



1007 **KEISTIMEWAAN DAN FAEDAH AMALAN PENYUSUAN SUSU IBU**

Norita Kamaruddin
norita@kuis.edu.my

Nora'inan Bahari
norainan@kuis.edu.my

Zanariah Dimon
zanariah@kuis.edu.my

Kolej Universiti Islam Antarabangsa Selangor, KUIS

ABSTRAK

Susu ibu merupakan anugerah yang tidak ternilai kepada kepada umat manusia terutama kepada bayi-bayi yang baru lahir ke dunia. Allah swt telah menjadikan terlalu banyak keistimewaan susu ibu serta faedah yang pelbagai yang harus dirasai, dihayati dan disyukuri oleh ibu dan bayi yang terlibat. Hal ini kerana di dalam susu ibu, terdapat pelbagai nutrisi, vitamin dan elemen-elemen yang sangat bernilai dan sangat penting untuk tumbesaran, kesihatan, sistem pertahanan dan juga kematangan sistem tubuh badan anak-anak. Artikel ini bertujuan untuk menjelaskan tentang keistimewaan serta faedah penyusuan susu ibu yang tiada tolak bandingnya. Kajian ini menggunakan kaedah kualitatif dengan mengumpul data melalui buku-buku, kitab-kitab fiqh, jurnal dan juga media sosial. Artikel ini juga turut membincangkan tentang empat faedah penyusuan secara spesifik.

Kata kunci : *Keistimewaanm, faedah, amalan, susu Ibu*

PENDAHULUAN

Islam telah meletakkan garis panduan yang jelas kepada umatnya malah sangat tersusun dan teratur bagi mencapai objektif syariat dan kejadian manusia. Dalam negara yang semakin pesat dan membangun ini, peranan wanita tetap sama malah menjadi semakin penting. Peranan wanita dari masa dulu hingga masa kini tidak terhad di rumah sebagai ibu mahupun isteri tetapi juga dalam pelbagai bidang profesional. Malah, mereka merupakan golongan yang mulia seiring dengan pengorbanan yang dipikul oleh mereka yang tidak mungkin mampu ditanggung oleh kaum lelaki.

Ini dapat dilihat dari beberapa sudut yang sesuai dengan fitrah kejadian mereka seperti kesediaan mengandungkan bayi selama sembilan bulan, kesakitan dan bahaya yang ditanggung semasa melahirkan seterusnya kepayahan mengasuh, menjaga dan menyusukan anak-anak. Ciri-ciri seperti ini menurut Sayyid Qutb (1997) amat susah lagi mencabar dan tidak mampu ditanggung oleh golongan lelaki. Amalan penyusuan susu ibu serta faedah yang terkandung di dalam susu



ibu perlu dirasai dan disyukuri anugerah tersebut kerana melalui penyusuan sempurna oleh ibu akan terbentuknya kasih sayang yang erat antara ibu dan anak.

KEISTIMEWAAN SUSU IBU

Galakan al-Qur'an agar anak diberi susu ibu pasti mempunyai sebab dan hikmah disebaliknya kerana setiap yang diciptakan oleh Allah SWT mempunyai manfaat dan penciptaan tersebut tidaklah sia-sia seperti yang termaktub di dalam surah Ali 'Imran ayat 191. Secara umum Allah SWT juga menyatakan kebaikan susu daripada haiwan ternak kepada manusia. Ini seperti mana yang dijelaskan oleh Allah SWT di dalam surah al-Nahl ayat 66 dan surah al-Mukminun ayat 21. Malah Allah telah menyediakan di dalam syurga sungai khas yang airnya merupakan susu seperti yang dinyatakan di dalam surah Muhammad ayat 15. Daripada ketiga-tiga ayat ini membuktikan pastinya terdapat sesuatu keistimewaan yang besar di dalam air susu. Perbincangan mengenainya akan disepadukan antara perspektif sains dan agama.

Asal Kejadian Susu, Ciri-ciri dan Manfaatnya

Allah SWT telah menyatakan dengan sangat jelas asal usul kejadian susu. Di dalam surah al-Nahl ayat 66, Allah SWT menjelaskan dari segi biologinya bahawa air susu terbit daripada hampas makanan dengan darah. Maka kejadian ini sama bagi air susu ibu di mana ianya terbit daripada hampas makanan yang dimakan oleh ibu dan darah yang mengalir di dalam tubuh ibu tersebut. Firman Allah SWT:

وَإِنَّ لَكُمْ فِي الْأَنْعَامِ لَعِبْرَةً ۖ نُسْقِيكُمْ مِمَّا فِي بُطُونِهِ مِنْ بَيْنِ فَرْثٍ وَدَمٍ لَبَنًا خَالِصًا سَائِعًا لِلشَّارِبِينَ

Maksudnya:

“Dan sesungguhnya pada binatang-binatang ternak itu, kamu beroleh pelajaran yang mendatangkan iktibar. Kami beri minum kepada kamu daripada apa yang terbit dari dalam perutnya, yang lahir dari antara hampas makanan dengan darah; (iaitu) susu yang bersih, yang mudah diminum, lagi sedap rasanya bagi orang-orang yang meminumnya.”

