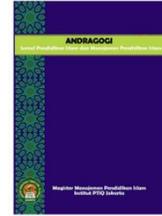


Article Type : Research Article
Date Received : 16.06.2020
Date Accepted : 20.06.2020
Date Published : 15.08.2020
DOI : 10.36671/andragogi.v2i2.106



PERTUMBUHAN ANAK USIA 0-3 TAHUN: KAJIAN TENTANG KESEHATAN BALITA DAN RELEVANSINYA DENGAN PENDIDIKAN ANAK USIA DINI DALAM PERSPEKTIF AL-QUR'AN

Aas Siti Sholichah,¹ Desy Ayuningrum.²

¹Institut PTIQ Jakarta, Indonesia (sitisholichah@ptiq.ac.id)

²Universitas Negeri Jakarta, Indonesia (desyayuningrum@ptiq.ac.id)

| Kata Kunci : | Abstrak |
|--|---|
| Tumbuh Kembang, Anak Usia 0-3 tahun, Al-Qur'an, Kesehatan, Pendidikan Anak Usia Dini | Tulisan ini akan menjelaskan mengenai tumbuh kembang anak usia 0-3 tahun dalam perspektif al-Qur'an dan kesehatan relevansinya pada pendidikan anak usia dini. Metode dalam penelitian ini bersifat kualitatif dengan pendekatan studi pustaka. Adapun hasil penelitian menjelaskan bahwa dalam al-Qur'an, kata yang digunakan untuk usia dini adalah <i>ash-shabî</i> . Makna secara etimologi adalah anak yang cenderung salah dan masih suka bermain, secara fisik masih lemah dan membutuhkan bantuan. Untuk itu peran orang tua sangat dibutuhkan. Dalam ajaran Islam untuk menumbuhkan pribadi yang baik, pendidikan dimulai dengan mendengarkan adzan, iqamah, mentahnik, aqiqah dan memberi nama yang indah dan khitan. Selain itu untuk tumbuh kembang optimal dibutuhkan gizi yang seimbang, dan pada usia ini air susu ibu merupakan makanan pokok yang baik untuk pertumbuhan dan perkembangan dan baik untuk kesehatan anak. |

| Key Words : | Abstracts |
|--|---|
| Growth and development, children aged 0-3 years, Qur'an, health, Early Childhood Education | This paper will explain about the growth of children aged 0-3 years in the perspective of the Qur'an and health Its relevance to early childhood education. The method in this study is qualitative with a library study approach. The results of the study explained that in the Qur'an, the word used for early childhood is ash-shabî. Etymology is a child who tends to be wrong, and like play. Physically still weak and needs help. For that parental role is much needed. In Islamic teachings to foster a good personal, education begins with listening to Azan, Iqamah, Mentahnik, Aqiqah and give a beautiful name. In addition to the optimal growth of flowers is needed balanced nutrition, and in this age of breast milk is a staple food that is good for growth and development and good for child health. |

A. PENDAHULUAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Universitas Otago New Zealand yang kemudian diteliti kembali pada saat usia 18 dan 21 tahun juga usia 26 tahun, memberikan informasi hasil penelitian bahwa, anak usia 3 tahun yang memiliki sehat jiwa (*well-adjusted toddlers*), setelah dewasa maka karakter terbentuk dan menjadi sehat jiwanya, sedangkan anak usia 3 tahun yang memiliki permasalahan seperti susah diatur, pemarah dan pembangkang (*uncontrollable toddlers*) pada saat usia 18 tahun menjadi remaja yang memiliki permasalahan dalam pergaulan, dan saat usia 21 tahun menjadi remaja yang sulit untuk membina hubungan baik secara sosial dan terlibat dalam tindakan kriminal.¹

Masa anak-anak terutama pada masa anak usia dini merupakan masa yang pesat dalam proses perkembangan dan pertumbuhan. Pada delapan tahun pertama mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang pesat, periode ini disebut *golden age*. Periode *golden age* hanya terjadi sekali dalam kehidupan manusia yaitu masa anak-anak.² Hal ini berdasarkan hasil penelitian di bidang neurologi yang dilakukan oleh Benyamin S. Bloom, seorang ahli pendidikan dari Universitas Chicago, Amerika Serikat mengemukakan bahwa pertumbuhan sel jaringan otak pada anak usia 0-4 tahun mencapai 50%, hingga usia 8 tahun mencapai 80%.³ Pesatnya perkembangan otak tersebut bersamaan dengan pertumbuhan fisik anak. Untuk itu orang tua harus memberikan stimulasi agar anak dapat tumbuh dan berkembang dengan optimal.

Saat lahir, otak anak sudah mempunyai sel syaraf yang jumlahnya mencapai milyaran, namun jumlah itu banyak yang hilang setelah dilahirkan. Ketika otak mendapatkan suatu stimulus yang baru, maka otak akan mempelajari sesuatu yang baru. Stimulus tersebut akan menyebabkan sel syaraf membentuk sebuah koneksi baru untuk menyimpan informasi. Sel-sel yang terpakai untuk menyimpan informasi tersebut akan mengembang, juga dapat menghasilkan hormon-hormon yang diperlukan dalam perkembangan anak. Sedangkan yang tidak atau jarang terstimulasi akan punah.⁴ Stimulasi yang terus-menerus diberikan secara rutin akan memperkuat hubungan antarsyaraf yang telah terbentuk sehingga secara otomatis fungsi otak akan menjadi semakin baik. Stimulasi yang diberikan sejak dini juga akan mempengaruhi perkembangan otak anak. Stimulasi dini yang dimulai sejak usia kehamilan 6 bulan sampai anak usia 3 tahun akan menghasilkan perubahan-perubahan dalam ukuran serta fungsi kimiawi otak.⁵ Pemberian stimulus yang baik selain akan menguatkan jaringan-jaringan dan sel syaraf dalam otak, juga dapat menyimpan semua informasi yang

¹ Ratna Megawangi dalam Zubaedi, *Strategi Taktis Pendidikan Karakter: untuk PAUD dan Sekolah* (Depok: PT. RajaGrafindo Persada, 2017), 1

² Saihu, "Rintisan Peradaban Profetik Umat Manusia Melalui Peristiwa Turunnya Adam AS Ke-Dunia," *Mumtaz* 3, no. 1 (2019): 268-79, <https://doi.org/https://doi.org/10.36671/mumtaz.v3i2.44>.

³ Direktorat Tenaga Teknis. *Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Usia Dini, 0 - 6 Tahun* (Jakarta: PT Grasindo, 2003), 1

⁴ Atien Nur Chamidah, Pentingnya stimulasi Dini Bagi Tumbuh Kembang Otak Anak, <http://staffnew.uny.ac.id/upload/132326899/pengabdian/pentingnya-stimulasi-dini-bagi-tumbuh-Kembang-otak-anak.pdf>, diakses pada 03 April 2019.

⁵ Atien Nur Chamidah, Pentingnya stimulasi Dini Bagi Tumbuh Kembang Otak Anak, <http://staffnew.uny.ac.id/upload/132326899/pengabdian/pentingnya-stimulasi-dini-bagi-tumbuh-kembang-otak-anak.pdf>, diakses pada 03 April 2019.

berkaitan dengan perilaku, kecenderungan dan kebiasaan. Semua dapat terpantau dalam otak meskipun prosesnya sangat rumit. Bila dianalogikan dengan sebuah computer, otak manusia menyimpan lebih dari 100 milyar bit informasi.⁶

Beberapa faktor pendukung tumbuh kembang lainnya adalah pola asuh orang tua dan memberikan asupan makanan yang halal, bergizi dan baik.⁷ Untuk itu dalam penelitian ini penulis akan menjelaskan hasil penelitian mengenai Tumbuh Kembang Anak Usia 0-3 Tahun dalam Perspektif al-Qur'an dan Kesehatan Relevansinya dengan Pendidikan Anak Usia Dini.

