

MONOGRAF
EPISTEMIOLOGI HUKUM
PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF
BERBASIS TRANSENDENTAL

Penulis:

Dr. Bdn. Fitriani Nur Damayanti, S.ST., M.HKes.

Umi Khasanah, S.Si.T., M.Keb.

Prof. Dr. Sandeep Poddar

Drs. Danusiri, M.Ag.



MONOGRAF
EPISTEMIOLOGI HUKUM
PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF
BERBASIS TRANSENDENTAL

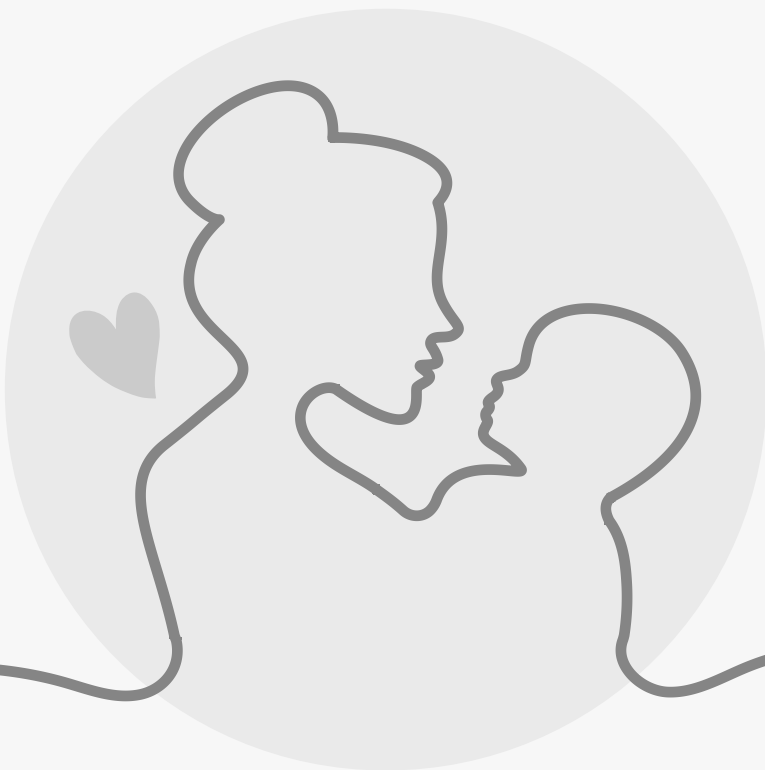
Penulis:

Dr. Bdn. Fitriani Nur Damayanti, S.ST., M.HKes.

Umi Khasanah, S.Si.T., M.Keb.

Prof. Dr. Sandeep Poddar

Drs. Danusiri, M.Ag.





MONOGRAF
EPISTEMIOLOGI HUKUM
PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF
BERBASIS TRANSENDENTAL

ANIMUS PRESS



**Sanksi Pelanggaran Pasal 113
Undang-Undang No. 28 Tahun 2014 Tentang Hak Cipta**

1. Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp100.000.000 (seratus juta rupiah).
2. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).
3. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf e, dan/atau huruf g untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp1.000.000.000,00 (satu miliar rupiah).
4. Setiap Orang yang memenuhi unsur sebagaimana dimaksud pada ayat (3) yang dilakukan dalam bentuk pembajakan, dipidana dengan pidana penjara paling lama 10 (sepuluh) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp4.000.000.000,00 (empat miliar rupiah).

MONOGRAF
EPISTEMIOLOGI HUKUM
PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF
BERBASIS TRANSENDENTAL

Penulis:

Dr. Bdn. Fitriani Nur Damayanti, S.ST., M.HKes. |

Umi Khasanah, S.SiT., M.Keb. | Prof. Dr. Sandeep Poddar |

Drs. Danusiri, M.Ag.

Penerbit:

UNIMUS Press



UNIMUS
PRESS

Monograf : Epistemologi Hukum Pemberian Asi Eksklusif Berbasis Transendental

Hak Cipta © Fitriani Nur Damayanti | Umi Khasanah | Sandeep Poddar |
Danusiri (2024)

Hak Terbit pada **UNIMUS Press**

Penulis:

Fitriani Nur Damayanti

Umi Khasanah

Sandeep Poddar

Danusiri

Editor: Fitriani Nur Damayanti

Design Cover: Khusman Anhsori

Layout: Khusman Anhsori

Cetakan I, September 2024

ISBN : 978-623-6974-95-7

x, 75 halaman: 17.6 * 25 cm

Diterbitkan oleh:



UNIMUS Press

Universitas Muhammadiyah Semarang

Jl. Kedungmundu Raya No. 18 Semarang

Telp / Fax. (024) 76740294

Anggota IKAPI (Ikatan Penerbit Indonesia)

Nomor: 243/Anggota Luar Biasa/JTE/2022

Anggota APPTI (Afiliasi Penerbit Perguruan Tinggi Indonesia) Nomor:

003.051.1.09.2018

Hak cipta dilindungi undang-undang. Dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk dan dengan cara apapun, termasuk fotokopi, tanpa seizin tertulis dari penerbit dan penulis. Pengutipan harap menyebutkan sumbernya.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan monograf yang berjudul **Epistimologi Hukum Pemberian ASI Eksklusif Berbasis Transedental**. Monograf ini berisi tentang teori, kebijakan pemerintah tentang ASI eksklusif, ASI eksklusif dalam prespektif transedental, komposisi, upaya, dan manfaat ASI.

Pemerintah Indonesia juga telah mengeluarkan kebijakan berkaitan pemberian air susu ibu sebagai bentuk upaya dalam mendukung pemberian ASI Eksklusif. Tujuan pengaturan pemberian ASI Eksklusif dalam Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif adalah sebagai berikut: (1) Menjamin pemenuhan hak Bayi untuk mendapatkan ASI Eksklusif sejak dilahirkan sampai dengan berusia 6 (enam) bulan dengan memperhatikan pertumbuhan dan perkembangannya; (2) Memberikan perlindungan kepada ibu dalam memberikan ASI Eksklusif kepada bayinya; dan (3) Meningkatkan peran dan dukungan keluarga, masyarakat, Pemerintah Daerah, dan Pemerintah terhadap pemberian ASI Eksklusif. Hal yang menjadi pertimbangan perlunya regulasi yang mengatur tentang pemberian Air Susu Ibu secara eksklusif terhadap bayi yaitu: (1) Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan terbaik untuk bayi karena mengandung zat gizi paling sesuai untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi; (2) Agar pertumbuhan dan perkembangan bayi dapat mencapai optimal maka ASI perlu diberikan secara eksklusif sampai umur 6 (enam) bulan dan dapat dilanjutkan sampai anak berumur 2 (dua) tahun.

Pemberian ASI eksklusif paradigma transedental dapat digunakan sebagai landasan dalam membentuk hukum dan regulasi. Paradigma transedental dimaknai sebagai pandangan yang mendasar tentang ilmu hukum yang seharusnya dipelajari dan metode ilmiah yang digunakan. Terdapat beragam paradigma sebagai pendekatan dalam pengembangan ilmu, seperti positivisme, pospositivisme, holistik dan transedental.

ASI eksklusif untuk bayi yang diberikan ibu ternyata mempunyai peranan penting, yakni meningkatkan ketahanan tubuh bayi. Karenanya bisa mencegah

bayi terserang berbagai penyakit yang bisa mengancam kesehatan bayi. Memberikan ASI eksklusif juga memungkinkan ibu dan bayi untuk terhubung secara emosional. Kontak fisik saat menyusui dapat memperkuat ikatan antara ibu dan bayi, meningkatkan rasa aman dan keintiman di antara keduanya. Asupan yang paling baik untuk diberikan kepada si kecil adalah ASI.

Manfaat ASI eksklusif paling penting ialah bisa menunjang sekaligus membantu proses perkembangan otak dan fisik bayi. Hal tersebut dikarenakan, di usia 0 sampai 6 bulan seorang bayi tentu saja sama sekali belum diizinkan mengonsumsi nutrisi apapun selain ASI. Oleh karenanya, selama enam bulan berturut-turut, ASI yang diberikan pada sang buah hati tentu saja memberikan dampak yang besar pada pertumbuhan otak dan fisik bayi selama ke depannya.

Selanjutnya, semoga monograf ini bermanfaat untuk seluruh masyarakat di Indonesia, khususnya bagi para ibu yang saat ini sedang dalam proses pemberian ASI eksklusif.

Semarang, September 2024

Penulis

UNIMMUS PRESS

DAFTAR ISI

Cover	i
Halaman Cover	ii
Kepengarangan	vi
Kata Pengantar	vii
Daftar Isi	ix
BAB I. GAMBARAN UMUM ASI EKSKLUSIF	1
BAB II. KEBIJAKAN PEMERINTAH ASI EKSKLUSIF	
2.1. Pengertian Asi Eksklusif	3
2.2. Regulasi Pemberian Asi Eksklusif di Indonesia	4
BAB III. ASI EKSKLUSIF : PERSPEKTIF TRANSENDENTAL	
3.1. Pengertian Asi Eksklusif	7
3.2. Islam Sebagai Agama Kaffah	7
3.3. Pemahaman Transendental	11
3.4. Menyusui Bayi dalam Al-Qur'an	16
3.5. Asi Eksklusif dalam As-Sunah	22
BAB IV. KOMPOSISI DAN UPAYA MEMPERBANYAK ASI	
4.1. Kompoisisi ASI	35
4.2. Upaya Memperbanyak ASI	39
BAB V. MANFAAT ASI	45
BAB VI. POSISI MENYUSUI	
6.1. Posisi Bersandar (Laid-Back Breastfeeding)	58
6.2. Posisi Menyusui yang Benar dengan <i>Cradle Hold</i>	58
6.3. Posisi Menyusui yang Benar dengan <i>Cross Cradle Hold</i>	59
6.4. Posisi Berbaring (<i>Side-Lying</i>)	60
6.5. Posisi <i>Football Hold</i> atau <i>Clutch Hold</i>	60
6.6. Posisi Bayi Duduk (<i>Sitting Baby</i>)	61

**BAB VII. FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI
PEMBERIAN ASI**

7.1. Pengetahuan	62
7.2. Sikap	63
7.3. Pekerjaan	63
7.4. Promosi Susu Formula	64
7.5. Usia	64
7.6. Dukungan Suami / Dukungan Keluarga	64

BAB VIII. OPTIMALISASI PEMBERIAN ASI

8.1. Cara Penyimpanan Asi Perah	68
8.2. Cara Meningkatkan Produksi Asi	70

**DAFTAR PUSTAKA
TENTANG PENULIS**

72
74

UNIMMUS PRESS

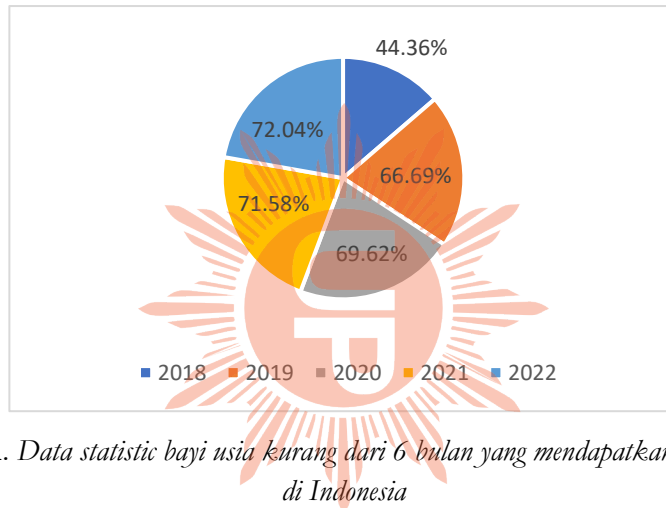
BAB I

GAMBARAN UMUM ASI EKSKLUSIF

Pemerintah Indonesia juga telah mengeluarkan kebijakan berkaitan pemberian air susu ibu yaitu Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif (Nurchayyo & Khuzaiyah, 2018). Ditinjau dari perkembangan terbentuknya peraturan perundang-undangan yang mengatur dan / atau mendukung pemberian ASI Eksklusif terhadap bayi, adalah sebagai berikut: (1) Undang-Undang Nomor 23 Tahun 1992 tentang Kesehatan; (2) Keputusan Menteri kesehatan Nomor 450/Menkes/SK/IV/2004 tentang Pemberian Air Susu Ibu secara Eksklusif; (3) Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan; (4) Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif.

Tujuan pengaturan pemberian ASI Eksklusif dalam Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif adalah sebagai berikut: (1) Menjamin pemenuhan hak Bayi untuk mendapatkan ASI Eksklusif sejak dilahirkan sampai dengan berusia 6 (enam) bulan dengan memperhatikan pertumbuhan dan perkembangannya; (2) Memberikan perlindungan kepada ibu dalam memberikan ASI Eksklusif kepada bayinya; dan (3) Meningkatkan peran dan dukungan keluarga, masyarakat, Pemerintah Daerah, dan Pemerintah terhadap pemberian ASI Eksklusif. Hal yang menjadi pertimbangan perlunya regulasi yang mengatur tentang pemberian Air Susu Ibu secara eksklusif terhadap bayi yaitu: (1) Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan terbaik untuk bayi karena mengandung zat gizi paling sesuai untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi; (2) Agar pertumbuhan dan perkembangan bayi dapat mencapai optimal maka ASI perlu diberikan secara eksklusif sampai umur 6 (enam) bulan dan dapat dilanjutkan sampai anak berumur 2 (dua) tahun.

Data statistic persentase bayi usia kurang dari 6 bulan yang mendapatkan asi eksklusif dari badan pusat statistic di Indonesia di peroleh pada tahun 2018-2022 disajikan dalam gambar 1.



Gambar 1. Data statistic bayi usia kurang dari 6 bulan yang mendapatkan asi eksklusif di Indonesia

Kesehatan Nasional dan Survei Morbiditas (NHMS) yang dilakukan pada tahun 2019 melaporkan bahwa prevalensi bayi yang memulai menyusui dalam waktu satu jam setelah lahir adalah 63,7%. Selain itu, prevalensi untuk inisiasi tepat waktu dan prevalensi menyusui berkelanjutan hingga dua tahun adalah 63,7% dan 37,4% masing-masing. Prevalensi EBF hingga empat bulan dan enam bulan masing-masing adalah 19,3% dan 14,5%.

Dari data statistic di atas mengenai pemberian ASI eksklusif paradigma transedental dapat digunakan sebagai landasan dalam membentuk hukum dan regulasi. Paradigma transedental dimaknai sebagai pandangan yang mendasar tentang ilmu hukum yang seharusnya dipelajari dan metode ilmiah yang digunakan. Terdapat beragam paradigma sebagai pendekatan dalam pengembangan ilmu, seperti positivisme, pospositivisme, holistik dan transcendental.

BAB II

KEBIJAKAN PEMERINTAH ASI EKSKLUSIF

2.1. Pengertian Asi Eksklusif

ASI (Air Susu Ibu) eksklusif adalah pemberian asi sedini mungkin setelah persalinan, diberikan tanpa jadwal dan tidak diberi makanan lain, walaupun hanya air putih, sampai bayi berumur 6 bulan. Setelah 6 bulan, bayi mulai dikenalkan dengan makanan lain dan tetap diberikan ASI sampai bayi berumur dua tahun.

ASI eksklusif untuk bayi yang diberikan ibu ternyata mempunyai peranan penting, yakni meningkatkan ketahanan tubuh bayi. Karenanya bisa mencegah bayi terserang berbagai penyakit yang bisa mengancam kesehatan bayi. Memberikan ASI eksklusif juga memungkinkan ibu dan bayi untuk terhubung secara emosional. Kontak fisik saat menyusui dapat memperkuat ikatan antara ibu dan bayi, meningkatkan rasa aman dan keintiman di antara keduanya. Asupan yang paling baik untuk diberikan kepada si kecil adalah ASI.

Manfaat ASI eksklusif paling penting ialah bisa menunjang sekaligus membantu proses perkembangan otak dan fisik bayi. Hal tersebut dikarenakan, di usia 0 sampai 6 bulan seorang bayi tentu saja sama sekali belum diizinkan mengonsumsi nutrisi apapun selain ASI. Oleh karenanya, selama enam bulan berturut-turut, ASI yang diberikan pada sang buah hati tentu saja memberikan dampak yang besar pada pertumbuhan otak dan fisik bayi selama ke depannya. Selain membuat kondisi kesehatan dan mental ibu menjadi lebih stabil, ASI eksklusif juga bisa meminimalkan timbulnya resiko kanker payudara. Sebab salah satu pemicu penyakit kanker payudara pada ibu menyusui ialah kurangnya pemberian Asi eksklusif untuk bayi mereka sendiri.

2.2. Regulasi Pemberian Asi Eksklusif di Indonesia

Pemberian air susu ibu (ASI) secara eksklusif sudah diatur secara tertulis di dalam hukum yang berlaku di Indonesia. Berikut adalah hukum-hukum yang melindungi hak seorang perempuan dalam memberikan ASI kepada bayinya..

a. Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia 1945

UUD 45 Pasal 28B Ayat 2

Setiap anak berhak atas kelangsungan hidup, tumbuh, dan berkembang serta berhak atas perlindungan dari kekerasan dan diskriminasi. Air susu ibu (ASI) terbukti secara ilmiah memiliki banyak manfaat untuk kehidupan seorang anak. Manfaat tersebut erat kaitannya dengan kelangsungan hidup, pertumbuhan, dan perkembangan seorang anak. Pasal dalam UUD 1945 ini menjamin hak kelangsungan hidup, pertumbuhan, dan perkembangan seorang anak dijamin oleh negara.

UUD 45 Pasal 28H Ayat 1

Setiap orang berhak hidup sejahtera lahir dan batin, bertempat tinggal, dan mendapatkan lingkungan hidup yang baik dan sehat serta berhak memperoleh pelayanan kesehatan. Air susu ibu (ASI) adalah bagian dari usaha mewujudkan kesehatan optimal pada masyarakat di masa depan.

Pemberian ASI tidak dapat dipisahkan dari pelayanan kesehatan karena melibatkan tenaga medis dan tempat pelayanan kesehatan. Penelitian ilmiah telah menunjukkan bahwa tenaga medis dan tempat pelayanan kesehatan sangat memengaruhi pemberian ASI dalam hal pengetahuan, persepsi, sikap, dan perilaku ibu. Pelayanan kesehatan yang baik dan benar sesuai yang diamanahkan oleh aturan perundangan akan berpengaruh positif terhadap pemberian ASI di masyarakat. Sementara itu, pasal dalam UUD 1945 ini hak masyarakat untuk mendapatkan pelayanan kesehatan.

UUD 45 Pasal 34 Ayat 3

Negara Mengembangkan sistem jaminan sosial bagi seluruh rakyat dan memberdayakan masyarakat yang lemah dan tidak mampu sesuai dengan martabat kemanusiaan.

Kesuksesan pemberian ASI tidak dapat lepas dari usaha negara memberdayakan masyarakat. Keterlibatan masyarakat dapat diusahakan

dengan meningkatkan pengetahuan serta perbaikan persepsi, sikap, dan perilaku masyarakat mengenai ASI. Usaha negara memperdayakan masyarakat ini diamanahkan oleh UUD 1945 pasal 34 ayat 3.

b. Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 Tentang Kesehatan Bab VII

Pemerintah secara khusus menjelaskan pemberian ASI terutama pemberian ASI secara eksklusif dalam Undang-Undang tentang Kesehatan tahun 2009. Hak bayi untuk mendapatkan ASI secara eksklusif dijamin dengan tegas dalam undang-undang tersebut. Di sisi lain, undang-undang ini mengamanahkan Pemerintah Daerah untuk mendukung ibu bayi secara penuh dalam memberikan ASI secara eksklusif. Hal tersebut tercantum sebagai berikut.

UU Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan BAB VII

Pasal 128

1. Setiap bayi berhak mendapatkan air susu ibu eksklusif sejak dilahirkan selama 6 (enam) bulan, kecuali atas indikasi medis;
2. Selama pemberian air susu ibu, pihak keluarga, pemerintah, pemerintah daerah, dan masyarakat harus mendukung ibu bayi secara penuh dengan menyediakan waktu dan fasilitas khusus.;
3. Penyediaan fasilitas khusus sebagaimana dimaksud pada Ayat (2) diadakan di tempat kerja dan tempat sarana umum.

Pasal 129

1. Pemerintah bertanggung jawab menetapkan kebijakan dalam rangka menjamin hak bayi untuk mendapatkan air susu ibu secara eksklusif;
2. Ketentuan lebih lanjut sebagaimana dimaksud pada Ayat (1) diatur dengan Peraturan Pemerintah.

c. Peraturan Pemerintah Tahun 2012 Tentang Pemberian Air Susu Ibu (ASI)

Peraturan tentang pemberian ASI dipertegas dan diperjelas kembali melalui Peraturan Pemerintah Tahun 2012 tentang Pemberian Air Susu Ibu (ASI). Peraturan Pemerintah ini juga mengamanahkan Pemerintah Daerah untuk segera menyesuaikan dengan Peraturan Pemerintah tentang

Pemberian Air Susu Ibu (ASI). Hal ini tercantum dalam Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 tentang Pemberian Air Susu Ibu (ASI). Menurut Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 33 Tahun 2012 tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif pada Pasal 2 mengatur mengenai tujuan pemberian ASI eksklusif. Menurut Pasal 2 PP Nomor 33 Tahun 2012 diketahui bahwa tujuan pemberian ASI eksklusif adalah sebagai berikut :

1. Menjamin pemenuhan hak bayi untuk mendapatkan ASI dari sejak dilahirkan sampai berusia 6 bulan dengan memperhatikan pertumbuhan dan perkembangannya;
2. Memberikan perlindungan bagi ibu dalam memberikan ASI eksklusif kepada bayinya; dan
3. Meningkatkan peran dan dukungan keluarga, masyarakat, dan pemerintah daerah, dan pemerintah terhadap pemberian ASI eksklusif.

Selain pemberian ASI eksklusif, pemerintah juga menyoroti dilakukannya Inisiasi Menyusu Dini segera setelah persalinan. Seperti yang tertuang pada Pasal 9 PP Nomor 33 Tahun 2012 yang menyebutkan bahwa:

1. Tenaga kesehatan dan Penyelenggara Fasilitas Pelayanan Kesehatan wajib menempatkan ibu dan bayi dalam 1 (satu) ruangan atau rawat gabung kecuali atas indikasi medis yang ditetapkan oleh dokter;
2. Penempatan dalam 1 (satu) ruangan atau rawat gabung sebagaimana dimaksud pada Ayat (1) dimaksudkan untuk memudahkan ibu setiap saat memberikan ASI eksklusif kepada bayi.

BAB III

ASI EKSKLUSIF: PERSPEKTIF TRANSENDENTAL

3.1. Pengertian Asi Eksklusif

Di kalangan akademisi ilmu kesehatan, bahkan mungkin masyarakat awam ibu-ibu, telah menjadi pengetahuan umum mengenai ASI Eksklusif, yaitu pemberian airsusu ibu kepada anaknya selama maksimal enam bulan dari hari kelahirannya. Pemberian airsusu ibu itu tanpa diselengi makanan apapun jenis dan bentuknya.