(Surah al-Nahl, 16:66)

Antara ciri-ciri yang terdapat di dalam air susu seperti yang disebutkan oleh Allah SWT ialah bersih, mudah diminum dan sedap rasanya. Di sini Allah menggambarkan keagungan ciptaanNya terhadap susu. Susu yang terbit daripada hampas makanan dan darah yang merupakan kekotoran dengan bau yang tidak menyenangkan telah menghasilkan susu yang bersih dan sedap rasanya. Berdasarkan ciri-ciri tersebut menggambarkan bahawa susu merupakan suatu nikmat melalui pancaindera yang Allah jadikan buat manfaat manusia.



S. Freir & A.I. Eidleman (1980) di dalam Syh Noorul Madidah Syed Husin (2018) mengatakan bahawa susu ibu adalah sangat bersih dan bebas bakteria. Seandainya seseorang ibu mempunyai jangkitan, antibodi yang dapat melawan jangkitan tersebut akan hadir di dalam susu ibu. Mereka mendakwa jika seorang bayi kecil yang sering menangis kerana mungkin disebabkan oleh masalah perut kembung, ia akan dapat diatasi sekiranya bayi tersebut disusui dengan susu ibu sepenuhnya pada usia tiga bulan pertama.

Secara umum, Allah memberitahu kepada kita bahawa penciptaan susu mempunyai faedah dan manfaat tersendiri terhadap manusia. Allah menegaskan bahawa manusia beroleh faedah susu yang banyak dan daripada susu juga manusia beroleh rezeki dalam kehidupan mereka. Firman Allah SWT:

وَإِنَّ لَكُمْ فِي الْأَنْعَامِ لَعِبْرَةً ۖ نُسْقِيكُمْ مِمَّا فِي بُطُونِهَا وَلَكُمْ فِيهَا مَنَافِعُ كَثِيرَةٌ وَمِنْهَا تَأْكُلُونَ

Maksudnya:

“Dan sesungguhnya pada binatang-binatang ternak itu kamu beroleh punca-punca yang menyedarkan (tentang kemurahan dan kebijaksanaan Allah penciptanya); Kami beri kamu minum dari susu yang ada dalam perutnya, dan kamu beroleh banyak faedah lagi padanya; dan daripadanya juga kamu beroleh rezeki penghidupan kamu.”

(Surah al-Mukminun, 23:21)

Susu Ibu Adalah Makanan Terbaik Bagi Bayi

Makanan yang paling baik kepada bayi seusai kelahirannya ke dunia ini adalah air susu ibu. Ini kerana susu ibu mempunyai pelbagai nutrien baik sebagai pembekal khasiat dan perlindungan diri. Susu ibu menyediakan bayi dengan imunisasi pasif terhadap beberapa virus dan bakteria selepas kelahiran. Antara faedah yang menyakinkan ialah penyusuan ibu dianggap cara yang paling utama untuk mengurangkan kematian dalam kalangan bayi yang baru dilahirkan. Secara khusus, penyusuan susu ibu secara eksklusif dianggarkan telah menangani 13% daripada keseluruhan kematian kanak-kanak di bawah usia lima tahun di negara-negara yang berpendapatan rendah (Mathur & Dhingra, 2013).

Jangkitan paling kerap yang dihadapi oleh bayi yang kurang diberi susu ibu ialah saluran pencernaan atau *gastrointestinal* (GI). Dalam tempoh beberapa bulan pertama kelahiran, bayi sangat terdedah kepada penyakit dan jangkitan, oleh itu imunisasi pasif dan probiotik yang terdapat dalam susu ibu memberi banyak manfaat kepada bayi. Imunisasi pasif yang dihasilkan melalui susu ibu membenarkan bayi untuk sementara waktu memperoleh imuniti ibunya. Oleh itu ia berkemampuan untuk melawan jangkitan seperti *Escherichia coli* dan *Shigella* (Davidson et al., 2012).



Manfaat daripada susu ibu juga ialah sistem penghadaman bayi mampu mencerna susu ibu dengan lebih mudah berbanding susu formula. Susu ibu mengandungi *whey* dan *casein* atau lemak dan laktosa yang mudah dicerna oleh saluran *gastrointestina* milik bayi yang baru lahir (Nemours, 2015). Selain itu, menurut Normadiah et al., (2012), kandungan susu ibu yang mempunyai pelbagai nutrien terutamanya kolostrum dapat membantu bayi dalam pembentukan bakteria baik dan menjadi antibodi untuk perlindungan daripada bakteria jahat dan pelbagai virus. Malah Khasiat yang terkandung dalam susu ibu akan menghindarkan diri bayi yang meminumnya daripada pelbagai penyakit yang merbahaya atau menentang penyakit di sekitarnya (Fairbank et al., 2005).