B. METODE

Dalam penelitian ini penulis menggunakan metode penelitian kualitatif, Adapun pendekatan penelitian yang digunakan bersifat *library research* (penelitian kepustakaan) atau disebut juga *content analysis* (analisis isi). Adapun teknis pengumpulan data yang dilakukan yaitu mencatat data-data yang diambil dari berbagai sumber dari bahan-bahan tertulis kemudian mengidentifikasi bukti-bukti kontekstual yaitu dengan mencari hubungan antara data dengan realitas yang penulis teliti. Pengolahan data dalam penelitian ini bersifat kualitatif maka dilakukan dengan analisis kritis, komparasi, serta interpretasi atas berbagai hasil penelusuran dari sumber-sumber primer dan sekunder.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Tumbuh Kembang Anak Usia 0-3 Tahun dalam Kajian Al-Qur'an dan Kesehatan

a. Tumbuh Kembang Anak Usia Dini

Pertumbuhan dan perkembangan adalah dua hal yang berbeda, akan tetapi memiliki keterikatan. Pertumbuhan adalah berkaitan dengan fisik sedangkan perkembangan berkaitan dengan psikis. Setiap manusia baik anak-anak maupun dewasa mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan. Pertumbuhan adalah perubahan secara fisiologis sebagai hasil dari proses pematangan fungsi-fungsi fisik yang berlangsung secara normal pada anak yang sehat dalam *passage* (peredaran waktu tertentu).⁸ Sedangkan perkembangan anak adalah proses transmisi dari konstitusi fisik (keadaan jasmaniah) yang turun menurun (*herediter*) dalam bentuk proses aktif secara berkesinambungan.⁹

Perkembangan memiliki arti perubahan secara kualitatif pada ranah jasmani dan rohani manusia yang saling berkesinambungan menuju ke arah yang lebih baik atau ke arah yang sempurna. Yang dimaksud perubahan fisik pada perkembangan manusia ialah mengacu pada optimaliasasi fungsi-fungsi organ jasmaniah manusia, bukan pada pertumbuhan jasmaniah itu sendiri. Sehingga dari sini dapat terlihat bahwa pertumbuhan

⁶ Samuel S. Lusi, *SEIP Intelligence: Spiritual, Emotional, Intellectual dan Physique* (Yogyakarta: Kanisius, 2014), 67, 70.

⁷ SAIHU, "Konsep Manusia Dan Implementasinya Dalam Perumusan Tujuan Pendidikan Islam Menurut Murtadha Muthahhari," *Andragogi* 1, no. 2 (2019): 197-217.

⁸ Kartini Kartono, *Psikologi Anak: Psikologi Perkembangan* (Bandung: Mandar Maju, 1995, Cet-5), 18.

⁹ Kartini Kartono, *Psikologi Anak: Psikologi Perkembangan*, 18.

dan perkembangan adalah sesuatu yang berbeda tetapi saling berkesinambungan atau berhubungan.¹⁰

Pertumbuhan mempunyai ciri-ciri khusus, yaitu perubahan ukuran, perubahan proporsi, hilangnya ciri-ciri lama, serta munculnya ciri-ciri baru. Keunikan pertumbuhan adalah mempunyai kecepatan yang berbeda-beda disetiap kelompok umur dan masing-masing organ juga mempunyai pola pertumbuhan yang berbeda. Terdapat 3 periode pertumbuhan cepat, yaitu masa janin, masa bayi 0 –1 tahun, dan masa pubertas. Untuk lebih lengkap menjelaskan mengenai pertumbuhan dan perkembangan, persamaan dan perbedaan keduanya, berikut disajikan dalam bentuk tabel:

Tabel. 1.
Perbedaan Istilah Pertumbuhan dan Perkembangan¹¹

| Deskripsi | Pertumbuhan | Perkembangan |
|------------------|--|---|
| Persamaan | Perubahan progresif (masa prenatal, bayi, anak, remaja dan dewasa muda), akan tetapi pada tahapan dewasa madya dan akhir terjadi perubahan regresif. | Cenderung mengalami perubahan progresif secara stabil |
| Perbedaan | Bersifat Kuantitatif | Bersifat Kualitatif |
| | Dapat diukur secara pasti, eksak dan akurat | Perubahan dari potensi menjadi kemampuan |
| | Ditandai dengan kematangan organ fisik, kompleksitas sistem jaringan otot maupun system syaraf. | Ditandai dengan kesiapan fisik untuk melakukan sesuatu dan memiliki pengalaman. |
| | Kematangan fisik dan sistem syaraf akan menyebabkan perkembangan perilaku motorik kasar dan halus | Pengalaman awal dapat ditransfer pada pengalaman yang sama maupun kegiatan lainnya. |

¹⁰ Muhibbin Syah, *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru Edisi Revisi* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2004), 42.

¹¹ Agus Dariyo, *Psikologi Perkembangan Anak Tiga Tahun Pertama* (Bandung: PT. Refika Aditama, 2011), 36.

Proses perkembangan terjadi secara simultan dengan pertumbuhan, sehingga setiap pertumbuhan disertai dengan perubahan fungsi. Perkembangan merupakan hasil interaksi kematangan susunan saraf pusat dengan organ yang dipengaruhinya. Perkembangan fase awal meliputi beberapa aspek kemampuan fungsional, yaitu kognitif, motorik, emosi, sosial, dan bahasa. Perkembangan pada fase awal ini akan menentukan perkembangan fase selanjutnya. Kekurangan pada salah satu aspek perkembangan dapat mempengaruhi aspek lainnya.

Erikson melalui teori Psikososial membagi fase rentang anak usia dini menjadi tiga fase.¹² Fase pertama anak merasa ketergantungan yang besar terhadap ibu, karena ada fase ini mulai dari kandungan, melahirkan dan menyusui anak bersama dan melekat pada ibu, jika fase ini tidak dapat dipenuhi oleh figur ibu, maka anak akan merasa kecewa. Fase kedua adalah fase dimana anak sudah mulai dapat berkomunikasi dengan orang sekitar, ketergantungan dengan ibu masih akan tetapi mulai mengenal lingkungan sekitar. Pada fase ini akan sudah mulai berbicara dan berkomunikasi dengan lingkungan sekitar (keluarga) meskipun bahasa yang digunakan masih terbatas.¹³ Fase ketiga motorik kasar dan halus anak semakin mengalami kematangan, gerakan melompat, berlari memungkinkan bersikap agresif, hal ini menyebabkan lingkungan sekitar (orang tua) mulai membatasi gerak dan kecenderungan agresif anak, jika ditangani dengan benar anak akan kreatif dan inisiatif, akan tetapi jika tidak diarahkan anak akan merasa bersalah. Fase keempat fase dimana anak sudah mulai mengenal lingkungan yang lebih luas yaitu sekolah. Kemampuan melakukan tugas dengan benar dan apresiasi guru akan menjadikan anak merasa berharga, sedangkan ketidakmampuan dalam berkarya dan bersosialisasi akan mengakibatkan anak merasa inferior.¹⁴

Secara umum, fase perkembangan anak usia dini dapat dijelaskan sebagai berikut:¹⁵

1) Masa Usia 0-3 Tahun (*Toddler*)

Fase ini merupakan fase adaptasi, dimana janin yang dalam kandungan lahir menjadi bayi. Pada fase ini mulai berfungsinya panca indera. Pertumbuhan dan perkembangan organ fisik sangat cepat. Kemelekatan orang tua terutama ibu sangat dominan karena pada fase ini masih membutuhkan Air Susu Ibu (ASI) sebagai makanan pokok. Selain itu pada usia ini anak membutuhkan seseorang (ibu) yang dapat selalu menemani dan belajar untuk mengembangkan motorik, seperti belajar, merangkak, duduk, berjalan dan bermain.

