

Laktasi Perspektif Al-Qur'an

Lailatul Istiqomah

Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Ponorogo

Email: lailatulistiqomah720@gmail.com

ARTICLE INFO

ABSTRACT

Keywords:

Lactation, Qur'an, Breast Milk

One of the provisions of the Shari'a described in the Qur'an is regarding lactation or radha'ab (breastfeeding a baby). The word radha'ab in the Qur'an is used for two senses, namely first as one of the reasons for the prohibition of marriage due to siblings (QS. an-Nisa' [4]: 23), and second as a breastfeeding activity for mothers to their babies, where breast milk becomes the main food for babies, especially the first six months of birth, and is highly recommended to be given until the baby is two years old (QS. al-Baqarah [2]: 233). Lactation is the entire process of breastfeeding from the time the milk is produced until the baby sucks and swallows it. Islam has taught every mother to meet the nutritional needs of her baby by breastfeeding for two full years. Breastfeeding the baby will provide many benefits to the baby and mother from various aspects. Among them can protect the baby from various diseases and can speed up the recovery process of the uterus for the mother. However, along with the development of the times that provide everything instantly, many choose to provide formula milk as a substitute for breast milk due to various factors. It can be concluded that mothers have been carried away by the influence of the times and do not pay much attention to the provisions of Islam that breastfeeding is the responsibility of mothers to their children after giving birth.

How to Cite:

Lailatul Istiqomah. "Laktasi Perspektif al-Qur'an." *At-Tafasir: Journal of Qur'anic Studies and Contextual Interpretations*, Vol. 01, No. 1 (2024): 23-38.

PENDAHULUAN

Keturunan adalah anugerah dari Allah bagi pasangan suami istri yang telah ditentukan. Memiliki anak sebagai generasi penerus merupakan suatu anugerah yang sangat dinantikan oleh para pasangan. Allah menjelaskan dalam firman-Nya mengenai informasi penciptaan anak yang secara umum diawali oleh hubungan anantara kedua orang tua kemudian menyebabkan istri hamil. Hal ini sesuai dengan firman Allah QS. Al- A'raf: 189

هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَجَعَلَ مِنْهَا زَوْجَهَا لِيَسْكُنَ إِلَيْهَا فَلَمَّا تَغَشَّاهَا حَمَلَتْ حَمْلًا خَفِيًّا فَمَرَّتْ بِهِ فَلَمَّا أَتَتْ دَعَا اللَّهَ رَبَّهُمَا لَئِنْ آتَيْتَنَا صَالِحًا لَنُكُونَنَّ مِنَ الشَّاكِرِينَ

Artinya: Dialah Yang menciptakan kamu dari diri yang satu dan dari padanya Dia menciptakan isterinya, agar dia merasa senang kepadanya. Maka setelah dicampurnya, isterinya itu mengandung kandungan yang ringan, dan teruslah dia merasa ringan (beberapa waktu). Kemudian tatkala dia merasa berat, keduanya (suami-isteri) bermohon kepada Allah, Tuhannya seraya berkata: "Sesungguhnya jika Engkau memberi kami anak yang saleh, tentulah kami termasuk orang-orang yang bersyukur"

Lahirnya seorang anak menjadikannya berhak untuk mendapatkan penyusuan dari ibunya dimana ASI sangat bermanfaat untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Nutrisi sesuai yang dibutuhkan bayi berasal dari ASI (Air Susu Ibu). Adapun istilah yang biasa digunakan dalam bidang kesehatan ialah laktasi. Laktasi merupakan rangkaian proses menyusui dimulai dari ASI tersebut diproduksi oleh ibu hingga bayi menghisap dan menelan ASI. Menyusui dianggap paling baik bagi bayi karena ASI mudah dicerna dan bisa memberikan nutrisi yang cukup untuk kebutuhan bayi. Zat-zat yang terkandung di dalam ASI berfungsi sebagai sumber gizi dan nutrisi untuk pertumbuhan dan garis pertahanan awal melawan bakteri.¹ Menurut data WHO (*World Health Organization*) kisaran angka ASI eksklusif di Indonesia pada tahun 2022 tercatat hanya 67,96%, turun dari 69,7% dari 2021. Hal ini menunjukkan bahwa diperlukan dukungan yang lebih intensif agar cakupan ini bisa meningkat.

Al-Qur'an sebagai pedoman hidup bagi seluruh umat dengan berbagai permasalahannya juga menyebutkan bagaimana al-Qur'an memaparkan tentang ASI. Dengan keterbatasan keilmuan yang dimiliki oleh manusia, maka diperlukan ilmu bantu untuk mengungkap makna kandungan dari ayat al-Qur'an tersebut. Diantara ilmu bantu tersebut adalah ilmu tafsir. Ilmu tafsir secara singkat memiliki arti, yaitu ilmu yang

¹ Alfiyatur Rohmah, "Konsep Laktasi Dalam Al-Qur'an," (Skripsi, UIN, Semarang, 2017).

digunakan untuk menjelaskan makna yang terkandung dalam al-Qur'an supaya bisa dengan mudah dipahami oleh manusia, yang mana hasil dari pemahaman tersebut akan menjadi sebuah pedoman ketentuan hukum syariat.

