan oleh binatang ternak seperti sapi, kambing, dan domba memiliki komposisi yang sangat bermanfaat bagi kesehatan manusia. Air susu ini dianggap sebagai nutrisi yang sempurna karena mengandung berbagai zat gizi esensial yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan, khususnya bagi bayi. Susu menyediakan protein, lemak, vitamin, dan mineral yang seimbang, yang semuanya berperan penting dalam mendukung proses pertumbuhan bayi. Selain itu, susu juga membantu memperkuat sistem kekebalan tubuh dan mendukung perkembangan tulang serta fungsi organ vital lainnya.¹⁹⁰

Tafsir *Munir* menekankan bahwa air susu yang dihasilkan binatang ternak adalah bentuk rahmat dan karunia dari Allah SWT., yang telah diatur sedemikian rupa agar dapat dinikmati oleh manusia. Dengan mengonsumsi susu, manusia tidak hanya mendapatkan manfaat gizi tetapi juga diingatkan akan kebesaran dan kasih sayang Allah yang telah menyediakan segala kebutuhan hidup mereka dengan sempurna. Abu Dawud dan yang lainnya meriwayatkan dari Ibnu Abbas r.a., bahwa suatu ketika, Rasulullah SAW. disugahi susu dan beliau pun meminumnya. Setelah itu, beliau bersabda, "Apabila salah seorang dari kalian menyantap makanan, hendaklah ia berdoa, 'Ya Allah, berkahilah makanan ini untuk kami dan berilah kami makanan yang lebih baik dari makanan ini. Jika ia disugahi susu, hendaklah ia berdoa, 'Ya Allah, berkahilah minuman susu ini untuk kami dan tambahlah kami air susu.' Karena tidak ada satu pun yang bisa mewakili dan menggantikan makanan dan minuman kecuali susu."¹⁹¹

Hadis ini menekankan pentingnya susu sebagai minuman yang tidak hanya bermanfaat secara nutrisi, tetapi juga memiliki kedudukan istimewa dalam ajaran

¹⁸⁹ Al-Qurthubi, *Tafsir Al-Qurthubi*, Jilid 3. (Jakarta: Pustaka Azzam, 2007), h. 343.

¹⁹⁰ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir*, Jilid 7. (Jakarta: Gema Insani, 2013), h. 424.

¹⁹¹ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir*, Jilid 7. (Jakarta: Gema Insani, 2013), h. 424.

Islam. Doa yang diajarkan oleh Rasulullah SAW. mencerminkan penghargaan terhadap rezeki yang diberikan Allah dan pengakuan atas manfaat besar yang terdapat dalam susu. Dalam konteks ini, susu dianggap sebagai minuman yang paling sempurna, mampu memberikan gizi yang diperlukan oleh tubuh, dan tidak ada yang bisa menggantikannya sepenuhnya dalam hal manfaat dan keutamaannya. Selanjutnya terdapat pula dalam QS Al-Mu'minun ayat 21:

وَأَنَّ لَكُمْ فِي الْأَنْعَامِ لَعِبْرَةً ۚ نُسْقِيكُمْ مِمَّا فِي بُطُونِهَا وَلَكُمْ فِيهَا مَنَافِعُ كَثِيرَةٌ ۖ وَمِنْهَا تَأْكُلُونَ

“Sesungguhnya pada hewan-hewan ternak benar-benar terdapat pelajaran bagimu. Kami memberi minum kamu dari sebagian apa yang ada dalam perutnya (air susu), padanya terdapat banyak manfaat untukmu, dan sebagian darinya kamu makan.” (QS Al-Mu'minun ayat 21).

Dalam Tafsir *Munir* dijelaskan bahwa terdapat nikmat yang mesti disyukuri dan dihargai serta mengandung bukti petunjuk kuasa Allah SWT. dengan pengubahan darah yang terbentuk dari nutrisi makanan pada kelenjar menjadi air susu yang enak dan sedap untuk diminum serta lengkap kandungan nutrisinya. Nikmat ini memperlihatkan betapa sempurnanya ciptaan Allah SWT. dalam memenuhi kebutuhan makhluk-Nya. Proses ini merupakan salah satu tanda kebesaran Allah SWT., di mana nutrisi dari makanan yang dikonsumsi ibu diubah dalam tubuh menjadi susu yang memiliki manfaat luar biasa. Susu ini tidak hanya menjadi makanan pertama bagi bayi, tetapi juga menjadi sumber nutrisi yang tak tertandingi, memberikan perlindungan imun, dan memperkuat ikatan emosional antara ibu dan anak.¹⁹²

Manusia dapat meminum air susunya yang keluar dari antara sisa-sisa makanan dan darah. Susu ini tidak hanya enak dan sedap untuk diminum, tetapi juga lengkap kandungan nutrisinya. Kalian bisa membuat berbagai produk dari susu tersebut, seperti mentega dan keju. Selain itu, binatang-binatang ternak ini juga bisa kalian budidayakan untuk berbagai keperluan lainnya, termasuk sebagai sumber daging, kulit, dan tenaga kerja. Dengan memanfaatkan hewan ternak secara optimal, dapat dilihat betapa banyaknya nikmat yang diberikan Allah SWT. melalui ciptaan-Nya. Setiap bagian dari proses ini menunjukkan kebijaksanaan dan kekuasaan Allah yang menciptakan sistem yang begitu sempurna untuk kesejahteraan makhluk-Nya.¹⁹³

Dalam Tafsir *Al-Azhar* dijelaskan pula bahwa hewan-hewan ternak memang merupakan salah satu anugerah besar dari Allah SWT. yang memberikan banyak manfaat bagi kehidupan manusia. Keberadaan mereka tidak hanya membantu memenuhi kebutuhan pangan, tetapi juga berperan penting dalam berbagai aspek

¹⁹² Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir*, Jilid 9. (Jakarta: Gema Insani, 2013), h.315.

