

MATERNITY DALAM PERSPEKTIF ALQUR'AN

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ushuluddin Dan Pemikiran Islam

Program Studi Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir Universitas PTIQ Jakarta

Sebagai Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Agama (S.Ag)



Oleh:

Hafiyva Robbi Rodhiyah

Nim 181410684

**PROGRAM STUDI ILMU ALQUR'AN DAN TAFSIR
FAKULTAS USHULUDDIN DAN PEMIKIRAN ISLAM
UNIVERSITAS PTIQ JAKARTA
TAHUN AJARAN 2024 M/1446 H**

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Hafiyya Robbi Rodhiyah

NIM : 181410684

No. Kontak : 0813-1112-4941

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul *Maternity Dalam Perspektif Al-Qur'an* 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.

Bogor, 26 Agustus 2024

Yang membuat pernyataan,



LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi yang berjudul "Maternity Dalam Perspektif Al-Qur'an" telah melalui proses pembimbingan sesuai aturan yang ditetapkan oleh Fakultas Ushuluddin Dan Pemikiran Islam Universitas PTIQ Jakarta dan layak diajukan dalam sidang skripsi.

Bogor, 26 Agustus 2024

Dosen Pembimbing

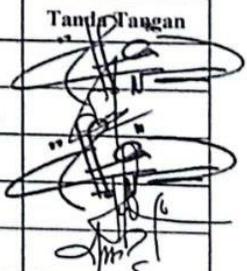


Dr. Andi Rajman, MA.

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI
MATERNITY DALAM PERSPEKTIF ALQUR'AN

Nama : Hafiyya Robbi Rodhiyah
NIM : 181410684
Jurusan/Konsentrasi : Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir
Fakultas/Program : Ushuluddin Dan Pemikiran Islam
Telah diujikan pada sidang munaqasah pada tanggal: Kamis 05 September 2024

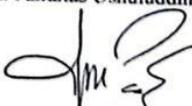
TIM PENGUJI

No	Nama Penguji	Jabatan	Tanda Tangan
1	Dr. Lukman Hakim, MA.	Ketua Sidang	
2	Syaiful Arief, M.Ag.	Sekretaris Sidang	
3	Dr. Lukman Hakim, MA.	Penguji I	
4	Ansor Bahary, MA.	Penguji II	
5	Dr. Andi Rahman, MA.	Pembimbing	

Jakarta, 05 September 2024

Mengetahui

Dekan Fakultas Ushuluddin


Dr. Andi Rahman, MA.

MOTTO

الرِّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ بِمَا فَضَّلَ اللَّهُ بَعْضَهُمْ عَلَى بَعْضٍ وَبِمَا أَنْفَقُوا مِنْ أَمْوَالِهِمْ ۗ
فَالصَّالِحَاتُ قَانِتَاتٌ حَافِظَاتٌ لِّلْغَيْبِ بِمَا حَفِظَ اللَّهُ ۗ وَاللَّاتِي تَخَافُونَ نُشُوزَهُنَّ فَعِظُوهُنَّ
وَاهْجُرُوهُنَّ فِي الْمَضَاجِعِ وَاضْرِبُوهُنَّ ۚ فَإِنْ أَطَعْنَكُمْ فَلَا تَبْغُوا عَلَيْهِنَّ سَبِيلًا ۗ إِنَّ اللَّهَ
كَانَ عَلِيمًا كَبِيرًا

“Kaum laki-laki adalah pemimpin bagi kaum wanita, oleh karena Allah telah melebihkan Sebagian mereka (laki-laki) atas Sebagian yang lain (wanita) dan karena mereka (laki-laki) telah menafkahkan sebagian dari harta mereka. Maka perempuan-perempuan yang shaleh adalah mereka yang taat (kepada Allah) dan menjaga diri ketika (suaminya) tidak ada, karena Allah telah menjaga mereka. Perempuan-perempuan yang kamu khawatirkan akan nusyuz, hendaklah kamu beri nasihat kepada mereka. Tinggalkan mereka ditempat tidur (pisah ranjang) dan kalau perlu pukullah mereka. Tetapi jika mereka mentaatimu, maka janganlah kamu mencari-cari alas an untuk menyusahkannya. Sungguhm Allah Mahatinggi, Mahabesar”. (Q.S An-Nisa [4] : 34)

“Ibu adalah sebuah madrasah (tempat pendidikan) yang jika kamu menyiapkannya, berarti kamu menyiapkan (lahirnya) sebuah masyarakat yang baik budi pekertinya”

(Syaiikh Shaleh al-Fauzan)

Ilmu itu lebih baik dari kekayaan, karena kekayaan itu harus dijaga, sedangkan ilmu menjaga kamu

(Ali bin Abi Thalib)

Adalah niscaya bagi kita memasuki pernikahan dengan komitmen iman. Dengan asma-Nya kita melepas sauh hingga di surga kelak berlabuh

(Salim A Fillah)

Hendaklah seorang wanita mengetahui bahwasanya apa yang menyimpannya dari gangguan, rasa sakit pada saat hamil, melahirkan, dan merawat bayinya setelah itu, sungguh hal itu dapat mengangkat derajatnya dan menghapuskan dosa-dosanya apabila ia mengharapakan pahala kepada Allah SWT atas smeua itu

(Syaiikh Sholih Al Utsimin rahimahullah)

ABSTRAK

Al-Quran bukan hanya berisi perintah dan larangan tapi juga ilmu pengetahuan termasuk kesan-kesan saintik terkait *maternity*. Maka mengkaji *maternity* dalam al-Qur'an menjadi sangat penting supaya proses alami manusia tidak keluar dari ajaran agama, ilmu bisa dimunculkan ketika kita mau mengkaji dalam tema tertentu. Semakin dalam mempelajari isi kandungan al-Qur'an maka akan semakin jelas pertemuannya dengan ilmu pengetahuan atau sains. Banyak penemuan-penemuan ilmiah pada abad-abad terakhir yang justru telah disebutkan dalam al-Qur'an. Padahal al-Qur'an telah turun ribuan tahun sebelum dunia sains berkembang, termasuk tentang *maternity*.

Berangkat dari hal tersebut penulis ingin meneliti lebih dalam tentang *maternity* dalam perspektif al-Qur'an dari pandangan tafsir al-Qur'an dan juga ilmu pengetahuan alam yang selaras dengan apa yang ada di dalam al-Qur'an. Metodologi yang dipakai dalam menganalisis tulisan ini adalah metodologi tafsir maudhu'i dengan cara mengumpulkan ayat-ayat al-Qur'an yang mempunyai tema tertentu, kemudian dalam pemaparannya penulis menjelaskan dan memberikan pemahaman yang lebih luas terhadap *maternity* dalam al-Qur'an.

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa Allah menciptakan manusia dalam beberapa tahapan, seperti dijelaskan dalam surah Al-Mu;minun ayat 12-14. Selanjutnya ibu hamil menjalani kehamilan dengan penuh tantangan yang tidak mudah, terlebih normalnya ibu hamil menjalani kehamilan selama 9 bulan (setelah proses perkembangan janin di dalam rahim telah sempurna). Setelah itu proses persalinan pun tiba. Tidak cukup sampai disini, terdapat anjuran dalam dunia kesehatan dan juga dijelaskan dalam al-Qur'an untuk menyusui anak selama 2 th. Seperti di dalam surah Al-Baqarah ayat 233.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik dan bimbingannya kepada penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini. Shalawat beserta salam tak lupa senantiasa penulis haturkan kepada junjungan alam Nabi besar kita Nabi Muhammad SAW yang telah membawa umatnya dari alam jahiliyah menuju ke alam yang penuh dengan ilmu pengetahuan dan cahaya Islam.

Penulisan skripsi ini dengan judul “Maternity Dalam Perspektif Al-Qur’an” ini bertujuan untuk memenuhi tugas akhir yang merupakan bagian dari syarat untuk memperoleh gelas Sarjana Agama di program studi Ilmu Al-Qur’an Dan Tafsir Universitas PTIQ Jakarta Fakultas Ushuluddin Dan Pemikiran Islam. Penulis menyadari bahwa karya tulis yang sederhana ini masih jauh dari kata sempurna oleh karena itu harapan penulis adalah kritik dan saran dari semua pihak untuk perbaikan kedepannya.

Skripsi ini bisa diselesaikan dengan baik tentu tidak terlepas dari bantuan banyak pihak, dalam bentuk motivasi, dukungan, bimbingan dan arahan yang banyak membantu dalam progress penyelesaian karya tulis ini. Oleh karena itu dengan segala kerendahan hati dan penghargaan yang besar penulis sampaikan kepada pihak yang turut membantu dalam penyelesaian skripsi ini.

Penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Kepada Abi dan Umi tercinta Andi Dharmawan dan Tri Mulyanti yang selalu mendo’akan, memberi nasihat, menjadi support sistem Ananda dalam menjalani kehidupan dan perjalanan khususnya keberhasilan Ananda dalam menyelesaikan pendidikan perguruan tinggi.
2. Kepada Suami dan anak-anak tercinta Nur Aulia Syahid Romadhon, Haura Sevinch Hanania dan Fathan Syauqi Rabbani yang selalu mendo’akan, support sistem dan kerjasama yang baik ketika bunda lagi mengerjakan skripsi.
3. Kepada Abi dan Umi tercinta Jahidin dan Haryani selaku orang tua kedua (mertua) yang mendo’akan dan menjadi support sistem Ananda untuk bisa menyelesaikan tugas pendidikan perguruan tinggi.
4. Bapak Dr. Andi Rahman, MA., selaku Dekan Fakultas Ushuluddin Dan Pemikiran Islam Universitas PTIQ Jakarta sekaligus dosen pembimbing penulis yang telah banyak memberikan arahan, masukan dan meluangkan waktunya untuk mengoreksi skripsi ini sampai selesai.
5. Bapak Dr. Lukman Hakim, MA., selaku ketua Program Studi Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir.
6. Teman-teman seperjuangan mahasiswa Universitas PTIQ Jakarta sebagai tempat diskusi dan berkeluh kesah, berbagi pengalaman selama masa perkuliahan berjuang Bersama menempuh Pendidikan di Universitas PTIQ Jakarta semoga tali silaturahmi kita tetap terjaga setelah menjadi alumni nanti.

7. Tak lupa yang mendukung proses penyelesaian skripsi pada tahap akhir Nanin Luthfiani dan Talbia Rabbi Radia yang siap sedia membersamai dalam proses akhir dari skripsi ini.

Kepada semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, hanya do'a yang bisa penulis panjatkan kepada Allah SWT semoga kebaikan kalian semua dibalas dengan kebaikan yang banyak dan semoga Allah SWT membalas kalian dengan balasan yang terbaik.

Semoga karya tulis ini bermanfaat bagi para pembaca dan bernilai ibadah disisi Allah SWT.

Bogor, 26 Agustus 2024

Penulis

Hafiyya Robbi Rodhiyah

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Transliterasi yang dipergunakan mengacu pada SKB antara Menteri Agama serta Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI, masing-masing No. 158 Tahun 1987 dan No. 0543b/U/1987 dengan beberapa adaptasi.

1. Konsonan

Transliterasi huruf Arab ke dalam huruf Latin adalah sebagai berikut:

Aksara Arab		Aksara Latin	
Simbol	Nama (Bunyi)	Simbol	Nama (Bunyi)
ا	Alif	Tidak diambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Sa	Ṣ	Es dengan titik di atas
ج	Ja	J	Je
ح	Ha	ḥ	Ha dengan titik di bawah
خ	Kha	Kh	Ka dan Ha
د	Dal	D	De
ذ	Zal	Ẓ	Zet dengan titik di atas
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	Es dan Ye
ص	Sad	ṣ	Es dengan titik di bawah
ض	Dad	ḍ	De dengan titik di bawah
ط	Ta	ṭ	Te dengan titik di bawah
ظ	Za	ẓ	Zet dengan titik di bawah
ع	‘Ain	‘	Apotrof terbalik
غ	Ga	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Qi
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Waw	W	We

هـ	Ha	H	Ha
ء	Hamzah	‘	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

2. Vocal

Vocal bahasa Arab seperti halnya vokal bahasa Indonesia, terdiri atas vokal tunggal atau *monoftrong* dan vokal rangkap atau *diftong*. Vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat, maka transliterasinya adalah sebagai berikut:

Aksara Arab		Aksara Latin	
Simbol	Nama (Bunyi)	Simbol	Nama (Bunyi)
آ	Fathah	A	a
إ	Kasrah	I	i
أ	Dhamamh	U	u

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

Aksara Arab		Aksara Latin	
Simbol	Nama (Bunyi)	Simbol	Nama (Bunyi)
آي	Fathah dan ya	ai	a dan i
إو	Kasrah dan waw	au	A dan u

3. Penulisan Alif Lam

Artikel atau kata sandang yang dilambangkan dengan huruf ل (alif lam ma'rifah) ditransliterasi seperti biasa, al-, baik ketika diikuti oleh huruf *syamsiah* maupun huruf *qamariah*. Kata sandang ditulis terpisah dari kata yang mengikutinya dan dihubungkan dengan garis mendatar (-)

4. Maddah

Maddah atau vocal panjang yang lambangnya berupa harakat dan huruf, maka transliterasinya berupa huruf dan tanda, yaitu:

Aksara Arab		Aksara Latin	
Harakat huruf	Nama (Bunyi)	Simbol	Nama (Bunyi)
آَ	Fathah dan alif, fathah dan wa	Ā	a dan garis di atas
آِ	Kasrah dan ya	Ī	I dan garis di atas
آُ	Dhammah dan ya	Ū	u dan garis di atas

Garis datar di atas huruf a, I, u bisa juga diganti dengan garis lengkung seperti huruf v yang terbalik, sehingga menjadi â, î, û model ini sudah dibakukan dalam font sistem operasi.

5. Ta Marbutah

Transliterasi untuk *ta marbutah* ada dua, yaitu *ta marbutah* yang hidup atau mendapat harakat *fathah*, *kasrah* *dhammah*, transliterasinya adalah (t). sedangkan *ta marbutah* yang mati atau mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah (h). kalau pada kata yang berakhir dengan *ta marbutah* diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang *al-*serta bacaan kedua itu terpisah, maka *ta marbutah* itu ditransliterasikan dengan ha (h).

6. Syaddah (Tasydid)

Syaddah atau *tasydid* yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda *tasydid* (ّ) maka dalam transliterasi ini dilambangkan dengan perulangan huruf (konsonan ganda) yang diberi tanda *syaddah*.

7. Hamzah

Aturan transliterasi huruf *hamzah* menjadi *apostrof* (‘) hanya berlaku bagi huruf *hamzah* yang terletak di tengah dan di akhir kata. Namun, bila huruf *hamzah* terletak di awal kata, maka tidak dilambangkan karena dalam tulisan Arab ia berupa *alif*.

DAFTAR ISI

Surat Pernyataan Bebas Plagiasi	i
Lembar Persetujuan pembimbing	ii
Halaman Pengesahan Skripsi	iii
Motto	iv
Abstrak	v
Kata Pengantar	vi
DAFTAR ISI	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah	5
E. Tujuan Dan Manfaat Penelitian	6
F. Kajian Pustaka	6
G. Metodologi Penelitian.....	8
H. Sistematika Penulisan	10
BAB II TINJAUAN UMUM MATERNITY	11
A. Pra Persalinan	11
1. Maternity Dan Definisi Kehamilan	11
2. Memilih Pasangan Yang Baik	11
3. Menstruasi	13
4. Sistem Reproduksi	14
5. Persiapan Kehamilan	17
6. Proses Perkembangan Janin Menurut Al-Qur'an	19
7. Proses Perkembangan Janin Menurut Ilmu Pengetahuan	26
8. Proses Terjadinya Bayi Tabung	30
9. Hal Yang Dbolehkan Dan Pantangan Bagi Ibu Hamil	32
10. Tujuan Janin Diciptakan	40
B. Persalinan	45
1. Definisi Persalinan Menurut Bahasa Dan Istilah	45
2. Persiapan Menghadapi Persalinan	46
3. Posisi Terbaik Dalam Persalinan	48
4. Makanan Dan Minuman Yang Dianjurkan Menjelang Persalinan	49
C. Pasca Persalinan	49
1. Definisi Menyusui	50
2. Persiapan Menyusui Anak	50

BAB III TAFSIR AYAT AL-QUR'AN TENTANG MATERNITY	51
A. Menjalani Kehamilan Dengan Mudah QS. Maryam ayat 22	51
B. Saat Proses Persalinan Tiba QS. Maryam ayat 23-25	59
C. Menyusui Anak Selama 2 Tahun QS. Al-Baqarah ayat 233	61
BAB IV PENUTUP	68
A. Kesimpulan	68
B. Saran	68
DAFTAR PUSTAKA	69

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Al-Qur'an adalah kitab suci terakhir yang diwahyukan Allah SWT kepada Nabi dan Rasul-Nya. Kitab ini diturunkan kepada Nabi Muhammad saw, penutup para Nabi dan Rasul. Sebelumnya Allah SWT telah mewahyukan kitab suci-Nya kepada beberapa Nabi atau Rasul, seperti Taurat kepada Nabi Musa, Zabur kepada Nabi Daud dan Injil kepada Nabi Isa. Selain bentuk kitab, Allah SWT juga menurunkan wahyu-Nya dalam bentuk lembaran-lembaran (suhuf) seperti yang diberikan kepada Nabi Ibrahim dan juga Nabi Musa.¹

Al-Qur'an memiliki banyak fungsi, secara umum fungsi al-Qur'an yang pertama, al-Qur'an sebagai petunjuk (*hudan*) untuk seluruh manusia umumnya dan yang bertakwa khususnya agar mendapatkan keselamatan dan kebahagiaan di dunia dan akhirat. Kedua, al-Qur'an sebagai wujud kasih sayang (*rahmah*) yang dapat mengantarkan manusia kehidupan yang penuh kasih sayang Allah SWT. Ketiga, al-Qur'an sebagai bimbingan (*mauidzah*) untuk manusia dalam mencapai keluhuran dan kesucian fitrahnya. Keempat, al-Qur'an juga dapat berfungsi sebagai penjelasan dan pemerinci (*tibyan wa tafshil*) tentang apa saja yang perlu diketahui manusia demi keselamatan dunia akhirat. Kelima, al-Qur'an sebagai pembeda antara yang baik dan yang buruk (*furqan*), antara yang benar dan salah, serta antara petunjuk dan sesat. Selain itu, jika membaca al-Qur'an akan mendapatkan pahala.²

Semakin dalam mempelajari isi kandungan al-Qur'an maka akan semakin jelas pertemuannya dengan ilmu pengetahuan atau sains. Banyak penemuan-penemuan ilmiah pada abad-abad terakhir yang justru telah disebutkan dalam al-Qur'an. Padahal al-Qur'an telah turun ribuan tahun sebelum dunia sains berkembang, termasuk tentang kehamilan.³ Seperti di dalam al-Qur'an surah Az-Zumar ayat 6

خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ ثُمَّ جَعَلَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَأَنْزَلَ لَكُمْ مِنْ
الْأَنْعَامِ ثَمَانِيَةَ أَزْوَاجٍ ۚ يَخْلُقُكُمْ فِي بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ خَلْقًا مِّنْ بَعْدِ خَلْقٍ فِي
ظُلُمَاتٍ ثَلَاثٍ ۚ ذَلِكُمْ اللَّهُ رَبُّكُمْ لَهُ الْمُلْكُ ۚ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ ۚ فَآتِنِا تَصْرُفُونَ

¹ Agus Salim Syukran, "Fungsi Al-Qur'an Bagi Manusia" dalam *Jurnal Studi Al-Qur'an, Falsafah Dan Keislaman* (Lamongan: Sekolah Tinggi Ilmu Al-Qur'an Dan Sains, 2019), Vol. 1. No.2, h.90.

² M.Pudjiharjo Dkk, *Ushul Fikih Ekonomi Syariah* (Malang: Universitas Brawijaya Press, 2021), h. 60.

³ Andi Thahir, *Psikologi Perkembangan : Memahami Pertumbuhan Dan Perkembangan Manusia Dari Fase Prenatal Sampai Akhir Kehidupan Dengan Dilengkapi Teori-Teori Perkembangan* (Yogyakarta: CV Andi Offset, 2023), h. 83

“Dia menciptakanmu dari jiwa satu (Adam) kemudain darinya Dia menjadikan pasangannya dan Dia menurunkan delapan pasang hewan ternak untukmu. Dia menciptakanmu dalam perut ibumu kejadian demi kejadian dalam tiga kegelapan. Yang (berbuat) demikian itu adalah Allah, Tuhamu, pemilik kerajaan. Tidak ada Tuhan selain Dia. Mengapa kamu dapat berpaling dari (kebenaran)?”

Ketika sudah menikah maka kehamilan menjadi sebuah impian seorang perempuan, karena kehamilan merupakan cara untuk sempurna menjadi seorang istri sekaligus ibu dari anak yang di kandungnya. Proses kehamilan diawali dengan adanya pembuahan, dilanjut dengan perkembangan janin dalam rahim, lalu diakhiri dengan lahirnya bayi.⁴

Seorang wanita (muslim) ketika mengetahui bahwa dirinya hamil hal yang pertama harus di lakukan ialah bergembira atas kehamilannya. Karena tidak jarang pasangan suami istri yang sudah menikah puluhan tahun belum dikaruniai anak. Bergembira merupakan perbuatan yang mulia, karena perbuatan tersebut merupakan tanda syukur kepada Allah yang telah menitipkan amanah di dalam rahim seorang wanita. Meskipun bukan anak pertama tetap hal yang pertama dilakukan ialah bergembira dan bersyukur.⁵

Dalam mempersiapkan kehamilan penting dilakukan sedini mungkin setelah menikah dan siap untuk memiliki anak. Hal ini penting dilakukan agar tubuh siap untuk hamil dan tetap sehat selama menjalani kehamilan. Selain itu mempersiapkan kehamilan yang matang agar bayi dapat dilahirkan dengan selamat, sehat dan sempurna tanpa adanya kekurangan apapun.⁶

Kehamilan yang baik dan sehat membutuhkan persiapan fisik dan mental, maka dari itu perencanaan kehamilan harus dilakukan sebelum masa kehamilan. Salah satu yang perlu dipersiapkan pada kehamilan misalnya nutrisi ibu hamil. Karena nutrisi yang baik juga berperan dalam proses pembentukan sperma dan sel telur yang sehat. Nutrisi yang baik dapat mencegah anemia saat kehamilan, pendarahan, pencegahan infeksi dan pencegahan komplikasi kehamilan.⁷

Pertumbuhan janin di dalam rahim atau uterus melalui tiga tahapan, di dalam al-Qur'an menggunakan istilah 'kegelapan' karena proses

⁴ Imam Rasjidi, *Panduan Kehamilan Muslimah: Panduan Ibu Hamil, Melahirkan, Dan Perawatan Bayi Secara Medis dan Islam* (Jakarta: Noura Books, 2015), h.2.

⁵ Rizem Aizid, *Buku Lengkap Fiqih Kehamilan Dan Melahirkan* (Jakarta: SAUFA, 2016), h. 15.

⁶ L Hartini dkk, *Kehamilan Sehat Untuk Cegah Stunting Pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK)* (Pekalongan: Penerbit NEM, 2023), h.3.

⁷ Juli Oktalia and Herizasyam, 'Kesiapan Ibu Menghadapi Kehamilan dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya', *Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan*, 3.2 (2016), 147–59. h. 148.

pertumbuhan janin atau penciptaan manusia dalam perut wanita terjadi di dalam rahim yang gelap. Dalam bidang ilmu biologi modern telah mengungkapkan bahwa adanya pembentukan embrio dalam bayi, maka dalam rahim wanita hamil akan terjadi tiga daerah yang berbeda.⁸

Janin akan berkembang di dalam rahim wanita, terjadi di setiap trimester kehamilannya. Dalam proses kehamilan terdapat tiga trimester. Trimester pertama (minggu 1-12), proses terbentuknya organ-organ penting yaitu mata, jantung, ginjal, hati, saluran pencernaan, paru-paru, tulang, tangan atau lengan, kaki dan organ tubuh lainnya. Selanjutnya trimester kedua (minggu 13-27) pada trimester ini berat janin mulai bertambah dan organ mulai berfungsi. Terakhir di trimester ketiga (minggu 28-40) maka berat janin mulai bertambah pesat dan organ mulai matang.⁹

Rahim merupakan tempat janin yang tepat untuk kestabilannya dari hari pertama hingga hari terakhir kehamilan. Rahim mampu untuk terus berkembang biasanya mencapai 7 sentimeter, bahkan pada masa akhir kehamilan bisa mencapai 35 sentimeter. Sedangkan beratnya terus bertambah dari 30-40 gram ketika awal masa kehamilan, saat masa akhir kehamilan biasanya mencapai 1.200 – 1.500 gram. Karena kuasa Allah rahim Allah ciptakan dengan kokoh, apabila tidak kokoh maka ibu yang hamil akan kesulitan untuk melakukan aktivitas.¹⁰

Tidak bisa dipungkiri kondisi kehamilan akan mengalami ketidaknyamanan yang luar biasa, maka tidak jarang hal tersebut menimbulkan keluhan sekaligus sebagai ujian kesabaran bagi calon ibu dan juga ayah. Merasa cemas, takut dan pengaruh perasaan lainnya dari perubahan emosi istri sering kali membuat suami merasa jenuh dengan hal itu. Maka disinilah letak keutamaannya, agar suami istri bisa lebih dekat dengan Allah.¹¹

Ketidaknyamanan yang timbul atau gangguan selama kehamilan setiap wanita hamil berbeda-beda. Gangguan tersebut bervariasi mulai dari yang ringan hingga tingkat berbahaya dan perlu penanganan dokter. Gangguan kehamilan datangnya tiba-tiba. Ada yang mengalami gangguan saat hamil muda, hamil tua atau saat menjelang persalinan. Gangguan kehamilan yang dialami oleh wanita hamil hampir semuanya dapat diatasi,

⁸ Andi Thahir, *Psikologi Perkembangan : Memahami Pertumbuhan dan Perkembangan Manusia Dari Fase Prenatal Sampai Akhir Kehidupan Dengan Dilengkapi Teori-Teori Perkembangan* (Yogyakarta: CV Andi Offset, 2023). H. 83.

⁹ Tuti Meihartati., dkk *1000 Hari Pertama Kehidupan* (Yogyakarta: Deepublish, 2018), h.1.

¹⁰ M I Taufiq, *Dalil Anfus Al-Qur'an dan Embriologi: (Ayat-Ayat Tentang Penciptaan Manusia)* (Solo: Tiga Serangkai, 2006), h. 62.

¹¹ K F Abbas, *Dahsyatnya Energi Gerakan Shalat Bagi Perkembangan Kesehatan dan Kecerdasan Janin* (Yogyakarta: Sabil, 2015), h. 14.

terlebih jika gangguan tersebut dideteksi lebih awal. Salah satunya dengan cara memeriksakan kehamilan secara teratur.¹²

Kebanyakan perempuan yang sedang hamil, tahap persalinan dimulai antara minggu ke-39 dan 41 usia kehamilan. Setiap orang mempunyai rentang waktu yang berbeda-beda dalam tahap kehamilan, maka tidak sedikit bayi yang dilahirkan tanpa menunjukkan premature atau lahir terlambat. Persalinan akan dimulai saat kontraksi rahim mulai meregangkan jaringan di sekitar *servic*. Diawali berbagai tanda-tanda jika akan memasuki proses persalinan. Seperti nyeri di selangkangan, sakit pada panggul dan tulang belakang, keluar lender kental bercampur darah, kontraksi dan air ketuban pecah.¹³

Persalinan merupakan waktu yang ditunggu-tunggu dan mengkhawatirkan bagi orang tua. Karena lahirnya seorang anak membawa kebahagiaan bagi keduanya. Disisi lain seorang wanita harus berjuang dalam menghadapi proses persalinan. Maka dibutuhkan kesiapan fisik dan mental. Kesiapan fisik yaitu kesiapan tubuh untuk menghadapi persalinan. Persalinan merupakan proses melelahkan sekaligus menyakitkan. Tidak jarang wanita yang meninggal dunia saat proses persalinan. Maka saat proses persalinan dibutuhkan juga kesiapan mental untuk menghilangkan perasaan khawatir yang berlebih.¹⁴

Dalam proses persalinan terdapat beberapa metode, di Indonesia metode persalinan yang biasa digunakan adalah metode persalinan normal dan operasi *caesar*. Menentukan metode persalinan merupakan pertimbangan besar bagi perempuan yang sedang hamil. Pemilihan metode persalinan dapat ditentukan sesuai kondisi ibu hamil. Pada dasarnya melahirkan normal atau *caesar* sama baiknya, keduanya memiliki keuntungan dan resiko masing-masing.¹⁵

Setelah melalui proses persalinan seorang wanita mempunyai tugas untuk menyusui anaknya. Dalam waktu 30 menit setelah melahirkan, seorang ibu akan dibantu untuk mulai kontak dengan bayi (*skin to skin contact*) dan mulai menyusui bayi. Karena pada saat setelah bayi lahir ke dunia bayi dalam keadaan peka terhadap rangsangan, selanjutnya bayi akan menyusu secara alamiah.¹⁶ Sebaiknya wanita menyusui anaknya selama 2 tahun dan tidak lebih, waktu tersebut boleh dikurangi dengan kesepakatan orang tua jika pilihan tersebut mendesak dan demi kebaikan anak. Air susu ibu menjadi

¹² S Gunawan, *Mau Anak Laki-Laki atau Perempuan Bisa Diatur* (Jakarta: Agromedia Pustaka, 2010). h. 94.

¹³ P D Z Subhan, *Al-Qur'an dan Perempuan* (Jakarta: Kencana, 2015), h. 260.

¹⁴ M Yusuf, *Banjir Pahala Setelah Menikah* (Yogyakarta: Saufa), h. 65.

¹⁵ Ernawati, dkk., *Ketidaknyamanan dan Komplikasi Yang Sering Terjadi Selama Persalinan dan Nifas* (Malang: Rena Cipta Mandiri, 2022), h. 12.

¹⁶ Fitriani Umar, *Inisiasi Menyusui Dini (IMD) Dan Keberlangsungan Asi Anak Usia Dibawah Dua Tahun* (Pekalongan: Penerbit NEM, 2021), h. 35.

asupan yang paling utama untuk anak, karena anak dibentuk dari darah ketika anak berada di dalam kandungan, ketika anak sudah lahir maka darah berpindah pada susu ibu.¹⁷

Wanita setelah melahirkan normalnya akan berlimpah air susu. Tidak mudah bagi wanita memutuskan untuk menyusui anaknya, terlebih bagi wanita yang bekerja. Karena berbagai pertimbangan.¹⁸ Padahal menyusui adalah pelayanan kasih ibu untuk anaknya. Selain itu banyak sekali manfaat dan pahala yang wanita peroleh dari menyusui anak. Tetapi saat ini tidak sedikit wanita yang enggan menyusui anaknya.

Pemaparan di atas penulis tertarik untuk mengkaji tentang kehamilan, persalinan dan menyusui dalam Al-Qur'an dilihat dariacamata ilmu tafsir dan ilmu pengetahuan. Dalam penelitian ini, penulis akan menganalisa proses kehamilan, persalinan dan menyusui melalui sudut pandang tafsir ilmi. Berdasarkan penjelasan latar belakang yang telah penulis paparkan di atas, maka lahirilah penelitian dengan judul “Maternity Dalam Perspektif Al-Qur'an”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka penulis dapat mengidentifikasi pokok-pokok permasalahan sebagai acuan dalam penelitian, yaitu:

1. Banyaknya wanita hamil yang mengalami berbagai permasalahan selama masa kehamilan
2. Kondisi wanita dalam menjalani kehamilan, melahirkan dan menyusui
3. Anjuran untuk menyusui anak selama 2 tahun
4. Kebutuhan untuk menganalisa *maternity* dalam perspektif al-Qur'an

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, agar pembahasan lebih terarah dan mudah difahami maka penulis akan membatasi masalah ini hanya terfokus pada pembahasan *Maternity Dalam Perspektif Al-Qur'an* (kehamilan, melahirkan dan menyusui)

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan di atas, maka permasalahan tersebut dapat dirumuskan sebagai berikut:

Bagaimana ayat-ayat tentang *maternity* dalam al-qur'an menurut pandangan para mufassir?

