

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Pengertian Air Susu Ibu (ASI)

1. Pengertian ASI

ASI adalah suatu emulsi lemak dalam larutan protein, laktosa¹ dan garam-garam organik yang disekresi oleh kelenjar payudara ibu (*Mammae*)², sebagai makanan utama bagi bayi.³

ASI sebagai makanan yang alamiah juga merupakan makanan terbaik yang dapat diberikan oleh seorang ibu kepada anak yang baru dilahirkannya. Komposisinya sesuai untuk pertumbuhan bayi serta ASI juga mengandung zat pelindung yang dapat menghindari bayi dari berbagai penyakit.

ASI merupakan makanan yang baik untuk bayi terutama pada bulan-bulan pertama. Sebab ASI tidak hanya mengandung semua zat gizi untuk membangun dan penyediaan energi dalam susunan yang diperlukan tetapi juga mengandung zat kekebalan yang dibutuhkan bayi untuk menjaga kesehatan tubuhnya agar tidak terganggu oleh penyakit termasuk infeksi.⁴

Jika dibandingkan dengan susu sapi, ASI mempunyai kelebihan antar lain mampu mencegah penyakit infeksi. Selain itu, ASI mudah didapat dan tidak perlu dipersiapkan terlebih dahulu. Melalui ASI dapat dibina kasih

¹ Laktosa adalah gula susu yang keras, berupa bubuk putih berasa manis, tidak berbau, stabil di udara, larut dalam air berguna dalam pembuatan makanan bayi, mentega dan ragi.

² Mammae adalah kelenjar yang terletak di bawahkulit, di atas otot dada.

³ Soetjningsih, *Seri Gizi Klinik ASI Petunjuk untuk Tenaga Kesehatan* (Jakarta: EGC, 1997), 20.

⁴ Roesli Utami, *Mengenal ASI Eksklusif*, (Jakarta: PT Elex Komputindo, 2000),15.

sayang, ketentraman jiwa bagi bayi yang sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan jiwa bayi. Dengan demikian ASI merupakan makanan terbaik bagi bayi dan mempunyai kelebihan yang tidak dimiliki oleh susu sapi. Oleh karena itu ASI harus diberikan pada bayi, sekalipun produksi ASI pada hari-hari pertama baru sedikit, namun mencukupi kebutuhan bayi. Pemberian air gula, air teh, air tajin dan makanan *prelaktal*⁵ (sebelum ASI lancar produksi) lain, harus dihindari untuk mendapatkan manfaat maksimal dari ASI, maka sebaiknya menyusui dilakukan setelah bayi lahir (dalam waktu 30 menit setelah bayi lahir) karena daya hisap pada saat itu paling kuat untuk merangsang pengeluaran ASI selanjutnya.⁶

2. Pengertian ASI Eksklusif

ASI adalah bayi diberi ASI selama 6 bulan, tanpa tambahan cairan lain seperti susu formula, jeruk, madu, air teh, dan air putih. Serta tanpa tambahan makanan padat seperti pisang, bubur susu, biskuit, bubur nasi, dan nasi tim. Setelah 6 bulan mulai diberikan makanan pendamping ASI (MPASI). ASI dapat diberikan sampai anak usia 2 tahun atau lebih.⁷

ASI merupakan bentuk tradisional dan ideal bagi pemenuhan gizi anak. Biasanya sanggup memenuhi kebutuhan gizi seorang bayi untuk masa hidup 4-6 bulan pertama, walaupun bahan makanan tambahan yang diperlukan sudah diperkenalkan, ASI dapat merupakan sumber lanjutan yang

⁵ Prelakteal adalah makanan atau minuman yang diberikan kepada *neonatus* sebelum ASI keluar.

⁶ Roesli Utami, *Manfaat ASI dan Menyusui*, (Jakarta: FKUI, 2008), 12.

⁷ Wulandari Setyo Retno dan Sri Handayani, *Asuhan Kebidanan Ibu Masa Nifas*. (Yogyakarta: Gosyen Publishing, 2011), 34.

penting bagi kesehatan bayi. ASI dapat menyediakan tiga perempat bagian protein yang dibutuhkan bayi umur 6-12 bulan dan masih merupakan sumber yang cukup berarti bagi beberapa bulan berikutnya. Sebagian besar bayi di negara berpenghasilan rendah memerlukan ASI untuk pertumbuhan dan sering pula agar dapat bertahan hidup, karena merupakan satu-satunya sumber protein yang paling mudah didapat dan berkualitas baik, serta mengandung semua asam-asam amino esensial.⁸

Selain memberi segala kebutuhan makanan bayi, baik dari segi gizi, *immunologi* ataupun segi lainnya pemberian ASI memberikan kesempatan yang tiada taranya untuk curahan cinta kasih serta perlindungan seorang ibu kepada anaknya.

Pengenalan makanan tambahan dimualai pada usia 6 bulan dan bukan 4 bulan. Hal ini dikarenakan:

- a. Dari hasil penelitian jumlah komposisi ASI masih cukup untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi apabila ASI di berikan secara tepat dan besar sampai bayi berumur 6 bulan. Namun pada kenyataannya, 60% bayi berumur 4 bulan sudah mendapat tambahan susu sapi.
- b. Bayi pada saat berumur 6 bulan sistem percernaannya mulai matur. Jaringan pada usus halus bayi pada umumnya seperti saringan pasir.