¹² Robert E Slavin, *Psikologi Pendidikan Teori dan Praktek*, Terj. Marianto Samosir (Jakarta: PT. Indeks Permata Puri, 2011), 64

¹³ Saihu, "PENDIDIKAN KARAKTER BERBASIS KEARIFAN LOKAL (STUDI DI JEMBRANA BALI)," *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam* 8, no. 1 (2019): 69-90.

¹⁴ Made Saihu, *Merawat Pluralisme Merawat Indonesia: Potret Pendidikan Pluralisme Agama Di Jembrana-Bali* (Yogyakarta: DEEPPUBLISH, 2019), 110.

¹⁵ Agoes Dariyo, *Psikologi Perkembangan Anak Tiga Tahun Pertama* (Bandung: Refika Aditama, 2007), 37-38.

2) Masa Anak-anak Awal (*Early Childhood*)

Fase ini anak masih memfokuskan diri pada orang tua dan keluarga, akan tetapi keinginan sosialisasi sudah mulai tumbuh dan pada fase ini anak-anak ditandai dengan kemandirian, kemampuan kontrol diri (*self control*). Usia pada fase ini adalah 4-5 tahun 11 bulan. Meskipun masih membutuhkan keluarga, akan tetapi anak-anak membutuhkan lingkungan untuk bersosialisasi, maka pada usia ini anak sudah dapat masuk kelompok bermain. Tujuan dari kelompok bermain ini adalah agar anak dapat sosialisasi dengan teman sebayanya dan bermain dapat mengaktifkan dan bermanfaat untuk pengembangan psikomotorik dan pengembangan kepribadian anak.

3) Masa Anak Tengah (*Middle Childhood*)

Rentang usia *Middle Childhood* adalah usia 7-9 tahun. Pada fase ini secara akademis anak sudah siap menerima pelajaran dan masuk sekolah dapat mengerjakan materi-materi logika secara sederhana. Secara sosial anak-anak pada usia ini mampu berteman dan membentuk kelompok dengan teman sebaya dan jenis kelamin yang sama. Secara seksual anak pada rentang ini masih dikategorikan aman karena potensi intelektual dan sosial berkembang dengan baik sehingga dapat menekan hasrat seksual.

Kebutuhan asupan gizi di masa tumbuh dan berkembang menjadi hal yang pokok. Asupan gizi tersebut tidak saja berkaitan dengan jasmani yang berasal dari makanan sehat, akan tetapi berkaitan juga dengan asupan gizi rohani yaitu pemberian pendidikan keimanan yang dimulai dari masa kandungan. Dalam al-Qur'an, anak usia dini terutama pada usia tiga tahun, mendapatkan perhatian khusus mengenai pendidikan keimanan, begitu juga berkaitan dengan unsur jasmani (makanan bergizi) Allah Swt memberikan Air Susu Ibu (ASI) sebagai makanan terbaik untuk kesehatan dan kelangsungan hidup sampai usia 2 tahun.

b. Tumbuh Kembang Anak Usia 0-3 Tahun dalam Perspektif Al-Qur'an Relevansinya pada Pendidikan Anak Usia Dini

Anak Usia 0-3 tahun masuk dalam kategori anak usia dini. menurut *National Association for the Education of Young Children (NAEYC)* menjelaskan anak usia dini sebagai kelompok usia yang berada pada rentang 0-8 tahun.¹⁶ Dalam terminology al-Qur'an istilah anak usia dini disebut *ash-Shabî*. Kata *ash-Shabî* merupakan pecahan dari fi'il *shaba, shabawa*, secara etimologi berarti kecenderungan berbuat salah dan tidak mahir.¹⁷ az-Zamakhsyari mendefinisikannya sebagai anak yang masih kanak-kanak dan masih suka bermain dan bercanda (senda gurau).¹⁸

Isyarat *ash-Shabî* ini hanya tertuang dua kali yaitu dalam QS. [19]: 12 dan 29:

يُحْيِي خُذِ الْكِتَابَ بِقُوَّةٍ وَءَاتَيْنَاهُ الْحَكْمَ صَبِيًّا

¹⁶ Dadan Suryana, *Modul 1: Hakikat Anak Usia Dini*, hal. 1.5

¹⁷ Muhammad bin Mukrim bin Manzhur al-Afriqi al-Mishri, *Lisân al-'Arab*, jilid 3, 450

¹⁸ Mahmud bin Umar az-Zamakhsyari al-Khawarazmi, *Tafsir al-Kasyaf*, (Beirut: Dar al-Ma'rifah, 2009), 633.

Hai Yahya, ambillah Al Kitab (Taurat) itu dengan sungguh-sungguh. Dan kami berikan kepadanya hikmah selagi ia masih kanak-kanak.

فَأَشَارَتْ إِلَيْهِ قَالُوا كَيْفَ نُكَلِّمُ مَنْ كَانَ فِي الْمَهْدِ صَبِيًّا

Maka Maryam menunjuk kepada anaknya. Mereka berkata: "Bagaimana kami akan berbicara dengan anak kecil yang masih di dalam ayunan?"

Ayat tersebut menjelaskan shabî adalah anak kecil yang masih dalam ayunan. Fase ini merupakan fase adaptasi, dimana janin yang dalam kandungan lahir menjadi bayi. Pada fase ini mulai berfungsinya panca indera. Pertumbuhan dan perkembangan organ fisik sangat cepat. Kemelekatan orang tua terutama ibu sangat dominan karena pada fase ini masih membutuhkan Air Susu Ibu (ASI) sebagai makanan pokok. Fase ini anak masih memfokuskan diri pada orang tua dan keluarga, akan tetapi keinginan sosialisasi sudah mulai tumbuh dan pada fase ini anak-anak ditandai dengan kemandirian, kemampuan control diri (*self control*).¹⁹

Pada tahun pertama kelahiran, bayi masih lemah dan belum dapat menggerakkan seluruh tubuhnya. Beberapa anggota tubuh yang baru berfungsi seperti tangan baru bisa mengepal, kaki bergerak dan mata menatap tapi belum dapat melihat. Pada Fase ini bayi sangat ketergantungan terutama ibu, karena proses dalam kandungan selama sembilan bulan mengharuskan bayi harus beradaptasi dengan lingkungan, dan orang yang paling dekat dan dikenali adalah ibunya. Salah satu fitrah yang hadir di awal pertumbuhan yaitu *gharizah* atau refleks bawaan menghisap air susu ibu dan asupan gizi yang paling baik adalah dengan air susu ibu. Selain pandangan dari ilmu kesehatan dan gizi, pentingnya ASI untuk bayi berusia 0-2 tahun diisyaratkan dalam al-Qur'an QS. [2]: 233:

وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنَ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُنْتِمَ الرِّضَاعَةَ وَعَلَى الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ لَا تُكَلَّفُ نَفْسٌ إِلَّا وُسْعَهَا لَا تُضَارَّ وِلْدَةٌ بِوِلْدِهَا وَلَا مَوْلُودٌ لَهُ بِوَالِدِهِ وَعَلَى الْوَارِثِ مِثْلُ ذَلِكَ فَإِنْ أَرَادَا فِصَالًا عَنْ تَرَاضٍ مِنْهُمَا وَتَشَاوُرٍ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا وَإِنْ أَرَدْتُمْ أَنْ تَسْتَرْضِعُوا أَوْلَادَكُمْ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ إِذَا سَلَّمْتُمْ مَا آتَيْتُم بِالْمَعْرُوفِ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ

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

¹⁹ Agus Dariyo, *Psikologi Perkembangan* (Jakarta: Refika Aditama, 2007), 37-40.