¹⁷ M Y Saminan Ismail and S Syahminan, *Sains Dalam Al-Qur'an* (Aceh: Syiah Kuala University Press, 2023), h. 74.

¹⁸ Steven Christian, *Women And Breast 1: Pengetahuan Dasar Dan Cara Merawat Payudara, Serta Kelainan Pertumbuhannya* (Yogyakarta: PBMR ANDI, 2021).

E. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Adapun tujuan dari penulisan skripsi ini adalah :

1. Menjelaskan bagaimana proses berkembangnya janin di dalam rahim.
2. Menjelaskan bagaimana menjalani kehamilan, persalinan dan menyusui menurut alqur'an dan ilmu pengetahuan.
3. Menjelaskan bagaimana menjalani kehamilan, persalinan dan menyusui dengan baik.
4. Menjawab permasalahan yang ada di masyarakat terkait maternity

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah :

1. Secara Teoritis
Penelitian ini diharapkan bermanfaat untuk pengetahuan ilmiah pada bidang tafsir, dinas kesehatan, pemerhati kesehatan ibu dan anak, kader posyandu dan ibu hamil sampai menyusui.
 - a. Manfaat untuk pengkaji al-Qur'an.
 - b. Manfaat untuk pengkaji *maternity*.
 - c. Manfaat untuk berbagai Lembaga seperti KUA, penyuluh agama yang akan membimbing orang yang akan menikah
 - d. Bermanfaat untuk Lembaga Pemberdayaan Perempuan Dan Anak
 - e. Bermanfaat untuk yang baru menikah
2. Secara Praktis
 - a. Menambah wawasan penulis secara mendalam mengenai *Maternity Dalam Perspektif Al-Qur'an*
 - b. Menambah pengetahuan bagi penulis dan pembaca mengenai kehamilan, persalinan dan menyusui menurut al-Qur'an dan ilmu pengetahuan
 - c. Membeikan pengetahuan terkait maternity kepada pemerhati kesehatan ibu dan anak
 - d. Untuk memenuhi salah satu syarat dalam rangka mendapatkan gelar S1 Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin

F. Kajian Pustaka

Kajian pustaka yang dimaksud adalah kajian seputar literatur-literatur yang penulis telusuri dari karya-karya sebelumnya. Sejauh pengetahuan penulis yang melakukan tinjauan terhadap kepustakaan sudah ada beberapa penelitian yang meninjau tentang pembahasan yang terkait. Adapun dari pembahsan-pembasahab sebelumnya, penulis mendapatkan banyak informasi dan mempunyai relevansi dengan skripsi ini. Beberapa penelitian lain tersebut akan penulis paparkan sebagai berikut :

1. Skripsi yang ditulis oleh Siti Halimatur Rosidah dari Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember berjudul "*Konsep Embrio Dalam Perspektif*

Al-Qur'an Dan Sains Berdasarkan QS. Al-Mu'minin Ayat 12-14 (Kajian Tafsir Al-Misbah Dan Relevansinya Dengan Ilmu Sains)" dalam skripsinya Siti Halimatur Rosidah mengatakan reproduksi selalu dilakukan manusia untuk mendapatkan keturunan. Maka seiring perkembangan zaman dan ilmu pengetahuan modern sudah saatnya tidak hanya memahami proses reproduksi di dalam sains, tetapi juga memahaminya sudut pandangan al-Qur'an. Proses penciptaan manusia dalam dua perspektif yang berbeda, yakni dalam al-Qur'an dan ilmu sains, Skripsi ini dapat memberi kontribusi untuk judul yang penulis ambil yaitu terkait tentang proses terbentuknya embrio. Persamaan dengan skripsi ini yang penulis kaji yaitu sama-sama membahas tentang proses penciptaan manusia dalam QS. Al-Mu'minin ayat 12-14. Adapun perbedaannya yaitu penulis tidak hanya membahas proses penciptaan manusia saja, tetapi penulis membahas kehamilan dan persalinan.¹⁹

2. Skripsi yang ditulis oleh Ati Hidayati dari Institut Ilmu Al-Qur'an Jakarta berjudul "*Persalinan Perspektif Mufasir Dan Ilmu Kebidanan (Kajian Surat Maryam Ayat 22-26)*" dalam skripsinya Ati Hidayati mengatakan proses persalinan yang ada dalam ilmu kebidanan ternyata tidak bertentangan dengan proses persalinan yang ada di dalam al-Qur'an yaitu tercantum dalam surat Maryam ayat 22-26. Akan tetapi, al-Qur'an tidak menjelaskan secara detail mengenai proses persalinan karena Sebagian isi al-Qur'an bersifat universal yang membutuhkan penjelasan. Di dalam ilmu kebidanan dijelaskan, sebagai tanda awal persalinan sudah dekat diawali dengan adanya kontraksi, sebagaimana yang tersirat pada surat Maryam ayat 22. Kemudian posisi bersandar yang dijelaskan dalam al-Qur'an, ternyata melahirkan. Karena mendukung gaya gravitasi, agar bayi mudah dan cepat keluar serta mengurangi robekan pada jalan lahir. Skripsi ini dapat menjadi kontribusi dengan untuk judul yang penulis ambil yaitu terkait tentang persalinan. Persamaan dengan skripsi ini yang penulis kaji yaitu sama-sama membahas tentang persalinan. Adapun perbedaannya yaitu penulis tidak hanya membahas metode persalinan saja, tetapi penulis juga membahas bersikap tenang dalam menjalani persalinan.²⁰
3. Skripsi yang ditulis oleh Muyassaroh dari Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya yang berjudul "*Khasiat Buah Kurma Bagi Ibu Bersalin Dalam Al-Qur'an (Studi Analisis Surah Maryam Ayat 25 Perspektif Mustofa Al-Maraghi)*" dalam skripsinya Muyassaroh mengatakan Allah mempunyai maksud tertentu dengan menyeruh untuk memperhatikan khasiat buah kurma. Sebagaimana Allah SWT kepada Maryam untuk memakan buah kurma ketika proses melahirkan yang terdapat dalam surat Maryam ayat 25. Seperti yang

¹⁹ Siti Halimatur Rosyidah, "Konsep Embrio Dalam Perspektif Al-Qur'an Dan Sains Berdasarkan QS. Al-Mu'minin Ayat 12-14 (Kajian Tafsir Al-Misbah Dan Relevansinya Dengan Ilmu Sains)", dalam *Skripsi* (Jember: UIN Kiai Haji Acmad Siddiq, 2021)

²⁰ Ati Hidayati, "Persalinan Perspektif Mufasir Dan Ilmu Kebidanan", dalam *Skripsi* (Jakarta: Institut Ilmu Al-Qur'an, 2020)

dialnsir bahwa wanita yang melahirkan akan banyak kehilangan dua hal, yaitu energi dan darah. Akan tetapi Allah mengatasi dan melengkapi dua hal tersebut hanya dengan kurma. Skripsi ini menjadi kontribusi dengan skripsi yang penulis ambil. Persamaan dengan skripsi ini yang penulis kaji yaitu sama-sama membahas tentang manfaat buah kurma untuk persalinan. Adapun perbedaannya yaitu penulis tidak hanya membahas tentang manfaat buah kurma untuk persalinan, tetapi penulis juga membahas tentang kehamilan dan persalinan.²¹

4. Buku yang dituliskan oleh Irfan Rahmatullah berjudul “Menjalani Kehamilan Dan Persalinan Yang Sehat” dalam buku ini dijelaskan kehamilan adalah saat yang indah dan singkat bagi seorang calon ibu bersama suami. Waktu yang singkat mengharuskan bagi calon ibu mencari informasi yang singkat untuk mengoptimalkan perjalanan kehamilan. Selain itu dijelaskan juga mengenai persiapan menghadapi persalinan.²²
5. Buku yang ditulis oleh Sa'idatul Nafisah berjudul “Panduan Hamil Sehat Dan Syar’I” dalam buku ini dijelaskan ketika wanita sudah menikah kebahagiaannya yaitu ketika ia dinyatakan positif hamil terlebih ketika kehamilan yang pertama. Baginya kehidupannya tidak akan lengkap tanpa kehadiran seorang anak. Kehamilan pun bukan perkara yang mudah. Ada banyak hal yang harus diketahui ketika ia menjalani kehamilan. Seperti perkembangan janin di dalam kandungannya, apa saja yang boleh dan tidak boleh dilakukan selama masa kehamilan dan lain sebagainya.²³

G. Metode Penelitian

Metode penelitian atau metode ilmiah adalah prosedur atau Langkah-langkah dalam mendapatkan pengetahuan ilmiah atau ilmu. Jadi metode penelitian adalah cara sistematis untuk menyusun ilmu pengetahuan.²⁴ Sedangkan penelitian adalah suatu penyelidikan terorganisasi atau penyelidikan yang hati-hati dan kritis dalam mencari fakta untuk menentukan sesuatu. Kata penelitian adalah terjemahan dari kata *research* yang berasal dari bahasa Inggris. Kata tersebut terdiri dari dua kata yaitu *re* artinya kembali

²¹ Muyassaroh, "Khasiat Buah Kurma Bagi Ibu Bersalin Dalam Al-Quran (Studi Analisis Surah Maryam Ayat 25 Perspektif Mustofa Al- Maraghi)", dalam Skripsi (Surabaya: UIN Sunan Ampel, 2020)

²² Irfan Rahmatullah, *Menjalani Kehamilan & Persalinan Yang Sehat* (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2019), t.d

²³ Sa'idatul Nafisah, *Panduan Hamil Sehat & Syar'i: Dahsyatnya Ibadah-Ibadah Sunnah Khusus Ibu Hamil Untuk Mencetak Anak Cerdas, Sehat, Dan Shalih/Shalihah* (Yogyakarta: Sabil), t.d

²⁴ Suryana, 'Metodologi Penelitian : Metodologi Penelitian Model Praktis Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif', *Universitas Pendidikan Indonesia*, 2012, 1–243, h. 20.

dan *to search* artinya mencari. Jadi pengertian research ialah mencari kembali suatu pengetahuan.²⁵

Untuk mendapatkan fakta dan data yang objektif dalam penelitian ini, maka jenis penelitian ini bersifat kepustakaan (*library research*) sebuah metode penelitian kualitatif atau juga dinamakan postpositivistik karena berlandaskan pada filsafat post positivisme, serta sebagai metode artistic karena proses penelitian lebih bersifat seni (kurang terpola). Metode penelitian kualitatif juga merupakan metode penelitian yang lebih menekankan pada spek pemahaman secara mendalam terhadap suatu masalah dari pada melihat permasalahan untuk untuk penelitian generalisasi.²⁶

Dengan demikian hal-hal yang menjadi titik tekan agar diperhatikan dan diupayakan dalam penelitian adalah:

1. Sumber data, dalam penelitian ini penulis mengambil sumber data yang relevan. Sumber data yang digunakan dalam penulisan ini terdiri dari sumber data primer dan sumber data sekunder.
 - a. Sumber data primer, yaitu data yang diperoleh atau dikumpulkan oleh peneliti secara langsung dari sumber datanya. Sumber data primer yang penulis gunakan yaitu berupa kitab-kitab tafsir, terutama kitab tafsir ilmi. Buku ilmu dalam kebidanan, dan buku-buku ilmu kebidanan lainnya.
 - b. Sumber data sekunder, yaitu literatur pendukung lainnya yang relevan dengan tema peneliti ini, seperti buku yang berjudul "*Panduan Hamil Sehat Dan Syar'I*" karya Sa'idatul Nafisah, tafsir al-Qur'an, artikel, jurnal, tulisan ilmiah dan lain sebagainya yang dapat melengkapi data-data primer.
2. Pengumpulan data, dalam penelitian ini pengumpulan data diperoleh dari literatur yang berkaitan dengan objek penelitian. Seperti yang dijelaskan diatas bahwa penelitian ini adalah penelitian pustaka (*library research*), maka metode yang penulis gunakan adalah berupa dokumentatif yaitu dengan mengumpulkan, memeriksa, dan mencatat data-data yang berkaitan dengan tema yang dibahas dan bersumber dari buku, kitab tafsir, hadits, jurnal, artikel, dan lain sebagainya.
3. Metode dan analisis data, metode yang digunakan dalam karya ini adalah metode penafsiran dengan corak *maudhu'i* (tematik) yaitu metode tafsir yang berusaha mencari jawaban al-Qur'an dengan cara mengumpulkan ayat-ayat al-Qur'an yang mempunyai tujuan yang satu, yang sama-sama membahas topik

²⁵ Sandu Siyoto & M. Ali Sodik, *Dasar Metodologi Penelitian* (Sleman: Literasi Media Publishing, 2015), h. 4.

²⁶ Sandu Siyoto & M. Ali Sodik, *Dasar Metodologi Penelitian*, hal. 27-28

atau judul tertentu.²⁷ Analisis yang penulis gunakan adalah analisis data kualitatif atau upaya untuk mengungkapkan makna dari data penelitian dengan cara mengumpulkan data sesuai dengan klasifikasi tertentu,²⁸ yang kemudian penulis lapangkan dengan studi kasus yang terjadi dan beredar.

4. Teknik penulisan skripsi, skripsi ini ditulis dengan mengacu pada pedoman yang diberikan oleh fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam Universitas PTIQ Jakarta.²⁹

H. Sistematika Penulisan

Dari uraian dan tujuan penelitian ini maka sistematika penulisan di dalam karya tulis ini meliputi lima bab. Penyusunan bab dilakukan secara kronologis, yaitu saling berkesinambungan antara satu bab dengan bab selanjutnya sehingga memberikan gambaran yang utuh juga persisi dalam pembahasan terkait. Mengenai bab-bab tersebut antara lain:

Bab I, pendahuluan yang terdiri dari: latar belakang, identifikasi masalah, pembatasan masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian pustaka, metodologi penelitian, dan sistematika penulisan.

Bab II, fokus pembahasan pra persalinan meliputi daefinisi kehamilan menurut bahasa dan istilah, memilih pasangan yang baik, mesntruasi, sistem reproduksi, persiapan kehamilan, proses perkembangan janin menurut al-Qur'an, proses perkembangan janin menurut ilmu pengetahuan, proses terjadinya bayi tabung, hal yang dibolehkan dan pantangan bagi ibu hamil, tujuan janin diciptakan. Setelah itu persalinan, meliputi definisi persalinan menurut bahasa dan istilah, persiapan menghadapi persalinan, posisi terbaik dalam persalinan, makanan dan minuman yang dianjurkan menjelang persalinan, yang terakhir pasca persalinan meliputi definisi menyusui dan persiapan menyusui anak

Bab III, ini merupakan inti dari penelitian terkait. Penulis dalam bab ini akan memaparkan tafsir ayat al-Qur'an terkait maternity. Meliputi menjalani kehamilan dengan baik QS. Maryam ayat 22, saat proses persalinan tiba QS. Maryam ayat 23-25 dan menyusui anak selama 2 tahun QS. Al-Baqarah ayat 233.

Bab IV, merupakan bagian penutup dari skripsi ini berisi kesimpulan dan saran-saran untuk penelitian selanjutnya.

²⁷ Moh. Tulus Yamani, 'Memahami Al-Qur ' an Dengan Metode Tafsir Maudhu'i', *Jurnal PAI*, 1.2 (2015), 273–91, h. 277.

²⁸ Sandu Siyoto & M. Ali Sodik *Dasar Metodologi Penelitian*, hal.123

²⁹ Andi Rahman, "Menjadi Peneliti Pemula Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir", (Jakarta: Universitas PTIQ, 2022)

BAB II

TINJAUAN UMUM

A. Pra Persalinan

1. *Maternity* Dan Definisi Kehamilan

Maternity ialah keadaan menjadi seorang ibu, tidak sampai disitu melainkan karakteristik yang terkait menjadi seorang ibu seperti kehamilan, persalinan, melahirkan dan menyusui.³⁰ Kehamilan diartikan sebagai *fertilisasi* atau penyatuan dari *spermatozoa* (sel sperma) dan ovum (sel telur) lalu dilanjutkan dengan *nidasi* (penanaman). Jika dihitung dari saat *fertilisasi* hingga lahirnya bayi, maka kehamilan normal akan berlangsung dalam waktu 40 minggu atau 9 bulan menurut kalender internasional. Kehamilan terbagi dalam 3 periode atau semester, trimester pertama berlangsung dalam 12 minggu, trimester kedua 15 minggu yaitu minggu ke 13 sampai ke 27 dan trimester ketiga 13 minggu (minggu ke 28 sampai minggu 40).³¹ Kehamilan 40 minggu disebut kehamilan matur (cukup bulan). Namun jika kehamilan lebih dari 43 minggu disebut kehamilan *postmatur*. Kehamilan antara 28 dan 36 minggu ialah kehamilan *premature*.³² Hamil artinya mengandung janin dalam rahim karena sel telur dibuahi oleh *spermatozoa*.³³

2. Memilih Pasangan Yang Baik Untuk Anaknya

Proses mendidik anak dimulai sejak memilih pasangan hidup. Laki-laki akan menjadi ayah dari anak-anaknya dan wanita akan menjadi ibu dari anak-anaknya. Maka ini menjadi hal yang utama ketika memilih calon pasangan untuk memperhatikan sisi agama pasangannya. Itulah kunci kebaikan dan bibit unggul untuk anak-anak yang akan dilahirkan nanti. Seorang anak yang baik tentu dilahirkan dengan proses terbaik dan dilahirkan dengan cara terbaik.³⁴ Rasulullah mengingatkan kepada yang ingin menikah selektif dalam memilih pasangan sebagaimana sabdanya:³⁵

³⁰ <https://tradukka.com/dictionary/en/id/maternity?hl=id> diakses pada 06 November 2024 pukul 08:41 WIB

³¹ Yuanita Syaiful and Lilis Fatmawati, *Asuhan Keperawatan Kehamilan* (Surabaya: Jakad Media Publishing), h. 9

³² Miftahul Khairoh, dkk., *Asuhan Kebidanan Kehamilan* (Surabaya: Jakad Media Publishing, 2019), h. 2

³³ <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/hamil>, diakses pada tanggal 29 November 2023 pukul 06:05 WIB

³⁴ Mohammad Wifaqul Idaini, *Wasiat Rasulullah Tentang Anak Cara Islami Mengasuh Dan Mendidik Anak Dari Kelahiran Hingga Pernikahan* (Yogyakarta: Araska, 2019), h. 205.

³⁵ Muhammad ibn Ismail Al-Bukhari, *Shahih Al-Bukhari* (Beirut: Dar al-Ma'rifah, 2001), h. 101

تُنكِحُ الْمَرْأَةَ لِأَرْبَعٍ: لِمَالِهَا وَحَسَبِهَا وَجَمَالِهَا وَوَلَدِيَّتِهَا، فَظَفَرٌ بِذَاتِ
الدِّينِ تَرَبَّتْ يَدَاكَ

“Dinikahi perempuan karena empat perkara, yaitu karena kekayaannya, keturunannya, kecantikannya dan agamanya. Tetapi pilihlah berdasarkan agamanya agar selamatlah dirimu.” (HR. Bukhori dan Muslim)

Demikian pilihlah yang didasarkan pada kuatnya kehidupan keagamaannya pada wanita adalah paling utama yang dianjurkan oleh Rasulullah SAW dalam memilih calon istri. Karena memilih wanita baik yang shalihah dalam berumah tangga berarti memenuhi hak anak terhadap orangtua. Laki-laki wajib memilih calon ibu yang akan menjadi ibu yang baik ketika mempunyai anak nanti. Begitupun sebaiknya dengan wanita terhadap calon ayah yang akan menjadi ayah yang baik bagi anaknya.³⁶ Begitu pentingnya memilih pasangan yang baik, yang kelak akan melahirkan keturunan kita. Perihal ini telah dicontohkan oleh Nabi Ibrahim as. Dalam QS. Al-Baqarah ayat 223 Allah berfirman

نِسَاؤُكُمْ حَرْثٌ لَّكُمْ

“istri-istrimu ibarat tanah tempat kamu bercocok tanam”

Ayat di atas menggambarkan hati, betapa dahsyatnya hati. Dengannya tumbuh niat menjadi seorang ibu, perasaan cinta yang dalam untuk mendidik anak-anaknya dan menguatkan tekad untuk berjuang menjadi pendidik sejati agar anak-anaknya tumbuh menjadi anak yang shalih dan shalihah. Hal ini ditunjukkan oleh ibunda Ismail yaitu Hajar. Yang gigih mencari air untuk memberi minum anak tercintanya Ismail as. Bukan satu kali atau dua kali dia berjuang menghadapi ganasnya padang pasir, melainkan sampai tujuh kali. Hingga akhirnya ia mendapatkan air atas karunia Allah. Didikan inilah yang mengantarkan Nabi Ismail tumbuh menjadi anak yang shaleh dan penyabar. Kelak dari keturunan Nabi Ismail lahirlah manusia luar biasa yaitu Rasulullah saw. Ayat di atas juga mempunyai makna yang sangat mendalam seakan Allah berbicara berhati-hati dalam memilih pasangan karena berdampak besar pada kualitas keturunan yang akan dihasilkan nanti. Inilah merupakan ikhtiar yang paling utama. Sebagai wanita disamping berusaha mencari pasangan hidup yang baik, wanita juga

³⁶ Mutia Mutmainnah, *Keajaiban Doa & Ridho Ibu* (Jakarta: Kawah Media, 2008), h. 251.

dianjurkan terlebih dahulu berusaha menjadi wanita shalihah serta mau belajar menjadi istri dan ibu yang baik.³⁷

3. Menstruasi

Menurut bahasa *haid* atau menstruasi artinya mengalir. Sedangkan menurut arti *syar'i* adalah darah yang keluar dari pangkal rahim seorang wanita dalam keadaan sehat dan rutin terjadi pada waktu tertentu.³⁸ Dalam bahasa Arab kata haid berasal dari kata *hadha-hadhan* yang artinya keluarnya darah dalam waktu tertentu, ada juga yang menyebutkan berasal dari kata *had-la* dan *hasna* yang artinya mengalir.³⁹ Dalam QS. Al-Baqarah ayat 222 dijelaskan tentang haid, bahwa darah yang keluar ketika haid merupakan darah kotor.

وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَذَى

“mereka bertanya kepadamu tentang haid. Katakanlah: “haid itu adalah suatu darah kotor

Haid adalah masa persakitan. Maksud di sini ialah gangguan terhadap fisik dan psikis wanita. Secara fisik keluarnya darah segar mengakibatkan gangguan pada jasmani wanita. Rasa sakit melilit pada perut akibat rahim berkontraksi. Menurunnya nafsu seksual serta emosinya tidak terkontrol. Sedangkan gangguan psikis bagi wanita akibat tidak adanya hubungan intim karena darah haid yang keluar. Darah yang keluar saat haid termasuk darah segar, namun baunya tidak enak.⁴⁰

Ibnu Qudamah (W.620 H/ 1224 M) dalam mengatakan “Rahim akan mengeluarkan darah ketika wanita mencapai usia baligh dan terjadi pada waktu-waktu tertentu sebagai suatu hikmah, yaitu pembinaan anak. Jika wanita hamil, darah berubah fungsi menjadi bahan makanan bagi janin. Oleh karena itu pada masa kehamilan tidak terjadi menstruasi. Ketika wanita melahirkan anaknya, Allah SWT mengubah darah menjadi susu dan sebagai bahan makanan bagi bayi sehingga jarang ditemukan terjadi menstruasi pada wanita menyusui. Ketika wanita telah selesai hamil dan menyusui anaknya, darah itu kemabali seperti semula, yaitu bertempat

³⁷ Ratna Dewi Idrus, *Agar Anak Kita Seperti Nabi Ismail* (Jakarta: Elex Media Komputindo, 2015), h. 46.

³⁸ Ahmad Zacky El-Syafa, *Golden Book Keluarga Sakinah* (Yogyakarta: Media Pressindo, 2013), h. 50

³⁹ Yoli Hemdi and Naura Shafwa, *Rahasia Rumah Tangga Rasulullah* (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2020), h. 488

⁴⁰ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah (Kesan, Pesan Dan Kekeragaman Al-Qur'an)* Jilid 1, *Lentera Hati* (Tangerang, 2000), juz 2, jilid 1, h. 478.

disuatu tempat, kemudian keluar setiap bulan selama enam atau tujuh hari, atau lebih dari itu. Masa satu bulan datangnya menstruasi pada masing-masing perempuan juga berbeda-beda sesuai dengan aturan Allah SWT”.⁴¹

Menstruasi terjadi karena sel telur perempuan tidak dibuahi. Maka menyebabkan *endometrium* atau lapisan dinding *uterus* menebal dan luruh selanjutnya darah menstruasi akan dikeluarkan melalui saluran reproduksi.⁴² *Menarke* atau menstruasi pertama biasanya terjadi pada usia 12 - 13 tahun. Masih dianggap normal jika dialami oleh anak usia 10 - 16 tahun. Umumnya jarak siklus menstruasi yang normal berkisar antara 25 – 45 hari, dengan jarak rata-rata 28 hari. Lama menstruasi yang normal antara 2 – 8 hari dengan rata-rata 4 – 6 hari.⁴³

Darah yang keluar (dari vagina wanita) dapat dikatakan darah haid jika darah tersebut minimal keluarnya sehari semalam (24 jam) dan maksimal darah haid keluar selama 15 hari pada waktu tertentu. Apabila waktu darah haid dikumpulkan tidak mencapai 24 jam maka darah tersebut tidak dinamakan darah haid. Begitupun jika keluarannya melebihi 15 hari juga bukan dinamakan darah haid.⁴⁴ Ketika datang waktu haid atau mestruasi bagi wanita maka berkewajiban untuk meninggalkan shalat, puasa dan hubungan badan sampai ia suci atau selesai masa haid. Apabila haid telah selesai maka wanita pun berkewajiban untuk mandi dan sudah diperbolehkan untuk shalat serta mengerjakan ibadah lainnya.⁴⁵

4. Sistem Reproduksi

Reproduksi berasal dari kata *re* yang artinya ‘kembali’ dan kata produksi artinya ‘menciptakan atau membuat’. Jadi definisi reproduksi ialah suatu bentuk kehidupan seseorang yang mendapatkan keturunan sebagai kelestarian hidup. Sistem reproduksi adalah sistem organ tubuh makhluk hidup yang saling berhubungan diproses secara seksual dan dapat menurunkan keturunan melalui fertilisasi.⁴⁶ Disebut organ reproduksi karena sebagai sarana dalam tubuh seseorang yang berguna

⁴¹ Muhammad Izzudin Taufik, *Dalil Anfus Al-Qur'an Dan Embriologi: Ayat-Ayat Tentang Penciptaan Manusia* (Solo: Tiga Searngkai, 2006), h. 36

⁴² Murti Ani, dkk., *Manajemen Kesehatan Menstruasi* (Padang: Global Eksekutif Teknologi, 2022), h. 4

⁴³ Ning Harmanto, *SHK: Ibu Sehat & Cantik Dengan Herbal* (Jakarta: Elex Media Komputindo, 2006), h. 48

⁴⁴ Sahal Mahfudh, *Dialog Dengan Kiai Sahal Mahfudh: Solusi Problematika Umat* (Surabaya: Ampel Suci, 2003), h. 267

⁴⁵ Kamil Muhammad 'Uwaidah, *Fiqh Wanita: Edisi Lengkap* (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2008), h. 72

⁴⁶ Eka Apriyanti, dkk., *Teori Anatomi Tubuh Manusia* (Aceh: Yayasan Penerbit Muhammad Zaini, 2021), h. 105

dalam proses reproduksi.⁴⁷ Tanpa adanya proses reproduksi maka suatu makhluk hidup tidak akan bisa melestarikan kehidupan jenisnya.⁴⁸ Organ reproduksi manusia merupakan salah satu hal penting dalam kehidupan manusia. Dulu pembicaraan tentang reproduksi manusia masih sangat tabu, bukan berarti sekarang sudah tidak lagi hanya saja masih ada kalangan orang yang menganggap hal itu tidak pantas untuk dibicarakan.⁴⁹

Sistem reproduksi wanita merupakan sistem biologis yang terdiri dari organ dan jaringan yang berfungsi untuk reproduksi atau berkembang biak pada wanita. Begitupun laki-laki mempunyai organ dan jaringan untuk reproduksi, namun ada beberapa organ sistem reproduksi wanita yang tidak sama dengan laki-laki.⁵⁰ Fungsi sistem reproduksi wanita digunakan untuk menghasilkan *ovum* (sel telur). Sistem reproduksi akan mengangkat sel telur ke tempat pembuahan yang terjadi di saluran tuba.⁵¹ Sedangkan fungsi sistem reproduksi pria untuk menghasilkan, menyimpan dan mengirim *spermatozoa* (sel sperma).⁵²

Proses penciptaan manusia saat ini telah dibuktikan dengan adanya teori-teori ilmiah. Jika sebelumnya belum ada teknologi yang mampu membuktikan mengenai proses penciptaan manusia, saat ini sudah banyak para peneliti menggunakan teori ilmiah yang kemudian dihubungkan dengan al-Qur'an. proses penciptaan manusia tersebut sebagaimana yang ada di dalam al-Qur'an, dimulai asal-usul diciptakannya manusia hingga manusia di dalam rahim wanita. proses penciptaan manusia pada umumnya dikenal dengan istilah reproduksi.⁵³ Reproduksi adalah kemampuan makhluk hidup untuk menghasilkan keturunan yang baru. Tujuannya adalah untuk mempertahankan jenisnya dan melestarikan jenis agar tidak punah. Pada manusia untuk menghasilkan keturunan yang baru diawali dengan *fertilisasi* atau pembuahan.⁵⁴ Proses pembuahan untuk menghasilkan keturunan, tidak hanya melibatkan satu unsur melainkan dua unsur yaitu laki-laki dan

⁴⁷ Ismawati, dkk., *Epidemiologi Kesehatan Reproduksi* (Padang: Get Press Indonesia, 2023), h. 4

⁴⁸ Anjar Astuti, dkk., *Genetika Dan Biologi Reproduksi* (Padang: Global Eksekutif Teknologi, 2022), h. 8

⁴⁹ Barbara Nash & Patricia Gilbert, *Panduan Kesehatan Seksual* (Jakarta: Prestasi Pustakarya, 2006), h. 17

⁵⁰ Eka Rati Astuti, dkk., *Pengantar Anatomi Dan Fisiologi Untuk Kebidanan* (Pekalongan: Penerbit NEM, 2023), h. 55

⁵¹ Murti Ani, dkk., *Manajemen Kesehatan Menstruasi*, h. 12

⁵² Mellyna Hulliana, *Panduan Menjalani Kehamilan Sehat* (Jakarta: Niaga Swadaya), h.7

⁵³ Siti Halimatur Rosyidah, "Konsep Embrio Dalam Perspektif Al-Qur'an Dan Sains Berdasarkan QS. Al-Mu'minun Ayat 12-14 (Kajian Tafsir Al-Misbah Dan Relevansinya Dengan Ilmu Sains)" *Skripsi* pada Universitas Islam Negeri KH Achmad Siddiq Jember, 2021, h. 3.

⁵⁴ Sumiati, "Sistem Reproduksi Manusi" dalam *Jurnal Biologi* (Mataram: Universitas Mataram, 2013), vol. No.2, h. 1.

perempuan. Di dalam QS Al-Baqarah ayat 187 dijelaskan tentang pelestarian keturunan:

... فَأَلَانَ بِأَشْرُوهُنَّ وَابْتَعُوا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَكُمْ ...

