

## Kuliah Duhur| Meraup Pahala Suami Istri dengan ibadah yang mudah |Ust. Heri Puspito, S.kep.,Ns.,M.km

*Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh*

*Alhamdulillahilabbil alamin wasalatu wasalamu Ala asrofil ya wal mursalin waa alihi wa ajmain asadu Alla ilahailallah wa Ashadu anna muhammadan abduhu wa rasuluh rbrohli sodri wairli Amri wahlul uqdatanisani yafqohu Qi Bapak Ibu jemaah salat zuhur yang dirahmati oleh Allah subhanahu wa taala mohon izin saya menyampaikan materi berkaitan dengan kajian zuhur hari ini yang pertama Kemarin saya membuat judul ini ternyata persepsinya kok jadi itu ya gitu Bapak Ibu jadi Ini membahasannya*

berkaitan dengan hal yang hal yang lain Jadi pahala suami istri berkaitan dengan apa ya kombinasi suami istri itu dalam merawat atau membesarkan anak jadi pahala yang bisa dari keluarga itu bisa dari berbagai banyak hal dan pahala yang didapatkan juga dari yang dirapatkan juga sangat banyak sekali Bapak Ibu berkaitan dengan hal itu yang pertama kemarin kita mungkin Bapak Ibu ada berapa yang mengetahui juga Karena di Unisa karena kampus berkampus yang unggul kemudian perempuan

berkemajuan serta berwawasan kesehatan maka beberapa hal yang perlu saya sampaikan ini berkaitan Peraturan Pemerintah Nomor 28 tahun 2024 tentang pelaksanaan undang-undang nomor 17 tahun 2023 tentang kesehatan yang mengatur soal peredaran susu formula bayi dan produk pengganti air susu ibu lainnya ini juga berkaitan dengan stunting yang masih kita hadapi di seluruh Indonesia di seluruh pelosok negeri juga dan ini perlu menjadikan perhatian kita semua dimulai dari keluarga kita masing-masing dan ini

sebetulnya bisa kita atasi dengan dimulai dari di keluarga kita masing-masing Bapak Ibu yang dirahmati oleh Allah SWT pada Surah Al baqarah 233 para ibu hendaknya menyusukan anaknya selama 2 tahun penuh yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan kemudian di Quran surah al luqman ayat 14 itu juga Allah berfirman bahwasanya dan kami perintahkan kepada manusia untuk berbuat baik kepada dua orang ibu bapaknya ibunya telah mengandungnya dalam keadaan lemah yang bertambah-tambah dan

menyapihnya dalam 2 tahun kedua ayat ini Bapak Ibu mengindikasikan bahwa menyusui kemudian menyapih itu adalah Fitrah yang diberikan oleh Allah kepada makhluk ciptaanya terutama bagi perempuan kemudian pada surah al-ahqaf ayat 15 yang artinya dan kami perintahkan kepada manusia agar berbuat baik kepada kedua orang tuanya ibunya telah mengandungnya dengan susah payah dan melahirkannya dengan susah payah pula masa mengandung sampai menyapihnya selama 30 bulan Nah Bapak Ibu hal ini juga mengindikasikan bahwa

anjuran dari Alquran itu sendiri dari Allah itu adalah menyusui anaknya Sampai usia 2 tahun atau boleh juga lebih di dalam al-qur'an tidak menyebutkan patokannya secara rinci atau tepat 2 tahun namun nanti kami nanti saya jelaskan untuk kandungan ASI itu bisa sampai berapa bulan itu kandungannya masih nutrisinya masih sama dan itu juga sangat bermanfaat baginya Dan inilah Hal inilah yang membuat apa namanya bisa mencegah dari stunting dan penyakit-penyakit lainnya

tentunya banyak sekali manfaat yang bisa diperoleh dari menyusui dini bagi ibu-ibu terutama ini salah satu sumber yang saya ambil pada khotbahnya Ustadz Umar bahwa salah satu dosa besar salah seorang wanita adalah tidak menyusui anaknya Nah Bapak Ibu kalau kita runtut ini mungkin Bapak Ibu ada yang berpendapat berbeda-beda bahwa menyusui itu hak kewajiban istri atau suami Bapak Ibu menyusui itu sekali lagi kewajiban suami atau kewajiban istri bapak ibu ya ini membawa apa namanya masing-masing memiliki hal yang pendapat

yang berbeda-beda bahwa sesungguhnya ternyata bapak ibu menyusui itu adalah haknya istri dan kewajibannya suami kenapa bisa begitu yang pertama hak seorang istri menyusui bayinya adalah itu bisa menggugurkan dosa-dosanya dan di dari berbagai penyakit nanti saya berikan ini Bapak Ibu list e 10 lebih penyakit yang yang akan di yang akan terhindar ketika seorang istri itu menyusui kenapa kewajiban suami Bapak Ibu suami itu adalah sebagai support system istri jadi gambarannya seperti ini Bapak Ibu ketika suami

memberikan support dukungan emosional juga itu bisa membuat istri senang kemudian membuat istri lebih tenang lebih nyaman sehingga setiap butir susu yang akan keluar pada saat menyusui bayinya pada kondisi yang baik itu akan membuat bayinya baik pula namun ketika istri menyusui bayinya dalam kondisi stres kondisi depresi seperti itu Nah itu juga akan berpengaruh buruk kepada bayinya Bapak Ibu nah bapak ibu sehingga sangat baik hal ini dilakukan oleh pada seorang suami dan istri karena ini