⁸ Adriani Merryana dan Bambang Wirjatmadi, *Peran Gizi Dalam Siklus Kehidupan*. (Jakarta : Kencana, 2012), 79.

Pori-porinya berongga sehingga memungkinkan bentuk protein ataupun kuman akan langsung masuk dalam sistem peredaran darah dan dapat menimbulkan alergi. Pori-pori dalam usus bayi ini akan tertutup rapat setelah bayi berumur 6 bulan. Dengan demikian usus bayi setelah berumur 6 bulan mampu menolak faktor alergi ataupun kuman yang masuk.

Bagi ibu yang bekerja menyusui tidak perlu dihentikan. Ibu bekerja tetap harus memberi ASI kepada bayinya karena banyak keuntungannya. Jika memungkinkan bayi dapat dibawa ke tempat ibu bekerja. Namun hal itu akan sulit dilaksanakan apabila di tempat kerja atau di sekitar tempat bekerja tidak tersedia sarana penitipan bayi atau pojok laktasi. Bila tempat bekerja dekat dengan rumah, ibu dapat pulang untuk menyusui baginya pada waktu istirahat atau minta bantuan seseorang untuk membawa bayinya ketempat kerja.

Walaupun ibu bekerja dan tempat bekerja jauh dari rumah, ibu tetap dapat memberikan ASI kepada bayinya. Berikan ASI secara eksklusif dan sesering mungkin selama ibu cuti melahirkan. Jangan memberikan makanan lain sebelum bayi benar-benar sudah membutuhkannya. Jangan memberi ASI melalui botol, berikan melalui cangkir atau sendok dilatih 1 minggu sebelum bekerja.⁹

Dari penjelasan tentang ASI diatas Jangan lupa bahwa Tuhan telah menciptakan ASI untuk anak manusia seperti halnya Tuhan menciptakan air

⁹ Wulandari Setyo Retno dan Sri Handayani, *Asuhan Kebidanan...*, 34

susu untuk anak sapi. Hal ini tidak mungkin dapat dipindahkan pada ayahnya dan merupakan suatu kelebihan kaum “lemah” yang sesungguhnya lebih kuat dari kaum “kuat” dalam istilah sehari-hari.

B. ASI dalam al-Qur’an dan al-Hadits

1. Masa Menyusui

Al Quran secara khusus telah memberikan petunjuk mengenai pentingnya memperhatikan jenis dan pola makanan dalam kaitannya dengan pembinaan dan pemeliharaan kesehatan, sejak masa-masa awal manusia lahir ke dunia ini (pasca kelahiran). Yakni ketika al Quran berbicara tentang pentingnya menyusui bayi dengan ASI yang memiliki sifat *halal* dan *tayyib* yang sangat dibutuhkan tidak saja bagi kesehatan bayi itu sendiri, tetapi juga bagi sang ibu yang menyusuinya.¹⁰

Dalam catatan-catatan papyrus yang berumur lebih dari tiga ribu tahun, misalnya, ditentukan bahwa peradaban Mesir kuno telah mampu meracik ramuan herbarium untuk menambah kandungan ASI para ibu yang tengah menyusui. Mereka juga telah mengenal sistem dan aturan menyusui bayi. Ini membuktikan bahwa menyusui bayi demikian pula mengandung dan melahirkan merupakan salah satu fitrah manusia untuk mempertahankan kehidupan spesiesnya.

¹⁰ Kementerian Agama RI, *Kesehatan dalam Perspektif Al Qur’an*, (Jakarta: Aku Bisa, 2012), 80.

Penegasan bahwa menyusui bayi sebagai salah satu fitrah dan naluriah seorang ibu dapat terbaca, misalnya dalam firman Allah Surah al-Qasas (28):

7

وَأَوْحَيْنَا إِلَىٰ أُمِّ مُوسَىٰ أَنْ أَرْضِعِيهِ

Dan kami ilhamkan kepada ibu Musa, “Susuilah dia”¹¹

Apabila seorang perempuan menyusukan seorang anak yang belum berumur dua tahun, maka anak yang menyusui itu menurut hukum seperti anak dari perempuan itu, dan suami perempuan itu menjadi seperti bapak anak. Ini berarti bahwa perempuan dan suaminya menjadi mahram, anak yang menyusui, sebagaimana dia bermahram dengan kedua orang ibu bapaknya yang melahirkannya. Begitu pula kepada ibu bapak suami istri itu terus ke atas, saudara keduanya, dan anak keduanya, mereka itu semuanya menjadi mahram anak yang menyusui itu. Tegasnya, mereka tidak sah menikah dengan anak yang menyusui tadi, seterusnya segala hukum mahram berlaku pula antara anak dengan mereka.

Firman Allah SWT:

وَأُمَّهَاتِكُمُ الَّتِي أَرْضَعْنَكُمْ وَأَخَوَاتِكُم مِّنَ الرَّضَاعَةِ

“(Diharamkan atas kamu menikahi) ibu-ibumu, yang menyusui kamu, saudara perempuan sepersusuan.” (An-Nisa’ :23)¹²

Sabda Rasulullah Saw:

¹¹ Kementerian Agama RI, *Kesehatan dalam Perspektif Al Qur'an*,...81.

