

MANFAAT AIR SUSU IBU (ASI) PADA ANAK DALAM PERSEPEKTIF ISLAM

Diki Cahyo Ramadhan, Rina Dian Rahmawati
Universitas KH. A. Wahab Hasbullah.

Dikicahyo201299@gmail.com

rahmawatirinadian@gmail.com

ABSTRAK

Pembahasan pada artikel ini adalah tentang *Manfaat Air Susu Ibu (ASI) Pada Anak Dalam Persepektif Islam*. Air Susu Ibu (ASI) adalah suatu emulsi lemak dalam larutan protein, laktosa dan garam-garam anorganik yang sekresi oleh kelenjar mammae ibu, yang berguna sebagai makanan bagi bayinya. Air Susu Ibu (ASI) ini sebagai makanan alamiah adalah makanan yang terbaik yang dapat diberikan ibu kepada anak yang dilahirkannya. ASI juga mengandung zat pelindung yang dapat menghindari bayi dari berbagai penyakit infeksi. Pemberian ASI juga mempunyai pengaruh emosional yang luar biasa yang mempengaruhi hubungan batin ibu dan anak, dan juga psikologis si anak. ASI juga mengandung zat-zat gizi berkualitas tinggi yang berguna untuk pertumbuhan dan perkembangan kecerdasan bayi/anak.

Kata Kunci: "Air Susu Ibu (ASI), Manfaat ASI, Fase Pembentukan ASI"

ABSTRACT

The discussion in this article is about the benefits of breast milk in children in islamic perspectives. Mother's milk (ASI) is a fat emulsion in a solution of protein, lactose and inorganic salts which are secreted by the mother's mammary glands, which is useful as food for the baby. This mother's milk (ASI) is a natural food which is the best that a mother can give to her child. ASI also contains protective substances that can prevent babies from various infactious diseases. Giving ASI also has an extraordinary emotional effect that can affect the inner relationship of the mother and child, as well as the development of the child. Breast milk also contains highquality nutrients that are useful for the growth and development of intelligence of babies/children.

Key words: "Breast Milk (ASI), Benefits of ASI, Breast Milk Formation Phase.

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan salah satu aspek terpenting dalam kehidupan manusia, salah satunya adalah perkembangan fisik dan mental anak. Pada masa sekarang ini ada beberapa permasalahan pada kesehatan anak dan bayi, diantaranya adalah tingginya angka kesakitan dan kematian serta terganggunya perkembangan dan mental anak. Beberapa penyebab yang bisa diambil adalah dari masalah kurang gizi. Keadaan ini karena anak dan bayi merupakan golongan yang rentan.

Di Indonesia masalah gizi buruk hingga saat ini masih belum bisa teratasi. Salah satu masalah gizi yang paling utama pada saat ini di Indonesia adalah kurangnya kalori, dan protein. Salah satu penyebabnya adalah tidak diberinya ASI pada anak, atau kurangnya masa waktu seorang ibu untuk memberikan Air susunya kepada anaknya. Hal ini banyak ditemukan pada bayi dan anak yang masih sangat membutuhkan ASI dari ibunya.

Allah SWT. Berfirman dalam Al-Qur'an:

وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ
أَرَادَ أَنْ يُبْرِئَ الرِّضَاعَةَ.....

"Para ibu hendaklah menyusukan anak-anaknya selama dua tahun penuh, yaitu

bagi yang ingin menyempurnakan penyusuannya...."(QS.al-Baqarah {2}: 233).

Adanya perintah Allah SWT pada para ibu untuk menyusui bayinya. Karna pertumbuhan dan perkembangan bayi sebagian besar ditentukan oleh jumlah ASI yang diperoleh termasuk energi dan zat gizi lainnya yang terkandung dalam ASI. Namun, banyak ibu yang mengganti ASI dengan susu formula. Padahal, hal itu sangat lah tidak baik untuk seorang bayi.

Air Susu Ibu (ASI) sebagai makanan alamiah adalah makanan yang terbaik yang dapat diberikan ibu kepada anak yang dilahirkannya. ASI juga mengandung zat pelindung yang dapat menghindari bayi dari berbagai penyakit infeksi. Pemberian ASI juga mempunyai pengaruh emosional yang luar biasa yang mempengaruhi hubungan batin ibu dan anak dan juga perkembangan jiwa si anak. Bayi pada umumnya diberikan ASI hingga bayi berusia enam bulan. Setelah itu ASI hanya berfungsi sebagai sumber protei, vitamin, dan mineral yang utama bagi bayi. Tetapi banyak ibu-ibu yang memberikan ASI hanya selama tiga bulan bahkan ada yang hanya memberikan ASI hanya satu bulan saja dikarenakan kepentingan pekerjaan. Pemberian ASI semaksimal mungkin merupakan kegiatan penting dalam pemeliharaan dan tumbuh kembang bayi.

