

AR-RADHA' FI AL-QUR'AN

Jayusman

Dosen Fak. Ushuluddin IAIN Raden Intan Lampung

Abstrak

Al-Qur'an mensyari'atkan agar para ibu menyusukan anaknya. Menyusui ini bukan sekedar perintah keagamaan belaka tapi begitu banyak hikmah yang terkandung di dalamnya. Beratnya tugas menyusui yang harus dilakukan ibu diimbangi dengan perintah untuk bersyukur, hormat dan berbakti kepada orang tuanya yang harus ditunaikan sang anak. Perintah untuk menyusui selama dua tahun sebagai sumber makanan terbaik untuk anak—sebagai bentuk nafkah di masa awal kehidupannya, juga berkontribusi untuk membantu perkembangan psikisnya. ASI juga memberikan daya immunitas agar anak terlindungi, memiliki ketahanan dan kekebalan dari berbagai penyakit.

Kata Kunci: *Persusuan, Air Susu Ibu*

Pendahuluan

Pemerintah kita sedang gencar-gencarnya mengkam-penyekan pemberian ASI kepada bayi yang baru lahir. Tidak tanggung-tanggung ibu Negara pun turun tangan dalam hal ini. Mengingat masih tingginya tingkat kematian juga masalah gizi buruk pada bayi di negara kita.

Al-Qur'an sudah sejak empat belas abad yang lalu memerintahkan agar para ibu menyusukan bayinya. Banyak ayat yang menyinggung tentang perintah masalah persusuan ini. Dalam makalah ini selanjutnya akan membahas tentang, pensyari'atan menyusui dalam al-Qur'an, perintah menyusui selama dua tahun, menyusui kaitannya dengan perkembangan psikis anak, dan ASI adalah sumber makanan yang terbaik untuk bayi.

Menyusui adalah Suatu Hal Yang Berat Bagi Ibu Tetapi Mulia Di Sisi Allah Maka Wajib bagi Anak Bersyukur, Hormat dan Berbakti Kepada Orang Tuanya

Al-Qur'an mengakui bahwa kehamilan, melahirkan, persusuan dan pengasuhan anak hal yang sangat berat bagi ibu. Tetapi juga dianggap luhur sehingga wajib bagi anak-anak bersyukur, hormat dan berbakti kepada orang tua, sebagaimana yang disebutkan dalam al-Qur'an surah Luqman/31 ayat 14 dan surat al-Ahqaf/46 ayat 15:

Dan Kami amanatkan kepada manusia terhadap dua ibu bapanya, ibunya telah mengandungnya dalam keadaan lemah yang bertambah lemah dan menyapihnya dalam dua tahun. Bersyukurlah kepada-Ku dan kepada kedua orang ibu bapamu, kepada-Ku lah kembalimu. QS: Luqman/31: 14.

Kami perintahkan kepada manusia supaya berbuat baik kepada kedua orang tua (ibu bapanya, ibunya mengandungnya dengan susah payah, mengandung sampai menyapihnya selama tiga puluh bulan. QS: al-Ahqaf/46: 15

Demikian juga banyak hadis-hadis Nabi yang memerintahkan kita untuk berbakti kepada kedua orang tua. Serta penjelasan bahwa perbuatan durhaka kepada kedua orang tua adalah termasuk dibenci oleh Allah dan merupakan dosa besar.

Mengingat betapa beratnya tugas ibu, maka Islam memberikan petunjuk untuk menjarangkan kehamilan antara anak yang satu dengan yang lainnya. Tentu saja hal ini untuk *recovery* kondisi kesehatan sang ibu. Agar kondisi fisik dan psikis ibu telah pulih kembali setelah “kelelahan” mengurus anak yang terdahulu. Dengan demikian anak yang baru dilahirkan juga diharapkan memperoleh perhatian dan kasih sayang yang optimal. Petunjuk ini diisyaratkan dalam al-Qur'an surah al-Baqarah/2 ayat 233 dan dalam surah al-Ahqaf/46 ayat 15.:

Para ibu hendaknya menyusui anak-anaknya selama dua tahun penuh, yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan....QS: al-Baqarah/2:233

...mengandung sampai menyapihnya selama tiga puluh bulan. QS: al-Ahqaf/46: 15

Berlandaskan kepada kedua ayat tersebut, dapat diambil pelajaran, kalau seorang ibu hamil selama sembilan bulan dan

selanjutnya menyusui anaknya dalam jangka waktu dua tahun, maka jarak kelahiran antara anak yang satu dengan lainnya lebih kurang tiga tahun.¹

Islam memberi petunjuk untuk menjarangkan kehamilan/kelahiran. Tetapi tidak boleh untuk membatasi keturunan kecuali karena keadaan darurat, seperti karena kondisi ibu yang secara medis membahayakan untuk hamil kembali. Oleh karena itu vasektomi dan tubektomi dilarang dalam ajaran Islam. Karena dapat menghentikan reproduksi. Dan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi belum dapat secara sempurna menyambungkan kembali saluran reproduksi yang telah divasektomi atau tubektomi sebelumnya.

Selanjutnya mengingat betapa beratnya tugas ibu hamil selama sembilan bulan, menyusui, menjaga serta mendidik anak-anaknya sehingga menjadi besar. Tak akan dapat kita membalasi jasa dan pengorbanan yang telah diberikan oleh orang tua kita selayaknyalah anak-anak untuk mensyukuri, hormat dan berbakti kepada mereka. Terutama kepada ibunya. Di samping itu mensyukuri, hormat dan berbakti kepada orang tua adalah perintah Allah yang amat mulia dan besar ganjarannya.

Menyusui Selama Dua Tahun

Para pakar kesehatan dan gizi akhir-akhir ini begitu gencarnya mengkampanyekan pemberian Air Susu Ibu (ASI) kepada bayinya. Karena di dalam ASI terdapat zat gizi yang sangat dibutuhkan oleh bayi untuk tumbuh kembang mereka secara baik dan optimal. Di samping juga mengurangi angka gizi buruk pada balita. Pemberian ASI yang teratur membantu kecukupan asupan gizi mereka. Apalagi pada fase awal kelahirannya.

Mengingat betapa pentingnya arti keberadaan anak-anak tersebut sebagai anak bangsa, generasi penerus pemegang tongkat estafet kepemimpinan bangsa di masa depan. Kiranya penting untuk diperhatikan kesehatan dan tumbuh kembang anak. Hal ini terkait juga pemberian ASI untuk membantu kecukupan gizi mereka.

Ajaran Islam sudah sejak empat belas abad yang lampau mensyari'atkan persusuan ini. Maka kita selaku umat Islamlah yang

¹ Huzaimah T Yanggo, *Fiqh Perempuan Kontemporer*, (Jakarta: al-Mawardi, 2001), h.155-156

kemudian harus menggali hikmah-hikmah yang terkandung di balik perintah tersebut.

Allah memerintahkan para ibu untuk menyusui anak-anak mereka selama dua tahun penuh. Mengingat ASI adalah makanan pertama yang diperoleh bayi pasca kelahirannya. ASI adalah makanan yang terbaik untuk bayi, oleh karena itu ibu berkewajiban menyusui bayinya jika ia sanggup dan mampu melaksanakannya, berdasarkan firman Allah:

Para ibu hendaknya menyusui anak-anaknya selama dua tahun penuh, yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan. Dan kewajiban para ayah memberi makan dan pakaian kepada para ibu dengan cara yang ma'ruf. Seorang tidak dibebani melainkan menurut kadar kemampuannya. QS: al-Baqarah/2: 233

Dan Kami amanatkan kepada manusia terhadap dua ibu bapanya, ibunya telah mengandungnya dalam keadaan lemah yang bertambah lemah dan menyapihnya dalam dua tahun. Bersyukurlah kepada-Ku dan kepada kedua orang ibu bapamu, kepada-Ku lah kembalimu. QS: Luqman/31: 14.