Teori mengenai pemberian ASI Eksklusif merupakan pengembangan dalam ilmu-ilmu kesehatan, terutama ilmu kebidanan. Ilmu kebidanan sebagai suatu sains, bukan doktrin atau ajaran suatu agama, tentu muncul belakangan dibanding ajaran suatu agama. Dalam hal Islam. Akan tetapi, dalam Islam juga muncul persoalan jika teori maupun aksi pemberian ASI Eksklusif merupakan sesuatu yang baru samasekali dan di luar ranah ajaran Islam. Artinya, sejak awal, Islam tentu sudah terkandung di dalamnya mengenai teori, teknik, maupun aksi pemberian ASI Eksklusif pada ibu-ibu menyusui terhadap buah hatinya.

3.2. Islam Sebagai Agama *Kaffah*

Ungkapan Islam sebagai agama *kaffah* mengacu pada Allah berfirman berikut:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا ادْخُلُوا فِي السِّلْمِ كَافَّةً وَلَا تَتَّبِعُوا
خُطَوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِينٌ ﴿٢٠٨﴾

Artinya:

“Hai orang-orang yang beriman, masuklah kamu ke dalam Islam keseluruhan, dan janganlah kamu turut langkah-langkah syaitan.

Sesungguhnya syaitan itu musub yang nyata bagimu.” (QS al-Baqarah/2: 208)

Kata *as-silmi* secara praktis sinonim dengan kata *al-Islam* (HAMKA, I, 2015: 393). *Al-Islam* sebagai suatu nama agama (QS. Ali Imran/3: 85, al-Maidah/5: 3). Artinya, ayat itu memerintahkan agar orang yang mengaku beriman secara islami supaya memasuki ke dalam agama Islam itu secara *kaffah*. Makna *kaffah* berarti memasuki agama Islam secara keseluruhan, selanjutnya diperjelas jangan sebagian-sebagian atau jangan separuh-separuh (HAMKA, I, 2015: 393). Terapannya, setiap Muslim janganlah hanya mengimani dan melaksanakan ajaran Islam sebagian dan menolak sebagian (QS. an-Nisa’/4: 150-151) karena profil keberagaman parsial ini secara hakiki adalah *kufr* sebagaimana dijelaskan dalam ayat berikut :

إِنَّ الَّذِينَ يَكْفُرُونَ بِاللَّهِ وَرُسُلِهِ وَيُرِيدُونَ أَنْ يُفَرِّقُوا بَيْنَ اللَّهِ
وَرُسُلِهِ وَيَقُولُونَ نُؤْمِنُ بِبَعْضٍ وَنَكْفُرُ بِبَعْضٍ وَيُرِيدُونَ أَنْ يَتَّخِذُوا
بَيْنَ ذَلِكَ سَبِيلًا ﴿١٥٠﴾

Artinya:

“Sesungguhnya orang-orang yang kafir kepada Allah dan rasul-rasul-Nya, dan bermaksud memperbedakan antara (keimanan kepada) Allah dan rasul-rasul-Nya, dengan mengatakan: "Kami beriman kepada yang sebahagian dan kami kafir terhadap sebahagian (yang lain)", serta bermaksud (dengan perkataan itu) mengambil jalan (tengah) di antara yang demikian (iman atau kafir).”

أُولَٰئِكَ هُمُ الْكَافِرُونَ حَقًّا وَأَعْتَدْنَا لِلْكَافِرِينَ عَذَابًا مُّهِينًا

Artinya:

“Merekalah orang-orang yang kafir sebenar-benarnya. Kami telah menyediakan untuk orang-orang yang kafir itu siksaan yang menghinakan.”

Jadi, kalau orang itu secara legal mengaku beragama Islam, apapun ajaran yang ada di dalamnya, apakah berupa perintah atau larangan, dia harus meresponnya secara utuh dan tidak ada unsur apapun bentuknya yang ditolak. Rumusan taat penuh disertai rasa hormat kepada Islam itu dirumuskan dalam

ungkapan singkat dan padat: *Sami'nâ wa atba'nâ* ("Kami mendengar, dan kami patuh – QS an-Nûr/24: 51).

Allah menjelaskan secara langsung melalui sejumlah ayat yang dapat dipahami bahwa makna misinya bersifat global-universal, antara lain:

a. Islam sebagai Agama Telah Sempurna oleh Allah

Demikian Allah berfirman:

الْيَوْمَ أَكْمَلْتُ لَكُمْ دِينَكُمْ وَأَتْمَمْتُ عَلَيْكُمْ نِعْمَتِي وَرَضِيتُ لَكُمُ الْإِسْلَامَ دِينًا

Artinya :

"... Pada hari ini telah Aku sempurnakan untukmu agamamu, dan telah Aku cukupkan kepadamu nikmat-Ku, dan telah Aku ridhai Islam sebagai agama bagimu ..." (QS. Al-Mâ'idah/ 5: 3).

Secara resmi, Muhammadiyah, melalui lagu Mars "Sang Surya" menyebutkan bahwa "al-Islam agamaku, Muhammad junjunganku, Muhammadiyah gerakanku" Pernyataan bahwa al-Islam sebagaimana tercantum dalam lagu itu menandakan Islam yang dilaksanakan warga persyarikatan Muhammadiyah adalah Islam yang murni dalam kesemournaannya. Karena itu tidak memberi tambahan sesudah kata Islam, umpama Islam Nusantara. Berbeda penyebutan Islam yang berkemajuan dengan Islam Nusantara.

Pengertian Islam Nusantara secara intrinsik adalah Islam yang berbeda dari makna al-Islam sebagaimana disebutkan dalam ayat Alquran Surat al-Maidah ayat 3. Kata *al-Islam* sebagai suatu substansi mengandung banyak pengertian di dalamnya sebanyak Allah dan Rasulullah kehendaki. Nah pengertian tambahan di belakang kata Islam, yaitu 'yang berkemajuan' dimaksudkan kehendak massa warga Muhammadiyah agar tampil secara empiris dalam tatakahidupan komplit seperti kehidupan sosial, politik, sains, seni atau ringkasnya peradaban komplit tampak berkemajuan. Jadi berkemajuan atau berkemunduran itu adalah orangnya yang beragama Islam.

b. Tidak Ada Ciptaan yang Dibiarkan Merana oleh Allah

Tidak ada unsur apapun gejala sekecil apapun, *zarrab* atau *jaubar fard* (partikel terkecil) di alam ciptaan yang dibiarkan merana. Semuanya sudah Allah tuliskan dalam kitab-Nya:

وَمَا مِنْ دَابَّةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا طَيْرٍ يَطِيرُ بِجَنَاحَيْهِ إِلَّا أَمَّمْ آمثالَكُمْ مَا
فَرَطْنَا فِي الْكِتَابِ مِنْ شَيْءٍ ثُمَّ إِلَىٰ رَبِّهِمْ يُحْشَرُونَ ﴿٢٨﴾

Artinya:

“Dan tiadalah binatang-binatang yang ada di bumi dan burung-burung yang terbang dengan kedua sayapnya, melainkan umat (juga) seperti kamu. Tiadalah Kami alpakan sesuatupun dalam Al-Kitab, kemudian kepada Tuhanlah mereka dihimpunkan.” (QS. al-An’âm/6:38)

Pengertian alam ciptaan atau makhluk adalah segala sesuatu selain Allah. Kata alam berasal dari bahasa Arab *al-‘alâm* atau *al-‘âlamîn*, *al-‘âlamîn*. Baik kata *mufrad* (tunggal) *‘al-‘âlam* maupun jamaknya (*plural*) *al-‘âlamîn* artinya adalah identik, yaitu segala ciptaan Allah (Warson, 1984: 1057). *Al-‘âlam* berbeda dari *universum* atau *the univers*, kata dalam bahasa Inggris. *Universum* hanya sepadan dengan *as-samâwât wal-ard* (langit-langit dan bumi), yaitu dunia fisik. Sementara itu, *al-‘alâm* atau *al-‘âlamîn* meliputi benda fisik maupun yang non fisik, umpama surga, neraka, al-‘arsy. Al-Kursi, Baitul Ma’mur, Malakat, dan Jin.

Baik dunia fisik (*as-samâwât wal ard*) maupun yang metafisikal (dunia gaib) berada dalam cakupan rahmat dan kasih sayang Allah yang operasionalnya diserahkan kepada Nabi Muhammad saw, sebagaimana dijelaskan dalam ayat berikut:

وَمَا أَرْسَلْنَاكَ إِلَّا رَحْمَةً لِّلْعَالَمِينَ

Artinya:

“Dan tiadalah Kami mengutus kamu, melainkan untuk (menjadi) rahmat bagi semesta alam.: QS al-Anbiya’/21:107)

c. Islam Menjelaskan Segala Sesuatu

Demikian Allah berfirman:

وَيَوْمَ نَبْعَثُ فِي كُلِّ أُمَّةٍ شَهِيدًا عَلَيْهِمْ مِنْ أَنْفُسِهِمْ وَجِئْنَا بِكَ شَهِيدًا
عَلَى هَتُولَاءِ وَنَزَّلْنَا عَلَيْكَ الْكِتَابَ تِبْيَانًا لِكُلِّ شَيْءٍ وَهُدًى وَرَحْمَةً
وَبُشْرَى لِّلْمُسْلِمِينَ ﴿٨٩﴾

Artinya:

“(Dan ingatlah) suatu hari (ketika) Kami bangkitkan pada tiap-tiap umat seorang saksi atas mereka dari mereka sendiri dan Kami datangkan kamu (Muhammad) menjadi saksi atas seluruh umat manusia. Dan Kami turunkan kepadamu al-Kitab (Alquran) untuk menjelaskan segala sesuatu dan petunjuk serta rahmat dan kabar gembira bagi orang-orang yang berserah diri.” (QS an-Nakhl/16:89)

Atas dasar pemahaman praktis dan rasional dari kedua ayat: QS. al-An’âm/6:38 dan QS an-Nakhl/16:89 di atas dapat dinyatakan bahwa, sebenarnya konsep, teori, teknik, maupun terapan ASI Eksklusif sudah dijelaskan oleh kitab Allah, yaitu Alquran, meskipun belum sepenuhnya terungkap oleh pemahaman manusia sehingga bisa berkata “Islam atau kitab suci agama Islam tidak menjelaskan berbagai hal terkait dengan ASI Eksklusif”. Padahal, persoalan sebenarnya adalah belum bisa mengungkap penjelasan kitab suci dalam Islam mengenai ASI Eksklusif ini. Dalam masalah ini, penulis bereksperimen memahami ASI Eksklusif melalui metode pemahaman transendental dengan harapan memperoleh pencerahan dari kitab suci bagi umat Islam tersebut.

3.3. Pemahaman Transendental

Kata transendental berakar dari Bahasa Latin *transendenre*, bahasa Inggris *transcendent* artinya *to climb over*. Jadi, arti *to climb over* samadengan memanjat sesuatu lebih di atas ujung yang dipanjat. *Transcendent* juga bermakna lawan dari *immanent* (Dagobert, 1976: 319). Makna *immanent*, sebagai istilah dalam filsafat

berarti di alam raya. Untuk menunjuk alam raya dapat diungkapkan “di sini dan sekarang”. Lawan di alam raya berarti jauh di atas alam raya, yaitu: *mâ ba'da ath-thabi'ah* (sesuatu yang berada sesuai alam raya).

Islam memiliki konsep sesuatu yang jauh di atas alam raya, yaitu Allah Ta'ala. Makna *Ta'ala* adalah yang maha tinggi. Ketika kata *Ta'ala* mensifati kata Allah, berarti Allah itu maha tinggi. Alquran menyebutkan kata *wata'ala* 14 kali yang semuanya memberikan keterangan kata Allah (Abdul Baqi, [t.th.]: 611). Satu contoh ayatnya adalah sebagai berikut:

سُبْحٰنَهُۥ وَتَعَالٰى عَمَّا يَقُوْلُوْنَ ۗ عَلُوًّا كَبِيْرًا

Artinya:

“Maha Suci dan Maha Tinggi Dia dari yang mereka katakan dengan ketinggian yang sebesar-besarnya.” (QS. al-Isra'/ 17: 43)

Satu contoh ayat lagi sebagai berikut:

فَلَمَّا ءَاتٰهُمَا صٰلِحًا جَعَلَا لَهُ وِشْرَكَآءَ فِيمَا ءَاتٰهُمَا فَتَعَالٰى اَللّٰهُ عَمَّا يُشْرِكُوْنَ ﴿١٩٠﴾

Artinya:

“Tatkala Allah memberi kepada keduanya seorang anak yang sempurna, maka keduanya menjadikan sekutu bagi Allah terhadap anak yang telah dianugerahkan-Nya kepada keduanya itu. Maka Maha Tinggi Allah dari apa yang mereka persekutukan.” (QS. al-A'raf/ 7: 190)

Karena Allah itu bersifat *over* segalanya atau dengan kata lain maha segala maha, maka Allah pun menjelaskan bahwa diri-Nya sekaligus *immanent* dan *transenden*, sebagaimana ditunjukkan ayat berikut:

هُوَ اَوَّلُ وَاٰخِرُ وَاظْهَرُ وَاْبْطِيْنُ ۗ وَهُوَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيْمٌ

Artinya:

“Dialah Yang Awal dan Yang Akhir Yang Zhabir dan Yang Bathin dan Dia Maha Mengetahui segala sesnatu.” (QS al-Hadid/ 57: 3)

Maksud dari ungkapan kata Yang Awal adalah telah ada sebelum segala sesuatu ada. Maksud Yang Akhir adalah Allah tetap Ada setelah segala sesuatu musnah, Maksud Yang Zhahir adalah Yang nyata adanya karena banyak bukti-buktinya, dan Maksud Yang Bathin adalah Yang tidak dapat digambarkan hikmat zat-Nya oleh akal (Alquran digital, catatan nomor 1452). Jadi, dari penjelasan maksud ayat ini dapat disimpulkan bahwa Allah itu transenden mutlag karena tidak ada yang menyamai pada-Nya.

Di samping Allah menjelaskan sebagai immanen dan sekaligus transenden, Allah sebagai Tuhan bagi kaum muslimin juga mensifatkan diri sebagai, antara lain, *Rabbul 'alamîn*. Makna *Rabbul 'alamîn* adalah mencipta, menjaga, mengatur, mendidik, mengasuh, dan melindungi. Dengan mengambil contoh satu ciptaan, yaitu manusia, dia tidak hanya sekedar dicipta saja, melainkan Allah juga menjaga, mengatur, mendidik, mengasuh, dan melindungi manusia (HAMKA, I, 2015: 66-67).

Dari alur pernyataan di atas dapat dihipotesiskan bahwa Allah mengaktualisasikan *qudrat* (kuasa) dan *iradah* (kehendak)-Nya sebagai *Rabb* manusia. Bagian unsur kecil dari jutaan unsur habitasi manusia adalah ilmu tentang kesehatan. Bagian dari ilmu kesehatan antara lain ilmu kebidanan. Bagian kecil dari ilmu kebidanan adalah memberikan ASI Eksklusif bagi seorang ibu kepada bayi yang dilahirkannya. Tentu, Allah berperan, sekurang-kurangnya memberikan pengaturan kongkrit mengenai pemberian ASI Eksklusif. Peran Allah yang mudah diketahui oleh hambanya yang beriman adalah ayat-ayat quraniyyah tentang penyusuan (*rada'ah*). Dari ayat-ayat itulah dieksplorasi petunjuk konkrit apasaja yang berkaitan dengan ASI Eksklusif.

Dalam kajian filsafat, kata transendental bisa berarti metode berpikir yang dapat dibedakan dengan metode berpikir yang lainnya. Berikut dikutipkan mengenai metode berpikir transendental :

Metode transendental bertolak dari fenomena manusiawi yang paling sentral, yaitu dari fakta kegiatannya (berpikir, berbicara, dan memilih) tidak dianalisis arti dan nilai yang diungkapkan sebagai isi eksplisit dalam kegiatannya itu, melainkan dicari pengandaian-pengandaian implisit atau syarat-syarat mutlak yang memungkinkan pelaksanaan kegiatan fakta tersebut. Asumsi-asumsi itu ditemukan baik pada subjek itu sendiri yang bertindak, maupun pada pihak objek yang dilibatkan (Siswanto, 1996: 4).

Jika esensi pengertian metode transendental ini dialamatkan kepada Nabi Muhammad, maka aktifitas berpikir, berbicara, memilih dan memilah sesuatu darinya itu bertolak dari pengalaman kemanusiaan yang mendalam atau dengan kata lain melampaui pengalaman kemanusiaan. Secara teknis pengalaman pada puncak kemanusiaan dari Nabi Muhammad saw dapat disebut bertolak dari pengamalaman *transendental*.

Karena pengertian asal *transcendent* adalah *to climb over*, secara rasio dapat dipahami maknanya adalah terbang yang lepas ke atas dari yang dipanjat. Secara badaniah, tubuh tidak bisa terbang, maka yang terbang adalah dimensi batiniahnya. Jika dalam pengalaman terbang batiniah memperoleh sesuatu yang sesuatu itu bermanfaat kepada manusia, maka sesuatu itu tentulah berasal dari yang Maha *Transcendent*, yaitu Allah Ta'ala. Secara historis, sesuatu yang dikatakan oleh Nabi Muhammad untuk disampaikan kepada umatnya dapat dibagi menjadi dua, yaitu Alquran dan *as-sunnah al-maqbulah*.

Selanjutnya dapat ditanyakan mengenai Alquran. Alquran adalah firman Allah swt yang diturunkan kepada Nabi Muhammad saw yang dibaca dengan mutawatir dan beribadah dengan membacanya (Yunahar Ilyas, 2013: 16). Pengertian yang lebih komprehensif tentang Alquran dapat disebutkan bahwa, Alquran adalah firman Allah yang bersifat mu'jizat, yaitu secara rasio selalu mengalahkan kepada siapaun yang menentangnya. Kalam Allah itu diturunkan kepada penutup para Nabi dan rasul, tidak bukan dan tidak lain adalah nabi Muhammad saw, melalui perantara Malaikat Jibril. Selanjutnya, kalam itu ditulis dalam lembaran-lembaran (*mushaf*). Isi tulisan itu diriwayatkan secara mutawatir. Orang yang membaca tulisan dari kalam Allah termasuk beribadah. Isi tulisan kalam Allah dimulai dengan Surat al-Fatihah dan diakhiri Surat an-Nas (aŞ-Şabûni, 1980: 6). Secara empirik disebut *Mushaf al-Qur'ânul Karîm*, yaitu samadengan buku-buku lainnya. Sebagai naskah atau buku, orang bisa saja membakar kertas itu sebagaimana dilakukan oleh segelintir orang Amerika dan Swedia karena mereka tidak beriman kepada pesan tulisan-tulisan dalam kertas dengan alasan kebebasan berekspresi. Bagi orang yang mengimani isi dan pesan *mushaf*, tentu menolak perilaku membakar buku atau *mushaf* itu karena disucikan. Buku sekedar buku berbeda dari buku yang isinya kalam Ilahi. Buku sekedar buku apapun namanya bersifat provan, sementara buku yang disebut Alquran bersifat sacral bagi orang beriman islami.

Dari kedua devinisi eksplanatif tentang Alquran, nyata bahwa apa yang diungkapkan oleh Nabi Muhammad tidak berasal dari dirinya *an sich*, melainkan dia hanya menerima dari sesuatu yang di luar dirinya, yaitu Allah yang Maha

Tinggi (*subhānahu wata'āla*). Alquran diperoleh oleh Nabi Muhammad melalui pengalaman transendental.

Selanjutnya, sesuatu yang disebut *as-Sunnah* adalah apasaja yang disandarkan kepada Nabi Muhammad saw baik berupa perkataan, perbuatan, maupun ketetapan-ketetapannya (Subhi aṣ-Ṣāliḥ, 1988: 3). Atas dasar keyakinan dan iman kaum muslimin, sesuatu yang disebut *as-Sunnah* itu hakikatnya juga wahyu yang datang dari Allah. Keyakinan semacam itu didasarkan pada ayat berikut:

مَا ضَلَّ صَاحِبُكُمْ وَمَا غَوَىٰ وَمَا يَنْطِقُ عَنِ الْهَوَىٰ ۗ إِنْ هُوَ إِلَّا وَحْيٌ يُوحَىٰ

Artinya:

“Kawanmu (Muhammad) tidak sesat dan tidak pula keliru; dan tiadalah yang diucapkannya itu (Alquran) menurut kemauan hawa nafsunya; Ucapannya itu tiada lain hanyalah wahyu yang diwahyukan, kepadanya.”
(QS. an-Najm/ 53: 2-4)

Dari tiga ayat ini dapat dipahami bahwa apasaja yang keluar dari pribadi Nabi Muhammad baik berupa perkataan, yang biasa disebut sabda dalam Bahasa Indonesia, perbuatan-perbuatan beliau, maupun ketetapanannya, yaitu ucapan atau perbuatan sahabat yang diketahui oleh Nabi, tetapi tidak beliau larang, secara hakiki juga merupakan wahyu dari Allah, yang secara filosofis dapat dikatakan merupakan cerminan pengalaman transendental. Hanya saja perlu dibatasi *as-Sunnah* yang bagaimana yang dapat dikatakan *as-Sunnah* yang benar-benar autentik dari Nabi Muhammad saw. Mengapa? *As-Sunnah* yang akhirnya sampai kepada seluruh umat Islam sejak awal hingga sekarang, dan entah sampai kapan selama masih ada orang iman-islami banyak persoalan, yaitu munculnya *as-Sunnah ad-da'ifab* atau *as-Sunnah al-maudū'ah*, yaitu *as-Sunnah* yang berkualitas lemah dan kurang dapat dipercayai sebagai sumber berita yang berasal dari Nabi Muhammad. Sementara itu *as-sunnah al-maudū'ah* adalah *as-Sunnah* yang benar-benar palsu yang diatasmakan kepada Nabi Muhammad (Sunarto, 200: 4, 22). Padanan palsu dalam dunia medsos adalah berita hoax.

Keterangan *al-maqbūlah* dari kata *as-sunnah* mengandung makna sebagai sumber berita yang berasal dari nabi Muhammad saw yang dapat diterima karena memang autentik darinya. *As-sunnah al-maqbūlah* mencakup *hasan lighairibi*, *hasan lizātibi*, *ṣāḥiḥ lighairibi* dan *ṣāḥiḥ lizātibi* (Fatchur Rahman, 1981: 95-119). Untuk menentukan kualitas *al-maqbūlah* suatu hadis melalui serangkaian prosedur yang

sangat panjang, rumit dan kejujuran oleh para peneliti hadis sehingga hasil penelitiannya tidak bisa dibantah lagi bahwa suatu hadis yang benar-benar autentik memang berasal dari Nabi saw (Soebahar, 2003: 206-229).