Dalam pembangunan anak bangsa, peningkatan kualitas manusia harus dimulai sedini mungkin yaitu sejak dini yakni sejak masih bayi, salah satu faktor yang memegang peranan penting dalam peningkatan kualitas manusia adalah pemberian Air Susu Ibu (ASI). Pemberian ASI merupakan kegiatan penting dalam pemeliharaan anak dan persiapan generasi penerus di masa depan.

Pembahasan

1. Pengertian Air Susu Ibu (ASI)

Air Susu Ibu (ASI) adalah suatu emulsi lemak dalam larutan protein, laktosa dan garam-garam anorganik yang sekresi oleh kelenjar mammae ibu, yang berguna sebagai makanan bagi bayinya. ASI eksklusif adalah pemberian ASI tanpa makanan dan minuman tambahan lain pada bayi berumur nol sampai enam bulan. Bahkan air putih tidak diberikan dalam tahap ASI eksklusif ini.

Menurut Surya Atmaja menyusui adalah Realisasi dari tugas yang wajar dan mulia. Menyusui adalah proses memberikan makanan pada bayi dengan menggunakan air susu ibu langsung dari payudara ibu.¹

Setelah dilahirkan, seorang bayi dikaruniai refleksi menghisap. Refleksi ini membuat seorang bayi tanpa sadar akan selalu menghisap benda yang di

masuk ke dalam mulutnya. Begitu pula yang di masukan adalah puting payudara maka ia akan otomatis menghisapnya. Fenomena ini sangat menguntungkan bagi ibu yang akan menyusui bayinya selama rentang waktu enam bulan sebelum diberikan makanan tambahan pendamping ASI. WHO sebagai induk organisasi kesehatan sedunia menyarankan pemberian ASI minimal sampai dengan bayi berusia 2 tahun dengan pemberian secara eksklusif selama 6 bulan pertama. Pada tahun 2001 World Health Organization/organisasi kesehatan dunia menyatakan bahwa ASI eksklusif selama 6 bulan pertama hidup bayi adalah yang terbaik, juga sangat penting dalam mencegah diare dan penyakit saluran nafas yang tidak didapatkan pada pemberian susu formula.

Air susu ibu (ASI) dalam tumbuh kembang anak memiliki beberapa aspek-aspek sebagai berikut:

a. Aspek Gizi

• Manfaat Kolostrum

Kolostrum mengandung zat kekebalan tubuh untuk bayi dari berbagai penyakit infeksi terutama diare. Jumlah kolostrum yang di produksi bervariasi tergantung dari hisapan bayi pada hari-hari pertama kelahiran. Walaupun sedikit namun cukup untuk memenuhi kebutuhan gizi bayi.

Oleh karena itu kolostrum harus diberikan pada bayi. Kolostrum mengandung

¹ <https://creasoft.files.wordpress.com/2008/04/2tsusu.pdf>
di akses pada tanggal 09 september 2018 pukul 15.34

protein, vitamin A yang tinggi dan mengandung karbohidrat dan lemak rendah, sehingga sesuai dengan kebutuhan gizi bayi pada hari-hari pertama kelahiran. Dan kolostrum juga dapat membantu mengeluarkan mekonium yaitu kotoran bayi pertama berwarna hitam kehijauan.

• Komposisi Asi

ASI mudah dicerna, karena selain mengandung zat gizi yang sesuai, juga mengandung enzim-enzim untuk mencernakan zat-zat gizi yang terdapat dalam ASI tersebut. ASI mengandung zat-zat gizi berkualitas tinggi yang berguna untuk pertumbuhan dan perkembangan kecerdasan bayi/anak.