¹⁹³ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Al-Munir*, Jilid 9., h. 315.

kehidupan lainnya. Daging hewan ternak, seperti sapi, kambing, dan domba, adalah sumber protein yang esensial untuk pertumbuhan dan pemeliharaan kesehatan tubuh manusia. Protein dalam daging membantu memperbaiki jaringan tubuh, memproduksi enzim dan hormon, serta mendukung sistem kekebalan tubuh. Selain itu, daging juga mengandung berbagai nutrisi lain seperti zat besi, zinc, dan vitamin B12 yang sangat penting untuk fungsi tubuh yang optimal.¹⁹⁴

Susu dari hewan ternak seperti sapi dan kambing juga sangat berharga. Susu kaya akan kalsium yang penting untuk kesehatan tulang dan gigi, serta mengandung vitamin D, protein, dan berbagai vitamin serta mineral lainnya. Susu dapat dikonsumsi langsung atau diolah menjadi berbagai produk seperti keju, mentega, yogurt, dan krim, yang semuanya memiliki manfaat gizi tersendiri. Memberikan susu formula kepada bayi tidak bisa sepenuhnya menggantikan ASI, namun dapat menjadi pilihan alternatif untuk memenuhi kebutuhan nutrisi bayi saat ASI tidak tersedia atau jumlahnya tidak mencukupi. Ayah dan ibu perlu tetap berkonsultasi dengan tenaga medis atau ahli gizi untuk memperoleh informasi yang tepat mengenai penggunaan susu formula, termasuk dosis yang tepat dan cara pemberiannya kepada bayi.¹⁹⁵

Karena dalam beberapa kasus, ibu tidak dapat memberikan ASI secara eksklusif atau memiliki kendala yang menghalangi produksi ASI yang cukup untuk memenuhi kebutuhan bayi, penting untuk memahami berbagai faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan menyusui dan mencari solusi yang tepat untuk memastikan bayi tetap mendapatkan nutrisi yang diperlukan. Beberapa ibu mungkin menghadapi tantangan kesehatan yang signifikan, seperti infeksi, penyakit kronis, atau komplikasi pasca-persalinan yang mempengaruhi produksi dan kualitas ASI. Selain itu, beberapa ibu mengalami produksi ASI yang rendah akibat faktor hormonal, stres, atau masalah dengan teknik menyusui. Faktor psikologis juga dapat berperan, di mana tekanan dan kecemasan terkait menyusui dapat mempengaruhi kemampuan ibu untuk menghasilkan ASI dalam jumlah yang cukup. Dalam situasi di mana ASI tidak tersedia atau tidak mencukupi, penggunaan susu formula yang sesuai dan berkualitas tinggi menjadi alternatif penting untuk memastikan bayi tetap mendapatkan nutrisi esensial yang mereka butuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan yang sehat. Oleh karena itu, dukungan dari tenaga kesehatan, keluarga, dan komunitas sangatlah penting untuk membantu ibu mengatasi tantangan ini dan memastikan kesejahteraan bayi.¹⁹⁶

¹⁹⁴ Ha-Ii Abdulmalik Abdulkarim Amrultah Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, Jilid 6. (Singapura: Pustaka Nasional Pte Ltd), h. 4776.

¹⁹⁵ Muthmainnatil Hanifah Annafsil, “Analisis Kadar Kalsium (Ca) Pada Susu Sapi Segar Yang Beredar Di Area Madiun Dengan Metode Spektrofotometri Uv-Vis”, Tesis pada STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun, 2019, h. 6.

¹⁹⁶ Rita Widiawati & Siti Haryani, “Pengelolaan Defisit Pengetahuan Tentang Nutrisi Bayi Pada Ibu Dengan Post Partum Spontan Dengan Preeklampsia,” dalam *Jurnal Keperawatan Berbudaya Sehat*, (Semarang: Universitas Ngudi Waluyo, 2023), Vol. 1, No. 2, h. 95.

