

## Memedomani Alquran dan Mencontoh Siti Aminah Perihal ASI

Ditulis oleh Rizki Amalia pada Sabtu, 12 Januari 2019



**Tiada landasan hidup yang tingginya melebihi Alquran. Kitab suci utama agama Islam tersebut telah sempurna membahas segala hajat hidup manusia, termasuk soal bagaimana kewajiban perempuan untuk menyusui anaknya.**

Dalam Alquran surat Al Baqarah ayat 233 dikatakan, “Dan ibu-ibu hendaklah menyusukan anak-anaknya selama dua tahun penuh, bagi yang ingin menyusui secara sempurna.....”

Ayat tersebut memberikan penjelasan bahwasanya perempuan yang telah melahirkan anaknya wajib untuk menyusui anaknya.. Bahkan, terdapat ancaman bagi perempuan yang dengan sengaja menghalangi anaknya untuk mendapatkan air susu ibu (ASI) dari ibunya.

“Kemudian Malaikat itu mengajakku melanjutkan perjalanan, tiba-tiba aku melihat

beberapa wanita yang payudaranya dicabik-cabik ular yang ganas. Aku bertanya, ‘Kenapa mereka?’ Malaikat itu menjawab: ‘Mereka adalah para wanita yang tidak mau menyusui anak-anaknya (tanpa alasan syar’i)’. HR. Ibnu Hibban dalam shahihnya 7491, Ibnu Khuzaimah 1986, dan Syaikh Muqbil rahimahullah dalam Al-Jami’ush Shahih menyatakan, “Ini hadis shahih dari Abu Umamah Al-Bahili radhiyallahu ‘anhu.” Hadis ini juga dinilai shahih oleh Imam Al-Albani”.

Ancaman tersebut tidak berlaku bagi perempuan yang betul-betul tidak mampu lagi menyusui anaknya. Bagi perempuan yang tidak mampu menyusui anaknya, solusi yang diberikan dalam Alquran bukanlah dengan memberikan susu formula kepada anak, namun dengan mencarikan anak kita ibu susuan, yakni perempuan lain yang sanggup menyusuinya.

“Jika kamu ingin anak mu disusukan oleh orang lain, maka tidak ada dosa bagi mu apabila kamu memberikan pembayaran menurut yang layak...” (QS. Al-Baqarah: 233).

### **Mencontoh Siti Aminah**

Allah memberikan solusi bagi perempuan yang tidak menyusui anaknya secara penuh dua tahun dengan mencari perempuan lain untuk menyusuinya. Hal ini juga yang dilakukan oleh ibunda Rasulullah, Siti Aminah. Siti Aminah adalah perempuan pertama yang menyusui Rasulullah. Setelah itu, beberapa perempuan (sumber-sumber mengatakan tujuh orang) meneruskan Siti Aminah untuk menyusui Rasulullah.

Baca juga: [Nasihat Sufi Unaysah Terkait Makan](#)

Terdapat berbagai alasan yang diduga menjadi penyebab Siti Aminah tidak menyusui Rasul selama dua tahun penuh. Sejumlah sejarawan mengatakan, di antara penyebabnya adalah faktor lingkungan, sebab Aminah tinggal di daerah perkotaan. Aminah ingin Rasul bisa tumbuh dan berkembang lebih baik di udara segar dan lingkungan sehat pedesaan, sehingga dipilihlah Halimatus Sa’diyah, yang tinggal di pedesaan.

Hal yang penting yang harus kita telaah adalah pentingnya ASI bagi bayi. Rasul mendapatkan ASI penuh sampai dua tahun meskipun tidak dari ibu kandungnya saja. Telah banyak penelitian yang menunjukkan bahwa kandungan susu formula sama sekali tidak dapat disamakan dengan kandungan ASI dan ASI membuat kekebalan tubuh anak

jauh lebih kuat.

Dengan ASI bayi akan terhindar dari infeksi perut, usus, telinga dan urin. ASI juga dapat mencegah diabetes tipe 1 dan menurunkan resiko penyakit asma. Nutrisi ASI tentu tidak perlu dipertanyakan kembali. Selain itu, dengan memberi ASI, akan dapat mempererat hubungan psikologi ibu dan anak melalui kontak fisik, dimana anak akan intens untuk dekat dengan hati ibunya.

Namun, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Yati Alfiyanti dan Diah Juliastuti dengan judul *Exclusive Breastfeeding Practice in Indonesia*, jumlah anak yang mendapat ASI eksklusif di daerah urban (perkotaan) di Indonesia hanya sejumlah 44,3% dan di daerah pedesaan hanya 52,9%. Jumlah ini tentu membuat miris.