Selain mengandung protein yang tinggi, ASI juga memiliki perbandingan antara Rasio Whei dan Chasein yang sesuai untuk bayi. Rasio Whei dengan Chasein merupakan salah satu keunggulan ASI di bandingkan dengan susu sapi. ASI mengandung Whei lebih banyak yaitu 65:35. Komposisi ini menyebabkan protein ASI lebih mudah di serap. Dokter sepakat bahwa ASI mengurangi resiko infeksi lambung-usus, sembelit, dan alergi.

b. Aspek psikologi

alah rasa percaya diri ibu untuk menyusui: bahwa ibu mampu menyusui

dengan produksi ASI yang mencukupi untuk bayi. Menyusui dipengaruhi oleh emosi ibu dan kasih sayang terhadap bayi akan meningkatkan produksi hormon terutama oksitosin yang pada akhirnya akan meningkatkan produksi ASI.

Interaksi Ibu dan Bayi: pertumbuhan dan perkembangan psikologi bayi tergantung pada kesatuan ibu-bayi tersebut.

Pengaruh kontak langsung ibu-bayi: ikatan kasih sayang ibu-bayi terjadi karena berbagai rangsangan sentuhan kulit (skin to skin contact). Bayi akan merasa aman dan puas karena bayi merasakan kehangatan tubuh ibu dan mendengar denyut jantung ibu yang sudah di kenal sejak bayi masih dalam rahim.

c. Aspek Kecerdasan

Interaksi Ibu-bayi dan kandungan nilai gizi ASI sangat dibutuhkan untuk perkembangan syistem syaraf otak yang dapat meningkatkan kecerdasan bayi. Penelitian menunjukkan bahwa IQ pada bayi yang diberi ASI memiliki IQ poin 4,3 poin lebih tinggi pada usia 18 bulan, 4-6 poin lebih tinggi pada usia tiga tahun, di bandingkan dengan bayi yang tidak diberi ASI.

d. Aspek Ekonomis

Dengan menyusui secara eksklusif, ibu tidak perlu mengeluarkan biaya untuk

makanan bayi sampai bayi berumur 4 bulan. Dengan demikian akan menghemat pengeluaran rumah tangga untuk membeli susu formula dan peralatanya.

e. Aspek Penundaan Kehamilan

Dengan menyusui secara eksklusif dapat menunda haid dan kehamilan, sehingga dapat digunakan sebagai alat kontrasepsi alami (KB) yang secara umum dikenal sebagai Metode Amenorea Laktasi (MAL).²

2. Fase Pembentukan ASI

Air Susu Ibu (ASI)) pada dasarnya merupakan emulsi lemak dalam fase cairan yang isotonik dengan plasma. Dalam cairan ASI mengandung beberapa zat diantaranya:

- a. 3-5% Lemak
- b. 1% Protein
- c. 7% Laktosa
- d. 0,2% Mineral
- e. 60-75 Kkl

Air Susu Ibu (ASI) terdiri dari tiga fase pembentukan dan pengeluaran yaitu:

a. Kolostrum

Kolostrum merupakan cairan kuning alkalis dengan BJ 1,030-1,035 yang merupakan cairan yang pertama kali keluar, sebelum ASI.

Kolostrum tidak ada artinya sebagai makanan, namun memiliki sifat laksania. Berdasarkan penelitian kolostrum mengandung globulin yang berperan sebagai antibodi sehingga di asumsikan dapat meningkatkan imunitas anak terhadap penyakit.

b. ASI Transisi

Fase kedua pengeluaran ASI disebut Transisi ialah:

- ASI ini sebenarnya merupakan perpindahan dari kolostrum menjadi ASI mature.
- Disekresi dari hari ke 4- hari ke 10 dari masa laktasi, tapi ada pula yang berpendapat bahwa ASI mature baru akan terjadi pada minggu ke 3- minggu ke 5.
- Kadar protein semangkin rendah sedangkan kadar lemak dan karbohidrat semangkin tinggi.

c. ASI Mature

ASI mature ini mempunyai warna yang kekuning-kuningan, komposisi ASI ini kurang lebih 1-2% Protein, 3-5% lemak, 6,5-8% laktosa (gula), dan 0,1-0,2% garam mineral. Volume atau banyaknya ASI sangat tergantung pada banyaknya cairan yang diminum ibu.

Ada beberapa keadaan dimana ibu tidak boleh menyusui bayinya, seperti saat dalam kondisi terjadinya peradangan payudara, si ibu menderita penyakit menular, keadaan ibu yang kurang baik.

² KEMENAG RI, *Kesehatan dalam persepektif AL-Qur'an*, (Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, 2012), Hal. 89-91.