¹² Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, (Jakarta : Al-Karim, 2007), 82

يَحْرُمُ مِنَ الرَّضَاعَةِ مَا يَحْرُمُ مِنَ النَّسَبِ. (راوه البخارى ومسلم)

“Haram sebab sepersusuan seperti haram sebab keturunan.”

(HR. Bukhari dan Muslim)

Artinya, semua keturunan dari suami istri tadi menjadi mahram kepada anak yang disusukan itu, begitu juga saudara-saudara kedua suami istri itu.¹³

Allah SWT berfirman,

وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ

“Para ibu hendaknya menyusui anak-anaknya selama dua tahun penuh, yaitu bagi mereka yang ingin menyempurnakan penyusuan...” (QS. al-Baqarah : 233)

Jika seorang ibu harus menyusukan bayinya selama dua tahun penuh. Ibnu Katsir berkata, “Ini adalah perintah dari Allah SWT. Bagi para ibu agar menyempurnakan masa penyusuan selama dua tahun.”¹⁴ Selama periode ini ASI sangatlah penting bagi perkembangan kesehatan jasmani dan rohani sang bayi. Ada dua pendapat yang berbeda mengenai penafsiran “hendaklah menyusukan”, apakah ini hak atau tugas? Namun mayoritas ulama memahaminya sebagai tugas yang harus dipenuhi oleh seorang ibu untuk anak-anaknya. Walaupun demikian, “bagi mereka yang ingin

¹³ Sulaiman Rasjid, *Fiqh Islam*, (Bandung : Sinar baru Algensindo, 2016), 423-424.

¹⁴ Ibnu Katsir, jil 4, 284

menyempurnakan penyusuannya” adalah bukti bahwa menyempurnakan masa penyusuan bukanlah sebuah kewajiban. Ibu dapat mempersingkat atau memperpanjang periode penyusuannya asalkan tidak membahayakan bayinya.

Sebagai kewajiban ataupun bukan, menyusui tetap sangat penting bagi bayi. Seorang ibu sering dibimbing oleh nalurinya dan meresponnya dengan rasa kasih sayang keibuan yang unik. Namun, dalam beberapa kasus yang tidak biasa, seorang ibu boleh menolak untuk menyusukan anaknya. Kasus ini harus dinilai sebagaimana mestinya dan dihadapi sesuai dengan itu, dengan mencamkan bahwa hal ini adalah tugas keagamaan, tugas utama dia sebagai seorang ibu, yang akan di minta pertanggungjawabannya kelak di hari pembalasan. Kalau tidak ada alasan medis atau alasan penting lainnya yang mencegah seorang ibu melakukan hal itu, khususnya setelah terbukti secara medis dan diakui di seluruh dunia bahwa menyusui itu sangat penting bagi bayi. Hal ini lah dikonfirmasi melalui hasil riset medis terbaru yang menyatakan pentingnya ASI selama dua tahun pertama kehidupan bayi dan berbagai pengaruhnya terhadap perkembangan fisik dan keseimbangan psikis sang anak. Memang, sejak hari pertama kehidupannya, sang bayi sepenuhnya bergantung pada kemurahan hati dan kasih sayang ibunya.¹⁵

Al-Bukhari meriwayatkan dari ‘Aisyah ra. Bahwa Rasulullah SAW Menemuinya, sedang di sisinya ada seorang pria, maka seolah-olah wajah

¹⁵ Nasif Fatima Umar, *Hak & Kewajiban Perempuan dalam Islam*, (Jakarta: Cendekia Sentra Muslim, 2003), 245-246.

beliau berubah sepertinya tidak menyukai hal itu. ‘Aisyah berkata,”Ia saudaraku. “Beliau bersabda¹⁶

أَنْظُرْنَ مَا إِخْوَانُكُمْ، فَإِنَّمَا الرِّضَاعَةُ مِنَ الْمَجَاعَةِ.

“Perhatikanlah saudara-saudara kalian. Sebab

penyusuan itu merupakan jiwa dari kelaparan”¹⁷

Al-Hafizh Ibnu Hajar berkata, Al-Muhlib berkata:”Diharamkannya sepersusuan hanyalah di masa kecil hingga penyusuan itu mengatasi kelaparan.”Abu ‘Ubaid berkata:” Arti *unzhurna ma ikhwanukunna* (perhatikan apa yang ada pada saudara-saudara kalian) ialah bayi lapar dan makanan yang mengenyangkannya ialah susu dari penyusuan.” Sabda beliau: “*Sesungguhnya penyusuan itu hanyalah penyelamatan dari kelaparan*”, maksudnya, penyusuan yang menetapkan keharaman dan dihalalkan berdua denganya, yaitu yang disusui itu masih bayi agar susu itu mengatasi kelaparannya. Di antara hadits-hadits pendukungnya ialah hadits Ibnu Mas’ud: “Tiada penyusuan kecuali apa yang dapat menguatkan tulang dan menumbuhkan daging.”¹⁸ Dan hadits Ummu Salamah: “Tidak diharamkan dari sepersusuan kecuali yang mengenyangkan usus-usus.”¹⁹

Kemudian al-hafizh ra. Berkata: Ini dapat dijadikan sebagai dalil bahwa sekali susuan tidak menjadi haram, karena tidak menghilangkan rasa lapar.” Al-Hafizh mengatakan tentang masa penyusuan. Dikatakan, tidak

¹⁶ Usamah Adu Hafsh bin Kamal bin ‘Abdir Razzaq, *Panduan Lengkap Nikah*, (Bogor : pustaka Ibnu katsir, 2005), 76-77.

