



## Konsep *Mubādalah* dalam Program Asi Eksklusif Untuk Pencegahan Stunting (Telaah Terhadap Al-Qur'an Surat Al-Baqarah Ayat 233)

Muhim Nailul Ulya<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup> Institut Agama Islam Khozinatul Ulum Blora

\*Correspondence: ✉ [mn.ulya62@gmail.com](mailto:mn.ulya62@gmail.com)

**Abstract:** *Feeding exclusive breastfeeding for newborns up to six months old is one of the programmes promoted by the government. This programme is held in order to prevent and reduce stunting rates in Indonesia according to the ideal standards recommended by WHO. Breastfeeding is indeed one of the biological experiences of women that cannot be replaced directly by men. However, technically, not all women are able to breastfeed directly. The purpose of this paper will discuss how Islam, especially the Qur'an, discusses the concept of complementarity in the breastfeeding process. In Surah Al-Baqarah verse 233, it is explained that the issue of breastfeeding is not only the responsibility of women or mothers, but the responsibility of both parents. The qualitative research method is library research. Primary sources are Tafsir and verses of the Qur'an. The results of the study will review in depth how Islam, in this case the Qur'an Surah Al-Baqarah verse 233 clearly describes the principle of breastfeeding. The description of the above interpretation if not interpreted in a Mubādalah manner, it will lead to the mother's duty to breastfeed and the father's duty to provide for the needs of the mother and her child with nafkah. So that this interpretation is less relevant for working women who daily earn a living to fulfil their needs. Earn a living to meet the economic needs of the family. Islam has a high concern for the growth and development of children.*

**Keyword:** *Mubādalah; Exclusive breastfeeding; Prevention of stunting*

**Abstrak:** Pemberian ASI Eksklusif pada bayi yang baru lahir hingga berumur enam bulan merupakan salah satu program yang digaungkan oleh pemerintah. Program ini diadakan dalam rangka pencegahan dan penurunan angka stunting di Indonesia sesuai standar ideal yang direkomendasikan oleh WHO. Menyusui memang menjadi salah satu pengalaman biologis perempuan yang tidak bisa digantikan secara langsung oleh laki-laki. Akan tetapi dalam teknisnya, tidak semua perempuan mampu menyusui secara langsung. Tujuan tulisan ini akan membahas bagaimana Islam, khususnya Al-Qur'an membicarakan konsep kesalingan dalam proses menyusui. Dalam Surat Al-Baqarah ayat 233 dijelaskan bahwa persoalan menyusui tidak hanya menjadi tanggungjawab perempuan atau ibu saja, melainkan tanggungjawab kedua orangtua. Metode penelitian kualitatif yaitu *library research*. Sumber primer adalah Tafsir dan ayat Al-Qur'an. Hasil Penelitian akan mengulas secara mendalam bagaimana Islam, dalam hal ini Al-Qur'an surat Al-Baqarah ayat 233 menggambarkan secara jelas prinsip menyusui. Gambaran tafsir di atas jika tidak dimaknai secara *Mubādalah*, maka akan mengarah pada tugas ibu untuk menyusui dan tugas ayah untuk mencukupi kebutuhan ibu dan anaknya dengan nafkah. Sehingga penafsiran tersebut kurang relevan bagi perempuan pekerja yang sehari-harinya mencari nafkah untuk mencukupi kebutuhan ekonomi keluarga. Islam memiliki kepedulian yang tinggi terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak.

**Kata kunci:** *Mubādalah; ASI Eksklusif; Pencegahan stunting*



Copyright: © 2024. Muhim Nailul Ulya This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

**Article History:** | Received: 25-04-2024 | Revised: 26-06-2024 | Accepted: 26-06-2024

## A. Pendahuluan

Air Susu Ibu (ASI) adalah salah satu sumber kehidupan manusia yang kaya gizi dan dihasilkan oleh kelenjar payudara perempuan. ASI dapat mencukupi seluruh unsur kebutuhan bayi, baik fisik, psikologi, sosial, maupun spiritual. ASI dapat dikatakan sebagai mukjizat. Hal ini dapat dipahami dari hasil penelitian yang menunjukkan bahwa tidak makanan di dunia ini yang sempurna seperti ASI.<sup>1</sup> Air Susu Ibu (ASI) merupakan asupan terbaik untuk bayi yang baru lahir, sebab ASI dapat memenuhi kebutuhan energi serta nutrisi anak selama enam bulan pertama kehidupannya.