ASI merupakan makanan yang mudah didapat, selalu tersedia, siap diberikan pada bayi tanpa persiapan yang khusus dan dianggap aman bagi bayi. Bahkan ada yang mengatakan pada ibu yang sehat ASI merupakan makanan satu-satunya yang diberikan pada 6 bulan pertama bagi bayi. Produksi ASI pada bulan pertama adalah sekitar 600 ml per hari yang meningkat sampai sekitar 800 ml per hari pada bulan keenam. Kadar kolesterol ASI lebih tinggi daripada air susu sapi. Kekebalan bayi yang mengonsumsi ASI lebih bagus dari pada bayi yang mengonsumsi susu formula, karena ASI mengandung banyak zat protektif yang melindungi bayi dari infeksi.³

3. Hukum Bagi Seorang Untuk Menyusui Anaknya

Di dalam Hadits-Nya, Rasulullah SAW. Bersabda:

عَنْ عَائِشَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا قَالَتْ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ

صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ (لَا تُحْرَمُ الْمِصَّةُ وَالْمَصَّتَانِ)

اخرجه مسلم

“Dari ‘Aisyah ra. Ia berkata: dasar haram satu sampai dua hisapan susuan”. (Hadits di Riwayatkan Oleh Imam Muslim).⁴

³ Asep Sufyan Ramadhy, *Reproduksi Biologi*, (Bandung: PT. Refika Aditama, 2011), Hal. 277-281.

⁴ Moh. Machfuddin Aladip, *Terjemh Bulughul Maram*. (semarang: PT. Karya Toha Putra,), Hal 577.

Dalam Hadits Nabi ini telah dikatakan tidaklah haram satu sampai dua hisapan susuan/anak yang meminum Air Susu Ibu (ASI). Karena ASI adalah susu yang diproduksi oleh manusia untuk konsumsi bayi, dan merupakan salah satu sumber gizi utama bayi yang belum dapat mencerna makanan padat. ASI juga merupakan makanan alamiah yang pertama dan utama bagi bayi baru lahir. ASI dapat memenuhi kebutuhan bayi akan energi dan zat gizi selama 4-6 bulan pertama kehidupannya, sehingga dapat mencapai tumbuh kembang yang optimal.

Dan ditinjau dari aspek hukum islam, perempuan tempat anak menyusui sebenarnya ada dua macam, yaitu ibu kandung dan perempuan lain. Ulama Fiqih sepakat bahwa seorang ibu dilihat dari hukum ukhrawi (*diyanatan*), wajib menyusui atau memberi ASI pada anaknya, karena menyusui anak merupakan upaya pemeliharaan kelangsungan hidup anak.

Jika yang dimaksud memberi ASI eksklusif selama dua tahun penuh tanpa asupan makanan lainnya. pendapat ini jelas kurang tepat. Sebab perintah menyusui selama waktu tersebut dalam al-Qur’an tidak bersifat memaksa, hanyalah anjuran. Intinya, ini perkara dunia yang mubah. Tidak ada keharusan, pun tidak dilarang memberi makanan selain ASI selama tiga puluh bulan itu.

Allah SWT. Berfirman dalam al-Qur’an:

وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ
لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُنِيبَ الرِّضَاعَةَ وَعَلَى الْمَوْلُودِ لَهُ
رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ لَا تُكَلَّفُ نَفْسٌ
إِلَّا وُسْعَهَا لَأْتِضَا رِوَالِدَهُ بِوَالِدِهَا وَلَا مَوْلُودٌ لَهُ
بِوَالِدِهِ وَعَلَى الْوَارِثِ مِثْلُ ذَلِكَ فَإِنْ أَرَادَا فِصَالًا عَنِ
مَنْهُمَا وَتَشَاوُرًا فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا.... تَرَاضٍ (233)

"Dan ibu-ibu hendaklah menyusui anak-anaknya selama dua tahun penuh, bagi yang ingin menyusui secara sempurna. Dan kewajiban ayah menanggung nafkah dan pakaian mereka dengan cara yang patut. Seseorang tidak di bebani lebih dari kesanggupannya. Janganlah seorang ibu menderita karena anaknya dan jangan pula seorang ayah (menderita) karena anaknya. Ahli waris pun (berkewajiban) seperti itu pula. Apabila keduanya ingin menyapih dengan persetujuan dan permusyawaratan antara keduanya, maka tidak ada dosa atas keduanya. (QS. al-Baqarah{2}:233).