Penelitian yang dipublikasikan dalam *British Journal of Midwifery* itu mengungkapkan bahwa ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif kepada anaknya tersebut sesungguhnya mengetahui besarnya manfaat ASI. Namun ada beberapa penyebab yang membuat mereka tidak memberikan ASI eksklusif kepada anaknya dan menggantinya dengan susu formula.

Baca juga: Surah Al-Ikhlas dan Keutamaannya

Penyebab pertama yakni adanya persepsi ibu bahwa ASI nya tidak cukup untuk kebutuhan anak. Ibu yang melihat anaknya terus menangis sering kali menganggap bahwa anaknya masih lapar jika hanya diberi ASI sehingga mereka menunjingnya dengan susu formula. Pandangan ini tentu harus diubah. Anak yang menangis bisa jadi karena dia bosan dan ingin suasana baru. Hal tersebut bisa diselesaikan dengan membawa anak jalan-jalan di semitar rumah, mengajak anak mainan atau cara lainnya.

Sebagai suatu kewajiban, Allah tentu memfasilitasi seorang ibu dengan jumlah ASI yang cukup untuk anaknya.

“Terhadap hal baik, Allah tidak hanya meridoi, namun juga memfasilitasi”.

Ibu harus memiliki keyakinan yang kuat bahwa ASI yang diberikan Allah pada dirinya tentu setara dengan kebutuhan anaknya. Keyakinan tersebut ditunjang dengan usaha untuk memperbanyak ASI dengan makan sayur yang banyak, makan kacang hijau dan mengkonsumsi makanan lain yang dapat memperbanyak ASI. Meskipun terkadang anak

yang minum ASI berat badannya rendah, namun mereka jauh lebih kuat ketahanan tubuhnya. Masalah berat badan anak dapat disiasati agar naik dengan cara sang ibu memberikan ASI kepada anaknya jauh lebih sering.

Penyebab kedua yakni adanya kesulitan untuk menggunakan teknik menyusui yang benar. Hal ini berkaitan dengan perintah dalam Islam untuk mencari ilmu karena segala hal harus dilakukan sesuai dengan ilmunya. Seorang ibu harus belajar teknik menyusui yang benar, diantaranya yakni menyusui dengan kedua payu darahnya, bukan hanya satu payu darah saja. Seringkali ibu hanya menyusui dengan payu darahnya yang kiri saja karena alasan kenyamanan. Hal ini akan menurunkan jumlah ASI yang dapat diberikan kepada anaknya.

Baca juga: Mengenal Baharthah: Sang Saudagar Kitab

Yang ketiga yakni karena adanya pengaruh promosi susu formula pengganti ASI. Ibu sering kali tergiur iklan susu formula dan menganggap kandungan susu formula setara dengan ASI. Padahal berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa kandungan susu formula jauh lebih rendah dibandingkan ASI.

Yang keempat adalah karena ibu harus bekerja. Dengan perkembangan jaman, hal ini telah bisa disiasati dengan menggunakan pompa ASI untuk menyediakan ASI bagi anak di rumah. Meskipun menggunakan pompa ASI seringkali membuat payudara lecet, namun perjuangan untuk memberikan nutrisi terbaik bagi anak adalah kewajiban bagi perempuan.

Yang kelima yakni karena ibu sering kali merasa terlalu capek dan lemas setelah menyusui. Hal ini dapat disiasati dengan makan yang banyak agar tenaga ibu bisa pulih.

Kelima penyebab ibu tidak memberikan ASI eksklusif kepada anaknya yang ditemukan dalam penelitian diatas seyogyanya dapat memberikan pelajaran berharga bagi perempuan untuk mengantisipasi segala kemungkinan agar dapat memberikan ASI eksklusif kepada anak kita. Perempuan harus memiliki keyakinan yang teguh bahwa dia sanggup member ASI yang layak untuk anaknya. Meskipun sering kali banyak tantangan, perempuan harus memiliki tekad yang sungguh-sungguh dalam berjuang untuk memberikan ASI eksklusif.

Sebagai sebuah kewajiban, memberikan ASI adalah pekerjaan mulia bagi perempuan. Bukan hanya memperkuat fisik anak, ASI juga memperkuat karakter anak dan menguatkan hubungan emosional anak dengan ibunya.

Dengan kualitas perempuan yang baik, akan lahir generasi yang baik pula.