Cara terbaik pada pemberian makanan bayi adalah dengan menyusui bayi sejak baru lahir hingga berusia enam bulan, kemudian meneruskannya hingga bayi berusia 24 bulan.<sup>2</sup> Manfaat ASI eksklusif sangat banyak serta beragam, di antaranya bermanfaat bagi ibu, bayi, serta keluarga. Pemberian ASI eksklusif dapat memberikan keuntungan seperti meningkatkan kedekatan di antara keduanya. Sedangkan bagi keluarga, pemberian ASI eksklusif dapat bermanfaat secara ekonomis dan psikologis.<sup>3</sup> Angka pemberian ASI eksklusif telah dilakukan berbagai upaya internasional dan nasional, namun angka cakupan pemberian ASI eksklusif belum mencapai target yang telah ditetapkan.<sup>4</sup>

Seorang perempuan sering mengalami kesulitan saat menyusui secara eksklusif, salah satunya sebab persediaan ASI yang tidak lancar.<sup>5</sup> Hal tersebut mengakibatkan rendahnya cakupan ASI eksklusif saat bayi usia 0-6 bulan. Selama enam bulan pertama kehidupan, sekitar 50,7 persen bayi baru lahir di Indonesia diberi ASI eksklusif. Namun, apabila dibandingkan dengan negara lain, seperti Bangladesh, di mana 65 persen bayi baru lahir diberi ASI eksklusif, angka ini masih lebih rendah.<sup>6</sup> Pemberian ASI Eksklusif dapat menekan angka pengeluaran kebutuhan rumah tangga.

Dalam Islam, perintah untuk menyusui terdapat pada beberapa ayat, di antaranya adalah dalam surat Al-Baqarah ayat 33, surat Luqman ayat 14, surat

---

<sup>1</sup> Hubertin Sri Purwanti, *Konsep Penerapan Asi Eksklusif*, buku saku, 2003.

<sup>2</sup> G. K. Wardhani, "Hubungan Pemberian Makanan Pendamping ASI Dengan Status Gizi Bayi Usia 6-24 Bulan Di Kelurahan Satabelan Kota Surakarta Tahun 2015.," *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada* 7, no. 2 (2018): 71-78., <https://doi.org/https://doi.org/10.33475/jikmh.v7i2.22>.

<sup>3</sup> A. Ernawati, "Pengetahuan, Komitmen, Dan Dukungan Sosial Dalam Pemberian ASI Eksklusif Pada Pegawai Negeri Sipil.," *Jurnal Litbang: Media Informasi Penelitian, Pengembangan Dan IPTEK* 10, no. 1 (2018): 6471, <https://doi.org/https://doi.org/10.33658/jl.v10i1.78>.

<sup>4</sup> S. Asnidawati, A., & Ramdhan, "Hambatan Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi Usia 0-6 Bulan," *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada* 10, no. 1 (2021): 156, <https://doi.org/https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i1.548>.

<sup>5</sup> A. K. Bahriyah, F., Putri, M., & Jaelani, "Hubungan Pekerjaan Ibu Terhadap Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sipayung.," *Journal Endurance* 2, no. 2 (2017): 113-118, <https://doi.org/https://doi.org/10.22216/jen.v2i2.1699>.

<sup>6</sup> UNICEF, "UNICEF Global Databases Infant and Young Child Feeding," 2021.

Al-Ahqaf ayat 15, surat Al-Qasas ayat 7 dan 12-13. Stunting adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan panjang atau tinggi badannya berada di bawah standar yang ditetapkan oleh menteri yang menyelenggarakan urusan pemerintahan di bidang kesehatan.<sup>7</sup>

Stunting dapat dicegah atau dikoreksi jika dilakukan sebelum atau selama periode emas. Karenanya berbagai intervensi penting dilakukan sejak dini, mulai dari mempersiapkan kondisi gizi dan kesehatan calon ibu hingga memastikan kesehatan yang baik dan gizi yang cukup terutama pada 1000 Hari Pertama Kehidupan, yaitu sejak anak berada dalam kandungan hingga usia 2 tahun.