Lafazh: "bagi yang ingin menyusui secara sempurna" jelas menunjukkan lapangnya masalah ini. Sifatnya fleksibel, tak ada paksaan dalam pemberian ASI eksklusif.

Syaikh Abdul Aziz bin Baz Rahima Humullah menjelaskan tafsirnya: "hal tersebut menunjukkan bahwa masa menyusui adalah dua tahun, baik bagi wanita yang diceraikan suaminya

ataupun tidak diceraikan. Jika orang tua menyukainya (memilih memberikan ASI selama dua tahun), dipersilakan. Adapun jika keduanya ridha untuk menyapih bayi sebelum dua tahun, maka tidak mengapa juga, yaitu mengganti dengan susu sapi. Hal ini berdasarkan Firman-Nya:

...فَإِنْ أَرَادَا فِصَالًا عَنِ تَرَاضٍ مِنْهُمَا وَتَشَاوُرٍ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا... (233)

"...Apabila keduanya ingin menyapih dengan persetujuan permusyawaratan antara keduanya, maka tidak ada dosa di antara keduanya..(QS. al-Baqarah {2}:233).

Lafazh *fishal* itu berarti menyapih, yaitu menghentikan pemberian ASI. Kalau kedua orang tuanya ingin menyapih si bayi dengan kerelaan, setelah bermusyawarah, maka tidak ada dosa bagi mereka. Kalau keduanya telah sepakat untuk menyapihnya ketika si bayi berumur satu tahun atau satu tahun sekian bulan, atau kurang dari satu tahun karena suatu alasan (seperti ibu sakit dan air susunya tidak keluar) maka ini pun boleh dilakukan.⁵

Dari pendapat di atas mengenai surah al-Baqarah {2}:233, masih banyak perbedaan pendapat dalam menafsirkan *al-waliadat* (para ibu) yang diperintahkan menyusukan anaknya dalam

⁵ *Fatawa Syaikh bin Baz; dikutip dari situs web: <http://www.binbaz.org.sa/mat/9074>.*

surah al-Baqarah[2]:233 ini. Diantara para ulama yang berbeda pendapat yaitu:

- a. Al-Qurtabi membatasi kata *al-walidat* bagi ibu yang masih berstatus sebagai istri dari ayah sang anak (*hal baqa' an-nikah*).
- b. Ad-Dahhak dan as-Suddi membatasinya untuk para ibu yang telah bercerai (*al-mutallaqat*).
- c. Al-Alusi berpendapat bahwa karena tidak ada pembatasan (*Takhsis*), Maka kata tersebut berlaku untuk umum, baik ibu yang masih bersetatuts istri maupun dalam masa *'iddah* (*talaq raj'i*) atau habis masa *iddah*-Nya (*Mutallaqoh*).

Meskipun ada perbedaan pendapat dalam menentukan makna perintah menyusui ini dari yang mewajibkan sampai yang hanya sekedar bermakna dianjurkan, mayoritas ulama Islam sepakat bahwa para ibu ber kewajiban dan karenanya boleh dipaksa oleh hakim dari pengadilan yang berwenang untuk menyusui anaknya dalam tiga kondisi:

- a. Anak itu menolak menerima Air Susu selain dari ASI ibunya.
- b. Tidak ada wanita lain yang bisa menyusui anak tersebut.
- c. Ayah anak tersebut tidak memiliki harta untuk membayar upah wanita lain (*az-zi'r*) yang menyusui anaknya.

Khusus untuk mazhab Syafi'i, selain dalam tiga hal diatas, ada hal lain yang membenarkan seorang hakim memaksa seorang ibu menyusui anaknya, yaitu pada tetesan pertama ASI (kolostrum/al-lab) yang keluar beberapa hari pasca persalina.⁶

Dan ada beberapa sebagian kecil wanita yang tidak mau menyusui anaknya yang disibukkan dengan pekerjaan di luar rumah, sehingga mereka mengabaikan penyusuan anaknya dengan berbagai alasan duniawi yang sama sekali tidak syar'i. Umumnya ini menimpa wanita karir.