Dalam kondisi di mana ibu tidak dapat memberikan ASI secara eksklusif atau mengalami kendala yang menghalangi produksi ASI yang cukup, memberikan susu formula sebagai alternatif yang lebih mudah diakses dapat menjadi solusi yang memastikan bayi tetap mendapatkan nutrisi yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Susu formula dirancang khusus untuk memberikan nutrisi yang mirip dengan ASI, termasuk protein, lemak, karbohidrat, vitamin, dan mineral yang esensial untuk pertumbuhan bayi.¹⁹⁷

Keuntungan memberikan susu formula sebagai alternatif termasuk ketersediaan yang lebih mudah diakses, kontrol yang lebih baik atas jumlah dan frekuensi pemberian makan, serta kemampuan untuk melibatkan orang lain dalam proses perawatan bayi. Ini dapat memberikan fleksibilitas kepada ibu yang mungkin mengalami kesulitan dalam menyusui atau yang tidak dapat menyusui secara eksklusif karena alasan tertentu. Dengan demikian, memberikan susu formula dapat membantu mengurangi stres dan kekhawatiran ibu terkait dengan penyediaan nutrisi yang cukup bagi bayi mereka.¹⁹⁸

Ayah memiliki tanggung jawab untuk mencari solusi terbaik yang memastikan bayi tetap mendapatkan susu yang cukup dan berkualitas. Dengan melakukan riset, memberikan dukungan finansial, dan mendukung sang ibu, sang ayah dapat memenuhi tugasnya dalam memberikan asupan susu yang baik dan penting bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi. Ini melibatkan keterlibatan aktif dalam menangani tantangan yang terkait dengan penyediaan susu bayi, seperti mencari alternatif susu formula yang sesuai, memastikan ketersediaan dana untuk pembelian susu formula, dan memberikan dukungan emosional dan fisik kepada ibu dalam proses menyusui atau memberikan susu formula.¹⁹⁹

Dengan melakukan riset, sang ayah dapat mempelajari lebih lanjut tentang berbagai jenis susu formula yang tersedia, termasuk manfaat dan kekurangannya. Hal ini dapat membantu dalam membuat keputusan yang terinformasi tentang pilihan terbaik untuk bayi. Selain itu, sang ayah juga perlu memastikan bahwa anggaran keluarga mencakup biaya yang cukup untuk membeli susu formula secara teratur. Selain dukungan finansial, sang ayah juga dapat memberikan dukungan moral dan emosional kepada sang ibu. Menyusui atau memberi susu formula dapat menjadi pengalaman yang menuntut secara emosional bagi ibu, dan dukungan dari pasangan sangatlah berharga. Sang ayah dapat membantu dengan memberikan dukungan praktis, seperti membantu dengan perawatan bayi, dan memberikan

¹⁹⁷ Muthmainnatil Hanifah Annafsil, "Analisis Kadar Kalsium (Ca) Pada Susu Sapi Segar Yang Beredar Di Area Madiun Dengan Metode Spektrofotometri Uv-Vis", Tesis pada STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun, 2019, h. 6.

¹⁹⁸ Muthmainnatil Hanifah Annafsil, "Analisis Kadar Kalsium...", h. 7.

¹⁹⁹ Egi Sukma Baihaki, "Gizi Buruk Dalam Perspektif Islam: Respon Teologis Terhadap Persoalan Gizi Buruk," dalam *Jurnal Shahih: Journal Of Islamicate Multidisciplinary*, (Jakarta: STFI Sadra Jakarta, 2017), Vol. 2, No. 2, h. 181.

dukungan emosional, seperti mendengarkan dan memberikan dorongan kepada sang ibu.²⁰⁰

Jika pemberian susu formula dimaksudkan sebagai pendamping ASI dan bayi menunjukkan preferensi yang jelas terhadap ASI ibunya, sebaiknya tidak memaksakan pemberian susu formula. ASI memiliki manfaat kesehatan yang unik dan penting bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi, dan preferensi alami bayi terhadap ASI sebaiknya dihargai dan dihormati. Dalam situasi di mana pemberian susu formula dimaksudkan sebagai pendamping ASI, tetapi bayi menunjukkan penolakan atau kesulitan menerima susu formula, perlu dilakukan evaluasi lebih lanjut. Ada beberapa alasan mengapa bayi mungkin menolak susu formula, termasuk perbedaan rasa, tekstur, atau konsistensi dibandingkan ASI, serta kemungkinan reaksi alergi atau intoleransi terhadap susu formula.²⁰¹

Dalam beberapa kasus, mungkin perlu mencoba merek atau jenis susu formula yang berbeda, atau mungkin solusi alternatif lainnya yang sesuai dengan kebutuhan bayi. Penting untuk memastikan bahwa kesehatan dan kesejahteraan bayi menjadi prioritas utama dalam setiap keputusan yang diambil terkait dengan pemberian makanan. Oleh karena itu, jika bayi menunjukkan preferensi yang kuat terhadap ASI, sebaiknya diutamakan pemberian ASI dan dipertimbangkan solusi lain untuk memenuhi kebutuhan nutrisinya.²⁰²

²⁰⁰ Egi Sukma Baihaki, "Gizi Buruk Dalam...", : h. 182.

²⁰¹ Siti Aminah dkk., "Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Produksi Asi Pertama Pada Ibu Melahirkan Spontan Di Ruang Mawar RSUD Dr. H. Soewondho Kendal," dalam *Jurnal Surya Muda*, (Kendal: Stikes Muhammadiyah Kendal, 2022), Vol. 4, No. 1, h. 433.

²⁰² Siti Aminah dkk., "Hubungan Tingkat Kecemasan...", : h. 435.

BAB IV

KESIMPULAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan berbagai penjelasan yang sudah dipaparkan pada bab sebelumnya, diketahui secara jelas bahwa Al-Qur'an memiliki peranan yang sangat penting untuk memahami akan laktasi yang diberikan kepada bayi. Melihat berbagai macam keadaan yang terdapat dalam kehidupan modern ini tidak serta merta terjadi tanpa adanya sebab akibat. Al-Qur'an telah menyebutkan secara implisit maupun eksplisit terkait laktasi sebagai suatu hal yang sangat penting untuk bayi yang dapat direnungkan kembali untuk meningkatkan pendalaman ilmu dan iman kepada Allah.