Kami perintahkan kepada manusia supaya berbuat baik kepada kedua orang tua (ibu bapanya, ibunya mengandungnya dengan susah payah, mengandung sampai menyapihnya selama tiga puluh bulan. QS: al-Ahqaf/46: 15

Berdasarkan ayat-ayat ini mengisyaratkan bahwa para ibu wajib menyusui anaknya dengan ASI dengan memberikan batasan waktu yang ideal, oleh karena itu hendaklah ibu-ibu menyempurnakan penyusuan tersebut. Ini berarti anak disapih setelah berusia dua tahun. Dalam ayat 15 QS al-Ahqaf dinyatakan mengandung sampai menyusui selama tiga puluh bulan. Karena masa mengandung itu minimal enam bulan maka dua puluh empat bulan (dua tahun) berikutnya adalah masa persusuan. Oleh sebab itu, berdosa lah ibu di hadapan Allah kalau mengabaikan masalah penyusuan dengan ASI bila ia mampu melaksanakannya.²

² Huzaimah T Yanggo, Fiqih Perempuan Kontemporer, (Jakarta: al-Mawardi, 2001), h.165-166 dan lih juga Huzaimah T Yanggo, Fiqih Anak: Metode

Proses persusuan ini terkait dengan perkembangan fisik dan psikologis bayi tersebut. Terkait dengan perkembangan psikisnya, bayi yang menurut ilmu psikologi berada pada fase oral (di dalam mulut)³ seharusnya ia memperoleh kepuasan oralnya. Menurut Fenichel sebagaimana yang dikutip Kartini Kartono bahwa tidak terpenuhinya kepuasan oral pada bayi dan anak kecil disebabkan misalnya bayi tersebut terlalu cepat disapih. Peristiwa ini mengakibatkan timbulnya nafsu *kompensatoris* untuk pemuasannya. Dan diekspresikan dalam bentuk sikap pesimistis dan tingkah laku yang sadistis. Adapun penyapihan yang lambat akan menyebabkan pemuasan terhadap dorongan-dorongan oral; dan menghasilkan sikap optimistis dan kepercayaan diri.⁴

Jadi menyusui anak selama dua tahun penuh bukan saja dalam rangka menjalankan perintah yang disyari'atkan Allah tetapi juga secara ilmu kesehatan dan gizi sangat baik untuk pertumbuhan dan perkembangan fisik bayi. Serta sangat penting untuk pemenuhan kebutuhan psikis sang anak.

Bagi para ibu yang berkeinginan persusuan kurang dari dua tahun penuh, dalam hal ini Islam pun memperbolehkannya dengan sutua catatan. Penyapihan tersebut haruslah melalui musyawarah untuk mencapai mufakat dengan suaminya. Ibu yang ingin menyapih anaknya sebelum masa dua tahun harus berdasarkan persetujuan suaminya. Tentu saja setelah memperhitungkan untung ruginya. Di samping itu harus ada kesanggupan mengganti ASI tersebut dengan makanan yang bergizi untuk sang bayi⁵.

Penyapihan persusuan bayi sebelum berusia dua tahun di duga cukup banyak terjadi di masyarakat. Alasannya mulai dari kondisi si ibu yang tidak memungkinkan untuk menyusui secara medis sampai si ibu yang bekerja di luar rumah, sebagai wanita karier. Untuk alasan ibu yang bekerja di luar rumah selayaknyalah ia pandai mengatur waktu dan tidak melalaikan tugasnya sebagai ibu dari anak-anaknya.

Islam dalam Mengsuh dan Mendidik Anak serta Hukum- Hukum yang Berkaitan dengan Aktivitas Anak, (Jakarta: al-Mawardi, 2004), h. 91-94

³ Fase kepuasan oral, yang ditimbulkan oleh stimulasi dalam daerah mulut anak.