Dari Abu Ummah ra. Bahwasanya Rasulullah SAW. Pernah bersabda:

((بَيْنَا أَنَا نَائِمٌ إِذْ أَتَانِي رَجُلَانِ، فَأَحَدًا بِضَبْعِي،
فَأَتَانِي بِي جَبَلٍ وَعَمْرًا... ثُمَّ انْطَلَقَ بِي، فَاذًا أَنَا بِنِسَاءٍ
تَنْهَشُ نُدْيَهُنَّ الْحَيَاتُ: مَا بَأَلْ هُوَ لَاءِ؟ قَالَ: هُوَ لَاءِ
يَمْنَعُنْ أَوْلَادَهُنَّ أَلْبَانَهُنَّ))

"ketika aku sedang tidur, kedua orang laki-laki datang mendatangkiku lalu memegang kedua lenganku. Keduanya membawaku kesebuah gunung yang terjal...kemudian mereka membawaku, hingga tiba-tiba aku berada dihadapan wamita-wanita yang payudaranya

⁶ KEMENAG RI, Kesehatan dalam Persepektif AL-Qur'an, (Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf al-Qur'an, 2012), Hal. 82-85

sedang dipatuk ular-ula. Lantas aku bertanya: “Ada apa dengan mereka?” Dia (orang yang membawaku) menjawab: “mereka adalah wanita-wanita yang tidak mau menyusui anak-anak mereka⁷.”

Sebagaimana kita ketahui, ASI adalah makanan terbaik bagi bayi, sedangkan susu buatan manusia yang dikemas rapi seakan menjadi pengganti ASI tidak terlepas dari berbagai efek samping, selain harganya yang selangit. Karena itulah, Islam sebagai agama yang sempurna menganjurkan supaya seorang ibu mau menyusui.

4. Manfaat Kebaikan ASI

Adapun manfaat kebaikan ASI adalah sebagai pencegah datangnya penyakit. Karena ASI sangat penting dalam ‘membentengi’ bayi dari berbagai penyakit. Bayi yang baru lahir, tentu sangat rentan terhadap berbagai hal ‘asing’ yang selama kurang lebih 9 bulan tidak diterimanya sewaktu dalam kandungan. Dan ASI telah terbukti sangat bermanfaat dalam mencegah berbagai penyakit.

Ini karena ASI dirancang sempurna untuk memenuhi untuk kebutuhan bayi. ASI mengandung prebiotik oligosakarida, zat yang memberi makanan bakteri baik yang ada di perut.

Bakteri ini bekerja melawan virus, sehingga melindungi bayi dari kemungkinan infeksi yang masuk lewat saluran pencernaan. ASI juga mengandung asam lemak yang penting dalam membantu perkembangan kecerdasan bayi ibu.⁸

Diantara keistimewaan ASI, yang oleh Harun Yahya disebut sebagai “cairan ajaib”, dapat disebut secara singkat antara lain:

- a. ASI memperkuat sistem kekebalan tubuh. Komponen utama pembangun sistem kekebalan tubuh pada ASI adalah prebiotik.
- b. ASI menurunkan resiko terjadinya alergi.
- c. ASI menurunkan resiko terjadinya penyakit pada saluran pencernaan, seperti diare dan meningkatkan kekebalan pada sistem pencernaan.
- d. ASI menurunkan resiko gangguan pernafasan.
- e. ASI kaya akan AA | DHA yang mendukung pertumbuhan kecerdasan anak.
- f. ASI memiliki komposisi nutrisi yang tepat dan seimbang.
- g. Bayi-bayi yang diberi ASI memiliki resiko lebih rendah dari penyakit jantung dan darah tinggi dikemudian har.
- h. Menurut hasil penelitian, menyusui telah terbukti dapat menurunkan resiko kanker payudara, kanker ovarium, dan osteoporosis.

⁷ Raehanul Bahraen, *Fiqih Kontemporer Kesehatan Wanita*, (Jakarta: PT. Pustaka Imam Asy-Syafi'i, 2017), Hal. 166-167.

⁸ Hartuti T, *Panduan ibu melahirkan & Merawat bayi*, (Uba press, 2010), Hal.169.

Dalm proses pemberian ASI ini memiliki rentan waktu, yang semakin lama bayi diberi ASI maka semakin banyak pula asupan protein dan gizi yang didapatkan oleh bayi.