Jadi, yang dimaksud pengalaman transendental mengenai sesuatu yang berasal dari Nabi Muhammad saw itu wujudnya adalah naskah Alquran dan *as-Sunnah*. Untuk sekarang, karena kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi, kedua naskah telah mengalami perkembangan, yaitu ditulis dalam bentuk naskah digital. Secara prinsip, kandungan atau pesan-pesan dari kedua naskah mencakup seluruh aspek kehidupan manusia. Hipotesis yang dapat penulis ajukan adalah sebagian kandungan pesan itu mengenai hal-hal ASI Eksklusif. Praktisnya, penulis hendak menemukan bagaimana kedua naskah ini menjelaskan tentang ASI Eksklusif menurut *al-Qur'an* dan *as-sunnah al-maqbûlah*.

3.4. Menyusui Bayi dalam Al-Qur'an

Kata menyusui berasal dari kata 'susu'. Yang dimaksudkannya adalah susuibu yang mengandung air dan disebut airususu setelah ibu itu melahirkan. Selanjutnya sang ibu memberikan airususu itu kepada bayi yang dilahirkannya dengan teknik memasukkan puntingsusu ke mulut bayinya. Sang bayi menyedot air melalui mulutnya sehingga memancar ke dalamnya dan selanjutnya ditelan masuk ke dalam perut sang bayi. Airususu itu secara praktis menjadi makanan bagi sang bayi.

Padanan kata 'susu' dan menyusui dalam Alquran adalah *radâ'a*, *yardâ'u*, *radâ'ah*. Penelusuran melalui istilah-istilah ini dapat ditemukan 11 kali dalam naskah Alquran yang menjelaskan tentang hal-hal yang berkaitan dengan penyusuan ibu kepada anaknya. Ayat-ayat itu sebagai berikut:

a. Surat al-Hajj ayat 2, *murdi'atin* dan *ardâ'at*

Sebagai berikut;

يَوْمَ تَرَوْنَهَا تَذْهَلُ كُلُّ مُرْضِعَةٍ عَمَّا أَرْضَعَتْ وَتَضَعُ كُلُّ ذَاتِ حَمْلٍ
حَمْلَهَا وَتَرَى النَّاسَ سُكَرَىٰ وَمَا هُمْ بِسُكَرَىٰ وَلَٰكِنَّ عَذَابَ اللَّهِ شَدِيدٌ

Artinya :

“(Ingatlah) pada hari (ketika) kamu melihat kegoncangan itu, lalailah semua wanita yang menyusui anaknya dari anak yang disusunya dan gugurlah kandungan segala wanita yang hamil, dan kamu lihat manusia dalam keadaan mabuk, padahal sebenarnya mereka tidak mabuk, akan tetapi azab Allah itu sangat kerasnya.”

Makna esensi ayat ini adalah Allah menjelaskan tentang azab-Nya saat terjadi goncangan bumi yang sangat dahsyat, selanjutnya disebut kiyamat. Karena dahsyatnya goncangan bumi, para wanita lupa untuk menyusui bayinya, padahal bayi sangat membutuhkannya. Sementara itu, kegiatan menyusui bagi seorang ibu merupakan tumpahan kasih sayang kepada anaknya. Anak dalam persusuan sering diungkapkan sebagai buah hati. Ayat ini juga menjelaskan bahwa seorang ibu lupa bahwa dirinya mengandung. Padahal, posisi mengandung merupakan keadaan yang sangat menyulitkan bagi dirinya, yang menurunkan ungkapan Alquran disebut *wahnin* ‘ala *wahnin*, lemah yang bertambah lemah (QS. Luqman/31: 14). Jadi kelupaan seorang ibu yang sedang mengandung itu karena menghadapi kenyataan betapa dahsyatnya goncangan bumi, tentu dalam rangka menyelamatkan diri. Hingga sulitnya menghadapi kenyataan diibaratkan mabuk dan tidak sadarkan diri, padahal dia tidak mabuk.

b. Surat ath-Thalaq ayat 6, kata *yarda’na* dan *arda’na*

Sebagai berikut:

أَسْكِنُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ سَكَنْتُمْ مِنْ وُجْدِكُمْ وَلَا تَضَارُّوهُنَّ
لِيُضَيِّقُوا عَلَيْهِنَّ وَإِنْ كُنَّ أُولَاتٍ حَمْلًا فَأَنْفِقُوا عَلَيْهِنَّ حَتَّى
يَضَعْنَ حَمْلَهُنَّ فَإِنْ أَرْضَعْنَ لَكُمْ فَآتُوهُنَّ أُجُورَهُنَّ وَأَتَمِرُوا
بَيْنَكُمْ بِمَعْرُوفٍ وَإِنْ تَعَاسَرْتُمْ فَسَتْرٌ لِهِنَّ وَأَخْرَى ①

Artinya:

“Tempatkanlah mereka (para isteri) di mana kamu bertempat tinggal menurut kemampuanmu dan janganlah kamu menyusahkan mereka untuk menyempitkan (hati) mereka. Dan jika mereka (isteri-isteri yang sudah ditalaq) itu sedang hamil, maka berikanlah kepada mereka nafkahnya hingga

mereka bersalin, kemudian jika mereka menyusukan (anak-anak) mu untukmu 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.”

Satu diantara pesan ayat ini adalah menjelaskan wanita yang menyusui anaknya sementara dia telah dicerai oleh suaminya. Sang suami berkewajiban memberi upah kerja menyusui kepada mantan istrinya karena bayi yang disusui itu hakikatnya adalah anaknya, mantan suami ibu yang menyusukan bayinya.

c. Surat an-Nisa’/ ayat 23, kata *ardā'nā* dan *radā'ah*

Sebagai berikut:

حُرِّمَتْ عَلَيْكُمْ أُمَّهَاتُكُمْ وَبَنَاتُكُمْ وَأَخَوَاتُكُمْ وَعَمَّاتُكُمْ وَخَالَاتُكُمْ
وَبَنَاتُ الْأَخِ وَبَنَاتُ الْأُخْتِ وَأُمَّهَاتُكُمُ اللَّاتِي أَرْضَعْتَكُمْ وَأَخَوَاتُكُمْ
مِّنَ الرَّضَاعَةِ وَأُمَّهَاتُ نِسَائِكُمْ وَرَبِّبَاتِكُمُ اللَّاتِي فِي حُجُورِكُمْ
مِّنْ نِّسَائِكُمُ اللَّاتِي دَخَلْتُمْ بِهِنَّ فَإِن لَّمْ تَكُونُوا دَخَلْتُمْ بِهِنَّ
فَلَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ وَحَلَائِلُ أَبْنَائِكُمُ الَّذِينَ مِنْ أَصْلَابِكُمْ وَأَنْ تَجْمَعُوا
بَيْنَ الْأُخْتَيْنِ إِلَّا مَا قَدْ سَلَفَ ۗ إِنَّ اللَّهَ كَانَ غَفُورًا رَّحِيمًا ﴿٢٣﴾

Artinya:

“Diharamkan atas kamu (mengawini): ibu-ibumu, anak-anakmu yang perempuan, saudara-saudaramu yang perempuan, saudara-saudara bapakmu yang perempuan, saudara-saudara ibumu yang perempuan, anak-anak perempuan dari saudara-saudaramu yang laki-laki, anak-anak perempuan dari saudara-saudaramu yang perempuan, ibu-ibumu yang menyusui kamu, saudara perempuan sepersusuan, ibu-ibu isterimu (mertua), anak-anak isterimu yang dalam pemeliharaanmu dari isteri yang telah kamu campuri, tetapi jika kamu belum campur dengan isterimu itu (dan sudah kamu cerai), maka tidak berdosa kamu mengawininya, (dan diharamkan bagimu) isteri-isteri anak kandungmu (menantu), dan menghimpunkan (dalam perkawinan) dua perempuan yang bersaudara, kecuali yang telah

terjadi pada masa lampau. Sesungguhnya Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.”

Ayat ini menjelaskan tentang wanita yang tidak boleh dinikahi oleh seorang laki-laki. Dua di antara mereka adalah ibu yang menyusunya di waktu umur-umur penyusuan dan saudara sepersusuan.

d. Surat al-Baqarah ayat 223, *yurdi'nâ*, a *r-radâ'ah*, dan *tastardi'u*

Sebagai berikut:

وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ
 يُتِمَّ الرَّضَاعَةَ وَعَلَى الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ
 لَا تُكَلَّفُ نَفْسٌ إِلَّا وُسْعَهَا لَا تُضَارَّ وَالِدَةٌ بَوْلِهَا وَلَا مَوْلُودٌ
 لَهُ بِوَالِدَيْهِ 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 وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ ﴿٢٢٣﴾

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 secara ma'ruf. Seseorang tidak dibebani melainkan menurut sekedar 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 Melibat apasaja yang kamu kerjakan.”

Kaitannya dengan persusuan, ayat ini menganjurkan agar para ibu menyusui anaknya selama dua tahun penuh, yaitu 24 bulan terhitung dari hari kelahiran bayinya. Selain itu, hendaklah antara suami dan istri bermusyawarah secara ma'ruf ketika hendak menyapih anak sehingga kalau terjadi sesuatu pada anak yang disapih, umpama rewel, keduanya dengan rela menanggung akibat kerewelan anak yang sedang disapih itu sehingga tidak ada uring-uringan diantara keduanya.

e. **Surat al-Qaṣaṣ/28: 7 *arḍi'hi***

Sebagai berikut:

وَأَوْحَيْنَا إِلَىٰ أُمِّ مُوسَىٰ أَنْ أَرْضِعِيهِ ۖ فَإِذَا خِفْتِ عَلَيْهِ فَأَلْقِيهِ فِي الْيَمِّ وَلَا
تَخَافِي وَلَا تَحْزَنِي ۗ إِنَّا رَادُّوهُ إِلَيْكَ وَجَاعِلُوهُ مِنَ الْمُرْسَلِينَ ﴿٧﴾

Artinya:

"Dan kami ilhamkan kepada ibu Musa; "Susuilah dia, dan apabila kamu khawatir terhadapnya maka jatuhkanlah dia ke sungai (Nil). Dan janganlah kamu khawatir dan janganlah (pula) bersedih hati, karena sesungguhnya Kami mengembalikannya kepadamu, dan menjadikannya (salah seorang) dari para rasul."

Ayat ini menginformasikan bahwa Allah memberikan pesan melalui ilham kepada ibu Musa agar menyusui bayinya, Musa. Karena suatu keadaan yang mengkhawatirkan, maka Allah memerintahkan kepada ibu Musa agar menghanyutkan ke sungai, yaitu sungai Nil. Agar Ibu Musa mau menghanyutkan bayinya, Allah memberi janji kepadanya bahwa bayi itu kelak dikembalikan kepadanya dan Allah benar-benar menjadikannya sebagai rasul-Nya. Sang bayipun akhirnya dihanyutkan ke sungai (Nil) dan Allah benar-benar menepati janjinya. Musa akhirnya dijadikan sebagai Rasul-Nya untuk Bani Israil (QS. Ali Imran/3: 49).

f. **Surat al-Qaṣaṣ/28: 12, *al-maradi'***

Sebagai berikut:

﴿وَحَرِّمْنَا عَلَيْهِ الْمَرَاضِعَ مِنْ قَبْلُ فَقَالَتْ هَلْ أَدُلُّكُمْ عَلَىٰ أَهْلِ بَيْتٍ يَكْفُلُونَهُ لَكُمْ وَهُمْ لَهُ نَصِیحُونَ ﴿١٣﴾﴾

Artinya:

“Dan Kami cegah Musa dari menyusui kepada perempuan-perempuan yang mau menyusunya sebelum itu. Maka berkatalah saudara Musa: "Maukah kamu aku tunjukkan kepadamu ahlu bait yang akan memeliharanya untukmu dan mereka dapat berlaku baik kepadanya?”

Ayat ini memberi petunjuk bahwa bayi nabi Musa tidak diperkenankan disusukan sembarang perempuan. Bayi Nabi Musa disusukan ahlu baitnya. Ayat selanjutnya, ayat 13 menjelaskan bahwa bayi Nabi Musa kembali kepada ibunya, dan ibunya jugalah yang menyusunya. Dalam posisi demikian, Fir'aun tidak mengetahui kalau yang menyusui bayi Musa itu ibunya sendiri sehingga dia dan bayinya selamat dari perintah Fir'aun agar membunuh setiap bayi lahir laki-laki karena Fir'aun khawatir bahwa kerajaannya kelak dihancurkan oleh Bani Israil (ayat 6).

Dari sejumlah ayat ini, yang memberikan isyarat penjelasannya untuk dikaitkan dengan teori kebidanan, yaitu pemberian ASI Eksklusif adalah pangkal ayat Surat al-Baqarah ayat 223: *Wal wālidātu yurđi'na aulādhunna ħanlaini kāmilaini* (Para ibu hendaklah menyusukan anak-anaknya selama dua tahun penuh). Masa dua tahun adalah suatu masa yang lebih atau melewati masa empat bulan atau enam bulan, yaitu masa pemberian ASI Eksklusif kepada bayi (Ismail, 2018: 5). Jadi, mulai hari pertama hingga enam bulan ke depannya sang bayi diasupi ASI Eksklusif. Pemberian ASI Eksklusif dilakukan satu jam setelah bayi lahir dan paling lama 4 jam (Kemenkes, 1997: 34). Dalam masa menyusui ASI Eksklusif supaya secara rutin disusui setiap dua, tiga atau empat jam sekali sesuai kebutuhan bayi dan kondisi air susu ibu (Yeyeh dan Yulianti, 2010: 66). Mulai hari pertama bulan ke tujuh hingga dua tahun ke depan sang bayi diberi asupan tambahan, tentu makanan dan minuman yang menunjang kesehatan dan pertumbuhan bayi secara normal.

Karena Islam itu sangat mengapresiasi dengan ilmu, maka penemuan konsep, teori, ilmu, maupun teknologi secara prinsip tidak bertentangan dengan tauhid dan menunjang kesejahteraan manusia, maka temuan teori memberikan ASI Eksklusif dalam ilmu kebidanan dapat

diterima sebagai hasil pembacaan lebih lanjut terhadap pangkal ayat 223 dari Surat al-Baqarah tersebut.

Wallâhu a'lamu bi as-Şawab.

3.5. Asi Eksklusif dalam As-Sunnah

a. Sumber Ajaran Islam

Sumber ajaran Islam yang pertama adalah Alquran dan yang kedua adalah as-Sunnah. Pernyataan ini mengacu pada hadis berikut:

سنن الدارقطني ٤٥٥٩ : حَدَّثَنَا أَبُو بَكْرِ الشَّافِعِيُّ , ثنا أَبُو قَبِيصَةَ مُحَمَّدُ بْنُ عَبْدِ الرَّحْمَنِ بْنِ عَمَّارَةَ بْنِ الْقَعْقَاعِ , نا داوُدَ بْنَ عَمْرٍو , نا صالحُ بْنُ مُوسَى , عن عَبْدِ العَزِيزِ بْنِ رَفِيعٍ , عن أَبِي صالحٍ , عن أَبِي هُرَيْرَةَ , قالَ : قالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : " خَلَفْتُ فِيكُمْ شَيْئَيْنِ لَنْ تَضِلُّوا بَعْدَهُمَا : كِتَابَ اللَّهِ وَسُنَّتِي , وَلَنْ يَفْرَقَا حَتَّى يُرِدا عَلَيَّ الْحَوْضِ

Artinya:

"Daruquthni (berkata), nomor 4559, Abu Bakar asy-Syafi'i menceritakan kepada kami, Abu Qabishah Mubammad bin Abdurrahman bin Umarah bin al-Qa'qa' menceritakan kepada kami, Daud bin Amr menceritakan kepada kami, Shalih bin Musa menceritakan kepada kami dari Abdul Aziz bin Rufai', dari Abu Shalih, dari Abu Hurairah, dia berkata, "Rasulullah saw bersabda, 'Aku telah meninggalkan pada kalian dua perkara, yang tidak akan membuat kalian tersesat setelah (berpedoman) pada keduanya, yaitu: Kitabullah dan sunnahku. Dan keduanya tidak terpisah sehingga keduanya datang kepadaku di telaga."

Dalam lafal al-Hakim disebutkan:

إِنِّي قَدْ تَرَكْتُ فِيكُمْ مَا إِنْ اِعْتَصَمْتُمْ بِهِ فَلَنْ تَضِلُّوا أَبَدًا كِتَابَ اللَّهِ وَسُنَّةَ نَبِيِّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ

Artinya:

"Sesungguhnya aku telah meninggalkan untuk kalian yang apabila kalian berpegang teguh kepadanya maka kalian tidak tersesat untuk selamanya,

(yaitu) Kitab Allah dan Sunnah Nabi-Nya.” (HR. Hakim dalam Mustadrak nomor 318)

Empat belas kitab hadis memuat tentang menyusui anak sebanyak 161 hadis (HadisSoft), namun tidak ada satu pun yang menjelaskan pemberian ASI Eksklusif selama enam bulan. Tetapi ada hadis yang menjelaskan jika seorang ibu tidak mau menyusui anaknya, berdasarkan pengalaman mi'raj Nabi, beliau diperlihatkan siksaan mereka. Isi *religious experience* Nabi diungkapkan sebagai berikut

ثُمَّ انْطَلَقَ بِي فَإِذَا بِنِسَاءٍ تَنْهَشُنَّ ثَدْيَهُنَّ الْحَيَّاتُ، قُلْتُ: مَا بَالُ هَؤُلَاءِ؟ قِيلَ: هَؤُلَاءِ
اللَّاتِي يَمْنَعْنَ أَوْلَادَهُنَّ الْبَانَهُنَّ

Artinya:

“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.” (Ibnu Hibban: 7491, Ibnu Khuzaimah: 1986)

Atas dasar pengalaman transendental Nabi itu, wajib hukumnya bagi setiap ibu melahirkan untuk menyusui anaknya. Kewajiban itu bisa gugur jika berhalangan yang tidak memungkinkan baginya untuk menyusui anaknya.

b. Mentahnik Bayi

Sekurang-kurangnya ada 21 hadis (HadisSoft) yang menjelaskan tradisi mentahnik di masyarakat lingkungan Rasulullah. Beliau seolah memiliki profesi tahnikus karena setiap bayi yang lahir belum disusukan ibu atau ibu persusuan sebelum ditahnikkan kepadanya. Ummu Sulaim mentahnikkan bayinya sebelum dia menyusukan anaknya. Demikian hadis yang menjelaskan peristiwa Ummu Sulaim:

صحيح البخاري ٥٣٧٦: حَدَّثَنِي مُحَمَّدُ بْنُ الْمُثَنَّى قَالَ حَدَّثَنِي ابْنُ أَبِي عَدِي عَنْ ابْنِ عَوْنٍ عَنْ مُحَمَّدٍ عَنْ أَنَسِ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ لَمَّا وُلِدْتُ أُمُّ سَلِيمٍ قَالَتْ لِي يَا أَنَسُ أَنْظِرْ هَذَا الْعُلَامَ فَلَا يُصِيبَنَّ شَيْئًا حَتَّى تَعْدُو بِهِ إِلَى النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ

وَسَلَّمَ يُحَنِّكُهُ فَعَدَوْتُ بِهِ فَإِذَا هُوَ فِي حَائِطٍ وَعَلَيْهِ حَمِيصَةٌ حَرِيثِيَّةٌ وَهُوَ يَسُمُّ الظَّهْرَ
الَّذِي قَدِمَ عَلَيْهِ فِي الْفَتْحِ

Artinya:

"Bukhari (berkata, nomor 5376), telah menceritakan kepada kami Muhammad bin al-Mutsanna, dia berkata: telah menceritakan kepadaku Ibnu Abu 'Adi dari Ibnu 'Ann, dari Muhammad dari Anas radliallahu 'anhu dia berkata: Ketika Ummu Sulaim melahirkan, dia berkata kepadaku: "Wahai Anas, lihatlah bayi kecil ini, dan jangan sampai ia mendapatkan sesuatu (untuk dimakan) sehingga besok pagi kita menemui nabi shallallahu 'alaihi wa sallam supaya beliau mentahniknya (mengunyahkan buah kurma kemudian dimasukkan ke dalam mulut bayi), Keesokan harinya aku bersamanya menemui Nabi, ketika itu beliau tengah berada di kebun, beliau mengenakan kain yang ada renda suternya dan tengah membuat tanda pada binatang yang diberikan kepada beliau pada hari penaklukan Kota Makkah."

Hadis lainnya mengenai peristiwa Abu Musa yang mentahnikkan anak pertamanya, demikian hadisnya:

صحيح البخاري ٥٧٣٠ : حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ الْعَلَاءِ حَدَّثَنَا أَبُو أُسَامَةَ عَنْ بُرَيْدِ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ أَبِي بُرْدَةَ عَنْ أَبِي بُرْدَةَ عَنْ أَبِي مُوسَى قَالَ وُلِدَ لِي غُلَامٌ فَأَتَيْتُ بِهِ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَسَمَاهُ إِبْرَاهِيمَ فَحَنَّنَهُ بِتَمْرَةٍ وَدَعَا لَهُ بِالْبُرْكَاةِ وَدَفَعَهُ إِلَيَّ وَكَانَ أَكْبَرَ وُلْدِ أَبِي مُوسَى

Artinya:

"Bukhari (berkata, nomor 5730), telah menceritakan kepada kami Muhammad bin al-Ala', telah menceritakan kepada kami Abu Usamah dari Buraid bin Abdullah bin Abu Burdah dari, Abu Burdah, dari Abu Musa dia berkata: Aku pernah memiliki seorang anak yang baru lahir, lalu aku serahkan kepada Nabi shallallahu 'alaihi wasallam, kemudian beliau memberinya nama Ibrahim dan mentahniknya (mengunyahkan kurma kemudian menyuapkan ke mulut bayi) dengan kurma, setelah itu beliau mendo'akannya dengan keberkahan, lalu beliau mengembalikannya kepadaku. Dan dia (anak tersebut) adalah anak yang paling besar dari anaknya Abu Musa."

Dalam hadis ini tampak jelas bahwa istri Abu Musa belum menyusukan anaknya. Setelah ditahnik, diberinama, dan didoakan berkah, dikembalikan kepada Abu Musa, dibawa pulang, barulah disusukan oleh ibu bayi, istri Abu Musa. Berikut contoh-contoh teks do'a ntuk bayi dalam ritual *tasmiyah*, memberi Nama) yang menyatu dengan 'aqiqah:

1. **بَارَكَ اللهُ لَكَ فِي الْمَوْهُوبِ لَكَ ، وَشَكَرْتَ الْوَاهِبَ ، وَبَلَغَ أَشُدَّهُ ، وَرَزَقْتَ
بِرِّهِ**
(Semoga Allah memberkahimu dalam anak yang diberikan kepadamu. Kamu pun bersyukur kepada Sag Pemberi, dan dia dapat mencapai dewasa serta kamu dikaruniai kebaikannya;
2. **إِنِّي أَعِيذُهَا بِكَ وَذُرِّيَّتَهَا مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ**
(Aku memohon perlindungan untuknya serta anak-anak keturunannya kepada (pemeliharaan) Engkau dari pada setan yang terkutuk. Q.S. Ali Imran (3: 36);
3. **اللَّهُمَّ فَقهْهُ فِي الدِّينِ وَعَلِّمَهُ التَّوْوِيلَ**
(Ya Allah berikanlah kefahaman baginya dalam urusan agama dan ajarkanlah dia ta'wil (tafsir ayat-ayat al-Qur'an).