Menurut Mata L. & Wyatt R. (1971) antara komponen yang menyumbang kepada sifat anti bakteria di dalam sir susu ibu ialah *immunoglobulin* dari jenis IgA, IgG dan IgM serta laktoferin. Dalam peringkat awal selepas kelahiran, immunoglobulin buat sementara waktu akan meningkatkan sistem imunitas dan kemampuan bayi untuk melawan jangkitan asing (Weiss & Rettger, 1934) sehinggalah berumur dua tahun dan seterusnya (Cadwell, 2002). Di dalam sebuah jurnal yang bertajuk *The Non-immune Inflammatory Response: Serial Changes in Plasma Iron, Iron-binding Capacity, Lactoferrin, Ferritin and C-reactive Protein* oleh Baynes R., Bezwoda W., Bothwell T. Khan Q & Mansor N. (1986) membuktikan bahawa laktoferin merupakan protein fasa akut yang berperanan dalam proses anti infeksi. Faktor anti infeksi berperanan melawan jangkitan seterusnya membantu menghindarkan bayi daripada pelbagai jenis jangkitan kuman secara optimum.

Di dalam dapatan kajian yang dibuat oleh Maznah Ismail & Rodziah Abd Razak (1996), mereka mendapati bahawa kandungan laktoferin di dalam susu ibu berubah dengan tempoh penyusuan. Kandungan laktoferin didapati menurun secara signifikan dengan meningkatnya tempoh penyusuan. Kajian mereka menunjukkan bahawa kolostrum mengandungi kepekatan laktoferin yang tiada bandingannya sehingga dua kali ganda berbanding susu transisi dan hampir lima kali ganda lebih tinggi berbanding susu matang (Maznah Ismail & Rodziah Abd Razak, 1996).

Di dalam Maznah Ismail & Rodziah Abd Razak (1996), Chung TDY & Raymond KN (1993) menyebut bahawa laktoferin mempunyai pelbagai peranan sebagai anti bakteria dan anti virus. Ini selari dengan apa yang diperkatakan oleh Normadiah et al., (2012) di atas. Di samping bertindak sebagai perencat kepada pertumbuhan bakteria, laktoferin juga membantu dalam penyerapan ferum dan pelbagai fungsi lain yang dikaitkan dengan keupayaannya. Perbandingan yang dibuat oleh Maznah I., Oria R. & Brock J.H. (1994) dengan susu lembu yang hanya mengandungi 0.1 mg/ml laktoferin, iaitu hampir sepuluh kali ganda lebih rendah daripada susu ibu peringkat matang, ternyata keunggulan kandungan laktoferin ini di dalam susu ibu tidak dapat ditandingi. Sudah tentu susu lembu berformula untuk bayi makin kurang kandungan laktoferinnya bebanding susu lembu segar akibat daripada pemprosesan produk tersebut.

Syh Noorul Madidah (2018) menyatakan di dalam kajiannya bahawa terdapat sebuah artikel yang bertajuk *Breast Milk Helps Reduce Obesity* oleh Anon (2004) menyatakan bahawa susu ibu mampu menyelamatkan bayi daripada terkena serangan jantung. Ini adalah kerana susu ibu mengandungi asam-asam lemak yang boleh mencegah pengerasan pembuluh arteri selain



mengndungi zat-zat yang seimbang. Selain itu, dapatan kajian yang dijalankan oleh Oddy et al. (2003) menunjukkan wujudnya hubungan yang positif antara penyusuan ibu dengan perkembangan kognitif. Manakala hubungan dengan kecerdasan menunjukkan penyusuan ibu di peringkat awal bayi menunjukkan kelebihan berbanding penyusuan bukan susu ibu (Pollock JJ, 1994).

Salah satu daripadanya ialah kehadiran asid lemak poliester tidak tepu dan *decosahexaenoic acid* (DHA) yang sangat penting untuk perkembangan otak (Innis, 2004). Bukti menunjukkan bahawa DHA adalah penting bagi perkembangan neural dan visual di peringkat awal kanak-kanak (Burch et al., 1998). Penyusuan susu ibu mengandungi faktor hormon dan pertumbuhan yang boleh mempengaruhi biokimia otak serta perkembangan fungsional yang tidak didapati di dalam susu formula (De Andraca et al., 1998).

Fitrah Kelahiran dan Keibuan

Fitrah sesuatu perkahwinan ialah wujudnya hubungan tanggungjawab antara suami dan isteri. Apabila seseorang anak dilahirkan ke dunia ini, si suami menjadi bapa dan si isteri menjadi ibu. Suami sebagai bapa wajib mencari dan memberi nafkah untuk diberikan kepada isteri dan anaknya. Sementara ibu berperanan untuk menyusui bayinya yang memerlukan belaian dan sentuhan terutama di dadanya ketika menyusu agar bayi memperoleh ketenteraman, kebahagiaan dan gizi yang mencukupi daripada air susu ibunya. Inilah keistimewaan sifat dan keperibadian ibu itu sendiri dan ia sangat dituntut oleh Islam. Hal ini menerbitkan perasaan kasih sayang dan ihsan melalui payudara ibunya, bahkan sememangnya ia diciptakan oleh Allah SWT sedemikian rupa untuk perlakuan penyusuan, sama ada ibu dan bapanya berstatus miskin mahupun kaya.