¹⁷ HR. Al-Bukhari (no. 5099), Kitab *an Nikah*, Muslim (no. 1455), Kitab *ar-Radhaa’*.

¹⁸ Disebutkan al-Hafizh dalam al-Fat-h (IX/148)

¹⁹ HR. Ibnu Majah (no. 1946), Kitab *an-Nikah*, dari ‘Abdullah bin az-Zubair ra., dan dishahihkan al-albani dalam *shahih Ibni Majah* (no. 1582) dan lihat *al-Irwaa’* (no. 2150).

lebih dari dua tahun. Ini riwayat Wahb dari Malik, dan demikianlah pendapat jumhur. Argumen mereka ialah hadits Ibnu ‘Abbas: “Tidak ada penyusuan kecuali dalam dua tahun.”²⁰

2. Hukum menyusui

Di samping menjadi keharusan seorang ibu untuk memberikan ASI kepada anaknya (*wajibun ‘alaiha*), para ulama berpendapat bahwa menyusui anak juga menjadi hak seorang ibu (*haqqun laha*), sehingga para suami tidak berhak melarang istri atau bekas istrinya yang ingin memiliki kelayaan menyusui anaknya. Hal ini berdsarkan firman Allah SWT dalam penggalan surah al-Baqarah/2:233

لَا تُضَارَّ وَالِدَةٌ بِوَلَدِهَا وَلَا مَوْلُودٌ لَهُ بِوَالِدِهِ ۗ

“Janganlah seorang ibu mederita karena anaknya dan jangan pula seorang ayah menderita karena anaknya.”

Al-Qurtubi saat menafsirkan penggalan ayat dia atas mengatakan “Seorang ibu hendaknya tidak menolak menyusui anaknya sehingga membuat sulit ayahnya atau meminta upah yang melewati batas kewajaran. Demikian pula seorang ayah tidak berhak melarang seorang ibu yang ingin menyusui anaknya. Ini merupakan pendapat mayoritas para pakar tafsir.

²⁰ HR. At-Tirmidzi (no. 1166), Kitab *ar-Radhaa’*, Ibnu Majah (no. 1942), Kitab *an-Nikah*, dan dishahihkan al-Albani dalam *shahih at-Tirmidzi* (no. 919) dan lihat *al-Irwaa’* (no. 2047), serta *fat-bul baari* (IX/146)

Dari pembahasan tentang perintah menyusukan anak dengan ASI ini dapat kita simpulkan bahwa ajaran Islam sangat menekankan arti penting pemberian ASI bagi anak karena menjadi kewajiban dan hak seorang ibu, di nyatakan oleh Al Qur'an lebih dari empat belas abad sebelum munculnya tema *Peringatan Hari ASI Sedunia* tahun 2007 yang berbunyi: “ Dengan menyusui bayi pada satu jam pertama kehidupannya sampai enam bulan usianya, akan menyelamatkan lebih dari satu juta bayi.”²¹

Allah SWT. Berfirman:

وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ إِحْسَانًا حَمَلَتْهُ أُمُّهُ كُرْهًا وَوَضَعَتْهُ كُرْهًا وَحَمْلُهُ
وَفِصْلُهُ ثَلَاثُونَ شَهْرًا...

“Kami perintahkan kepada manusia supaya berbuat baik kepada kedua ibu-bapak nya, ibunya mengandung dengan susah payah dan melahirkannya dengan susah payah (pula). Mengandung dan menyapihnya hingga tiga puluh bulan.” (QS. Al-Ahqaf : 15)²²

Firman Allah swt. “*Kami perintahkan manusia supaya berbuat baik kepada ibu-bapaknya*”. Maksudnya, ia berbudi pekerti kepada mereka dan merendahkan diri agar mencapai ridha mereka. “*Ibunya mengandungnya dengan susah payah dan melahirkannya dengan susah payah pula.*” Maksudnya, disebutkan ibu saja karena haknya lebih besar oleh karena itu berbuat baik kepadanya sama dengan dua pertiga kebaikan seperti yang

²¹ Kementerian Agama RI, *Kesehatan dalam Perspektif Al Qur'an*,... 83-85.

²² Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, (Jakarta : Al-Karim, 2007) 505.

dikatakan oleh Al-Khatib dan disebutkan tentang kehamilan ibu dan proses melahirkannya adalah penguat akan kewajiban berbuat baik kepadanya. Seperti yang Allah swt. Perintahkan karena ia melahirkan dan hamil dalam keadaan susah payah.

Firman Allah swt, “*Mengandung dan menyapihnya hingga tiga puluh bulan.*” Maksudnya, waktu keduanya selama ini sejak dari permulaan kehamilan sehingga selesai dari menyusui. Bahwa masa kehamilan paling minim adalah enam bulan karena masa menyusui selama dua tahun dan juga disebutkan bahwa hak seorang ibu lebih kuat dari hak seorang bapak karena ia yang mengandung dan melahirkan serta menyusuinya dengan susah payah tanpa disertai oleh bapak.