Islam telah memerintahkan kepada seluruh ibu untuk memenuhi kebutuhan nutrisi dan gizi bayinya melalui ASI yang diberikan kepada anak-anaknya dalam kurun waktu selama dua tahun penuh. Sebagaimana telah disebutkan dalam firman Allah QS. Al-Baqarah: 233)

وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُنَمِّمَ الرِّضَاعَةَ وَعَلَى الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ لَا تُكَلِّفُ نَفْسٌ إِلَّا وُسْعَهَا لَا تُضَارَّ وِلْدَةٌ بِوَالِدِيهَا وَلَا مَوْلُودٌ لَهُ بِوَالِدَيْهِ وَعَلَى الْوَارِثِ مِثْلُ ذَلِكَ فَإِنْ أَرَادَا فِصَالًا عَنْ تَرَاضٍ مِنْهُمَا وَتَشَاوُرٍ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا وَإِنْ أَرَدْتُمْ أَنْ تَسْرِضِعُوا أَوْلَادَكُمْ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ إِذَا سَلَّمْتُمْ مَاءً آتَيْتُمْ بِالْمَعْرُوفِ وَأَتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ

Artinya: Para ibu hendaklah menyusukan anak-anaknya selama dua tahun penuh, yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusukan. Dan kewajiban ayah memberi makan dan pakaian kepada para ibu dengan cara ma'ruf. Seseorang tidak dibebani melainkan menurut kadar kesanggupannya. Janganlah seorang ibu menderita kesengsaraan karena anaknya dan seorang ayah karena anaknya, dan warispun berkewajiban demikian. Apabila keduanya ingin menyapih (sebelum dua tahun) dengan kerelaan keduanya dan permusyawaratan maka tidak ada dosa atas keduanya. Dan jika kamu ingin anakmu disusukan oleh orang lain, maka tidak ada dosa bagimu apabila kamu memberikan pembayaran menurut yang patut, bertakwalah kamu kepada Allah dan ketahuilah bahwa Allah Maha Melihat apa yang kamu kerjakan.

Seiring berkembangnya zaman banyak ibu yang tidak terlalu memperhatikan tentang menyusui ini. Ada macam-macam faktor yang menyebabkan para ibu tidak terlalu peduli dengan ASI yang seharusnya diberikan kepada anaknya. Alasan mereka antara lain adalah faktor kesibukan, gengsi, takut terjadi perubahan bentuk tubuh, dan kesehatan ibu sendiri. Beberapa ibu lebih memilih memberi susu formula kepada anaknya karena dianggap lebih praktis dan juga tidak berbahaya bagi tubuh. Adanya fenomena tersebut dapat disimpulkan bahwa para ibu sebenarnya tidak terlalu memperhatikan hukum syariat mengenai perintah menyusui yang terdapat dalam al-Qur'an.

Harus diakui bahwa petunjuk yang terkandung di dalam al-Qur'an telah menginspirasi para kalangan profesional kedokteran, tenaga medis, dan oraganisasi kesehatan seperti WHO (*World Health Organization*) yang menganjurkan pada para ibu untuk

memberikan ASI eksklusif pada bayinya hingga berusia enam bulan dan menganjurkan agar bayi tetap diberikan ASI eksklusif hingga anak berusia dua tahun. Selain itu, menyusui memberikan beragam manfaat bagi ibu dan bayi dalam berbagai aspek. Pada dasarnya pemberian ASI menciptakan lingkungan psikologis yang tenang dan penuh kasih sayang antara ibu dan anak hingga anak tumbuh dengan sehat, baik secara lahir maupun batinnya.

Secara tidak langsung salah satu ketentuan hukum syariat yang telah dijelaskan dalam al-Qur'an adalah tentang laktasi atau *radha'ab* (menyusui bayi). Kata *radha'ab* digunakan dalam al-Qur'an untuk dua pengertian, yaitu pertama sebagai alasan diharamkannya pernikahan karena saudara sepersusuan (QS. An-Nisa': 23), dan kedua sebagai kegiatan ibu menyusui terhadap bayinya, dimana ASI menjadi asupan makanan utama untuk bayi terkhusus enam bulan pertama dari kelahirannya, dan sangat dianjurkan untuk lanjut diberikan ASI hingga bayi berusia dua tahun (QS, Al-Baqarah: 233).²

Berangkat dari adanya perhatian khusus dari al-Qur'an tentang persoalan laktasi atau *radha'ab* dan juga perkembangan zaman yang menyajikan segala sesuatu dengan instan maka penulis tertarik untuk mengungkapkan tentang laktasi atau *radha'ab* dalam pandangan al-Qur'an dengan menggunakan metode tafsir tematik atau *maudhu'i* dengan tujuan supaya mendapatkan pemahaman yang komprehensif mengenai laktasi (menyusui) dalam pandangan al-Qur'an dan manfaatnya bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi menurut kesehatan.

Metode penelitian dalam pembahasan artikel ini menggunakan pendekatan kualitatif melalui studi pustaka dengan analisis isi. Adapun metode untuk menjelaskan ayat menggunakan tafsir *maudhu'i* (tematik). Tafsir *maudhu'i* (tematik) adalah upaya menjelaskan beberapa ayat al-Qur'an mengenai tema tertentu dengan memperhatikan urutan tertib turunnya masing-masing ayat, sesuai dengan sebab turunnya, dan diperbandingkan dengan tafsir dari berbagai ilmu pengetahuan yang membahas tema yang sama, sehingga lebih mudah menjelaskan tema yang dibahas.³ Dalam artikel ini akan dibahas hal hal terkait dengan tema laktasi dalam pandangan al-Qur'an.

HASIL DAN PEMBAHASAN

² Masrul Isoni Nurwahyudi, "Konsep Raḍā'ah Dalam Al-Quran (Kajian Tafsir Tematik Ayat-Ayat Tentang Menyusui Bayi Dalam Perspektif Mufassir Dan Sains)," *Qof* 1, no. 2 (2017): 103–16.

³ Moh. Tulus Yamani, "Memahami Al-Qur'an Dengan Metode Tafsir Maudhu'i," *J-Pai* 1, no. 2 (2015): 283.