Imam Malik dan ulama kalangan Hanafi, Syafii, dan Hambali berpandangan bahwa kewajiban menyusui bagi ibu lebih merupakan kewajiban moral daripada legal.²⁰ Maksudnya jika ibu menolak menyusui tidak boleh dipaksa. Menurut Imam Malik, bagi wanita tertentu karena kedudukan sosialnya atau karena kesibukannya tidak wajib menyusui anaknya dan tidak boleh dipaksa dengan catatan bayi bisa menerima ASI dari orang lain. Lebih lanjut Hamka dalam tafsir al-Azhar menjelaskan bahwa pada ujung ayat tersebut tidak lagi dihadapkan pada suami dan isteri, sebab ditekankan pada mengupah wanita lain, baik ibunya hidup atau meninggal.²¹ Penafsiran tersebut merupakan suatu kondisi dimana ASI tidak ada atau ibu tidak mau menyusui. Penafsiran ini juga sebagai keringanan bagi ibu yang bekerja yang tidak dapat menyusui secara langsung, menggantinya dengan pemerah ASI atau menggantinya dengan susu formula.

Allah Swt memberikan bimbingan para ibu hendaklah menyusui anak-anak secara sempurna, yaitu selama dua tahun. Mayoritas ulama menjelaskan tidak dilarang penyusuan kecuali kurang dua tahun. Hal ini berdasarkan hadits dari Tirmidzi.²² Apabila keduanya ingin menyapih dengan kerelaan dan permusyawaratan, maka tidak ada dosa keduanya. Hal ini merupakan bentuk kehati-hatian terhadap anak dan keharusan memikirkan anak. Ayat ini merupakan peringatan orang tua bahwa mempunyai anak adalah tanggung jawab yang besar. Akan tetapi jika ingin menyusukan kepada orang lain diperbolehkan asalkan berdasarkan kesepajatan bersama.

Dalam ayat al-Qur'an tersebut terdapat peran kesalingan antara suami dan istri dan ini mengandung nilai pendidikan karakter bagi anak, ibu tanpa paksaan karena secara alamiah dibekali payudara yang mengandung ASI yang dapat diberikan pada bayi, karena secara fitrah, bayi dikaruniai untuk mengecap air susu ibu. Sedangkan tugas ayah adalah memberikan nafkah dan mencukupkan kebutuhan ibu dan bayi menurut kemampuan dan kadar maksimal dalam mencari nafkah. Isyarat ini menunjukkan bahwa terdapat sinergitas dan kerjasama dalam memberikan kasih sayang dan kebutuhan untuk bayi.²³

Selain itu dalam proses menyusui ikatan emosional ibu dan bayi akan terjalin erat, dekapan dan pelukan ketika menyusui menjadi bentuk kasih sayang untuk bayi, adapun tatapan dan ucapan ibu selama menyusui memiliki nilai yang kuat dalam proses membangun komunikasi. Untuk itu proses menyusui yang benar adalah dengan cara memberikan ASI langsung kepada bayi. Selain tercukupi kebutuhan fisik dengan ASI, kebutuhan bayi yang baru lahir agar dapat tumbuh dan berkembang dengan optimal adalah dengan memberikan pemahaman nilai-nilai spiritual. Arnold Gessel, menjelaskan bahwa setiap anak mulai usia 0-2 tahun memiliki potensi keimanan (ketuhanan). Agama Islam memberikan tuntunan kepada umat Islam ketika melahirkan hendaklah menguatkan nilai keimanan dan potensi ketuhanan dengan cara mendengarkan adzan di

²⁰ Muhamad Ali as-Sabuni, *at-Tibyan fi 'Ulum Al-Qur'an* (Makkah, tp, 1980), 1146.

²¹ H. Abdul Malik Karim Amrullah, *Tafsir al-Azhar*, jilid XXX (Jakarta, Pustaka Panji Mas, 1988), 81.

²² Muhammad Nasib Ar-Rifa'i, *Ringkasan Tafsir Ibnu Katsir*, Terj. Syihabuddin (Jakarta: Gema Insani press, 1999), 387-292.

²³ Saihu, "Pendidikan Sosial Yang Terkandung Dalam Surat AT-Taubah Ayat 71-72," *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam* 09, no. 01 (2020): 146, <https://doi.org/10.30868/ei.v9i01.703>.

telinga sebelah kanan dan iqamah di telinga sebelah kiri ketika bayi lahir, mentahnik, memberi nama yang indah mengandung doa, melaksanakan aqiqah dan melaksanakan khitan. Ini dilakukan di saat rentang usia anak 0-8 tahun atau pada masa anak usia dini.

Peran orang tua juga sangat penting dalam tumbuh kembang anak di usia 0-3 tahun yaitu memfasilitasi anak, karena tahap selanjutnya anak-sudah mulai bergerak dan mengeksplorasi lingkungan tempat tinggal, anak mulai menunjukkan kemandirian dengan mencoba hal-hal yang baru di area sekitar. Diusia ini juga anak mulai mengenali diri, dan mulai meniru perilaku orang dewasa di sekitarnya. Pada tahap ini terdapat tiga hal yang dapat dilakukan orang tua dalam mengembangkan tumbuh kembang anak, yaitu *pertama*, memberi contoh yang baik, *kedua*, mengajarkan sesuai dengan tingkat pemahaman anak, *ketiga*, mengulang kegiatan dengan konsisten.²⁴ Pada fase ini anak belajar dari apa yang dilihat dan apa yang didengar sehingga daya tiru anak tinggi dan mudah untuk menerima dan menyerap setiap perkataan yang dilihat dan didengar, maka penting orang tua dan orang sekitar untuk memberikan contoh yang baik.

Pada usia dini khususnya pada fase 0-3 tahun rangkaian pendidikan yang dilakukan orang tua adalah mengadzani dan iqamah setelah anak lahir, selanjutnya mentahnik, aqiqah, memberi nama yang indah dan khitan. Rangkaian *pertama* yang dilakukan ketika janin terlahir adalah mengumandangkan adzan di telinga kanan dan iqamah di telinga kiri. Tujuan dari kegiatan ini adalah supaya ucapan dan pendengaran yang pertama kali didengar bayi adalah kalimat Allah. Isyarat tersebut terdapat dalam Hadits Nabi Muhammad Saw:

عَنْ عَبْدِ بَنِي أَبِي رَافِعٍ عَنْ أَبِيهِ قَالَ: رَأَيْتَ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَدَّنَ فِي أُذُنِ الْحَسَنِ ابْنِ عَلِيٍّ حِينَ وَلَدَتْهُ فَاطِمَةُ بِالصَّلَاةِ²⁵

Dari Ubaid bin Abi Rafi' dari ayahnya daia berkata: Aku melihat Rasulullah mengumandangkan adzan di telinga al-Hasan bin Ali dengan adzan salat ketika Fathimah melahirkan. Baihaqi meriwayatkan dalam Asy-Syu'ab dari Hasan bin Ali R.A. dari Nabi Saw, beliau bersabda: "barang siapa yang lahir baginya seorang anak, lalu ia mengadzani telinga kanannya dan mengiqamati telinga kirinya, maka ia akan terhindar dari Umi Sibyan (Setan)"²⁶

Ibnu jauziyah menjelaskan bahwa hikmah dikumandangkannya adzan dan iqamah kepada bayi yang baru lahir adalah agar suara yang pertama kali terdengar oleh bayi adalah panggilan yang agung, dan persaksian sebagai langkah pertama masuk Islam dan menguatkan kehidupannya dari mulai lahir sampai meninggal dengan kalimat tauhid.²⁷

²⁴ Zahra Zahira, *Islamic Montessori: Panduan Mendidik Anak dengan Metode Montessori dan Pendekatan Nilai-nilai Islami untuk Usia Anak 0-3 Tahun* (Jakarta: Anakkita, 2019), 37.