⁴ Kartini Kartono, Loc.Cit

⁵ Huzaimah, Fiqih Perempuan, Op.Cit, h.166

Persusuan Adalah Nafkah Untuk Sang Bayi

Ajaran Islam tentang menyusui pada hakikatnya adalah bentuk nafkah yang harus diberikan kepada bayi oleh ayah lewat sang ibu dengan secara persusuan. Ayah berkewajiban memberikan air susu kepada anaknya sesuai dengan kemampuannya dengan cara memberikan makanan yang bergizi kepada istrinya yang nantinya memproduksi ASI atau memcarikan perempuan lain yang sehat jasmani dan rohaninya untuk menyusukan bayinya jika istrinya berhalangan. Allah berfirman dalam al-Qur'an surah ath- Thalaq/65 ayat 6:

Dan jika mereka istri-istri yang ditalak itu sedang hamil, maka berikanlah kepada mereka nafkahnya hingga mereka melahirkan bayinya. Kemudian jika mereka menyusukan (anak-anakmu yang dilahirkan tadi) untuk (kepentingan)mu, maka berikanlah kepada mereka upahnya menyusukan itu. Dan musyawarahkanlah di antara kamu semua (segala sesuatu) dengan baik jika kamu menemui kesulitan, maka perempuan lain boleh menyusukan anak itu untuknya.

Ayat di atas menjelaskan tentang persusuan yang dilakukan oleh ibu yang telah ditalak oleh suaminya. Bagi ibu yang telah ditalak oleh suaminya yang masih dalam masa iddah, maka ia tidak berhak menerima upah persusuan dari suaminya, karena ia masih berhak memperoleh nafkah. Namun jika masa iddah itu habis, ia berhak mendapatkan upah persusuan. Karena hal ini disamakan dengan persusuan yang dilakukan oleh wanita lain ketika sang ibu berhalangan menyusui bayinya⁶.

Menyusui dan Perkembangan Psikis Anak

Proses menyusui kadang kita maknai hanya tugas lanjutan setelah bagi seorang ibu setelah melahirkan anaknya. Karena memang begitulah adanya, setelah melahirkan ibu dibekali air susu sebagai sumber makanan bagi anak yang dilahirkannya tersebut. Pada hal jika kita selami lebih jauh proses menyusui itu bukan hanya sekedar tranfer nutrisi makanan pada sang bayi. Tapi juga terjalinnya hubungan yang begitu indah dan mesra antara bayi dan ibunya. Yaitu hubungan cinta kasih yang begitu tulus dan suci.

⁶Ibid,h. 167-168

Setiap bayi normal membutuhkan cinta kasih dan perlindungan mesra dari ibunya. Ini merupakan kebutuhan primer dan kodrati, di samping kebutuhan vital mendapatkan air susu ibu dan pemeliharaan. Kebutuhan akan kasih sayang ibu tersebut sudah berlangsung sejak awal sekali. Yakni semenjak perkembangan janin dalam rahim ibunya. Unsur cinta kasih merupakan semen pengokoh bagi pembentukan kepribadian. Oleh karena itu *support* psikologis berupa perlindungan ibu, kasih sayang dan kontak jasmaniah sewaktu menyusui bayi sama penting dan nilainya dengan perlindungan fisik dan kenyamanan dalam rahim ibu.

Para ibu merasakan puncak kepuasan dan kebahagiaan karena bias mencukupi kebutuhan bayinya dengan ASI sendiri. Schubungan dengan ini priode menyusui dirasakan oleh ibu tadi dengan perasaan mengendap; dan dialami sebagai priode yang paling intim dan mesra. Kedekatan antara ibu dan bayinya ini bisa kita lihat dari perilaku menangis jika sang ibu pergi meninggalkannya dan ia akan senang apabila sang ibu menghampiri dan menggendongnya. Selanjutnya timbullah hubungan batin yang tidak terputuskan.

Al-Qur'an mengilustrasikan hal ini pada kisah nabi Musa yang telah disusukan oleh ibunya dengan penuh kasih sayang dan kehangatan. Maka nabi Musapun kemudian menolak ibu persusuan yang telah disiapkan keluarga Fir'aun. Ini disitir dalam al-Qur'an surah al-Qashash/28 ayat 12:

Dan Kami jadikan Musa enggan menyusu kepada wanita yang akan menyusukannya, sebelum datang (saudara)nya dan dia berkata:” Akan kutunjukkan kepada kamu keluarga rumah tangga yang akan memeliharanya untuk kamu dan mereka jujur kepadanya.”