1. Pengertian Laktasi

Laktasi merupakan teknik menyusui dimulai dari produksi ASI sampai pada keadaan bayi menghisap dan menelan ASI. Laktasi merupakan bagian kelengkapan dari siklus reproduksi mamalia termasuk manusia. Masa laktasi akan membantu untuk menambah pemberian ASI dan meneruskannya hingga anak mencapai usia dua tahun dengan baik dan benar sehingga anak mendapatkan sistem kekebalan tubuh secara alami. Menyusui adalah suatu proses alamiah, walaupun demikian dalam lingkungan sekarang ini melakukan hal yang alamiah tidak selalu mudah sehingga diperlukan adanya pengetahuan. Fakta menunjukkan bahwa terdapat 40% wanita yang tidak menyusui bayinya karena banyak yang mengalami nyeri payudara dan pembengkakan.⁴

Bonny Danuatmaja dan Mila Meiliasari menyatakan bahwa pemberian ASI eksklusif adalah ketika bayi hanya diberi ASI secara murni. Ini berarti bayi hanya diberi ASI tanpa makanan tambahan seperti pisang, bubur susu, biskuit, bubur, nasi tim, atau susu formula, jeruk, madu, atau air putih. Bayi harus hanya diberi ASI hingga mereka berumur empat bulan atau bahkan enam bulan. Bayi pertama kali makan susu melalui ASI. Hak asasi bagi ibu untuk menyusui dan hak asasi bagi bayi untuk mendapatkan nutrisi terbaik adalah hak asasi untuk praktek pemberian ASI.

Dalam bukunya *Menjadi Ibu Bagi Muslimah*, Mohammad Faudzil Adhim menjelaskan bahwa menyusui sendiri membantu pemulihan kesehatan tubuh ibu setelah melahirkan dengan cepat. Jika Anda menyusui bayi Anda secara intensif dan penuh kesungguhan selama empat puluh hari, secara alami tubuh Anda akan kembali sehat, rahim akan kembali ke ukuran semula, dan Anda akan menjadi langsing. Tubuh dapat menghasilkan oksitosin dengan menghisap bayi saat menyusui. Seseorang dapat mengurangi kemungkinan pendarahan yang berkepanjangan dengan melakukan kontrasepsi rahim. Wanita yang menyusui bayinya juga lebih kecil kemungkinannya terkena kanker payudara. Wanita yang sering menyusui dengan satu payudara juga lebih mungkin terkena kanker payudara yang jarang digunakan untuk menyusui.⁵

Proses laktasi dipengaruhi oleh banyak variabel, termasuk metode menyusui, frekuensi, durasi, dan gizi serta nutrisi yang diberikan kepada ibu menyusui. Proses laktasi

⁴ Evi Rinata, Tutik Rusdyati, and Putri Anjar Sari, "Teknik Menyusui Posisi, Perlekatan Dan Keefektifan Menghisap - Studi Pada Ibu Menyusui Di Rsd Sidoarjo," *Temu Ilmiah Hasil Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 2016, 128–39.

⁵ Nurwahyudi, "Konsep Raḍā'ah Dalam Al-Quran (Kajian Tafsir Tematik Ayat-Ayat Tentang Menyusui Bayi Dalam Perspektif Mufassir Dan Sains)."

akan berjalan lancar jika prosedur menyusui sudah tepat dan benar. Namun, banyak ibu yang salah dalam mengelola laktasi, terutama dalam menyusui, sehingga mereka tidak memberikan ASI kepada bayinya. Jika ibu mengalami rasa sakit pada putingnya, proses laktasi akan dihentikan karena masalah kesehatan tatalaksana laktasi ini. Jumlah ASI yang dikonsumsi bayi dapat berkurang karena kesalahan tatalaksana juga. Berat badan bayi dipengaruhi oleh frekuensi menyusui. Bayi mendapatkan nutrisi yang lebih baik dan berat badan yang lebih besar dengan frekuensi yang lebih tinggi.⁶

Proses produksi dan sekresi ASI dikenal sebagai laktasi. Proses ini secara fisiologis bergantung pada empat proses: perkembangan jaringan penghasil ASI payudara, stimulasi produksi ASI setelah melahirkan, pengamanan produksi ASI, dan sekresi. Semua proses ini terjadi dari masa kehamilan hingga melahirkan dan akhirnya selama menyusui.⁷

2. Manfaat Air Susu Ibu Bagi Bayi

Air Susu Ibu (ASI) adalah makanan bayi yang disekresikan oleh kelenjar susu ibu dan terdiri dari emulsi lemak yang mengandung protein, laktosa, dan garam-garam anorganik. Bayi yang berusia kurang dari satu bulan hingga enam bulan hanya diberi ASI saja, tanpa makanan atau minuman tambahan. Bahkan air putih tidak diberikan pada tahap ASI eksklusif ini. WHO, organisasi induk kesehatan dunia, mengatakan bahwa bayi harus mendapatkan susu formula secara eksklusif selama enam bulan pertama kelahiran, bahkan sampai mereka berusia dua tahun. WHO juga menyatakan bahwa ASI adalah makanan terbaik selama enam bulan pertama kelahiran dan sangat penting untuk mencegah diare dan penyakit saluran pernafasan yang tidak dapat dilakukan oleh susu formula.

Air susu ibu (ASI) mempunyai beberapa aspek dalam proses pertumbuhan dan perkembangan anak, diantaranya adalah aspek gizi, yaitu kandungan kolostrum yang mana zat ini merupakan penangkal kekebalan tubuh bagi bayi dari macam-macam penyakit infeksi terutama diare. Kolostrum ini juga mengandung protein, vitamin A yang tinggi, karbohidrat, dan rendah lemak sehingga memenuhi kebutuhan gizi dan nutrisi harian bayi. Selain nutrisi yang sesuai, ASI juga mengandung beberapa enzim yang berfungsi mencerna nutrisi yang terkandung dalam ASI tersebut.