Ibnu Abbas ra. Berkata: “ Jika seorang wanita melahirkan setelah sembilan bulan, maka cukup baginya menyusui selama dua puluh satu bulan, apabila ia melahirkan setelah tujuh bulan, maka cukup baginya menyusui dua puluh tiga bulan dan apabila ia melahirkan setelah enam bulan maka masa menyusuinya selama dua tahun.²³

3. Menyusui dapat mengharamkan seperti yang diharamkan dalam Nasab

Ali mengatakan bahwa Rasulullah SAW. Berkata :

إِنَّ اللَّهَ حَرَّمَ مِنَ الرَّضَاعِ مَا حَرَّمَ مِنَ النَّسَبِ.

²³ Abdurrahman Al-'Ikk Khalid, *Fikih Wanita*, (Semarang: PT.Pustaka Rizki Putra,2009), 312.

“Sesungguhnya Allah telah mengharamkan dari menyusui seperti yang diharamkan dalam nasab.” (HR. Tirmidzi)

Aisyah ra. Berkata : “Aflah saudara Abu Quaisi meminta izin mengunjungku setelah turunya ayat hijab, aku berkata : “Demi Allah, aku tidak akan mengizinkannya sehingga aku meminta izin Rasulullah karena saudara Abu Quaisi, bukanlah ia yang menyusuiku tetapi yang menyusuiku adalah isteri Abu Quaisi.” Kemudian Rasulullah saw. Masuk kepadaku dan aku bertanya: “ Wahai Rasulullah, sesungguhnya lelaki itu bukanlah yang menyusuiku tetapi yang menyusuiku adalah istri Abu Quaisi? (ia merasa lelaki itu tidak ada kekerabatan dengannya sampai seperti muhromnya, sebab itulah ia melarangnya untuk masuk) beliau berkata :” Biarkanlah ia masuk karena ia pamanmu niscaya engkau untung." Abu Quais adalah suami wanita yang menyusui ‘Aisyah ra.²⁴

Ali ra berkata:

يارسولَ الله مالِكَ تَنَوَّقُ فِي فُرَيْشٍ وَتَدْعُنَا؟ فَقَالَ: وَعِنْدَ كَمِ شَيْءٍ؟ قُلْتُ:
نَعَمْ، بِنْتُ حَمْرَةَ. فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ: إِنَّهَا لَا تَحِلُّ لِي إِنَّهَا ابْنَةُ أَخِي مِنَ
الرَّضَاعَةِ.

“Wahai Rasulullah, mengapa engkau berminat menikahi orang Quraisy dan meninggalkan kami? “Beliau bertanya: “Apakah kalian ada sesuatu? “Aku menjawab: “ya, puteri Hamzah.” Beliau berkata:”Sesungguhnya ia tidak halal bagiku, sesungguhnya ia puteri saudara sesusuanku.” (HR. Muslim)

²⁴ HR. Al-Bukhari (no. 2644), Kitab *asy-Syahaadah*, Muslim (no. 1445), Kitab *ar-Radhaa'ah*, at-Tirmidzi (no. 1148), kitab *ar-Radhaa'ah*, an-Nasa'i (n0. 3301).

4. Hukum satu hisapan dan dua hisapan dalam menyusui

Aisyah mengatakan bahwa Rasulullah saw. Bersabda :

لا تُحَرِّمُ الْمَصَّةُ وَالْمَصَّتَانِ.

“Satu hisapan dan dua hisapan masih belum menjadikan muhrim. ” (HR. Muslim)

Qatadhah berkata: “Aku menulis surat kepada Ibrahim an-Nakha’i menanyakan tentang menyusui?” ia menjawab: “ Sesungguhnya Suraih memberitahuku bahwa Ali dan Ibnu Mas’ud mengatakan bahwa seorang yang menyusui baik sedikit maupun banyak adalah menjadikan mahram.”

Hadits Aisyah ra. Lebih kuat, karena *marfu*’ sedangkan hadits Ali Ibnu Mas’ud tidak kuat karena *muquf*.

Yahya ibn Said mengatakan bahwa ada seorang lelaki bertanya kepada Abu Musa: ”Sesungguhnya aku menghisap susu dari puting istriku, susu itu masuk ke dalam perutku.” Abu Musa berkata: “Menurutku, tidak lain ia sudah diharamkan atasmu.” Ibnu Mas’ud berkata: “Lihatlah apa yang mencukupi lelaki itu.” Ia bertanya: “Apa yang kamu katakan?” Beliau menjawab: “Tidak dianggap sesusuan kecuali yang terjadi sebelum umur dua tahun.” Abu Musa berkata: “Janganlah kalian menanyaiku selagi orang pintar ini ada di tengah-tengah kalian.” (HR. Abu Dawud)

Umami Salamah mengatakan bahwa Rasulullah saw. Bersabda:

“ Tidak diharamkan dari susuan kecuali yang menembus perut di puting susu dan beliau disapuh.” (HR. Tirmidzi)