“Sekarang campurilah mereka dan ikutilah apa yang telah ditetapkan oleh Allah untukmu (yaitu anak)”

Mubasyarah yakni bersentuhan antara dua jenis kulit yang dimaksudkan dengan bersetubuh (jima’). Allah menghalalkan kepada manusia untuk jima’ dengan istri berdasarkan ketegasan nash al-Qur’an. karenanya gaulilah mereka (isteri kalian) dan jadikanlah bersetubuh (jima’) tersebut dengan niat mengembangkan keturunan sebagaimana layaknya fitrah manusia. Di samping untuk menjaga masing-masing pihak dari perbuatan yang diharamkan oleh Allah.⁵⁵ Menggauli istri yang dilakukan oleh suami maka dapat menyebabkan bercampurnya unsur laki-laki dan perempuan (sistem reproduksi perempuan dan laki-laki). Dalam QS. Al-Insan ayat 2

إِنَّا خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ نُطْفَةٍ أَمْشَاجٍ نَبْتَلِيهِ فَجَعَلْنَاهُ سَمِيعًا بَصِيرًا

“*Sungguh Kami telah menciptakan manusia dari setetes mani yang bercampur yang Kami hendak mengujinya (dengan perintah dan larangan), karena itu kami jadikan mereka mendengar dan melihat.*

Dalam ayat di atas maksudnya adalah sesungguhnya Kami telah menciptakan anak cucu Adam dari setetes mani. Dari air laki-laki dan air perempuan. *An-nuthfah* secara bahasa artinya setiap air sedikit yang ada di dalam bejana. Kata *أَمْشَاجٍ* “yang bercampur”, maksudnya ialah yang bercampur. Kata tunggalnya adalah *masyijun* dan *masyiijun*.⁵⁶

Amsyaj adalah campuran air mani laki-laki dan air mani perempuan, dan campuran darah dan gumpalah darah. dIbnu Mas’ud berkata: ‘Air mani laki-laki yang berwarna putih dan bertekstur kasar bercampur dengan air mani perempuan yang berwarna kuning dan bertekstur lembut. Allah SWT lalu menciptakan anak dari kedua air tersebut. Saraf, tulang dan kekuatan dari air mani laki-laki, sedangkan daging, darah dan rambut dari air mani perempuan’.⁵⁷

⁵⁵ Bahrun Abu Bakar, *Tafsir Al-Maraghy* Cet. 1, Juz. 2 (Semarang: Toha Putra, 1984), h. 146

⁵⁶ Ibnu Jarir Ath Thabari, ‘Tafsir Ath-Thabari’, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2007), 675–77, juz 29, jilid 3, h. 864

⁵⁷ Syamsuddin Al-Qurthubi, *Terjemah Tafsir Al-Qurthubi* (Jakarta: Pustaka Azzam, 2007), h. 671

Hal ini dibenarkan oleh Nabi Muhammad ketika ada seorang Yahudi yang bertanya kepada Nabi Muhammad. Saat kaum Quraisy menginfokan seorang Yahudi bahwa Muhammad mengaku Nabi, tidak lama kemudian ia datang menemui Nabi dan mengajukan beberapa pertanyaan untuk menguji kebenaran pengakuan Nabi. Setelah beberapa pertanyaan di jawab oleh Nabi, sampailah ke pertanyaan terakhir dan ia berkata, “Aku akan mengajukan pertanyaan yang tidak akan bisa dijawab oleh satu orang pun kecuali seorang Nabi.” Nabi berkata, “Jika aku menjawab pertanyaanmu apakah kamu mendapat keuntungan?” Ia berkata, “Aku ingin bertanya tentang anak.” Nabi menjawab, “Bahan untuk reproduksi laki-laki berwarna putih dan wanita berwarna kuning, yaitu warna inti indung telur. Ketika mereka bersenggama dan bahan (kromosom dan gen) laki-laki leboh unggul dari pada wanita maka Allah akan menciptakan anak laki-laki. Sedangkan jika bahan perempuan lebih unggul daripada laki-laki maka Allah akan menciptakan anak perempuan”. Sebelum orang Yahudi itu pergi ia mengatakan “ Apa yang engkau katakan benar, engkau benar seorang Nabi.” Setelah orang Yahudi itu pergi maka Nabi berkata, “Ia menanyakan sesuatu padahal aku pun tidak mengetahui, maka Allah yang memberikan jawaban kepadaku”.⁵⁸

5. Persiapan Kehamilan

Wanita atau pun laki-laki yang sudah menikah dan berencana ingin punya anak, sebaiknya melakukan persiapan sebelum datangnya kehamilan. Karena kehamilan yang sehat pasti sudah dipersiapkan sebelumnya.⁵⁹ Persiapan kehamilan penting dilakukan jika sudah berencana dan siap memiliki anak. Ini sangat penting dilakukan agar tubuh seorang wanita siap untuk hamil dan sehat selama menjalani kehamilan 9 bulan lamanya. Persipana ini dilakukan salah satu tujuannya agar bayi dilahirkan dengan sehat, selamat dan tidak ada yang kurang satu pun. Kehamilan yang dipersiapkan dengan baik akan berdampak yang baik untuk janin dan adaptasi fisik dan psikologis ibu hamil. Tidak sedikit yang dipersiapkan untuk terjadinya kehamilan. Seperti pola hidup sehat, persiapan jasmani dan rohani, dan proses konsepsi.

Menjalani pola hidup sehat sebaiknya dilakukan 3-6 bulan sebelum masa konsepsi, tidak hanya perempuan saja. Tapi kedua pasangan suami istri menjalani pola hidup sehat dengan asupan makanan sehat, nutrisi serta gizi yang seimbang. Selain itu keduanya harus menghindari hal-hal yang dapat mempengaruhi kesehatan seperti alkohol, merokok, dan zat adiktif narkotika. Tidak mengkonsumsi obat-obatan seperti aspirin, kafein dan sejenisnya.

⁵⁸ Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, *Tafsir Ilmi - Penciptaan Manusia* (Jakarta: Balitbang Kemenag, 2016), Cet. 1, h. 92

⁵⁹ Yani Firda Triyana, *Panduan Klinis Kehamilan Dan Persalinan* (Yogyakarta: D-Medika, 2013).

Termasuk juga tidak melanjutkan konsumsi obat kontrasepsi dalam bentuk pila tau suntikkan.⁶⁰

Menjalani pola hidup sehat dan memperhatikan asupan nutrisi perlu dilakukan untuk mempersiapkan kehamilan yang sehat. Pola hidup sehat salah satunya bisa dilakukan dengan menghindari hal yang membahayakan kehamilan. Seperti mengkonsumsi rokok dan alkohol yang sering ditemukan dalam kehidupan sehari-hari.⁶¹ Rokok mengandung banyak zat kimia dan beracun yang dapat merusak sperma bahkan menyebabkan kemandulan. Alkohol pun tidak baik dikonsumsi karena mempunyai pengaruh buruk pada kandungan.

Menjaga kesehatan jasmani dan rohani perlu dilakukan untuk mempersiapkan kehamilan. Hal yang paling mendasar yang dapat dilakukan selain berusaha ialah berdo'a kepada Allah. Karena hanya Allah yang bisa mewujudkan seorang istri dapat hamil. Seperti di surah Ali Imran ayat 38

قَالَ رَبِّ هَبْ لِي مِنْ لَدُنْكَ ذُرِّيَّةً طَيِّبَةً إِنَّكَ سَمِيعُ الدُّعَاءِ

“Ya Tuhanku, berilah aku keturunan yang baik dari sisi-Mu, sesungguhnya Engkau Maha Mendengar do'a”

Banyak ditemukan dalam al-Qur'an yang menguraikan sifat Allah (السميع) *as-sami'* / Maha Mendengar. Pada umumnya sifat tersebut disandingkan dengan sifat Allah yang lain seperti (عليم) 'alim/ Maha Mengetahui atau (بصير) Bashis/ Maha Melihat atau (قريب) Qarib/Maha Dekat. Di dalam al-Qur'an hanya ada dua ayat yang menjelaskan sifat tersebut secara berdiri sendiri dalam konteks do'a. ayat tersebut dipanjatkan oleh dua orang Nabi yang sudah lanjut usia dan mengharapkan keturunan. Pertama dipanjatkan oleh Nabi Ibrahim as dalam QS. Ibrahim [14] : 39 dan yang kedua dipanjatkan oleh Nabi Zakariyya as dalam ayat ini. Permohonan do'a dengan menyebutkan sifat Allah Yang Maha Mendengar tanpa disandingkan dengan sifat yang lain menandakan bahwa do'a yang dipanjatkan tidak dilihat dan didengar oleh orang lain, bahkan do;a tersebut hanya didengar oleh hati yang memanjatkan do'a bersama Allah swt.⁶²

Persiapan rohani sebelum hamil perlu disiapkan karena kehamilan tidak sebentar lamanya, salah satunya dengan mempersiapkan mental yang baik dengan memperbanyak bacaan tentang kehamilan. Dengan begitu seorang ibu hamil dapat siap lahir dan batin untuk menghadapi kehamilan selama 9 bulan kedepan. Keadaan mental dan emosi juga perlu diperhatikan.

⁶⁰ Maria Ulfah Anshor & Abdulllah Ghalib, *Parenting With Love: Panduan Islam Mendidik Anak Penuh Cinta Dan Kasih Sayang* (Bandung: Mizan, 2010), h. 21

⁶¹ Suwignyo Siswosuharjo & Fitria Chakrawati, *Panduan Super Lengkap Hamil Sehat* (Depok: Penebar Plus, 2011), h. 4

⁶² Shihab, *Tafsir Al-Misbah*, h. 84

karena keadaan tersebut dapat mempengaruhi kondisi kejiwaan pada kandungan. Cara mengatasi hal tersebut dapat melakukan olahraga ringan dan melakukan yoga (senam pernapasan) untuk melatoh pernafasan.⁶³

Persiapan fisik menjadi hal yang perlu diperhatikan sebelum hamil. Sebagai calon ibu harus memastikan kembali kesehatan fisik bebas dari berbagai penyakit. Jika sedang menjalani terapi, sebaiknya diselesaikan terlebih dahulu hingga tuntas. Persiapan awal fisik sebelum hamil dapat dilakukan dengan pemeriksaan laboratorium untuk mengecek status gizi. Persiapan fisik dari usia ibu hamil juga perlu diperhatikan, karena usia ideal menjalani kehamilan antara 20 sampai 35 tahun. pada rentang usia 20 hingga 29 tahun kondisi fisik wanita dalam keadaan prima dan dalam masa puncak kesuburan. Rahim sudah siap menjalankan fungsinya dengan baik.⁶⁴

Dalam mempersiapkan kehamilan dapat dikaitkan dengan masa pra nikah karena setelah menikah wanita akan menjalani proses konsepsi. Kata pra artinya sebelum dan proses konsepsi ialah pertemuan antara sel ovum (yang dimiliki wanita) dengan sel sperma (yang dimiliki pria) atau bisa juga proses ini dinamakan pembuahan. Jadi masa persiapan kehamilan dapat dilakukan sebelum kehamilan terjadi atau sebelum adanya pertemuan antara sel sperma dengan sel telur.⁶⁵

6. Proses Perkembangan Janin Menurut Al-Qur'an

Dalam proses perkembangan janin akan ada banyak cara yang dilalui. Salah satunya adalah mengetahui penciptanya. Pada ajaran Islam, islam telah difasilitasi ilmu tentang siapa pencipta janin itu sendiri. Ilmu tersebut tertulis dalam al-Qur'an, banyak ayat yang menerangkan tentang penciptaan janin.⁶⁶ Contohnya pada QS. Fathir ayat 11

وَاللَّهُ خَلَقَكُمْ مِنْ تُرَابٍ ثُمَّ مِنْ نُطْفَةٍ ثُمَّ جَعَلَكُمْ أَزْوَاجًا ۚ وَمَا تَحْمِلُ
مِنْ أَنْثَىٰ وَلَا تَضَعُ إِلَّا بِعِلْمِهِ ۚ وَمَا يُعَمَّرُ مِنْ مُعَمَّرٍ وَلَا يُنْقَصُ مِنْ عُمْرِهِ إِلَّا
فِي كِتَابٍ ۚ إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ

⁶³ Toto Sudargo dkk, *1000 Hari Pertama Kehidupan* (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press), h. 64

⁶⁴ Deri Rizki Anggarani & Deri Subakti, *Kupas Tuntas Seputar Kehamilan* (Jakarta: Agromedia), h. 3

⁶⁵ Juli Oktalia and Herizasyam, *Kesiapan Ibu Menghadapi Kehamilan Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya*, h. 149

⁶⁶ Robi'ah Husna Afkarina & Rachmad Risqy Kurniawan, "Proses Penciptaan Manusia Menurut Ilmu Sains Dan Al- Qur ' an" *Ulumul Qur'an: Jurnal Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir* (Bogor: Sekolah Tinggi Ilmu Ushuluddin Darul Qur'an, 2020) vol. 10. No.10, h. 10.

“Dan Allah menciptakan kamu dari tanah kemudian dari air mani, kemudian Dia menjadikan kamu berpasangan (laki-laki dan perempuan). tidak ada seorang perempuan pun yang mengandung dan melahirkan, melainkan dengan sepengetahuan-Nya. Dan tidak dipanjangkan umur seorang dan tidak pula dikurangi umurnya, melainkan (sudah ditetapkan) dalam Kitab (*Lauh Mahfudz*). Sungguh, yang demikian itu mudah bagi Allah”

Kehidupan alam rahim hanya bisa diketahui dari perkembangan dan pertumbuhan fisik janin selama berada di dalam rahim. Selain penelitian ilmiah sumber lain yang dapat mendukung dan memperkuat hasil penelitian saintifik tentang perkembangan dan pertumbuhan janin di dalam rahim ialah al-Qur’an. Proses perkembangan janin dapat dilihat dalam QS. Al- Hijr ayat 28-29

وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي خَالِقٌ بَشَرًا مِّنْ صَلْصَالٍ مِّنْ حَمَإٍ مَّسْنُونٍ
فَإِذَا سَوَّيْتُهُ وَنَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُّوحِي فَقَعُوا لَهُ سَاجِدِينَ

Dan (ingatlah) ketika Tuhanmu berfirman kepada para malaikat” ‘Sesungguhnya Aku akan menciptakan seorang manusia dari tanah liat kering (yang berasal) dari lumpur hitam diberi bentuk. Maka apabila Aku telah menyempurnakan kejadiannya, dan telah meniupkan kedalamnya ruh (ciptaan-Ku), maka tunduklah kamu kepadanya dengan bersujud’

Kehidupan alam rahim benar adanya dan setiap manusia akan melewatinya. Alam rahim adalah alam kedua manusia setelah alam ruh. Alam rahim bisa juga disebut sebagai alam tempat manusia diciptakan. Yaitu bersatunya antara ruh dan jasad sehingga terbentuklah jiwa (manusia).⁶⁷ Kehidupan alam rahim dijelaskan dalam QS. Al-Qiyamah ayat 37-39

أَلَمْ يَكُنْ نُطْقَةً مِّنْ مَّنِيٍّ يُمْنَىٰ ثُمَّ كَانَ عَاقِبَةَ فَخَلَقَ فَسَوَّىٰ فَجَعَلَ مِنْهُ الزَّوْجَيْنِ الذَّكَرَ وَالْأُنثَىٰ

“Bukankah dia dahulu setetes mani yang ditumpahkan (ke dalam rahim). Kemudian mani itu menjadi segumpal darah, lalu Allah menciptakannya dan menyempurnakanannya. Lalu Allah menjadikan daripadanya sepasang laki-laki dan perempuan”

Di dalam QS. Al-Mu’minun ayat 12 sampai 14 Allah juga menjelaskan secara detail tentang alam rahim dan perkembangan janin.

⁶⁷ Rizem Aizid, *Karena Rahim, Wanita Itu Mulia* (Jember: Nur Media Publishing, 2019), h. 74.

وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ سُلَالَةٍ مِّنْ طِينٍ ثُمَّ جَعَلْنَاهُ نُطْفَةً فِي قَرَارٍ مَّكِينٍ ثُمَّ خَلَقْنَا النُّطْفَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظَامًا فَكَسَوْنَا الْعِظَامَ لَحْمًا ثُمَّ أَنْشَأْنَاهُ خَلْقًا آخَرَ ۖ فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ

“Dan sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dari suatu saripati (berasal) dari tanah. Kemudian Kami jadikan saripati itu air mani (yang disimpan) dalam tempat yang kokoh (rahim). Kemudian Kami jadikan air mani itu segumpal darah, lalu segumpal darah itu Kami jadikan segumpal daging, dan segumpal daging itu Kami jadikan tulang belulang, lalu tulang belulang itu Kami bungkus dengan daging. Kemudian Kami jadikan dia makhluk yang (berbentuk) lain. Maka Maha Suci Allah Pencipta Yang Paling Baik.”

Berdasarkan ayat di atas Allah SWT membagi penciptaan manusia ke dalam beberapa tahapan yaitu sulalah, alaqoh dan mudghah.⁶⁸

a. Fase Sulalah

Kata *sulalah* dapat diartikan dengan saripati atau intisari. Maksudnya manusia berasal dari saripati tanah.⁶⁹ Saripati tanah nutrient dan mineral ini berasal dari makanan yang dimakan oleh manusia, sama ada berupa tumbuh-tumbuhan maupun hewan, keduanya pun berasal dari tanah. Jika saripati atau elemen-elemen tanah ini berkumpul pada kantong mani, maka akan menjadi air mani. Jadi pada hakikatnya manusia berasal dari inti pati yang berasal dari tanah.⁷⁰ Selain diartikan sebagai saripati tanah, ada pula ulama yang mengartikan dengan sel. Hal ini berdasarkan kepada struktur tubuh manusia itu sendiri terdiri dari beberapa sel.

Komponen sel terdiri dari protein, karbohidrat dan lemak yang sempurna berasal dari makanan yang dimakan manusia, sama ada juga yang berasal dari tumbuh-tumbuhan ataupun hewan yang sudah pasti berasal dari tanah. makanan dapat dicerna oleh sistem pencernaan, lalu diserap pula oleh sistem pencernaan, selanjutnya diserap ke sistem sirkulasi darah yang dikirim keseluruh tubuh lalu membentuk komponen-komponen sel. Ada yang sel sematik maupun sel seksual. Sel seksual bekerja pada sel reproduksi pembiakan. sel seksual laki-laki sperma dan sel seksual wanita ovum.⁷¹

⁶⁸ Wahyudi Al-Fatih, *SERIAL PARENTING PRAKTIS: Sukses Mendidik Anak Sesuai Tuntunan Islam* (Bogor: GUEPEDIA). H.54

⁶⁹ Ahmad Musthafa Al-Maragi, *Tafsir Maragi* (Semarang: Toha Putra, 1993), h.12

⁷⁰ Muhammad Nasib Ar-rifa'i, *Ringkasan Tafsir Ibnu Katsir* (Jakarta: Gema Insani Press, 2000), jilid 3 h. 411

⁷¹ UIN Suka Riau, 'Perkembangan Janin Dalam Islam (Riau: UIN SUKA, 2008), h. 26.

Sedangkan kata *nuthfah* memiliki banyak arti dapat diartikan dengan satu tetes atau ukuran kecil benda yang dapat membasahi atau tetesan zat cair. *Nuthfah* yang dapat disimpan di dalam rahim adalah *nuthfah* yang telah bercampur dengan sel sperma (yang dimiliki pria) atau *nuthfah amsyaj*. Seperti yang dijelaskan dalam surah Al-Insan ayat 2. *Nuthfah* mengandung arti tunggal, sedangkan *amsyaj* mengandung arti jamak. Maka dari itu *nuthfah amsyaj* berrarti tetesan yang bercampur dari dua air.⁷²

إِنَّا خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ نُطْفَةٍ أَمْشَاجٍ نَبْتَلِيهِ فَجَعَلْنَاهُ سَمِيعًا بَصِيرًا

“*Sungguh Kami telah menciptakan manusia dari setetes mani yang bercampur yang Kami hendak mengujinya (dengan perintah dan larangan), karena itu Kami jadikan dia mendengar dan melihat*”

Nuthfah dalam kajian embriologi hanya sebagaian kecil air mani yang mengikuti proses embrio. Semburan air mani dalam setiap ejakulasi mengandung antara 200 sampai 300 juta sperma, sedangkan yang dapat sampai mengikuti proses persenyawa hanya sekitar 0,05 % dari jumlah tersebut hanya satu yang bisa bersenyawa dengan ovum yang selanjutnya membentuk zigot sebagai cikal bakal menjadi bayi.⁷³

Ovum yang telah dibuahi (zigot) terdiri atas 46 kromosom dua hari kemudian, zygote membelah diri sambil bergerak menuju rahim. Awalnya membelah diri menjadi 2 setelah itu 4, 8, 16, 32, 64 dan seterusnya. Seminggu setelah pembuahan, zigot yang terus tumbuh telah menempel di dinding uterus. Proses pelekatan zigot pada dinding uterus dinamakan nidasi atau implantasi. Nidasi membentuk plasenta (ari-ari). Selanjutnya janin memperoleh makanan dan suplai darah dari ibunya melalui plasenta (ari-ari).⁷⁴

b. Fase ‘Alaqah

Kata *alaqah* berasal dari kata *alaqa* yang artinya tergantung. *Alaqah* merupakan sesuatu yang melekat atau bergantung pada sesuatu yang lain, *alaqah* juga ada yang mengartikan dengan segumpal darah dan nama binatang lintah atau pecat, karena *alaqah* memiliki sifat yang melekat pada kulit.⁷⁵ Fase ‘*alaqah* merupakan fase yang sangat penting dalam proses perkembangan janin dalam kandungan. Kata ‘*alaqah* juga diartikan secara singkat dengan kualitas sperma yang paling unggul pada minggu keuda setelah pembuahan. Pada minggu ini

⁷² Ridwan Abdullah Sani, *Sains Berbasis Alquran Edisi Kedua* (Jakarta: Bumi Aksara), h. 48

⁷³ Abdul Wahid, *Al-Qur’an Dan Ilmu Pengetahuan* (Pekanbaru: Yayasan Pustaka Riau, 2008), h. 64

⁷⁴ Dede Rizki, *Panduan Pintar Kehamilan Untuk Muslimah* (Jakarta: Qultum Media, 2009), h.4

⁷⁵ Abdul Wahid, *Al-Qur’an Dan Ilmu Pengetahuan*, h. 65

biasanya terjadi pertumbuhan sel telur yang subur dan pembentukan trofoplas yang dikemudian hari akan berubah menjadi ari-ari dan tali pusar (yang menghubungkan janin dengan plasenta).⁷⁶

Seperti dalam surah al-‘Alaq ayat 2

خَلَقَ الْإِنْسَانَ مِنْ عَلَقٍ

“Dia telah menciptakan manusia dari segumpal darah”

Dalam ayat ini Allah menciptakan dari darah, bentuk jama’ dari ‘alaqah darah yang menggumpal. Tetapi apabila darah mengalir maka disebut *masfuh*. Al-Qurtubi mengatakan bahwa firman Allah “dari segumpal darah” menggunkan bentuk jama’ karena yang disebut manusia adalah gabungan. Semua manusia diciptakan dari ‘alaq setelah fase *nutfah*. ‘Alaq adalah darah yang lembab, disebut seperti itu karena ia mengait (‘allaqa) apa yang dilewatinya karena ia basah. jika kering maka tidak disebut ‘alaqah.⁷⁷

Pada hari ke empat puluh satu nutfah mulai menjadi ‘alaq atau proses perkembangan janin yang telah melewati fase nutfah, masa pembuahan selama kurang lebih tujuh hari setelah pertemuan sel sperma dan ovum yang dilanjut dengan perubahan-perubahan. Apabila ia membesar dan telah tepat pada mulut rahim sebagai gumpalan darah yang menggantung pada dindingnya, maka proses persiapan bagi pembentukan organ-organ tubuh telah matang. Pembentukan organ-organ tubuh tersebut berlangsung selama empat puluh hari, fase inilah yang disebut dengan ‘alaqah.⁷⁸

c. Fase Mudghah

Mudghah berasal dari kata *madagha* yang artinya mengunyah. Pada fase ini embrio disebut dengan mudghah karena bentuknya masih kecil seukuran dengan sesuatu yang dikunyah.⁷⁹ Pada tahap ini terjadi perkembangan otak dan syaraf, dan pembentukan telinga, mata dan lain-lain. Tahap ini terjadi pada minggu keempat. Tahap priode alaqah berakhir pada hari yang ke 24-25 sejak dari persenyawaan, lalu pada hari ke 26 berubah menjadi mudghah. Alaqah ketika hari terakhir, embrio mulai menampakkan ciri-ciri mudghah seperti gumpalan-

⁷⁶ Muhammad Izzudin Taufiq, *Al-Qur’an & Alam Semesta* (Solo: Tiga Serangkai, 2006), h. 95\

⁷⁷ Abu Abdullah Syams al-din Al-Qurtubi, *Al-Jami’ Li Ahkam Al-Qur’an* (Riyad: Dar ‘Alim al-Kutub, 2003), jiid X h. 745

⁷⁸ Yayan Nur Bayan, *Kajian Semantik Ayat-Ayat Penciptaan: Analisis Semantik Kata Khalaqa, Ja’ala, Fathara Dan Bada’a Dalam Al-Qur’an*, - (Bandung: Royyan Press, 2019), h. 51

⁷⁹ Shabri Shaleh Anwar, *TEOLOGI PENDIDIKAN : Upaya Mencerdaskan OTak & Qalbu* (Indragiri TM, 2014), h. 29

gumpalan daging yang membentuk suatu ikatan seperti rantai (somites) yang baru mulai keluar. Gumpalan daging tersebut seperti sesuatu yang dikunyah.⁸⁰ Al-Razi (w.313 H/925 M) menafsirkan firman Allah “Lalu segumpal darah itu Kami jadikan segumpal daging..” maksudnya, Kami menjadikan darah yang menggumpal itu mudghah, yaitu sepotong daging seolah ukurannya sebesar kunyahan. Seperti kata *ghurfah* yang berarti seukuran gayung. Perubahan ini disebut dengan kata *khalaq* (menciptakan), karena Allah menghilangkan sifat-sifat sementara padanya kemudian menciptakan sifat-sifat sementara lainnya, sehingga penciptaan sifat-sifat ini disebut *khalaaqa*, dan seolah-olah Allah menciptakan organ tambahan padanya.⁸¹

Dr. Keith Moore Ketua Jurusan Anatomi di University of Toronto, Kanada, sekaligus pakar dalam bidang embriologi (ilmu yang membahas tentang pembuahan dan perkembangan janin) memuat perumpamaan tentang mudghah. Dia mengambil segel dari plester dan membuatnya berbentuk seperti gmpalan pada tahap awal embrio setelah itu mengunyahnya dengan gigi. Kemudian membandingkan bekas kunyahannya dengan foto-foto dari gumpalan pada tahap awal embrio. Bekas-bekas kunyahan tersebut mirip dengan *somites* yang merupakan pembentukan tulang punggung tahap awal.⁸²

Tiga fase perkembangan janin ini menghabiskan waktu empat puluh hari sebelum beralih ke fase selanjutnya. Apabila janin telah mencapai masa seratus dua puluh hari, maka ditiupkanlah kepadanya ruh dan menjadi ciptaan yang baru. Seperti yang dijelaskan pada sabda Nabi dalam hadits riwayat Abdullah bin Mas’ud, ia berkata, “Rasulullah SAW bersabda:⁸³

عَنْ أَبِي عَبْدِ الرَّحْمَنِ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ مَسْعُودٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ : حَدَّثَنَا رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَهُوَ الصَّادِقُ الْمَصْدُوقُ : إِنَّ أَحَدَكُمْ يُجْمَعُ خَلْقُهُ فِي بَطْنِ أُمِّهِ أَرْبَعِينَ يَوْمًا نُطْفَةً، ثُمَّ يَكُونُ عَلَقَةً مِثْلَ ذَلِكَ، ثُمَّ يَكُونُ مُضْغَةً مِثْلَ ذَلِكَ، ثُمَّ يُرْسَلُ إِلَيْهِ الْمَلَكُ فَيَنْفُخُ فِيهِ الرُّوحَ، وَيُؤَمَّرُ بِأَرْبَعِ كَلِمَاتٍ : بِكُتِّبَ رِزْقُهُ وَأَجَلُهُ وَعَمَلُهُ وَشَقِيَّتُهُ أَوْ سَعِيدُهُ. فَوَاللَّهِ الَّذِي لَا إِلَهَ غَيْرُهُ إِنَّ أَحَدَكُمْ لَيَعْمَلُ بِعَمَلِ أَهْلِ الْجَنَّةِ حَتَّىٰ مَا يَكُونُ بَيْنَهُ وَبَيْنَهَا إِلَّا ذِرَاعٌ فَيَسْبِقُ عَلَيْهِ الْكِتَابُ فَيَعْمَلُ بِعَمَلِ أَهْلِ

⁸⁰ Abdul Wahid, *Al-Qur'an Dan Ilmu Pengetahuan*, h. 67

⁸¹ Fakhr al-Din Al-Razi, *Mafatih Al-Gaib* (Beirut: Dar al-Kutub al 'Ilmiyah, 2000), jilid XI h. 354

⁸² Nurul Maghfirah, '99 Fenomena Menakjubkan Dalam Al-Qur'an' (Bandung: Mizania, 2015), h. 68.