Aspek selain kandungan dari ASI itu sendiri adalah aspek psikologis. Menyusui dipengaruhi oleh emosi dan rasa kasih sayang seorang ibu terhadap bayinya sehingga akan

⁶ Elly Trisnawati and Otik Widyastutik, "Kegagalan Asi Eksklusif: Manajemen Laktasi Dan Dukungan Keluarga," *Jurnal Formil (Forum Ilmiah) Kesmas Respati* 3, no. 2 (2018): 89.

⁷ Sri Handini Pertiwi, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Proses Laktasi Ibu Dengan Bayi Usia 0-6 Bulan Di Desa Cibeusi Kecamatan Jatinangor," *Student Journal* 1, no. 1 (2019): 1-15.

meningkatkan produksi hormon terutama oksitosin yang pada akhirnya akan meningkatkan produksi ASI. Proses pertumbuhan dan perkembangan bayi ditentukan oleh ikatan antara ibu dan bayi tersebut. Bayi akan merasakan kehangatan tubuh ibunya dan mendengar detak jantungnya, yang sudah ia kenal sejak janin. Ini akan membuatnya merasa aman dan tenang. Kandungan gizi ASI dan interaksi ibu-bayi sangat penting untuk perkembangan sistem saraf otak, sehingga dapat meningkatkan kecerdasan bayi. Bagi para ibu salah satu manfaat kegiatan laktasi ini adalah dapat mempercepat proses pemulihan rahim dan dapat mengurangi berat badan.⁸

ASI juga membantu mencegah penyakit. karena ASI sangat penting untuk melindungi bayi dari penyakit umum. Bayi yang baru lahir sangat sensitif terhadap berbagai makanan asin dan harus dihindari selama sekitar sembilan bulan selama kehamilan. Prebiotik oligosakarida adalah zat yang memberi makan bakteri baik di perut. Bakteri ini melawan virus, melindungi bayi dari infeksi yang dapat datang melalui saluran pencernaan. ASI juga mengandung asam lemak yang membantu perkembangan kecerdasan bayi.

Mayoritas ahli hukum Islam berpendapat bahwa persoalan menyusui merupakan anjuran, namun dapat berubah menjadi wajib jika anak tidak bisa menerima susu selain dari ibu kandungnya. Selain itu, dalam QS. al-Baqarah [2]: 233, QS. Luqman [31]: 14 juga menyebutkan secara tersurat bahwa jangka waktu pemberian ASI sebaiknya dilakukan selama dua tahun. Ungkapan yang diulang-ulang dalam al-Qur'an menunjukkan bahwa Allah menegaskan atau menekankan bahwa kita harus melakukan anjuran yang disebutkan dalam firman-Nya, seperti memberikan ASI selama dua tahun. Selain itu tidak ada ayat dalam al-Qur'an yang menganjurkan mengganti penyusuan dengan susu dari makhluk lain atau susu formula, melainkan mengganti penyusuan dengan air susu dari perempuan lain dengan mengupahnya.

Pemberian ASI dianjurkan untuk tetap dilakukan dalam segala kondisi, meskipun ketika keadaan sangat mendesak. Suatu contoh kasus seperti yang dialami ibunda Nabi Musa yang sedang dikejar tentara Fir'aun yang akan membunuh semua bayi laki-laki, Allah menganjurkan untuk tetap memberikan ASI (QS. a-Qasas [28]: 7). Allah juga menjaga ikatan antara Nabi Musa dan ibunya dengan tidak memperbolehkan Nabi Musa menyusui kepada orang lain, sehingga Nabi Musa tetap disusui ibunya, walaupun dalam pengawasan Fir'aun (QS. al-Qasas [28]: 12). Seorang wanita mungkin tidak bisa menyusui anaknya

⁸ Diki Cahyo Ramadhan and Rina Dian Rahmawati, "Manfaat Air Susu Ibu (ASI) Pada Anak Dalam Perspektif Islam," *EDUSCOPE: Jurnal Pendidikan, Pembelajaran, Dan Teknologi* 5, no. 1 (2019): 24–34.

ketika kiamat. Sebuah gambaran tentang kuatnya ikatan menyusui seorang ibu kepada bayinya yang hanya dapat diputuskan oleh hantaman yang kuat dari Sang Maha Dahsyat di hari kiamat (QS. al-Hajj [22]: 1-2). Berkah menyusui, seorang ibu susuan “disetarakan” dengan ibu kandung. Ini menunjukkan pentingnya menyusui dan hukum-hukum yang kemudian berlaku seperti tentang hukum saudara sepersusuan yang menjadi *mabram* (QS. an-Nisa' [4]: 23).

Ada bukti bahwa makna tersirat dari ayat-ayat al-Qur'an tersebut terkait dengan kemajuan dalam bidang sains kontemporer. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu rumah tangga sekarang banyak menggunakan susu formula untuk menyusui anaknya karena mengandung banyak zat yang tidak dapat ditemukan pada susu formula secara alami. ASI mengandung taurin, DHA, dan AA, yang tidak ada secara alami dalam susu formula. Namun, strukturnya tidak seimbang ASI yang terbentuk secara alami, dan dosisnya bervariasi sesuai dengan kebutuhan bayi.