Memperhatikan kedua hadis ini, tampak jelas bahwa makanan pertama yang masuk ke mulut bayi adalah tahnik Rasulullah, yaitu kunyahan kurma dari beliau. Tentu juga bercampur ludah beliau. Setelah itu barulah airususu ibu. Tidak ada keterangan apakah bayi mempeoleh asupan tambahan makanan atau tidak selama bayi menyusui kepada ibunya. Tetapi juga tidak ada keterangan bahwa si bayi, selain menyusui ibunya, juga tidak keterangan diberi makanan tambahan selain ASI. Kelihatannya tahnik itu hanya hak *prerogative* Rasulullah. Pasca beliau, tehnik memang dilakukan dalam acara aqiqahan, tetapi bentuk tahniknya dimodivikasi, yaitu menggunakan madu murni atau sari kurma murni yang sudah benbentuk cairan, jadi bukan dikunyah oleh si pentahnik.mengapa demikian? Banyak alasan, antara lain demi kesehatan si bayi, jangan sampai terkontaminasi bakteri yang berada di air liur pentahnik. Jika sang pentahnik dengan menggunakan kunyahan kurma terbiasa merokok, orang tua bayi lebih tidak rela untuk buah hatinya.

Hanya saja, sejarah umat manusia di Arab Saudi di era Rasulullah bukan merupakan era burukgizi, lemah fisik atau sekarang *stunting* karena

salah urus terhadap asupan bayi. Bayi tumbuh dewasa dan kuat fisik maupun ruhaninya. Indikator pernyataan ini antara lain :

1. Banyak sahabat dan tabi'in yang hafal Alquran dengan berbagai model *qira'ab*. Imam *Qira'ab sab'ah* (tujuh model bacaan) antara lain: Ibnu Kašîr al-Makki, Nafi' al-Madani, Ibnu Āmir asy-Syâmi. Ulama *Qiraat 'asyarah*, (10 model bacaan Alquran) antara lain: Abu Ja'far al-Madani, Khalaf, dan Ya'qub al-Bašri. Ulama *arba'ata 'asyara* (mampu membaca Alquran dengan 14 model bacaan) antara lain: Abu al-Faraj, al-Ḥasan al-Bašri, dan al-Muḥaišîn (Yunahar Ilyas, 2013: 165-169).
2. Banyak melakukan perang karena kegiatan dakwah Islamiyyah (Fatchurrahman, 1979: 184-185) dan dalam rangka membebaskan negara-negara yang dijajah dan diperas oleh imperium Byzantium untuk dimerdekakan. Perluasan wilayah Islam sangat mengagumkan di era klasik Islam. Peradaban dunia memang di bawah pengaruh Islam, ketika Barat masih sangat terbelakang. Berikut dikemukakan argumen, sekedar contoh betapa kaum muslimin antara abad 7 hingga abad 13 merupakan bangsa yang secara jasmani amat tangguh. Pemerintahan singkat Umar Bin Khatab mampu menguasai Siria, Persia sekarang Iran, dan Mesir (Hassan, 1968: 40-52). Pada masa pemerintahan Bani Umayyah, dinasti ini mampu menguasai Andalusia, sekarang disebut Spanyol bagian dari benua Eropa (Zahlul, 1979:251).
Kea rah Timur mampu menguasai sebagian daratan India, dan sekarang Banglades mapun Pakistan (Watt, 1990: 38). Kehancuran kaum muslimin atas keganasan bangsa Mongolia bukan karena kelemahan fisik dan kebodohan akal, melainkan lengah dengan keluasan wilayah dan kemakmuran yang berlebih hingga kurang bersemangat jihad membela Islam. Itulah sebabnya pada tahun 1258 M. Kerajaan Islam hancur lebur begitu singkat oleh tentara Mongolia di bawah pimpinan Hulagu khan dan Timur Lank (Syed Mahmudunnasir, 1988: 282) karena dari dalam juga terjadi pertentangan antar madzhab: sunni –Syi'ah yang berlarut-larut (Hassan, 1968: 257).
3. Banyak sahabat Nabi saw yang hafal hadis hingga ribuan, Abdullah Ibnu Umar hafal 2630 hadis, Anas bin Malik hafal 2286 hadis,

‘Aisyah binti Abi Bakar istri muda belia Rasulullah hafal 2210 hadis). Generasi berikutnya banyak ulama yang menyandang gelar kehormatan dalam ilmu hadis, umpama ulama yang bergelar *Amîrul mu’minîn fil hadîs* antara lain: Syu’bah bin al-Hajjaj, Ahmad bin Hanbal, Muslim, dan Bukhari. Mereka adalah orang yang menguasai dunia perhadisan di zamannya.

Sorang ulama diberi gelar *al-Hâkim* karena hafal lebih dari 300.000 hadis, umpama Ibnu Dinar, Imam Malik bin Anas, dan Imam Syafi’i. Seorang ulama diberi gelar *al-Hujjab* karena hafal 300.000 hadis, umpama Hisyam bin Urwah, Muhammad bin Abdullah bin ‘Amr, dan Abu Huzail Muhammadi bin Wahid. Seorang ulama diberi gelar *al-Hâfîz* karena hafal 100.000 hadis, umpama Syarafuddin ad-Dimyati, Ibnu Hajar al-‘Asqalani, dan Ibnu Daqiqil ‘id (Syuhudi Ismail, 1987: 34, 37-38). Iklim intelektualisme dalam berbagai bidang sangat subur. Karena itulah bisa disebut zaman kejayaan Islam. Watt mengistilahkanannya dengan *The Majesty that was Islam*. Aneka kemajuan dalam Islam klasik tidak mungkin terbentuk kalau tidak didukung oleh sumber daya insani yang sehat jasmani maupun ruhani. Kesehatan dua unsur kemanusiaan itu bermula dari kesehatan masa penyusuan anak yang rata-rata memakan waktu dua tahun.

Selanjutnya dinyatakan juga bahwa mentahnik bayi hanya sekali untuk mengawali penyusuan bayi. Setelah itu tidak ada kabar mentahnik berulang-ulang. Artinya dapat diteorisasi bahwa penyusuan anak bisa ASI Eksklusif bisa plus makanan tambahan. Jadi, peluang mbahwa pada era Rasulullah sudah menerapkan ASI Eksklusif untuk para bayi mereka. Seandainya disusui ASI Eksklusif, belum dapat diasumsikan mencapai empat bulan hingga enam bulan, melainkan melihat konsisi bayi maupun ibu yang menyusuinya. Jika pasca tahnik dan pemberian ASI Eksklusif kurang dari empat bulan umpamanya, ternyata bayi kurang puas dengan indikator rewel terus dan setelah diasupi makanan tambahan ternyata diam dan bisa tidur, tentu mulai saat itu sudah harus diberi asupan tambahan. Intinya, penerapan ASI Eksklusif terhadap para bayi di masa Rasulullah sudah menjadi tradisi.

4. Menghilangkan Najis dari Kencing Bayi

Sejumlah hadis tentang bagaimana mencuci, dalam arti menghilangkan najis, air kencing bayi menyebutkan bahwa air kencing bayi laki-laki cukup diperciki atau disiram air, sementara air kencing bayi perempuan dibasuh bersih. Demikian hadis yang dimaksud:

سنن أبي داود ٣٢١: حَدَّثَنَا مُجَاهِدُ بْنُ مُوسَى وَعَبَّاسُ بْنُ عَبْدِ الْعَظِيمِ الْعَنْبَرِيُّ الْمَعْنَى قَالَا حَدَّثَنَا عَبْدُ الرَّحْمَنِ بْنُ مَهْدِيٍّ حَدَّثَنِي يَحْيَى بْنُ الْوَلِيدِ حَدَّثَنِي مَحَلٌ بْنُ خَلِيفَةَ حَدَّثَنِي أَبُو السَّمْحِ قَالَ كُنْتُ أَخْدُمُ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَكَانَ إِذَا

أَرَادَ أَنْ يَغْتَسِلَ قَالَ وَلَنِي فَفَاكِ فَأَوْلِيهِ فَقَايَ فَأَسْتَرَهُ بِهِ فَأَتَيْتُ بِحَسَنٍ أَوْ حُسَيْنٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا فَبَالَ عَلَى صَدْرِهِ فَجِئْتُ أُعْسَلُهُ فَقَالَ يُغَسَّلُ مِنْ بَوْلِ الْجَارِيَةِ وَيُرْشُ مِنْ بَوْلِ الْغُلَامِ قَالَ عَبَّاسُ حَدَّثَنَا يَحْيَى بْنُ الْوَلِيدِ قَالَ أَبُو دَاوُدَ وَهُوَ أَبُو

الرُّعْرَاءِ قَالَ هَارُونَ بْنُ تَمِيمٍ عَنِ الْحَسَنِ قَالَ الْأَبُؤَالُ كُلُّهَا سِوَاءِ

Artinya:

“Sunan Abu Daud 321, dia berkata: Telah menceritakan kepada kami Mujahid bin Musa dan Abbas bin Abdul Azhim al-Anbari secara makna, mereka berdua berkata: Telah menceritakan kepada kami Abdrurrahman bin Mabdi, telah menceritakan kepadaku Yahya bin al-Walid, telah menceritakan kepadaku Mubill bin Khalifah, telah menceritakan kepadaku Abu as-Samb, dia berkata: Saya pernah melayani Nabi shallallahu 'alaihi wasallam. Apabila beliau hendak mandi, beliau bersabda: Belakngilah aku. Maka saya pun membelakangi beliau, lalu saya menutupi beliau (sewaktu mandi) dengancara membelakangi beliau itu. Setelah itu dibawalah Hasan dan Husain radliyallahu 'anhuwa kepada beliau, lalu mereka kencing di atas dada beliau. Maka saya datang untuk mencucinya, namun beliau bersabda: "Kencing anak perempuan itu di cuci, sedangkan kencing anak laki-laki cukup diperciki. Abbas berkata: Telah menceritakan kepada kami Yahya bin al-Walid. Abu Dawud berkata: Dia adalah Abu az-Za'ra`. Harun bin Tamim berkata: dari al-Hasan, dia

berkata: Semua kencing itu samasaja antara bayi laki-laki dan bayi perempuan.”

Hadis ini dinyatakan sahih oleh Albani, ulama pentahqiq (meneliti kualitas hadis apakah sahih, hasan, da'if atau palsu) hadis handal. Hadis semakna diriwayatkan oleh an-Nasa'i sebagai berikut:

سنن النسائي ٣٠٢: أخبرنا مجاهد بن موسى قال حدثنا عبد الرحمن بن مهدي قال حدثنا يحيى بن الوليد قال حدثني محل بن خليفة قال حدثني أبو السمح قال

قال النبي صلى الله عليه وسلم يغسل من بول الجارية ويرش من بول الغلام

Artinya:

“Sunan Nasa'i 302, dia berkata, Telah mengabarkan kepada kami Mujahid bin Musa, dia berkata: Telah menceritakan kepada kami Abdurrahman bin Mahdi, dia berkata: Telah menceritakan kepada kami Yahya bin al-Walid, dia berkata: Telah menceritakan kepadaku Mubil bin Khalifah, dia berkata: Telah menceritakan kepadaku Abu Samah, dia berkata: Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam bersabda: "Air kencing bayi perempuan dicuci, sedangkan air kencing bayi laki-laki cukup disiram.”

Hadis lainnya sama lafalnya hanya berbeda rangkaian sanadnya juga menyebutkan air kencing bayi laki-laki cukup disiram dan air kencing bayi perempuan dicuci, yaitu dalam Sunan Ibnu Majah hadis nomor 519 dan dinyatakan sahih oleh Albani, Shahih Ibnu Khuzaimah nomor hadis 283, dan al-Hakim dalam *al-Mustadrak* hadis nomor 589.

Kata *ghasala yaghshilu* berpadanan dalam Bahasa Indonesia mencuci atau membasuh (Warson, 1984: 1079), sedang padanan kata *rasya yurasyi* dalam Bahasa Indonesia memerciki atau menyiram (Warson, 1984: 535). Fakta menarik dari kelima hadis di atas, bahwa metode mencuci air kencing laki-laki berbeda dari air kencing bayi perempuan. Air kencing bayi laki-laki cukup disiram air, sementara air kencing perempuan dicuci atau dibasuh. Dalam kata membasuh terkandung pengertian bahwa hasil basuhan mengandaikan material air kencing harus hilang dari tempat di mana air kencing itu berada, umpama dari tubuh manusia. Sedang kata siram tidak mengandung

aktifitas sengaja menghilangkan material air kencing. Mungkin, dengan hanya disiram, material air kencing sudah netral dan hablur dari air siraman tersebut.

Dari perbedaan metode penyucian ini menimbulkan perbedaan konsep tentang najis. Air kencing bayi laki-laki dihukumi najis *mukhafafah*, artinya najis ringan dan air kencing bayi perempuan dihukumi najis *mutawasithah*, artinya najis sedang atau lebih berat daripada najis *mukhafafah*. Atas dasar perbedaan metode mensucikan air kencing antara bayi laki-laki dan bayi perempuan, Fikri menyebutkan bahwa urea bayi laki-laki lebih rendah, sedangkan urea bayi perempuan lebih tinggi (nu.or.id). Itulah sebabnya, Rahimah, teman kerja penelitian Fikri menyatakan bahwa metode menetralkan zat urea disesuaikan dengan volume kandungan urea. Kandungan urea bayi laki-laki jauh lebih sedikit daripada kandungan urea bayi perempuan (nu.or.id). Karena itulah menghilangkan najis air kencing bayi laki-laki cukup disiram, sementara menghilangkan najis dari air kencing bayi perempuan harus dibasuh.

Penelitian Fikri dan Rahimah, masih anak SMA IPA, korelat dengan penelitian Rihaul Wahdah. Rihaul Wahdah menyebutkan bahwa pada urin bayi laki-laki, urin (NH_3) terikat dalam urin dan sedikit mengikat microbial sehingga mudah larut dalam air. Artinya urin bayi laki-laki cukup disiram dengan air sudah hablur atau larut dalam air. Sementara itu urin (NH_3) mengikat lebih banyak microbial sehingga tidak mudah larut kedalam air (Rihaul Wahdah, 2013). Itulah sebabnya air kencing bayi perempuan harus dibasuh kalau ingin menetralkan dari apapun yang tersiram oleh air kencing bayi perempuan.

Hasil penelitian Ashil Muhammad Ali dan Muhammad Shalih dari Universitas Dohuk Irak memperkuat dua hasil penelitian yang telah disebutkan. Ihtisar hasil penelitian kedua ilmuwan ini dapat jelaskan sebagai berikut :

1. Pada kelompok umur nol sampai 30 hari, prosentase keberadaan bakteri dalam urin bayi perempuan 95, 44% lebih banyak dibandingkan pada urin bayi laki-laki. Jumlah bakteri di bidang mikroskopis untuk urin bayi perempuan mencapai 41, 9, sedangkan pada bidang sesamanya untuk bayi laki-laki hanya berjumlah 2.

2. Pada kelompok umur (dari satu bulan sampai dua bulan) prosentase keberadaan bakteri dalam urin bayi perempuan 91,48% lebih banyak dibandingkan pada urin bayi laki-laki, di mana jumlah bakteri di bidang mikroskopis untuk urin bayi perempuan mencapai 24,1 sementara jumlah dalam bayi laki-laki hanya 2,25.
3. Pada kelompok umur 2-3 bulan, prosentase keberadaan bakteri dalam urin bayi perempuan 93,69% lebih banyak dibandingkan pada urin bayi laki-laki. Jumlah bakteri di bidang mikroskopis untuk urin bayi perempuan mencapai 24,1. Sementara jumlah pada kasus bayi laki-laki hanya 1,6.
4. Pada kelompok usia lebih dari 3 bulan, prosentase bakteri dalam urin bayi perempuan 69% lebih banyak dibandingkan pada urin bayi laki-laki, di mana jumlah bakteri di bidang mikroskopis untuk urin bayi perempuan 13,9 sementara dalam kasus urin bayi laki-laki jumlahnya 6,8.

Kesimpulannya, prosentase bakteri pada perempuan tinggi sejak hari-hari awal usianya, tanpa melihat perkembangan umur dan terlepas dari apakah dia sudah mulai mengonsumsi makanan atau tidak. Adapun bagi bayi laki-laki, keberadaan bakteri jauh lebih rendah pada hari-hari pertama usianya (Islampos.com).

Pertanyaan lebih lanjut dirumuskan: Mengapa kandungan bacterial pada air kencing bayi perempuan jauh lebih banyak dari pada kandungan bacterial pada air kencing bayi laki-laki? Urin bayi laki-laki yang masih menyusu, yang hanya mengonsumsi ASI saja (susualami) tidak mengandung bakteri jenis apapun. Sementara pada bayi perempuan yang hanya masih menyusu ASI saja telah mengandung beberapa jenis bakteri. Saluran kencing perempuan lebih pendek daripada saluran pada laki-laki, di samping sekresi kelenjar prostat yang ada pada laki-laki berperan membunuh kuman. Oleh karena itu urin bayi laki-laki yang belum memakan makanan selain ASI tidak mengandung bakteri berbahaya. Karena saluran perempuan lebih pendek, maka lebih mudah bagi bakteri berpindah ke kandung kemih. Bakteri cepat berpindah dari ujung sistem pencernaan ke saluran kemih. Kebanyakan bakteri tersebut adalah bakteri coliform (Islampos.com).

Dinyatakan di sini bahwa penelitian-penelitian tersebut mengambil objek urin bayi laki-laki dan urin bayi perempuan yang masih mengonsumsi ASI Eksklusif. Hasilnya menyebutkan bahwa kandungan

bakteri, urea, dan urin (NH_3) pada air kencing bayi laki-laki jauh lebih sedikit dibanding bayi perempuan. Sabda Nabi saw mengenai metode menghilangkan najis pada air kencing bayi laki lebih ringan dibanding bayi perempuan. Dengan demikian dapat dipahami bahwa petunjuk Nabi saw tentang metode menghilangkan najis terhadap air kencing bayi laki-laki dan air kencing bayi perempuan sangat mengherankan secara rasional. Oleh karena itu, penulis berkesimpulan bahwa petunjuk Nabi saw untuk menghilangkan najis air kencing tidak mungkin muncul dari pikiran manusia biasa, melainkan muncul dari pengalaman profetik-transendental.

Jika sang bayi sudah diberi makanan tambahan, apakah susuformula atau makanan-makanan lain yang lembut dan mengenyangkan, tentu kandungan urin bayi sudah kompleks, bau air kencing semakin pesing dan lebih pekat (alodoter.com). Dengan demikian, kandungan air kencing bayi yang sudah lebih kompleks bercampur dengan limbah makanan tambahan yang diproses dalam pencernaan bayi. Ketika air kencing bayi sudah lebih pekat dan lebih pesing, apakah itu air kencing laki-laki maupun perempuan, tentu samasaja dalam status najasahnya, yaitu najis *mutawasithab*. Artinya, pada zaman Nabi pun sudah berlaku ASI Eksklusif. Hanya bedanya dengan zaman modern ini, kalau zaman Nabi bayi ditahnik dulu kemudian diasupi ASI Eksklusif, sementara menurut teori kebidanan modern bayi tidak boleh diasupi selain ASI Eksklusif. Akan tetapi, dengan model ASI Eksklusif nontahnik dapat menghilangkan ritual 'aqiqahan yang unsurnya mencakup: menyembelih hewan sebagai tanda syukur, mentahnik, memberi Nama, mencukur rambut yang tumbuh di kepala, dan do'a barakah.

Sebagai bukti bahwa di era Nabi saw sudah menerapkan ASI Eksklusif, bersama ini diketengahkan hadis Nabi sebagai berikut:

صحيح البخاري ٢١٦: حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ يُوسُفَ قَالَ أَخْبَرَنَا مَالِكٌ عَنْ ابْنِ سِيَابٍ عَنْ عُبَيْدِ اللَّهِ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عُتْبَةَ عَنْ أُمِّ قَيْسِ بِنْتِ مَحْصَنٍ أَنَّهَا أَتَتْ بِابْنِ لَهَا صَغِيرٌ لَمْ يَأْكُلِ الطَّعَامَ إِلَى رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَأَجْلَسَهُ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فِي حُجْرِهِ فَبَالَ عَلَى تَوْبِهِ فَدَعَا بِمَاءٍ فَغَسَّحَهُ وَلَمْ يَغْسِلْهُ

Artinya:

"Shahih Bukhari 216: Telah menceritakan kepada kami 'Abdullah bin Yusuf berkata: telah mengabarkan kepada kami Malik dari Ibnu Syihab dari 'Ubaidullah bin 'Abdullah bin 'Utbah dari Ummu Qais binti Mihsban,

bahwa dia datang menemui Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam dengan membawa anaknya yang masih kecil dan belum makan makanan. Rasulullah lalu mendudukkan anak kecil itu dalam pangkuannya sehingga dia kencing dan mengenai pakaian beliau. Kemudian beliau minta diambilkan air lalu memercikkannya dan tidak mencucinya.”

سنن أبي داود ٣٢٢: حَدَّثَنَا مُسَدَّدٌ حَدَّثَنَا يَحْيَى عَنْ ابْنِ أَبِي عَرُوبَةَ عَنْ قَتَادَةَ عَنْ أَبِي حَرْبِ بْنِ أَبِي الْأَسِّ بَوْلَ الْجَارِيَةِ وَيَنْصَحُ مِنْ بَوْلِ الْغُلَامِ مَا لَمْ يَطْعَمْ قَالَ قَتَادَةُ هَذَا مَا لَمْ يَطْعَمَا الطَّعَامَ فَإِذَا طَعَمَا غُسِلَا جَمِيعًا

Artinya:

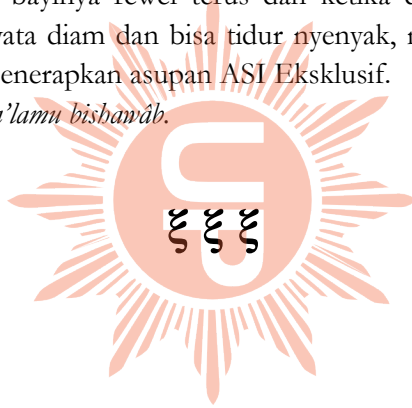
“Sunan Abu Daud 322: Telah menceritakan kepada kami Musaddad telah menceritakan kepada kami Yahya dari Ibnu Abu Arubah dari Qatadah dari Abu Harb bin Abu al-Aswad dari Ayahnya dari Ali radliyallahu 'anhu dia berkata: Kencing anak perempuan dicuci sedangkan kencing anak laki-laki cukup diperciki, selama dia belum makan. Qatadah berkata hal ini berlaku selagi keduanya, bayi laki-laki maupun perempuan, belum makan. Ketika keduanya sudah makan, maka kencingnya dibasuh semua.”