Stunting merupakan sebuah mudarat yang dapat menghambat pertumbuhan anak, oleh karenanya harus dihilangkan. Sebagaimana dalam kaidah *al-darar yuzāl* dan *dar' al-mafāsīd* bahwa segala jenis bahaya yang dapat merusak ataupun mudarat harus dihilangkan. Oleh karenanya, orangtua harus melakukan berbagai upaya yang telah disebutkan di atas.

Kekurangan gizi merupakan faktor penyebab kematian lebih dari setengah jumlah tersebut. Pemberian ASI eksklusif pada bayi satu jam pertama setelah lahir serta sentuhan kulit antara ibu dan bayi merupakan faktor penting dalam awal proses menyusui dimana bayi akan tetap hangat dan bayi mendapatkan kolostrum. Ini dapat dicegah melalui pemberian air susu ibu (ASI) secara eksklusif, faktor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif antara lain; tingkat pendidikan, adat budaya dan peran tenaga kesehatan.<sup>8</sup> Pemberian ASI eksklusif pada bayi baru lahir merupakan salah satu upaya pencegahan penyakit menular, gizi buruk, dan kematian pada bayi dan balita.<sup>9</sup>

Penelitian yang dilakukan oleh Andika et al, membuktikan hasil bahwa terdapat pengaruh pemberian ASI eksklusif terhadap kasus stunting. Seorang ibu jika tidak mempraktekkan program ASI eksklusif akan meningkatkan risiko anak menderita stunting dibandingkan ibu yang mempraktekkan ASI eksklusif. Dapat dikatakan ASI eksklusif merupakan asupan terbaik bagi bayi dan memiliki kandungan gizi optimal dan sesuai untuk bayi pada usia 06 bulan sehingga dapat menurunkan risiko bayi terkena stunting.<sup>10</sup>

---

<sup>7</sup> Peraturan Presiden (Perpres), "Peraturan Presiden (Perpres) Nomor 72 Tahun 2021 Tentang Percepatan Penurunan Stunting," 2021.

<sup>8</sup> F. H. Fakhidah, L. N., & Palupi, *Faktor Yang Mempengaruhi Pemberian ASI Eksklusif*, 2018.

<sup>9</sup> B. Ibrahim, F., & Rahayu, "Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemberian ASI Eksklusif," *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada* 1 (10AD): 18-24, <https://doi.org/https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i1.497>.

<sup>10</sup> S Carolin, B. T, Siauta, J. A, Amamah, N., Novelia, "Analysis of Stunting among Toddlers at Mauk Health Centre Tangerang Regency.," *Nursing and Health Sciences Journal* 1, no. 2 (2021): 118.

Dalam pemberian ASI Eksklusif, perempuan seringkali dianggap sebagai satu-satunya aktor kunci dalam keberhasilan program ini, sehingga tidak sedikit perempuan yang mengalami tekanan dan memikul beban menyusui. Padahal, keberhasilan tumbuh kembang anak menjadi tanggungjawab kedua orangtua, tidak hanya ibu saja. Akan tetapi, butuh peran dari seorang bapak dalam mendukung proses perkembangan anak sehingga tidak terjadi stunting.

Jenis penelitian ini menggunakan *library research* yang bersumber dari Tafsir, Buku dan Hadits yang membicarakan tentang ASI. Pendekatannya menggunakan kualitatif yang sifatnya deskriptif-analisis. Sifat penelitian bersifat normatif. Teknik analisa data adalah content analisis yaitu menganalisa isi ayat yang berkaitan dengan asbabun nuzul, munasabah dan penafsiran.