Beberapa ahli kedokteran berselisih pendapat mengenai menyusui lebih dari dua tahun. Menurut pihak yang kontra, anak dapat menjadi manja dan tidak bisa lepas dari ibunya. Sedangkan menurut pihak yang pro, justru ia akan memberi manfaat lebih anak dan ibunya. Diantara manfaatnya bagi si anak adalah menjadi lebih jarang sakit atau menguatkan imunitas tubuh, mengurangi resiko alergi yang beragam bentuk, dan menjadi lebih pintar.⁹

Organisasi kesehatan dunia atau WHO sendiri sepakat dalam hal ini. Menurut WHO, setiap ibu dianjurkan untuk menyusui anaknya secara eksklusif selama 6 bulan, lalu boleh dilanjutkan hingga satu tahun, dua tahun, atau kapanpun si ibu dan anak menginginkannya.¹⁰

A. Simpulan

Setelah uraian pada bab-bab yang mencakup pada penjelasan di atas. Maka penulis dapat merumuskan kesimpulan dari berbagai pendapat baik itu dari Al-Qur'an, hadits dan para ulama', dan juga para ahli kedokteran. Sebagai berikut:

⁹ *Opcit, Hal.153.*

¹⁰ *Global Strategi for Infant and Young Child Feeing* karya WHO-UNICEF.

1. Air susu ibu (ASI) merupakan makanan alamiah yang terbaik bagi bayi yang harus diberikan ibu kepada anak yang dilahirkannya
2. Menurut hasil penelitian, menyusui telah terbukti dapat menurunkan resiko kanker payudara, kanker ovarium, dan osteoporosis.
3. Penelitian juga menunjukkan bahwa IQ pada bayi yang diberi ASI memiliki IQ poin 4,3 poin lebih tinggi pada usia 18 bulan, 4,6 poin lebih tinggi pada usia 3 tahun, dan 8,3 poin lebih tinggi pada usia 8,3 tahun, di bandingkan dengan bayi yang tidak diberi ASI.
4. Lamanya pemberian ASI ialah perkara yang relatif, akan tetapi masa menyusui yang sempurna adalah dua tahun, dan tidak mesti juga dua tahun asalkan berdasarkan musyawarah dan kerelaan kedua orang tuanya, karena hukum asalnya adalah mubah.
5. Yang terpenting dalam hal ini adalah tidak ada paksaan baik dari si anak maupun si ibu, harus sama-sama ridha.

Ditinjau berdasarkan dari Tiga landasan kesimpulannya antara lain:

1. Landasan Azazi

Ditinjau dari segi tauhidnya, ialah suatu hubungan antara manusia dengan Allah SWT. Dan juga hubungan antara manusia dengan sesama manusia itu sendiri. Yang mana, kita sebagai hambanya harus menjalankan perintah-Nya dan menjauhi larangan-Nya,

yakni saling mengingat kan kepada umat muslim lainnya agar tidak membuat kita lupa terhadap sang pencipta.

2. Landasan Normatif

Ditinjau dari segi hukumnya dapat di simpulkan bahwa menyusui anak adalah hal keharusan bagi para ibu, karena ASI merupakan emulsi / makanan alamiah yang baik untuk bayi, juga memiliki zat gizi yang ideal sesuai dengan kebutuhan dan kemampuan pencernaan bayi.

Dan jika ingin memberikan ASI pada bayi lebih dari dua tahun hukumnya mubah, karena hanya bersifat anjuran dan tidak bersifat memaksa bagi para ibu yang hendak menyusui anak-anaknya.

3. Landasan Moralitas

Ditinjau dari segi Akhlak menyusui merupakan salah satu realisasi dari tugas yang wajar dan mulia, dan memiliki kebaikan untuk bayi. Karena ASI begitu banyak memiliki asupan gizi yang dapat meningkatkan kecerdasan bayi.

Dan dengan menyusui ibu tidak perlu mengeluarkan biaya untuk makanan bayi. Dengan demikian akan menghemat pengeluaran rumah tangga untuk membeli susu formula dan peralatan lainnya.

<https://creasoft.files.wordpress.com/2008/04/2tsusu.pdf>

RI, KEMENAG. 2012. *Kesehatan dalam persepektif AL-Qur'an*. Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf AL-Qur'an.

Sufyan Ramadhy, Asep. 2011. *Reproduksi Biologi*. Bandung: PT. Refika Aditama.

Machfuddin Aladip, Moh. *Terjemah Bulughul maram*. Semarang: PT Karya Toha Putra. www.binbaz.org.

Bahraen, Raehanul. 2017. *Fiqih Kontemporer Kesehatan Wanita*. Jakarta: PT. Pustaka Imam Asy-syafi'i.

T, Hartuti. 2010. *Panduan Ibu Hamil Melahirkan & Merawat Bayi*. Uba Press.

DAFTAR PUSTAKA