Hadis Sahih riwayat Imam Bukhari menyebutkan bayi yang menyusui *لَمْ يَأْكُلِ الطَّعَامَ* (selagi belum memakan makanan), sementara hadis *maqbil* Abu Dawud menyebutnya *مِنْ بَوْلِ الْغُلَامِ مَا لَمْ يَطْعَمْ* (dari kencing anak laki-laki yang belum makan makanan) menunjukkan telah berlaku tradisi ASI Eksklusif. Hanya saja, bayi sudah ditahnik. Ketika sang bayi laki-laki atau perempuan sudah diasupi makanan tambahan, maka metode membersihkan dari air kencingnya harus dibasuh semua. Dengan demikian penerapan ASI Eksklusif dihentikan, tidak strik menunggu empat bulan atau enam bulan. Tradisi tahnik tidak dikonsepsikan dalam Ilmu kebidanan modern karena sains murni bersifat sekularistik sehingga harus terbebas dari kepercayaan, keimanan, mitos, dan sebagainya. Ditambahkan di sini bahwa tahnik Rasulullah bukan mitos karena secara prinsip yang dilakukan oleh beliau adalah Sunnah *fi'liyyah* dan bersumber dari wahyu sebagaimana pernah dijelaskan dalam Surat an-Njm ayat tiga dan empat.

Mengenai batasan waktu empat hingga enam bulan masa asupan ASI Eksklusif menurut teori terapan ilmu kebidanan, hingga sekarang pun dalam kondisi tertentu tetap relatif dan bersifat probabilitas. Mengapa?

Secara umum, ibu-ibu yang menyusui, betapapun mereka tinggal di pelosok pedesaan, umumnya sudah memahami konsep ASI Eksklusif. Namun karena bayinya rewel terus dan ketika dicoba diberi makanan tambahan ternyata diam dan bisa tidur nyenyak, maka saat itu tidak lagi sang ibu bayi menerapkan asupan ASI Eksklusif.

Walláhu a'lamu bishawâb.



UNIMIMUS PRESS

BAB IV

KOMPOSISI DAN UPAYA MEMPERBANYAK ASI

4.1. Komposisi ASI

ASI menurut stadium laktasi dibedakan menjadi :

a. Kolostrum

1. Merupakan cairan yang pertama kali disekresi oleh kelenjar payudara, mengandung *tissue debris* dan *residual material* yang terdapat dalam alveoli dan duktus dari kelenjar payudara sebelum dan setelah masa puerperium;
2. Disekresi oleh kelenjar payudara dari hari ke 1 sampai ke 3;
3. Komposisi dari kolostrum ini dari hari ke hari selalu berubah;
4. Merupakan cairan viscous kental dengan warna kekuning-kuningan lebih kuning dibandingkan dengan susu matur;
5. Merupakan pencemar yang ideal untuk membersihkan mekonium dari usus bayi yang baru lahir dan mempersiapkan saluran pencernaan makanan bayi bagi makanan yang akan datang;
6. Lebih banyak mengandung protein dibandingkan dengan ASI matur, tetapi berlainan dengan ASI yang matur, pada kolostrum protein yang utama adalah globulin (gamma globulin);
7. Lebih banyak mengandung antibody dibandingkan dengan ASI matur, dan dapat memberikan perlindungan bagi bayi sampai umur 6 bulan;
8. Kadar karbohidrat dan lemak rendah jika dibandingkan dengan ASI matur;

9. Mineral, terutamanya natrium kalium dan klorida lebih tinggi jika dibandingkan dengan susu matur;
10. Total energi rendah jika dibandingkan dengan susu matur hanya 58 Kal\100 ml kolostrum;
11. Vitamin yang larut dalam lemak lebih tinggi jika dibandingkan dengan ASI matur, sedangkan vitamin yang larut dalam air dapat lebih tinggi atau lebih rendah;
12. Bila dipanaskan akan menggumpal, sedangkan ASI matur tidak;
13. pH lebih alkalis dibandingkan dengan ASI matur;
14. Lipidnya lebih banyak mengandung kolesterol dan lesitin dibandingkan dengan ASI matur;
15. Terdapat tripsin inhibitor sehingga hidrolisis protein didalam usus bayi menjadi kurang sempurna. Hal ini akan lebih banyak menambah kadar antibody pada bayi;
16. Volume berkisar 150-300 ml/24 jam.

b. Air Susu Masa Peralihan

1. Merupakan ASI peralihan dari kolostrum sampai menjadi ASI yang matur;
2. Disekresi dari hari ke 4 sampai ke 10 dari masa laktasi, tetapi ada pendapat ASI matur bsru terjadi pada minggu ke 3 sampai minggu ke 5;
3. Kadar protein makin rendah sedangkan kadar karbohidrat dan lemak semakin meningkat dan volume juga semakin meningkat;
4. Komposisi ASI menurut Klein I.S dan Osten J.M dalam satuan gram\100 ml.

c. Air Susu Matur

1. Merupakan ASI yang disekresi pada hari ke 10 dan seterusnya, komposisi relative konstan (ada pendapat menyatakan komposisi ASI relative konstan mulai minggu ke 3 sampai minggu ke 5);
2. Merupakan cairan berwarna putih kekuningan yang diakibatkan warna dari Ca-casein, riboflavin dan karoten yang terdapat didalamnya;
3. Tidak menggumpal jika dipanaskan;
4. Terdapat antimicrobial faktor, antara lain :
 - a) Antibodi terhadap bakteri dan virus
 - b) Sel (fagosit granulosit dan makrofag serta limfosit tipe T)
 - c) Enzim (lisosim, laktoperosidase, lipase, katalase, fosfatase, amylase, fosfodiesterase, alkalifosfatase).
 - d) Protein (laktoferin, B12 binding protein).
 - e) Resistance factor terhadap stafilokokus
 - f) Komplemen
 - g) Interferon producing cell
 - h) Sifat biokimia yang khas, kapasitas buffer yang rendah dan adanya factor bifidus.
 - i) Hormon-hormon
5. Laktoferin merupakan suatu iron binding protein yang bersifat bakterioastatik kuat terhadap *Escherichia coli* dan juga menghambat pertumbuhan *Candida albicans*;
6. *Lactobacillus bifidus* merupakan koloni kuman yang memetabolisir laktosa menjadi asam laktat yang menyebabkan rendahnya pH sehingga pertumbuhan kuman pathogen dapat dihambat;
7. Imunoglobulin memberikan mekanisme pertahanan yang efektif terhadap bakteri dan virus (terutama IgA) dan bila bergabung

dengan komplemen dan lisozim merupakan suatu antibacterial non spesefik yang mengatur pertumbuhan flora usus;

8. Faktor leukosit pada pH ASI mempunyai pengaruh mencegah pertumbuhan kuman patogen (efek bakteristatis dicapai pada pH sekitar 7,2).

Tabel 1. *Komposisi Kolostrum, ASI dan Susu Sapi*

Kandungan ASI	Kolostrum	ASI	Susu Sapi
Energi (k.kal)	58.0	70.0	65.0
Protein	2.3	0.9	3.4
Whey	-1:1,5	1:1,2	-
Kasein (mg)	14.0	187.0	-
Laktalbumin (mg)	218.0	161.0	-
Laktoferin (mg)	330.0	167.0	-
IgA (mg)	364.0	142.0	-
Laktosa (gr)	5,3	7.3	4.8
Lemak (gr)	2,9	4.2	3.9
Vitamin			
Vitamin A (ug)	151.0	75.0	41.0
Vitamin B (ug)	1.9	14.0	13.0
Vitamin B2 (ug)	30.0	40.0	145.0
Asam nikotinik (ug)	75.0	160.0	82.0
Vitamin B6 (ug)	-12.0	-15.0	64.0
Asam pantotenik (ug)	188.0	246.0	340.0
Biotin (ug)	0.06	0.6	2.8
Asam folat (ug)	0.05	0.1	0.13
Vitamin B 12 (mg)	0.05	0.1	0.6
Vitamin C (mg)	5.9	5.0	1.1
Vitamin D (ug)	-0.04	0.2	0.02
Kalsium (mg)	39.0	35.0	130.0
Klorin (mg)	8.5	40.0	108.0
Tembaga (mg)	40.0	40.0	14.0
Zat Besi (mg)	70.0	100	70.0
Magnesium (mg)	4.0	4.0	12.0
Fosfor (mg)	14.0	15.0	120.0
Porasium (mg)	74.0	57.0	145.0
Sodium (mg)	48.0	15.0	58.0

Kandungan ASI	Kolostrum	ASI	Susu Sapi
Sulfur (mg)	22.0	14.0	30.0

4.2. Upaya Memperbanyak ASI



Gambar 2. *Ilustrasi Produksi ASI*

Seiring waktu, tubuh Anda akhirnya belajar berapa banyak ASI untuk menghasilkan didasarkan pada pengeluaran ASI dari payudara Anda. Ketika payudara Anda kosong, ini memberitahu tubuh Anda untuk membuat lebih banyak ASI. Demikian juga, payudara penuh sinyal tubuh Anda untuk mengurangi produksi susu. Mengosongkan payudara dengan sering selama tahap awal menyusui akan membantu memastikan bahwa Anda memiliki produksi ASI yang baik.

Berikut ini adalah cara-cara untuk memperbanyak produksi ASI :

- Sering menyusui. Ini kunci terpenting untuk meningkatkan produksi ASI. Produksi ASI akan lancar jika payudara sebagai gudang ASI terus-menerus dirangsang. Caranya, tingkatkan frekuensi bayi menyusui selama 72 jam pertama kelahirannya atau dengan memerah ASI. Semakin sering penyaluran ASI dengan isapan bayi, produksi ASI akan meningkat secara alamiah;
- Kosongkan kedua payudara saat menyusui. Pastikan bayi anda menyusui cukup lama untuk mengosongkan kedua payudara Anda;
- Jangan menjadwalkan menyusui. Susui bayi kapanpun ia memerlukannya;

- d. Biarkan bayi Anda menikmati “*cluster feed*” (minum ASI terus menerus dan sering, nyaris tanpa jeda; biasanya sore hari sebelum tidur). Bila jadwal minum biasanya 2-3 jam dan tiba-tiba berubah jadi lebih rapat, kemungkinan besar bayi sedang mengalami *growth spurt* dan memerlukan asupan lebih banyak;
- e. Coba menyusui bergantian. Bila ia bosan dengan putting payudara kiri, tawarkan putting payudara kanan sehingga ia tak lagi menghisap. Fungsi utama saluran ASI adalah untuk mengalirkan dan membawa ASI dari pabriknya, bukan untuk menyimpan. Jadi, ASI yang sudah diproduksi di pabrik ASI (payudara) sebaiknya langsung dialirkan melalui saluran ASI (puting) dengan menikmati waktu menyusui. Isapan bayi akan mengosongkan maksimal 70 persen ASI dari payudara, untuk kemudian memproduksi kembali secara alamiah;
- f. Pijat oksitosin
Saat bayi malas menghisap, ibu dapat membantu memijat oksitosin untuk meneruskan aliran ASI saat ia sudah tidak minum sendiri. Bila ibu mengalami mastitis, ibu juga bisa kompres air hangat & air dingin bergantian. Untuk mencegah mastitis, jangan mencuci putting setelah menyusui karena hanya akan mengakibatkan putting jadi kering dan iritasi. ASI sudah mengandung banyak elemen untuk mencegah bakteri dan jamur tumbuh, dan telah mengandung pelindung alami untuk ibu dan bayi. Sewaktu mandi, bisa diusap dengan busa sabun seperti pada seluruh tubuh, seperti mandi biasa saja;



Gambar 3. *Ilustrasi Pijat Oksitosin*

- g. Kadang bayi Anda tidur terus tanpa terbangun. Di malam hari, usahakan bangun untuk menyusui bayi Anda;

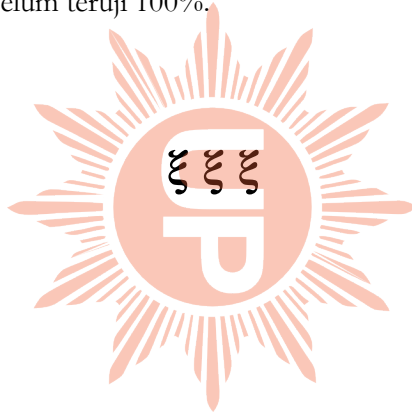
- h. Pompa ASI setelah selesai menyusui, terutama bila Anda merasa payudara belum terasa kosong. Bila anda ibu bekerja, cobalah memompa 15 menit setiap beberapa jam sekali saat bekerja. Gunakan pompa yang dapat memompa 2 payudara sekaligus, ini lebih menstimulasi produksi ASI dibandingkan yang hanya satu bergantian;
- i. Ciptakan kontak kulit dengan bayi. Misalnya membelainya dan mengajaknya berkomunikasi. Hal ini akan memicu hormon oksitosin (hormon cinta) yang akan berperan dalam produksi ASI Anda;
- j. Susui sambil berbaring di ranjang, akan membantu anda lebih relaks dan membuat bayi Anda menyusui lebih lama;
- k. Jangan tidur telungkep. Ini bisa menekan payudara Anda dan menurunkan produksi ASI Anda;
- l. Saat Anda harus melakukan sesuatu, misalkan menyapu, taruh bayi Anda di gendongan/sling, jadi ia bisa menyusui bila ia mau. Gendongan yang baik adalah yang menghadap ke ibu, bukan bayi menghadap ke depan. Tentunya, sesuaikan dengan usianya;
- m. Hindari dot dan empeng untuk menghindari bingung puting. Karena menghisap dari dot dan empeng lebih gampang, sementara dari puting lebih susah, bila anak kebiasaan ngempeng dot, maka ia akan menolak puting. Jika ibu ingin memberikan ASI peras/pompa (ataupun memilih susu formula) berikan ke bayi dg menggunakan sendok, bukan dot! Saat ibu memberikan dg dot, maka anak dapat mengalami BINGUNG PUTING tersebut, Kondisi dimana bayi hanya menyusui di ujung puting seperti ketika menyusui dot. Padahal, cara menyusui yang benar adalah seluruh areola (bag. gelap di sekitar puting payudara) ibu masuk ke mulut bayi. Akhirnya, si kecil jadi ogah menyusui langsung dari payudara lantaran ia merasa betapa sulitnya mengeluarkan ASI. Sementara kalau menyusui dari botol, hanya dengan menekan sedikit saja dotnya, susu langsung keluar. Karena itu hindari penggunaan dot sama sekali;
- n. Hindari menggunakan pil KB saat menyusui, untuk pencegahan kehamilan gunakan spiral. Beberapa ibu takut dengan spiral, tapi carilah informasi dokter kandungan yang ahli memasang spiral (berpengalaman). Selain sangat praktis, juga hemat biaya dan tidak mengandung hormon sehingga aman untuk produksi ASI Anda;
- o. Jangan merokok! Bukan hanya dapat menurunkan produksi ASI, nikotin dalam rokok bisa ikut masuk ke dalam aliran ASI dan meracuni si Kecil. Perokok pasif juga meningkatkan resiko SIDS (sindrom bayi mati mendadak), resiko asma, bronkitis, dan pneumonia;

- p. Banyak minum air putih. Bahan utama produksi ASI adalah Air. Jadi pastikan anda banyak minum air, bisa berupa air putih, susu, jus dan sup;
- q. Batasi kafein (kopi/teh/soda). Kafein pada kopi, teh, soda dan coklat sedikit-banyak bisa ikut masuk ke aliran ASI dan menimbulkan gangguan tidur pada si Kecil;
- r. Rileks saat menyusui, jangan terburu-buru. Kondisi psikologis ibu menyusui sangat menentukan keberhasilan ASI eksklusif. Menurut hasil penelitian, > 80% lebih kegagalan ibu menyusui dalam memberikan ASI eksklusif adalah faktor psikologis ibu menyusui. Satu pikiran “ASI peras saya cukup gak ya?” maka pada saat bersamaan ratusan sensor pada otak akan memerintahkan hormon oksitosin (produksi ASI) utk bekerja lambat. Dan akhirnya produksi ASI menurun. Stres berperan besar untuk menurunkan kemampuan alami tubuh kita untuk memproduksi ASI. Carilah tempat tenang untuk memompa ASI, putar musik lembut sambil memandang foto bayi Anda saat Anda memompa ASI di kantor. Disini sebetulnya peran besar sang ayah. Jika ayah mendukung maka ASI akan lancar. Mendukung bisa dengan berbagai cara mulai dari menyemangati istri hingga hal-hal lain seperti menyendawakan bayi setelah menyusui, menggendong bayi utk disusukan ke ibunya, dsbnya;
- s. Banyak istirahat. Anda bisa tidur saat bayi Anda tidur di siang hari, untuk menghemat tenaga dan menghindarkan Anda dari stress. Jangan ragu meminta bantuan dari suami, asisten atau nenek si Kecil saat Anda membutuhkan bantuan;
- t. Makan makanan sehat bergizi. Jangan diet dulu atau terburu-buru ingin menurunkan berat badan saat Anda menyusui. Makan banyak sayur, buah, gandum, susu;
- u. Konsumsi “*galactagogue*” (bahan alami untuk meningkatkan produksi ASI) seperti: *Fenugreek*, Fennel Seed atau Blessed Thistle. *Fenugreek* merupakan tanaman herbal yang berasal dari daerah Mediterania. *Fenugreek* digunakan di seluruh dunia telah digunakan oleh perempuan selama berabad-abad sebagai “*galactagogue*”. *Fenugreek* mengandung diosgenin, sebuah estrogen nabati, yang telah terbukti untuk meningkatkan aliran susu pada wanita menyusui untuk membantu mendukung produksi ASI. Tidak seperti suplemen *Fenugreek* tersedia di pasaran yang harus diminum hingga 8 kapsul per hari, *Fenugreek* dari Fairhaven Health memiliki komposisi unik

konsentrat ekstrak bubuk biji *Fenugreek* (8:1), memberikan dosis setara dengan 2000 mg dari *fenugreek* standard umumnya, hanya dalam 2 kapsul veggio setiap harinya. Ibu menyusui dapat melihat peningkatan produksi ASI-nya dalam 2-3 hari pertama setelah mulai suplementasi dengan *fenugreek* ini, dengan efektivitas penuh dicapai dalam waktu 2 minggu. Penggunaan jangka panjang dapat untuk membantu mempertahankan produksi ASI;

- v. Pilihan bagi yang suka minum teh, Fennel Seed dan Blessed Thistle yang terkandung dalam *Nursing Time Tea*, membantu meningkatkan produksi susu untuk perawatan ibu dan membantu meringankan keluhan pencernaan baik untuk ibu dan bayinya. *Nursing Time Tea* yang tidak mengandung kafein ini adalah teh alami yang diciptakan untuk membantu ibu menyusui memperbanyak ASI juga melancarkan pencernaan. Kandungan herbal alami dalam *Nursing Time Tea* telah digunakan selama ratusan tahun di Amerika untuk meningkatkan laktasi yang sehat dan memulihkan kondisi ibu setelah melahirkan;
- w. Hindari pemberian susu formula. Terkadang karena banyak orangtua merasa bahwa ASInya masih sedikit atau takut anak gak kenyang, banyak yg segera memberikan susu formula. Padahal pemberian susu formula itu justru akan menyebabkan ASI semakin tidak lancar. Anak relatif malas menyusu atau malah bingung puting terutama pemberian susu formula dg dot. Begitu bayi diberikan susu formula, maka saat ia menyusu pada ibunya akan kekenyangan. Sehingga volume ASI makin berkurang. Makin sering susu formula diberikan makin sedikit ASI yg diproduksi;
- x. Hindari obat-obatan yang mengandung antihistamin (obat anti alergi klorfeniramin maleat, deksklorfeniramin maleat, doksilamin) dan dekonjestan (biasa ditemukan pada obat pelega hidung tersumbat, bentuknya bisa berupa fenilpropanolamin, fenilefrin, efedrin, pseudoefedrin) karena bisa menurunkan produksi ASI. Bila Anda terserang flu, obati secara alami dengan mandi air hangat, minum minuman hangat dan sup ayam serta banyak istirahat;
- y. Hangatkan hubungan dengan suami (Anda boleh berhubungan lagi setelah 4-6 minggu setelah kelahiran, Keluarnya lochia, darah dari vagina selama masa nifas yang mengindikasikan terjadinya pemulihan rahim, bisa berlangsung 3-8 minggu, tunggu sampai proses ini selesai). Nikmati kedekatan Anda berdua saat si Kecil sudah tidur, karena hormon oksitosin yang ditimbulkan akan membantu produksi ASI anda. Kosongkan dulu payudara Anda dengan memompa ASI didalamnya. Dan jangan lupa,

gunakan KB bila Anda belum mau memberikan adik untuk si Kecil. Meskipun menyusui adalah KB alami, persentase pencegahan kehamilannya belum teruji 100%.



UNIMIMUS PRESS

BAB V

MANFAAT ASI

Suatu kenyataan bahwa mortalitas (angka kematian) dan morbiditas (angka terkena penyakit) pada bayi ASI eksklusif jauh lebih rendah dibanding dengan bayi yang tidak mendapatkan ASI. Anak yang sehat tentu akan lebih berkembang 10 kepandaianya dibanding anak yang sering sakit terutama bila sakitnya berat. Perkembangan kecerdasan anak sangat berkaitan erat dengan pertumbuhan otak. Faktor utama yang mempengaruhi pertumbuhan otak anak adalah gizi yang diterima saat pertumbuhan otak, terutama saat pertumbuhan otak cepat (Roesli, 2016). Bayi yang sering berada dalam dekapan ibunya karena menyusui, dapat merasakan kasih sayang ibu dan mendapatkan rasa aman, tenteram dan terlindung. Hal inilah yang menjadi dasar perkembangan emosi bayi, yang kemudian membentuk kepribadian anak menjadi baik dan penuh percaya diri (Arini, 2015).

ASI Kaya Akan Zat Penting Bila dibandingkan ASI dengan produk susu kalengan atau formula untuk sang buah hati, ASI tetap terunggul dan tak terkalahkan. Karena ASI memiliki semua kandungan zat penting yang dibutuhkan oleh sang bayi seperti; DHA, AA, Omega 6, laktosa, taurin, protein, laktobasius, vitamin A, kolostrum, lemak, zat besi, laktoferin and lisozim yang semuanya dalam takaran dan komposisi yang pas untuk bayi, oleh karenanya ASI jauh lebih unggul dibandingkan dengan susu apapun.

Enzym Lipase Selain itu AA dan DHA yang terkandung di dalam ASI juga dilengkapi dengan enzim lipase sehingga bisa dicerna oleh tubuh bayi. Sedangkan pada susu formula memang ada AA dan DHA tapi tidak ada enzimnya. Hal ini karena enzim lipase baru dibentuk saat bayi berusia 6-9 bulan.