²⁵ Abi Daud Sulaiman Ibn al-Asy'as as-Sijistani, *Sunan Abi Daud*, Jilid 4 (Beirut: Dar Al-Fikr, 1994), 363

²⁶ Ibnu Qayyim Al-Jauziyah, *Tuntunan Rasulullah dalam Mengasuh Anak*, Terj. Tuhfatul Maulud bi Ahkâmîl Maulûd. oleh Nabhani Idris, cet. I (Jakarta: Studia press, 2009), 26

²⁷ Lihat Abdullah Nashih Ulwan, *Tarbiyah al- Aulad*, Cet-5, Terj. Emil Ahmad (Jakarta: Khatulistiwa Press, 2017), 31.

Kedua, Mentahnik. Tahnik adalah mengunyah dan menggosok kurma ke langit-langit mulut bayi, caranya dengan meletakkan sebagian kunyahan kurma di atas jari dan memasukkan jari tersebut ke mulut bayi, kemudian dengan lembut digerakkan ke kanan dan ke kiri.²⁸ Hadits tentang anjuran tehnik adalah:

وُلِدَ لِي غُلَامٌ فَأَتَيْتُ بِهِ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَسَمَّاهُ إِبْرَاهِيمَ وَحَدَّكَهُ بِتَمْرَةٍ
وَدَعَا لَهُ بِالْبَرَكَاتِ وَدَفَعَهُ إِلَيَّ

Aku pernah dikaruniai anak laki-laki, lalu aku membawanya ke hadapan Rasulullah, maka beliau Saw memberi nama Ibrahim dan mentahniknya dengan sebiji kurma.²⁹

Manfaat mentahnik adalah memperkuat syaraf-syaraf mulut dan tenggorokan dengan gerakan lidah dan langit-langit juga rahang, sehingga dapat merangsang bayi untuk mempermudah menyusui.³⁰ Adapun manfaat buah kurma yang matang baik terhadap otot-otot, sedangkan otot langit-langit mulut bayi yang baru dilahirkan membutuhkan aktifitas pergerakan.³¹

Ketiga, Aqiqah, mencukur rambut dan memberi nama yang baik dan mengandung doa yaitu memotong. Secara istilah syar'i yaitu menyembelih hewan (kambing) karena kelahiran anak laki-laki atau perempuan pada hari ketujuh sejak hari kelahirannya.³²

قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: كُلُّ غُلَامٍ رَهِينَةٌ بِعَقِيْقَتِهِ تُذْبَحُ عَنْهُ يَوْمَ سَابِعِهِ وَيُحْلَقُ
وَيُسَمَّى كُلُّ غُلَامٍ رَهِينَةٌ بِعَقِيْقَتِهِ يُذْبَحُ عَنْهُ يَوْمَ سَابِعِهِ, وَيُسَمَّى فِيهِ وَ يُحْلَقُ رَأْسُهُ³³

Dari Samurah, bahwasanya Rasulullah Saw, telah bersabda: "Tiap-tiap seorang anak laki-laki tergadai dengan aqiqahnya. Disembelih (aqiqah) itu buat dia pada hari yang ketujuhnya dan cukur dia dan dinamakan dia. (HR. Ahmad)

Dalam pelaksanaan *aqiqah* juga dilaksanakan pemotongan rambut dan pemberian nama. Hikmah dari aqiqah adalah bersedekah kepada kaum kerabat dan fakir miskin. Sedangkan hikmah dari mencukur rambut menurut kesehatan adalah akan memperkuat kepala dan daya tahan tunuh bayi, membuka selaput kepala dan memperkuat indera penglihatan, penciuman dan pendengaran. Selain itu menurut lingkup sosial adalah

²⁸ Lihat Abdullah Nashih Ulwan, *Tarbiyah al-Aulad*, 31.

²⁹ Al-Imam Abi Abdillah Muhammad Ibn Ismail Ibn Ibrahim Ibn Mughiroh Ibn Bardizh. *Shohih al Bukhari*, Jilid 5 (Beirut: Dar al-Fikr, 1994), 267

³⁰ Lihat Abdullah Nashih Ulwan, *Tarbiyatul Aulad*, 31.

³¹ Berdasarkan penelitian dan kajian yang dilakukan oleh Abdul Aziz Syaraf dalam kitab *Risalatun Nabbatuth Thayyibah* yaitu kitab mengenai kajian tumbuh-tumbuhan yang mengandung obat menjelaskan bahwa *al-Balah* yaitu buah kurma yang hamper masak dapat merangsang aktifitas gerak kelenjar langit-langit mulut dan memberikan kekuatan kelenjar langit-langit serta dapat memperlancar pergerakan urat-urat. Aba Firdaus al-Halwani, *Melahirkan Anak Saleh*, cet-3 (Yogyakarta: Mitra Pustaka, 1999), 103-104. Bandingkan dengan Muhammad 'Ali Quthb, *Sang Anak Dalam Naungan Pendidikan Islam*, cet. I, Terj. Bahrhun Abu Bakar Ihsan (Bandung: CV. Diponegoro, 1993), 37-38.

³² Lihat Abdullah Nashih Ulwan, *Tarbiyah al- Aulad*, 40

³³ Ibnu Hajar Atsqalani, *Bulughul Maraam*, Terj. A. Hassan (Bandung: Pustaka Tamaam t.t), 730

bersedekah kepada fakir miskin dengan perak seberat timbangan rambut bayi merupakan wujud solidaritas dan kerjasama dengan masyarakat sekitar. Dalam rangkaian aqiqah tersebut dianjurkan untuk memberi nama yang baik dan mengandung doa. Hal ini sebagai motivasi awal untuk anak, nama yang disematkan kepada anak akan menjadi panggilan dan doa untuk anak. Sebagaimana Allah Swt contohkan dengan memberi nama putra Zakaria dengan nama Yahya. Isyarat tersebut terdapat dala QS. [19]: 7 berbunyi:

لِرَكْرِيَا إِنَّا نُبَشِّرُكَ بِعِلْمٍ أَسْمُهُ يَحْيَى لَمْ نَجْعَلْ لَهُ مِنْ قَبْلُ سَمِيًّا

Hai Zakaria, sesungguhnya Kami memberi kabar gembira kepadamu akan (beroleh) seorang anak yang namanya Yahya, yang sebelumnya Kami belum pernah menciptakan orang yang serupa dengan dia.