Memastikan bayi mendapatkan nutrisi yang cukup, baik dari ASI maupun susu formula, merupakan faktor penting dalam mencegah hal-hal yang dapat berdampak negatif pada pertumbuhan dan perkembangan anak di masa depan. Adapun pemberian susu formula sebaiknya dipertimbangkan dengan hati-hati dan hanya dilakukan jika memang diperlukan, misalnya jika ibu tidak dapat menyusui atau jika produksi ASI tidak mencukupi. Dalam beberapa kasus, bayi yang terlalu sering diberi susu formula bisa menjadi kurang tertarik pada ASI karena susu formula memiliki rasa yang lebih manis dan lebih mudah diserap daripada ASI. Hal ini bisa membuat bayi lebih sulit untuk kembali ke ASI, terutama jika penggunaan susu formula dilakukan secara terus-menerus.

Oleh karena itu, sebaiknya pemberian susu formula dilakukan dengan hati-hati dan hanya jika memang diperlukan. Jika memungkinkan, dukunglah pemberian ASI secara eksklusif selama enam bulan pertama, dan jika ada kebutuhan untuk memberikan susu formula, diskusikan terlebih dahulu dengan dokter atau konsultan laktasi untuk mendapatkan saran yang sesuai dengan kondisi bayi dan ibu.

B. Saran

Penelitian ini tidak terlepas dari banyaknya kekurangan dan keterbatasan di dalam mengkaji atau menganalisis topik permasalahan. Oleh karena itu, bagi peneliti selanjutnya diharapkan mampu mengkaji topik penelitian serupa dengan kasus yang berbeda. Selain itu peneliti lain juga dapat mengkaji objek penelitian yang berbeda tentang penelitian, seperti contohnya penciptaan alam dengan kurun waktu tujuh hari bagaimana kaitannya dengan lafaz Allah "Kun! Fayakun" atau bisa contoh sains lainnya. Kemudian yang terpenting dari penelitian ini, diharapkan bagi para pembaca mampu menjadikan Al-Qur'an sebagai pedoman dan pengetahuan baik dari segi ilmu umum maupun ilmu agama tanpa memisahkan antara keduanya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ab, Syamsuddin. "POLA DAKWAH TERHADAP PERUBAHAN SOSIAL (ANALISIS PEMBERIAN JENIS MAKANAN BERGIZI PADA ANAK)." *Jurnal Dakwah Tabligh* 19, no. 2 (2018)
- Abubakar, Rifa'i. *Pengantar Metodologi Penelitian*. Suka-Press Uin Sunan Kalijaga, 2021.
- Afindaningrum, Rochmanita Sandya, Dan Ova Emilia. "Studi Deskriptif Praktik Menyusui Pada Ibu Pekerja Industri Dalam Memberikan Asi Di Pabrik Tekstil Dan Garmen." *Jurnal Kebidanan*, Vol. 10, No. 1, 2021
- Al-Maraghi, Ahmad Mustafa. *Tafsir Al-Maraghi*. Kairo : Dar Al-Fikr, 1910.
- Al-Qurthubi. *Tafsir Al-Qurthubi*. Jakarta: Pustaka Azzam, 2007.
- Al-Syeikh, Abdullah bin Muhammad bin Abdurahman bin Ishaq. *Lubaabut Tafsir Min Ibni Katsiir*. Translated by M. Abdul Ghoftar. Jilid 1. Kairo : Muassah Daar al-Hilal, 1994.
- Anggryni, Meri, Indah Benita Tiwery, Maria Magdalena Goha, and Dian Sartin Tiwery. *Pencegahan Stunting Dengan Pola Asuh Pemberian Makan Pada Golden Age Period*. Penerbit NEM, 2023.
- Anissa, Desi Dwi, Dan Ratna Kumala Dewi. "Peran Protein: Asi Dalam Meningkatkan Kecerdasan Anak Untuk Menyongsong Generasi Indonesia Emas 2045 Dan Relevansi Dengan Al-Qur'an." *Jurnal Tadris Ipa Indonesia*, Vol. 1, No. 3
- Annafsil, Muthmainnatil Hanifah. "Analisis Kadar Kalsium (Ca) Pada Susu Sapi Segar Yang Beredar Di Area Madiun Dengan Metode Spektrofotometri Uv-Vis." Skripsi, Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun, 2019.
- Aprilia, Rizka. "Hubungan Pemberian Susu Formula Dengan Kejadian Gastroesophageal Reflux Pada Bayi Usia 0-12 Bulan." *Skripsi*, Universitas Sebelas Maret, 2017.
- Asih, Yusari, Dan Nurlaila. "Breastfeeding Self-Efficacy Pada Ibu Hamil Trimester Iii Hingga Menyusui." *Jurnal Kesehatan*, Vol. 13, No. 3, 2022
- Asnawati, Asnawati, Ibrahim Bafadhol, Dan Ade Wahidin. "Pemberian Asi Pada Anak Dalam Perspektif Al-Qur'an." *Al-Tadabbur: Jurnal Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir*, Vol. 4, No. 1, 2019
- Ath-Thabari, Abu Ja'far . *Tafsir Ath-Thabari*. Jakarta: Pustaka Azzam, N.D.
- Azis, Yusuf Abdhul. "Pengertian Dan 5+ Contoh Batasan Masalah [Update] - Deepublish." *Deepublish Store*, August 13, 2022. Accessed December 4, 2023. <https://deepublishstore.com/blog/contoh-batasan-masalah/>.
- Az-Zuhaili, Wahbah. *Tafsir Al-Munir*. Jakarta: Gema Insani, 2013.
- Baihaki, Egi Sukma. "Gizi Buruk Dalam Perspektif Islam: Respon Teologis Terhadap Persoalan Gizi Buruk." *Shahih: Journal Of Islamicate Multidisciplinary*, Vol. 2, No. 2, 2017.
- Bulqis, Sitti Indra. "Analisis Hukum Jual Beli Air Susu Ibu (Asi) Dalam Perspektif Hukum Islam (Mazhab Syafi'i)." *Skripsi*, Universitas Muslim Indonesia, 2022.
- Dara, Anggelista. "Sifat Keibuan Dalam Perspektif Al-Qur'an (Kajian Kisah Nabi Musa)." *Tesis*, Uin Raden Intan Lampung, 2022.