Faktor *bifidus*, zat lain yang ditemukan dalam ASI tetapi tidak ditemukan dalam susu formula, memiliki kemampuan untuk mendorong pertumbuhan *lactobacillus bifidus*, bakteri yang sangat penting untuk melindungi saluran pencernaan bayi. Beberapa bukti tambahan menunjukkan bahwa menyusui sangat penting bukan hanya karena kandungan ASI yang alami, tetapi juga disarankan untuk menyusui selama dua tahun pertama setelah kelahiran. Ada hubungan erat antara perkembangan otak anak yang optimal selama dua tahun pertama setelah kelahiran. Fakta ini dengan jelas menunjukkan bahwa penelitian ilmiah dapat membuktikan firman Allah dalam al-Qur'an.

Penelitian menunjukkan bahwa anak yang diberi ASI hanya dalam waktu 12 bulan mempunyai rata-rata IQ 5,9. Selain itu, penelitian terhadap 9000 anak berusia mulai 5 hingga 10 tahun yang dilakukan oleh peneliti asal Inggris menemukan bahwa anak-anak yang lahir dari orang tua yang bercerai atau berpisah dan tidak mendapatkan ASI, mempunyai dampak resiko mengalami kecemasan yang berlebihan 9,4 kali lebih banyak dibandingkan anak lainnya. Sementara itu, anak-anak dari orang tua yang bercerai namun dapat mengonsumsi ASI saat bayi hanya mempunyai resiko mengalami kecemasan yang berlebihan sebanyak 2,2 kali dibandingkan yang pertama.⁹

3. Laktasi Dalam Pandangan Al-Qur'an

a. Hakikat dan Masa Laktasi dalam Al-Qur'an

⁹ Yusuf Hanafi, “Peningkatan Kecerdasan Anak Melalui Pemberian ASI Dalam Al-Qur'an,” *Mutawatir* 2, no. 1, 2012.

Al-Qur'an berkaitan dengan laktasi biasa disebut dengan menggunakan redaksi kata *radha'ab*. Secara etimologis, kata *radha'ab* atau *ridha'ab* diartikan oleh Ahmad Isa Ashur sebagai suatu nama untuk menghisap puting dan meminum air susunya. Secara terminologi, *radha'ab* adalah usaha seorang bayi (usia 0 hingga 2 tahun) untuk memperoleh ASI dengan cara menghisap puting susu ibu atau melalui dot (botol susu) setelah ASI itu dipompa (perah). Berbeda dengan definisi tersebut, Ahmad Shantanawi mengartikan *radha'ab* sebagai penyusuan (seorang bayi) yang artinya ditetapkan adanya hubungan nasab (kekeluargaan) dan penghalang dari pernikahan (haramnya pernikahan) akibat dari penyusuan.¹⁰

Istilah yang digunakan al-Qur'an untuk menunjukkan kegiatan laktasi atau menyusui, yaitu: *Pertama*, digunakan kata kerja *radhi'a- yardha'u- radha'an- radhi'atan*, untuk menunjukkan arti kegiatan menyusui. Secara bahasa artinya menyusui, baik itu binatang maupun seorang perempuan. Sedangkan secara istilah berarti memasukkan air susu seorang perempuan ke dalam mulut bayi yang belum genap berusia dua tahun. Kata ini diulang sebanyak 10 kali dengan berbagai derivasinya dalam al-Qur'an tersebar dalam 5 surat, yaitu: QS. Al-Baqarah [2]: 233, QS. An-Nisa' [4]: 23, QS. Al-Hajj [22]: 2, QS. Al-Qashash [28]: 7 dan 12, QS. At-Thalaq [65]: 6.

Kedua, digunakan juga istilah *fishal*, yang digunakan pada makna penyapihan. Secara bahasa artinya menceraikan. Maksud menceraikan di sini berarti memisahkan anak dari susuan, atau pemisahan ASI dengan cara memisahkan anak dari ASI dan beralih ke asupan makanan lain. Menurut tata bahasanya, *fishal* mengandung makna saling memisahkan, sebab anak terpisah dari ibunya begitupula sebaliknya. Kata ini diulang sebanyak 3 kali dalam al-Qur'an, yaitu pada QS. Al-Baqarah [2]: 233, QS. Luqman [31]: 14, dan QS. Al-Ahqaf [46]: 15.¹¹

Pada al-Qur'an surat al-Baqarah [2]: 233 dan Luqman [31]: 14 jelas sekali menyatakan bahwa anjuran waktu yang disarankan kepada ibu untuk menyusui bayinya adalah dua tahun. Kemudian pada surat al-Ahqaf [46]: 15 menyatakan bahwa jumlah total masa kehamilan dan masa menyusui adalah sembilan bulan, sehingga masa pemberian ASI eksklusif sebaiknya adalah 21 bulan. Bila menggabungkan ayat ini dengan sedikit bantuan perhitungan matematis maka akan

¹⁰ Nanang Rokhman Saleh, "Laktasi Dalam Perspektif Al-Qur'an (Sebuah Kajian Tafsir Tematik)," *Journal of Health Sciences*, 2018, 2-7.