⁸³ Muhil Dhofir, *Terjemah Hadits Arba'in An-Nawawiyah* (Jakarta: Al-I'tishom Cahaya Umat, 2001), h. 12

النَّارِ فَيَدْخُلُهَا، وَإِنَّ أَحَدَكُمْ لَيَعْمَلُ بِعَمَلِ أَهْلِ النَّارِ حَتَّىٰ مَا يَكُونُ بَيْنَهُ وَبَيْنَهَا إِلَّا ذِرَاعٌ فَيَسْبِقُ عَلَيْهِ الْكِتَابُ فَيَعْمَلُ بِعَمَلِ أَهْلِ الْجَنَّةِ فَيَدْخُلُهَا (رواه البخاري
ومسلم)

“Abu Abdurrahman Abdullah bin Mas’ud ra. Berkata, Rasulullah bersabda kepada kami, sedang beliau adalah orang yang jujur dan terpercaya. “*Sesungguhnya tiap-tiap kalian dikumpulkan ciptaannya dalam rahim ibunya, selama empat puluh hari berupa nutfah (air mani kental), lalu menjadi ‘alaqah (segumpal darah) selama itu pula, lalu menjadi mudghah (segumpal daging) selama itu pula, kemudian Allah mengutus malaikat untuk meniupkan ruh kepadanya dan mencatat empah al yang telah ditentukan, yaitu rezeki, ajal, amal dan sengsara atau bahagianya. Demi Allah Dzat yang tiada Tuhan selain Dia, sesungguhnya setiap kalian ada yang beramal dengan amalan penghuni surga hingga jarak antara dia dengan surga hanya sehasta (dari siku sampai ke ujung jari). Lalu suratan t*

akdir mendahuluinya, sehingga ia beramal dengan amalan ahli neraka, maka ia pun masuk neraka. Ada juga diantara kalian yang beramal dengan amalan penghuni neraka hingga jaarak antara dia dan neraka hanya sehasta. Lalu suratan takdir mendahuluinya, sehingga ia beramal dengan amalan ahli surga maka ia pun masuk surga.” (HR. Bukhari dan Muslim)

Di alam rahim perjalanan atau rihlah pertama yang akan dilalui manusia adalah 40 hari berupa nutfah, 40 hari berupa ‘alaqah (gumpalan darah) dan 40 hari berupa mudghah (gumpalan daging), kemudian ditiupkan ruh dan jadilah janin yang sempurna. Setelah kurang lebih Sembilan bulan, maka lahirlah manusia ke dunia.⁸⁴ Hal ini sebagaimana dijelaskan dalam QS. Al- Hajj ayat 5

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِن كُنتُمْ فِي رَيْبٍ مِّنَ الْبَعْثِ فَإِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِّن تُرَابٍ ثُمَّ مِّن نُّطْفَةٍ ثُمَّ مِّن عَلَقَةٍ ثُمَّ مِّن مُّضْغَةٍ مُّخَلَّقَةٍ وَغَيْرِ مُّخَلَّقَةٍ لِّبَيِّنٍ لَّكُمْ ۚ وَنُقِرُّ فِي الْأَرْحَامِ مَا نَشَاءُ إِلَىٰ أَجَلٍ مُّسَمًّى ثُمَّ نُخْرِجُكُمْ طِفْلًا ثُمَّ لِتَبْلُغُوا أَشُدَّكُمْ ۖ وَمِنْكُمْ مَّن يَمُوتُ وَمِنْكُمْ مَّن يُرَدُّ إِلَىٰ أَرْدَلِ الْعُمُرِ لِكَيْلَا يَعْلَمَ مِن بَعْدِ عِلْمٍ شَيْئًا ۚ وَتَرَى الْأَرْضَ هَامِدَةً فَإِذَا أَنزَلْنَا عَلَيْهَا الْمَاءَ اهْتَزَّتْ وَرَبَتْ وَأَنْبَتَتْ مِن كُلِّ زَوْجٍ بَهِيجٍ

⁸⁴ Rizem Aizid, *Karena Rahim, Wanita Itu Mulia*, h. 55

“Hai manusia jika kamu dalam keraguan tentang keangkitan (dari kubur), maka (ketauhilah) sesungguhnya Kami telah menjadikan kamu dari tanah, kemudian dari setetes mani, kemudian dari segumpal daging yang sempurna kejadiannya dan yang tidak sempurna, agar Kami jelaskan kepada kamu dan Kami tetapkan dalam rahim, apa yang Kami kehendaki sampai waktu yang sudah ditentukan, kemudian Kami keluarkan kamu sebagai bayi, kemudian (dengan berangsur-angsur) kamu sampailah kepada kedewasaan, dan diantara kamu ada yang diwafatkan dan (adapula) di antara kamu yang dipanjangkan uurnya sampai pikun, supaya dia tidak mengetahui lagi sesuatu pun yang dahulunya telah diketahuinya. Dan kamu lihat bumi ini kering, kemudian apabila telah Kami turunkan air di atasnya, hiduplah bumi itu dan suburlah dan menumbuhkan berbagai macam tumbuh-tumbuhan yang indah”

7. Proses Perkembangan Janin Menurut Ilmu Pengetahuan

Proses kehamilan secara umum dihitung dengan metode skala trimester atau per 3 bulan dan dalam setiap bulannya dihitung 4 minggu. Jadi total usia masa kehamilan yang masuk kategori sempurna adalah selama 40 minggu atau 10 bulan. Perkembangan janin dari mulai proses terjadinya kehamilan sampai menjelang melahirkan merupakan waktu yang sangat tepat untuk orang tua melakukan stimulasi positif, karena akan mempengaruhi perkembangan otak janin. berikut ini akan dijelaskan secara rinci perkembangan janin dalam rahim ibu.⁸⁵

a. Hari Pertama (Saat Konsepsi)

Pada awalnya manusia berbentuk satu sel yang ukurannya sangat kecil sehingga secanggih apapun kacamata tetap tidak bisa melihatnya. Hanya dengan alat bantu mikroskop bisa melihat sel tersebut. Pada saat hubungan badan suami istri, sel sperma suami yang jumlahnya ribuan berusaha masuk ke dalam rahim. Jika pada saat kesuburan istri mencapai puncaknya (sel telur sedang matang) maka salah satu sel sperma atau *spermatozoan* akan membuahi sel telur ini. Sel telur yang baru saja dibuahi biasa disebut *zygote*, selnya masi berupa setitik yang sangat kecil. Bersatunya sel ini kemudian berkembang biak yang akhirnya menyebabkan peristiwa alami berupa pembangunan sebuah tubuh dari beberapa molekul, protein, karbohidrat dan senyawa lain. Pada sel suami istri ini maka juga sudah dimulai proses penentuan keturunan. Saat sel ini berproses, berkembang dan bersenyawa di dalam rahim, istri tidak dapat merasakannya. Karena itu seorang istri tidak akan pernah mengetahui dengan tepat saat hubungan seksual yang mana pembuahan itu terjadi. Yang bisa diketahui hanya terlambat menstruasi di akhir siklus.⁸⁶

⁸⁵ Bunda Novi, *Mencetak Anak Jenius Sejak Dalam Kandungan* (Yogyakarta: Diva Press, 2015), h. 56.

⁸⁶ Yazid Subakti & Deri Rizki Anggarani, *Ensiklopedia Calon Ibu* (Tangerang: Qultum Media, 2007)h, h. 25

Hasil utama pembuahan ialah terbentuknya kombinasi kromosom dari kedua orang, sebagai penentu jenis kelamin. Sel sperma yang membawa kromosom Y, maka bayi akan berjenis kelamin laki-laki sedangkan jika sel sperma membawa kromosom X, maka janin berjenis kelamin wanita. Beberapa jam setelah dibuahi maka mulailah terjadi pembelahan zigot. Sel akan membelah jadi 2 sel dan terus mengalami pembelahan setiap 12 jam. Sel akan membelah menjadi 16 dalam waktu 3 hari yang dikenal sebagai morula. Sel akan diarahkan perlahan-lahan berjalan mencapai stadium morula.⁸⁷

b. Bulan Pertama (Minggu ke 1 – 4)

Embrio yang tadinya lurus berubah menjadi melengkung seperti huruf C dan mulai pembentukan organ. Mulai terbentuk tabung diselubung Panjang embrio yang akan menjadi otak dan tabung saraf (medulla spinalis), jantung mulai terbentuk dan berdenyut. Struktur sederhana yang akan menjadi mata dan telinga terbentuk serta tonjolan yang akan menjadi anggota gerak atas dan bawah mulai terbentuk. Embrio memiliki Panjang sekitar 6 mm pada tahap ini.⁸⁸

c. Bulan Kedua (Minggu 6 – 8)

Pada bulan ini embrio sudah menjadi janin dengan Panjang sekitar 25-30 mm. pada usia ini lengan dan kaki sudah terbagi menjadi komponen paha, kaki, tangan, lengan, dan bahu. Organ reproduksinya sudah mulai terbentuk begitu juga dengan kartilago atau tulang rawannya. Telinga luar sudah terbentuk sempurna dan mata membentuk pigmen. Di dalam otak, jaringan saraf yang berhubungan dengan penciuman di otak juga sudah terbentuk. Jantung sudah memompa dengan kuat dan iramanya teratur. Di usia ini janin sudah mempunyai refleks dan bisa bergerak spontan, tetapi ibunya belum merasakannya.⁸⁹

d. Bulan Ketiga (Minggu 9 – 12)

Kuku sudah terbentuk menyerupai manusia, kepala tegak tapi besarnya tidak sebanding, kulit merah muda dan lembut. Ukuran puncak kepala ke bokong 6 sampai 9 cm dan berat 19 gr. Beberapa tulang mulai dibentuk. Pembentukan darah disusum tulang, paru-paru mendapatkan bentuk yang tetap dan muncul pita suara. Ginjal dapat mensekresi urin, kandung kemih berkeembang seperti kantung. Konfigurasi structural otak secara garis besar telah selesai, janin mulai menghisap jari. Mulai ada bakal pengecap yang

⁸⁷ Ikit Netra Wirakhmi & Iwan Purnawan, *Anatomi Fisiologi Dalam Kehamilan* (Pekalongan: Penerbit NEM, 2021), h. 47.

⁸⁸ Ronalen Br.Situmorang Dkk, *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan* (Tuban: CV Pistakan El Queena, 2021), h. 14

⁸⁹ Bunda Novi, *Mencetak Anak Jenius Sejak Dalam Kandungan* (Yogyakarta: Diva Press, 2015), h. 62.

pertama. Jenis kelamin dapat dikenali, organ seks internal dan eksternal semakin spesifik.⁹⁰

e. Bulan Keempat (Minggu 13 – 16)

Denyut jantung sudah berdetak dengan kuat, lapisan kulit mulai terbentuk secara transparan dan dilapisi oleh rambut-rambut halus. Janin sudah dapat bergerak dan berputar di dalam kantung ketuban. Tulang-tulang mulai mengeras terutama bagian tulang Panjang seperti lengan, kaki dan paha. Kuku pada jari kaki mulai terbentuk dan indera pendengaran mulai berkembang. Paru-paru mulai untuk membentuk suatu lapisan yang membuat janin dapat menemukan oksigen dan karbondioksida ketika lahir.⁹¹

f. Bulan Kelima (Minggu 17 – 20)

Jantung janin sudah sangat kuat dan dapat didengar dari perut ibu dengan menggunakan stetoskop. Karena perkembangan otot-ototnya semakin kuat dan sempurna, Gerakan bayi akan semakin terasa oleh ibu. Oleh sebab itu biasanya ibu hamil merasakan Gerakan janin pertama kali pada bulan keempat atau kelima. Jika pada bulan ini Gerakan belum terasa, maka harus dikonsultasikan ke dokter spesialis. Tidak lama lagi Gerakan janin akan lebih terasa lagi dengan gerakan mendorong atau memutar. Jika diperhatikan dengan teliti, akan dapat dibedakan mana gerakan tangan, kepala atau gerakan kaki. Terkadang ibu akan merasakan gerakan ketukan lembut beberapa menit lamanya. Ini kemungkinan janin sedang cegukan di dalam rahim.⁹²

g. Bulan Keenam (Minggu 21 – 24)

Saat ini detak jantung janin sudah bisa di dengar walaupun hanya menggunakan stetoskop biasa. Janin juga sudah bisa mendengar kata-kata dengan jelas. Diperkirakan panjangnya mencapai 33 cm dan beratnya sekitar 500 gr. Ibu hamil bisa merasakan bagian-bagian tubuh janin yang berbeda yang menyentuh dinding perutnya. Otot rahim ibu merenggang dan terkadang ibu merasakan sakit dibagian perutnya. Pendengaran akan berfungsi saat janin memsuki usia 24 minggu sehingga janin bisa memberikan respon terhadap suara. Ia akan mendengarkan suara ibunya dan suara itu akan dikenalnya saat

⁹⁰ Yuanita Syaiful and Fatmawati, *Asuhan Keperawatan Kehamilan* (Surabaya: Jakad Media Publishing, 2019), h. 19

⁹¹ Khusniyati Masykuroh Dkk, *Modul Psikologi Perkembangan* (Bandung: Feniks Muda Sejahtera, 2022), h. 26

⁹² Yazid Subakti & Deri Rizki Anggarani, *Ensiklopedia Calon Ibu* (Tangerang: Qultum Media, 2007)h, h. 29

ia dilahirkan. Pada masa ini sebaiknya ibu memperbanyak membaca al-Qur'an atau mendengarkan lagu-lagu klasik.⁹³

h. Bulan Ketujuh (Minggu 25 – 28)

Ketika usia janin 28 minggu kehamilan berat badan janin kurang lebih 1100 gr. Kulit berwarna kemerahan, membran pupil mulai menghilang dari mata dan janin mulai berkedip pada usia 28 minggu kehamilan. Normalnya di usia kehamilan ini janin memiliki kesempatan untuk bertahan hidup dengan tanpa kelainan fisik maupun neurologis sebesar 90%.⁹⁴ Pada usia kehamilan di awal 7 bulan ditandai dengan perubahan ukuran, misalnya pada ukuran kepala janin sudah proporsional dengan tubuhnya. Bahkan dahi dan alis sudah mulai tumbuh dengan sempurna, bulu halus pada tubuh janin sudah mulai tumbuh dengan sempurna.⁹⁵

i. Bulan Kedelapan (Minggu 29 - 32)

Bentuk fisik tubuh janin sudah lengkap begitu juga otaknya. Tetapi otak masih dalam proses perkembangan agar lebih maksimal. Janin sudah mulai merasakan sakit apabila posisinya tidak tepat dan berusaha untuk membenarkannya. Payudara ibu hamil juga akan lebih besar dan mungkin juga memiliki stretch mark. Ada beberapa ibu hamil yang sudah mulai mengeluarkan cairan kekuningan dari puting payudara. Tapi tidak perlu khawatir karena kolostrum adalah cairan pra air susu yang lumrah keluar dari payudara wanita yang akan melahirkan.⁹⁶ Menentukan apakah janin tumbuh sehat, lambat atau bermasalah dapat dilakukan berbagai cara. Mulai dengan cara sederhana dengan memantau tinggi *fundus uteri* (puncak rahim) seorang ibu atau bisa dengan alat bantu sonografi (USG). Saat usia 32 minggu dapat melihat gangguan pertumbuhan, posisi plasenta dan posisi janin normal atau tidak.⁹⁷ Berat badan janin di usia ini sekitar 1.800 gr.

j. Bulan Kesembilan (Minggu 34 – 41)

Pertumbuhan bayi akan melambat atau bahkan berhenti sekitar tujuh hari menjelang jadwal kelahiran normal. Ini terjadi karena suplai makanan dari plasenta Ibu sudah terhenti disebabkan sudah semakin rusak. Ini pertanda bahwa bayi sudah dipersiapkan untuk keluar dan hidup mandiri. Karena plasenta rusak maka tatanan hormon ibu juga berubah. Perubahan ini

⁹³ Indiarti, *A To Z The Golden Age (Merawat, Membesarkan Dan Mencerdaskan Bayi Anda Sejak Dalam Kandungan Hingga Usia 3 Tahun)* (Yogyakarta: Penerbit Andi, 2007), h. 21

⁹⁴ Hadi Susiarno Dkk, *Tata Laksana Kehamilan Fisiologis Di Pelayanan Kesehatan Primer Sesuai Kewenangan Bidan* (Pekalongan: Penerbit NEM, 2024), h. 41.

⁹⁵ Katni & Ayok Ariyanto, *Merencanakan Pendidikan Anak Sejak Dalam Kandungan* (Ponorogo: Calina Media, 2016), h. 158.

⁹⁶ Bunda Novi, *Mencetak Anak Jenius Sejak Dalam Kandungan* (Yogyakarta: Diva Press, 2015), h. 81.

⁹⁷ HM Andalas, *Goresan Tangan Spesialis Kandunagn* (Yogyakarta: Sibuku, 2014), h. 41.

menyebabkan rasa sakit, pegal, agak panas pada otot pinggang, otot perut dan sekitarnya. Rasa inilah yang disebut dengan *mules* dalam bahasa lokal atau *his* dalam bahasa kedokteran.⁹⁸

Bayi biasanya siap lahir antara usia 38-40 minggu. Saat itu bayi sudah dapat melihat dan mendengar, serta bergerak di dalam rahim. Sebelum lahir, bayi akan berpindah ke posisi terbalik dengan kepala menghadap kebawah, supaya perjalanan ke dunia luar menjadi lebih mudah untuk ibu dan bayi. Biasanya terjadi sekitar usia 38 minggu. Saat kehamilan berakhir, otot dinding rahim akan berkontraksi untuk mendorong bayi keluar melalui vagina. Segera setelah bayi lahir, tali pusar (penghubung fisik antara ibu dan anak) akan dipotong.⁹⁹

8. Proses Terjadinya Bayi Tabung

Manusia diciptakan oleh Allah SWT mempunyai naluri manusiawi yang perlu mendapatkan pemenuhan. Baik secara materiil dan non materiil, diantaranya keperluan biologisnya yang termasuk aktivitas hidup. Ketika suami istri sudah menikah tidak hanya sekedar untuk menyalurkan kebutuhan biologis menurut cara yang sah. Melainkan mengandung nilai-nilai luhur yang hendak dicapai dalam pernikahan salah satu tujuan pernikahan dan merupakan salah satu hal terpenting ialah menghasilkan keturunan.¹⁰⁰ Sebagaimana firman Allah dalam QS. An-Nahl ayat 72

وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا وَجَعَلَ لَكُمْ مِنْ أَزْوَاجِكُمْ بَنِينَ
وَحَفَدَةً وَرَزَقَكُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ ۗ أَفَبِالْبَاطِلِ يُؤْمِنُونَ وَبِنِعْمَتِ اللَّهِ هُمْ
يَكْفُرُونَ

“Allah menjadikan bagi kamu isteri-isteri dari jenis kamu sendiri dan menjadikan bagimu dari isteri-isteri kamu itu, anak-anak dan cucu-cucu, dan memberimu rezki dari yang baik-baik. Maka mengapakah mereka beriman kepada yang bathil dan mengingkari nikmat Allah?”

Pasangan suami istri yang sudah lama menikah, lalu belum dikaruniai anak dan usia pun sudah semakin menua. Tidak sedikit mengalami kekhawatiran. Ajaran syariat Islam mengajarkan untuk tidak boleh berputus asa dan menganjurkan untuk senantiasa berikhtiar (usaha) serta bertawakkal

⁹⁸ Yazid Subakti, Deri Rizki Anggarani, *Ensiklopedia Calon Ibu* (Tangerang: Qultum Media, 2007)h, h. 30

⁹⁹ Marcus Johnson, ‘Ensiklopedia Interaktif: Tubuh Manusia’ (Jakarta: Bhuana Ilmu Populer, 2023), p. 53.

¹⁰⁰ Betha Saputi, "Tinjauan Hukum Islam Tentang Bayi Tabung Setelah Kematian Suami", *Skripsi* pada Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2020, h.16.

dalam menggapai karunia Allah SWT. Allah telah menjanjikan setiap kesulitan ada solusinya. Termasuk kesulitan dalam mempunyai keturunan (anak). Pada dasarnya pembuahan yang alami terjadi dalam rahim melalui cara yang alami (hubungan seksual), sesuai dengan fitrah yang telah ditetapkan Allah untuk manusia. Akan tetapi pembuahan alami terkadang sulit terwujud, misalnya karena rusaknya atau tertutupnya saluran indung telur (tuba fallopi) yang membawa sel telur ke rahim, serta tidak dapat diatasi dengan cara membukanya atau mengobatinya. Atau karena sel sperma suami lemah atau tidak mampu menjangkau rahim isteri untuk bertemu dengan sel telur, serta tidak dapat diatasi dengan cara memperluas sel sperma tersebut, atau mengupayakan sampainya sel sperma ke rahim isteri agar bertemu sel telur disana.¹⁰¹

Pada zaman sekarang yang sudah semakin maju terkhusus ilmu pengetahuan dan teknologi mengalami perkembangan yang luar biasa, sampai apa yang dibayangkan orang pada masa dahulu tidak mungkin dapat terjadi pada saat ini, demikian pula dalam bidang teknologi kedokteran hampir dalam hitungan menit teknologi terus berkembang dengan pesat teknologi baru yang lebih modern dan canggih terus ditemukan. Hal ini terjadi dengan teknologi yang berkaitan dengan bayi tabung (inseminasi). Normalnya untuk memperoleh keturunan melalui hubungan seksual secara langsung, dan kemudian sperma disimpan di dalam rahim yang kemudian terjadi kehamilan. Saat ini teknologi yang berkembang melalui teknologi bayi tabung (inseminasi) buatan dapat terjadi kehamilan, meski pun tidak melalui hubungan seksual secara langsung.¹⁰²

Bayi tabung merupakan terjemahan dari artificial insemination. Artificial artinya buatan atau tiruan, sedangkan insemination berasal dari bahasa latin "inseminatus" yang artinya pemasukan atau penyimpanan. Bayi tabung atau dalam bahasa kedokteran disebut In Vitro Fertilization (IVF) adalah suatu upaya memperoleh kehamilan dengan jalan mempertemukan sel sperma dan sel telur dalam suatu wadah khusus tanpa melalui senggama (sexual intercourse). Pada kondisi normal, pertemuan ini berlangsung di dalam saluran tuba. Dalam proses bayi tabung atau IVF, sel telur yang sudah matang diambil dari indung telur lalu dibuahi dengan sperma di dalam sebuah medium cairan. Setelah berhasil, embrio kecil yang terjadi dimasukkan ke dalam rahim dengan harapan dapat berkembang menjadi bayi. Proses yang berlangsung di laboratorium ini dilaksanakan sampai menghasilkan suatu embrio yang akan ditempatkan pada rahim ibu. Embrio ini juga dapat disimpan dalam bentuk beku dan dapat digunakan kelak jika dibutuhkan. Bayi tabung merupakan pilihan untuk memperoleh keturunan bagi ibu, ibu yang

¹⁰¹ Muh Idris, "Bayi Tabung Dalam Pandangan Islam", dalam *Jurnal Al-Adl* (Kediri: IAIN, 2019), *Vo.12. No.1*, h. 65.

¹⁰² Musfira, 'Bayi Tabung (Inseminasi) Dalam Perspektif Hukum Islam', dalam *Jurnal Bayi Tabung (Inseminasi) UNIVERSAL GRACE JOURNAL* (Banda Aceh: Universitas Serambi Mekkah, 2023), *Vol. 1 No.2*, h.194.

memiliki gangguan pada saluran tubanya. pada kondisi normal sel telur yang telah matang akan dilepaskan oleh indung telur (ovarium) menuju saluran tuba (tuba fallopi) untuk selanjutnya menunggu sel sperma yang akan membuahi. Jika terdapat gangguan pada saluran tuba maka proses ini tidak akan berlangsung sebagaimana mestinya.¹⁰³

Diperbolehkan melakukan bayi tabung secara Islam jika kondisi berikut terpenuhi. Pertama, program bayi tabung harus melibatkan pasangan suami istri. Kedua, sperma harus dari suami dan sel telur dari istri. Ketiga, hal ini harus terjadi dalam konteks perkawinan yang sah. Keempat, prosedur ini harus dilakukan oleh “tim yang kompeten” untuk mengurangi kemungkinan kegagalan atau tercampurnya zigot dan pra-embrio dari pasangan yang berbeda bila disimpan dalam nitrogen cair. Ibu pengganti kelima tidak diterima. Terakhir, jumlah sel telur yang telah dibuahi tidak boleh dipindahkan ke rahim lebih dari jumlah yang sesuai. Biasanya hanya terjadi perpindahan dua hingga telur yang telah dibuahi, meskipun biasanya lebih banyak telur yang telah dibuahi yang dihasilkan. Banyak pusat yang hanya memindahkan satu atau dua sel telur yang telah dibuahi. Membekukan sisa sel telur yang telah dibuahi diperbolehkan oleh sebagian ulama, asalkan hanya digunakan pada siklus berikutnya pada pasangan yang sama, dan pasangan tersebut masih dalam keadaan menikah. Nasib telur-telur yang tidak terpakai tersebut belum diputuskan. Dbolehkan menggunakannya untuk penelitian medis dengan persetujuan pasangan dan sesuai pedoman yang sesuai.¹⁰⁴

9. Hal Yang Dbolehkan Dan Pantangan Bagi Ibu Hamil

Salah satu anugerah yang sangat indah bagi seorang wanita adalah merasakan kehamilan. Kehamilan merupakan fitrah seorang wanita, dan menjadi pengalaman hidup yang sangata menakjubkan. Dimasa ini seorang wanita akan mengalami perubahan terbesar dalam siklus hidupnya, baik secara biologis, fisik maupun prikologis. Secara biologis wanita yang sedang hamil mengalami perubahan hormon dan perubahan bentuk tubuh secara signifikan. Akibat janin yang dikandung di dalam rahim, perubahan biologis ini sangat terlihat. Secara psikologis wanita yang sedang hamil mudah mengalami perubahan suasana batin yang tidak menentu. Tetapi semua itu dapat dikendalikan apabila ibu hamil menjalani periode kehamilan dengan persiapan yang memadai. Seperti persiapan fisikologis, makanan dan nutrisi, mental dll.¹⁰⁵ Hal ini akan dijelaskan secara detail apa yang boleh dan pantangan bagi ibu hamil. Menjalani kehamilan bukan perkara yang mudah, namun tidak juga sulit. Wanita yang sedang menjalani masa kehamilan harus mengetahui banyak hal, seperti perkembangan kehamilan, anjuran dan pantangan selama hamil, bagaimana

¹⁰³ Anton NB <https://www.anton-nb.com/posts/sejarah-pengertian-bayi-tabung/> diakses pada 21 Agustus 2021, Pukul 05:50

¹⁰⁴ Maslichah Mafruchat, *Perspektif Al-Qur'an Yang Berkaitan Dengan Pembentukan Embrio Sebagai Dasar Kajian Pada Embrio Hewan* (Sidoarjo: Zifatama Jawara, 2023), h. 19.

¹⁰⁵ Mugi Rizkiana Halalia, *Menyiapkan Anak Jenius Sejak Dalam Kandungan* (Yogyakarta: Diva Press, 2015), h. 10.

mempersiapkan anak agar kelak menjadi anak yang shalih atau shalihah dan masih banyak lagi.

a. Kebutuhan Gizi Selama Kehamilan

Apa yang dikonsumsi ibu hamil merupakan nutrisi penting bagi pertumbuhan dan perkembangan janin di dalam kandungan. Jika ibu hamil mengonsumsi makanan yang berkualitas, maka nutrisi yang diterima janin akan semakin baik. Dan akan berpengaruh pada kecerdasan janin. Selama proses kehamilan ada kebutuhan gizi khusus yang dibutuhkan untuk perkembangan kandungan. Metabolisme energi meningkat karena perubahan sistem tubuh ibu hamil dan perkembangan janin. Maka dari itu kebutuhan energi dan zat gizi perlu ditambah. Bukan hanya sekedar takaran makan yang ditambah, melainkan kebutuhan nutrisinya.¹⁰⁶

Nutrisi yang lengkap dapat diperoleh dari variasi makanan, contohnya sayuran dan buah adalah sumber vitamin, tetapi tidak mengandung protein, sebaliknya daging mengandung protein tetapi tidak mengandung vitamin. Maka dari itu, jika melakukan variasi makanan kebutuhan nutrisi selama kehamilan akan terpenuhi.¹⁰⁷

Berikut ada beberapa nutrisi yang perlu dikonsumsi selama kehamilan:

1. Protein

Wanita yang sedang hamil membutuhkan 75 gr protein setiap harinya atau 25 gr lebih banyak dari yang lain. Menambahkan protein ke dalam makanan merupakan cara yang efektif untuk menambah kalori sekaligus memenuhi kebutuhan protein. Protein bisa diperoleh dari protein hewani seperti daging, ikan, telur, keju dan susu. Selain itu protein bisa diperoleh dari tumbuh-tumbuhan seperti tahu, tempe, oncom dan kacang-kacangan. Protein adalah nutrisi penting yang terdiri dari asam amino yang berperan dalam hampir semua fungsi tubuh. Selama kehamilan kebutuhan protein meningkat untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin serta kesehatan ibu.¹⁰⁸

2. Kalori (Energi)

Jumlah energi menjadi faktor gizi paling penting pada ibu hamil jika dikaitkan dengan berat badan bayi rendah. Energi yang harus disiapkan sampai akhir kehamilan ialah 80.000 kalori atau kira-kira 300 kalori tiap hari lebih banyak dari wanita yang tidak hamil. Total kalori ini dihitung berdasarkan kesamaan dengan protein dan lemak yang tertimbun untuk pertumbuhan janin dan kebutuhan ibu hamil. Bahkan kebutuhan energi meningkat pada trimester 2 dan 3, karena untuk pemekaran jaringan ibu, untuk penambahan volume

¹⁰⁶ Sa'idatul Nafisah, *Panduan Hamil Sehat & Syar'I* (Yogyakarta: Sabil, 2017), h. 25

¹⁰⁷ Suririnah, *Buku Pintar Kehamilan & Persalinan* (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2008), h. 32.

¹⁰⁸ Hana Fitria Andayani, *Gizi Ibu Hamil* (Pekalongan: Penerbit NEM, 2024), h. 29.

darah, pertumbuhan rongga rahim, payudara, penumpukan lemak, pertumbuhan janin dan plasenta.¹⁰⁹ Kalori dapat didapatkan pada kacang-kacangan, buah, sereal, beras merah, sayur, kentang dan lainnya.

3. Folat (Asam Folat)

Asam folat adalah bentuk sintesis dari folat yang merupakan salah satu bagian dari vitamin B yaitu B9. Asam folat memiliki peranan penting dalam pembentukan tabung saraf pada janin selama awal kehamilan. Tabung saraf berkembang menjadi sistem saraf pusat janin, termasuk otak dan tulang belakang. Defisiensi (kekurangan) asam folat selama masa kehamilan dapat meningkatkan risiko cacat tabung saraf pada bayi. Selain mendapatkan asam folat melalui makanan seperti lemak, sayuran hijau, wortel, hati, kacang-kacangan, hati, gandum, lobak kentang dan jeruk. Wanita hamil biasanya disarankan untuk mengonsumsi suplemen asam folat. Suplemen dapat membantu memenuhi kebutuhan nutrisi selama masa kehamilan. Secara umum dosis yang umumnya diberikan antara 400 hingga 1000 mikrogram sehari.¹¹⁰

Bagi ibu hamil asam folat bermanfaat untuk mengurangi risiko anemia megaloblastik dan menurunkan kadar homosistein dalam darah yang berpengaruh pada berkurangnya risiko preeklamsia. Eklamsia dan preeklamsia merupakan 3 besar penyebab tingginya angka kematian ibu melahirkan selain pendarahan dan infeksi. Selain mengonsumsi asam folat selama masa hamil, dianjurkan juga untuk mengkombinasikan dengan vitamin B12 untuk mengurangi risiko terjadinya anemia megaloblastik.¹¹¹ Untuk membantu perkembangan otak dan saraf janin. Vitamin B12 bisa didapatkan dari makanan seperti telur, susu, daging ayam, yoghurt dan keju.

4. Zat Seng (Zinc)

Terdapat beberapa studi yang menerangkan ibu hamil yang memiliki kadar zat rendah dalam makanannya berisiko melahirkan bayi premature dan bayi dengan berat lahir rendah. Dalam uji klinis suplementasi zat seng tidak didapatkan kejelasan mengenai keuntungan mengonsumsi seng dalam jumlah yang lebih tinggi. Tetapi konsumsi zat seng dalam jumlah cukup merupakan Langkah antisipasi yang dapat dilakukan. Zat seng dapat ditemukan secara alami pada makanan daging merah, gandum utuh, kacang-

¹⁰⁹ Tim Dokteranda, *58 QA Seputar Diet, Makanan, Dan Suplemen* (Depok: Penebar Plus, 2012), h. 88.

¹¹⁰ Tresno Saras, *Asam Folat Kunci Kesehatan Dan Kesejahteraan* (Semarang: Tiram Media, 2023), h. 48.

¹¹¹ Sa'idatul Nafisah. *Panduan Hamil Sehat & Syar'I* (Yogyakarta: Sabil, 2017). h. 27

kacangan, polong-polongan dan beberapa sereal sarapan yang telah difortifikasi. Kebutuhan ibu hamil sekitar 25 mg sehari.¹¹²

5. Zat Besi

Zat besi dibutuhkan untuk memproduksi hemoglobin, berupa protein pada sel darah merah yang berperan untuk membawa oksigen ke jaringan tubuh. Ketika masa kehamilan volume dara bertambah untuk menampung perubahan pada tubuh ibu dan penyediaan darah janin. ini menyebabkan kebutuhan zat besi bertambah sekitar dua kali lipat. Jika kebutuhan zat besi tidak tercukupi, ibu hamil akan mudah Lelah dan terkena infeksi. Risiko melahirkan bayi tidak cukup umur dan memungkinkan melahirkan bayi dengan berat badan rendah. Zat besi yang dibutuhkan bagi ibu hamil sekitar 27 mg sehari. Selain dari suplemen zat besi juga bisa didapatkan pada makanan secara alami. Seperti daging merah, ikan, unggas, sereal sarapan yang telah difortifikasi zat besi dan kacang-kacangan.¹¹³

6. Vitamin C

Vitamin C sangat penting dikonsumsi oleh ibu hamil. Karena untuk memperbaiki jaringan dan membantu berbagai proses metabolisme unsur gizi lain. Kekurangan vitamin C saat hamil akan menyebabkan timbulnya keracunan. Kondisi terparahnya yaitu pecahnya air ketuban secara dini. Vitamin C merupakan bahan nutrisi yang tidak dapat disimpan oleh tubuh, maka dari itu setiap hari diperlukan untuk mengkonsumsinya. Makanan yang kaya akan vitamin C paling baik dimakan segar dan tidak dimasak, karena kontak dengan cahaya panas dan udara dapat menghancurkan vitamin tersebut. Kebutuhan vitamin C ibu hamil 70 mg. vitamin C secara alami bisa didapatkan dari jeruk, manga, papaya, strawberry, jambu biji, tomat, kembang kol, brokoli, kangkong, bayam, labu kuning, sawi hijau dan daun katuk.¹¹⁴

7. Kalsium

Kalsium ialah mineral paling melimpah di dalam tubuh. Kalsium diperlukan untuk pembentukan tulang dan gigi, untuk ibu hamil dan juga janin. Ibu hamil memerlukan kalsium lebih dari 1.200 mg/hari atau 25 gr terutama pada akhir masa kehamilan. Ketika saat itu janin memerlukan 13 mg kalsium yang didapatkan dari ibu. Jika ibu hamil kekurangan kalsium, maka janin akan mengambil persediaan kalsium yang ada dalam tulang ibunya. Dianjurkan ibu hamil mengkonsumsi kalsium sejak awal kehamilan, karena kalsium dapat disimpan untuk digunakan ketika keperluan kalsium meningkat. Secara alami kalsium bisa didapat dari susu, keju, yoghurt, biji

¹¹² Nur Hayati, *Panduan Kehamilan Dan Kelahiran Bagi Muslimah* (Yogyakarta: Sabil, 2016), h. 108.