Selain itu dari sisi pandang yang lain, air susu ibu berada dalam keadaan selamat dan terjamin keadaannya dalam simpanan payudara ibu sehingga bayi bersedia untuk 'diberi makan'. Ketika mana bayi diberi susu atas permintaannya secara terus dari puting payudara ibunya bermakna bayi tersebut telah menerima susu yang segar, panas (suam-suam) dan selamat setiap kali ia menyusu.

Syh Noorul Madihah Syed Husin (2018) juga ada mengetengahkan apa yang diperkatakan oleh Marshall J.L. (2007) bahawa kasih sayang antara ibu dan anaknya mereka sentiasa bertambah setiap kali mereka saling memeluk antara satu sama lain ketika proses penyusuan. Bahkan menurut Matthiesen A.S. (2001) penyusuan ibu secara langsung kepada bayi dapat membantu para ibu menjadi lebih tenang kerana gerak geri mulut dan tangan bayi yang menyentuh payudara ibu dapat merangsang hormon oksitoksin. Ibu akan merasakan bahawa diri mereka sangat diperlukan oleh bayi dan mengeratkan lagi kasih sayang antara mereka (Public Health Report, 2002). Selain perkaitan dengan emosi, ia juga melibatkan interaksi fizikal atau sosial antara ibu dan anak di mana penyusuan susu ibu secara eksklusif khususnya dapat merangsang perkembangan kognitif bayi (Quigley et al., 2007).



Ini semua merupakan gambaran hikmah Allah untuk memelihara tumbesaran bayi yang masih kecil dan kelahiran baru di dunia dan pastinya ia merupakan alam yang masih asing bagi si bayi. Ini membuktikan sepanjang masa dan ketika Allah sentiasa menyayangi dan mengasihi para hambaNya, terutama bayi yang berkeadaan masih lemah dan memerlukan kasih sayang serta penjagaan yang rapi (Muhammad Nur Abdul Hafiz Suwaid, 2000). Ternyata bahawa penyusuan merupakan tradisi masyarakat manusia di seluruh dunia dan sepanjang zaman.

Seseorang muslim yang taat kepada Allah dan RasulNya dalam melaksanakan syariat Islam pastinya tidak akan rasa bermudah-mudah untuk meninggalkan proses penyusuan langsung ibu kepada bayi dengan menggantikannya dengan susu berformula. Ibu yang menyusukan bayinya dengan susu badannya sedang meniti manhaj Allah SWT dan fitrah ibu dan bayi. Malah al-Qur'an menggesa ibu untuk berterusan menyusukan anaknya walaupun dalam keadaan sukar, walau ikatan dengan suaminya sedang renggang, walau setelah diceraikan sekalipun. Inilah lambang perhatian yang besar oleh Allah SWT melalui syariat *rabbani* dan keadilan Ilahi buat si anak (Muhammad Nur Abdul Hafiz Suwaid, 2000).

Bahiyah binti Ahmad (2015) memetik apa yang ketengahkan oleh Muhammad Ali al-Sabuni (1980) dan M. Afzal Wani (1995) terhadap keistimewaan susu ibu yang dikemukakan oleh ulama ialah: Pertama, mempunyai ciri keistimewaan fizikal dalam memberikan khasiat terbaik kepada bayi berbanding susu lain; kedua, mempunyai keistimewaan spiritual yang mengalirkan akhlak dan adab seorang ibu kepada anaknya; ketiga, menyeimbangkan keperibadian anak melalui pelukan dan kasih sayang ibu yang menyusukan bayinya; dan keempat, menghasilkan seorang anak yang mempunyai personaliti yang kuat dan normal.

Dr. Faruq Musahil di dalam sebuah *makalah* (Muhammad Nur Abdul Hafiz Suwaid, 2000) menyatakan bahawa seorang anak itu terbentuk ketika masih janin lagi daripada makanan yang dimakan oleh ibunya. Setelah dilahirkan, proses pemakanan ini bersambung dengan meminum susu ibu. Oleh yang demikian, air susu ibu merupakan khasiat lanjutan untuk pembentukan dan tumbesarnya. Inilah yang menjadi penyebab paling utama penganjuran bayi meminum susu ibu. Ada banyak hikmah lain di sebalik amalan penyusuan seperti yang diterangkan dalam rajah di bawah.