Yahya merupakan putra Nabi Zakariya yang dinantikan setelah lama belum dikaruniai anak. Nama Yahya adalah pemberian dari Allah Swt sebagai nama yang baik. Pemberian nama yang baik juga dijelaskan dalam hadits Abu Darda ra:

عَنْ أَبِي الدَّرْدَاءِ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ : قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ) : " إِنَّكُمْ تُدْعَوْنَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ بِأَسْمَائِكُمْ وَأَسْمَاءِ آبَائِكُمْ فَأَحْسِنُوا أَسْمَاءَكُمْ

"Dari Abu Darda Ra berkata, Rasulullah Saw bersabda, 'Sungguh kalian semua akan dipanggil pada hari Kiamat dengan nama-nama kalian dan nama-nama ayah kalian. Maka dari itu, perbaguslah nama-nama kalian, ³⁴

Pemberian nama yang baik selain menjadi doa juga akan mengangkat martabat anak, karena dengan panggilan yang baik anak akan merasa dihargai dan percaya diri. Penelitian mengenai kualitas nama pernah dilakukan oleh John McDavid dan Herbert Harari, pada tahun 1966, anak-anak yang namanya tidak menarik biasanya sering dikucilkan oleh kelompok anak-anak seusianya. Sedangkan ketidak populeran anak juga akan mempengaruhi kemampuannya dalam bersosialisasi dengan teman sebayanya.³⁵ Dengan memberikan nama yang baik dan bermakna, orang tua telah menghargai anak dan mendoakan anak juga mengangkat derajat anak untuk dihargai dan namanya menjadi doa untuk kehidupan anak kelak. Selanjutnya untuk menanamkan keimanan anak, orang tua melaksanakan sunat atau khitan. Khitan adalah membuka atau memotong kulit (*qulfah/preputium*), yang menutup kemaluan agar suci dan bersih dari najis.³⁶ Batas pelaksanaan khitan dari mulai kanak-kanak sampai menjelang balig. Terdapat perbedaan sebutan untuk khitan laki-laki dan perempuan. Untuk laki-laki sebutannya *khitan* sedangkan untuk perempuan *khafadh*.³⁷

Terdapat perbedaan pendapat di kalangan ulama mengenai hukum khitan. Imam Syafi'i, Imam Ahmad, Imam Malik, Yahya bin Saad al-Anshari, Rabi'ah al-Auza'i dan asy-

³⁴ Muhyiddin Abu Zakariya An-Nawawi, *Al-Adzkarun Nawawi* (Beirut: Dār Kutub:2004), 411.

³⁵ Rahasia Dibalik Sebuah Nama, *majalah Ar-Risalah* No. 120/ Vol. X/ 12 / Juni 2011.

³⁶ Khitan menurut bahasa Harun Nasution, *Ensiklopedia Indonesia* (Jakarta: Sabdodadi, 1992), 555.

³⁷ Sa'a al-Marshawi, *Khitan*, diterjemahkan oleh Amir Zain Zakariya, *Ahaddits al-khitan Hujjatuha wa Fiqhuha* (Jakarta: Gema Insani Press, 2001), 13.

Sya'bi menghukumi khitan wajib dengan alasan orang yang dikhitan dapat menyebabkan rusaknya wudhu dan shalatnya karena kulup (kulit yang menutupi ujung zakar) akan terkena air kencing dan tidak mungkin menceboknya.³⁸ Waktu yang dapat menentukan kapan *khitan* yang baik dan harus dikerjakan. Imam Syafi'i menjelaskan *khitan* wajib ketika anak sudah masuk *aqil balig*, dan syaratnya selain aqil baligh adalah sehat jasmani dan rohani. Adapun jumbuh ulama berpendapat bahwa *khitan* itu wajib adalah menjelang aqil balig, karena ketika aqil balig seseorang sudah diwajibkan dengan hukum-hukum syar'i.³⁹

Sedangkan pendapat yang menjelaskan khitan sunah adalah Imam Hasan al-Bashri, Imam Abu Hanifah, dan sebagian ulama madzhab Hambali.⁴⁰ Alasan sunah karena orang-orang yang masuk Islam bersama Rasulullah dari berbagai golongan, Nabi Muhammad Saw tidak memeriksa satu persatu apakah sudah dikhitan atau belum. Selain itu adanya hadits dari Abu Hurairah yang menjelaskan bahwa:

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ): مِنَ الْفِطْرَةِ [?] الْمَضْمَضَةُ وَالْإِسْتِنْشَاقُ [?] وَالْوَقْصُ الشَّارِبِ وَالسِّوَاكُ وَتَقْلِيمُ الْأظْفَارِ وَتَنْفُؤُ الْإِبْطِ وَالْإِسْتِحْدَادُ وَالْإِخْتَانُ⁴¹

Dari Abu Hurairah ra: Rasulullah Saw bersabda: "Fitrah itu ada lima, yaitu khitan, mencukur bulu di sekitar kemaluan, memotong kumis, memotong kuku, dan mencabut bulu ketiak. (HR. Bukhori)

Rangkaian pendidikan dalam perspektif al-Qur'an tersebut memberikan manfaat kepada orang tua akan pentingnya kehadiran anak usia dini terutama fase awal di usia 0-3 tahun, jika orang tua dapat memberikan kasih sayang dan penghargaan juga pendidikan dengan baik, maka anak akan tumbuh dan berkembang menjadi pribadi yang memiliki karakter yang baik, sehingga secara personal akan mandiri dan bertanggung jawab akan dirinya serta dapat bermakna hidupnya untuk sesama. Selain pendidikan dan kasih sayang, asupan gizi yang baik juga penting diberikan. Salah satu makanan pokok anak diusia ini adalah Air Susu Ibu.

c. Manfaat Air Susu Ibu (ASI) dalam Tumbuh Kembang Anak Usia 0-3 Tahun dalam Perspektif Kesehatan Relevansinya pada Pendidikan Anak Usia Dini

Kemelekatan orang tua terutama pada usia 0-3 tahun sangat dibutuhkan. Kemelekatan adalah ikatan fisik dan emosional antara orang tua dan pengasuh dalam memberikan kedekatan untuk menjadikan anak nyaman dan tenang dalam pengasuhannya. Erikson menekankan bahwa kemelekatan dapat diterima jika anak merasakan kenyamanan fisik, psikis dan perawatan yang responsif yang akan membangun

³⁸ Abdullah Nashih Ulwan, *Tarbiyatul Aulad*, 47.

³⁹ Ahmad ma'ruf Asrari dan Suheri Ismail, *Khitan dan Aqiqah: Upaya Pembentukan Generasi Qur'ani*, Cet-2 (Surabaya:al-Miftah, 1998), 11.

⁴⁰ Abdullah Nashih Ulwan, *Tarbiyatul Aulad*, 48.

⁴¹ Al-Bukhari, *Shahih Bukhari*, Juz 4, 97.

kepercayaan dasar pada anak, sehingga anak merasa lekat dan aman dalam pengasuhan.⁴² Pada usia 0-2 tahun kebutuhan makanan dicukupkan dengan air susu ibu di enam bulan pertama, dengan memberikan ASI yang optimal dapat memperkuat ikatan fisik dan emosi bayi dan ibu. Air Susu Ibu (ASI) adalah suatu emulsi lemak dalam larutan protein, laktosa dan garam-garam organik yang disekresikan oleh kelenjar payudara ibu, dan berguna sebagai makanan bayi. ASI merupakan satu jenis makanan yang mencukupi seluruh unsur kebutuhan bayi baik karena ASI mengandung zat gizi, hormon, faktor kekebalan tubuh, anti alergi, dan anti inflamasi. Selain itu mengandung hampir 200 unsur zat makanan. Keseimbangan zat-zat gizi dalam ASI berada pada komposisi terbaik dan air susunya memiliki bentuk paling ideal bagi tubuh bayi, khususnya bayi usia 0-6 bulan. ASI juga sangat kaya akan sari-sari makanan yang mempercepat pertumbuhan sel-sel otak dan perkembangan sistem saraf bayi.⁴³