## B. Gambaran Umum Kandungan Ayat

Dalam artikel ini akan mengulas secara mendalam bagaimana Islam, dalam hal ini Al-Qur'an surat Al-Baqarah ayat 233 menggambarkan secara jelas prinsip menyusui:

وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُنْمِ الرِّضَاعَةَ وَعَلَى الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ لَا تُكَلَّفُ نَفْسٌ إِلَّا وُسْعَهَا لَا تُضَارَّ وَالِدَةٌ بِوَلَدِهَا وَلَا مَوْلُودٌ لَهُ بِوَلَدِهِ 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 (سورة البقرة: 233)

Ibu-ibu hendaklah menyusui anak-anaknya selama dua tahun penuh bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan. Kewajiban ayah menanggung makan dan pakaian mereka dengan cara yang patut. Seseorang tidak dibebani kecuali sesuai dengan kemampuannya. Janganlah seorang ibu dibuat menderita karena anaknya dan jangan pula ayahnya dibuat menderita karena anaknya. Ahli waris pun demikian halnya. Apabila keduanya ingin menyapih (sebelum dua tahun) berdasarkan atas persetujuan dan musyawarah antar keduanya, maka tidak ada dosa atas keduanya. Apabila kamu ingin menyusukan anakmu (kepada orang lain), maka tidak ada dosa bagimu jika kamu memberikan pembayaran dengan cara yang patut. Bertakwalah kepada Allah dan ketahuilah bahwa sesungguhnya Allah Maha Melihat apa yang kamu kerjakan. (Al-Baqarah: 233).

Gambaran tafsir di atas jika tidak dimaknai secara *Mubādalāh*, maka akan mengarah pada tugas ibu untuk menyusui dan tugas ayah untuk mencukupi kebutuhan ibu dan anaknya dengan nafkah. Sehingga penafsiran tersebut kurang relevan bagi perempuan pekerja yang sehari-harinya mencari nafkah untuk mencukupi kebutuhan ekonomi keluarga.

Sementara itu, sebuah data menunjukkan bahwa salah satu penyebab belum berhasilnya pemberian ASI Eksklusif adalah ibu yang bekerja. Ibu yang bekerja memiliki beban ganda (*double burden*) apabila tanggungjawab atas keberhasilan ASI Eksklusif hanya dibebankan kepadanya, sementara ia juga menjadi salah satu tumpuan ketahanan ekonomi keluarga. Dari sini kemudian diperlukan perspektif *Mubādalāh* (*reciprocity*) dalam mengemban tugas dan tanggungjawab atas proses tumbuh kembang anak.

### C. Prinsip Pemberian ASI Eksklusif dalam Islam dalam Perspektif *Mubādalāh*

#### 1. Tanggungjawab kedua orangtua dalam mencukupi gizi bayi dengan ASI.

Orang tua berperan besar dalam proses tumbuh kembang anak. Baik bapak maupun ibu hendaknya memenuhi hak anak dengan memberikannya ASI. Pemberian ASI kepada bayi dapat dilakukan dengan tiga acara: a) Dilakukan oleh ibu kandungnya sendiri, sebab ia yang memiliki produksi ASI dan dapat memberikannya secara langsung kepada bayi (*direct breastfeeding*), b) Dilakukan oleh orang lain dengan menggunakan alat bantu (botol/dot misalnya) dengan ASI yang dipompa oleh ibunya, c) *Istirda'*, menyusukan bayi dengan ASI perempuan lain.

Ketiga cara di atas adalah teknis dalam proses pemberian ASI kepada bayi. Poinnya adalah bahwa pemberian ASI kepada bayi merupakan tanggungjawab kedua orangtua, baik bapak maupun ibu menurut Yusuf Qardhawi.

وأول ما يجب على الأبوين هو إرضاع الطفل، وهذا ما تقوم به الأم بحكم الفطرة، وبدافع عاطفة الأمومة التي لا تقاوم .

Kewajiban pertama bagi kedua orangtua adalah menyusui bayinya, ini dilakukan oleh ibu yang memiliki fitrah menyusui dan atas dasar motivasi kasih sayang seorang ibu yang tidak tergantikan.

Dalam pernyataan Qardhawi di atas menjelaskan bahwa pada umumnya, aktivitas menyusui ini memang dilakukan oleh seorang ibu, sebab ia yang memiliki produksi ASI dan dapat memberikannya secara langsung kepada bayi (*direct breastfeeding/DBF*) serta memiliki perasaan kasih sayang yang begitu mendalam terhadap anak karena telah mengandungnya selama berbulan-bulan lamanya dengan proses yang begitu payah (*wahnan ala wahnin*).