Menyusui bagai hubungan nasab, sesuai dengan hadits-hadits diatas. Oleh karena itu bukti-bukti yang mewajibkan memperhatikan perkara menyusui, wajib memberitahu atau mencatat nama yang menyusui diatas lembaran yang ditulis dalam daftar keluarga dan nama bayi yang disusui serta nama nak-anaknya karena mereka semuanya menjadi saudara sesusuan bagi yang disusui oleh ibunya.²⁵

C. Fungsi dan manfaat ASI bagi balita

1. Fungsi ASI (Air Susu Ibu) bagi Bayi

Pada saat pertama kali makan, makanan pertama yang terbaik bagi bayi adalah ASI. ASI yang keluar pertama kali setelah melahirkan disebut *colostrum*²⁶. *Colostrum* sangat penting bagi bayi karena memiliki beberapa manfaat, yaitu sebagai berikut.

- a. *Colostrum* merupakan susu rendah lemak dan tinggi karbohidrat, protein, serta antibodi. Antibodi berfungsi membantu bayi tetap sehat.
- b. Mudah dicerna sehingga *colostrum* merupakan makanan pertama yang sempurna bagi bayi.

²⁵ Abdurrahman Al-'Ikk Khalid, *Fikih Wanita...*, 313-314

²⁶ Colostrum adalah jenis susu yang diproduksi pada tahap akhir kehamilan dan pada hari-hari awal setelah melahirkan.

- c. Memiliki efek laksatif, yaitu membantu bayi pada awal-awal buang air besar. Pengaruh laksatif ini membantu ekskresi²⁷ kelebihan bilirubin (zat pewarna empedu) dan membantu mencegah penyakit kuning bagi bayi.
- d. Memiliki kandungan imun yang tinggi. Imun mengandung sel-sel hidup yang berfungsi melawan zat-zat berbahaya yang masuk ke tubuh bayi.
- e. Melindungi saluran pencernaan bayi dari zat-zat asing yang masuk ke tubuhnya.
- f. Mengandung sel darah putih dengan konsentrasi tinggi yang berfungsi menghancurkan bakteri dan kuman penyebab penyakit.

Setelah menyusui tiga sampai empat hari, ASI tidak berbentuk colostrum lagi tetapi air susu “matang” atau disebut ASI saja. Perbedaan ASI dengan colostrum adalah air susu matang ini lebih banyak volumenya, lebih encer, dan warnanya lebih terang. ASI tidak kalah pentingnya dengan colostrum karena memiliki manfaat sebagai berikut.

- a. ASI memiliki kandungan asam lemak, laktosa, air, dan asam amino yang tepat untuk pencernaan, perkembangan otak, dan pertumbuhan.
- b. ASI mengandung 80% *makrofag*, yaitu sel-sel yang membunuh bakteri, jamur, dan virus. Oleh karena itu, bayi akan terlindungi dari penyakit pneumonia²⁸, bronkitis²⁹, infeksi bakteri *Staphylococcus*, influenza, dan infeksi telinga.

²⁷ Ekskresi adalah Pengeluaran atau pembuangan ampas hasil metabolisme yang tidak dibutuhkan oleh tubuh

²⁸ Pneumonia adalah penyakit radang paru-paru

²⁹ Bronkitis adalah radang cabang tenggorokan

- c. ASI selalu steril, tidak pernah terkontaminasi oleh air yang kotor. Air yang terkontaminasi dapat menyebabkan diare pada bayi.
- d. ASI mengandung paling sedikit seratus unsur yang tidak akan ditemukan pada susu formula atau susu botol.
- e. Menyusu pada ASI melatih rahang bayi lebih kuat dan menjaga pertumbuhan gigi agar lurus dan sehat.
- f. Secara psikologis, bayi memiliki keterikatan batin yang kuat kalau menyusu pada ibunya.

Mengingat sangat pentingnya manfaat ASI, maka ASI sangat perlu diberikan pada bayi.³⁰

2. Manfaat-manfaat ASI

Ada berbagai Manfaat Pemberian ASI diantaranya:

a. Bagi bayi:

- 1) Dapat membantu memulai kehidupannya dengan baik.

Pemberian ASI membantu bayi memulai kehidupannya dengan baik. Kolostrum, susu jolong atau susu pertama, mengandung antibodi yang kuat untuk mencegah infeksi dan membuat bayi lebih kuat. Penting sekali untuk segera memberikan ASI pada bayi dalam jam pertama sesudah lahir dan kemudian setidaknya setiap 2 atau 3 jam. ASI mengandung campuran yang tepat dari berbagai bahan makanan yang baik untuk bayi. ASI mudah dicerna oleh bayi. ASI saja tanpa makanan tambahan lain

³⁰ Saktiyono, *Ipa Biologi 2*, (Jakarta: Erlangga, 2004), 75-76.

merupakan cara terbaik untuk memberi makan bayi dalam 4-6 bulan pertama kehidupannya. Sesudah 6 bulan, beberapa makanan yang baik lain harus ditambahkan kedalam menu bayi. Pemberian ASI pada umumnya harus disarankan selama setidaknya satu tahun pertama kehidupan anak.