Ayat ini menunjukkan tentang kekuasaan Allah, karena pada umumnya bayi tidak tahu apa-apa. Namun apa yang terjadi pada diri nabi Musa, ia dapat membedakan kehangatan menyusu dengan ibu kandungnya dan menyusu dengan wanita lain, dan ia enggan menyusu dengan wanita lain tersebut⁷. Itu gambaran keintiman yang tercipta ketika seorang bayi menyusu dengan ibunya.

Pada waktu menyusui bayinya, realitas anak dihayati ibunya secara kongkrit dengan luapan perasaan kasih sayang ibu. Maka aktivitas menyusui itu bagi kebanyakan ibu merupakan kegiatan yang

⁷ Ibid, h.171-172

menyenangkan. Karena memberikan kebanggaan dan kebahagiaan khusus. Dependensi bayi, keserasian hidup bayi yang bergantung pada ASI nya sendiri. Serta fungsi keibuannya, semua ini memberikan arti yang sangat dalam dan khas bagi seorang ibu; karena ia mampu menghayati makna dari hidupnya.⁸

Kegiatan menyusui yang baik bukan saja bergantung pada ketertiban schedule waktunya saja, akan tetapi terutama sekali bergantung pada sikap hidup (*attitude*) ibu yang bersangkutan. Hal ini dicerminkan pada cara ia memberi makanan dan menyusui bayinya. Sebab keseimbangan batin dan harmoni dalam kehidupan emosional sang ibu sangat mempengaruhi kelancaran keluarnya air susu. Sedang air susu yang melimpah bias menjamin pertumbuhan jasmaniah dan perkembangan kehidupan emosional bayinya⁹.

Selanjutnya kesulitan makan dan proses menyusui pada bayi itu ada kalanya mencerminkan agresi atau kemarahan pada anak. Misalnya sebagai ekspresi rasa ketakutan, kecemasan hebat dan ketegangan batin yang memuncak. Kondisi ini bisa memicu bayi tidak mau makan dan menyusui.

Betapa pentingnya sikap hidup ibu yang positif penuh kasih sayang bagi pertumbuhan dan perkembangan bayinya. Ini dapat kita buktikan dengan peristiwa sebagai berikut: banyak bayi yang bisa dihindarkan dari kematian, kelayuan dan kemeranaan, dengan memberikan pada bayi-bayi tersebut air susu ibu, perlindungan dan cinta kasih.

Dengan demikian peristiwa menyusui pada bayi mempunyai arti psikologis yang bervariasi. Makanan dan air susu bisa diartikan sebagai relasi yang intim dan persekutuan dengan ibu. Ada pula yang mengartikannya alat *securitas* serta ada yang memakai makanan sebagai alat pemuas bagi harapan-harapan yang tidak tercapai/terpenuhi. Sehingga dapat difahami bahwa kondisi kekurangan makan (*under-eating*) dan kebanyakan makan (*over-eating*) itu ada kalanya merupakan *symptom patologis*, diakibatkan oleh kecemasan dan ketakutan tertentu, dengan faktor penyebab yang psikologis sifatnya¹⁰.

⁸ Kartini Kartono, *Psikologi Anak (Psikologi Perkembangan)*, (Bandung: Penerbit Mandar Maju, 1995), h. 95-96

⁹ Ibid, h. 98

¹⁰ Lih Ibid, h.98-99

Dalam Islam, kondisi psikis ibu yang menyusui bayi atau anak ini perlu untuk menjadi perhatian. Ketika kondisi fisik sang ibu baik maka akan berdampak baik juga bagi perkembangan anaknya. Sebaliknya ketika kondisi psikis ibu buruk/ tidak baik maka akan tidak baik pula untuk perkembangan anaknya. Selayaknya suami dan anggota keluarga yang lain memberikan rasa nyaman dan *support* kepada sang ibu yang menyusui.