Jika aktivitas menyusui dilakukan oleh ibu, maka bapaknya memenuhi kebutuhan ibu dan anaknya dalam pemberian ASI. Bapak juga perlu memberikan support kepada ibu menyusui, baik yang material maupun *immaterial*. Islam menganjurkan perempuan untuk dapat menyusui anaknya dengan ASI secara DBF selama kondisinya memungkinkan dan tidak ada mudarat bagi keduanya. Sebab ASI adalah sumber kehidupan bayi yang dititipkan pada kelenjar payudara perempuan dan tidak dapat

digantikan dengan susu formula maupun sejenisnya yang memiliki kualitas unggul sekalipun. Hal tersebut sebagaimana diungkapkan oleh Yusuf Qardhawi:

والرضاعة الصناعية لا تقوم مقام الرضاعة الطبيعية، فحقيقة الرضاعة ليس مجرد وصول اللبن إلى معدة الطفل، بل هي أكبر من ذلك وأعمق، إنها إلتصاق بصدر الأم، وشعور بدفء حنائها حين تضمه إليها، تلقمه ثديها، ويمتص منهما: غذاءه المادي، ومن حرارة قلبها ووجدانها: غذاءه العاطفي أن لبن الأم لا يعادله لبن آخر صناعي. (فقه الأسرة وقضايا المرأة، ليوسف القرضاوي، ص ٣٨٠)

Menyusui secara langsung (DBF) tidak dapat digantikan kedudukan dengan menyusui buatan (pumping maupun dengan susu formula). Menyusui pada hakikatnya tidak hanya sekedar proses mengalirnya ASI ke dalam perut bayi, akan tetapi menyusui memiliki makna yang lebih agung dan mendalam. Menyusui adalah aktivitas menempelnya tubuh bayi dengan dada ibu dan perasaan hangatnya kasih sayang ketika memeluknya, mengisap dan menyusu dari kedua putingnya adalah gambaran dari jenis asupan gizi yang terlihat. Dari hangatnya hati ibu dan perasaannya terdapat asupan kasih sayang bahwa ASI tidak dapat digantikan dengan susu formula.

Hukum untuk mencegah anak agar tidak stunting adalah wajib. Setiap orang tua berkewajiban untuk mengasuh dan memantau tumbuh kembang anak dengan baik, berdasarkan salah satu dari tujuan agama adalah menjaga keturunan (hifz an-nasl). Sehingga pertumbuhan anak, baik secara jasmani maupun rohani menjadi tanggungjawab orangtua. Dalam riwayat hadis disebutkan:

كلكم راعٍ، وكلكم مسؤول عن رعيته: والأمير راعٍ، والرجل راعٍ على أهل بيته، والمرأة راعية على بيت زوجها وولده، فكلكم راعٍ، وكلكم مسؤول عن رعيته.

Kalian adalah pelindung/penjaga dan masing-masing kalian bertanggungjawab atas sesuatu yang dilindunginya. Kepala Negara adalah pelindung, seorang ayah adalah pelindung yang bertanggungjawab atas anggota keluarganya, dan seorang perempuan bertanggungjawab atas rumah dan anak-anaknya. Tiap-tiap dari kalian adalah pelindung dan bertanggungjawab atas apa yang dilindunginya.

Hadis di atas jika dimaknai secara resiprokal menunjukkan bahwa baik ayah maupun ibu (orangtua) memiliki tanggungjawab atas tumbuh kembang anaknya dengan optimal. Wajib hukumnya bagi kedua orangtua untuk mencegah terjadinya stunting pada anak dengan menerapkan pola hidup yang bersih, pola asuh, dan pola makan yang tepat.

2. ASI diberikan selama dua tahun bagi yang ingin menyempurnakannya. Beberapa saat setelah kelahiran bayi, hendaknya orangtua melakukan IMD (Inisiasi Menyusu Dini). Orangtua juga memberikan kolostrum kepada

bayi, yaitu cairan yang pertama dikeluarkan oleh kelenjar payudara pada hari pertama hingga hari ketiga hingga kelima setelah persalinan. Menghindari pemberian susu formula dan sejenisnya selama kondisi ibu memungkinkan untuk menyusui.

Bahkan, Imam Syafi'i berpendapat bahwa pemberian kolostrum pada bayi hukumnya wajib, karena itu merupakan salah satu faktor bayi dapat bertahan hidup.