- Diantini, Luh Putu. "Hubungan Kecemasan Ibu Nifas Dengan Produksi Air Susu Ibu Di Klinik Kebidanan Rumah Sakit Umum Bangli Tahun 2021." *Tesis, Poltekkes Kemenkes Denpasar*, 2021.
- Faiqah, Syajaratuddur, Dan Baiq Yuni Fitri Hamidiyanti. "Edukasi Posisi Dan Perlekatan Pada Saat Menyusui Dalam Upaya Meningkatkan Keberhasilan Asi Eksklusif." *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo*, Vol. 3, No. 1, 2021.
- Faris Maulana Akbar. "Ragam Ekspresi Dan Interaksi Manusia Dengan Al-Qur'an (Dari Tekstualis, Kontekstualis, Hingga Praktis)." *Revelatia Jurnal Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir*, Vol. 3, No. 1, 2022.
- Fauziah, Ezi Ainur, Firdaus Firdaus, Dan Azhariah Khalida. "Keengganan Ibu Memberikan Air Susu Ibu (Asi) Kepada Anak Dalam Perspektif Hukum Islam." *Jurnal Al-Ahkam*, Vol. 13, No. 1, 2022.
- Fikawati, Sandra, Dwi Wahyuni, Dan Ahmad Syafiq. "Status Gizi Ibu Hamil Dan Berat Lahir Bayi Pada Kelompok Vegetarian." *Makara Kesehatan*, Vol. 16, No. 1, 2012.
- Furi, Nur. *Happy Exclusive Breastfeeding*. Laksana, 2020.
- Hamka, Ha-Ii Abdulmalik Abdulkarim Amrultah. *Tafsir Al-Azhar*. Singapura: Pustaka Nasional Pte Ltd, N.D.
- Hapsari, Qori Chairunisa, Mohammad Zen Rahfiludin, and Dina Rahayuning Pangestuti. "Hubungan Asupan Protein, Status Gizi Ibu Menyusui, Dan Kandungan Protein Pada Air Susu Ibu (ASI): Telaah Sistematis." *MEDIA KESEHATAN MASYARAKAT INDONESIA* 20, no. 5 (2021).
- Harahap, Nur Ajijah. "Asi Bagi Bayi Dalam Perspektif Alquran (Analisis Kesehatan Dan Tafsir Al-Mishbah Karya M. Quraissy Shihab)." *Skripsi*, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, 2021.
- Hidayat, Cecep. "Donor Asi Dalam Perspektif Fikih Islam Dan Medis (Studi Kasus Di Lembaga Asosiasi Ibu Menyusui Indonesia, Cilandak, Jakarta Selatan)." *Skripsi*, Institut Ptiq Jakarta, 2018.
- Hunowu, Debrianti, Dwi Nur Octaviani Katili, Dan Selvi Mohammad. "Hubungan Peran Keluarga Dengan Pemberian Asi Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Tilongkabila Kabupaten Bone Bolango." *Madu : Jurnal Kesehatan*, Vol. 7, No. 1, 2021.
- Idris, Fairus Prihatin. *Upaya Peningkatan Pemberian Asi Eksklusif: Kajian Teoretis Tentang Peran Masyarkat Dan Budaya Dalam Pendidikan Kesehatan*. Purwokerto: CV. Pena Persada, 2020.
- Imani, Nurul. *Stunting Pada Anak: Kenali Dan Cegah Sejak Dini*. Hijaz Pustaka Mandiri, 2020.
- Irmayanti, Artalena. "Pengaruh Konsumsi Seduhan Air Rebusan Daun Bangun-Bangun Terhadap Produksi Air Susu Ibu (ASI) Untuk Ibu Menyusui Di Desa Batang Pane Ii Kecamatan Halongonan Timur Kabupaten Padang Lawas Utara." *Skripsi*, Universitas Aufa Royhan Di Kota Padangsidimpuan, 2021.
- Iskandar, Imelda. "PROFIL INDEKS MASSA TUBUH DAN LAKTASI PADA IBU MULTIPARA." *Nursing Inside Community* 4, no. 2 (2022).
- Islami, Dan Noveri Aisyaroh. "Efektifitas Kunjungan Nifas Terhadap Pengurangan Ketidaknyamanan Fisik Yang Terjadi Pada Ibu Selama Masa Nifas." *Majalah Ilmiah Sultan Agung*, Vol. 50, No. 127, 2024.