ASI mengandung antibodi ASI mengandung antibodi dalam jumlah besar yang berasal dari tubuh seorang ibu. Antibodi tersebut membantu bayi menjadi tahan terhadap penyakit, selain itu juga meningkatkan sistem kekebalan tubuh bayi. Karena ASI memiliki banyak keunggulan kandungan zat-zat penting yang terkandung didalamnya yang membuat bayi berkembang dengan optimal. ASI juga mempunyai keunggulan lain untuk pembentukan sistim Imun sang bayi. Sistem imun merupakan sistim yang sangat krusial untuk sang bayi, semakin baik sistim imun anak maka akan membuat anak jarang sakit. Dibandingkan bayi yang

tidak mendapatkan asupan ASI, bayi yang mendapatkan asupan ASI mempunyai sistem imun atau sistem kekebalan tubuh yang jauh lebih baik.

ASI pertama yang keluar disebut kolostrum atau jolong dan mengandung banyak immunoglobulin IgA yang baik untuk pertahanan tubuh bayi melawan penyakit.

Manfaat lain dari ASI yang tidak didapatkan dari susu formula adalah kandungan kolostrum yang keluar di awal-awal bayi menyusui. Kolostrum yang keluar saat bayi menyusui mengandung 1-3 juta leukosit (sel darah putih) dalam 1 ml ASI.

Pertahanan nonspesifik ASI Di dalam ASI terdapat banyak sel, terutama pada minggu-minggu pertama laktasi. Kolostrum dan ASI dini mengandung $1-3 \times 10^6$ leukosit/ml. Pada ASI matur, yaitu ASI setelah 2-3 bulan laktasi, jumlah sel ini menurun menjadi 1×10^3 /ml. Sel monosit/makrofag sebanyak 59-63%, sel neutrofil 18-23% dan sel limfosit 7-13% dari seluruh sel dalam ASI. Selain sel terdapat juga faktor protektif larut seperti lisozim (muramidase), laktoferin, sitokin, protein yang dapat mengikat vitamin B12, faktor bifidus, glyco compound, musin, enzim-enzim, dan antioksidan

Sel makrofag Sel makrofag ASI merupakan sel fagosit aktif sehingga dapat menghambat multiplikasi bakteri pada infeksi mukosa usus. Selain sifat fagositiknya, sel makrofag juga memproduksi lisozim, C3 dan C4, laktoferin, monokin seperti IL-1, serta enzim lainnya. Makrofag ASI dapat mencegah enterokolitis nekrotikans pada bayi dengan menggunakan enzim yang diproduksinya.

Sel neutrofil Pada vakuola neutrofil ASI ditemukan juga sIgA sehingga sel ini merupakan alat transport IgA ke bayi. Sel neutrofil ASI merupakan sel yang teraktivasi. Peran neutrofil ASI pada pertahanan bayi tidak banyak, respons kemotaktiknya rendah. Antioksidan dalam ASI menghambat aktivitas enzimatik dan metabolik oksidatif neutrofil. Diperkirakan perannya adalah pada pertahanan jaringan payudara ibu agar tidak terjadi infeksi pada permulaan laktasi. Pada ASI tidak ditemukan sel basofil, sel mast, eosinofil dan trombosit, karena itu kadar mediator inflamasi ASI adalah rendah. Hal ini menghindarkan bayi dari kerusakan jaringan berdasarkan reaksi imunologik.

Lisozim Lisozim yang diproduksi makrofag, neutrofil, dan epitel kelenjar payudara dapat melisis dinding sel bakteri Gram positif yang ada pada mukosa usus. Kadar lisozim dalam ASI adalah 0,1 mg/ml yang bertahan sampai tahun kedua laktasi, bahkan sampai penyapihan. Dibanding dengan susu sapi, ASI mengandung 300 kali lebih banyak lisozim per satuan *volume*.

Komplemen Komplemen C3 dapat diaktifkan oleh bakteri melalui jalur alternatif sehingga terjadi lisis bakteri. Di samping itu C3 aktif juga mempunyai sifat opsonisasi sehingga memudahkan fagosit mengeliminasi mikroorganisme pada mukosa usus yang terikat dengan C3 aktif. Kadar C3 dan C4 pada kolostrum adalah sekitar 50-75% kadar serum dewasa (C3 = \pm 80 mg/dl, C4 = \pm 20 mg/dl). Pada laktasi dua minggu kadar ini menurun dan kemudian menetap, yaitu kadar C3 = 15 mg/dl dan C4 = 10mg/dl).

Sitokin IL-1 yang diproduksi makrofag akan mengaktifkan sel limfosit T. Demikian pula TNF- α yang diproduksi sel makrofag akan meningkatkan produksi komponen sekretori oleh sel epitel usus dan TNF- β akan merangsang alih isotip ke IgA, sedangkan IL-6 akan meningkatkan produksi IgA. Semuanya ini akan meningkatkan produksi sIgA di usus.

Laktoferin Laktoferin yang diproduksi makrofag, neutrofil dan epitel kelenjar payudara bersifat bakteriostatik, dapat menghambat pertumbuhan bakteri, karena merupakan glikoprotein yang dapat mengikat besi yang dibutuhkan untuk pertumbuhan sebagian besar bakteri aerobik seperti stafilokokus dan E. coli. Laktoferin dapat mengikat dua molekul besi ferri yang bersaing dengan enterokelin kuman yang juga mengikat besi. Kuman yang kekurangan besi ini pembelahannya akan terhambat sehingga berhenti memperbanyak diri. Efek inhibisi ini lebih efektif terhadap kuman patogen, sedangkan terhadap kuman komensal kurang efektif. Laktoferin bersama sama sIgA secara sinergistik akan menghambat pertumbuhan E-coli patogen. Laktoferin tahan terhadap tripsin dan kimotripsin yang ada pada saluran cerna. Kadar laktoferin dalam ASI adalah 1-6 mg/ml dan tertinggi pada kolostrum.

Pada ASI juga ditemukan protein yang dapat mengikat vitamin B12 sehingga dapat mengontrol flora usus secara kompetitif. Pengikatan vitamin B12 oleh protein tersebut mengakibatkan kurangnya sel vitamin B12 yang dibutuhkan bakteri patogen untuk pertumbuhannya. Laktosa ASI yang tinggi, kadar fosfat serta kapasitas buffer yang rendah, dan faktor bifidus dapat mempengaruhi flora usus, yang menyokong ke arah tumbuhnya Lactobacilus bifidus. Hal ini akan menurunkan pH sehingga menghambat pertumbuhan E. coli dan bakteri patogen lainnya. Oleh karena itu kuman komensal terbanyak dalam usus bayi yang mendapat ASI sejak lahir adalah Lactobacilus bifidus. Pada bayi yang mendapat susu sapi, flora ususnya adalah kuman Gram negatif terutama bakteroides dan koliform, dan peka terhadap infeksi kuman patogen. ASI juga mengandung glyco compound seperti glikoprotein, glikolipid, dan oligosakarida yang berfungsi analog dengan sedikit bakteri pada mukosa sehingga dapat menghambat adhesi bakteri patogen seperti Vibrio cholerae, E. coli, H.

influenzae, dan pneumokokus pada mukosa usus dan traktus respiratorius. Glyco compound ini juga dapat mengikat toksin.

Musin ASI juga mempunyai sifat antimikroba, dapat menghambat adhesi *E. coli* dan Rotavirus. ASI mengandung enzim PAF-hidrolase yang dapat memecah PAF yang berperan pada enterokolitis nekrotikans. ASI juga mengandung lipase yang sangat efektif terhadap *Giardia lamblia* dan *Entamoeba histolytica*.

Antioksidan dalam ASI, seperti tokoferol- α , karotin- β juga merupakan faktor anti inflamasi. Air susu ibu mengandung faktor pertumbuhan epitel yang merangsang maturasi hambatan (barrier) gastrointestinal sehingga dapat menghambat penetrasi mikroorganisme maupun makromolekul. Fraksi asam ASI mempunyai aktivitas antiviral. Diperkirakan monogliserida dan asam lemak tak jenuh yang ada pada fraksi ini dapat merusak sampul virus.

Dalam ASI terdapat faktor ketahanan terhadap infeksi stafilokokus yang dinamakan faktor antistafilokok dan komponen yang menyerupai gangliosid yang dapat menghambat *E. coli* dan mengikat toksin kolera dan endotoksin yang menyebabkan diare.

Limfosit T Sel limfosit T merupakan 80% dari sel limfosit yang terdapat pada ASI dan mempunyai fenotip CD4 dan CD8 dalam jumlah yang sama. Sel limfosit T ASI responsif terhadap antigen K1 yang ada pada kapsul *E. coli* tetapi tidak responsif terhadap *Candida albicans*. Sel limfosit T ASI, merupakan subpopulasi T unik yang berfungsi untuk memenuhi kebutuhan sistem imun lokal. Sel T ASI juga dapat mentransfer imunitas selular tuberkulin dari ibu ke bayi yang disusunya. Hal ini diperkirakan melalui limfokin yang dilepaskan sel T ASI yang menstimulasi sistem imun selular bayi. Sel limfosit T ASI tidak bermigrasi melalui dinding mukosa usus.

Sel limfosit B di lamina propria payudara, atas pengaruh faktor yang ada, terutama akan memproduksi IgA1 yang disekresi berupa sIgA1. Komponen sekret pada sIgA berfungsi untuk melindungi molekul IgA dari enzim proteolitik seperti tripsin, pepsin, dan pH setempat sehingga tidak mengalami degradasi. Stabilitas molekul sIgA ini dapat dilihat dari ditemukannya sIgA pada feses bayi yang mendapat ASI. Sekitar 20-80% sIgA ASI dapat ditemukan pada feses bayi.

Kadar sIgA ASI berkisar antara 5,0-7,5 mg/dl. Pada 4 bulan pertama bayi yang mendapat ASI eksklusif akan mendapat 0,5 g sIgA/hari, atau sekitar 75-100 mg/kgBB/hari. Angka ini lebih besar dari antibodi IgG yang diberikan sebagai pencegahan pada penderita hipogamaglobulin sel (25 mg IgG/kgBB/minggu). Konsentrasi sIgA ASI yang tinggi ini dipertahankan sampai tahun kedua laktasi. Kadar IgG (0,03-0,34 mg/ml) dan IgM (0,010,12 mg/ml) ASI lebih rendah kadar

sIgA ASI, dan pada laktasi 50 hari kedua imunoglobulin ini tidak ditemukan lagi dalam ASI. Imunoglobulin D dalam ASI hanya sedikit sekali, sedangkan IgE tidak ada.

sIgA ASI dapat mengandung aktivitas antibodi terhadap virus polio, Rotavirus, echo, coxsackie, influenza, Haemophilus influenzae, virus respiratori sinesisial (RSV); Streptococcus pneumoniae; antigen O, E. coli, klebsiela, shigela, salmonela, kampilobakter, dan enterotoksin yang dikeluarkan oleh Vibrio cholerae, E. coli serta Giardia lamblia juga terhadap protein makanan seperti susu sapi dan kedelai (tergantung tentu pada pajanan ibunya). Oleh karena itu, ASI dapat mengurangi morbiditas infeksi saluran cerna dan saluran pernapasan bagian atas.

Fungsi utama sIgA adalah mencegah melekatnya kuman patogen pada dinding mukosa usus halus dan menghambat proliferasi kuman di dalam usus. Adanya titer antibodi yang masih tinggi terhadap virus polio pada kolostrum perlu dipertimbangkan pada pemberian imunisasi polio per oral. Pada keadaan ini sebaiknya ASI tidak diberikan 2 jam sebelum dan sesudah pemberian vaksin polio per oral pada polio I, agar tidak terjadi netralisasi vaksin polio oleh sIgA kolostrum.

Imunoglobulin ASI tidak diabsorpsi bayi tetapi berperan memperkuat sistem imun lokal usus. ASI juga dapat meningkatkan sIgA pada mukosa traktus respiratorius dan kelenjar saliva bayi pada 4 hari pertama kehidupan. Ini disebabkan karena faktor dalam kolostrum yang merangsang perkembangan sistem imun lokal bayi. Hal ini terlihat dari lebih rendahnya penyakit otitis media, pneumonia, bakteremia, meningitis dan infeksi traktus urinarius pada bayi yang mendapat ASI dibanding bayi yang mendapat PASI. Fakta ini lebih nyata pada 6 bulan pertama, tetapi dapat terlihat sampai tahun kedua. Demikian pula angka kematian bayi yang mendapat ASI lebih rendah dibanding bayi yang mendapat PASI.

Air susu ibu juga dapat menghambat diabetes melitus tipe I (dependen insulin). Hal ini disebabkan karena pada albumin susu sapi terdapat antigen yang bereaksi silang dengan protein yang terdapat pada permukaan sel β pankreas.

Sebagian besar imunoglobulin ASI mengandung aktivitas antibodi terhadap bakteri enteral. Hal ini terjadi karena limfosit B ibu pada plak Peyer yang teraktivasi oleh bakteri enteral pada usus ibu, bermigrasi ke lamina propria payudara. Pada payudara, sel B aktif ini berdiferensiasi menjadi sel plasma dan menghasilkan imunoglobulin yang disekresi pada ASI. Selain itu ASI juga mengandung antibodi terhadap jamur, parasit dan protein dalam diet.

Selain sebagai pertahanan terhadap mikroorganisme, ASI juga dapat mencegah terjadinya penyakit alergi, terutama alergi terhadap makanan seperti susu sapi. Dengan menunda pemberian susu sapi dan makanan padat pada bayi yang lahir dari orang tua dengan riwayat alergi sampai bayi berumur 6 bulan, yaitu umur saat barier mukosa gastrointestinal bayi dianggap sudah matur, maka timbulnya alergi makanan pada bayi dapat dicegah.

Dengan membekukan ASI, imunoglobulin tidak mengalami kerusakan, tetapi dapat merusak sel hidup yang ada pada ASI. Dengan pasteurisasi, baik imunoglobulin maupun sel yang ada pada ASI mengalami kerusakan.

Memperbaiki Saluran Cerna Penelitian menunjukkan, bayi yang mendapat ASI sejak lahir memiliki koloni bakteri dalam ususnya yang berarti membantu penyerapan nutrisi dan meningkatkan sistem imun. yang akan melindungi bayi dari infeksi dan penyakit. Menurut peneliti dari Duke University Medical Center, manfaat tersebut tidak bisa didapatkan dari susu formula. Mereka melakukan penelitian dengan menumbuhkan dua strain bakteri E.coli dalam contoh ASI, susu formula bayi (baik susu kedelai atau sapi), serta susu sapi. Bakteri tersebut kemudian mulai berbiak dan berlipat ganda, tetapi ada perbedaan pada cara mereka bertumbuh. Pada contoh ASI, bakteri itu saling menempel dalam bentuk lapisan biofilm, yakni menjadi lapisan tipis yang berfungsi sebagai pelindung dari mikroorganisme berbahaya dan infeksi. Bakteri dalam susu formula dan susu sapi tumbuh sebagai organisme individual yang tidak membentuk lapisan biofilm.

Mencegah Depresi Saat Dewasa Penelitian terbaru tentang manfaat air susu ibu (ASI) dari ilmuwan Jerman menyatakan, anak yang diberi ASI berisiko rendah mengalami depresi saat dewasa. Peneliti mempelajari 52 orang, rata-rata berusia 44 tahun, yang menjalani pengobatan depresi di rumah perawatan, dibandingkan dengan 106 orang sehat. Menurut peneliti, menyusui mengindikasikan kualitas hubungan ibu-bayi dan aspek lain yang dapat melindungi anak dari depresi. Bisa juga ada komponen pada ASI yang mencegah depresi. Penelitian sebelumnya mengaitkan menyusui dengan rendahnya risiko darah tinggi dan kegemukan pada masa dewasa.

Mencegah Gangguan mental dan Perilaku Anak-anak yang mendapat ASI cenderung tidak menderita masalah kesehatan perilaku atau mental daripada mereka yang tidak disusui, menurut penelitian baru. Penelitian, yang dipresentasikan pada Pertemuan Tahunan 136th American Public Health Association & Pameran di San Diego, melihat apakah menyusui dikaitkan dengan masalah perilaku menurun dan penyakit jiwa selama masa kanak-kanak. Menggunakan 2.003 Survei Nasional Data Kesehatan Anak dari 102.353 wawancara orang tua dan wali terhadap kesehatan anak-anak mereka, para

peneliti menemukan bahwa orang tua dari anak-anak yang disusui kurang mungkin untuk melaporkan kepedulian terhadap perilaku anak, dan anak yang disusui kurang mungkin telah didiagnosis oleh profesional kesehatan dengan masalah perilaku atau perilaku dan kurang mungkin telah menerima perawatan kesehatan mental. Selain itu, orang tua dari anak-anak yang disusui kurang mungkin untuk melaporkan kekhawatiran tentang kemampuan anak untuk belajar.

Mencegah Kecemasan dan gelisah Bayi yang disusui, tidak terlalu terpengaruh oleh perceraian atau perpisahan orangtuanya, mereka juga tidak mudah gelisah dan cemas,” kata Dr Scott Montgomery, ahli epidemiologi di Karolinska Institute Swedia, seperti dikutip reuters. ASI mengandung banyak nutrisi, hormon, enzim, untuk pertumbuhan dan kekebalan tubuh yang diturunkan ibunya ke bayi. Penelitian tersebut juga menunjukkan ASI mampu mengurangi infeksi, penyakit pernapasan dan diare pada bayi. Ibu yang menyusui bayinya juga bisa terhindar dari pendarahan setelah melahirkan. Montgomery dan timnya meneliti bagaimana bayi berusia 10 tahun yang diberi ASI dan yang diberi susu formula menghadapi stres akibat masalah perkawinan orangtuanya. Sekitar 9000 bayi menjadi responden penelitian ini. Mereka dimonitor sejak lahir sampai masuk sekolah. Guru-guru di sekolah juga ditanyai tentang tingkat kegelisahan anak-anak tersebut dalam skala 0-50. Ternyata anak yang dulunya mendapat ASI bisa menghadapi masalah dan stres lebih baik dibandingkan yang tidak mendapat ASI. Tetapi para peneliti belum mengetahui kaitan antara ASI dengan tingkat kegelisahan. Menurut dugaan sementara, anak-anak yang disusui tidak mudah gelisah karena saat disusui mereka merasa mendapat kasih sayang orangtuanya, pelukan dan dekapan ibu saat menyusui juga menenangkan bayi. Selain itu menyusui juga berpengaruh terhadap perkembangan tubuh dalam merespon stres.

Pencegahan Terhadap HIV AIDS Riset terbaru mengungkapkan, para peneliti telah mengisolasi antibodi dalam ASI yang dapat melindungi bayi dari ancaman virus HIV. Peneliti mengatakan, hanya satu dari sepuluh orang wanita yang terinfeksi HIV, yang dapat menularkan virus tersebut kepada bayi yang dikandungnya. Temuan ini dipublikasikan dalam PLoS One. Beberapa penelitian sebelumnya mengindikasikan, pemberian ASI secara eksklusif oleh perempuan yang terinfeksi HIV tidak akan mengurangi perkembangan AIDS atau jenis penyakit lainnya pada bayi. Meski CDC tidak merekomendasikan pemberian ASI, namun Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) tetap mendorong para ibu yang terinfeksi virus HIV untuk menyusui bayi mereka sambil tetap menggunakan obat antiretroviral untuk mencegah penularan virus HIV ke bayi. Pasalnya, tanpa

nutrisi dan faktor imun yang terdapat pada ASI, akan banyak bayi yang meninggal akibat diare berat, gangguan pernapasan serta penyakit lainnya.

Rasa nyaman Hormon yang terdapat di dalam ASI menciptakan rasa kantuk dan rasa nyaman. Hal ini dapat membantu menenangkan kolik atau bayi yang sedang tumbuh gigi dan membantu membuat bayi tertidur setelah makan.

Perkembangan otak dan kecerdasan Menyusui membantu perkembangan otak. Bayi yang diberi ASI rata-rata memiliki IQ 6 poin lebih tinggi dibandingkan dengan bayi yang diberi susu formula. Berdasarkan hasil studi Horwood & Fergusson tahun 1998 terhadap 1000 anak berusia 13 tahun di Selandia Baru, tampak kecenderungan kenaikan lama pemberian ASI sesuai dengan peningkatan IQ, hasil tes kecerdasan standar, peningkatan rangking di sekolah dan peningkatan angka di sekolah. Penelitian oleh Lucas (1996) dan Riva (1998) yang menemukan bahwa nilai IQ anak ASI lebih tinggi beberapa poin. Tidak hanya itu, penelitian lain yang dilakukan di negara yang berbeda pada tahun 2002 juga seiya sekata dengan hasil studi Horwood & Fergusson. Richards dkk di Inggris menemukan bahwa anak-anak yang diberi ASI secara bermakna menunjukkan hasil pendidikan yang lebih tinggi.

IQ, ED dan SQ Lebih tinggi Semua hasil penelitian tersebut menyakinkan manfaat positif memberikan ASI bahwa anak ASI lebih cerdas. Anak yang diberi ASI akan lebih sehat, IQ lebih tinggi, EQ dan SQ lebih baik

Psikologis Menyusui secara psikologis baik bagi bayi dan meningkatkan ikatan dengan ibu. Jika seorang sedang membaca atau mengecek email saat menyusui, bayi tetap mendapat manfaat dari kehangatan dan keamanan karena meringkuk ke tubuh ibunya.

ASI Tidak Basi dan Selalu Segar Tidak seperti susu yang lain, ASI tidak akan basi, karena ASI langsung dihasilkan dipayudara sang ibu tanpa campur tangan bahan kimia, yang terpenting selama asupan makanan yang dikonsumsi oleh ibu bergizi seimbang dan tepat, maka ASI yang dihasilkanpun memiliki kualitas yang baik.

ASI Lebih Higenis Dibandingkan dengan Susu Lain Karena ASI langsung diberikan melalui puting sang ibu dengan ASI yang tersimpan dipayudara ibu akan menjaga keadaan ASI steril dan dengan suhu yang tepat sesuai untuk kebutuhan sang buah hati. Bila dibandingkan dengan susu formula atau susu kaleng, keduanya memerlukan alat bantu berupa botol dot agar bisa dikonsumsi oleh sang bayi. Kesterilan dari susu seperti ini perlu dipikirkan lagi, karena dalam proses pembuatan susu dan memasukan ke dalam botol ada banyak kemungkinan bahwa susu tersebut tercemar dengan senyawa lain, entah dari susunya sendiri sudah tercemar, air yang digunakan belum tentu steril dan yang

penting botol dot yang digunakan untuk minum sang bayi juga belum tentu bebas dari kuman.

ASI Menjadi Pelindung yang Baik ASI menjadi pelindung yang baik untuk sang bayi dari berbagai penyakit atau insiden seperti kematian bayi secara mendadak, gangguan pencernaan, diare, infeksi telinga dan lain-lain.

ASI Akan Berubah Sesuai Kebutuhan Bayi ASI memiliki sistematika cara kerja yang sangat unik, karena dengan sendirinya komponen ASI akan berubah sesuai dengan kebutuhan dan usia sang bayi.