¹¹³ Lenan Sari, *Kesalahan-Kesalahan Selama Hamil Mengganggu Kelancaran Melahirkan* (Yogyakarta: Laksana, 2015), h. 171.

¹¹⁴ Hindah Muaris, *Hidangan Sehat Favorit Ibu Hamil Kehamilan Triwulan Kedua Cita Rasa Indonesia* (Jakarta: Garamedia Pustaka Utama, 2002), h. 9.

wijen, ikan yang tulangnya bisa dimakan, roti dan sayuran hijau.¹¹⁵ Supaya penyerapan kalsium lebih optimal, menjaga kepadatan tulang ibu dan janin, bisa memperbanyak mengkonsumsi makanan yang mengandung vitamin D.

8. Lemak (Omega 3)

Omega 3 merupakan asam lemak esensial yang tidak dapat diproduksi oleh tubuh sehingga butuh asupan dari bahan makanan yang dikonsumsi. Omega 3 dapat dikonsumsi dari makanan nabati dan hewani. Bagi janin omega 3 sangat penting untuk perkembangan fungsi saraf dan penglihatan, dan untuk anak-anak otaknya masih tumbuh sampai usia lima tahun. sehingga pada usia balita atau disebut golden age harus terhindar dari kekurangan gizi. Untuk ibu hamil omega 3 sangat penting untuk perkembangan dan kebutuhan gizi bagi janin. mengkonsumsi asam lemak esensial bagi ibu hamil akan berdampak pada berat badan janin dan Panjang janin. kekurangan asam lemak esensial ketika awal kehamilan akan mengganggu kesehatan perkembangan plasenta dan perkembangan janin serta saraf. Omega 3 dapat ditemui pada ikan, biji-bijian, biji labu kuning dan biji bunga matahari (kuaci).¹¹⁶

9. Cairan

Cairan air dapat membantu mempersiapkan tubuh menghadapi berbagai perubahan tubuh secara psikologis, dari efek samping dan rasa tidak nyaman selama masa kehamilan. Dianjurkan ibu hamil meminum air 8 gelas sehari, untuk memenuhi kebutuhan cairan di dalam tubuhnya. Air yang masuk ke dalam tubuh dalam jumlah cukup, akan membantu menghilangkan sodium yang tak dibutuhkan dan mencegah infeksi urine atau *Urinary Tract Infections* (UTIs). Infeksi ini dapat menyebabkan tubuh menjadi dehidrasi. Air sangat dibutuhkan untuk membawa nutrisi dari darah ke janin dalam kandungan, jadi dibutuhkan sekitar satu gelas setiap jamnya. Salah satu manfaat dari cukupnya mengkonsumsi air untuk menghindari kemungkinan lahir prematur.¹¹⁷

10. Iodium

ini sangat dibutuhkan tubuh karena memiliki peran penting dalam pertumbuhan dan perkembangan otak dan sistem saraf janin. kekurangan iodium pada perkembangan otak dan sistem saraf ialah gangguan kemampuan kognitif. Iodium bisa ditemukan pada makanan alami ikan, rumput laut, *seafood*, susu dan garam yang telah difortifikasi iodium. Anjuran ibu hamil

¹¹⁵ Dini Kasdu, *Anak Cerdas* (Jakarta: Puspa Swara, 2020), h. 42.

¹¹⁶ Toto Sudargo Dkk, *1000 Hari Pertama Kehidupan* (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2018), h. 42

¹¹⁷ A S Hamidin, *Keampuhan Terapi Air Putih* (Yogyakarta: Media Pressindo, 2013), h. 125.

untuk ibu hamil sebesar 150 – 250 mg per hari.¹¹⁸ Ibu hamil yang kekurangan iodium bisa mengalami kelenjar gondok dan juga penambahan berat badan yang tidak sesuai dengan usia kehamilan. Berat badan lahir bayi rendah, berkemungkinan terjadi keguguran, bahkan bisa menyebabkan risiko bayi lahir mati.

11. Vitamin A

Ibu hamil membutuhkan vitamin A sekitar 500 mcg per hari. Kekurangan vitamin A selama kehamilan dapat menyebabkan bayi premature dan perlambatan pertumbuhan janin serta rendahnya berat bayi saat dilahirkan. Vitamin A secara alami bisa didapatkan dari mengonsumsi hati, susu, ikan laut, sayuran dan buah berwarna hijau atau kuning.¹¹⁹

12. Vitamin C

Mengonsumsi vitamin C dapat membantu meningkatkan penyerapan zat besi. Asupan vitamin C yang kurang dapat memberikan implikasi terhadap kadar hemoglobin ibu hamil. Vitamin C mempunyai peran dalam pembentukan hemoglobin dalam darah, vitamin C membantu penyerapan zat besi dari makanan sehingga dapat diproses menjadi sel darah merah kembali. Kebutuhan asupan vitamin C ibu hamil meningkat 85 mg per hari. Sumber vitamin C yang alami hanya terdapat pada pangan nabati seperti sayur, kol, buah terutama yang rasanya asam, jeruk, nanas, pepaya, gandaria dan lainnya.¹²⁰

13. Vitamin D

Vitamin D memiliki peran penting selama kehamilan, yaitu berperan dalam pengaturan penyerapan kalsium yang diperlukan untuk perkembangan tulang dan gigi yang sehat pada janin. Selain itu untuk membantu membentuk kerangka yang kuat untuk bayi yang dikandung. Bagi ibu hamil vitamin D berperan dalam menjaga kesehatan ibu hamil. Termasuk juga untuk menjaga keseimbangan kalsium dalam tubuh dan mendukung kesehatan sistem kekebalan tubuh untuk melindungi ibu dari penyakit dan infeksi. Vitamin D paling mudah didapat dari paparan sinar matahari yang aman (matahari pagi), konsumsi makanan yang mengandung vitamin D seperti ikan berlemak, telur, dan produk susu yang difortifikasi dan suplemen vitamin D jika diperlukan.¹²¹

b. Hal-Hal Yang Perlu Dihindari Selama Kehamilan

¹¹⁸ Putri Rahmah Alamsyah, *Bangun Generasi Emas Dengan Pedoman Gizi 8000 HPK* (Banten: Sada Kurnia Pustaka, 2024), h. 105.

¹¹⁹ Rusilanti, *Menu Bergizi Untuk Ibu Hamil*, *Journal Ekonomi Dan Bisnis Indonesia* (Depok: Kawan Pustaka, 2006), h. 6.

¹²⁰ Evy Nurachma Dkk, *Pengurangan Status Gizi Ibu Hamil Dengan Anemia Melalui Es Krim Daun Kelor* (Pekalongan: Penerbit NEM, 2023), h., 12

¹²¹ Tresno Saras, *Vitamin D: Cahaya Dalam Kesehatan Anda* (Semarang: Tiram Media, 2023), h. 50.

1. Menghindari Paparan Asap Rokok

Ibu hamil sebaiknya menjauhi ruangan yang banyak asap rokoknya, karena bahaya asap rokok sama dengan bahaya rokok sendiri. Banyak risiko yang terjadi dari pengaruh asap rokok, seperti berat badan bayi lahir rendah, dapat menyebabkan abortus dan lahir mati, hipertensi pada ibu hamil dan menyebabkan postpartum. Kemungkinan yang terjadi dari pengaruh buruknya asap rokok tergantung dengan seberapa banyak dan lama dari paparan asap rokok tersebut. Dari beberapa sumber menyatakan paling banyak terjadi ialah berat badan lahir bayi rendah, karena kandungan yang terdapat pada rokok menimbulkan efek pada janin.¹²²

a. Makanan Yang Mengandung Pengawet

Lebih baik dihindari makanan yang mengandung pengawet. Karena bisa menyebabkan menghambat pertumbuhan saraf-saraf otak janin. Makanan berpengawet contohnya, mie instan, sarden, sosis, kornet, bakso yang memakai boraks dan lain sebagainya. Pengawet tersebut sangat berbahaya bagi kesehatan¹²³

2. Kafein

Ibu hamil disarankan membatasi minuman yang mengandung kafein kurang dari 200 mg per hari atau sekitar 2-3 cangkir kopi. Kafein sangat cepat diserap dan dapat mudah melewati sawar darah ibu ke dalam plasenta dan janin dalam kandungan. Ini alasannya ibu hamil harus membatasi konsumsi kafein. Selain itu membatasi konsumsi kafein pada ibu hamil karena janin di dalam kandungan yang tidak memiliki enzim utama yang diperlukan untuk metabolisme kafein. Sehingga kadar kafein pada janin dapat meningkat dan tidak dapat dibuang oleh janin. jika ibu hamil terlalu banyak mengkonsumsi kafein, lalu terjadi peningkatan kadar kafein dalam aliran darah ibu dan janin, hal ini menghambat pertumbuhan bayi dalam kandungan. bahkan bisa menyebabkan berat badan bayi lahir rendah.¹²⁴

3. Minuman Beralkohol

Ibu hamil tidak dianjurkan untuk mengkonsumsi minuman beralkohol, karena akan melemahkan otak janin di dalam kandungannya. Karena ketika ibu hamil mengkonsumsi minuman beralkohol, bahan tersebut akan diteruskan melalui aliran darah ke janin. sehingga kemungkinan besar bayi akan terlahir memiliki kadar alkohol lebih tinggi

¹²² Hikmatul Khoiriyah Dkk, *Mempersiapkan Generasi Emas Sejak Dalam Kandungan* (Pekalongan: Penerbit NEM, 2024), h. 7.

¹²³ Ewa Molika Sitompul, *275 Tanya Jawab Seputar Kehamilan Dan Melahirkan* (Banten: Lembar Langit Indonesia, 2015), h. 109.

¹²⁴ Rifan Eka Putra Nasution, 'Kopi Dan Keajaibannya', 2023, h. 47. Diakses 29 Juli 2024 Pukul 03.46
https://www.google.co.id/books/edition/Kopi_dan_Keajaibannya/a6a3EAAAQBAJ?hl=jv&bpv=0

disbanding ibunya. Bahkan jika setiap hari ibunya mengkonsumsi minuman beralkohol, bayi berkemungkinan terlahir dengan berat badan rendah, mengalami gangguan bicara dan cenderung hiperaktif.¹²⁵

4. Obesitas

Obesitas ialah kelebihan berat badan. Kenaikan berat badan normal saat kondisi hamil berkisar antara 12-16 kg, jika kenaikan lebih dari itu berarti ibu hamil mengalami kegemukan atau obesitas. Obesitas memiliki beberapa risiko penyakit antara lain preeklamsia, diabetes gestasional, hipertensi dan lainnya. Ibu hamil yang mengalami obesitas akan disarankan untuk menjalani persalinan dengan operasi caesar. Karena jika menjalani persalinan secara alami akan sulit dan berisiko komplikasi. Ibu hamil yang obesitas akan berdampak juga bagi janinnya seperti makrosomia (kelebihan berat lahir), kelainan tabung saraf pusat (*spina bifida*) dan obesitas pada anak.¹²⁶

5. Stres atau Tertekan

Menurut Van de Carr dan Lehrer (2001), Ketika ibu hamil dalam kondisi stres atau tertekan, maka tubuh akan mengeluarkan zat-zat kimia atau hormon yang dapat mencapai dan meresahkan bayi. Hormon tersebut adalah hormon kortisol di mana hormon ini dilepaskan oleh tubuh pada saat stres. Efek dari hormon kortisol yaitu tekanan darah tinggi, jantung terasa berdebar dan sesak nafas, metabolisme tubuh menjadi tidak teratur. Kondisi ini tentu saja tidak menguntungkan bagi perkembangan janin. lebih jauh lagi, hormon kortisol yang dilepaskan oleh tubuh ibu hamil ternyata tidak dapat disaring oleh plasenta. Dengan demikian hormon kortisol dapat mencapai janin dan terakumulasi dalam tubuh janin.

Studi yang dilakukan oleh Hobel ditemukan bahwa stress pada ibu hamil meningkatkan jumlah corticotrophin-releasing hormone (CRH), di mana hormon ini terkait erat dengan kelahiran premature. Selain itu stress pada ibu hamil berhubungan erat dengan meningkatnya perilaku tidak sehat pada si ibu, misalnya merokok, menggunakan obat-obatan penenang serta berkurangnya kemauan untuk menjaga kehamilan mereka.¹²⁷

10. Tujuan Janin Diciptakan

Manusia merupakan ciptaan Allah yang paling istimewa. Manusia dapat mengatasi pengaruh dunia sekitarnya serta problema dirinya, yaitu terdapat unsur jasmani dan rohani. kedua unsur ini sudah ada juga di makhluk lain yang

¹²⁵ Rony Dwi Andhika, *Daya Ingat Anda Semakin Menurun?* (Yogyakarta: FlashBooks, 2015), h. 50.

¹²⁶ Prilia Detiana, *Hamil Aman Dan Nyaman Di Atas 30 Tahun* (Yogyakarta: Media Pressindo, 2010), h. 61.

¹²⁷ Herdina Indrijati Dkk, *Psikologi Perkembangan Dan Pendidikan Anak Usia Dini* (Jakarta: Prenada Media, 2017), h. 8-9.

diberi jiwa atau ruh. Akan tetapi pada kedua unsur tersebut manusia dianugrahi nilai lebih, hingga kualitasnya berada di atas kemampuan yang dimiliki makhluk-makhluk lain. Dengan bekal yang sitimewa ini, manusia mampu menopang keselamatan, keamanan, kesejahteraan dan kualitas hidupnya.¹²⁸

Penciptaan Adam dan Hawa adalah kisah penciptaan manusia yang pertama. Peristiwa tersebut ada di dalam al-Qur'an dan hadits Rasulullah Muhammad SAW. Islam telah menjelaskan manusia berdasarkan pada hakikat, asal usul, keistimewaan, keutamaan dll. Hakikat manusia merujuk pada dua hal pokok. Pertama asal yang jauh, yaitu penciptaan pertama dari tanah liat ketika Allah menyempurnakannya dan meniupkan ruh di dalamnya. Kedua asal yang dekat adalah penciptaannya dari air sperma.¹²⁹ Sebagaimana yang dijelaskan oleh Allah SWT dalam QS. As-Sajdah ayat 7-9

الَّذِي أَحْسَنَ كُلَّ شَيْءٍ خَلَقَهُ وَبَدَأَ خَلْقَ الْإِنْسَانِ مِنْ طِينٍ ثُمَّ جَعَلَ
 نَسْلَهُ مِنْ سُلَالَةٍ مِّنْ مَّاءٍ مَّهِينٍ ثُمَّ سَوَّاهُ وَنَفَخَ فِيهِ مِنْ رُّوحِهِ وَجَعَلَ لَكُمُ
 السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ قَلِيلًا مَّا تَشْكُرُونَ

“Yang memperindah segala sesuatu yang Dia ciptakan dan yang memulai penciptaan manusia dari tanah, kemudian Dia menjadikan keturunannya dari saripati air yang hina (air mani). Kemudian Dia menyempurnakannya dan meniupkan roh (ciptaan)-Nya ke dalam (tubuh) nya dan Dia menjadikan pendengaran, penglihatan dan hati bagimu, (tetapi) sedikit sekali kamu bersyukur.”

Dari apapun manusia itu diciptakan, tujuan akhir dari penciptaan manusia itu sendiri yang harus diperhatikan. Inilah yang perlu diketahui dan fikirkan dalam-dalam. Bahwa manusia diciptakan untuk mengabdikan dan beribadah kepada-Nya.¹³⁰ Kepada Allah Sang Pencipta seperti diterangkan pada QS. Adz-Dzariyat ayat 56-57

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ مَا أُرِيدُ مِنْهُمْ مِنْ رِّزْقٍ وَمَا أُرِيدُ
 أَنْ يُطْعَمُونَ

¹²⁸ Muhammad Hasan, "Tujuan Penciptaan Manusia Dan Fungsi Lembaga-Lembaga Pendidikan", *HUNafa: Jurnal Studia Islamika* (Palu: SATIN Datokarama, 2010), Vol.7 No.1, h.109.

¹²⁹ Muhmmad Natsir, *Bahtsu El-Kutub Al-Tarbiyah Al-Islamiyah* (Jepara: Unisnu Press, 2020), h. 63

¹³⁰ Iskandar AG Soemabrata, *Pesan-Pesan Numerik Al-Qur'an* (Jakarta: Republika, 2006), h. 77.

“*Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan agar mereka beribadah kepada-Ku. Aku tidak menghendaki rezeki sedikit pun dari mereka dan Aku tidak menghendaki agar mereka memberi makan kepada-Ku*”

Ali bin Abi Thalhaf meriwayatkan dari Ibnu ‘Abbas: melainkan supaya mereka mau tunduk beribadah kepad-Ku, baik secara sukarela maupun terpaksa. Makna ayat selanjutnya, bahwa Allah SWT telah menciptakan hamb-hamba-Nya dengan tujuan agar mereka beribadah kepada-Nya semata, Rabb yang tiada sekutu bagi-Nya. Barangsiapa mentaati-Nya, maka ia akan diberikan balasan yang sempurna. Dan barangsiapa yang durhaka kepada-Nya, maka ia akan mendapatkan adzab yang sangat pedih. Dan Allah juga memberitahukan bahwa Dia sama sekali tidak membutuhkan mereka, tetapi justru merekalah yang sangat membutuhkan-Nya dalam segala keadaan. Dengan demikian, Dia adalah pencipta dan Pemberi rizki.¹³¹

a. Manusia Diciptakan Sebagai Hamba Allah

Tujuan manusia diciptakan yang pertama untuk beribadah. Ibadah terdiri dari ibadah murni (*mahdhah*) dan ibadah tidak murni (*ghairu mahdhah*). Ibadah *mahdhah* adalah ibadah yang telah ditentukan oleh Allah, bentuk, kadar dan waktunya. Seperti shalat, zakat, puasa dan haji. Ibadah *ghairu mahdhah* adalah segala aktifitas lahir dan batin manusia yang dimaksudkannya untuk mendekatkan diri kepada Allah. Hubungan seks pun dapat menajdi ibadah, jika itu dilakukan sesuai tuntunan agama.¹³² Jadi tujuan spesifik diciptakannya manusia untuk beribadah adalah dengan melakukan perintah-nya dan menjauhi larangan-Nya. Contohnya shalat, zakat, puasa, haji (ibadah *mahdhah*) dan suka menolong orang lain, berbuat kebaikan, mencari nafkah atau bekerja (ibadah *ghairu mahdhah* secara lahir) serta mencintai sesama, tidak berbohong, menepati janji, tidak menyakiti dan melukai hati orang lain (ibadah *ghairu mahdhah* secara batin).¹³³

b. Manusia Diciptakan Sebagai Khalifah

Tidak hanya beribadah kepada Allah, tugas manusia juga sebagai khalifah. Manusia diberi tanggung jawab terhadap alam dan umat. Sebagai khalifah, manusia juga diberi otoritas menyebarkan rahmat Tuhan, menegakkan kebenaran, membasmi kebatilan dan menegakkan keadilan. Sebagai hamba manusia adalah kecil. Tugas manusia sebagai khalifah adalah untuk menjaga dan bertanggung jawab atas dirinya, sesama manusia dan alam yang menjadi sumber penghidupan. Tanggung jawab manusia terhadap moral agama sebagai khalifah di bumi yaitu mengelola sebaik-baiknya alam semesta dan kehidupan sosial didalamnya karena tugas manusia sebagai khalifah

¹³¹ Muhammad Abdul Ghoffar, *Tafsir Ibnu Katsir* Jilid 7 (Bogor: Pustaka Imam Asy-Syafi'i, 2004), h. 546

¹³² M. Quraish Shihab, *TAFSIR AL-MISHBAH* (Jakarta: Lentera Hati, 2002) Jilid 13, h.356.

¹³³ Ahmad Hosaini, *Manajemen Manusia: “Refleksi Diri Meraih Kesempurnaan Hidup”* (Malang: Media Nusa Creative, 2021), h. 55.

merupakan tugas yang suci dan amanah dari Allah sejak manusia pertama diciptakan hingga manusia pada akhir zaman.¹³⁴ Seperti firman Allah dalam QS. Al-Baqarah ayat 30:

وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً ۗ قَالُوا أَتَجْعَلُ فِيهَا مَنْ يُفْسِدُ فِيهَا وَيَسْفِكُ الدِّمَاءَ وَنَحْنُ نُسَبِّحُ بِحَمْدِكَ وَنُقَدِّسُ لَكَ ۗ قَالَ إِنِّي أَعْلَمُ مَا لَا تَعْلَمُونَ

“Ingatlah ketika Tuhanmu berfirman kepada para Malaikat: ‘Sesungguhnya Aku hendak menjadikan seorang khalifah di muka bumi.’ Mereka berkata: ‘Mengapa Engkau hendak menjadikan (khalifah) di bumi itu orang yang akan membuat kerusakan padanya dan menumpahkan darah, padahal kami senantiasa bertasbih dengan memuji Engkau dan mensucikan Engkau?’ Tuhan berfirman: ‘Sesungguhnya Aku mengetahui apa yang tidak kamu ketahui.’”

- c. Manusia Diciptakan Untuk Berkembangbiak Dan Bersilaturrahim
Manusia diciptakan untuk bertakwa dan menjaga tali silaturrahim seperti dalam QS An-Nisa ayat 1

يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَاءً ۗ وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي تَسَاءَلُونَ بِهِ وَالْأَرْحَامَ ۗ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا

“Wahai manusia bertakwalah kepada Tuhanmu yang telah menciptakan kamu dari diri yang satu (Adam) dan Allah menciptakan pasangannya (Hawa) dari dirinya dan dari keduanya Allah memperkembangkanbiakkan laki-laki dan perempuan yang banyak. Bertakwalah kepada Allah dengan namanya-Nya kamu saling meminta, dan peliharalah hubungan kekeluargaan. Sesungguhnya Allah selalu menjaga dan mengawasimu”

Seperti halnya manusia wajib bertakwa dan takut kepada Allah SWT, maka begitu pula halnya mereka harus takut untuk memutus ikatan silaturrahim atau ikatan kekerabatan. Maksudnya bertakwa dan takutlah kalian kepada Allah SWT yang dengan mempergunakan nama-Nya, kalian

¹³⁴ Suci Rahmawati & Niki Purnama Sari, ‘Proses Terciptanya Manusia Di Alam Rahim Menurut Pandangan Ilmu Biologis Dalam Al-Qur’an’(Banjarmasin: Universitas Lambung Mangkurat, 2023), *Jurnal Religion: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya* Vol. 1. No.6, h.274.

saling meminta satu sama lain sebagai tanda keimanan dan pengagungan kepada-Nya. Dan takutlah (peliharalah) ikatan silaturahmi dan kekerabatan, maksudnya sambunglah ikatan silaturahmi dan kekerabatan dengan sikap sayang dan berbuat baik kepada kekerabatan, jangan kalian putuskan. Karena memutuskan tali silaturahmi dan kekerabatan termasuk sesuatu yang harus ditakuti dan dijauhi.¹³⁵

d. Manusia Diciptakan Untuk Bertauhid

Hal ini disebutkan dalam suarah al-‘Araf ayat 172

وَإِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِنْ بَنِي آدَمَ مِنْ ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَأَشْهَدَهُمْ عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ ۖ قَالُوا بَلَىٰ ۗ شَهِدْنَا ۗ أَن تَقُولُوا يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِنَّا كُنَّا عَنْ هَذَا غَافِلِينَ

“Dan ingtalah ketika Tuhanmu mengeluarkan (tulang belakang) anak cucu Adam keturunan mereka dan Allah mengambil kesaksian terhadap roh mereka (seraya berfirman) “Bukanlah Aku ini Tuhanmu?” mereka menjawab “Betul Engkau Tuhan kami, kami bersaksi” kami lakukan yang demikian itu agar di hari kiamat kamu tidak mengatakan, “sesungguhnya ketika itu kami lengah terhadap ini”

Setiap manusia yang telah mencapai usia baligh pasti menyadari bahwa mereka memiliki Tuhan Yang Maha Esa. Pertanyaan yang bersifat merendahkan pada ayat diatas adalah perintah untuk mengikrarkannya dan mengakuinya.¹³⁶

e. Manusia diciptakan untuk bersyukur

Hal ini dijelaskan dalam firman Allah dalam surah An-Nahl ayat 78

وَاللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ ۗ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ

“Dan Allah mengeluarkan kamu dari perut ibumu dalam keadaan tidak mengetahui sesuatu pun, dan Dia memberimu pendengaran penglihatan, dan hati Nurani agar kamu bersyukur”

¹³⁵ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Munir* Jilid 2 (Depok: Gema Insani, 2013), h. 562

¹³⁶ Al-Qurtubi, *Al Jami' li Ahkam Al-Qur'an*, jilid 7, h. 785

Dalam ayat di atas Allah mengajari manusia apa yang sebelumnya manusia tidak ketahui, setelah Allah mengeluarkan dari dalam perut ibu, sebelumnya manusia tidak mengetahui apapun, Allah mengaruniakan akan untuk bisa membedakan mana yang baik dan yang buruk. Allah membuka mata manusia untuk melihat apa yang tidak dilihat sebelumnya, serta bisa melihat berbagai sosok sehingga dapat saling mengenal dan membedakan dan memberikan telinga untuk mendengar suara, lalu Allah memeberikan hati untuk digunakan mengenal segala sesuatu, merekamnya dan memikirkan, sehingga manusia memahaminya. Lafaz **لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ** “agar kamu bersyukur” maksudnya adalah maka bersyukurlah manusia kepada Allah atas hal-hal yang dikaruniakan-Nya kepada manusia, bukan bersyukur kepada tuhan-tuhan dan tandingan-tandingan itu. Jangan kalian menjadikan sekutu bagi Allah dalam bersyukur, karena Allah tidak memiliki sekutu dalam melimpahkan nikmat-Nya.¹³⁷

Allah juga menjelaskan dalam surah Al-Mulk ayat 23 dan juga surah al-Insan ayat 2-3 manusia bisa memilih jalan bersyukur atau kufur

قُلْ هُوَ الَّذِي أَنْشَأَكُمْ وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ قَلِيلًا مَّا تَشْكُرُونَ

إِنَّا خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ نُطْفَةٍ أَمْشَاجٍ نَبْتَلِيهِ فَجَعَلْنَاهُ سَمِيعًا بَصِيرًا إِنَّا هَدَيْنَاهُ السَّبِيلَ إِمَّا شَاكِرًا وَإِمَّا كَفُورًا

B. Persalinan

1. Definisi Persalinan Menurut Bahasa Dan Istilah

Persalinan adalah proses untuk mendorong keluar atau *ekspulsi* hasil pembuahan dari dalam keluar *uterus*. Biasanya proses ini berlangsung ketika uterus sudah tidak dapat tumbuh lebih besar lagi, ketika janin sudah siap untuk hidup di luar rahim.¹³⁸ Persalinan juga merupakan suatu proses pengeluaran hasil konsepsi (janin dan urin) yang dapat hidup di luar rahim atau hidup di dunia melalui jalan lahir atau halan yang lain.¹³⁹ Kata persalinan juga mempunyai persamaan kata dengan melahirkan. Dalam *Kamus Besar*

¹³⁷ Ibnu Jarir Ath- Thabari, Jami' al-bayan fi Ta'wil Al-Qur'an, jilid 16, h. 249

¹³⁸ Eni Subiastutik and Syiska Atik Maryanti, *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan* (Pekalongan: Penerbit NEM, 2022), h. 1

¹³⁹ Sulis Diana, dkk., *BUKU AJAR ASUHAN KEBIDANAN, PERSALINAN, DAN BAYI BARU LAHIR* (Surakarta: CV Oase Group (Gerakan Menulis Buku Indonesia), 2019), h. 1

Bahasa Indonesia (KBBI) kata melahirkan berarti mengeluarkan anak dari dalam kandungan.¹⁴⁰

Persalinan terjadi pada usia kehamilan 40 minggu. Hal yang wajar jika persalinan terjadi lebih cepat atau lebih lambat dua minggu dari hari prediksi lahir (HPL). Usia tersebut kondisi organ dan fisik janin sudah siap untuk dilahirkan.¹⁴¹ Menurut WHO (World Health Organization) 2019, proses persalinan normal adalah persalinan yang dimulai secara spontan beresiko rendah pada awal persalinan dan begitu juga selama proses persalinan, bayi dilahirkan spontan dengan penilaian belakang kepala pada usia kehamilan 37 hingga 42 minggu. Setelah persalinan ibu dan bayi dalam keadaan sehat.¹⁴²

2. Persiapan Menghadapi Persalinan

Persalinan adalah proses fisiologis yang memungkinkan terjadinya serangkaian perubahan besar pada calon ibu untuk dapat melahirkan janinnya melalui jalan lahir. Persalinan atau melahirkan bayi adalah suatu proses normal pada wanita usia subur. Persalinan merupakan persiapan penting yang sangat ditunggu oleh setiap pasangan suami istri, menyambut kelahiran janin yang ada di dalam kandungan ibu hamil merupakan saat yang membahagiakan setiap keluarga bahkan seluruh anggota masyarakat. Persiapan persalinan adalah segala sesuatu yang disiapkan dalam menyambut kelahiran anak oleh ibu hamil. Tujuannya untuk menyiapkan semua kebutuhan selama kehamilan maupun proses persalinan.¹⁴³ Ada beberapa hal yang perlu disiapkan.

1. Pengetahuan

Pada proses persalinan semua ibu hamil sudah mempunyai pola dalam persalinan. Bahkan secara teoritis rata-rata proses kelahiran pertama kali menghabiskan waktu sekitar 24 jam, sedangkan kelahiran berikutnya rata-rata lebih singkat untuk rentang kala I (pembukaan) hingga kala III (plasenta lahir). Walaupun lama atau cepatnya fase itu sangat bervariasi dengan mengetahui fase-fase tersebut, ibu hamil akan mengatur energi dengan baik sehingga drama saat melahirkan juga lebih minim. Jika tidak mengetahui fase-fase dan perubahan yang terjadi selama masa persalinan, bisa jadi energi akan terkuras di depan. Sehingga keabisan tenaga saat proses kelahiran.¹⁴⁴

¹⁴⁰ <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/melahirkan>, diakses pada tanggal 04 Desember 2023, pukul 10:25 WIB

¹⁴¹ Dini Kasdu, *Solusi Problem Persalinan* (Jakarta: Niaga Swadaya), h. 1

¹⁴² Donna Harriya Novidha, dkk., *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Dan BBL Fisiologis Dan Patologis S1 Kebidanan* (Jakarta: Mahakarya Citra Utama Group, 2023), h. 2

¹⁴³ Hadriani Dkk, *Bunga Rampai Konsep Dan Keterampilan Antenatal* (Cilacap: Media Pustaka Indo), hal. 79

¹⁴⁴ Yesie Aprillia, *Bebas Takut Hamil Dan Melahirkan* (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2017), h. 3.