- Ismail, Hidayatullah. "Syariat Menyusui Dalam Alquran (Kajian Surat Al-Baqarah Ayat 233)." *Jurnal At-Tibyan: Jurnal Ilmu Alqur'an Dan Tafsir*, Vol. 3, No. 1, 2018.
- Ismudin, Ismudin. "Hukum Mengganti Air Susu Ibu (Asi) Dengan Susu Formula Bagi Wanita Karir Menurut Mazhab Maliki (Studi Kasus Tempat Penitipan Anak/Tpa Raudhatul 'Izza Asrama Rusunawa Uin Su)." *Skripsi*, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, 2019.
- Jahriah, Nafilatul, Erni Setiawati, Dan Noorhayati Maslani. "Hubungan Motivasi Ibu Dengan Pemberian Asi Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Astambul 2020." *Jurnal Inovasi Penelitian*, Vol. 3, No. 7, 2022.
- Julianti, Dan Pasyamei Rembune Kala. "Hubungan Pengetahuan Ibu Terhadap Perilaku Hidup Bersih Sehat (Phbs) Terhadap Kejadian Diare Balita Di Desa Seumira Dan Desa Pasie Timon, Kec. Teunom, Kab. Aceh Jaya." *Jhr Journal Health Research*, Vol. 2, No. 1, 2024.
- Karo, Marni Br. *Perilaku Ibu Menyusui Dalam Pemberian Asi Eksklusif*. Medan: Penerbit Nem, 2021.
- Kesuma, Evi Gustia, Dan Luh Putu Sri Yulastuti. "Promosi Kesehatan Untuk Meningkatkan Pengetahuan Dan Keterampilan Ibu Menyusui Dalam Perilaku Pemberian Asi Eksklusif Di Rs Hl Manambai Abdulkadir." *Faedah : Jurnal Hasil Kegiatan Pengabdian Masyarakat Indonesia*, Vol. 1, No. 3, 2023
- Khatimah, Husnul, Kurniati Akhfhar, Dan Nadiatul Khaera. "Penyuluhan Pentingnya Pemberian Asi Eksklusif Dan Manfaatnya Pada Ibu Dan Bayi Di Desa Sopa Kecamatan Kindang Kabupaten Bulukumba." *Jcs*, Vol. 3, No. 3, 2021.
- Kusbandiyah, Jiarti. "Posyandu Ramah Asi Untuk Penatalaksanaan Permasalahan Asi Eksklusif." *Media Husada Journal Of Community Service*, Vol. 1, No. 1, 2021.
- Kusumaastuti, Adi, Dan Ahmad Mustamil Khoiron. *Metode Penelitian Kualitatif*. Semarang: Lembaga Pendidikan Sukarno Pressindo, 2019.
- Laila, Izzatul. "Penafsiran Al-Qur'an Berbasis Ilmu Pengetahuan." *Epistemé: Jurnal Pengembangan Ilmu Keislaman*, Vol. 9, No. 1, 2014.
- Listyaningrum, Tri Utami, and Venny Vidayanti. "Tingkat Pengetahuan Dan Motivasi Ibu Berhubungan Dengan Pemberian ASI Eksklusif Pada Ibu Bekerja." *JNKI (Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia) (Indonesian Journal of Nursing and Midwifery)* 4, no. 2 (2016).
- Muchammad, Achmad. "Tafsir: Pengertian, Dasar, Dan Urgensinya." *Scholastica: Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, Vol. 3, No. 2, 2021.
- Muhyi, Abdul, Muhammad Irawan Shobirin, Cecep Ridwan, Alam Ferdiansyah, And Adnani. *Etika Pendidikan Islam Perspektif Tafsir Manajemen Pendidikan*. Surabaya: Cipta Media Nusantara (Cmn), 2021.
- Mulyaden, Asep, Dan Asep Fuad. "Langkah-Langkah Tafsir Maudhu'i." *Jurnal Iman Dan Spiritualitas*, Vol. 1, No. No.3, 2021.
- Musfira, Jefita. "Gunung Dalam Al-Qur'an." *Skripsi*, Iain Palopo, 2022.
- Mutrikah, Siti, Niswatun Diniyah, Dan Lutfiah Safitri. "Manfaat Air Susu Ibu (Asi) Eksklusif Pada Bayi Dalam P Dan Angan Islam." *Islamic Education*, Vol. 1, No. 3, 2023.