¹¹ Hidayatullah Ismail, "Syariat Menyusui Dalam Al-Qur'an (Kajian Surat Al-Baqarah Ayat 233)," *JURNAL At-Tibyan: Jurnal Ilmu Alquran Dan Tafsir* 3, no. 1 (2018): 69.

menghasilkan angka antara tujuh hingga sembilan bulan masa kehamilan yang normal.¹²

Dari beberapa kali pengulangan kata *radha'u* dan derivasinya yang sebanyak 10 kali dalam al-Qur'an sebagaimana telah disebutkan di atas, urutan pertama dalam mushaf al-Qur'an adalah QS. Al-Baqarah [2]: 233

وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُنِيمَ الرِّضَاعَةَ وَعَلَى الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنَّ
وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ لَا تُكَلِّفُ نَفْسٌ إِلَّا وُسْعَهَا لَا تُضَارَّ وُلْدَةٌ بِوَالِدِهَا وَلَا مَوْلُودٌ لَهُ بِوَالِدِهِ
وَعَلَى الْوَارِثِ مِثْلُ ذَلِكَ فَإِنْ أَرَادَا فِصَالًا عَنْ تَرَاضٍ مِنْهُمَا وَتَشَاوُرٍ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا وَإِنْ أَرَدْتُمْ
أَنْ تَسْتَرْضِعُوا أَوْلَادَكُمْ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ إِذَا سَلَّمْتُمْ مَا آتَيْتُمْ بِالْمَعْرُوفِ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَعَلِمُوا أَنَّ اللَّهَ
بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ

Artinya: 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'rif. Seseorang tidak dibebani melainkan menurut kadar kesanggupannya. Janganlah seorang ibu menderita kesengsaraan karena anaknya dan seorang ayah karena anaknya, dan warispun berkewajiban demikian. Apabila keduanya ingin menyapih (sebelum dua tahun) dengan kerelaan keduanya dan permusyawaratan maka tidak ada dosa atas keduanya. Dan jika kamu ingin anakmu disusukan oleh orang lain, maka tidak ada dosa bagimu apabila kamu memberikan pembayaran menurut yang patut, bertakwalah kamu kepada Allah dan ketahuilah bahwa Allah Maha Melihat apa yang kamu kerjakan.

Pada dasarnya jika dilihat dari segi munasabah ayat sebelumnya yaitu perihal hukum nikah dan talak berakhir pada perpisahan suami-istri. Dan boleh jadi mereka memiliki anak yang masih dalam penyusuan. Melalui ayat ini Allah swt memerintahkan para istri yang telah ditalak untuk tetap menyusui anak-anaknya. Kemudian Wahbah Zuhailiy menerangkan bahwa ayat ini ditujukan bagi wanita-wanita yang ditalak maupun tidak, keduanya diperintahkan untuk menyusui anak-

¹² Asnawati, Ibrahim Bafadhol, and Ade Wahidin, "Pemberian Asi Pada Anak Dalam Perspektif Al-Qur'an," *Al - Tadabbur: Jurnal Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir* 4, no. 01 (2019): 85.

anak mereka selama dua tahun penuh. Imam Ibnu Katsir memandang ayat ini sebagai bimbingan Allah swt kepada para ibu, hendaknya mereka menyusui anak-anaknya secara sempurna yaitu selama dua tahun.

Ditinjau dari segi kebahasaan ayat di atas menggunakan kata *yurdbi'na* yang berbentuk *fi'il mudhari'*, yaitu bentuk kata kerja menunjukkan perbuatan masa sekarang dan akan datang. Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa Allah memerintahkan kepada para ibu untuk menyusui anak-anaknya secara berkelanjutan, sejak awal kelahiran hingga masa sempurna penyusuan yaitu dua tahun. Selanjutnya dalam surat ini juga terjadi perpindahan makna yang tergambar dari penggunaan *dhamir mudzakkar* pada penggalan lafadz *لِمَنْ أَرَادَ* mengindikasikan bahwa pada dasarnya keputusan mengenai lama waktu penyusuan anak ditentukan oleh suami. Meskipun demikian, dalam lanjutan ayat ini memerintahkan agar keputusan mengenai masa penyapihan anak diambil berdasarkan kesepakatan bersama. Pada segmen selanjutnya Allah ingin menunjukkan betapa agungnya Islam, dimana setelah membahas mengenai tugas istri untuk menyusui anaknya sebagai bentuk kemuliaan baginya, Allah swt juga membahas tentang tugas suami. Ada dua kewajiban suami sebagai bentuk dukungan bagi istri yang tengah menyusui, yaitu memberikan *رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ* (rizki dan pakaian). Suami wajib memberikan nafkah yang halal, sebab ibu menyusui memerlukan banyak nutrisi makanan yang bergizi untuk menghasilkan ASI yang baik. Suami juga berkewajiban memberikan pakaian yang baik sebab banyak dari wanita memiliki ukuran dan bentuk tubuh yang berbeda dari sebelumnya. Tinjauan psikologis mengatakan bahwa memberikan pakaian baru juga akan menimbulkan rasa bahagia pada ibu yang menyusui sebagai bentuk hadiah. Intinya ayat ini menghendaki para suami turut memberikan dukungan dan arahan kepada istri. Sebab penelitian menunjukkan bahwa diantara faktor yang menyebabkan seorang istri tidak menyusui anaknya ialah karena kurangnya dukungan dari suami.¹³

Berdasarkan ayat al-Qur'an surat al-Baqarah [2]: 233 Quraish Shihab dalam tafsirnya al-misbah mengatakan bahwa ayat ini mengandung redaksi berita, tetapi bermakna perintah yang sangat dianjurkan kepada para ibu agar memberikan ASI kepada anaknya. Pada ayat ini kata *ummahat* digunakan kepada para ibu kandung,

¹³ Ismail, "Syariat Menyusui Dalam Al-Qur'an (Kajian Surat Al-Baqarah Ayat 233)."

sedangkan kata *al-walidat* maknanya adalah para ibu, baik ibu kandung maupun bukan. Ini berarti bahwa al-Qur'an sejak dini telah menggariskan bahwa air susu ibu, baik ibu kandung maupun bukan adalah makanan terbaik buat bayi hingga usia dua tahun. Namun demikian, ternyata air susu ibu kandung lebih dari segalanya. Prof. Dr. Hamka dalam tafsirnya Al-Azhar berpendapat bahwa ayat ini ada kaitan dengan ilmu perbuatan modern yang mengaitkan bahwa air susu ibu lebih berkhasiat daripada susu yang lain. Disebutkan juga tempo penyusuan yang baik disempurnakan adalah dua tahun.