وأوجب الشافعية على الأم إرضاع اللبأ وهو اللبن النازل أول الولادة، لأن الولد لا يعيش بدونه غالباً وغيرها لا يغني (الفقه الإسلامي وأدلته، لوهبة الزهيلي ص ٧٠٠)

Imam Syafi'i mewajibkan seorang ibu untuk menyusui bayinya dengan kolostrum, yaitu ASI yang keluar di hari-hari pertama persalinan, karena bayi pada umumnya tidak dapat hidup tanpa ASI tersebut, dan selain ASI tidak mampu menggantikannya (untuk bertahan hidup).

Setelah menyusui secara eksklusif selama enam bulan, orangtua tetap dianjurkan untuk menyusui anaknya hingga dua tahun. Sebagaimana dalam ayat berikut:

وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُنَمِّمَ الرِّضَاعَةَ وَحَمْلُهُ وَفِصَالُهُ ثَلَاثُونَ شَهْرًا

Masa mengandung sampai menyapihnya selama tiga puluh bulan. (Al-Ahqaf : 15)

Menyapihnya dalam usia dua tahun. (Luqman: 14) Jika masa kehamilan dan masa menyapih berjumlah tiga puluh bulan serta masa menyapih secara jelas disebutkan ketika anak berumur dua tahun (dua puluh empat bulan), maka yang tersisa adalah enam bulan. Masa enam bulan inilah yang dihitung sebagai usia minimal kehamilan. Adapun usia kehamilan pada umumnya adalah delapan hingga sembilan bulan.

### 3. Bayi dan Ibu terjamin ekonominya selama masa pemberian ASI.

Salah satu faktor keberhasilan ASI Eksklusif adalah dengan tercukupinya kebutuhan ekonomi selama masa menyusui. Adapun besarnya, Islam tidak mengatur secara pasti, karena kebutuhan setiap keluarga berbeda-beda tergantung daerah, zaman, latar belakang pekerjaan suami, dan lain-lain. Yang terpenting dari pemberian nafkah adalah kecukupan, tidak sedikit, dan tidak berlebihan.

ولم يحدد الشرع في النفقة على المرأة مقدارا معيناً من الدراهم أو غيرها، بل الواجب هو تلبية حاجتها بالمعروف، والحاجة تختلف من عصر لآخر، ومن وسط لآخر، ومن رجل لآخر.

Agama tidak memberikan batasan secara pasti tentang nafkah kepada istri dengan nominal tertentu, akan tetapi yang wajib adalah memenuhi kebutuhannya dengan layak. Kebutuhan itu sendiri tentu berbeda dari masa ke masa, dari satu daerah dengan daerah lain, dari satu orang dengan orang yang lain.

Jika melihat pendapat di atas, ketika dimaknai dengan perspektif *Mubādalāh*, maka substansinya adalah tercukupinya kebutuhan-kebutuhan bayi dan ibu selama masa menyusui, tanpa membebankan nafkah kepada bapaknya saja. Dalam perspektif *Mubādalāh*, bisa jadi perempuan pekerja yang menjamin terpenuhinya

فلا ينبغي أن يقتر عليهن في الإنفاق، ولا ينبغي أن يسرف، بل يقتصد (إحياء علوم الدين، للغزالي، في باب آداب النكاح)

Tidak sepatutnya seseorang terlalu sedikit dalam memberikan nafkah, begitu juga seyogyanya tidak berlebihan, akan tetapi sesuai dengan tujuan (kebutuhan).

Adapun kebutuhan yang harus dicukupi tersebut meliputi: a) Makanan. Makanan yang dimaksud adalah makanan pokok daerah setempat disertai dengan lauk-pauk yang bergizi. Makanan yang bergizi dapat menambah lancarnya produksi ASI bagi ibu menyusui, b) Pakaian untuk melindungi tubuhnya dan menjaganya, c) Tempat tinggal untuk berteduh dan ruang privasi keluarga.