ASI mengandung nutrisi yang mempunyai fungsi spesifik untuk pertumbuhan otak antara lain long chain polyunsaturated fatty acid (DHA dan AA) untuk pertumbuhan otak dan retina, kolesterol untuk myelinisasi jaringan saraf, taurin untuk neurontransmitter inhibitor dan stabilisator membran, laktosa untuk pertumbuhan otak, koline yang mungkin meningkatkan memori.

ASI juga mengandung lebih dari 100 macam enzim yang membantu penyerapan zat gizi yang terkandung di dalam ASI. Proses menyusui ASI tidak hanya sekedar memberi makan tapi juga mendidik dan memberikan kebutuhan psychososial. Proses menyusui itu merupakan stimulasi bagi pendidikan anak karena ada kontak mata, diajak bicara, dipeluk dan dielus elus oleh sang ibu.

Penelitian terhadap anak yang menyusui ASI lebih dari setengah abad yang lalu. Mulai dari Douglas tahun 1950 yang menemukan bahwa anak ASI lebih cepat bisa berjalan,

Penelitian yang dilakukan para ilmuwan Universitas Bristol mengungkap bahwa di antara manfaat ASI jangka panjang adalah dampak baiknya terhadap tekanan darah, yang dengannya tingkat bahaya serangan jantung dapat dikurangi. Kelompok peneliti tersebut menyimpulkan bahwa perlindungan yang diberikan ASI disebabkan oleh kandungan zat gizinya. Menurut hasil penelitian itu, yang diterbitkan dalam jurnal kedokteran *Circulation*, bayi yang diberi ASI berkemungkinan lebih kecil mengidap penyakit jantung.

Telah diungkap bahwa keberadaan asam-asam lemak tak jenuh berantai panjang (yang mencegah pengerasan pembuluh arteri), serta fakta bahwa bayi yang diberi ASI menelan sedikit natrium (yang berkaitan erat dengan tekanan darah) yang dengannya tidak mengalami penambahan berat badan berlebihan, merupakan beberapa di antara manfaat ASI bagi jantung.

Selain itu, kelompok penelitian yang dipimpin Dr Lisa Martin, dari Pusat Kedokteran Rumah Sakit Anak Cincinnati di Amerika Serikat, menemukan kandungan tinggi hormon protein yang dikenal sebagai adiponectin di dalam ASI. Kadar adiponectin yang tinggi di dalam darah berhubungan dengan rendahnya risiko serangan jantung. Kadar adiponectin yang rendah dijumpai pada orang

yang kegemukan dan yang memiliki risiko besar terkena serangan jantung. Oleh karena itu telah diketahui bahwa risiko terjadinya kelebihan berat badan pada bayi yang diberi ASI berkurang dengan adanya hormon ini. Lebih dari itu, mereka juga menemukan keberadaan hormon lain yang disebut leptin di dalam ASI yang memiliki peran utama dalam metabolisme lemak. Leptin dipercayai sebagai molekul penyampai pesan kepada otak bahwa terdapat lemak pada tubuh.

Pelepasan hormon oksitosin ketika menyusui meningkatkan perasaan tenang, nyaman, dan cinta untuk bayi.

Terbukti secara ilmiah mencegah berbagai penyakit Telah terbukti bahwa bayi yang diberi ASI lebih kuat dan terhindar dari beragam penyakit seperti asma, pneumonia, diare, infeksi telinga, alergi, “SIDS”, kanker anak, multiple sclerosis, penyakit Crohn, diabetes, radang usus buntu, dan obesitas.

Manfaat lain dari ASI adalah sebagaimana berikut :

- a. 6-8 kali lebih jarang menderita kanker anak
- b. 16,7 kali lebih jarang terkena pneumonia (radang paru).
- c. 3 kali lebih jarang terkena risiko dirawat karena sakit saluran pernafasan dibanding bayi dengan susu formula.
- d. 47 persen lebih jarang diare
- e. Menghindarkan kurang gizi dan vitamin
- f. Mengurangi risiko kencing manis
- g. Mengurangi penyakit jantung dan pembuluh darah
- h. Mengurangi kemungkinan penyakit menahun, seperti penyakit usus besar
- i. Lebih jarang alergi
- j. Mengurangi kemungkinan terkena asma
- k. Mengurangi kemungkinan terkena infeksi E. Sakazakii dari bubuk susu yang tercemar.
- l. Alat Kontrasepsi ASI merupakan metode kontrasepsi yang alami.

Memberikan ASI lebih ramah lingkungan karena Anda terhindar dari konsumsi susu formula yang dibuat dari susu sapi atau kedelai. Terdapat isu mengenai eksploitasi sapi yang berlebihan serta bahan kimia yang digunakan untuk menumbuhkan kedelai.

Susu formula dan botol susu harus diproduksi dan dikemas, dimana hal tersebut menggunakan banyak energi dan sumber daya. Setelah itu didistribusikan ke toko-toko. Konsumen menggunakan bahan bakar untuk sampai ke toko dan membeli susu formula. Kemasan dan botol bekas harus dibuang.

Menurunkan berat badan Ibu. Cara paling mudah untuk menurunkan berat badan! Menyusui membakar ekstra kalori sebanyak 200-250 per hari. Biarkan wanita lain berkeringat di tempat senam, semua yang perlu Anda lakukan adalah berpelukan dengan bayi Anda.

Hemat biaya Tidak perlu mengeluarkan uang untuk membeli susu formula. Lebih praktis saat berpergian karena tidak perlu membawa botol, susu, air panas, dan segala macamnya. Bayi yang sehat karena diberi ASI dapat menghemat biaya kesehatan dan mengurangi kekhawatiran keluarga. Biaya untuk susu formula selama seminggu bisa mencapai ratusan ribu rupiah. Dan biaya selama setahun untuk susu formula mencapai lebih dari jutaan rupiah. Dan lebih dari itu Anda harus membeli perlengkapan seperti dot, botol dan peralatan sejenisnya kemudian Anda harus menjaga barang-barang tersebut tetap bersih.

ASI selalu siap tersedia. Tidak perlu mencampur susu formula atau menunggu menghangatkan, sementara bayi menjerit tak bisa ditenangkan. Tidak perlu khawatir kehabisan ketika tengah malam atau tidak cukup membawa susu formula tersebut ketika sedang berpergian.

Menyusui bagus untuk kesehatan. Menyusui membantu uterus kembali ke ukuran normal lebih cepat dan mencegah perdarahan. Wanita yang menyusui memiliki insiden lebih sedikit terkena osteoporosis dan beberapa tipe kanker termasuk kanker payudara dan kanker ovarium.

Mencegah Perdarahan Menyusui bayi segera setelah lahir dapat mendorong terjadinya kontraksi rahim dan mencegah terjadinya perdarahan. Ini dapat membantu mempercepat proses kembalinya rahim ke posisi semula.

Manfaat ASI eksklusif selama enam bulan baik untuk bayi maupun untuk ibunya antara lain (Pomarida Simbolon, 2017):

a. Untuk Bayi

1. ASI eksklusif merupakan makanan terlengkap yang mengandung zat gizi yang diperlukan untuk bayi;
2. Mengandung antibody yang melindungi bayi dari penyakit, terutama diare dan gangguan pernafasan;
3. Melindungi terhadap alergi Karen tiding mengandung zat yang dapat menimbulkan alergi;
4. Mudah dicerna dan gizi mudah diserap;
5. Dengan memberikan ASI minimal sampai enam bulan maka dapat menyebabkan perkembangan psikomotrik bayi lebih cepat;
6. ASI dapat menunjang perkembangan penglihatan;

7. Dengan memberikan ASI maka akan memperkuat ikatan batin ibu dan bayi;
8. Mengurangi kejadian karies dentis dikarenakan kadar laktosa yang sesuai dengan kebutuhan bayi;
9. Bayi yang diberi ASI lebih mampu menghadapi penyakit kuning. Jumlah bilirubin dalam darah bayi banyak berkurang jika diberikan ASI yang kolostrum sesering mungkin yang dapat mengatasi kekuningan dan tidak memberikan makanan pengganti ASI;
10. Bayi yang lahir prematur lebih cepat menaikkan berat badan dan menumbuhkan otak pada bayi jika diberi ASI;
11. Aman dan terjamin kebersihannya.

b. Bagi Ibu

Manfaat bagi ibu menyusui bayinya menurut Prasetyono (2012), yaitu:

1. Isapan bayi dapat membuat rahim ibu lebih cepat kembali seperti sebelum hamil dan mengurangi resiko perdarahan.
2. Lemak di sekitar panggul dan paha yang ditimbun pada masa kehamilan berpindah ke dalam ASI, sehingga ibu lebih cepat langsing kembali.
3. Ibu yang menyusui dapat mengurangi resiko terkena kanker rahim dan kanker payudara.
4. Menyusui bayi lebih menghemat waktu, karena ibu tidak perlu menyiapkan dan mensterilkan botol susu.
6. ASI lebih praktis karena ibu bisa berjalan-jalan keluar rumah tanpa harus membawa banyak perlengkapan, seperti botol, kaleng susu formula dan air panas.
7. ASI lebih murah karena ibu tidak perlu membeli susu formula.
8. Ibu yang menyusui bayinya memperoleh manfaat fisik dan emosional.
9. Menjalani hubungan kasih sayang antara ibu dengan bayi.
10. Mengurangi perdarahan setelah persalinan.
11. Mempercepat pemulihan kesehatan ibu.
12. Mengurangi resiko terkena kanker payudara.
13. ASI lebih murah dan hemat dibandingkan susu formula.
14. ASI selalu tersedia setiap saat dalam keadaan segar.

c. Bagi Keluarga

Manfaat ASI bagi keluarga menurut Astutik (2014), yaitu:

1. Mudah pemberiannya
Pemberian ASI tidak merepotkan seperti susu formula yang harus mencuci botol dan mensterilkan sebelum digunakan, sedangkan ASI tidak perlu disterilkan karena sudah steril.
2. Menghemat Biaya
ASI tidak perlu dibeli, karena bisa diproduksi oleh ibu sendiri sehingga keuangan keluarga tidak banyak berkurang dengan adanya bayi.
3. Bayi sehat dan jarang sakit sehingga menghemat pengeluarankeluarga dikarenakan tidak perlu sering membawa ke sarana kesehatan.
4. ASI dan menyusui praktis tidak perlu repot dan menghemat waktu.

BAB VI

POSISI MENYUSUI

6.1. Posisi Bersandar (*Laid-Back Breastfeeding*)

Posisi bersandar merupakan posisi alami yang biasanya dilakukan ketika ibu menyusui bayi pertama kali. Kebanyakan ibu menyukai posisi ini karena dirasa membuat waktu menyusui menjadi lebih santai. Jika ingin menerapkan posisi ini, caranya cukup mudah. Berikut tahapan untuk melakukan posisi bersandar :

- a. Sandarkan punggung pada sebuah bantal yang menempel ke dinding, kursi, atau sandaran tempat tidur;
- b. Posisikan perut bayi di bawah dada ibu dan kepala bayi sejajar dengan dada.
- c. Pastikan hidung bayi tidak tertekan dan lehernya tidak menekuk;
- d. Bayi biasanya sudah bisa menemukan puting payudara dengan sendirinya. Namun, tidak masalah untuk membantunya mengisap puting payudara dengan benar.

Mulailah menyusui seperti biasa. Posisi memberikan ASI dari payudara sembari bersandar ini bisa dilakukan di mana saja, selama tersedia tempat yang nyaman untuk bersandar. Pastikan tubuh Anda berada di posisi yang nyaman selama bayi menyusui.

6.2. Posisi Menyusui yang Benar dengan *Cradle Hold*

Posisi *cradle hold* serupa dengan posisi menyusui bayi yang benar pada umumnya. Di sini, salah satu tangan ibu akan menekuk guna menopang tubuh bayi sehingga bayi akan berbaring dengan nyaman di salah satu tangan ibu selama melakukan posisi yang benar ini. Jika bayi disusui pada payudara sebelah kanan, kepala bayi dan tangan ibu yang digunakan untuk menopang tubuhnya juga dari sisi kanan. Berikut cara melakukan posisi menyusui *cradle hold*:

- a. Gendong bayi dengan salah satu tangan. Pastikan posisi kepalanya ada di lengan tangan ibu yang tertekuk, dan perutnya di tubuh ibu;
- b. Posisi kepala bayi dan lengan ibu. Tangan yang tertekuk harus berada di sisi yang sama dengan bagian payudara di mana bayi menyusui;
- c. Agar leher bayi tidak tegang, jaga agar posisi kepala bayi tetap sejajar dengan bagian tubuhnya yang lain;
- d. Coba gunakan bantal menyusui atau alas yang empuk lainnya untuk lebih meringankan beban tangan ibu saat menopang bayi;
- e. Mulailah menyusui seperti biasa;
- f. Biasanya, posisi menyusui *cradle hold* yang benar diterapkan pada bayi yang sudah terbiasa menyusui tapi belum terlalu besar. Sementara untuk menyusui bayi yang baru lahir atau ukuran tubuhnya suda tumbuh besar, posisi ini mungkin kurang efektif untuk diterapkan.

6.3. Posisi Menyusui yang Benar dengan *Cross Cradle Hold*

Posisi menyusui yang benar dengan *cross cradle hold* mirip dengan *cradle hold*. Hanya saja, lengan tangan yang digunakan untuk menopang bayi pada posisi *cross cradle hold* berlawanan dengan payudara di mana bayi menyusui. Jika bayi disusui pada payudara sebelah kanan, kepala bayi juga akan berada di sebelah kanan. Sebelumnya, pada posisi *cradle hold*, tangan ibu yang digunakan untuk menopang tubuh bayi yakni tangan kanan. Namun, pada posisi *cross cradle hold* ini, tangan ibu yang dipakai justru sebelah kiri. Posisi ini memudahkan ibu untuk melihat dan mengontrol perlekatan puting susu yang diisap oleh bayi.

Berikut cara melakukan posisi menyusui *cross cradle hold* yang benar:

- a. Gendong bayi di depan tubuh ibu dengan posisi punggung dan lehernya sejajar;
- b. Angkat punggung bayi dengan tangan sebelah kiri. Posisikan kepala bayi berada di sebelah kanan ibu agar bisa menyusui pada sisi kanan payudara;
- c. Biarkan bagian bawah tubuh bayi ditopang oleh siku tangan ibu yang tertekuk;

Posisi menyusui yang benar ini biasanya nyaman diterapkan pada bayi yang baru lahir. Pertama-tama mencobanya mungkin terasa sulit, tapi lama-lama ibu akan merasa dipermudah karena bisa memerhatikan isapan bayi saat menyusui (*latch on*).

6.4. Posisi Berbaring (*Side-Lying*)

Bila ibu sedang merasa lelah dan tidak ingin menyusui dalam posisi duduk, berbaring bisa menjadi pilihan yang benar untuk dilakukan. Posisi berbaring juga merupakan solusi terbaik bagi ibu yang baru melalui operasi caesar atau saat bayi tiba-tiba terbangun di malam hari untuk menyusui.

Berikut tahapan melakukan posisi menyusui berbaring yang benar:

1. Berbaring di salah satu sisi menghadap bayi;
2. Posisikan tubuh bayi agar bibirnya berada dekat dengan puting payudara ibu;
3. Miringkan tubuh bayi dan berikan dorongan sedikit pada punggungnya agar lebih mudah untuk mencapai puting payudara ibu.

Sebagian bayi biasanya merasa lebih mudah menyusui dari payudara di bagian atas. Sementara sebagian lainnya mungkin lebih mudah mencapai payudara yang paling dekat dengan tempat tidur. Ini bisa disesuaikan dengan kemampuan bayi merasa lebih mudah menyusui dari sisi payudara sebelah mana.

Selama memberikan ASI dengan posisi berbaring, sebaiknya singkirkan semua bantal maupun selimut yang ada di dekat bayi. Hindari juga untuk membiarkan bayi tertidur saat menyusui.

6.5. Posisi *Football Hold* atau *Clutch Hold*

Posisi menyusui *football hold* atau bisa juga disebut *clutch hold* merupakan salah satu posisi yang benar untuk bayi. Posisi ini dilakukan dengan menggapit bayi pada sisi tubuh, tepatnya di bawah lengan ibu. Posisi ini dapat digunakan untuk ibu dengan riwayat melahirkan caesar dan menyusui dengan payudara besar. Selain itu, posisi ini juga cocok apabila ibu menyusui bayi kembar secara bersamaan. Lengan yang digunakan adalah lengan pada sisi yang sama dengan payudara untuk menyusui.

Berikut cara melakukan posisi menyusui *football hold* yang benar:

- a. Posisikan tubuh bayi di bagian sisi payudara tempat di mana bayi akan menyusui;
- b. Gunakan tangan pada sisi payudara yang akan menyusui untuk menopang tubuh bayi di samping tubuh ibu;

- c. Tekuk lengan tangan ibu dengan telapak tangan menghadap ke atas seolah sedang memegang bola untuk menopang lehernya;
- d. Biarkan punggung dan tubuh bayi ditopang oleh tangan ibu dan dekatkan ke sisi ibu;
- e. Kaki bayi harus terselip dibawah lengan ibu;
- f. Jika perlu, bagian tangan lain yang tidak bertugas untuk menopang bayi bisa digunakan untuk memegang payudara yang dipakai menyusui dari arah bawah.

Supaya lebih nyaman, ibu bisa meletakkan penyangga seperti bantal menyusui maupun alas lainnya pada sisi tubuh yang digunakan untuk menyusui.

6.6. Posisi Bayi Duduk (*Sitting Baby*)

Seperti namanya, posisi ini dilakukan sama persis Ketika bayi sedang duduk. Ibu tidak perlu menopang tubuh bayi seperti melakukan posisi menyusui yang benar lainnya. Namun, sebelum mencoba posisi yang satu ini, pastikan si kecil sudah cukup kuat untuk duduk sendiri.

Berikut tahapan menyusui dengan posisi bayi sambil duduk:

- a. Duduklah dalam posisi tegak dan posisikan bayi juga untuk duduk menghadap ke tubuh ibu;
- b. Bayi yang baru mahir untuk duduk sendiri bisa dibantu dengan bersandar pada tangan ibu yang melingkari tubuhnya;
- c. Bayi yang sudah terbiasa duduk sendiri biasanya lebih mampu untuk duduk dengan tegak tanpa perlu diberi sandaran;
- d. Pastikan leher dan punggung bayi lurus sejajar;
- e. Pastikan hidung bayi tidak tertekan dan dapat bernapas dengan lancar.

Menyusui dengan posisi bayi sambil duduk ini biasanya digunakan saat bepergian atau ketika bayi sudah sangat ingin untuk menyusu sehingga mencari-cari payudara ibu sendiri.

BAB VII

FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PEMBERIAN ASI

Menurut Rusli (2015) alasan ibu tidak memberikan ASI eksklusif kepada bayinya adalah ASI tidak cukup, ibu bekerja dengan cuti hanya 3 bulan, takut ditinggal suami, susu formula lebih praktis dibanding dengan ASI. Banyak factor yang mempengaruhi seseorang ibu dalam menyusui bayinya, antara lain: factor sistem dukungan, pengetahuan ibu terhadap ASI dan promosi susu formula dan makanan tambahan yang mempunyai pengaruh terhadap pemberian ASI. Pengaruh tersebut dapat memberikan dampak negatif maupun dampak positif dalam mempelancar pemberian ASI eksklusif (Maryunani, 2016).

Menurut Soetjiningsih faktor-faktor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif adalah: (1) faktor sosial budaya ekonomi (pendidikan formal, pendapatan keluarga, dan status kerja), (2) faktor psikologis (takut kehilangan daya tarik sebagai wanita), (3) faktor fisik ibu (ibu yang sakit misalnya mastitis, dan sebagainya), (4) faktor kurangnya petugas kesehatan sehingga masyarakat kurang mendapat penerangan atau dorongan tentang manfaat pemberian ASI eksklusif (Arini, 2012).

Berikut beberapa faktor yang berpengaruh terhadap pemberian ASI eksklusif menurut beberapa hasil penelitian, dapat dirangkum dalam penjelasan sub bab di bawah.

7.1. Pengetahuan

Pengetahuan adalah segala sesuatu yang diketahui mengenai hal sesuatu. Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah seorang melakukan penginderaan terhadap sesuatu objek tertentu, penginderaan melalui panca indra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman dan rasa

raba. Pengetahuan/kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (Notoadmojo, 2012).

7.2. Sikap

Sikap adalah reaksi atau respons seseorang yang masih tertutup terhadap suatu stimulus atau objek. Manifestasi sikap itu tidak dapat dilihat tetapi dapat ditafsirkan terlebih dahulu dari yang tertutup. Menurut penelitian (Hamzah, 2013), bahwa dalam pemberian ASI Eksklusif 63,1% umumnya pada ibu dengan sikap yang kurang baik, dan ada faktor lain yang mempengaruhinya yaitu adat istiadat berupa pantangan-pantangan tertentu seperti pantangan makan makananyang kecut dan pedas selama menyusui untuk mencegah sakit perut bayinya, selain itu frekuensi pemberian ASI 71,1% ketika bayi memutuhkannya, 10,3% terjadwal (3-4 kali dalam sehari) dan 18,6% tidak tentu. Hal ini menunjukkan bahwa sikap bukan merupakan suatu faktor yang mutlak untuk melakukan tindakan, tetapi tidak terlepas dari faktor lain seperti pengetahuan, budaya dan adat istiadat.

7.3. Pekerjaan

Menurut Notoatmodjo (2010), mengatakan pekerjaan adalah aktivitas atau kegiatan yang dilakukan oleh responden sehingga memperoleh penghasilan untuk menunjang kehidupannya dan keluarganya. Salah satu dari faktor ibu bekerja adalah seorang ibu yang menjadi tenaga kerja di luar rumah untuk mendapatkan penghasilan selain bertugas membesarkan dan mengasuh anak di rumah. Ibu bekerja adalah ibu yang melakukan suatu kegiatan diluar rumah dengan tujuan untuk mencari nafkah untuk keluarga. Jadi, ibu bekerja merupakan ibu yang bekerja di luar rumah untuk mendapatkan penghasilan disamping membesarkan dan mengurus anak di rumah.

7.4. Promosi Susu Formula

Promosi adalah sejenis alat komunikasi yang memberikan penjelasan dan meyakinkan mengenai barang dan jasa dengan tujuan untuk memperoleh perhatian, mendidik, mengingatkan serta meyakinkan calon konsumen. Susu formula bayi adalah susu yang secara khusus diformulasikan sebagai pengganti ASI untuk bayi sampai berusia 6 bulan (PP No 33 Tahun 2012). Hasil penelitian Zakiyah (2012) yang mengatakan bahwa ada hubungan pemberian susu formula dengan pemberian ASI Eksklusif. Dalam penelitian mengatakan bahwa dengan adanya promosi susu formula dapat mempengaruhi ibu yang memiliki bayi untuk memberikan susu formula pada bayinya disbanding deng ASI Eksklusif.