Setelah dijelaskan kewajiban ibu menyusukan anaknya, Quraish Shihab menguraikan kewajiban bagi ibu dan hak anak atas ibunya. Dalam hal ini al-Qur'an mengisyaratkan ibu menyusukan anaknya sampai masa penyusuan yang melebihi dari masa dua tahun itu, dari masa penyusuan tidak dianggap termasuk penyusuan yang mengakibatkan anak yang disusui berstatus sama dengan semua jumlah hal dari anak kandung. Maka dapat disimpulkan bahwa ini adalah sebuah tuntunan bagi orang tua yang ingin menyempurnakan masa penyusuannya. Dan apabila keduanya sepakat untuk mengurangi masa penyusuannya diperbolehkan. Tetapi meski anjuran atau perintah yang ditetapkan merupakan kewajiban, masa dua tahun merupakan masa yang maksimal untuk penyempurnaan masa penyusuan karena ASI adalah makanan terbaik bagi bayi.¹⁴

Selain QS. al-Baqarah [2]: 233, QS. Luqman [31]: 14 juga menyebutkan secara tersurat bahwa penyusuan hendaknya dilakukan selama dua tahun.

وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْنًا عَلَىٰ وَهْنٍ وَفِصْلُ الْإِنْسَانِ فِي عَامَيْنِ أَنِ اشْكُرْ لِي وَلِوَالِدَيْكَ إِلَيَّ الْمَصِيرُ

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

Kalimat yang diulang-ulang dalam al-Qur'an menandakan adanya penekanan atau ketegasan anjuran dari Allah untuk melakukan anjuran yang dimaksud sebagaimana tertera dalam al-Qur'an, yakni penyusuan selama dua tahun penuh. Selain itu tidak ada ayat dalam al-Qur'an yang menganjurkan penggantian penyusuan dengan susu dari makhluk lain atau susu formula, melainkan

¹⁴ Muntofingah, "Pentingnya Pemberian ASI Dalam Al-Qur'an Surat Al-Baqarah Ayat 233 (Studi Penafsiran Hamka Dan Quraisy Shihab)," (Skripsi, UIN, Purwokerto, 2022).

penggantian penyusuan dengan air susu dari perempuan lain dengan mengupahnya.¹⁵

b. Manfaat Laktasi Dalam Al-Qur'an

Makna tersirat dari ayat-ayat al-Qur'an tentang laktasi ternyata relevan dengan penemuan dalam bidang sains modern. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dalam ASI terdapat banyak sekali zat yang tidak ditemukan secara alami pada susu formula yang belakangan ini marak digunakan oleh ibu rumah tangga untuk menyusui anaknya. ASI memiliki kandungan *Taurin*, DHA, dan AA yang tidak terdapat pada susu formula secara alami. Kandungan ketiganya dalam susu formula ternyata berasal dari ikan yang strukturnya tidak sestabil ASI yang terbentuk secara alami dan dosisnya sesuai dengan kebutuhan bayi.

Zat lain yang terkandung dalam ASI adalah faktor *bifidus* yang dapat merangsang tumbuhnya *Lactobacillus bifidus* yang berperan penting dalam proteksi saluran pencernaan bayi. Bukti lain menekankan bahwa penyusuan tidak hanya penting untuk dilakukan karena kandungan alami dalam ASI melainkan juga dianjurkan untuk dilakukan selama dua tahun ternyata berhubungan erat dengan keoptimalan perkembangan otak anak pada periode dua tahun pertama setelah kelahiran. Kenyataan ini jelas menunjukkan bahwa apa yang difirmankan oleh Allah dalam al-Qur'an akan terbukti secara ilmiah melalui hasil penelitian. Anjuran dalam al-Qur'an tersebut sangat relevan dengan kampanye pemberian ASI itu penting dan merupakan hak anak serta kewajiban bagi ibu setelah mereka membuktikan kebenaran firman Allah itu melalui serangkaian penelitian.¹⁶

KESIMPULAN

Laktasi merupakan teknik menyusui mulai dari ASI dibuat sampai pada keadaan bayi menghisap dan menelan ASI. Laktasi merupakan bagian kelengkapan dari siklus reproduksi mamalia termasuk manusia. Masa laktasi berguna untuk menambah pemberian

¹⁵ Hanafi, "Peningkatan Kecerdasan Anak Melalui Pemberian ASI Dalam Al-Qur'an."

¹⁶ Yusuf Hanafi, "Peningkatan Kecerdasan Anak Melalui Pemberian ASI Dalam Al-Qur'an," *Mutawatir 2*, no. 1, 2012.

ASI dan meneruskannya sampai anak berusia dua tahun dengan baik dan benar serta anak dapat memperoleh kekebalan tubuh secara alami. 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.

ASI sebagai makanan pokok bayi setelah lahir sampai berusia dua tahun memiliki berbagai manfaat bagi kesehatan bayi. Diantara manfaat ASI bagi bayi adalah penangkal kekebalan tubuh untuk bayi dari berbagai penyakit infeksi terutama diare, mengandung nilai gizi yang berfungsi untuk perkembangan kecerdasan otak, mengandung zat yang berperan penting dalam proteksi saluran pencernaan, dan yang paling penting adalah kandungan dari ASI adalah zat yang dibutuhkan oleh bayi serta melindungi bayi dari berbagai macam penyakit. Ditinjau dari aspek psikologi kegiatan laktasi dipengaruhi oleh emosional dari ibu dan bayi yang menjadikan bayi dan ibu semakin dekat dan memiliki hubungan emosional yang kuat. Adapun manfaat laktasi bagi ibu adalah dapat mempercepat proses pemulihan rahim serta mengurangi berat badan.