2) Mengandung antibodi

Mekanisme pembentukan antibodi pada bayi adalah sebagai berikut : apabila ibu mendapat infeksi maka tubuh ibu akan membentuk antibodi dan akan disalurkan dengan bantuan jaringan limfosit. Antibodi di payudara disebut *mammae associated immunocompetent lymphoid tissue* (MALT). Kekebalan terhadap penyakit saluran pernafasan yang ditransfer disebut *Bronchus associated immunocompetent lymphoid tissue* (BALT) dan untuk penyakit saluran pencernaan ditransfer melalui *Gut associated immunocompetent lymphoid tissue* (GALT).

Dalam tinja bayi yang mendapat ASI terdapat antibodi terhadap bakteri *E.coli*³¹ dalam konsentrasi yang tinggi sehingga jumlah bakteri *E.coli* dalam tinja bayi tersebut juga rendah. Didalam ASI kecuali antibodi terhadap enterotoksin *E.Coli*, juga pernah dibuktikan adanya antibodi terhadap *Salmonella typhi*, *Shigela* dan antibodi terhadap virus, seperti rota virus, polia dan campak.

³¹ *E coli* adalah sekelompok jenis bakteri yang biasa ditemukan di dalam usus manusia atau hewan berdarah panas.

3) ASI mengandung komposisi yang tepat

Yaitu dari berbagai bahan makanan yang baik untuk bayi yang terdiri dari proporsi yang seimbang dan cukup kuantitas semua zat gizi yang di perlukan untuk kehidupan 6 bulan pertama.

4) Mengurangi kejadian karies dentis

Insiden karies dentis pada bayi yang mendapat susu formula jauh lebih tinggi dibanding yang mendapat ASI, karena kebiasaan menyusui dengan botol dan dot terutama pada waktu akan tidur menyebabkan asam yang terbentuk akan merusak gigi.

5) Memberi rasa nyaman dan aman pada bayi dan adanya ikatan antara ibu dan bayi.

Hubungan fisik ibu dan bayi baik untuk perkembangan bayi, kontak kulit ibu ke kulit bayi yang mengakibatkan perkembangan psikomotor maupun sosial yang lebih baik.

6) Terhindar dari alergi

Pada bayi baru lahir sistem IgE belum sempurna. Pemberian susu formula akan merangsang aktivasi sistem ini dan dapat menimbulkan alergi. ASI tidak menimbulkan efek ini. Pemberian protein asing yang ditunda sampai umur 6 bulan akan mengurangi kemungkinan alergi.

7) ASI meningkatkan kecerdasan bagi bayi

Lemak pada ASI adalah lemak tak jenuh yang mengandung omega 3 untuk pematangan sel-sel otak sehingga jaringan otak bayi

yang mendapat ASI eksklusifkan tumbuh optimal dan terbebas dari rangsangan kejang sehingga menjadikan anak lebih cerdas terhindar dari kerusakan sel-sel saraf otak.

- 8) Membantu perkembangan rahang dan merangsang pertumbuhan gigi karena gerakan menghisap mulut bayi pada payudara.

Telah dibuktikan bahwa salah satu penyebab mal oklusi rahang adalah kebiasaan lidah yang mendorong ke depan akibat menyusu dengan botol dan dot.

b. Bagi ibu

- 1) Aspek Kontrasepsi

Hisapan mulut bayi pada puting susu merangsang syaraf sensorik sehingga post anterior hipofise mengeluarkan prolaktin. Prolaktin masuk ke indung telur, menekan produksi estrogen akibatnya akan ada ovulasi. Menjarangkan kehamilan, pemberian ASI memberikan 98% metode kontrasepsi yang efisien selama 6 bulan pertama sesudah kelahiran bila diberikan hanya ASI saja (eksklusif) dan belum terjadi menstruasi kembali.

- 2) Aspek kesehatan ibu

Isapan bayi pada payudara akan merangsang terbentuknya oksitosin oleh kelenjar hipofisis. Oksitosin membantu involusi uterus dan mencegah terjadinya perdarahan pasca persalinan.

Penundaan haid dan berkurangnya perdarahan pasca persalinan mengurangi prevalensi anemia defisiensi besi. Kejadian karsinoma *mammae* pada ibu yang menyusui lebih rendah dibanding tidak menyusui. Mencegah kanker hanya dapat diperoleh ibu yang menyusui anaknya secara eksklusif. Penelitian membuktikan ibu yang memberikan ASI secara eksklusif memiliki resiko terkena kanker payudara dan kanker ovarium 25% lebih kecil dibanding dari pada yang tidak menyusui secara eksklusif.

3) Aspek penurunan berat badan

Ibu yang menyusui eksklusif ternyata lebih mudah dan lebih cepat kembali ke berat badan semula seperti sebelum hamil. Pada saat hamil, badan bertambah berat, selain karena ada janin, juga karena penimbunan lemak pada tubuh, cadangan lemak ini sebetulnya memang disiapkan sebagai sumber tenaga dalam proses produksi ASI. Dengan menyusui, tubuh akan menghasilkan ASI lebih banyak lagi sehingga timbunan lemak yang berfungsi sebagai cadangan tenaga akan terpakai. Logikanya, jika timbunan lemak menyusut, berat badan ibu akan cepat kembali ke keadaan seperti sebelum hamil.