2. Persiapan Fisik

Proses persalinan adalah proses yang melelahkan dan membutuhkan banyak energi. Maka dari itu diperlukan kesiapan fisik semenjak kehamilan memasuki bulan ke delapan, karena persalinan bisa terjadi kapan saja.¹⁴⁵ Dalam menyiapkan kondisi fisik, ibu hamil juga perlu menyiapkan makanan bergizi dan minum yang banyak. Masih bisa melakukan aktivitas seperti biasa jalan pagi, urusan domestic dan tetap harus istirahat yang cukup. Perlu juga untuk latihan teknik mengedan dan bernafas yang baik untuk memperlancar ketenangan dalam proses persalinan.

3. Persiapan Spiritual

Selain persiapan fisik ibu hamil juga perlu mempersiapkan spiritualnya. Karena ketika masa kehamilan adalah masa yang sensitif dalam menentukan nasib masa depan anaknya. Allah telah membentuk manusia di dalam rahim seorang ibu, maka perlu juga orang tua berdo'a kepada Allah untuk kebaikan janin di dalam rahim.¹⁴⁶ Seperti QS. Al-Furqan ayat 74

وَالَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَاجْعَلْنَا
لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا

“Dan orang-orang yang berkata: ‘Ya Tuhan kami, anugerahkan kepada kami istri-istri kami dan keturunan kami sebagai penyenang hati (Kami) dan jadikanlah kami imam bagi orang-orang yang beryakwa’.

4. Persiapan Psikologis

Perlu banget ibu hamil mempersiapkan menghindari kepanikan dan ketakutan dan bersikap tenang, ibu hamil dapat melalui saat-saat persalinan dengan baik dan lebih siap serta meminta dukungan dari orang-orang terdekat. Perhatian dan kasih sayang tertentu akan membantu memberikan semangat untuk ibu yang akan melahirkan dan merupakan motivasi tersendiri sehingga lebih siap dalam menghadapi persalinan. Perasaan takut dapat diatasi dengan dukungan suami atau keluarga terdekat.¹⁴⁷

5. Persiapan Finansial

Siap secara finansial akan memberikan ketenangan kepada orangtua. Terlebih jika kehamilan termasuk dalam kehamilan berisiko. Oleh karena itu

¹⁴⁵ Liliek Pratiwi Dkk, *Persalinan Dan Persipan Menjadi Ibu Mau Siap-Siap Melahirkan? Yuk Simak Disini* (Sukabumi: CV Jejak, 2024), h. 15.

¹⁴⁶ Erna Budiarti, *Pembelajaran Dan Assesmen Dari Rumah (Padang: Inovasi Pratama International, 2023)*, h. 93.

¹⁴⁷ Hanny Puspita Ariani Dkk, *Asuhan Kebidanan Pada Perempuan Dan Anak Dalam Kondisi Rentan* (Malang: Rena Cipta Mandiri, 2022), h. 99.

sangat direkomendasikan kepada orangtua untuk menyiapkan dana simpanan untuk keperluan persalinan.¹⁴⁸ Selain anggaran biaya persalinan, kebutuhan ibu dan bayi juga harus dipersiapkan jauh-jauh hari sebelum tanggal perkiraan persalinan. Perlengkapan bayi yang disiapkan seperti popok, baju bayi, handuk, gendongan dan lainnya. Perlengkapan ibu pakaian, pembalut, dalam, setagen dan lain-lain.

3. Posisi Terbaik Dalam Persalinan

Posisi dalam persalinan dan kelahiran sangat penting karena akan membantu ibu hamil menjadi lebih nyaman selama proses persalinan. Bahkan ada posisi yang dapat dilakukan dengan atau tanpa bantuan pasangan suami atau bidan. Dengan menganal dan melatihnya sebelum persalinan akan membuat posisi-posisi ini lebih familier serta lebih nyaman dalam persalinan.¹⁴⁹ Ada beberapa posisi yang dapat digunakan selama fase persalinan, posisi ini dapat membantu mengurangi rasa sakit pada saat persalinan dan dapat mempercepat proses persalinan.

1. Posisi Jongkok dan Berdiri

Posisi ini lazim dilakukan di daerah Papua. Melahirkan dengan posisi jongkok dan berdiri memanfaatkan gaya gravitasi tubuh sehingga ibu tidak perlu terlalu kuat mengejandani bayi lebih cepat keluar melewati jalan lahir. Baru sekarang ini posisi jongkok mulai dilirik sebagai proses persalinan yang normal alami. Pada persalinan posisi berdiri kaki agak dibuka dan penolong berada di belakang ibu hamil menekan perut. Posisi ini dapat membantu kontraksi dan mengurangi rasa nyeri. Kekurangan posisi jongkok dan berdiri untuk melahirkan ada kemungkinan kepala bayi cedera karena terlalu cepat meluncur melewati jalan lahir. Sedangkan apabila terjadi kelambatan saat proses persalinan pertolongannya lebih sulit.¹⁵⁰

2. Posisi Duduk

Posisi persalinan duduk adalah posisi kedua terbaik setelah posisi jongkok. Posisi duduk juga memiliki beberapa manfaat yaitu mempercepat dan memperlancar persalinan. Posisi duduk bisa dilakukan dengan duduk tagak di kursi, toilet, atau bola persalinan. Posisinya bisa menghadap maju atau mundur dan agak condong sedikit kedepan. Dapat juga duduk di paha suami atau di bangku melahirkan dalam beberapa cara mirip dengan persalinan berjongkok. Kelebihan posisi seperti ini membantu meringankan nyeri punggung pada persalinan, memperlancarkan persalinan dan dapat

¹⁴⁸ Najeela Sihab Dkk, *Siap - Siap Jadi Orangtua: Semua Tentang Mengasuh Anak Di 1000 Hari Pertama Kehidupannya* (Tangerang: Lentera Hati, 2022), h. 25.

¹⁴⁹ Dini Justian, *Penerapan Tindakan Posisi Persalinan* (Pekalongan: Penerbit NEM, 2022), h. 76.

¹⁵⁰ Irmawati, *Tetap Tersenyum Saat Melahirkan* (Yogyakarta: Media Pressindo, 2014), h. 109.

membantu memindahkan posisi janin ke posisi yang lebih baik. Posisi persalinan duduk tidak ditemukan kekurangan dalam proses persalinan.¹⁵¹

3. Posisi Miring

Dalam hal ini ibu hamil dalam posisi tidur (berbaring) miring (ke kiri atau ke kanan). Salah satu kaki ibu hamil harus diangkat dan kaki satunya dalam keadaan lurus. Posisi miring ini biasanya digunakan pada kondisi tertentu, seperti kepala bayi belum tepat. Selain itu posisi ini dapat dilakukan jika persalinan berlangsung lama dan ibu hamil sudah mual kelelahan dengan posisi lainnya. Keuntungan posisi ini peredaran darah ibu hamil mengalir lancar, pengiriman oksigen dalam darah ibu hamil ke janin tidak terganggu dan persalinan relative nyaman. Sedangkan kekurangannya membuat dokter atau bidan sedikit kesulitan dalam membantu proses persalinan dan juga kepala bayi lebih sulit dipegang.¹⁵²

4. Posisi Setengah Duduk

Posisi ini umum dilakukan untuk membantu proses persalinan. Ibu hamil duduk dengan punggung bersandar pada bantal, kedua kaki ditekuk dan paha dibuka ke arah samping. Posisi ini dapat membuat ibu menjadi lebih nyaman. Suami dapat dilibatkan pada persalinan posisi setengah duduk dengan cara memeluk ibu hamil (istrinya). Kelebihan dari posisi ini ialah suplai oksigen ke janin berjalan lancar dan jalan lahir menjadi lebih pendek. Kekurangan dari posisi ini ibu hamil menjadi pegal akibat penekanan pembuluh darah besar dan mengurangi asupan oksigen ke janin jika persalinan berlangsung dalam waktu lama.¹⁵³

C. Pasca Persalinan

1. Definisi Menyusui Anak

Menyusui secara umum mempunyai dua pengertian yaitu produksi ASI (air susu ibu) dan pengeluaran ASI. Payudara dapat terbentuk ketika embrio berusia 18-19 minggu. Saat datang menstruasi hormon yang berperan adalah hormon *estrogen* dan *progesteron* yang berfungsi untuk alveoli maturase tercapai, sedangkan hormon *prolaktin* berfungsi untuk produksi ASI.¹⁵⁴ ASI adalah makanan utama bagi bayi. Seorang ibu harus mengupayakan agar bayinya memperoleh ASI eksklusif. Salah satu cara agar bisa memberikan ASI kepada bayi dengan perawatan payudara dan berikan

¹⁵¹ Yesie Aprilia, *Gentle Birth Cara Mudah Dan Nyaman Menyambut Buah Hati* (Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia, 2019), h. 235.

¹⁵² Sitiatava Rizema Putra, 'Cara Mudah Melahirkan Dengan Hypnobirthing' (Yogyakarta: Laksana, 2016), h. 78.

¹⁵³ Irmawati, *Tetap Tersenyum Saat Melahirkan* (Yogyakarta: Media Pressindo, 2014), h. 110.

¹⁵⁴ Mercy Joice Kaparang, dkk., *Bunga Rampai Asuhan Kebidanan Masa Nifas Dan Menyusui* (Cilacap: Media Pustaka Indo, 2023), h. 12

ASI sehabis melahirkan.¹⁵⁵ ASI eksklusif adalah ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama enam bulan tanpa menambah atau mengganti dengan makanan atau minuman lainnya.¹⁵⁶ Dalam peraturan pemerintah pasal enam juga dijelaskan, bahwa setiap ibu yang melahirkan harus memberikan ASI eksklusif kepada bayi yang dilahirkannya. Hal tersebut tidak berlaku jika terdapat indikasi medis, ibu tidak ada dan ibu terpisah dari bayi.¹⁵⁷

Memberikan ASI kepada bayi adalah cara yang optimal untuk bayi mendapatkan gizi terbaik. Oleh karena itu bayi yang baru berumur kurang dari enam bulan disarankan hanya diberikan ASI tanpa makanan tambahan. Makanan tambahan hanya diberikan saat bayi berusia enam bulan ke atas.¹⁵⁸ Penelitian ilmiah yang telah dilakukan menyatakan banyak manfaat dalam pemberian ASI eksklusif pada bayi. Salah satunya bayi yang diberikan ASI eksklusif lebih jarang sakit dibandingkan dengan yang tidak diberikan ASI eksklusif. Tidak hanya itu ASI juga mengandung zat gizi dengan kualitas tinggi yang cukup untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan sel dan saraf otak di masa *golden age* enam bulan pertama. Selain itu ASI eksklusif dapat meningkatkan jalinan kasih sayang antara ibu dan bayi. Dalam jangka panjang, manfaat ASI eksklusif dapat menurunkan risiko terjadinya obesitas dan alergi pada anak.¹⁵⁹

2. Persiapan Menyusui Anak

Menyusui adalah suatu proses alamiah. Tidak sedikit ibu di seluruh dunia berhasil menyusui bayinya tanpa pernah membaca buku tentang ASI. Bahkan ibu yang buta huruf pun dapat menyusui anaknya dengan baik. Meskipun demikian dalam lingkungan kebudayaan kita saat ini melakukan hal yang alamiah tidak selalu mudah. Seiring dengan perkembangan zaman, terjadi pula peningkatan ilmu pengetahuan dan teknologi yang demikian pesat. Tetapi pengetahuan lama yang mendasar seperti menyusui terkadang terlupakan. Padahal pengetahuan tentang menyusui mempunyai peran penting dalam mempertahankan kehidupan manusia.¹⁶⁰

Setiap ibu hamil harus memberikan makanan yang paling ideal dan alami pada anaknya yaitu ASI (Air Susu Ibu). ASI melindungi bayi dari sejumlah infeksi dan penyakit serta membantu membangun hubungan ibu dan

¹⁵⁵ Bahran Dkk, *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas, Menyusui, Dan Bayi Baru Lahir* (Pekalongan: Penerbit NEM, 2023)., h. 92

¹⁵⁶ Fitra Duhita, dkk., *LAKTASI: Lambang MengASIhi Dalam Berbagai Tantangan Keadaan Dan Kondisi* (Pekalongan: Penerbit NEM, 2023), h. 158

¹⁵⁷ Presiden Republik Indonesia, 'Peraturan Pemerintah Republik Indonesia', *Kementerian Kesehatan*, 66.4 (2012), 37–39, h. 6

¹⁵⁸ Fitriani Umar, *Inisiasi Menyusui Dini (IMD) Dan Kelangsungan ASI Anak Dibawah Usia Dua Tahun*, h. 1

¹⁵⁹ Toto Sudargo and Nur Aini Kusmayanti, *Pemberian ASI Eksklusif Sebagai Makanan Sempurna Untuk Bayi* (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2023)., h. 2

¹⁶⁰ Utami Roesli, *Mengenal ASI Eksklusif* (Jakarta: Trubus Agriwidya, 2011), h. 2.

anak yang sehat. Ada beberapa hal penting yang perlu dipersiapkan dalam proses menyusui.¹⁶¹

1. Mencari informasi perihal ASI. Karena persiapan sebelum melahirkan yang utama bukanlah belanja keperluan bayi, tapi belanja pengetahuan tentang ASI karena ini terkait tentang investasi jangka Panjang atas manfaat ASI yang dapat dirasakan anak sepanjang hidupnya.¹⁶²
2. WHO (Badan Kesehatan Dunia) menganjurkan ibu untuk bertemu dengan konselor menyusui pada kehamilan 28 minggu dan 36 minggu. Mengajak suami, orang tua dari pihak ibu serta suami karena sukses menyusui perlu dukungan semua pihak.
3. Memilih fasilitas kesehatan dan tenaga kesehatan yang pro menyusui. Hal-hal yang perlu dicari tahu adalah apakah fasilitas dan tenaga kesehatan melakukan Inisiasi Menyusui Dini (IMD), bayi dirawat gabung selama ibu 24 jam, ibu dibantu bila ingin menyusui, bayi boleh menyusui kapan saja bayi mau, tidak memberikan dot atau kempeng bahkan susu formula kecuali indikasi medis.
4. Membersihkan puting susu dengan air atau minyak, sehingga epitel yang lepas tidak menumpuk dan tidak menutup jalan untuk keluar ASI
5. Puting susu ditarik tarik setiap mandi, untuk memudahkan isapan bayi.¹⁶³ Tapi tidak perlu berlebihan menarik puting, karena bisa menyebabkan kontraksi rahim dan persalinan sebelum waktunya. Solusinya bisa menggunakan alat pembentuk putting (nipple former) di balik pakaian dalam.

¹⁶¹ Asti Praborini & Ratih Ayu Wulandari, *Anti Stres Menyusui* (Jakarta: Kawan Pustaka, 2018), h. 99.

¹⁶² Citra Ayu Mustika, *Anti Kendor Menyusui* (Jakarta: Kawan Pustaka, 2020), h. 116.

¹⁶³ Citra Aziza, *Rahasia Sukses Menyusui Panduan Memberi ASI Eksklusif* (Surabaya: Nue Mediatama, 2019), h. 5.

BAB III

TAFSIR AYAT ALQUR'AN TENTANG MATERNITY

A. Menjalani Kehamilan Dari Kisah Al-Qur'an

Kehamilan merupakan anugerah terbesar yang Allah berikan kepada hamba-Nya. Sudah sewajarnya setiap wanita mengharapkan kehamilan dalam dirinya. Tetapi ada kondisi dimana wanita tidak bisa hamil, kondisi ini dapat terjadi pada wanita memasuki usia 45 hingga 55 tahun yang sudah menopause. Menopause terjadi jika seorang wanita tidak mengalami menstruasi lagi kurang lebih 12 bulan. Tidak hanya terhentinya menstruasi saja, namun perubahan lain dapat terjadi dalam tubuh wanita yang menopause mulai dari kondisi psikologis, penampilan fisik, kesuburan dan menopause menyebabkan wanita tidak bisa hamil lagi.¹⁶⁴

Wanita bisa hamil karena terjadinya pembuahan. Pembuahan ialah bertemunya sel sperma pada laki-laki dengan sel telur pada wanita. Jika mengalami kemandulan maka wanita tidak bisa hamil. Kemandulan ialah sinonim dari kata ketidaksuburan yang berarti suatu kondisi di mana pasangan suami istri belum mampu memiliki anak walaupun telah melakukan hubungan suami istri (seksual) tanpa menggunakan alat kontrasepsi dalam bentuk apapun.¹⁶⁵ Kemandulan disebabkan oleh banyak hal, seperti pola makan, gaya hidup atau karena suatu penyakit tertentu. Hal ini Allah sebutkan dalam QS. Asy-Syura ayat 50

أَوْ يُزَوِّجُهُمْ ذُكْرَانًا وَإِنَاثًا وَيَجْعَلُ مَن يَشَاءُ عَقِيمًا ۗ إِنَّهُ عَلِيمٌ قَدِيرٌ

“atau Dia menganugerahkan jenis laki-laki dan perempuan, dan menjadikan mandul siapa yang Dia kehendaki. Dia Maha Mengetahui, Mahakuasa”

Di dalam al-Qur'an terdapat beberapa kisah tentang kehamilan yang sangat menakjubkan bisa terjadi, terdapat kisah wanita yang sudah menopause yaitu istri Nabi Ibrahim yang bernama Sarah. Ada kisah kehamilan wanita yang sebenarnya mengalami kemandulan yaitu istri Nabi Zakariyah bernama Hanan dan yang terakhir kisah kehamilan Sayyidah Maryam yang tidak pernah menikah dan belum pernah disentuh oleh laki-laki.

¹⁶⁴ Herti Windya Puspasari & Ria Yudha Permata Ratmana Suci, *Sehat Tanpa Batas Usia Pelayanan Kesehatan Untuk Lansia* (Depok: KBM Indonesia, 2024), h. 29.

¹⁶⁵ Miftahul Arifin, *Aktivasi Mukjizat Surah Al-Faatihah* (Yogyakarta: Laksana, 2018), h. 184.

1. Kehamilan Sarah (Istri Nabi Ibrahim)

Sarah termasuk salah satu figure seorang istri yang setia mendampingi suaminya dalam kebenaran. Ia selalu menemani Nabi Ibrahim ketika berdakwah. Bahkan di dalam al-Qur'an ia memiliki beberapa keistimewaan salah satunya Allah karuniai kemampuan untuk mengetahui percakapan malaikat dengan Ibrahim, terutama ketika Allah SWT hendak mengaruniakan seorang anak kepadanya.¹⁶⁶ Dalam QS. Adz-Dzariyat ayat 27-30

فَقَرَّبَهُ إِلَيْهِمْ قَالَ أَلَا تَأْكُلُونَ فَأَوْجَسَ مِنْهُمْ خِيفَةً ۗ قَالُوا لَا تَخَفْ ۗ وَبَشَّرُوهُ بِغُلَامٍ عَلِيمٍ
فَأَقْبَلَتِ امْرَأَتُهُ فِي صِرَّةٍ فَصَكَتْ وَجْهَهَا وَقَالَتْ عَجُوزٌ عَقِيمٌ قَالُوا كَذَلِكِ قَالَ رَبُّكِ ۗ
إِنَّهُ هُوَ الْحَكِيمُ الْعَلِيمُ

“lalu dihadirkan kepada mereka (tetapi mereka tidak mau makan), Ibrahim berkata, ‘mengapa tidak kamu makan?’ Maka dia (Ibrahim) merasa takut terhadap mereka. Mereka berkata, ‘Janganlah kamu takut,’ dan mereka memberikan kabar gembira kepadanya dengan (kelahiran) seorang anak yang alim (Ishak). Kemudian istrinya datang memekik (tercengan) lalu menepuk wajahnya sendiri seraya berkata, ‘aku ini seorang perempuan tua yang mandul.’ Mereka berkata, ‘Demikianlah Tuhanmu berfirman, sungguh Dialah Yang Maha Bijaksana, Maha Mengetahui.’”

Ada kalimat yang tidak disebutkan pada ayat ini namun dapat diketahui dari zhahirnya, yakni ketika Nabi Ibrahim mempersilakan mereka memakan hidangan tersebut, mereka tidak menyentuh makanan itu, maka Ibrahim berkata, “Mengapa kalian tidak memakannya?” lalu terbesitlah rasa takut yang tersembunyi di dalam hati Nabi Ibrahim. Walaupun Ibrahim sudah berusaha menyembunyikan rasa takutnya, mereka tetap mengetahuinya, maka mereka berkata, ‘Jangan takut wahai Ibrahim, kami hanya ingin menyampaikan kebar gembira kepadamu, yaitu kamu akan dikaruniai seorang anak Bernama Ishaq yang nantinya akan menajdi orang yang alim’.

¹⁶⁷

Dalam usia 90 tahun Sarah pun hamil, Nabi Ibrahim sendiri waktu itu sudah berusia 100 tahun. rasa heran Sarah dan Nabi Ibrahim semakin menguat karena sebenarnya Sarah adalah wanita mandul. Soalnya sampai usia masa subur bagi wanita sudah terlampaui. Tentu saja berita kehamilannya menjadi

¹⁶⁶ Laila Ummul Janan, *29 Kisah Istri Yang Dijamin Masuk Surga* (Araska: Yogyakarta, 2022), h. 78.

¹⁶⁷ Thabari, Jami' al-bayan fi Ta'wil Al-Qur'an, jilid 3 (td, Pustaka Azzam, 2007), h. 998

kar gembira bagi Nabi Ibrahim.¹⁶⁸ Mereka selalu mengucap syukur kepada Allah SWT atas karunia yang telah di nantikan sejak lama. Dan di usia tuanya, impian dan do'a mereka akhirnya diperkenankan oleh-Nya. Bagi Sarah dan Ibrahim, kehamilan ini adalah sebuah anugrah dari Allah. Sudah sangat lama Nabi Ibrahim dan Sarah mengharapkan hadirnya seorang anak dari pernikahan mereka. Mereka tidak pernah putus berdo'a. selama ini Nabi Ibrahim hanya punya satu anak, yaitu Isma'il dari istri keduanya yaitu Hajar.¹⁶⁹

2. Kehamilan Hanan (Istri Nabi Zakariya)

Kisah Nabi Zakariya dan Istrinya begitu sangat menakjubkan bahkan hampir membuat orang tidak percaya. Nabi Zakariya memohon kepada Allah agar dikaruniai anak laki-laki. Tapi pada saat memohon kepada Allah umur Nabi Zakariya sudah tua. Ada sebuah Riwayat yang menyebutkan sudah mencapai 70 tahun. bahkan ada juga Riwayat yang mengatakan bahwa usianya mencapai 90 tahun.¹⁷⁰ Disaat usianya tidak memungkinkan secara medis untuk memiliki anak, terlebih istrinya mandul, Allah mengabulkan do'a Nabi Zakariya. Istrinya pun hamil. Orang-orang yang mendengar kabar kehamilan Nabi Zakariya seperti tidak percaya. Namun mereka yang beriman kepada Allah langsung percaya bahwa apapun sangat mudah bagi Allah. Meskipun menurut logika manusia tidak masuk akal, tetapi Allah Mahakuasa. Dan ketika Allah menghendaki sesuatu terjadi, maka jadilah.¹⁷¹ Hal ini disebutkan dalam al-Qur'an surah Maryam ayat 7-9

يَا زَكَرِيَّا إِنَّا نُبَشِّرُكَ بِغُلَامٍ اسْمُهُ يَحْيَىٰ لَمْ نَجْعَلْ لَهُ مِنْ قَبْلُ سَمِيًّا قَالَ رَبِّ أُنَّىٰ يَكُونُ لِي غُلَامٌ وَكَانَتِ امْرَأَتِي عَاقِرًا وَقَدْ بَلَغْتُ مِنَ الْكِبَرِ عِتِيًّا قَالَ كَذَلِكِ قَالَ رَبُّكَ هُوَ عَلَيَّ هَيِّئْ وَقَدْ خَلَقْتُكَ مِنْ قَبْلُ وَمَ تَكُ سَيِّئًا

Allah berfirman, “Wahai Zakariya! Kami memberi kabar gembira kepadamu dengan seorang anak laki-laki Namanya Yahya, yang Kami belum pernah memberikan nama seperti itu sebelumnya”. Dia (Zakariya) berkata, “Ya Tuhan ku bagaimana aku akan mempunyai anak, padahal istriku seorang yang mandul dan aku sendiri sudah mencapai usia yang sangat tua”. Allah berfirman ‘Demikianlah Tuhanmu berfirman, ‘Demikianlah hal itu mudah bagi-Ku, sungguh engkau telah aku ciptakan sebelum itu, padahal (pada waktu itu) engkau belum berwujud sama sekali’

¹⁶⁸ M Zaka Alfarisi, *Kisah Seru 25 Nabi Dan Rasul* (Bandung: DAR! Mizan, 2010), h. 33

¹⁶⁹ M Arief Hakim, *Insan Pilihan Tuhan Meneladani 25 Nabi Dan Rasul* (Bandung: Marja, 2024), h. 93.

¹⁷⁰ M Faizi, *Kisah Nyata 25 Nabi Dan Rasul* (Yogyakarta: Tera Insani, 2008), h. 131

¹⁷¹ Hannah Dewi Latifah, *Selalu Ada Keajaiban* (Yogyakarta: Sabil, 2015), h. 99.

Betapa takjubnya Zakariya saat permintaannya dikabulkan dan mendapatkan kabar gembira akan lahirnya seorang anak. Di bergitu takjub dan mempertanyakan bagaimana caranya ia akan memperoleh anak, padahal istrinya merupakan wanita mandul yang tidak dapat melahirkan anak, sejak kecil hingga tua. Sedangkan ia sendiri sudah tua, lemah tulang-tulangannya dan kurus, tidak tersisa lagi air cinta dan keinginan jima'nya. Orang Arab berkata: “jika kayu telah kering”.¹⁷² Allah memberikan nama kepada anaknya Zakariya Bernama Yahya. Tidak ada seorang pun yang mempunyai nama tersebut sebelum dia. Mujahid berkata, “Allah tidak pernah menciptakan orang yang serupa dan sebanding dengan dia”. Seperti dalam firman Allah surah Maryam ayat 65

رَّبُّ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَمَا بَيْنَهُمَا فَاعْبُدْهُ وَاصْطَبِرْ لِعِبَادَتِهِ ۗ هَلْ تَعْلَمُ لَهُ سَمِيًّا

“Apakah engkau mengetahui ada sesuatu yang sama dengan-Nya?”

Dalam ayat ini *samiyya* artinya sama atau serupa. Ibnu Abbas berkata, “Sebelumnya tidak ada orang mandul yang melahirkan seorang anak seperti dia”. Ini merupakan dalil bahwa Nabi Zakariya dan istrinya adalah mandul, tidak dapat melahirkan. Berbeda dengan Nabi Ibrahim dan Sarah yang terkejut dengan berita akan lahirnya Ishaq karena kondisi keduanya yang sudah tua, bukan karena mandul karena tiga belas tahun sebelumnya Nabi Ibrahim telah mempunyai putra Ismail.¹⁷³

3. Sayyidah Maryam

Kehamilan merupakan suatu proses yang sangat panjang, sangat rumit sangat kompleks dan dipengaruhi banyak faktor. Dimulai dari penyatuan gen dan kromosom kedua orang tua, kemudian embrio tumbuh di rahim seorang wanita hingga nanti proses persalinan.¹⁷⁴ Hanya satu-satunya wanita yang menjalani kehamilan dan persalinan tanpa adanya suami yaitu Maryam, padahal dukungan suami selama masa kehamilan sangat dibutuhkan. Supaya ibu hamil dapat menjalani kehamilannya dengan baik, tenang dan dalam kondisi sehat. Inilah sosok seorang wanita langit Bernama Maryam terlahir. Allah memilihnya sebagai perempuan terbaik diantara perempuan lain diseluruh alam. Karena ketaatan, keimanan dan keshalihan kepada Allah SWT.