Al-Qur'an sebagai tuntunan sekaligus penjelas bagi umat islam juga membahas terkait laktasi. Ada dua term yang digunakan dalam al-Qur'an berkaitan dengan kegiatan laktasi, yaitu *radha'ah* dan *fisbal*. Kata *radha'ah* mengandung makna menyusui yang mana kata ini terulang sebanyak 10 kali dengan berbagai derivasinya dalam al-Qur'an dan tersebar dalam 5 surat, yaitu: QS. Al-Baqarah [2]: 233, QS. An-Nisa' [4]: 23, QS. Al-Hajj [22]: 2, QS. Al-Qashash [28]: 7 dan 12, QS. At-Thalaq [65]: 6. Sedangkan kata *fisbal* mengandung makna menyapih yang mana kata ini terulang sebanyak 3 kali dalam al-Qur'an, yaitu pada QS. Al-Baqarah [2]: 233, QS. Luqman [31]: 14, dan QS. Al-Ahqaf [46]: 15.

Berdasarkan ayat al-Qur'an surat al-Baqarah [2]: 233 Quraish Shihab dalam tafsirnya al-misbah mengatakan bahwa ayat ini mengandung redaksi berita, tetapi bermakna perintah yang sangat dianjurkan kepada para ibu agar memberikan ASI kepada anaknya. Prof. Dr. Hamka dalam tafsirnya Al-Azhar berpendapat bahwa ayat ini ada kaitan dengan ilmu perbuatan modern yang mengaitkan bahwa air susu ibu lebih berkhasiat daripada susu yang lain. Disebutkan juga tempo penyusuan yang baik disempurnakan adalah dua tahun. Setelah dijelaskan kewajiban ibu menyusukan anaknya, Quraish Shihab menguraikan kewajiban bagi ibu dan hak anak atas ibunya. Dalam hal ini al-Qur'an mengisyaratkan ibu menyusukan anaknya sampai masa penyusuan yang melebihi dari masa dua tahun itu, dari masa

penyusuan tidak dianggap termasuk penyusuan yang mengakibatkan anak yang disusui berstatus sama dengan semua jumlah hal dari anak kandung. Maka dapat disimpulkan bahwa ini adalah sebuah tuntunan bagi orang tua yang ingin menyempurnakan masa penyusuannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Asnawati, Ibrahim Bafadhol, and Ade Wahidin. "Pemberian Asi Pada Anak Dalam Perspektif Al-Qur'an." *Al - Tadabbur: Jurnal Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir* 4, no. 01 (2019): 85.
- Hanafi, Yusuf. "Peningkatan Kecerdasan Anak Melalui Pemberian ASI Dalam Al-Qur'an." *Mutawatir* 2, no. 1 (2012).
- Handini Pertiwi, Sri. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Proses Laktasi Ibu Dengan Bayi Usia 0-6 Bulan Di Desa Cibeusi Kecamatan Jatinangor." *Student Journal* 1, no. 1 (2019): 1–15.
- Iraini, Siti, and Danil Putra Arisandy. "Rada'ah Perspektif Al-Qur'an Surat Al-Baqarah Ayat 233." *Basha'ir: Jurnal Studi Al-Qur'an Dan Tafsir* 2, no. June (2022): 1–6.
- Ismail, Hidayatullah. "Syariat Menyusui Dalam Al-Qur'an (Kajian Surat Al-Baqarah Ayat 233)." *JURNAL At-Tibyan: Jurnal Ilmu Alquran Dan Tafsir* 3, no. 1 (2018): 69.
- Muntofingah. "Pentingnya Pemberian ASI Dalam Al-Qur'an Surat Al-Baqarah Ayat 233 (Studi Penafsiran Hamka Dan Quraisy Shihab)," 2022.
- Nurwahyudi, Masrul Isoni. "Konsep Raḍā'ah Dalam Al-Quran (Kajian Tafsir Tematik Ayat-Ayat Tentang Menyusui Bayi Dalam Perspektif Mufassir Dan Sains)." *Qof* 1, no. 2 (2017): 103–16.
- Ramadhan, Diki Cahyo, and Rina Dian Rahmawati. "Manfaat Air Susu Ibu (ASI) Pada Anak Dalam Perspektif Islam." *EDUSCOPE: Jurnal Pendidikan, Pembelajaran, Dan Teknologi* 5, no. 1 (2019): 24–34.
- Rinata, Evi, Tutik Rusdyati, and Putri Anjar Sari. "Teknik Menyusui Posisi, Perlekatan Dan Keefektifan Menghisap - Studi Pada Ibu Menyusui Di Rsud Sidoarjo." *Temu Ilmiah Hasil Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 2016, 128–39.
- Rohmah, Alfiyatur. "Konsep Laktasi Dalam Al-Qur'an," 2017.
- Saleh, Nanang Rokhman. "Laktasi Dalam Perspektif Al-Qur'an (Sebuah Kajian Tafsir Tematik)." *Journal of Health Sciences*, 2018, 2–7.
- Trisnawati, Elly, and Otik Widyastutik. "Kegagalan Asi Eksklusif: Manajemen Laktasi Dan Dukungan Keluarga." *Jurnal Formil (Forum Ilmiah) Kesmas Respati* 3, no. 2 (2018): 89.
- Yamani, Moh. Tulus. "Memahami Al-Qur'an Dengan Metode Tafsir Maudhu'i." *J-Pai* 1, no. 2 (2015): 283.