4) Aspek Psikologis

Keuntungan menyusui bukan hanya bermanfaat untuk bayi, tetapi juga untuk ibu. Ibu akan merasa bangga dan diperlukan, rasa yang dibutuhkan oleh semua manusia.

c. Bagi keluarga

1) Aspek ekonomi

ASI tidak perlu dibeli sehingga dana yang seharusnya digunakan untuk membeli susu formula dapat digunakan untuk keperluan lain. Kecuali itu, penghematan juga disebabkan bayi yang mendapat ASI lebih jarang sakit sehingga mengurangi biaya berobat.

2) Aspek psikologi

Kebahagiaan keluarga bertambah, karena kelahiran lebih jarang, sehingga suasana kejiwaan ibu baik dan dapat mendekatkan hubungan bayi dengan keluarga.

3) Aspek kemudahan

Menyusui sangat praktis, karena dapat diberikan dimana saja dan kapan saja. Keluarga tidak perlu repot menyiapkan air masak, botol, dan dot yang harus dibersihkan serta minta pertolongan orang lain.

d. Bagi Negara

1) Menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi.

Adanya faktor protektif dan nutrien yang sesuai dalam menjamin status gizi bayi baik serta kesakitan dan kematian anak menurun. Beberapa penelitian epidemiologis menyatakan bahwa ASI melindungi bayi dan anak dari penyakit infeksi, misalnya diare, otitis media, dan infeksi saluran pernapasan akut bagian bawah.

Kejadian diare paling tinggi terjadi pada anak dibawah 2 tahun dengan penyebab rotavirus. Anak yang tetap diberikan ASI, mempunyai volume tinja yang lebih sedikit, frekuensi diare lebih sedikit serta lebih cepat sembuh dibanding anak yang tidak mendapat ASI. Manfaat ASI, kecuali karena adanya zat antibodi, juga nutrien yang berasal dari ASI. Seperti asam amino, dipeptid, heksose menyebabkan penyerapan nutrium dan air lebih banyak, sehingga mengurangi frekuensi diare dan volume tinja. Bayi yang diberi ASI ternyata juga terlindungi dari diare karena kontaminasi makanan yang tercemar bakteri lebih kecil, mendapatkan antibodi terhadap shigela dan imunitas seluler dari ASI, memacu pertumbuhan flora usus yang berkompetisi terhadap bakteri. Adanya antibodi terhadap *Helicobacter jejuni* dalam ASI melindungi bayi dari diare oleh mikroorganismenya tersebut. Anak yang tidak mendapat ASI mempunyai resiko 2-3 kali lebih besar menderita diare karena *Helicobacter jejuni* dibanding anak yang mendapat ASI.

2) Menghemat devisa negara

ASI dapat dianggap sebagai kekayaan nasional. Jika semua ibu menyusui diperkirakan dapat menghemat devisa sebesar Rp. 8,6 milyar yang seharusnya dipakai untuk membeli susu formula.

3) Mengurangi subsidi untuk rumah sakit

Subsidi untuk rumah sakit berkurang, karena rawat gabung akan memperpendek lama rawat ibu dan bayi, mengurangi komplikasi persalinan dan infeksi nosokomial serta mengurangi biaya yang diperlukan untuk perawatan anak sakit. Anak yang mendapat ASI lebih jarang dirawat dirumah sakit dibandingkan anak yang mendapatkan susu formula.

4) Peningkatan kualitas generasi penerus

Anak yang mendapat ASI dapat tumbuh kembang secara optimal sehingga kualitas generasi penerus bangsa akan terjamin'

Dalam buku *Asuhan Kebidanan Ibu Masa Nifas* Utami menyimpulkan bahwa pemberian ASI sangat bermanfaat untuk:

- a. ASI sebagai nutrisi
- b. ASI sebagai bahan makanan yang berkhasiat meningkatkan daya tahan tubuh
- c. ASI meningkatkan kecerdasan.
- d. Menyusui meningkatkan jalinan kasih sayang.³²

³² Wulandari Setyo Retno dan Sri Handayani, *Asuhan Kebidanan Ibu Masa Nifas*,...18-23

ASI yang terbaik, mengandung semua nutrisi yang dibutuhkan oleh bayi. ASI juga memberi banyak manfaat lain:

- a. ASI melindungi bayi dari banyak penyakit termasuk diare, pneumonia, diabetes, dan kanker.
- b. Menyusu pada payudara, dekat dengan ibu, membantu bayi merasa aman.
- c. ASI selalu segar, bersih, dan siap dikonsumsi.
- d. Menyusui dapat membantu rahim ibu berkontraksi setelah kelahiran dan memperlambat perdarahan.
- e. Menyusui dapat mencegah ibu segera hamil kembali.
- f. Menyusui dapat membantu melindungi ibu dari tulang keropos (osteoporosis) dan beberapa jenis kanker di kemudian hari.
- g. Menyusui tidak membutuhkan biaya, gratis.³³

Dari penjelasan tentang manfaat dan fungsi ASI, penulis dapat memahami banyak sekali manfaat serta agar bisa terampil dalam mengkomunikasikan manfaat tersebut kepada ibu-ibu, keluarga serta tokoh masyarakat.

³³ Widiarti Dwi dkk, *Asuhan Pada Kehamilan, Kelahiran, & Kesehatan Wanita...* 293