Dalam berbagai literasi disebutkan bahwa Maryam adalah wanita shalihah yang selalu menjaga kesuciannya. Ia tidak pernah disentuh oleh lelaki mana pun. Ia sangat takut kepada Allah SWT. Dan karena sifat-sifat itulah Allah SWT menganugerahkan seorang putra kepadanya tanpa melalui perantara lelaki (tidak bersetubuh dengan lelaki mana pun). Anaknya

¹⁷² Muhammad Abdul Ghoffar, ‘Tafsir Ibnu Katsir’ (Bogor: Pustaka Imam Asy-Syafi’i, 2004), h. 313

¹⁷³ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Munir* jilid 8 (Depok: Gema Insani, 2013), h. 340

¹⁷⁴ Irfan Rahmatullah., *Menjalani Kehamilan & Persalinan Yang Sehat* (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2019), h. 2

kemudian menajadi salah satu nabi, yaitu Nabi Isa.¹⁷⁵ Sebagaimana disebut dalam surah Ali Imran ayat 42 Allah SWT berfirman:

وَإِذْ قَالَتِ الْمَلَائِكَةُ يَا مَرْيَمُ إِنَّ اللَّهَ اصْطَفَاكِ وَطَهَّرَكِ وَاصْطَفَاكِ عَلَىٰ
نِسَاءِ الْعَالَمِينَ

“Dan (ingatlah) ketika malaikat (Jibril) berkata, ‘Hai, Maryam, sesungguhnya Allah telah memilih kamu, menyucikan kamu dan melebihkan kamu atas segala wanita di dunia (yang semasa dengan kamu)’”

Seperti itulah al-Qur’an memberikan keistimewaan yang begitu tingginya kepada perempuan ini. Dialah wanita terbaik sepanjang sejarah umat manusia dan menajdi satu satunya perempuan yang disucikan oleh Allah. Keajaiban sekaligus mukjizat terbesar yang dialami oleh Maryam ialah ketika wanita suci hamil atas kehendak Allah. Maryam tidak memiliki suami dan tidak pernah berzina. Maryam sempat heran atas anugrah anak yang diberikan kepadanya, seperti firman Allah dalm surah Maryam ayat 20-21

قَالَتْ أَنَّىٰ يَكُونُ لِي غُلَامٌ وَلَمْ يَمْسَسْنِي بَشَرٌ وَلَمْ أَكُ بَغِيًّا قَالَ كَذٰلِكَ
قَالَ رَبُّكِ هُوَ عَلَيَّ هَيِّنٌ وَلِنَجْعَلَهُ آيَةً لِّلنَّاسِ وَرَحْمَةً مِنَّا ۚ وَكَانَ أَمْرًا مَّفْضِيًّا

“Dia (Maryam) berkata: “Bagaimana akan ada bagiku seorang anak laki-laki sedang tidak pernah seorang manusia pun menyentuhku dan aku bukan (pula) seorang pezina. Ia Jibril berkata: “Demikianlah Tuhanmu berfirman” Hal itu bagi-Ku mudah, dan agar kami menjadikannya suatu tanda bai manusia dan rahmat dari kami dan itu adalah sesuatu yang sudah diputuskan”

Mendengar ucapan malaikat tentang anugrah anak, Maryam heran sehingga Maryam berkata: “Bagaimana dan dengan cara apa akan ada bagiku seorang anak laki-laki yang kulahirkan dari rahimku, sedang tidak pernah seorang manusia pun menyentuhku, yakni melakukan hubungan seks dengan cara halal dan aku bukan pula sejak dahulu sehingga kini seorang pezina yang rela melakukan hubungan seks tanpa nikah yang sah”.¹⁷⁶

¹⁷⁵ Rizem Aizid, Buku Lengkap Fiqih Kehamilan Dan Melahirkan (Jakarta: SAUFA, 2016), h. 29

¹⁷⁶ Muhammad Quraish Shihab, Tafsir Al-Misbah (Pesan, Kesan dan Keserasian al-Qur’an), vol 7 (Jakarta: Lentera Hati, 2002), h. 417

Malaikat Jibril menampilkan keheranan Maryam. Jibril berkata: kepadanya, “Demikianlah keadaannya, seperti yang engkau katakan, bahwa engkau belum pernah berhubungan dengan seorang pun, dan engkau bukan pula seorang pelacur. Tuhanmu berfirman, ‘Hal itu sangat mudah bagi-Ku, dan Aku akan menjadikannya sebagai bukti kekuasaan-Ku atas para makhluk-Ku, serta sebagai rahmat dari-Ku untukmu dan untuk orang yang beriman kepadanya, yang Aku ciptakan ia darimu sebagai suatu ketetapan yang telah Aku rencanakan’.”¹⁷⁷

Kehamilan Maryam di jelaskan dalam al-Qur’an surah Maryam ayat 22

فَحَمَلَتْهُ فَانْتَبَدَّتْ بِهِ مَكَانًا قَصِيًّا

“Maka Maryam mengandungnya, lalu ia menyisihkan diri dengan kandungannya itu ke tempat yang jauh”

Allah SWT berfirman mengabarkan tentang Maryam di saat Jibril as berkata kepadanya tentang firman Allah SWT yang menyatakan bahwa Maryam telah berserah diri kepada ketetapan Allah SWT. Disaat itu ia (malaikat Jibril) meniupkan ruh di lengan bajunya yang kemudian ruh itu turun hingga mengalir ke farji, sehingga Maryam mengandung anak atas izin Allah SWT. Ketika ia hamil ia merasa kesulitan, tidak tahu apa yang harus dikatakan kepada orang-orang, karena ia mengetahui bahwa mereka tidak akan menganggap jujur ceritanya. Akhirnya ia menceritakan kepada saudari perempuannya yaitu istri Zakariya (yang sedang hamil juga). Di saat Maryam masuk menemui isteri Zakariya berdiri dan memeluknya dan menanyakan “apakah engkau tahu bahwa aku hamil?” Maryam pun menceritakan peristiwa kehamilannya. Mereka adalah keluarga yang penuh keimanan dan kejujuran.¹⁷⁸

Manusia yang pertama kali mengetahui tanda-tanda kehamilan Maryam adalah seorang ahli ibadah dari kalangan Bani Israil yang bernama Yusuf bin Ya’qub an-Najjar adalah paman Maryam. Keheranan Yusuf itu sangat beralasan, karena selama ini yang ia tahu Maryam adalah wanita yang suci, taat beribadah dan ternyata Maryam bisa hamil sedang ia belum pernah menikah. Lalu pada suatu hari Yusuf mendatangi Maryam dan bertanya, “Aku tidak akan mengungkapkan sesuatu yang lain, hanya itu katakan padaku Maryam, apakah ada tanaman yang tumbuh tanpa benih?” jawab Maryam “Iya”. Apakah ada pohon yang bisa tumbuh tanpa hujan yang menyirami?” “Ya”. Jawab Maryam dengan jelasnya. “Apakah bisa tumbuh janin tanpa laki-laki”, uca Yusuf menyudutkan “Ya” jawab Maryam makin yakin. Maryam

¹⁷⁷ Thabari, Jami’ al-bayan fi Ta’wil al-Qur’an (td, Pustaka Azzam, 2007), h. 502

¹⁷⁸ Muhammad Abdul Ghoffar, *Tafsir Ibnu Katsir* (Bogor: Pustaka Imam Asy-Syafi’i, 2004), h. 321

balik bertanya “apakah kau tidak mengerti bahwa Allah menumbuhkan tanaman di saat menciptakannya dengan tanpa biji sama sekali, biji baru muncul dari tanaman yang oleh Allah ditumbuhkan dengan tanpa biji. Apakah kau juga tidak tahu, bahwa Allah menumbuhkan pohon dengan sendirinya tanpa hujan. Lalu melalui kodrat-Nya Allah jadikan hujan bisa membuat pohon hidup, setelah menciptakan keduanya. Atau kau menganggap Allah tidak mampu menumbuhkan pohon sampai Allah meminta bantuan hjan?”. Yusuf menjawab, “Aku tidak bermaksud bertanya itu, aku pun mengerti Allah mampu atas setiap apa dikehendaki, dengan *Kun Fayakun*”.¹⁷⁹

Setelah itu Maryam yang telah menangkap inti pertanyaan Yusuf, memojokkan dengan hujahnya, “Apakah kau tidak tahu bahwa Allah menciptakan Adam dan istrinya dengan tanpa laki-laki dan perempuan?”. “iya” jawab Yusuf. Yusuf memahami bahwa sesuatu yang ada pada diri Maryam adalah sesuatu yang ganjil dari Allah. Dan Maryam sendiri mungkin tidak bisa menjelaskan. Oleh karena itu Maryam berusaha menghindar. Maryam semakin lemah dan pucat, bebannya semakin berat, perutnya semakin membuncit dan pandangannya mulai lamur. Yusuf merasa kasihan dan segera mengambil alih pekerjaan Maryam.¹⁸⁰

Allah mentakdirkan Maryam mengandung nabi Isa as dan hamil tanpa disentuh seorang lelaki manapun. Maryam sadar bahwa ia akan melalui hari-hari yang sulit dan ia merasa mempunyai tanggung jawab yang besar karena ia sedang mengandung calon rasul dalam tubuhnya. Ia juga khawatir karena pasti tidak akan ada yang mempercayai kejadian tersebut. Oleh karena itu Maryam memutuskan untuk keluar dari mihrabnya dan mengasingkan diri ke tempat sangat jauh beserta bayi yang ia kandung.¹⁸¹

Maryam menjauhkan diri ke tempat yang jauh karena kehamilan itu. Ibnu Abbas mengatakan, “Ke ujung lembah. Yaitu lembah bait lahm (betlehem) yang jaraknya Iliya adalah empat mil.” Menjauhnya Maryam adalah untuk mengasingkan diri agar terhindar dari celaan kaumnya terhadapnya karena melahirkan tanpa suami.¹⁸²

Kehamilan ketiga wanita mulia di atas tidak masuk akal sama sekali bahkan secara medis tidak akan mungkin terjadi. Namun karena Allah berkehendak maka semuanya bisa terjadi. Sungguh luar biasanya perempuan, setiap perempuan yang mengandung dapat merasakan takjubnya proses kehamilan. Karena tubuh wanita hamil menjadi sebuah tempat setetes darah bisa terbentuk menjadi sesosok manusia mungil. Tubuh wanita hamil

¹⁷⁹ Sibel Eraslan, *Maryam Bunda Suci Sang Nabi* (Depok: Puspa Swara, 2014), h. 79.

¹⁸⁰ Ibn Ismael, *Sang Penyeru Sejarah Periode Para Rasul Dan Bani Israel* (Kediri: Tetes Publishing, 2012), h. 250

¹⁸¹ Kamal As-Sayyid, *Kisah-Kisah Terbaik Al-Qur'an* (Jakarta: Pustaka Zahra, 2005), h. 471

¹⁸² Syamsuddin Al-Qurthubi, *Terjemah Tafsir Al-Qurthubi* (Jakarta: Pustaka Azzam, 2007), h. 246

mengalami banyak perubahan, sesuatu yang terdengar sangat mustahil tetapi hal tersebut kenyataan.¹⁸³

B. Saat Proses Persalinan Tiba

Ibu hamil normalnya mengalami perubahan fisik seperti perut semakin membesar karena pertumbuhan janin setiap harinya. Hal ini menyebabkan ibu hamil cepat merasa Lelah, sakit pinggang, kaki bengkak dan berbagai keluhan lainnya yang dapat mengurangi aktivitas ibu hamil. Selain itu dari kondisi psikis juga dialami ibu hamil, berbagai perasaan yang bercampur akan dialami ibu hamil. Seperti senang akan melahirkan seorang anak, sedih merasakan nyeri proses persalinan, bahkan khawatir pada saat menghadapi persalinan.¹⁸⁴ Hal ini disebutkan dalam QS. Luqman ayat 14

“Dan Kami perintahkan kepada manusia (berbuat baik) kepada dua orang ibu bapaknya, ibunya telah menagndungnya dalam keadaan lemah yang bertambah-tambah”

Penjelasan ayat di atas Allah menjelaskan kondisi ibu hamil dalam keadaan lemah yang bertambah-tambah. Rasa nyeri atau sakit persalinan merupakan sebuah sinyal untuk memberitahukan kepada calon ibu bahwa dirinya telah memasuki fase akhir dari kehamilannya yaitu fase persalinan. Pada fase ini seorang ibu akan mengalami fase peregangan dan pelebaran pada mulut rahim. Terjadinya peregangan dan pelebaran pada mulut rahim inilah yang menimbulkan rasa nyeri. Nyeri ini terjadi karena adanya aktivitas besar di dalam tubuh untuk mengeluarkan bayi.¹⁸⁵

Persalinan merupakan suatu hal fisiologis bagi seluruh ibu yang akan menjalani proses persalinan, meskipun sebagian besar ibu merasa tegang, takut dan nyeri dalam menghadapi proses melahirkan. Namun Allah tidak membiarkan ibu hamil bertarung dengan berat dan susahny melahirkan. Ada beberapa teknik bersalin yang dikenal dalam dunia kebidanan yaitu persalinan metode water birth, metode counterpressure, metode message, metode relaksasi nafas dan metode rebozo.¹⁸⁶ Allah juga memberikan solusi yang bisa memudahkan untuk melahirkan, yaitu metode persalinan Maryam yang dijelaskan dalam surah Maryam ayat 23-26

¹⁸³ Indri Budiarti Dkk, *Doa Ibu Hamil “Menikmati Kehamilan Dengan Sehat, Sadar Dan Tenang”*

(Makassar: Tohar Media, 2024), h. 27.

¹⁸⁴ Nur Muhammad Fatih Al-Badri, *The Ushuluddin International Student Conference* dalam *Jurnal Teknik Bersalin Maryam Bagi Ibu Inpartu*(Palembang: Universitas Raden Fatah, 2023) vol. 1 No.2 , h. 981.

¹⁸⁵ Sitiatava Rizema Putra, *Cara Mudah Melahirkan Dengan Hypnobirthing* (Yogyakarta: Laksana, 2016), h. 13

¹⁸⁶ Nur Muhammad Fatih Al-Badri, *The Ushuluddin International Student Conference* dalam *Jurnal Teknik Bersalin Maryam Bagi Ibu Inpartu*(Palembang: Universitas Raden Fatah, 2023) vol. 1 No.2 , h. 982

فَأَجَاءَهَا الْمَخَاضُ إِلَى جِذْعِ النَّخْلَةِ قَالَتْ يَا لَيْتَنِي مِتُّ قَبْلَ هَذَا وَكُنْتُ نَسِيًّا مَّوَسِيًّا
فَنَادَاهَا مِنْ تَحْتِهَا أَلَّا تَحْزَنِي قَدْ جَعَلَ رَبُّكِ تَحْتَكِ سَرِيًّا وَهَزِّي إِلَيْكِ بِجِذْعِ النَّخْلَةِ
تُسَاقِطْ عَلَيْكِ رُطَبًا جَنِيًّا

“Kemudian rasa sakit akan melahirkan memaksanya (bersandar) pada pangkal pohon kurma, dia (Maryam) berkata, 'Wahai betapa (baiknya) aku mati sebelum ini, dan aku menjadi seorang yang yang tidak diperhatikan dan dilupakan'. Maka dia (Jibril) berseru kepadanya dari tempat yang rendah, 'Janganlah engkau bersedih hati, sesungguhnya Tuhanmu telah menjadikan anak sungai di bawahmu. Dan goyangkanlah pangkal pohon kurma itu ke arahmu, niscaya (pohon) itu akan menggugur buah kurma yang masak kepadamu.”

Posisi terbaik yang dirujuk para dokter berpengalaman sesuai Syariah adalah sebagaimana posisi Maryam melahirkan, artinya tidak tertidur terlentang. Ibu hamil pada saat proses melahirkan bisa mendekap suami atau sesuatu untuk berpegangan dengan keadaan kaki terbuka. Tentu dipersiapkan dengan ibu tetap aman dan nyaman untuk mengejan dan memudahkan proses jalan keluar bayi. Metode ini secara umum ada yang menyebutnya sebagai metode lahiran ala Maryam, *gentle birth*, lahiran natural, lahiran alami dan lainnya.¹⁸⁷

Ketika Maryam bersandar pada pangkal pohon kurma saat proses persalinan terdapat manfaat, yaitu ketika punggung yang bersandar di pangkal pohon kurma secara tidak langsung akan terus menerus menekan titik syaraf di tulang belakang. Pohon kurma yang permukaannya kasar akan membantu memijat daerah punggung. Punggung yang serasa dipijit memberikan manfaat dalam persalinan. Ketika proses persalinan tidak maju, maka suami akan dianjurkan untuk memijat titik-titik penyandaran karena ia adalah tempat kumpulan syaraf yang memacu hormon oksitosin. Hormon ini membantu proses pembukaan leher rahim dalam persalinan. Tidak hanya itu, posisi bersandar juga membantu penurunan kepala janin untuk mencapai dasar panggul. Gaya gravitasi akan banyak bekerja ketika posisi ibu bersandar atau setengah duduk. Gaya ini akan membantu penurunan kepala bayi sesuai hukum alam. Kepala sebagai bagian terbesar dan terberat janin akan mengikuti arah gravitasi dan turun ke dasar panggul.¹⁸⁸

Ayat di atas juga menjelaskan keadaan Maryam yang sedang merasakan saat-saat melahirkan yang memaksanya bersandar pada pangkal pohon kurma dan mendesaknya segera untuk menyandarkan diri padanya. Saat itu Maryam dalam keadaan seorang diri. Mengalami kebingungan pada detik-detik melahirkan, tidak tahu apa yang harus dilakukan dan tidak ada seorang pun yang menolongnya, lalu

¹⁸⁷ an' The Real Ummi & Visi Keluarga, *Birth Story: Memetik Hikmah Dari Kehamilan Dan Persalin* (Jakarta: Elex Media Komputindo, 2023), h. 31.

¹⁸⁸ Mugi Rahayu, *Tak Pernah Mengkhawatirkan Rasa Sakit: Persalinan Maryam Melahirkan Keshalihan* (Yogyakarta: CV. Pradita Utama, 2012), h. 43

tiba-tiba ia berucap.¹⁸⁹ “Aduhai, alangkah baiknya aku mati sebelum ini dan aku menjadi seorang yang yang tidak diperhatikan dan dilupakan”

Maryam lalu berangan-angan untuk mati sebelum terjadi hal itu karena malu dari manusia dan karena takut jika mereka menganggapnya sebagai orang yang buruk dalam agama. Atau dia berangan-angan menjadi sesuatu yang tidak diindahkan dan tidak dianggap oleh siapa pun seperti sebatang tonggak dan tali. Atau dia berangan-angan jika tidak diciptakan dan tidak berupa apapun.¹⁹⁰

Rasa sakit ketika kontraksi dan melahirkan merupakan hal yang umum dirasakan oleh para wanita saat melahirkan. Rasa sakit tersebut seperti yang dirasakan ketika meninggal dunia. Oleh karena itu seorang wanita memerlukan bantuan dan perhatian, sedangkan Maryam tidak mendapati seorang pun yang membantunya kecuali sebatang pohon kurma. Karena hal tersebut dia bersandar dan berpegangan padanya, seperti wanita hamil yang berpegangan pada benda yang ada di dekatnya ketika merasakan sakitnya persalinan.¹⁹¹

Dari Ibnu Abbas mengenai firman Allah **وَهَزَىٰ إِلَيْكَ بِجِذْعِ النَّخْلَةِ** “Dan goyangkanlah pangkal pohon kurma itu” ia berkata, “ia adalah pangkal pohon kurma kering, lalu Allah memerintahkan Maryam agar menggerak-gerakkannya, hingga akhirnya berguguranlah buah kurma yang matang kepadanya”.¹⁹² Makan buah kurma dipercaya dapat mempercepat kontraksi dan memperlancar persalinan secara alami tanpa induksi. Ibu hamil dianjurkan untuk makan buah di usai kehamilan akhir atau trimester tiga. Ada beberapa jurnal yang membenarkan teori tersebut, salah satunya sebuah studi yang diterbitkan di *Journal of Obstetrics and Gynecology*. Penelitian tersebut melaporkan wanita yang makan enam buah kurma sehari dalam empat minggu berturut-turut sebelum HPL (Hari Prediksi Lahir) mengalami pembukaan vagina yang lebih lebar. Bahkan wanita hamil yang rajin makan buah kurma dinyatakan 7 jam lebih cepat daripada yang tidak.¹⁹³

C. Menyusui Selama 2 Tahun

Air Susu Ibu (ASI) diproduksi oleh kelenjar susu (*grandula mammae*) yang berada di dalam payudara. Kelenjar tersebut pada dasarnya terdapat pada laki-laki dan perempuan, tetapi mengalami perbedaan perkembangan. Pada laki-laki cenderung mengalami kemunduran (*degenerasi*) sehingga tidak berfungsi sebagai penghasil air susu. Pada perempuan kelenjar susu berkembang lebih sempurna setelah memasuki masa pubertas.¹⁹⁴ Namun kelenjar ini baru mulai memproduksi ASI setelah wanita

¹⁸⁹ Sayyid Quthb, *Tafsir Fi Zhilalil Qur'an* jilid 7 (Depok: Gema Insani Press, 2000), h. 363.

¹⁹⁰ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Munir* (Depok, Gema Insani, 2013), h. 356

¹⁹¹ Wahbah Az-Zuhaili, *Tafsir Munir*, h. 358

¹⁹² Ibnu Jarir at-Thabari, *Jami' al-bayan fi Ta'wil Al-Qur'an*, jilid 2, h. 532

¹⁹³ Hamid Sakti Wibowo, *7 Buah-Buahan Istimewa Dalam Al-Qur'an Dan Manfaatnya Bagi Kesehatan Manusia* (Semarang: Tiram Media, 2020), h. 27.

¹⁹⁴ Kiptiyah, *Kasih Sayang Allah Dalam Rahim Ibu* (Malang: UIN Malang, 2009), h.

hamil. Kelenjar susu selama masa kehamilan menjadi aktif karena ada berbagai perubahan dalam tubuh yang merangsang produksi ASI, terutama perubahan hormonal. Hormon progesterone dan estrogen menyebabkan saluran susu dan kelenjar susu bertumbuh dan bertambah jumlahnya. Hal ini membuat payudara ibu hamil terlihat lebih besar. Saat usia kehamilan memasuki trimester dua, payudara ibu hamil memproduksi susu, sehingga ibu hamil akan merasakan ada air susu yang keluar dari puting selama kehamilan. Setelah bayi lahir hormon progesterone dan estrogen dalam tubuh akan menurun, dan hormon prolaktin dilepaskan. Pelepasan hormon inilah yang memberi sinyal ke tubuh agar memproduksi lebih banyak ASI untuk diberikan kepada si kecil.¹⁹⁵

Ketika itu para dokter berpikir bahwa menyusui hanya menjadikan anak memiliki kaitan psikologis dengan ibunya, tidak memiliki manfaat lain. Setelah melakukan penelitian selama setengah abad, mulai terlihat manfaat yang besar dalam menyusui. Bahkan para ilmuwan setiap hari menemukan manfaat baru dari air susu ibu. Antibodi yang disebut dengan immunoglobulins pertama kali ditemukan dalam air susu ibu. Immunoglobulins yaitu antibody terhadap bakteri dan virus dengan segala jenisnya. Bahkan para ilmuwan menemukan bahwa jumlah bakteri dalam usus anak yang diberi susu sapi, sepuluh kali lebih banyak daripada yang ditemukan di usus anak yang disusui oleh ibunya.¹⁹⁶

Keistimewaan ASI tidak dapat dibandingkan dengan susu lain. Karena itu menyusukan anak adalah anjuran al-Qur'an sekaligus anjuran dokter. Bahkan jika ibu yang telah diceraikan lalu meminta imbalan tinggi dari mantan suaminya dalam rangka menyusukan anaknya hal ini dibolehkan dalam al-Quran surah ath-Thalaq ayat 6

أَسْكِنُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ سَكَنْتُمْ مِنْ وُجْدِكُمْ وَلَا تُضَارُوهُنَّ لِتُضَيِّقُوا عَلَيْهِنَّ ۗ وَإِنْ كُنَّ أُولَاتٍ حَمْلٍ فَأَنْفِقُوا عَلَيْهِنَّ حَتَّىٰ يَضَعْنَ حَمْلَهُنَّ ۗ فَإِنْ أَرْضَعْنَ لَكُمْ فَآتُوهُنَّ أُجُورَهُنَّ ۗ وَأَمْرٌ بَيْنَكُمْ بِمَعْرُوفٍ ۗ وَإِنْ تَعَاَسَرْتُمْ فَمَشْزُوعٌ لَهُ أُخْرَىٰ

“Tempatkan 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 di talaq) sedang hamil, maka berikanlah kepada mereka nafkahnya hingga mereka bersalin, kemudian jika mereka menyusukan (anak-anak) mu 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”

¹⁹⁵ Rimawati & Heru Suwardianto, *Manajemen Laktasi Dan Tatalaksana Tersedak Pada Anak* (Kediri: Chakra Branmanda Lentera, 2020), h. 37.

¹⁹⁶ Abdel Daem Al-Kaheel, *Rahasia Medis Dalam Al-Qur'an Dan Hadis* (Jakarta: Amzah, 2012), h. 72.

Hal ini membuat pentingnya menyusukan anak, al-Qur'an tidak mewajibkan, tetapi menganjurkannya selama dua tahun penuh.¹⁹⁷ Dalam surah al-Baqarah ayat 233 Allah berfirman:

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

“Para ibu hendaklah menyusukan anak-anaknya selama dua tahun penuh, yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan. Dan kewajiban ayah memberi makan dan pakaian kepada para ibu dengan cara ma'ruf. Seseorang tidak dibebani melainkan menurut kadar kesanggupannya. Janganlah seorang ibu menderita kesengsaraan karena anaknya dan seorang ayah karena anaknya dan ahli waris pun berkewajiban seperti itu pula. Apabila keduanya ingin menyapih dengan persetujuan dan permusyawaratan antara keduanya, maka tidak ada dosa atas keduanya. Dan jika kamu ingin menyusukan anakmu kepada orang lain, maka tidak ada dosa bagimu memberikan pembayaran dengan cara yang patut. Bertakwalah kepada Allah dan ketauhilah bahwa Allah Maha Melihat apa yang kamu kerjakan”

Ini merupakan bimbingan dari Allah untuk para ibu supaya menyusukan anak-anaknya dengan sempurna yaitu dua tahun penuh. Setelah itu tidak ada lagi penyusuan. Seperti potongan ayat *لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُتِمَّ الرَّضَاعَةَ* “yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan” kebanyakan para imam berpendapat bahwa tidak diharamkan penyusuan yang kurang dari dua tahun. jadi apabila bayi berusia lebih dari dua tahun masih menyusui, maka yang demikian itu tidak diharamkan.¹⁹⁹ Hikmah membatasi waktu penyusuan selama dua tahun untuk memelihara kepentingan bayi. Karena ASI adalah makanan yang sesuai bagi anak bayi. Selain itu anak juga membutuhkan kasih sayang yang sempurna yang tidak diperoleh kecuali dari ibu dalam masa penyusuan. Dan masa penyusuan boleh dikurangi jika bapak ibunya memandang hal tersebut lebih maslahat.

Tidak sedikit bayi yang tidak mengkonsumsi ASI secara sempurna dalam waktu 2 tahun. hal ini disebabkan oleh berbagai macam kondisi ibu, misalnya kesibukan ibu atau status gizi ibu. Kesibukan ibu dapat berpengaruh terhadap frekuensi

¹⁹⁷ M.Qurasih Shihab, *M Quraish Shihab Menjawab 101 Soal Perempuan Yang Patut Anda Katahui* (Tangerang: Lentera Hati, 2010), h. 168.

¹⁹⁸ Teungku Muhammad Hasbi Ash-Shiddieqy, ‘Tafsir An-Nur’ (Jakarta: Cakrawala Publishing, 1952), p. 256.

¹⁹⁹ Muhammad Abdul Ghoffar, *Tafsir Ibnu Katsir* jilid 1, h. 468

pemberian ASI, status gizi ibu berpengaruh terhadap kualitas ASI yang dikonsumsi oleh bayi. Kedua faktor tersebut dapat mempengaruhi kualitas kesehatan bayi selama masa pertumbuhan dan perkembangannya. ASI yang berkualitas jika diberikan dalam rentang waktu yang cukup yaitu 2 tahun. hal ini dapat mendukung kehidupan bayi secara alamiah.²⁰⁰ Pada tahun 1997 The American Academy of Pediatrics menyatakan bahwa bayi harus terus disusui minimal 12 bulan atau sepanjang waktu yang diinginkan oleh keduanya. World Health Organisation (WHO) yang begitu perhatian dengan kesehatan masyarakat umum di negara berkembang, menyarankan agar penyusuan dilakukan selama paling tidak 2 tahun.²⁰¹ WHO juga mengadakan konferensi tentang tema *Complementary Feeding* pada tahun 2001 dan hasilnya, sebagai berikut.²⁰²

“The first two years of a child’s life are a critical window during which the foundations for healthy growth and development are built. Infant and young child feeding is a core dimension of care in this period”

Dua tahun kehidupan seorang anak adalah jendela kritis di atas pondasi untuk pertumbuhan dan perkembangan yang sehat dibangun. Makanan bayi dan anak adalah dimensi inti perawatan dalam periode ini.

Wanita yang sudah berstatus sebagai seorang ibu mempunyai kecenderungan alamiah bawaan untuk menyusukan anak. Allah SWT menggambarkan hal ini dalam kisah kelahiran Nabi Musa as bahwa ibunya tetap menginginkan menyusui anaknya walaupun berada dalam suasana Fir’aun, Ibu Musa as merasa kebingungan akan keselamatan anaknya tetapi Allah SWT berjanji akan mengembalikan Musa as kepadanya supaya dia tetap menjadi kesenangan hatinya.²⁰³ Dijelaskan QS. Al-Qasas ayat 7

وَأَوْحَيْنَا إِلَىٰ أُمِّ مُوسَىٰ أَنْ أَرْضِعِيهِ ۖ فَإِذَا خِفْتِ عَلَيْهِ فَأَلْقِيهِ فِي الْيَمِّ وَلَا تَخَافِي وَلَا تَحْزَنِي ۗ إِنَّا رَادُّوهُ إِلَيْكِ وَجَاعِلُوهُ مِنَ الْمُرْسَلِينَ

“Dan Kami ilhamkan kepada ibunya Musa ‘susuilah dia (Musa) dan apabila engkau khawatir terhadapnya maka hanyutkanlah dia ke sungai (nil). Dan janganlah engkau takut dan jangan pula bersedih hati, sesungguhnya Kami akan mengembalikan kepadamu dan menjadikannya salah seorang Rasul”

ASI ditinjau dari berbagai segi mempunyai banyak manfaat, terutama jika ditinjau dari sisi kesehatan. Fakta membuktikan bahwa bayi-bayi yang disusui oleh

²⁰⁰ Azhari Akmal Tarigan dkk, ‘Al-Qur’an Dan Ilmu Kesehatan Masyarakat Perspektif Integratif’ (Medan: Merdeka Kreasi Group, 2021), h. 126.

²⁰¹ William Sears & Martha Sears, ‘The Baby Book’ (Jakarta: Serambi Ilmu Semesta, 2003), h. 268.

²⁰² Abdel Daem Al-Kaheel., *Rahasia Medis Dalam Al-Qur’an Dan Hadis*, h. 77

²⁰³ Azhari Kaml Tarigan dkk, *Al-Qur’an Dan Ilmu Kesehatan Masyarakat Perspektif Integratif*, h. 127

ibunya ternyata lebih sehat dibandingkan bayi-bayi yang diberi susu botol atau formula. Dan bayi yang diberi ASI, terbukti lebih cerdas dari bayi yang tidak diberi ASI sama sekali.²⁰⁴

1. Meningkatkan Kecerdasan

Menurut para ahli, asam lemak yang terdapat pada air susu ibu memiliki peranan penting bagi kecerdasan otak bayi. Selain itu hubungan emosional antara ibu dan bayi yang terjalin selama proses menyusui akan turut memberi kontribusi positif. Berbagai penelitian juga menunjukkan hasil yang mendukung pernyataan bahwa bayi yang mendapat ASI, memiliki tingkat kecerdasan lebih tinggi.²⁰⁵

2. Penyerapan Zat Besi Lebih Baik

Anak-anak yang menyusu dari ibunya memiliki kemampuan menyerap zat besi lebih baik dibandingkan dengan anak-anak yang diberi susu formula. Hal ini dikarenakan adanya kandungan *lactoferrin* di dalam ASI yang berfungsi membantu penyerapan zat besi. Di samping itu, ASI juga mengandung protein lain yang menyatu dengan zat besi dan sejumlah sel sehingga zat besi tidak terbiarkan bebas di dalam usus, padahal zat besi yang bebas di dalam usus menjadi faktor penting bagi pertumbuhan beberapa bakteri berbahaya. Karena itu, dengan membiarkan bakteri tersebut tidak memperoleh zat besi ini, ia menjadi lemah dan mudah dibasmi. Dengan kata lain, zat *laktoferin* adalah protein yang dapat mengikat besi sehingga bakteri berbahaya yang terdapat di dalam usus tidak dapat memperoleh mineral zat besi untuk pertumbuhannya.²⁰⁶

3. ASI selalu mempunyai suhu standarnya, tingkat kesegaran yang prima dan bebas bakteri, serta mudah dicerna. ASI juga mengikuti pertumbuhan bayi dengan otomatis merubah komposisinya, untuk menyesuaikan kebutuhan setiap tahap masa pertumbuhan bayi.²⁰⁷

4. ASI memberikan daya tahan dan kekebalan tubuh. Terutama pada ASI istimewa yang keluar saat pertama kali diisap bayi. Di dalam ASI banyak terdapat unsur-unsur kekebalan tubuh seperti globulin, terutama IGA, dan unsur kekebalan selular, *transferrin* dan *lysozyme*. Semua unsur ikut mengalir dalam ASI. Oleh sebab itu sangat dianjurkan seorang bayi mendapatkan ASI sejak pertama kelahirannya dan selama masa yang tidak kurang dari empat bulan. ASI mengandung antibody terhadap

²⁰⁴ Arief Fadhlina Wangsa, "Peranan Ibu Dalam Pembentukan Kualitas Sumber Daya Manusia (Kajian Hadis Tematik Tentang Tugas Dan Tanggung Jawab Ibu Terhadap Anaknya)" dalam Jurnal *Sulaesana* (Makassar: UIN Alauddin, 2012), vol 07. No.2, h. 164.

²⁰⁵ Hery Satryawan & Laily Widya Astuti, *Panduan ASI Eksklusif Untuk Ayah Dan Ibu*, (Bogor: Guepedia, 2023), h. 12.

²⁰⁶ Azhari Kamal Tarigan dkk, *Al-Qur'an Dan Ilmu Kesehatan Masyarakat Perspektif Integratif*, h. 125

²⁰⁷ Saminan Ismail & Mustanir Yahya, *Sains Dalam Al-Qur'an*, h. 83

berbagai penyakit, yang dapat melindungi bayi dari infeksi usus kolon, bakteri salmonella, folio, batuk rejan, infeksi ganglion dan kluster. Perlindungan ini terutama di bulan-bulan pertama dan tidak berlangsung terus menerus.²⁰⁸

Kemampuan menghisap ASI pada bayi akan muncul dengan sendirinya dan tidak perlu diajarkan. Maka dari itu tidak heran jika melihat bayi dengan mudah menelan puting ibunya dan menghisap ASInya langsung sejak dilahirkan. Seperti firman Allah dalam QS. Al-Balad ayat 4-10

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي كَبَدٍ أَيْحَسِبُ أَنْ لَنْ يُقَدِرَ عَلَيْهِ أَحَدٌ يَقُولُ أَهْلَكَتُ
مَا لَا بُدًّا أَيْحَسِبُ أَنْ لَمْ يَرَهُ أَحَدٌ أَلَمْ نَجْعَلْ لَهُ عَيْنَيْنِ وَلِسَانًا وَشَفَتَيْنِ وَهَدَيْنَاهُ
النَّجْدَيْنِ

“Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia berada dalam susah payah.akah manusia itu menyangka bahwa sekali-kali tiada seorang pun yang berkuasa atasnya? Dan mengatakan: “Aku telah menghabiskan harta yang banyak.” Apakah dia menyangka bahwa tiada seorang pun yang melihatnya? Bukankah Kami telah memberikan kepadanya dua buah mata, lidah dan dua buah bibir. Dan kami telah menunjukkan kepadanya dua jalan”

Menurut Ibnu Abbas, makna kata *najdain* dalam ayat diatas ialah dua payudara.