Rajah 4: Hikmah amalan penyusuan susu ibu (Muhammad Nur Abdul Hafiz Suwaid, 2000)

Hikmah amalan penyusuan susu ibu	Bayi meminum susu yang sangat bersih dan segar
	Tidak sejuk dan tidak panas
	Selalu ada setiap masa
	Tidak rosak kerana disimpin
	Memenuhi segala keperluan gizi bayi



	Membentuk sistem imun bagi bayi dalam melawan kuman dan penyakit
	Minum susu secara langsung daripada payudara mencegah obesiti kepada anak dan ibu
	Minum susu secara langsung daripada payudara ibu menimbulkan kasih sayang dan memperkuat ikatan antara ibu dengan anaknya

Di dalam kitab *Nasihah al-Muluk*, Ali bin Muhammad (t.th) ada menyebutkan bahawa amalan menyusukan anak apabila ianya disertai dengan niat yang baik dan mengharap redha Allah SWT, tentunya ia akan memberikan hasil yang terbaik dengan izinNya. Oleh kerana itu, diriwayatkan bahawa ‘Amr bin Abdillah berkata kepada isterinya yang sedang menyusui bayinya dengan berkata: “Janganlah engkau menyusui anakmu seperti haiwan menyusui anaknya. Haiwan pun menyusui anaknya kerana kasih sayang. Akan tetapi, susuilah anakmu dengan niat mengharap redha Allah dan agar dengan air susu ini hduplah seorang makhluk yang mentauhidkan Allah dan beribadah kepadaNya.”

FAEDAH PENYUSUAN

Kaedah penyusuan terhadap bayi atau anak terbahagi kepada dua bentuk, iaitu eksklusif dan tidak eksklusif. Faedah penyusuan di sini adalah di dalam ruang lingkup penyusuan secara eksklusif. Penyusuan eksklusif dimaksudkan sebagai “bayi yang hanya diberi susu ibu dalam masa enam bulan pertama kelahiran tanpa susu formula dan makanan lain”. Manfaat yang diperoleh daripada penyusuan secara eksklusif ialah ia membekalkan nutrisi terbaik untuk bayi dan terbukti mencegah serangan alahan awal kepada bayi. Hikmah Allah SWT menjadikan susu ibu umumnya ialah ia mengandungi semua khasiat diperlukan bayi untuk membantu perkembangan tahap imun tubuh mereka bagi melawan pelbagai penyakit.

Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) amat menggalakkan penyusuan susu ibu dan menyarankan penyusuan susu ibu secara eksklusif. Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) juga menyarankan bayi harus diberi susu ibu secara eksklusif selama enam bulan yang pertama dan penyusuan susu ibu harus diteruskan beserta dengan makanan pelengkap yang berkhasiat dan selamat diberi kepada bayi sehingga berumur dua tahun atau lebih (WHO 2003; WHO 2009). Ini bermakna dari lahir sehingga berumur enam bulan, bayi harus diberi susu ibu sahaja, tidak perlu air atau susu tambahan dan juga makanan pelengkap (Syamilah Musa, et. al., 2015).

Faedah Kepada Kesihatan Ibu dan Anak

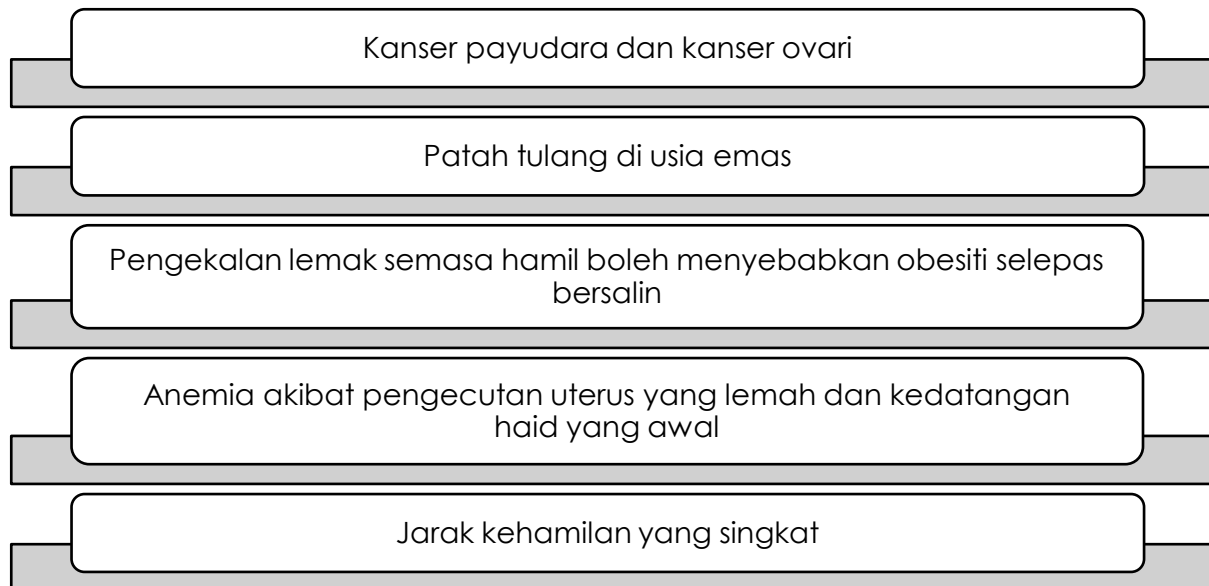
Azie Nor Mazwani (2010) memetik daripada kajian oleh Tan et al. (2008) mendapati kolostrum dan susu ibu adalah makanan terbaik, yang melindungi bayi daripada pelbagai penyakit dan alahan, menyenyangkan bayi, membantu perkembangan dan tumbesaran bayi. Selain itu ia boleh



membantu proses penyembuhan ibu selepas bersalin, merapatkan jalinan ibu dan bayi, mudah didapati serta menjimatkan.