Selain itu Air Susu Ibu (ASI) memiliki kandungan zat gizi yang lengkap dan sempurna serta mengandung zat anti infeksi. Pemberian ASI dapat menurunkan risiko defisiensi taurin. Taurin adalah sejenis asam amino terbanyak kedua dalam ASI. Kandungan taurin pada ASI diketahui lebih tinggi dibandingkan pada susu sapi. Taurin berfungsi sebagai neurotransmitter dan berperan penting untuk proses maturasi sel otak. Kemampuan perkembangan mental dan motorik seorang anak berkorelasi dengan konsentrasi taurin plasma pada masa bayi. Penelitian pada hewan coba menunjukkan bahwa kekurangan taurin akan berakibat terjadinya gangguan pada retina mata. Hal ini disebabkan oleh taurin pada tahap perkembangan juga berperan penting dalam promosi diferensiasi fotoreseptor dan mungkin terlibat dalam pematangan retina sebagai organ.⁴⁴

Anjuran untuk memberikan ASI sampai usia 2 tahun selain berdasarkan penafsiran dan ikatan emosional, secara ekonomi dan kesehatan juga memiliki manfaat.⁴⁵ Secara ekonomi, keluarga tidak perlu mengeluarkan dana untuk membeli susu formula. Secara kesehatan ASI merupakan cairan hidup yang memiliki karakteristik yang unik sehingga mampu meningkatkan kekebalan tubuh bayi dan membuat bayi sehat. Bila bayi diberi cairan lain seperti susu formula maka bayi akan memerlukan tambahan energi untuk bisa mencerna susu formula tersebut. Padahal sistem pencernaan bayi belum sempurna, sehingga bila mendapatkan makanan lain dapat menyebabkan kerusakan pada saluran cernanya. Bila bayi diberi ASI, maka dapat langsung digunakan oleh tubuhnya tanpa memerlukan pengolahan, selain itu komposisi ASI juga mengandung zat yang dapat langsung digunakan tanpa harus melalui proses pencernaan makanan seperti biasa. Hasil analisis medis dan ahli gizi menunjukkan bahwa ASI merupakan saripati yang murni dan menjadi makanan bayi paling tepat dan cocok ASI bebas kuman, seimbang dan cocok bagi bayi manusia. Mempunyai kadar protein dan kasein yang lebih rendah dari pada air

⁴² Erikson, E.H. *Identity, Youth and crisis* (New York: Norton & Company, 1968), 107.

⁴³ Puspito Arum, Agatha Widiyawati, *Kandungan Gizi Asi (Air Susu Ibu) Pada Berbagai Suhu Dan Lama Penyimpanan*, Oktober 2018, <https://www.researchgate.net/publication/328418142>, diakses 30 Juli 2019.

⁴⁴ Amalia Ruhana, "Pengaruh Waktu dan Suhu Penyimpanan Terhadap Kadar Asam Amino Taurin pada ASI", *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 3, No.2 (2016): 60-68.

⁴⁵ Nurmiati dan Besral, "Durasi Pemberian Asi terhadap Ketahanan Hidup Bayi di Indonesia", *Jurnal Makara Kesehatan*, 12, no. 2, (2008): 50.

susu sapi, lebih banyak gula susu (*lactose*), serta lebih banyak vitamin dan mineral yang berimbang. Hal ini diharapkan dapat mempertahankan dan meningkatkan kesehatan bayi. Dengan kesehatan yang kuat maka bayi dapat terus melangsungkan kehidupannya.

Manfaat menyusui selain baik untuk bayi juga bermanfaat untuk ibu ditinjau dari segi kesehatan, isapan bayi pada puting susu akan merangsang terbentuknya oksitosin oleh kelenjar hipofisis. Oksitosin membantu mengecilkan rahim (mengembalikan rahim pada kesempurnaan letak semula) dan mencegah pendarahan pasca persalinan. Selain itu, menyusui secara murni dapat menjarangkan kehamilan, mencegah ibu dari penyakit seperti anemia, dan kanker payudara.⁴⁶ Kandungan ASI di usia 0-6 bulan sudah cukup memberikan asupan gizi untuk bayi, pada tahap ini pemberian ASI disebut dengan ASI eksklusif. Menurut Bonny Danuatmaja dan Mila Meiliasari, yang dimaksud dengan pemberian ASI eksklusif adalah menyusui bayi secara murni. Bayi hanya diberi ASI tanpa tambahan cairan lain, seperti susu formula, jeruk, madu, air teh, air putih, dan tanpa pemberian makanan tambahan lain, seperti pisang, bubur susu, biskuit, bubur, atau nasi tim. Pemberian ASI secara eksklusif dianjurkan untuk jangka waktu minimal hingga bayi berumur empat bulan (jika mungkin sampai enam bulan).⁴⁷ Untuk itu selama enam bulan pascalahir, bayi hanya membutuhkan air susu ibu sebagai sumber energi dan gizi.

Menyusui merupakan peran reproduksi yang bersifat kodrati yang hanya dapat dilakukan oleh perempuan (ibu). Secara kodrati perempuan memiliki payudara yang mengandung kelenjar susu yang berfungsi menyediakan dan menyimpan zat makanan untuk bayi. Pada puting payudara terdapat 15 sampai 25 muara air susu ke arah dalam, saluran utama bercabang menjadi saluran-saluran yang lebih kecil seperti dagan-dahan pohon mencapai 10-100 cabang. Seluruh system saluran terdapat landasan lemak yang membentuk payudara. Bagian-bagian puting (*lobus*) mirip dengan sebuah pohon dan alveoli adalah daun-daunnya, saluran kecil adalah dahan-dahan dan saluran utamanya adalah pohonnya.⁴⁸

Dari penjelasan di atas, ASI yang terdapat pada ibu yang menyusui didesain memiliki tempat penyimpanan makanan, selain itu saluran-saluran yang bercabang menjadikan ASI sebagai sumber makanan yang pokok yang mudah untuk dikonsumsi. Selain mudah ASI juga praktis, karena apa yang dikonsumsi orang tua menjadi sumber vitamin dan tenaga bagi bayi. Berikut akan dijelaskan dalam bentuk tabel kandungan yang terdapat dalam ASI.

Tabel 2
Komposisi Utama Zat dalam ASI⁴⁹

⁴⁶ Fathiyaturrahmah dan Safrudin Edi Wibowo, *Peranan Ibu dalam Pendidikan Anak Perspektif Al-Quran* (Jember: Madania Center Press, 2008), 109.

⁴⁷ Lihat Masrul Isoni Nurwahyudi, "Konsep Raḍā'ah Dalam Al-Quran (Kajian Tafsir Tematik Ayat-Ayat Tentang Menyusui Bayi dalam Perspektif Mufassir Dan Sains)", *Jurnal QAF*, 1, no 2 (2017)

⁴⁸ Derek Llwellyn dan Jenes M.D dalam Zaitunnah Subhan, *Tafsir Kebencian: Studi Bias Gender dalam Tafsir Al-Qur'an*, cet-2 (Yogyakarta: LKis Pelangi Aksara Yogyakarta, 2016), 29.