Pentingnya kondisi psikis yang baik ini tersirat dalam lanjutan kisah nabi Musa berikut:

Dan Kami ilhamkan kepada ibu nabi Musa, "Susukanlah dia dan apabila kamu khawatir terhadapnya, maka hanyutkanlah ia ke sungai Nil, dan janganlah kamu khawatir serta jangan pula kamu bersedih hati, karena sesungguhnya Kami akan mengembalikannya kepadam dan menjadikannya salah seorang dari para Rasul". QS al-Qashash/ 28: 7.

Tersirat dalam ayat ini mungkin ibu persusuan yang disediakan keluarga Fir'aun tersebut barangkali menurut Allah Yang Maha Mengetahui barangkali wanita yang kurang baik. Sehingga apabila nabi Musa disusukan pada wanita tersebut akan mempengaruhi pribadi Musa sendiri. Karena itulah maka nabi Musa menolak menyusu pada wanita tersebut atas petunjuk langsung dari Allah¹¹.

Menyusui Anak Segera Setelah Lahir

Sebagian ibu merasa enggan untuk segera menyusukan anaknya setelah dilahirkan. Mungkin dengan alasan capek karena tenaga yang begitu banyak terkuras dalam proses melahirkan. Atau mungkin keengganan ini disebabkan berkembang kepercayaan di masyarakat kalau sang ibu menyusui bayinya, maka akan mengurangi keindahan payu daranya. Segera setelah sang ibu merasa fit setelah beristirahat pasca melahirkan, sebaiknya ia menyusukan anaknya. Adapun mitos kalau sang ibu menyusui bayinya, maka akan mengurangi keindahan payu daranya adalah tidak bisa dipertanggung jawabkan, selama sang ibu menyusui dengan baik dan benar.

¹¹ Huzaimah, Fiqih Perempuan, Op.Cit, h.172-173

Menurut ilmu kedokteran, bayi sejak lahirnya lahir dibekali dengan reflek untuk menghisap. Dan ini sangat penting dalam proses persusuannya. Jadi ibu tidak perlu khawatir karena bayi dapat secara reflek/ spontan menghisap puting payudara ibu yang diarahkan ke mulutnya.

Air susu pertama ibu itu sangat penting bagi bayi. Air susu pertama tersebut mengandung Kolestum. Kolestum ini mengandung kadar immunoglobulin A tinggi, yang dapat mempertinggi imunitas bayi dari berbagai macam penyakit yang sering menyerang bayi, yaitu radang usus dan lambung. ASI pun mengandung zat anti bodi bagi bayi secara alamiah. Zat anti bodi ini memberikan ketahanan dan perlindungan bagi bayi dari berbagai penyakit infeksi. Kolestum ini sangat dibutuhkan bayi agar ia tidak mudah terserang penyakit. Tentu saja ini sangat urgen bagi pertumbuhannya.

Jadi dengan memberi ASI, seorang ibu sekaligus memberi perlindungan kepada bayinya, plus menciptakan hubungan emosional ibu dan anak secara fisik dan psikis.

Biasanya air susu tersebut berwarna kuning dan agak kental. Karena kurang pengetahuan pada sang ibu, sebagian mereka sengaja mengeluarkan dan membuangnya karena dianggap susu yang basi dan tidak bagus dan layak untuk dikonsumsi oleh bayi. Tentu saja pemahaman seperti ini perlu diluruskan karena akan sangat merugikan ibu tersebut dan juga bayinya.