- Naik, Ahmad Rozy, And Abdul Kadir Riyadi. "Al-Dakhil Dalam Tafsir Ilmi: (Kajian Kritik Husein Al-Dhazabi Atas Kitab Al-Jawahir Fi Tafsir Al-Qur'an)." *Tajdid: Jurnal Ilmu Ushuluddin*, Vol. 21, No. 2, 2022.
- Nasir, Muhammad, Asep Nana Sonjaya, And Kerwanto Kerwanto. "Tafsir Ilmi Tentang Penciptaan Manusia Dalam Tafsir Al-Jawahir Karya Thanthawi Jawhari." *Al Kareem Jurnal Ilmu Al Qur'an Dan Tafsir*, Vol. 1, No. 2, 2024.
- Nisak, Khoirun. "Peranan Ibu Terhadap Anak Dalam Pendidikan Islam Di Era Globalisasi." *Journal Of Education And Instruction (Joeai)*, Vol. 5, No. 2, 2022.
- Nurazizah, Fatimah. "Kodrat Wanita Dan Kesetaraan Gender Menurut Zaitunah Subhan Dalam Tafsir Kebencian (Studi Terhadap Qs. Al-Hujurat :13)." *Skripsi*, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, 2020.
- Nurkhaeriyah, Siti Hajar, Dan Amalia Wulandari. "Peran Pendidikan Ayah Dalam Membentuk Karakter Islami Anak: (Studi Komparasi Penafsiran Wahbah Zuhaili Dan Buya Hamka Dalam Q.S Luqman)." *Indonesian Journal Of Islamic Education Studies (Injuries)*, Vol. 1, No. 2, 2023.
- Nurwahyudi, Masrul Isoni. "Konsep Raḍā'ah Dalam c: Kajian Tafsir Tematik Ayat-Ayat Tentang Menyusui Bayi Dalam Perspektif Mufassir Dan Sains." *Jurnal Qof*, Vol. 1, No. 2, 2017.
- Permatasari, Ni Putu Septhia. "Hubungan Dukungan Suami Dengan Efikasi Diri Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif." *Diploma*, Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Kebidanan 2023, 2023.
- Pohan, Rahmadanni. "Perspektif Islam Terhadap Pemberian Susu Formula Kepada Anak." *Madania: Jurnal Ilmu-Ilmu Keislaman* 9, no. 2 (2019).
- Purnamasari, Mega, Dan Teti Rahmawati. "Hubungan Pemberian Asi Eksklusif Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Umur 24-59 Bulan." *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, Vol. 10, No. 1, 2021.
- Purwanto, Agus. *Ayat-Ayat Semesta*. Bandung: Pt Mizan Publika, 2008.
- Purwanto, Agus. *Nalar Ayat-Ayat Semesta: Menjadikan Al-Qur'an Sebagai Basis Konstruksi Ilmu Pengetahuan*. Bandung: Mizan, 2015.
- Quthb, Sayyid. *Tafsir Fi Zhilalil Qur'an*. Jakarta: Gema Insani, 2001.
- Rahman, Andi. *Menjadi Peneliti Pemula Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir*. Jakarta: Universitas Ptiq Jakarta, 2022.
- Roesli, Utami. *Mengenal Asi Eksklusif*. Niaga Swadaya, 2000.
- Rumatiga, Siti Asfa. "Analisis Hukum Islam Terhadap Kedudukan Bank Asi Dan Implikasinya Terhadap Status Saudara Sesusuan." *Skripsi*, Iain Ambon, 2019.
- Rusada, Devi Anggraeni, Sartiah Yusran, Dan Nur Nashriana Jufri. "Faktor Yang Berhubungan Dengan Pelaksanaan Program Inisiasi Menyusu Dini (Imd) Di Puskesmas Poasia Kota Kendari Tahun 2016." *Haluoleo University* (2016).
- Sabriana, Riska, Rika Riyandani, Ria Wahyuni, Dan Asridawati Akib. "Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Tentang Pemberian Asi Eksklusif." *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, Vol. 11, No. 1, 2022.
- Safitri, Putri Balqis Dwi. "Gambaran Pemberian Asi Dan Perkembangan Anak Usia 6-24 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Pandak I Tahun 2021." *Skripsi*, Poltekkes Kememkes Yogyakarta, 2021.