7.5. Usia

Usia dapat mempengaruhi cara berfikir, bertindak dan emosi seseorang. Usia yang lebih dewasa umumnya memiliki emosi yang lebih stabil dibandingkan dengan usia yang lebih muda. Misalnya pada ibu yang uisanya terlalu muda ketika hamil bisa menyebabkan kondisi fisiologi dan psikologisnya belum siap menjadi ibu, hal ini dapat mempengaruhi kehamilan dan pengasuhan anak.

7.6. Dukungan Suami / Dukungan Keluarga

Menyusui bukan semata-mata tanggung jawab ibu yang melahirkan bayinya saja. Fungsi ibu dalam menyusui bayi tidak dapat digantikan oleh suami, tetapi suami juga memiliki peran penting memberikan dukungan bagi ibu untuk mencapai keberhasilan menyusui. Hasil penelitian Kurniawan (2015), terdapat hubungan antara variable dukungan suami dengan pemberian ASI eksklusif. Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Yuliandarin (2016) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan suami dengan pemberian ASI eksklusif. Ibu yang mendapat dukungan suami berpeluang 12,98 kali lebih besar memberikan ASI eksklusif disbanding ibu yang memiliki dukungan suami yang rendah.

a. **Pengertian**

Menurut Sarwono (2013) dukungan adalah suatu upaya yang diberikan kepada orang lain, baik moril maupun materil untuk memotivasi orang tersebut dalam melaksanakan kegiatan. Keluarga adalah kelompok orang yang ada hubungan darah atau pernikahan (Ranjabar, 2014).

Menurut Murdock dalam Lestari (2012) menguraikan bahwa keluarga merupakan kelompok sosial yang memiliki karakteristik tinggal bersama, terdapat kerja sama ekonomi, dan terjadi proses reproduksi.

b. **Definisini Dukungan Keluarga**

Dukungan Keluarga adalah sebuah proses yang terjadi sepanjang masa kehidupan, jenis dan sifat dukungan berbeda dalam berbagai tahapan – tahapan siklus kehidupan. Dukungan keluarga dapat berupa dukungan sosial internal seperti dukungan dari suami, istri atau dukungan dari saudara kandung dan dapat juga berupa dukungan keluarga eksternal bagi keluarga inti. Dukungan keluarga adalah sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap anggotanya. Keluarga siap memberikan pertolongan dan bantuan jika diperlukan oleh anggota keluarganya. Jadi, dukungan keluarga membuat keluarga mampu untuk berfungsi dengan berbagai kepandaian dan akal. Dukungan keluarga juga dapat meningkatkan kesehatan dan adaptasi keluarga.

c. **Bentuk Dukungan Keluarga**

Dukungan emosional

Keluarga merupakan sebagai tempat yang aman dan damai untuk istirahat dan pemulihan dalam membantu penguasaan terhadap emosi. Dukungan keluarga ini dapat diwujudkan dalam bentuk dengan memberikan perhatian, kepercayaan, saling mendengarkan dan di dengarkan. Contohnya Keluarga dapat meyakinkan ibu bahwa dapat memberikan ASI eksklusif kepada bayi berusia 6 bulan.

Dukungan informasional

Jenis dukungan ini meliputi jaringan komunikasi dan tanggung jawab memberikan nasihat, pengarahan, saran, atau umpan balik tentang apa yang dilakukan oleh seseorang. Keluarga dapat menyediakan informasi dengan menyarankan tentang dokter, terapi yang baik bagi dirinya, dan tindakan spesifik bagi individu untuk melawan stressor. Individu yang mengalami depresi dapat keluar dari masalahnya dan memecahkan masalahnya dengan dukungan dari keluarga dengan menyediakan *feedback*. Pada dukungan informasi ini keluarga sebagai penghimpun informasi dan pemberi informasi.

Dukungan penilaian

Dukungan ini meliputi pertolongan pada individu untuk memahami kejadian depresi dengan baik dan juga sumber depresi dan strategi koping yang dapat digunakan dalam menghadapi stress. Dukungan ini juga merupakan dukungan yang terjadi bila ada ekspresi penilaian yang positif terhadap individu. Individu mempunyai seseorang yang dapat diajak bicara tentang masalah mereka, terjadi melalui ekspresi pengharapan positif individu kepada individu lain, penyemangat, persetujuan terhadap ide-ide atau perasaan seseorang dan perbandingan positif seseorang dengan orang lain, misalnya orang yang kurang mampu. Dukungan keluarga dapat membantu meningkatkan strategi koping individu dengan strategi-strategi alternatif berdasarkan pengalaman yang berfokus pada aspek-aspek yang positif.

Dukungan instrumental

Dukungan ini meliputi penyediaan dukungan jasmaniah seperti pelayanan, bantuan finansial dan material berupa bantuan nyata (*instrumental support* *materialsupport*), suatu kondisi dimana benda atau jasa akan membantu memecahkan masalah praktis, termasuk di dalamnya bantuan langsung, seperti saat seseorang memberi atau meminjamkan uang, membantu pekerjaan sehari-hari, menyampaikan pesan, menyediakan transportasi, menjaga dan merawat saat sakit ataupun mengalami depresi yang dapat membantu memecahkan masalah. Dukungan nyata paling efektif bila dihargai oleh individu dan mengurangi depresi individu. Pada dukungan nyata keluarga sebagai sumber untuk mencapai tujuan praktis dan tujuan nyata.

d. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Keluarga

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi dukungan keluarga diantaranya yaitu:

Tahapan perkembangan

Dukungan keluarga di tentukan oleh tahapan perkembangan dalam hal ini yaitu usia, ibu yang masih muda cenderung untuk lebih baik tidak bisa merasakan atau mengenali kebutuhan anaknya dan juga lebih egosentris di bandingkan ibu – ibu yang lebih tua.

Keluarga besar dan keluarga kecil

Keluarga besar dan keluarga kecil secara kualitatif menggambarkan pengalaman – pengalaman dan perkembangan anak – anak yang berasal dari keluarga kecil menerima lebih banyak perhatian dari pada anak – anak dari keluarga besar

Kelas sosial ekonomi orang tua

Kelas sosial ekonomi disini meliputi tingkat pendapatan atau pekerjaan orang tua dan tingkat pendidikan. Keluarga dengan kelas sosial menengah, memiliki hubungan yang lebih demokratis dan adil, sementara dalam keluarga kelas bawah, hubungan yang lebih otoritas atau otokrasi. Dukungan orangtua dengan kelas sosial menengah mempunyai tingkat dukungan, afeksi dan keterlibatan yang lebih tinggi dari pada orang tua dengan kelas sosial bawah.

BAB VIII

OPTIMALISASI PEMBERIAN ASI

ASI eksklusif adalah pemberian ASI saja pada bayi sampai usia enam bulan tanpa tambahan cairan ataupun makanan lain. ASI dapat diberikan sampai usia dua tahun. Pemberian ASI saja pada bayi sampai sampai usia enam bulan dianjurkan dengan menetapkan inisiasmi menyusu dini (IMD) selama satu jam setelah kelahiran bayi, diberikan tanpa makanan tambahan atau minuman, ASI diberikan tidak menggunakan dot atau cangkir, mengeluarkan ASI dengan memompa atau memerah dengan tangan di saat tidak bersama bayi dan menjaga pikiran dengan tenang (WHO, 2011).

8.1. Cara Penyimpanan Asi Perah

ASI yang baru saja diperah atau ASI segar, bisa bertahan rata-rata 4 jam dalam suhu ruangan. Kolostrum berbentuk cairan kekuningan yang lengket dan kental, keluar pada beberapa hari setelah kelahiran hingga hari ke lima setelah persalinan, kolostrum masih aman disimpan selama 4 jam setiap kali perah dalam suhu ruang kurang dari 25°C. Level suhu dan durasi waktu penyimpanan yang aman untuk ASI perah yaitu:

- a. ASI yang disimpan dalam suhu ruang 16-29°C aman dikonsumsi dalam 3-6 jam;
- b. ASI yang disimpan dalam kulkas dengan suhu 0-4°C bisa bertahan hingga 3-8 bulan dan masih aman dikonsumsi;
- c. ASI yang disimpan dalam *freezer* lemari es satu pintu dengan suhu kurang dari 15°C aman dikonsumsi hingga 2 minggu. Jika ASI disimpan dalam *freezer* lemari es dua pintu dengan suhu kurang dari 18°C waktu penyimpanan bisa lebih lama, yaitu hingga 3-6 bulan;
- d. ASI yang disimpan dalam *freezer* tunggal / khusus dengan suhu kurang dari 18°C, ASI aman disimpan hingga 6-12 bulan (Maryunani, 2009);

ASI yang sudah disimpan dalam jangka waktu tertentu dalam *freezer* dan menjadi beku. ASI yang menjadi beku sebelum diberikan pada bayi, sebaiknya dihangatkan ke dalam mangkuk yang diisi air hangat dan segera diberikan kepada bayi. Batas maksimal penyimpanan ASI beku dalam suhu ruangan rata-rata selama 4 jam, meskipun 5-6 jam masih ditoleransi jika kondisinya sangat bersih. ASI yang masih tersisa jangan disimpan dalam *freezer* kembali tapi harus segera dibuang.

Berikut cara-cara menyimpan ASI dalam lemari es atau *freezer* yaitu:

- a. ASI perah disimpan dalam botol kaca dan pengisian maksimal 3/4 dari daya tampung botol;
- b. Pastikan botol yang akan digunakan telah dibersihkan dan disterilkan;
- c. Menempelkan label jam dan tanggal pada botol kaca atau tempat yang akan digunakan untuk menyimpan ASI perah;
- d. Pisahkan ASI dengan bahan makanan lain yang tersimpan dalam lemari es, lebih baik lagi jika mempunyai lemari es khusus untuk menyimpan ASI. Bila ASI keluar dalam jumlah banyak, simpan sebagian di *freezer* untuk jangka panjang dan sebagian di lemari es bagian bawah untuk pemakaian jangka pendek;
- e. Menyimpan ASI di bagian dalam *freezer* atau lemari es, bukan dibagian pintu. Karena bagian pintu berpeluang mengalami perubahan dan variasi suhu udara;
- f. ASI beku yang tersimpan di *freezer* dan akan diberikan kepada bayi, sehari sebelumnya diturunkan ke lemari es bagian bawah agar pelelehan ASI perah yang sudah beku berjalan perlahan;
- g. Jika ASI perah belum benar-benar meleleh sempurna, masukkan botol yang berisi ASI ke dalam mangkuk yang berisi air hangat (Maryunani, 2009).

a. ASI yang Sudah Dihangatkan dengan Air Hangat

ASI perah yang sudah dicairkan dengan air hangat sebaiknya langsung diberikan kepada bayi atau sampai jadwal minum ASI berikutnya. Menyimpan dalam botol di lemari es selama 4 jam.

Cara menghangatkan ASI perah, yaitu:

1. Berikan ASI dengan hari dan tanggal yang paling lama disimpan dalam *freezer*;
2. Amati bau dan rasanya, jika tercium basi jangan gunakan ASI tersebut untuk dikonsumsi;
3. Cairkan ASI yang sudah beku dengan memindahkannya dari *freezer* ke dalam lemari pendingin, simpan selama 12 jam sebelum diberikan kepada bayi;
4. Hangatkan ASI dengan cara meletakkan botol atau wadah ASI kedalam mangkuk berisi air hangat;
5. Tidak memanaskan atau merebus ASI diatas kompor, atau memanaskan ASI dalam wicrowave (Maryunani, 2009);
6. Periksa suhu ASI yang sudah dihangatkan dan mencicipi ASI tersebut sebelum diberika kepada bayi.

b. ASI yang Sudah Diminum

Pentingnya menyimpan ASI sesuai takaran pemakaian. Jika menyimpan ASI dalam botol atau wadah yang melebihi takaran penggunaan (tersisa), sebaiknya ASI harus dibuang. Jangan menyimpan sisa ASI yang sudah diminum bayi dari botol yang sama ke dalam lemari es dan freezer (Maryunani, 2009).

8.2. Cara Meningkatkan Produksi Asi

- a. Susui bayi sesering mungkin tanpa dijadwal, paling sedikit 8 kali dalam 24 jam masing-masing payudara 10-15 menit, susui bayi dengan satu payudara hingga payudara terasa kosong;
- b. Susui bayi sesering mungkin atau setiap 2 jam sekali, jika bayi tertidur angkat dan susui bayi tanpa membangunkannya;
- c. Tiap menyusui menggunakan 2 payudara secara bergantian;
- d. Bayi hanya menyusu pada ibu tidak dianjurkan menggunakan susu botol/empeng, atau makanan lain termasuk suplemen dan susu formula;
- e. Menghindari kelelahan atau kecemasan pada ibu;
- f. Meningkatkan asupan nutrisi sayur, buah, ikan, daging, susu, dan kacang-kacangan minimal (500 kalori) per porsi atau lebih banyak lebih baik;

- g. Tidak merokok dan menggunakan obat-obatan;
- h. Banyak minum minimal 12-16 gelas / hari (Riksani, 2012).



UNIMIMUS PRESS

DAFTAR PUSTAKA

Al-Qur'ânul Karîm.

HadisSoft, (memuat Şahîh al-Bukhari, Şahîh Muslim, Sunan Abu Dawud, Sunan at-Turmuzi, Sunan Ibnu Mâjah, Sunan an-Nasâi, Sunan ad-Darimi, Musnad Imam Ahmad bin Hanbal, al-Muwathth'a Malik, Şahîh Daru Quthni, Şahîh Ibnu Khuzaimah, Şahîh Ibnu Hibban, al-Mustadrak Hakim, dan Musnad Imam Syafi'i).

'Abdul Hamid, Sa'ad Zahlul, 1979, al-Kutub at-Târikhiyyât: Târikh al-Maghrib al-'Arabiy, I. Iskandariyyah: al-Ma'arif.

Fatchur Rahman, 1981, Ikhtisar Musthalahu'l Hadits [sic.]. Bandung: al-Ma'arif.

HAMKA [Haji Abdul Karim Malik Amrullah], I, 2015, Tafsir Al-Azhar. Jakarta: Gema Insani.

Ismail, Hidayatullah, "Syariat Menyusui Dalam Alquran", dalam "Journal Tibyan", 3, I Juni 2018.

Ismail, Syuhudi, 1987, Pengantar Ilmu Hadits, Bandung: Angkasa.

Ilyas, Yunahar, 2013, Kuliah Ulumul Qur'an. Yogyakarta: Itqan Publishing.

Joko Siswanto, 1996, Kosmologi Einstein. Yogyakarta: PT Tiara Wacana Yogya.

Mahmudunnasir, Syed, 1988, Islam: Its Concepts and History, (terj.) Adang Afandi, Islam: Konepsi dan Sejarahnya. Bandung: Rosda.

Munawwir, AW, 1984, Kamus al-Munawwir: Arab-Indonesia, Yogyakarta: Pondok Pesantren al-Munawwir. 1984.

As-Salih, 1988, 'Ulûm al-Ḥadîs wa Musthalâhuh. Beirut: Dar li al-'Ilm al-Malayin.

Aş-Şabûni, 'Ali, 1980, at-Tibyân fi 'Ulûm al-Qur'ân. Makkah: Sayyid Ḥasan 'Abbas Syarbatli.

Soebahar, Irfan, 2003, Menguak Fakta Keabsahan al-Sunnah. Jakarta Timur: Rencana

Ai Yeyeh Rukiyah dan Lia Yulianti, 2010, *Asuhan Neonatus Bayi dan Balita*. Jakarta: CV Trans InfoMedia.

Wahdah, Rihaul, 2013, “Abstrak Skripsi”: Kadar Amonia NH₃ Pada Urin Bayi Laki-laki dan Perempuan Yang Berusia Kurang Dari Enam Bulan dan Kaitannya Dengan Perbedaan Kenajisannya Menurut Islam. Semarang: UIN Walisongo.

Watt, W.Montgomery, 1990, *The Majesty That Was Islam* (terj.) Hartono Hadi Kusumo, *Kejayaan Islam: Kajian Kritis dari Tokoh Orientalis*. Yogyakarta: Tiara Wacana.

Purwanti, H. S. (2004). *Konsep penerapan ASI eksklusif*. EGC.

Sudargo, T., & Kusmayanti, N. A. (2023). *Pemberian ASI Eksklusif Sebagai Makanan Sempurna Untuk Bayi*. UGM PRESS.

<https://www.nu.or.id/nasional/terinspirasi-hukum-najis-dua-pelajar-ini-teliti-beda-urin-bayi-laki-laki-dan-perempuan-vngCf>

<https://www.islampos.com/fakta-menakjubkan-di-balik-air-pipis-bayi-laki-laki-dan-perempuan-1-143226/>

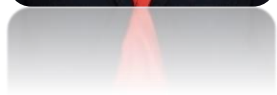
<https://www.alodokter.com/komunitas/topic/urine-bayi86704b>

<https://www.halodoc.com/kesehatan/asi-eksklusif>

TENTANG PENULIS



Dr. Bdn. Fitriani Nur Damayanti, S.ST., M.HKes. lahir di Semarang, 18 Mei 1988. Lulus DIV Bidan Pendidik dari Poltekkes Kemenkes Semarang. Lulus S2 Hukum Kesehatan Unika Soegijapranata. Lulus S3 Hukum konsentrasi Hukum Kesehatan Universitas Muhammadiyah Semarang. Lulus Pendidikan Profesi Bidan Universitas Muhammadiyah Semarang. Dosen Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Semarang. Mengajar matakuliah Etika Profesi dan Hukum Kesehatan, Kesehatan Masyarakat, Hukum Kesehatan, Etikolegal dalam Praktik Kebidanan. Aktif menulis artikel baik di jurnal Nasional maupun Internasional. Karya buku yang dihasilkan Buku Pintar Balitaku, Perlindungan Hukum Profesi Bidan, Medikolegal Pelayanan Kegawatdaruratan Maternal Neonatal, Profesionalisme Bidan dalam Praktik Kebidanan, Perlunya Cegah Stunting.



Umi Khasanah, SST., M.Keb. merupakan perempuan kelahiran Semarang pada tanggal 6 September 1992 dan menjadi Alumni Program studi Bidan Pendidik FK UNS tahun 2014 serta Magister Kebidanan di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta tahun 2018. Pernah bekerja sebagai asisten lab kebidanan FK UNS, magang di RSUD Kota Surakarta serta Puskesmas Gajah Surakarta sebagai bidan pelaksana. Anak pertama dari empat saudara yang memfokuskan diri pada bidang kebidanan khususnya menyusui sehingga memutuskan untuk bergabung menjadi anggota IKMI (Ikatan Konselor Menyusui Indonesia) sampai sekarang disela kesibukan menjadi Dosen di Prodi Kebidanan Universitas Muhammadiyah Semarang sejak tahun 2019.



Prof. Dr. Sandeep Poddar lahir di India 27 Desember 1972. Lulus B.Sc (Hons) in Zoology University of Calcutta, Kolkata, India. M.Sc. in Zoology Dayalbagh Educational Institute, (Deemed University) Agra, India. Lulus PhD (Sc) in Zoology University of Calcutta, Kolkata, India. Deputy Vice Chancellor, Administration(acting) Lincoln University College for 6 months. Director of Operations, Lincoln University College more than 1 year. Deputy Vice Chancellor (Research & Innovation) Executive Editor, Lincoln University College (Publications). Member, Board of Studies, Lincoln University College, Malaysia.



Drs. Danusiri, M.Ag. Ia lahir di Desa Karangjoho, Kel Mojo, Kec. Andong, Kab Boyolali, 29 November 1956, tetapi alamatnya berada di Jl. Kinibaluraya nomor 32, RT.09, RW.02 Kelurahan Tandang, Tembalang, Semarang. Keterlibatannya di Muhammadiyah dimulai secara kultural sejak lahir, yaitu lahir dari keluarga Muhammadiyah. Secara struktural dimulai sebagai ketua Pimpinan Cabang Kecamatan Tembalang 2005-2010. Sebagai anggota pleno PDM dijalani dari 2010 sampai sekarang. Mulai dari tahun 2015 sampai sekarang dipercayai menjadi ketua Majelis Tabligh dan dakwah Khusus PWM Jawa Tengah. Ma'isyah utama adalah sebagai tenaga edukatif di berbagai perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta. Kini masih menggeluti profesi pendidim itu di Unimus, satu-satunya. Beberapa karya pernah dilahirkan, antara lain: Epistemologi dan Tasawuf Iqbal, Epistemologi Syara', Logika dalam Naungan Alquran dan as-Sunnah, Panen Hikmah karena disiplin Shalat (kolaborasi dengan Sulistiyo Nugroho alm), Jangan Hinakan Wanita (kolaborasi dengan Sulistiyo Nugroho, alm), Teori Dasar Manajemen Pendidikan Islam (e-book). Karya kali ini, Danusiri berkolaborasi dengan sesama dosen di Program Studi Ilmu Kebidanan Universitas Muhammadiyah Semarang.



Epistemologi Hukum Pemberian Asi Eksklusif Berbasis Transedental

Pemberian ASI eksklusif paradigma transedental dapat digunakan sebagai landasan dalam membentuk hukum dan regulasi. Paradigma transedental dimaknai sebagai pandangan yang mendasar tentang ilmu hukum yang seharusnya dipelajari dan metode ilmiah yang digunakan. Terdapat beragam paradigma sebagai pendekatan dalam pengembangan ilmu, seperti positivisme, pospositivisme, holistik dan transedental.

ASI eksklusif untuk bayi yang diberikan ibu ternyata mempunyai peranan penting, yakni meningkatkan ketahanan tubuh bayi. Karenanya bisa mencegah bayi terserang berbagai penyakit yang bisa mengancam kesehatan bayi. Memberikan ASI eksklusif juga memungkinkan ibu dan bayi untuk terhubung secara emosional. Kontak fisik saat menyusui dapat memperkuat ikatan antara ibu dan bayi, meningkatkan rasa aman dan keintiman di antara keduanya. Asupan yang paling baik untuk diberikan kepada si kecil adalah ASI.

Manfaat ASI eksklusif paling penting ialah bisa menunjang sekaligus membantu proses perkembangan otak dan fisik bayi. Hal tersebut dikarenakan, di usia 0 sampai 6 bulan seorang bayi tentu saja sama sekali belum diizinkan mengonsumsi nutrisi apapun selain ASI. Oleh karenanya, selama enam bulan berturut-turut, ASI yang diberikan pada sang buah hati tentu saja memberikan dampak yang besar pada pertumbuhan otak dan fisik bayi selama ke depannya.

Penerbit:



UNIMUS PRESS

UNIMUS Press
Universitas Muhammadiyah Semarang
Jl. Kedungmundu Raya No. 18 Kelurahan Kedungmundu
Kecamatan Tembalang, Semarang
Jawa Tengah - 50273
Telp. 024 - 7674 0294
unimuspress.unimus.ac.id / upress@unimus.ac.id

MONOGRAF

ISBN 978-623-6974-95-7



9 786236 974957