4. Tidak membebani siapapun di luar kemampuannya.

Dalam ayat dijelaskan bahwa salah satu prinsip pemberian ASI Eksklusif adalah tidak membebani siapapun, baik ibu maupun bapak, dalam memastikan kecukupan kebutuhannya. Dalam ayat lain juga dijelaskan bahwa nafkah diberikan dengan cukup, layak dan patut serta sesuai dengan kemampuannya.

لِيُنْفِقَ ذُو سَعَةٍ مِنْ سَعَتِهِ وَمَنْ قُدِرَ عَلَيْهِ رِزْقُهُ فَلْيُنْفِقْ مِمَّا آتَاهُ اللَّهُ لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا مَا آتَاهَا سَيَجْعَلُ اللَّهُ بَعْدَ عُسْرٍ يُسْرًا

Hendaklah orang yang mampu memberi nafkah menurut kemampuannya. Dan orang yang disempitkan rezekinya hendaklah memberi nafkah dari harta yang diberikan Allah kepadanya. Allah tidaklah memikulkan beban kepada seseorang melainkan sekedar apa yang Allah berikan kepadanya. Allah kelak akan memberikan kelapangan sesudah kesempitan.

وَلَا تَجْعَلْ يَدَكَ مَغْلُولَةً إِلَىٰ عُنُقِكَ وَلَا تَبْسُطْهَا كُلَّ الْبَسْطِ فَتَقْعُدَ مَلُومًا مَّحْسُورًا (الإسراء: ٢٩)

Dan janganlah kamu jadikan tanganmu terbelenggu pada lehermu dan janganlah kamu terlalu mengulurkannya karena itu kamu menjadi tercela dan menyesal.

قول النبي صلى الله عليه وسلم هُند: خذي ما يكفيك وولدك بالمعروف

Ambillah yang dapat mencukupi kebutuhanmu dan anakmu dengan layak.

5. Tidak ada mudarat bagi semua pihak, baik bayi, ibu, maupun bapak. Prinsip maslahat menjadi dasar utama yang hendaknya dijadikan landasan dalam proses pemberian ASI Eksklusif.

لَا تُضَارُّ وَالِدَةً بِوَلَدِهَا وَلَا مَوْلُودٌ لَهُ بِوَلَدِهِ وَعَلَى الْوَارِثِ مِثْلُ ذَلِكَ

Janganlah seorang ibu dibuat menderita karena anaknya dan jangan pula ayahnya dibuat menderita karena anaknya. Ahli waris pun demikian halnya.

6. Didasarkan atas prinsip tasyawur (saling berdiskusi) dan taradin (saling rela)

فَإِنْ أَرَادَا فِصَالًا عَنْ تَرَاضٍ مِنْهُمَا وَتَشَاوُرٍ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا

Apabila keduanya ingin menyapih (sebelum dua tahun) berdasarkan atas persetujuan dan musyawarah antar keduanya, maka tidak ada dosa atas keduanya.

7. Dilakukan dengan cara-cara yang ma'ruf.

وَإِنْ أَرَدْتُمْ أَنْ تَسْتَرْضِعُوا أَوْلَادَكُمْ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ إِذَا سَلَّمْتُمْ مَا آتَيْتُمْ بِالْمَعْرُوفِ

Apabila kamu ingin menyusukan anakmu (kepada orang lain), maka tidak ada dosa bagimu jika kamu memberikan pembayaran dengan cara yang patut.

Cara-cara yang patut selama masa pemberian ASI Eksklusif maupun masa pengasuhan bayi adalah dengan menempuh Langkah berikut:

- Memberikan hak anak berupa ASI hingga dua tahun.
- Memberikan makanan dengan gizi yang seimbang.
- Memperhatikan kebersihan badan, pakaian, dan lingkungan.
- Memperhatikan dan memantau tumbuh kembang anak.

وذلك برعاية شؤونه وتدبير طعامه وملبسه ونومه، وتنظيفه وغسله وغسل ثيابه في سن معينة ونحوها (مغنى

المحتاج ٤٥٢/٣)

Pengasuhan tersebut dilakukan dalam bentuk memperhatikan segala urusannya, meliputi makanannya, pakaiannya, istirahatnya, kebersihannya, mandinya, mencuci bajunya pada usia tertentu.