Selain ASI mempunyai banyak manfaat untuk bayi, ASI juga mempunyai manfaat untuk ibu, di antaranya:²⁰⁹

1. Pemberian ASI memberikan 98% metode kontrasepsi yang efisien selama 6 bulan pertama sesudah kelahiran bila diberikan hanya ASI saja (ASI eksklusif) dan belum terjadi menstruasi Kembali
2. Membantu ibu menurunkan berat badan setelah melahirkan
3. Menurunkan risiko DM tipe 2
4. Mengurangi terjadinya pendarahan bila langsung menyusui setelah melahirkan
5. Pemberian ASI sangat ekonomis
6. Mengurangi beban kerja ibu karena ASI tersedia di mana saja dan kapan saja

²⁰⁸ Nadiah Thayyarah, *Buku Pintar Sains Dalam Al-Qur'an* (Jakarta: Serambi Ilmu Semesta, 2013), h. 249.

²⁰⁹ Luh Mertasari & Wayan Sugandini, *Asuhan Masa Nifas Dan Menyusui*, Suparyanto Dan Rosad (Depok: Rajagrafindo Persada, 2020), h. 67.

7. Mengurangi risiko terkena kanker. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa pemberian ASI minimal 6 bulan dapat menurunkan risiko kanker endometrium hingga 11 persen
8. Mengurangi insulin bagi ibu penderita diabetes. Hormon oksitosin yang dilepas selama ibu menyusui dapat menghilangkan stress yang dapat memicu peningkatan kadar gula darah.
9. Meningkatkan naluri keibuan. Secara psikologis menyusui dapat meningkatkan kepercayaan diri dan ikatan emosional antara ibu dan bayi.²¹⁰

²¹⁰ Rudolf Boyke Purba Dkk, 'BungaRampai Gizi Prakonsepsi, Kehamilan Dan Menyusui' (Cilacap: Media Pustaka Indo, 2024), p. 158.

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari pemaparan di atas dapat diambil sebuah kesimpulan bahwa kondisi menjadi seorang ibu tidaklah mudah. Banyak proses yang dilalui hingga merenggut nyawa sekalipun. Pertama menjalani proses kehamilan, karena memiliki anak adalah impian semua orang, terlebih yang sudah menikah. Menjalani kehamilan dalam rentang waktu kurang lebih 9 bulan, waktu 9 bulan menjalani kehamilan sebagai macam kondisi harus dilalui, dari mulai tidak enak makan, mual, pusing dan lain sebagainya. Ketika kondisi bayi sudah siap dilahirkan, maka seorang ibu menjalani proses persalinan. Proses ini bisa mempertaruhkan nyawanya. Terdapat berbagai macam metode persalinan, namun posisi terbaik yang dirujuk para dokter berpengalaman sesuai Syariah adalah sebagaimana posisi Maryam melahirkan, artinya tidak tertidur terlentang. Ibu hamil pada saat proses melahirkan bisa mendekap suami atau sesuatu untuk berpegangan dengan keadaan kaki terbuka. Tentu dipersiapkan dengan ibu tetap aman dan nyaman untuk mengejan dan memudahkan proses jalan keluar bayi. Metode ini secara umum ada yang menyebutnya sebagai metode lahiran ala Maryam.

Anjuran untuk menyusui anak selama 2 th penuh menjadi kewajiban seorang ibu menyusui anaknya. Karena ASI mempunyai berbagai macam manfaat bagi bayi yang tidak ada pada makanan atau minuman lain yang setara dengan ASI.

B. Saran

Setelah melewati proses pembahasan dan penelitian terhadap maternity dalam perspektif al-Qur'an, maka ada beberapa saran yang penulis sampaikan diantaranya:

1. Penelitian tentang maternity dalam perspektif al-Qur'an menggunakan beberapa kitab tafsir Ibnu Katsir, Quraish Shihab, Ath-Thabari, Al-Qurthubi, Sayyid Quthb penulis menyarankan supaya pengkajian tentang maternity dapat terus di bahas dan dikaji secara komprehensif, perihal ini diperlukan agar para wanita dapat melewati fase kehamilan, melahirkan dan menyusui dengan baik.
2. Penelitian tentang maternity dalam perspektif al-Qur'an perlu mendapat perhatian yang serius dari kalangan sarjana muslim karena sedikit kajian yang membahas tentang tema tersebut
3. Hasil penelitian ini masih jauh dari kata sempurna, sehingga penulis sangat membutuhkan kritik maupun saran yang membangun untuk kesempurnaan penelitian ini, penulis mengharapkan adanya penelitian yang mendalam, sehingga diharapkan adanya penemuan baru untuk menyempurnakan hasil penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abbas, K F, *Dahsyatnya Energi Gerakan Shalat Bagi Perkembangan Kesehatan Dan Kecerdasan Janin* (Yogyakarta: Sabil, 2015)
- Aizid, Rizem, *Buku Lengkap Fiqih Kehamilan Dan Melahirkan* (Jakarta: SAUFA, 2016)
- , ‘Karena Rahim, Wanita Itu Mulia’ (Jember: Nur Media Publishing, 2019), p. 74
- Al-Badri, Nur Muhammad Fatih, ‘The Ushuluddin International Student Conference Teknik Bersalin Maryam Bagi Ibu Inpartu’, 1.2 (2023), 981
- Al-Bukhari, Muhammad ibn Ismail, *Shahih Al-Bukhari* (Beirut: Dar al-Ma’rifah, 2001)
- Al-Fatih, Wahyudi, *SERIAL PARENTING PRAKTIS: Sukses Mendidik Anak Sesuai Tuntunan Islam* (Bogor: GUEPEDIA)
- Al-Kaheel, Abdel Daem, ‘Rahasia Medis Dalam Al-Qur’an Dan Hadis’ (Jakarta: Amzah, 2012), p. 72
- Al-Maragi, Ahmad Musthafa, *Tafsir Maragi* (Semarang: Toha Putra, 1993)
- Al-Qur’an, Lajnah Pentashihan Mushaf, *Tafsir Ilmi - Penciptaan Manusia* (Jakarta: Balitbang Kemenag, 2016)
- Al-Qurthubi, Syamsuddin, *Terjemah Tafsir Al-Qurthubi* (Jakarta: Pustaka Azzam, 2007)
- Al-Qurtubi, Abu Abdullah Syams al-din, *Al-Jami’ Li Ahkam Al-Qur’an* (Riyad: Dar ‘Alim al-Kutub, 2003)
- Al-Razi, Fakhr al-Din, *Mafatih Al-Gaib* (Beirut: Dar al-Kutub al ‘Ilmiyah, 2000)
- Alamsyah, Putri Rahmah, ‘Bangun Generasi Emas Dengan Pedoman Gizi 8000 HPK’ (Banten: Sada Kurnia Pustaka, 2024), p. 105
- Alfarisi, M Zaka, *Kisah Seru 25 Nabi Dan Rasul* (Bandung: DAR! Mizan, 2010)
- Andalas, HM, ‘Goresan Tangan Spesialis Kandungan’, *Goresan Tangan Spesialis Kandunagn* (Yogyakarta: Sibuku, 2014), p. 41
- Andayani, Hana Fitria, ‘Gizi Ibu Hamil’ (Pekalongan: Penerbit NEM, 2024), p. 29
- Andhika, Rony Dwi, ‘Daya Ingat Anda Semakin Menurun?’ (Yogyakarta: FlashBooks, 2015), p. 50

- Anggarani, Yazid Subakti & Deri Rizki, 'Ensiklopedia Calon Ibu', *Qultum Media* (Tangerang: Qultum Media, 2007)
- Anwar, Shabri Shaleh, *TEOLOGI PENDIDIKAN: Upaya Mencerdaskan OTak & Qalbu* (Indragiri TM, 2014)
- Aprilia, Yesie, 'Gentle Birth Cara Mudah Dan Nyaman Menyambut Buah Hati', *Canadian Family Physician* (Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia, 2019), 235
- Aprillia, Yesie, 'Bebas Takut Hamil Dan Melahirkan' (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2017), p. 3
- Ar-rifa'i, Muhammad Nasib, *Ringkasan Tafsir Ibnu Katsir* (Jakarta: Gema Insani Press, 2000)
- Arifin, Miftahul, 'Aktivasi Mukjizat Surah Al-Faatihah' (Yogyakarta: Laksana, 2018), p. 184
- Ariyanto, Katni & Ayok, 'Merencanakan Pendidikan Anak Sejak Dalam Kandungan' (Ponorogo: Calina Media, 2016), p. 158
- As-Sayyid, Kamal, *Kisah-Kisah Terbaik Al-Qur'an* (Jakarta: Pustaka Zahra, 2005)
- Ash-Shiddieqy, Teungku Muhammad Hasbi, 'Tafsir An-Nur' (Jakarta: Cakrawala Publishing, 1952), p. 256
- Az-Zuhaili, Wahbah, *Tafsir Munir* (Depok: Gema Insani, 2013)
- Aziza, Citra, 'Rahasia Sukses Menyusui Panduan Memberi ASI Eksklusif' (Surabaya: Nue Mediatama, 2019), p. 5
- Bakar, Bahrun Abu, *Tafsir Al-Maraghy* (Semarang: Toha Putra, 1984)
- Barbara Nash & Patricia Gilbert, *Panduan Kesehatan Seksual* (Jakarta: Prestasi Pustakarya, 2006)
- Bayan, Yayan Nur, *Kajian Semantik Ayat-Ayat Penciptaan: Analisis Semantik Kata Khalaqa, Ja'ala, Fathara Dan Bada'a Dalam Al-Qur'an*, - (Bandung: Royyan Press, 2019)
- Budiarti, Erna, 'Pembelajaran Dan Assesmen Dari Rumah' (Padang: Inovasi Pratama International, 2023), p. 93
- Christian, Steven, *Women And Breast 1: Pengetahuan Dasar Dan Cara Merawat Payudara, Serta Kelainan Pertumbuhannya* (Yogyakarta: PBMR ANDI, 2021)
- Detiana, Prilia, 'Hamil Aman Dan Nyaman Di Atas 30 Tahun' (Yogyakarta: Media Pressindo, 2010), p. 61
- Dhofir, Muhil, *Terjemah Hadits Arba'in An-Nawawiyah* (Jakarta: Al-I'tishom Cahaya Umat, 2001)

- Dkk, Anjar Astuti, *Genetika Dan Biologi Reproduksi* (Padang: Global Eksekutif Teknologi, 2022)
- Dkk, Bahran, *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas, Menyusui, Dan Bayi Baru Lahir* (Pekalongan: Penerbit NEM, 2023)
- Dkk, Eka Apriyanti, *Teori Anatomi Tubuh Manusia* (Aceh: Yayasan Penerbit Muhammad Zaini, 2021)
- Dkk, Eka Rati Astuti, *Pengantar Anatomi Dan Fisiologi Untuk Kebidanan* (Pekalongan: Penerbit NEM, 2023)
- Dkk, Evy Nurachma, 'Pengurangan Status Gizi Ibu Hamil Dengan Anemia Melalui Es Krim Daun Kelor' (Pekalongan: Penerbit NEM, 2023), p. 12
- Dkk, Fitra Duhita, *LAKTASI: Lambang MengASIhi Dalam Berbagai Tantangan Keadaan Dan Kondisi* (Pekalongan: Penerbit NEM, 2023)
- Dkk, Hadi Susiarno, 'Tata Laksana Kehamilan Fisiologis Di Pelayanan Kesehatan Primer Sesuai Kewenangan Bidan' (Pekalongan: Penerbit NEM, 2024), p. 41
- Dkk, Hadriani, *Bunga Rampai Konsep Dan Keterampilan Antenatal* (Cilacap: Media Pustaka Indo)
- Dkk, Hanny Puspita Ariani, 'Asuhan Kebidanan Pada Perempuan Dan Anak Dalam Kondisi Rentan' (Malang: Rena Cipta Mandiri, 2022), p. 99
- Dkk, Herdina Indrijati, 'Psikologi Perkembangan Dan Pendidikan Anak Usia Dini' (Jakarta: Prenada Media, 2017), pp. 8–9
- Dkk, Hikmatul Khoiriyah, 'Mempersiapkan Generasi Emas Sejak Dalam Kandungan' (Pekalongan: Penerbit NEM, 2024), p. 7
- Dkk, Indri Budiarti, 'Doa Ibu Hamil "Menikmati Kehamilan Dengan Sehat, Sadar Dan Tenang"' (Makassar: Tohar Media, 2024), p. 27
- Dkk, Ismawati, *Epidemiologi Kesehatan Reproduksi* (Padang: Get Press Indonesia, 2023)
- Dkk, Khusniyati Masykuroh, 'Modul Psikologi Perkembangan' (Bandung: Feniks Muda Sejahtera, 2022), pp. 1–23
- Dkk, Liliek Pratiwi, 'Persalinan Dan Persipan Menjadi Ibu Mau Siap-Siap Melahirkan? Yuk Simak Disini' (Sukabumi: CV Jejak, 2024), p. 15
- Dkk, M.Pudjiharjo, 'Ushul Fikih Ekonomi Syariah' (Malang: Universitas Brawijaya Press, 2021), p. 60
- Dkk, Mercy Joice Kaparang, *Bunga Rampai Asuhan Kebidanan Masa Nifas Dan Menyusui* (Cilacap: Media Pustaka Indo, 2023)
- Dkk, Murti Ani, *Manajemen Kesehatan Menstruasi* (Padang: Global Eksekutif

- Teknologi, 2022)
- Dkk, Najeela Sihab, 'Siap - Siap Jadi Orangtua: Semua Tentang Mengasuh Anak Di 1000 Hari Pertama Kehidupannya' (Tangerang: Lentera Hati, 2022), p. 25
- Dkk, Ronalen Br.Situmorang, *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan* (Tuban: CV Pistakan El Queena, 2021)
- Dkk, Rudolf Boyke Purba, 'BungaRampai Gizi Prakonsepsi, Kehamilan Dan Menyusui' (Cilacap: Media Pustaka Indo, 2024), p. 158
- Dkk, Sulis Diana, *BUKU AJAR ASUHAN KEBIDANAN, PERSALINAN, DAN BAYI BARU LAHIR* (Surakarta: CV Oase Group (Gerakan Menulis Buku Indonesia), 2019)
- Dkk, Toto Sudargo, *1000 Hari Pertama Kehidupan* (Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 2018)
- El-Syafa, Ahmad Zacky, *Golden Book Keluarga Sakinah* (Yogyakarta: Media Pressindo, 2013)
- Eraslan, Sibel, 'Maryam Bunda Suci Sang Nabi' (Depok: Puspa Swara, 2014), p. 79
- Ernawati, Dkk, *Ketidaknyamanan Dan Komplikasi Yang Sering Terjadi Selama Persalinan Dan Nifas* (Malang: Rena Cipta Mandiri, 2022)
- Ghoffar, Muhammad Abdul, 'Tafsir Ibnu Katsir' (Bogor: Pustaka Imam Asy-Syafi'i, 2004), p. 321
- Gunawan, S, *Mau Anak Laki-Laki Atau Perempuan Bisa Diatur* (Jakarta: Agromedia Pustaka, 2010)
- Hakim, M Arief, 'Insan Pilihan Tuhan Meneladani 25 Nabi Dan Rasul' (Bandung: Marja, 2024), p. 93
- Halalia, Mugi Rizkiana, 'Menyiapkan Anak Jenius Sejak Dalam Kandungan' (Yogyakarta: Diva Press, 2015), p. 10
- Hamidin, A S, 'Keampuhan Terapi Air Putih' (Yogyakarta: Media Pressindo, 2013), p. 125
- Harmanto, Ning, *SHK : Ibu Sehat & Cantik Dengan Herbal* (Jakarta: Elex Media Komputindo, 2006)
- Hartini, L, D Widiyanti, T C Maigoda, and N Yulyana, *Kehamilan Sehat Untuk Cegah Stunting Pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK)* (Pekalongan: Penerbit NEM, 2023)
- Hasan, Muhammad, 'Tujuan Penciptaan Manusia Dan Fungsi Lembaga-Lembaga Pendidikan', *HUNafa: Jurnal Studia Islamika*, 7.1 (2010), 109
- Hayati, Nur, 'Panduan Kehamilan Dan Kelahiran Bagi Muslimah' (Yogyakarta:

- Sabil, 2016), p. 108
- Hemdi, Yoli, and Naura Shafwa, *Rahasia Rumah Tangga Rasulullah* (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2020)
- Hery Satryawan & Laily Widya Astuti, 'Panduan ASI Eksklusif Untuk Ayah Dan Ibu', *Maret 2021* (Bogor: Guepedia, 2023), p. 12
- Hidayati, Ati, 'Persalinan Perspektif Mufassir Dan Ilmu Kebidanan', 21.1 (2020), 1–9
- Hosaini, Ahmad, 'Manajemen Manusia: "Refleksi Diri Meraih Kesempurnaan Hidup"' (Malang: Media Nusa Creative, 2021), p. 55
- Hulliana, Mellyna, *Panduan Menjalani Kehamilan Sehat* (Jakarta: Niaga Swadaya)
- Idaini, Mohammad Wifaqul, 'Wasiat Rasulullah Tentang Anak Cara Islami Mengasuh Dan Mendidik Anak Dari Kelahiran Hingga Pernikahan' (Yogyakarta: Araska, 2019), p. 205
- Idris, Muh, 'Bayi Tabung Dalam Pandangan Islam', *Jurnal Al-Adl*, 12.1 (2019), 65
- Idrus, Ratna Dewi, 'Agar Anak Kita Seperti Nabi Ismail' (Jakarta: Elex Media Komputindo, 2015), p. 46
- Indiarti, *A To Z The Golden Age (Merawat, Membesarkan Dan Mencerdaskan Bayi Anda Sejak Dalam Kandungan Hingga Usia 3 Tahun)* (Yogyakarta: Penerbit Andi, 2007)
- Indonesia, Presiden Republik, 'Peraturan Pemerintah Republik Indonesia', *Kementrian Kesehatan*, 66.4 (2012), 37–39
- Irmawati, 'Tetap Tersenyum Saat Melahirkan', *Media Presindo* (Yogyakarta: Media Pressindo, 2014), p. 109
- Ismael, Ibn, *Sang Penyeru Sejarah Periode Para Rasul Dan Bani Israel* (Kediri: Tetes Publishing, 2012)
- Janan, Laila Ummul, '29 Kisah Istri Yang Dijamin Masuk Surga' (Araska: Yogyakarta, 2022), p. 78
- Johnson, Marcus, 'Ensiklopedia Interaktif: Tubuh Manusia' (Jakarta: Bhuana Ilmu Populer, 2023), p. 53
- Juli Oktalia, and Herizasyam, 'Kesiapan Ibu Menghadapi Kehamilan Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya', *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan*, 3.2 (2016), 147–59
- Justian, Dini, 'Penerapan Tindakan Posisi Persalinan', *Pekalongan: Nasya Expanding Management (NEM)* (Pekalongan: Penerbit NEM, 2022), p. 76
- Kasdu, Dini, 'Anak Cerdas', *Niaga Swadaya* (Jakarta: Puspa Swara, 2020), p. 42

- , *Solusi Problem Persalinan* (Jakarta: Niaga Swadaya)
- Keluarga, The Real Ummi & Visi, 'Birth Story: Memetik Hikmah Dari Kehamilan Dan Persalinan' (Jakarta: Elex Media Komputindo, 2023), p. 31
- Kiptiyah, *Kasih Sayang Allah Dalam Rahim Ibu* (Malang: UIN Malang, 2009)
- Kurniawan, Robi'ah Husna Afkarina & Rachmad Risqy, 'Proses Penciptaan Manusia Menurut Ilmu Sains Dan Al- Qur ' an', *Ulumul Qur'an: Jurnal Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir*, 10.10 (2022), 10
- Latifah, Hannah Dewi, 'Selalu Ada Keajaiban' (Yogyakarta: Sabil, 2015), p. 99
- M Faizi, *Kisah Nyata 25 Nabi Dan Rasul* (Yogyakarta: Tera Insani, 2008)
- Mafruchat, Maslichah, 'Perspektif Al-Qur'an Yang Berkaitan Dengan Pembentukan Embrio Sebagai Dasar Kajian Pada Embrio Hewan' (Sidoarjo: Zifatama Jawara, 2023), p. 19
- Maghfirah, Nurul, '99 Fenomena Menakjubkan Dalam Al-Qur'an' (Bandung: Mizania, 2015), p. 68
- Mahfudh, Sahal, *Dialog Dengan Kiai Sahal Mahfudh: Solusi Problematika Umat* (Surabaya: Ampel Suci, 2003)
- Miftahul Khairoh, Dkk, *Asuhan Kebidanan Kehamilan* (Surabaya: Jakad Media Publishing, 2019)
- Muaris, Hindah, 'Hidangan Sehat Favorit Ibu Hamil Kehamilan Triwulan Kedua Cita Rasa Indonesia' (Jakarta: Garamedia Pustaka Utama, 2002), p. 9
- Muhammad Izzudin Taufik, *Dalil Anfus Al-Qur'an Dan Embriologi: (Ayat-Ayat Tentang Penciptaan Manusia)* (Solo: Tiga Serangkai, 2006)
- Musfira, 'Bayi Tabung (Inseminasi) Dalam Perspektif Hukum Islam', *Bayi Tabung (Inseminasi) UNIVERSAL GRACE JOURNAL*, 1.2 (2023), 194
- Mustika, Citra Ayu, 'Anti Kendor Menyusui' (Jakarta: Kawan Pustaka, 2020), p. 116
- Mutmainnah, Mutia, 'Keajaiban Doa & Ridho Ibu' (Jakarta: Kawah Media, 2008), p. 251
- Muyassaroh, 'Khasiat Buah Kurma Bagi Ibu Bersalin Dalam Al-Quran (Studi Analisis Surah Maryam Ayat 25 Perspektif Mustofa Al- Maraghi)', 2020, 1–90
- Nafisah, Sa'idatul, *Panduan Hamil Sehat & Syar'i: Dahsyatnya Ibadah-Ibadah Sunnah Khusus Ibu Hamil Untuk Mencetak Anak Cerdas, Sehat, Dan Shalih/Shalihah* (Yogyakarta: Sabil)
- Nasution, Rifan Eka Putra, 'Kopi Dan Keajaibannya', 2023, p. 47

- Natsir, Muhmmad, *Bahtsu El-Kutub Al-Tarbiyah Al-Islamiyah* (Jejara: Unisnu Press, 2020)
- NB, Anton, 'No Title', 2021
- Novi, Bunda, 'Mencetak Anak Jenius Sejak Dalam Kandungan' (Yogyakarta: Diva Press, 2015), p. 56
- Novidha dkk, Donna Harriya, *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Dan BBL Fisiologis Dan Patologis SI Kebidanan* (Jakarta: Mahakarya Citra Utama Group, 2023)
- Purnawan, Ikit Netra Wirakhmi & Iwan, 'Anatomi Fisiologi Dalam Kehamilan' (Pekalongan: Penerbit NEM, 2021), p. 47
- Putra, Sitiatava Rizema, 'Cara Mudah Melahirkan Dengan Hypnobirthing' (Yogyakarta: Laksana, 2016), p. 13
- Quthb, Sayyid, 'Tafsir Fi Zhilalil Qur'an' (Depok: Gema Insani Press, 2000), p. 363
- Rahayu, Mugi, *Tak Pernah Mengkhawatirkan Rasa Sakit: Persalinan Maryam Melahirkan Keshalihan* (Yogyakarta: CV. Pradita Utama, 2012)
- Rahman, Andi, 'Menjadi Peneliti Pemula Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir', 2022
- Rahmatullah, Irfan, *Menjalani Kehamilan & Persalinan Yang Sehat* (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2019)
<<https://books.google.co.id/books?id=N2KhDwAAQBAJ>>
- Rasjidi, Imam, *Panduan Kehamilan Muslimah: Panduan Ibu Hamil, Melahirkan, Dan Perawatan Bayi Secara Medis Dan Islam* (Jakarta: Noura Books, 2015)
- Riau, UIN Suka, 'Perkembangan Janin Dalam Islam', 2008, 26
- Rizki, Dede, *Panduan Pintar Kehamilan Untuk Muslimah* (Jakarta: Qultum Media, 2009)
- Roesli, Utami, 'Mengenal ASI Eksklusif' (Jakarta: Trubus Agriwidya, 2011), p. 2
- Rosyidah, Siti Halimatur, 'Konsep Embrio Dalam Perspektif Al-Qur'an Dan Sains Berdasarkan QS. Al-Mu'minin Ayat 12-14 (Kajian Tafsir Al-Misbah Dan Relevansinya Dengan Ilmu Sains)', 2021, 3
- Rusilanti, 'Menu Bergizi Untuk Ibu Hamil', *Journal Ekonomi Dan Bisnis Indonesia* (Depok: Kawan Pustaka, 2006), 6
- Sani, Ridwan Abdullah, *Sains Berbasis Alquran Edisi Kedua* (Ja: Bumi Aksara, 2022)
- Saputi, Betha, 'Tinjauan Hukum Islam Tentang Bayi Tabung Setelah Kematian Suami', 2020, 16
- Saras, Tresno, 'Asam Folat Kunci Kesehatan Dan Kesejahteraan' (Semarang: Tiram

- Media, 2023), p. 48
- Sari, Lenan, 'Kesalahan-Kesalahan Selama Hamil Mengganggu Kelancaran Melahirkan' (Yogyakarta: Laksana, 2015), p. 171
- Sari, Suci Rahmawati & Niki Purnama, 'Proses Terciptanya Manusia Di Alam Rahim Menurut Pandangan Ilmu Biologis Dalam Al-Qur'an', *Jurnal Religion: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 1.6 (2023), 274
<<https://maryamsejahtera.com/index.php/Religion/index>>
- Sears, William Sears & Martha, 'The Baby Book' (Jakarta: Serambi Ilmu Semesta, 2003), p. 268
- Shihab, M. Quraish, *Tafsir Al-Misbah (Kesan, Pesan Dan Keserasian Al-Qur'an) Jilid 1, Lentera Hati* (Jakarta: Lentera Hati, 2002)
- , 'TAFSIR AL-MISHBAH Jilid 13', *Lentera Hati*, 2002, 356
- Shihab, M. Qurasih, 'M Quraish Shihab Menjawab 101 Soal Perempuan Yang Patut Anda Katahui' (Tangerang: Lentera Hati, 2010), p. 168
- Siswosuharjo, Suwignyo & Fitria Chakrawati, *Panduan Super Lengkap Hamil Sehat* (Depok: Penebar Plus, 2011)
- Sitompul, Ewa Molika, '275 Tanya Jawab Seputar Kehamilan Dan Melahirkan' (Banten: Lembar Langit Indonesia, 2015), p. 109
- Sodik, Sandu Siyoto & M. Ali, *Dasar Metodologi Penelitian* (Sleman: Literasi Media Publishing, 2015)
- Soemabrata, Iskandar AG, 'Pesan-Pesan Numerik Al-Qur'an' (Jakarta: Republika, 2006), p. 77
- Subhan, P D Z, *Al-Qur'an Dan Perempuan* (Jakarta: Kencana, 2015)
- Subiastutik, Eni, and Syiska Atik Maryanti, *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan* (Pekalongan: Penerbit NEM, 2022)
- Suci, Herti Windya Puspasari & Ria Yudha Permata Ratmana, 'Sehat Tanpa Batas Usia Pelayanan Kesehatan Untuk Lansia' (Depok: KBM Indonesia, 2024), p. 29
- Sudargo, Toto, and Nur Aini Kusmayanti, *Pemberian ASI Eksklusif Sebagai Makanan Sempurna Untuk Bayi* (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2023)
- Sugandini, Luh Mertasari & Wayan, 'Asuhan Masa Nifas Dan Menyusui', *Suparyanto Dan Rosad (2015)* (Depok: Rajagrafindo Persada, 2020), p. 67
- Sumiati, 'Sistem Reproduksi Manusia', 2 (2013), 1
- Suririnah, 'Buku Pintar Kehamilan & Persalinan' (Jakarta: Gramedia Pustaka

- Utama, 2008), p. 32
- Suryana, 'Metodologi Penelitian : Metodologi Penelitian Model Praktis Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif', *Universitas Pendidikan Indonesia*, 2012, 1–243
<<https://doi.org/10.1007/s13398-014-0173-7.2>>
- Suwardianto, Rimawati & Heru, 'Manajemen Laktasi Dan Tatalaksana Tersedak Pada Anak' (Kediri: Chakra Branmanda Lentera, 2020), p. 37
- Syukran, Agus Salim, 'Fungsi Al-Qur'an Bagi Manusia', *Al-I'jaz : Jurnal Studi Al-Qur'an, Falsafah Dan Keislaman*, 1.2 (2019), 90
- Tarigan dkk, Azhari Akmal, 'Al-Qur'an Dan Ilmu Kesehatan Masyarakat Perspektif Integratif' (Medan: Merdeka Kreasi Group, 2021), p. 126
- Taufiq, Muhammad Izzudin, *Al-Qur'an & Alam Semesta* (Solo: Tiga Serangkai, 2006)
- Thabari, Ibnu Jarir Ath, 'Jami' Al-Bayan Fi Ta'wil Al-Qur'an', *Pustaka Azzam*, 2007, 675–77
- Thahir, Andi, *Psikologi Perkembangan : Memahami Pertumbuhan Dan Perkembangan Manusia Dari Fase Prenatal Sampai Akhir Kehidupan Dengan Dilengkapi Teori-Teori Perkembangan* (Yogyakarta: CV Andi Offset, 2023)
- Thayyarah, Nadiah, 'Buku Pintar Sains Dalam Al-Qur'an' (Jakarta: Serambi Ilmu Semesta, 2013), p. 249
- Tim Dokteranda, '58 QA Seputar Diet, Makanan, Dan Suplemen' (Depok: Penebar Plus, 2012), p. 88
- Tresno Saras, 'Vitamin D: Cahaya Dalam Kesehatan Anda' (Semarang: Tiram Media, 2023), p. 50
- Triyana, Yani Firda, *Panduan Klinis Kehamilan Dan Persalinan* (Yogyakarta: D-Medika, 2013)
- Tuti Meihartati., Dkk, *1000 Hari Pertama Kehidupan* (Yogyakarta: Deepublish, 2018)
- Umar, Fitriani, *Inisiasi Menyusui Dini (IMD) Dan Keberlangsungan Asi Anak Usia Dibawah Dua Tahun* (Pekalongan: Penerbit NEM, 2021)
- Uwaidah, Kamil Muhammad, *Fiqih Wanita: Edisi Lengkap* (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2008)
- Wahid, Abdul, *Al-Qur'an Dan Ilmu Pengetahuan* (Pekanbaru: Yayasan Pustaka Riau, 2008)
- Wangsa, Arief Fadhlina, 'Peranan Ibu Dalam Pembentukan Kualitas Sumber Daya Manusia (Kajian Hadis Tematik Tentang Tugas Dan Tanggung Jawab Ibu Terhadap Anaknya)', *Sulaesana*, 07.2 (2012), 164

- Wibowo, Hamid Sakti, '7 Buah-Buahan Istimewa Dalam Al-Qur'an Dan Manfaatnya Bagi Kesehatan Manusia' (Semarang: Tiram Media, 2020), p. 27
- Wulandari, Asti Praborini & Ratih Ayu, 'Anti Stres Menyusui' (Jakarta: Kawan Pustaka, 2018), p. 9
- Yahya, Saminan Ismail & Mustanir, *Sains Dalam Al-Qur'an* (Aceh: Syiah Kuala University Press, 2023)
- Yamani, Moh. Tulus, 'Memahami Al-Qur'an Dengan Metode Tafsir Maudhu'i', *Jurnal PAI*, 1.2 (2015), 273–91
- Yanita Syaiful, and Lilis Fatmawati, *Asuhan Keperawatan Kehamilan* (Surabaya: Jakad Media Publishing)
- Yusuf, M, *Banjir Pahala Setelah Menikah* (Yogyakarta: Saufa)