Jabatan Kesihatan Negeri Selangor (2012) ada mengeluarkan dokumen berkenaan kebaikan penyusuan susu ibu. Dokumen yang berjudul ‘Penyusuan Susu Ibu Langkah Terbaik Untuk Bayi dan Anda’ yang disediakan oleh Unit Pemakanan menyenaraikan faedah-faedah penyusuan ibu. Wanita yang menyusukan bayi dengan susu ibu boleh mengurangkan pelbagai risiko yang merbahaya juga mengelak risiko terhadap bayi seperti yang disenaraikan dalam rajah di bawah.

Rajah 5: Risiko yang boleh dikurangkan terhadap ibu melalui penyusuan susu ibu (Jabatan Kesihatan Negeri Selangor, 2012)





Rajah 6: Risiko yang boleh dikurangkan terhadap bayi melalui penyusuan susu ibu (Jabatan Kesihatan Negeri Selangor, 2012)



Necrotising enterocolitis dikalangan bayi yang dilahirkan pramatang

Jangkitan pada saluran pernafasan seperti batuk dan selsema, jangkitan pada usus seperti cirit-birit dan jangkitan pada saluran kencing

Alahan pada kulit seperti *eczema* dan *atopic*

Tahap perkembangan dan pencapaian pendidikan yang agak rendah

Mendapat jangkitan telinga (*otitis media*)

Obesiti diusia kanak-kanak

Mengalami *juvenile onset insulin dependant diabetes mellitus* dalam kalangan keluarga yang mempunyai masalah ini

Berisiko mendapat tekanan darah tinggi dan penyakit jantung pada usia yang lebih muda

Kematian bayi dan kanak-kanak di usia muda

Penyusuan susu ibu dapat memastikan pemakanan yang betul untuk bayi dan menyumbang kepada perkembangan kognitif dan bukan kognitif kanak-kanak. Bayi yang diusukan dengan susu ibu menunjukkan skor yang lebih tinggi pada penilaian IQ dan kemahiran motor. Pemberian air susu ibu juga mempunyai pengaruh positif terhadap perkembangan psiko-sosial bayi dan meningkatkan keyakinan keibubapaan (Saria Tasnim, 2014).



Faedah Kepada Sosio-Ekonomi

Paulina Brahm (2017) menyatakan dalam artikelnya bahawa satu kajian berkenaan faedah ekonomi kesan daripada amalan penyusuan ibu di Amerika Syarikat menunjukkan bahawa pertambahan simpanan kerajaan melalui penurunan kos perbelanjaan terhadap rumus susu, kos bersih yang lebih rendah terhadap makanan keluarga dan kos penjagaan kesihatan yang lebih rendah secara keseluruhan. Sekiranya 75% anak yang dilahirkan diberi penyusuan ibu semasa ibu keluar (*discharged*) dari hospital dan 50% mengekalkan penyusuan ibu pada enam bulan selepas kelahiran, penjimatan perbelanjaan sebanyak USD 3.6 bilion boleh dicapai dengan menggunakan nilai-nilai pada tahun 1998. Walaupun begitu, angka penjimatan ini dikatakan agak konservatif kerana kos yang berkaitan dengan masalah kognitif, kepelbagaian penyakit kanak-kanak serta penyakit ibu dan penyakit yang kronik tidak dimasukkan ke dalam analisis tersebut. Oleh yang demikian, dianggarkan jumlah simpanan sebenar berkemungkinan lebih tinggi (J. Weimer, 2001).

Melissa Bartick (2011) telah membuat kajian terhadap penggunaan kos antara penyusuan susu berformula dengan penyusuan susu ibu. Kos penyusuan susu berformula bukan hanya sekadar susu tersebut, tetapi melibatkan pemilihan botol susu dan pelbagai aksesori lain yang berkaitan. Kos susu berformula bagi isi rumah dengan seorang cahaya mata, adalah sekitar USD 1,500 setahun dan ia tidak termasuk kos harga botol, puting, alatan membersihkan botol, pelapik makan, beg membawa botol susu dan putting tiruan. Dalam kata lain keseluruhan jumlah adalah sekitar USD 2,000 setahun.