⁴⁹ *Jurnal United Nations University* yang bertajuk "Constituents of human milk". <https://www.nutriclub.co.id/parentsguideacademy/parenting-article/feed/komposisi-asi/>

| No | Kandungan Zat | Jumlah | Manfaat |
|----|---------------|-------------------|---|
| 1 | Lactosa | 7 gr/100 ml | Laktosa merupakan jenis karbohidrat utama dalam ASI yang berperan penting sebagai sumber energi. Cara kerja laktosa akan diolah menjadi glukosa dan galaktosa yang berperan dalam perkembangan sistem saraf. Nutrisi ini membantu penyerapan kalsium dan magnesium di masa pertumbuhan bayi. |
| 2 | Lemak | 3,7-4,8 gr/100 ml | Lemak merupakan zat gizi terbesar kedua yang terkandung di ASI dan menjadi sumber energi utama anak. Lemak juga berperan dalam pengaturan suhu tubuh dan mengandung komponen asam lemak esensial yaitu: asam linoleat dan asam alda linolenat yang akan diolah oleh tubuh menjadi AA dan DHA. AA dan DHA sangat penting untuk perkembangan otak bayi. |
| 3 | Oligosakarida | 10-12 gr/ltr | Oligosakarida merupakan komponen bioaktif di ASI yang berfungsi sebagai prebiotik karena terbukti meningkatkan jumlah bakteri yang menguntungkan yang secara alami hidup dalam sistem pencernaan bayi. |
| 4 | Protein | 0,8-1.0 gr/100ml | Komponen dasar dari protein adalah asam amino yang berfungsi sebagai pembentuk struktur otak. Beberapa jenis asam amino tertentu, yaitu taurin, triptofan, dan fenilalanin merupakan senyawa yang berperan dalam mengoptimalkan daya ingat. |

Dengan kandungan gizi di atas, Air Susu Ibu dapat diberikan secara eksklusif sampai anak berusia 6 bulan. Dalam memberikan ASI seorang ibu tidak hanya berperan memberikan makanan untuk memberikan energi, akan tetapi memiliki fungsi kasih sayang dan kemelekatan yang dapat memberi rasa aman dan terlindungi. Setelah enam bulan kebutuhan makan bayi tercukupi dengan ASI, orang tua dapat memberikan makanan pendamping untuk menambah gizi anak sampai anak dapat mengkonsumsi makanan seperti layaknya dewasa.

D. KESIMPULAN

Fase tumbuh kembang anak usia dini adalah fase yang penting. Diawal perkembangan dan pertumbuhannya, anak membutuhkan kemelekatan, karena memulai fase adaptasi kehidupan di dunia setelah dilahirkan. Fase kemelekatan tersebut akan berlangsung sampai usia 3 tahun. Fase tumbuh kembang di usia dini ini dalam Islam diberikan tuntunan, baik itu berkaitan dengan pendidikan yang berkaitan dengan keimanan, dimana dimulai dengan dilahirkan, bayi disambut dengan adzan dan iqamah, kemudian ditahnik, aqiqah dan diberikan nama yang indah dan khitan. Selain itu Al-Qur'an juga memberikan tuntunan untuk mendidik tiap fase usia anak dengan penuh kasih sayang, perhatian, tauladan dan pembiasaan. Untuk mengoptimalkan kebutuhan mendasar anak di usia 0-3 tahun Allah Swt menganugerahkan ibu memiliki payudara yang berfungsi untuk memberikan makanan pokok untuk bayi. Sedangkan bayi diberikan fitrah di awal pertumbuhan yaitu *gharizah* atau refleks bawaan menghisap air susu ibu dan asupan gizi yang paling baik adalah dengan air susu ibu.

DAFTAR PUSTAKA

- Arum, Puspito Agatha Widiyawati. *Kandungan Gizi Asi (Air Susu Ibu) Pada Berbagai Suhu Dan Lama Penyimpanan*, Oktober 2018, <https://www.researchgate.net/publication/328418142>, diakses 30 Juli 2019
- Amalia Ruhana. "Pengaruh Waktu dan Suhu Penyimpanan Terhadap Kadar Asam Amino Taurin pada ASI", *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 3, no.2 (2016)
- Atsqalani, Ibnu Hajar, Bulughul Maraam, Terj. A. Hassan. Bandung: Pustaka Tamaam t.t.
- E.H. Erikson. *Identity, Youth and crisis*. New York: Norton & Company. 1968.
- Fathiyaturrahmah dan Safrudin Edi Wibowo, *Peranan Ibu dalam Pendidikan Anak Perspektif Al-Quran*, Jember: Madania Center Press, 2008.
- Hamka. *Tafsir al-Azhar*. Juz 29. Jakarta: Pustaka Panjimas, 2002.
- Hude, Darwis. *Logika Al-Qur'an*. Jakarta: Eurobia, 2015.
- Al-Jauziyah, Ibnu Qayyim, 2009. *Tuntunan Rasulullah dalam Mengasuh Anak*, Terj. Nabhani Idris Jakarta: studia press, cet. I.
- Masrul Isoni Nurwahyudi. "Konsep Raḍā'ah Dalam Al-Quran (Kajian Tafsir Tematik Ayat-Ayat Tentang Menyusui Bayi dalam Perspektif Mufassir Dan Sains)", *Jurnal QAF*, 1, no. 2 (2017)
- Al-Marshawi, Sa'a, *Khitan*, Terj. Amir Zain Zakariya. Jakarta: Gema Insani Press, 2001.
- Al-Maraghi, Ahmad Mustofa. *Tafsir al-Maraghi*. Semarang: PT. Karya Toha Putra, 1993.
- Al-Mawardi, *Adab al-Dunya wa al-din*, Dâr al-Fikr, 1992.
- Nasution, Harun. *Ensiklopedia Indonesia*. Jakarta: Sabdodadi, 1992.
- Nurmiati dan Besral, "Durasi Pemberian Asi terhadap Ketahanan Hidup Bayi di Indonesia", *Jurnal Makara Kesehatan*, 12, no. 2 (2008).
- As-Samarqandi, *Bahr al-Ulum*, Beirut: Dar al-Fikr, tt.
- Al-Suyûthi, Jâlal al-Dîn, Jâlal al-Dîn al-Mahalli. *Tafsir Al-Jalâlain*. Beirut: Dar al-Fikr, Juz 2, t.th.
- As-Suyuti. *Riwayat Turunnya Ayat-ayat Suci al-Qur'an*. Surabaya: Mutiara Ilmu, 1986.
- Saihu. "Pendidikan Karakter Berbasis Kearifan Lokal (Studi Di Jembrana Bali)." *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam* 8, no. 1 (2019): 69–90.
- . "Pendidikan Sosial Yang Terkandung Dalam Surat AT-Taubah Ayat 71-72." *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam* 09, no. 01 (2020): 146. <https://doi.org/10.30868/ei.v9i01.703>.
- . "Rintisan Peradaban Profetik Umat Manusia Melalui Peristiwa Turunnya Adam AS Ke-Dunia." *Mumtaz* 3, no. 1 (2019): 268–79. <https://doi.org/https://doi.org/10.36671/mumtaz.v3i2.44>.
- Saihu. "Konsep Manusia Dan Implementasinya Dalam Perumusan Tujuan Pendidikan Islam Menurut Murtadha Muthahhari." *Andragogi* 1, no. 2 (2019): 197–217.
- Saihu, Made. *Merawat Pluralisme Merawat Indonesia: Potret Pendidikan Pluralisme Agama Di Jembrana-Bali*. Yogyakarta: DEEPPUBLISH, 2019.
- Sani, Ridwan. Abdul, dan Muhammad Kadri. *Pendidikan Karakter: Mengembangkan Karakter Anak yang Islami*. Jakarta: Bumi Aksara, 2016.
- Subhan, Zaitunnah. *Tafsir Kebencian: Studi Bias Gender dalam Tafsir Al-Qur'an*. Yogyakarta: LKis Pelangi Aksara Yogyakarta, 2016.

Aas Siti Sholichah, Desy Ayuningrum

Tafsir, Ahmad. *Ilmu Pendidikan dalam Perspektif Islam*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2007.

Ulwan, Abdullah Nashih, *Pendidikan Anak dalam Islam*, Jakarta: Pustaka Amani, 2007.

Zubaedi, *Strategi Taktis Pendidikan Karakter untuk PAUD dan Sekolah*, Depok: Rajawali Pers, 2017.