ASI Sumber Gizi Sempurna Untuk Bayi

Salah satu alasan mengapa ASI merupakan makanan terbaik untuk bayi adalah karena ASI mengandung semua unsure gizi yang dibutuhkan bayi. Bahkan dengan manajemen Laktasi (menyusui) yang baik, produksi ASI dinyatakan cukup sebagai sumber makanan tunggal (eksklusif) untuk pertumbuhan bayi yang normal sampai usia 4 bahkan 6 bulan. Itu sebabnya badan kesehatan PBB, WHO dan badan PBB untuk anak-anak, UNICEF menganjurkan agar ASI eksklusif diberikan selama 6 bulan.¹²

Setelah usia 6 bulan barulah bayi diberikan makanan tambahan sebagai pendamping ASI. Produksi ASI setelah enam bulan tidak berkurang tapi kebutuhan ibu lah meningkat. Jumlah produksi ASI pada saat bayi berusia 6-12 bulan hanya dapat memenuhi 60%

¹² Rulina Surad,Ibu & Laktasi: *Kandungan ASI Beda Kebutuhan Beda Komposisinya*, Majalah Ayah Bunda, No.19, 22 Sep- 5 Okt 2001, h. 100

dari kebutuhan bayi. Dan setelah usia setahun, produksi ASI hanya memenuhi 30% dari kebutuhannya.¹³

Yang perlu juga untuk dicermati bahwa fungsi organ pencernaan bayi yang baru lahir belum sempurna dan mengalami kekurangan enzim. Namun bayi-bayi yang diberi ASI jarang mengalami gangguan pencernaan. Hal ini karena selain zat gizi, ASI juga mengandung enzim pencernaan yang belum dapat diproduksi oleh bayi yang baru lahir. Jadi sekalipun fungsi organ pencernaannya belum sempurna, enzim-enzim pencernaan dalam ASI tersebut akan membantu bayi mencernakan zat-zat yang terdapat dalam ASI yang diisapnya¹⁴.

Dengan kata lain bayi yang mendapatkan ASI berarti sudah makanan separuh cerna dengan kadar yang mudah diekskresikan (keluarkan) melalui ginjal. Dengan demikian kerja ginjalpun tidak akan terbebani¹⁵. Itulah ASI, begitu besar manfaatnya bagi pertumbuhan bayi sebagai sumber gizi dan makanan mereka.

Penutup

Dari uraian di atas dapat disimpulkan sebagai berikut: Menyusui anak di samping menjalankan perintah Allah juga sangat banyak manfaatnya. Dan Islam mensyari'atkan persusuan sampai bayi berusia dua tahun. Di samping untuk memenuhi kebutuhan gizi dan makanannya pemberian ASI juga membantu perkembangan psikis anak.

ASI pertama kepada bayi segera setelah lahir. ASI pertama tersebut mengandung kolostrum yang berfungsi sebagai anti bodi untuk ketahanan dan kekebalan tubuhnya.

¹³ Ibid

¹⁴ Rulina Surad, Ibu & Laktasi: Intoleransi Laktosa, Majalah Ayah Bunda, No.23, 11-24 November 2000, h. 38

¹⁵ Ibid

Daftar Pustaka

- Departemen Agama, Al-Qur'an dan Terjemahannya, Jakarta: Toha Putra, 1992
- Huzaimah T Yanggo, Fiqih Anak: Metode Islam dalam Mengsuh dan Mendidik Anak serta Hukum- Hukum yang Berkaitan dengan Aktivitas Anak, Jakarta: al-Mawardi, 2004
- _____, Fiqih Perempuan Kontemporer, Jakarta: al-Mawardi, 2001
- Indita Indriana, Bayi Baru: Posisi Tepat Menyusui, Majalah Ayah Bunda, No.06 27 Mar-9 Apr 1999
- Kartini Kartono, *Psikologi Anak (Psikologi Perkembangan)*, Bandung: Penerbit Mandar Maju, 1995
- Rulina Surad, *Ibu & Laktasi: Intoleransi Laktosa*, Majalah Ayah Bunda, No.23, 11-24 November 2000
- _____, *Ibu & Laktasi: Kandungan ASI Beda Kebutuhan Beda Komposisinya*, Majalah Ayah Bunda, No.19, 22 Sep- 5 Okt 2001
- Sayid Sabiq, *Fiqh as-Sunnah*, Dar al-Fikr: T.P, T.Th