Malah, secara konotasinya apabila penyusuan ibu tidak dilaksanakan sebaik mungkin sehingga membawa penyakit kepada ibu dan anak, kerajaan perlu menyediakan kos perubahan dan pemulihan. Ditambah dengan peningkatan gejala diabetes dalam kalangan bayi disebabkan kandungan gula yang tinggi di dalam susu berformula dan kurangnya enzim yang mana hanya boleh didapati melalui susu ibu. Menurut penyediaan insulin kepada bayi mengundang kos perubatan sekitar USD 1.186 sehingga 1.301 bilion (Maria Guadalupe Esparza, t.th). Di dalam artikel oleh Melissa Bartick (2011) menyatakan bahawa obesiti menjadi isu kesihatan kebangsaan yang mencemaskan di Amerika Syarikat apabila terpaksa mengeluarkan USD 147 bilion setahun untuk kos masalah kesihatan tersebut. Melissa juga mengaitkan dengan pertambahan bilangan penghidap obesiti dalam kalangan wanita yang telah bersalin yang hanya menyusukan anak sekitar tiga bulan pertama sahaja.

Mungkin ramai yang menganggap bahawa penyusuan ibu hanya melibatkan urusan peribadi seseorang ibu dengan anaknya atau paling kurang urusan keluarga. Walaupun pelaburan terhadap penyusuan ibu diperlukan adalah sedikit, namun hakikatnya ia memberi kesan yang agak besar dan signifikan kepada keluarga, pekerja, masyarakat, institusi penjagaan kesihatan termasuklah kerajaan. Institusi kesihatan, pertubuhan penjagaan kesihatan dan keluarga, kerajaan, mahupun negara terpaksa membelanjakan kos berbilion ringgit untuk susu berformula atau susu tepung. Penyusuan susu ibu dapat memberi faedah ekonomi kepada pelbagai golongan masyarakat seperti suri rumahtangga, pekerja dan negara. Ia merupakan pelaburan terbaik dari segi kewangan dan lebih penting pelaburan untuk kesihatan generasi akan datang. Maka amalan



penyusuan susu ibu merupakan salah satu pelaburan terbaik ke arah kesejahteraan negara (Najibah Hassan, 1998).

Faedah Kepada Penjagaan Kesihatan

Selain daripada faedah kepada kesihatan individu iaitu terhadap ibu dan bayi, penyusuan ibu juga dapat memberi faedah ekonomi yang signifikan melalui kos penjagaan kesihatan, baik kepada keluarga mahupun negara. Penyusuan ibu mengandungi elemen-elemen pencegahan, utamanya ialah pencegahan primer dan yang lebih rendah ialah pencegahan sekunder.

Pencegahan primer ialah apa-apa aktiviti yang dapat menghalang penyakit daripada muncul sementara pencegahan sekunder ialah mengurangkan tahap kritikal penyakit. Seperti yang telah dibincangkan mengenai khasiat yang terkandung dalam susu ibu, penyusuan susu ibu memberi perlindungan primer dan sekunder terhadap penyakit virus, bakteria dan alergi. Memandangkan penyusuan susu ibu dapat mengurangkan berlakunya penyakit dan tahap kritikal penyakit tertentu kepada bayi, maka ia berkemungkinan besar dapat mengurangkan kos pembiayaan dan penjagaan kesihatan bayi (J. Weimer, 1999).

Risiko ibu dan bayi menghadapi penyakit tertentu tidak dapat dielakkan secara menyeluruh, baik melalui penyusuan susu ibu mahupun pemberian susu berformula. Penyakit yang boleh menjejaskan kesihatan ini adakalanya bersifat kronik dan memerlukan kos serta simpanan perubatan yang dapat bertahan untuk digunakan selama beberapa tahun, malah dalam beberapa kes mungkin sepanjang hayat. Sebagai contoh, penyakit *otitis media* jika ia berlaku secara berulang dan tidak dirawat dengan segera berkemungkinan boleh menyebabkan kehilangan pendengaran, tinnitus dan kebengkakan otak. Malasah berkenaan kos rawatan pelbagai penyakit kanak-kanak ini mungkin boleh diatasi dengan ‘dibayar’ atau ‘dibantu’ melalui penyusuan susu ibu (J. Weimer, 1999).

Faedah Kepada Alam Sekitar

Secara umum, pengurangan penyusuan susu berformula dapat mengurangkan pencemaran alam sekitar. Suatu kajian yang dibuat oleh Sarah Brown Blake (2014) berkenaan sambungan antara sumber air minuman yang tercemar dengan ladang tenusu di Lembah San Joaquin. Lembah tersebut merupakan suatu kawasan pertanian yang sangat produktif di Amerika Syarikat. Kajian tersebut mendapati bahawa 96% daripada bahan pencemar nitrat dalam bekalan air datang daripada penggunaan baja tanaman serta sisa haiwan. Kebimbangan yang timbul adalah pencemaran nitrat ini boleh menyebabkan penyakit kanser kolon apabila sumber air yang telah tercemar diminum. Ini lebih membimbangkan jika sumber air yang tercemar merupakan satu-satunya sumber air yang boleh diminum (Maria, t.th).

Melalui penyusuan susu ibu, setiap pengamalannya telah menyumbang kepada pemeliharaan alam sekitar. Pengurangan peralatan serta aksesori penyusuan seperti botol, puting, beg dan



sebagainya mengurangi pencemaran apabila barangan tersebut sudah tidak sesuai dan selamat digunakan untuk bayi serta perlu dibuang dan dilupuskan. Seperti yang diketahui, barangan plastik merupakan salah satu bahan yang sukar mereput di dalam tanah (Maria, t.th).