- Sarih, Karmila. "Pengaruh Pemberian Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) Pada Ibu Hamil Dan Menyusui Terhadap Kualitas Asi Dan Perkembangan Anak Usia 18–24 Bulan Di Kabupaten Jenepono." *Disertasi*, Universitas Hasanuddin, 2020.
- Shihab, M. Quraish. *Tafsir Al-Mishbah*. Tangerang: Lentera Hati, 2005.
- Siregar, Mhd Arifin. *Pemberi An Asi Ekslusi F Dan Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi Nya*. Sumatera Utara: *Digitized By Usu Digital Library* , 2004.
- Sjmmj, Sr Anita Sampe, Rindani Claurita Toban, Dan Monica Anung Madi. "Hubungan Pemberian Asi Eksklusif Dengan Kejadian Stunting Pada Balita." *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, Vol. 9, No. 1, 2020
- Subhan, Prof Dr Dr. *Al-Qur'an Dan Perempuan*. Prenada Media, 2015.
- Suciati, Siti. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pemberian Asi Eksklusif: Literature Review." *Kebidanan*, Vol. 10, No. 2, 2020.
- Sudargo, Toto, Dan Nur Aini Kusmayanti. *Pemberian Asi Eksklusif Sebagai Makanan Sempurna Untuk Bayi*. Ugm Press, 2023.
- Suryana. *Metodologi Penelitian: Model Praktis Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia, 2010.
- Susanti, Nurlaili. "PERAN IBU MENYUSUI YANG BEKERJA DALAM PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF BAGI BAYINYA." *EGALITA* 6, no. 2 (2011).
- Suwoyo, Dan Indah Rahmaningtyas. "Hubungan Pemberian Asi Eksklusif Dengan Kejadian Alergi Pada Bayi Dan Anak Usia 7-60 Bulan Di Rsia Kota Kediri." *Jurnal Ilmu Kesehatan*, Vol. 4, No. 2, 2017.
- Tuti, Ika Ngadyas, Ummi Karomah, Zaid Surya Al Rahman, and Rendi Fathoni Hadi. "Perilla Frutescens Sumber Omega-3 Ayam Broiler: A Review." *Proceedings National Conference PKM Center 1*, no. 1 (2021).
- Wardana, Ruliansyah Kusuma, Nurmasari Widyastuti, Dan Adriyan Pramono. "Hubungan Asupan Zat Gizi Makro Dan Status Gizi Ibu Menyusui Dengan Kandungan Zat Gizi Makro Pada Air Susu Ibu (Asi) Di Kelurahan Bandarharjo Semarang." *Journal Of Nutrition College*, Vol. 7, No. 3, 2018.
- Widayati, Tri. "Peran Orang Tua Dalam Mendidik Anak Perempuan Perspektif Pendidikan Islam." *Skripsi*, Uin Raden Intan Lampung, 2018.
- Widiawati, Rita, Dan Siti Haryani. "Pengelolaan Defisit Pengetahuan Tentang Nutrisi Bayi Pada Ibu Dengan Post Partum Spontan Dengan Preeklampsia." *Jurnal Keperawatan Berbudaya Sehat*, Vol. 1, No. 2, 2023.
- Widya, Rika, Bachtiar Siregar, Dan Salma Rozana Rozana. *Holistik Parenting: Pengasuhan Dan Karakter Anak Dalam Islam*. Edu Publisher, 2020.
- Wijaya, Felicia Anita. "Asi Eksklusif: Nutrisi Ideal Untuk Bayi 0-6 Bulan." *Cermin Dunia Kedokteran*, Vol. 46, No. 4, 2019.
- Wijayanti, Aida Ratna, Dan Siti Komariyah. "Pengetahuan Persiapan Laktasi Bagi Primigravida Di Wilayah Puskesmas Tiron Kecamatan Banyakan Kabupaten Kediri." *Jurnal Kebidanan*, Vol. 7, No. 2, 2018.
- Yuliani, Ita, Dan Afnani Toyibah. "Hubungan Kadar Lemak Dalam Asi Matur Dengan Penambahan Berat Badan Bayi Umur 1-2 Bulan Di Puskesmas Jabung." *Jurnal Informasi Kesehatan Indonesia (Jiki)*, Vol. 4, No. 2, 2018.

- Yulianti, Euis. "Konsep Rada'ah Perspektif Al-Qur'an (Suatu Kajian Dengan Pendekatan Medis)." *Tesis*, Institut Ptiq Jakarta, 2016.
- Yuliarti, Nurheti. *Keajaiban Asi - Makanan Terbaik Untuk Kesehatan, Kecerdasan Dan Kelincahan Si Kecil*. Penerbit Dan I, 2010.
- Zulfikar, Eko. "Peran Perempuan Dalam Rumah Tangga Perspektif Islam: Kajian Tematik Dalam Alquran Dan Hadis." *Diya Al-Afkar: Jurnal Studi Al-Qur'an Dan Al-Hadis*, Vol. 7, No. 1, 2019

BIODATA PENULIS



FAJRIYA MELINIA. Lahir di Belitung Timur, bertepatan pada tanggal 19 Februari 2000. Penulis merupakan anak Perempuan terakhir dari pasangan Bapak Faruk dan Ibu Suminah. Penulis mengawali pendidikan formalnya pada tahun 2005 di TK Melati 2 Manggar yang berada di Belitung Timur. Kemudian pada tahun 2006-2012 Penulis melanjutkan masa Sekolah Dasar di SD Negeri 17 Manggar, Belitung Timur. Pada saat menempuh pendidikan masa SD, Penulis sempat aktif mengikuti berbagai perlombaan di dalam maupun luar sekolah. Setelah itu, Penulis melanjutkan pendidikannya di SMP Swasta Daarussalam yang berlokasi di kota Subang pada tahun 2012-2015 dan kemudian disusul dengan masa SMA Swasta Daarussalam yang ditempuh pada sebuah Yayasan yang sama, yakni di Yayasan Pesantren Daarussalam Kasomalang Subang pada tahun 2015-2018. Setelah 6 tahun menempuh pendidikan di Pesantren Daarussalam Subang, Penulis melanjutkan pendidikan di Tahfiz Camp Daarul Qur'an Cianjur pada tahun 2018-2019. Setelah 7 tahun menempuh pendidikan di Pesantren, kemudian dengan ridho Allah SWT. Penulis akhirnya merantau kembali di sebuah kota besar dan memilih Universitas PTIQ Jakarta sebagai tempat untuk menempuh jenjang pendidikan strata satu dengan mengambil program studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir.

Motto: "Sebaik-baik kalian adalah yang mempelajari al-Qur'an dan mengajarkannya." (HR. Tirmidzi).