Selain itu, orangtua juga perlu memiliki kedetakan emosional dengan anaknya, karena secara psikologis anak sangat membutuhkan kasih sayang kedua orangtua. Orangtua juga hendaknya mengasuh anaknya dengan cara-cara yang baik.

وتتطلب الحضانة الحكيمة واليقظة والانتباه والصبر والخلق الجم (الفقه الإسلامي وأدلته

Pengasuhan anak dituntut untuk dilakukan dengan penuh kebijaksanaan, kesadaran, perhatian, sabar, dan etika (attitude) yang luar biasa.

8. Ketakwaan sebagai tujuan spiritual.

Dalam proses pemberian ASI Eksklusif, ketakwaan menjadi tujuan akhir yang juga menjadi landasan spiritual bagi orangtua. Dalam ayat disebutkan:

وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ

Bertakwalah kepada Allah dan ketahuilah bahwa sesungguhnya Allah Maha Melihat apa yang kamu kerjakan.

Orangtua sebagai aktor kunci dalam proses tumbuh kembang anak hendaknya melakukan semuanya atas dasar takwa kepada Allah. Tidak ada unsur beban, paksaan, dan hal-hal yang tidak diperbolehkan dalam ajaran agama, seperti misalnya menafkahi kebutuhan anak dengan rejeki yang tidak halal. Orangtua menyadari sepenuhnya bahwa anak adalah titipan yang harus dijawa, dirawat, dan diasuh sebaik mungkin dan sesuai kemampuan yang dimilikinya.

#### D. Simpulan

Islam memiliki kepedulian yang tinggi terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak. Oleh karena itu, orangtua sangat berperan besar dan bertanggungjawab atas pencegahan stunting pada anak. Semua itu harus dilaksanakan dengan prinsip kesalingan antara keduanya dan dibutuhkan dialog serta adanya saling rela dalam setiap keputusan yang diambil. Tidak boleh ada kesepihakan dalam setiap pengambilan keputusan perihal anak. Islam juga tidak membebankan kepada salah satu di antara kedua orangtua di luar batas kemampuannya.

#### Daftar Pustaka

- Asnidawati, A., & Ramdhan, S. "Hambatan Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi Usia 0-6 Bulan." *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada* 10, no. 1 (2021): 156. <https://doi.org/https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i1.548>.
- Bahriyah, F., Putri, M., & Jaelani, A. K. "Hubungan Pekerjaan Ibu Terhadap Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sipayung." *Journal Endurance* 2, no. 2 (2017): 113-118. <https://doi.org/https://doi.org/10.22216/jen.v2i2.1699>.
- Carolin, B. T, Siauta, J. A, Amamah, N., Novelia, S. "Analysis of Stunting among Toddlers at Mauk Health Centre Tangerang Regency." *Nursing and Health Sciences Journal* 1, no. 2 (2021): 118.
- Ernawati, A. "Pengetahuan, Komitmen, Dan Dukungan Sosial Dalam Pemberian ASI Eksklusif Pada Pegawai Negeri Sipil." *Jurnal Litbang: Media Informasi Penelitian, Pengembangan Dan IPTEK* 10, no. 1 (2018): 6471. <https://doi.org/https://doi.org/10.33658/jl.v10i1.78>.
- Fakhidah, L. N., & Palupi, F. H. *Faktor Yang Mempengaruhi Pemberian ASI Eksklusif*, 2018.
- Hubertin Sri Purwanti. *Konsep Penerapan Asi Eksklusif*. Buku saku., 2003.
- Ibrahim, F., & Rahayu, B. "Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan

- Pemberian ASI Eksklusif." *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada* 1 (10AD): 18–24. <https://doi.org/https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i1.497>.
- Peraturan Presiden (Perpres). "Peraturan Presiden (Perpres) Nomor 72 Tahun 2021 Tentang Percepatan Penurunan Stunting," 2021.
- UNICEF. "UNICEF Global Databases Infant and Young Child Feeding," 2021.
- Wardhani, G. K. "Hubungan Pemberian Makanan Pendamping ASI Dengan Status Gizi Bayi Usia 6-24 Bulan Di Kelurahan Satabelan Kota Surakarta Tahun 2015." *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada* 7, no. 2 (2018): 71–78. <https://doi.org/https://doi.org/10.33475/jikmh.v7i2.22>.