PENUTUP

Berdasarkan kajian dan juga fakta-fakta yang dikemukakan, jelas menunjukkan Allah swt telah menjadikan pelbagai keistimewaan dan faedah yang banyak kesan dari amalan penyusuan susu ibu. Hal ini tidak boleh dipertikaikan lagi kerana sudah terakam di dalam al-Quran dan al-Hadis serta terdapat kajian secara saintifik tentang perkara tersebut. Justeru, sebagai ibu yang mampu menyusukan anak perlu mensyukuri dan menghargai nikmat yang telah Allah swt kurniakan. Oleh itu, ilmu penyusuan perlu sentiasa dicari agar momentum untuk menyusukan anak sehingga dua tahun penuh sepertimana yang tercatat di dalam al-Quran dapat direalisasikan dengan jayanya.

RUJUKAN

Al-Quranul Karim

- Baynes R, Bezwoda W, Bothwell T, Khan Q & Mansor N. 1986. The Non-immune Inflammatory Response: Serial Changes in Plasma Iron, Iron-binding Capacity, Lactoferrin, Ferritin and C-reactive Protein. *Scand J Clin Lab Invest* 46:695-704
- Cadwell, K., Turner-Maffei C., Blair A., Arnold L., McInerney Z.M., Cadwell C. & Brimdyr K. 2002. *Reclaiming Breastfeeding for the US: Protection, Promotion and Support*. Sadbury: Jones and Barlett Publishers.
- Davidson, M., London, M., & Ladewig, P. 2012. *Olds' Maternal-Newborn Nursing and Women's Health*. New Jersey: Pearson Education Incorporated.
- Innis SM. 2004. Polyunsaturated Fatty Acids in Human Milk: An Essential Role in Infant Development. *Adv Exp Med Biol*. 554:27-43
- Jabatan Kesihatan Negeri Selangor. t.th. *Penyusuan Susu Ibu Langkah Terbaik Untuk Bayi dan Anda*.
- L Fairbank, S O'Meara, MJ Renfrew, M Woolridge, A J Sowden, D Lister-Sharp. 2000. A Systematic Review to Evaluate the Effectiveness of Interventions to Promote the Initiation of Breastfeeding. *Health Technology Assessment*. 4(25).
- Mata L & Wyatt R. 1971. Host Resistance to Infection. *Am J Clin Nutr* 24:976-986.
- Maria Guadalupe Esparza. t.th. *Breastfeeding Choices: Economic, Environmental, and Health Effects*. t.tp:t.pt.
- Maznah Ismail & Rodziah Abd Razak. 1996. Kandungan Laktoferin Dalam Susu Ibu Dan Kaitan Dengan Pengambilan Kalori, Protein dan Ferum. *Mal J Nutr* (2): 29-47.



- Mathur, N. & Dhingra, D. 2013. Breastfeeding. *The Indian Journal of Pediatrics*. doi:10.1007/s12098-013-1153-1
- Melissa Bartick. 2011. Breastfeeding and the U.S. Economy. *Breastfeeding Medicine*. 6(5):313-318.
- Muhammad Nur ‘Abd al-Hafiz Suwaid. 2000. *Manhaj al-Tarbiyyah al-Nabawiyyah li al-Tifli*. Cet. 3. Makkah: Dar Taybah.
- Nemours Foundation. 2015. Breastfeeding vs. formula feeding. *KidsHealth* Retrieved di laman http://kidshealth.org/parent/growth/feeding/breast_bottle_feeding.html
- Paulina Brahma & Verónica Valdésb. 2017. Benefits of Breastfeeding and Risks Associated With Not Breastfeeding. *Rev Chil Pediatr*. 88(1):15-21.
- Quigley MA, Kelly YJ & Sacker A. 2007. Breastfeeding and hospitalization for diarrheal and respiratory infection in the UK Millennium Cohort Study. *Pediatrics*. 119:e837-42.
- Saria Tasnim. 2014. Effect of Breast Feeding on Child Development: At Birth and Beyond. *South East Asia Journal of Public Health*. 4(1):4-8.
- Sayyid Qutb. 1997. *Fi Zilal al-Qur’an*. Beyrut: Dar al-Shuruq.
- Syh Noorul Madihah Syed Husin. 2018. Cabaran Wanita Dalam kerjaya dalam Memenuhi Anjuran Penyusuan Susu Ibu dalam Al-Quran, Prosiding Seminar Antarabangsa al-Quran dalam Masyarakat Kontemporari (International Seminar on al-Quran in Contemporary Society)
- Syamilah Musa, Azimah Mohd Masri dan Mohd. Norzi Nasir. 2015. Penyusuan Susu Ibu Menurut Perspektif Islam. Prosiding Seminar World Academic and Research Congress 2015. YARSI University, Jakarta. 9th-10th December 2015.