mendapatkan suatu pahala yang besar ketika istri memberikan mendapatkan haknya untuk bisa menyusui bayinya selama 2 tahun atau lebih itu mendapatkan suatu pahala yang besar dan ketika suami memberikan dukungan memberikan e memberikan support sistem yang baik itu bisa membuat istri bahagia dan itu merupakan pahala yang besar pula bapak ibu sehingga pada saat suami memberikan dukungan itu tidak hanya apa ya dukungan dalam hak dalam kata-kata saja Bapak Ibu tapi juga bisa berpraktek Misalkan istri ketika lagi

menyusui atau sedang menyusui dengan posisi yang tidak enak suami mengambalikan bantal seperti itu kemudian memposisikan yang baik kemudian mengelus dan lain sebagainya itu membuat bayi kemudian membuat istri menjadi aman dan tenang di sini ada hadis Bapak Ibu berkaitan dengan menyusui dari payudaranya dihisap oleh bayinya setiap tegukan dan hisapan mendapat satu pahala Padahal kalau bayi menyusu ibu-ibu itu berteguk-teguk sehingga mendapatkan pahala yang sangat luar biasa hadis yang lain dari Ibnu

jika berjaga sepanjang malam karena melayani bayinya ia mendapatkan pahala seperti pahala yang memerdekakan 70 budak di jalan Allah ini sangat luar biasa bapak ibu pahala menyusui pada hadis yang lain juga disebutkan hadis sumbernya wasail bab 2 nomor 635 hadis ke-13 jika Ibu menyusui anaknya maka tidak ada setetas pun ASI yang dihisap oleh anaknya kecuali ia akan menjadi cahaya yang memancar dihapusnya kelak di Hari Kiamat nah ini Bapak Ibu manfaat yang lain sangat luar biasa Jadi ibu-ibu

yang menyusu itu sangat luar biasa mendapatkan pahala yang banyak sekali dari Allah SWT nah kemudian di sini berkaitan dengan peran Ayah ini jangan ragu untuk dilibatkan bapak ibu ini support sistemnya sangat dibutuhkan sebagai seorang istri Nah untuk pelibatan Ayah ini berkaitan dengan imd dan ASI eksklusif yang pertama keberhasilan imd ketika Ayah dilibatkan atau inisiasi menyusui dini itu ketika bayi baru lahir kemudian langsung disusukan ke ibunya itu namanya inisiasi menyusui Dini Bapak Ibu itu

keberhasilannya 81,2% dibandingkan yang tidak mendapat keterlibatan Ayah itu sebesar [Musik] 39,6% kemudian terkait ASI eksklusif 4 bulan ini mendukung keberhasilan 20,6% daripada yang tidak itu 11 3% nah ini Bapak Ibu jadi ternyata sangat besar sekali Peran ayah kalau sekarang ada yang namanya Ayah asi nah bukan Ayah itu melakukan proses memberikan ASI ya Bapak Ibu Ayah AS itu memberikan itu tadi dukungan kemudian memberikan apa namanya memberikan Apa kebutuhan istri Apa yang dibutuhkan istri berkaitan

dengan psikologis dan sebagainya itu adalah Ayah AS sehingga ibu-ibu ini ketika terjadi depresi terjadi Stres ini peran suami sangat penting nah peran penting Ayah ASI yang lain adalah membantu istri merawat bayi bukan membantu bapak ibu mohon maaf tapi kewajiban suami juga merawat bayi kemudian juga memberikan pengasuhan yang lengkap kepada anak itu merupakan kewajiban sebagai seorang ayah nah kemudian Peran ayah ASI yang lain adalah dalam pekerjaan rumah nah itu jangan sampai membebankan semuanya kepada istri

masih menyusui kemudian masih harus nyapu ngepel dan lain sebagainya nah Dukungan ini membersihkan rumah dan sebagainya itu juga sangat dibutuhkan oleh seorang istri bapak ibu nah kemudian pada Quran surah Albaqarah 233 Allah berfirman yang artinya dan kewajiban bagi ayah memberi makan dan pakaian pada ibu dengan cara yang Makruf apabila keduanya ingin menyapih dengan kerelaan keduanya dan permusyawaratan maka tidak ada dosa keduanya nah Kemudian Bapak Ibu di berkaitan dengan breastfeeding atau

pemberian ASI itu manfaatnya sangat banyak yaitu yang pertama membebaskan dari berbagai penyakit yang pertama terkait kanker payudara kemudian kanker indung telur kemudian kanker endometrium bisa menghindarkan dari kencing manis juga kemudian bisa menghindarkan dari keroposnya tulang atau osteoporosis kemudian rematik kanker tiroid tekanan darah tinggi lebih cepat hamil lagi atau menjaga kesuburan bapak ibu kemudian juga menghindarkan dari kegemukan menghindarkan dari stres dan depresi menghindarkan juga menelantarkan

anak kemudian menghindarkan juga dari penyiksaan anak Nah Bapak Ibu yang dirahmati oleh Allah begitu banyaknya manfaat yang bisa didapat dari menyusui ini terutama bagi ibu-ibu ternyata di dalam ASI itu terdapat zat antikanker Bapak Ibu namanya Hamlet atau human Alpha lactalbumin Made letal to tumor nah ini terdapat pada secara alami pada asi dan ini tidak ada di apa ya apa namanya kandungan alami manapun kecuali pada asi sehingga ini dapat membunuh 40 jenis sel tumor yang berbeda nah ini sangat luar biasa

Kemudian juga ada mekanisme non toksik sehingga tanpa mengganggu yang sel sehat ini bisa membasmi zat kanker di dalam tubuh sehingga bagi yang menyusui bisa terhindar dari kanker nah Bapak Ibu yang dirahmati oleh Allah bahwasanya kehidupan Bayi itu sangat penting dan mulai kehidupan dimulainya kehidupan bayi itu bukan pada saat ee bayi lahir atau keluar dari rahim tapi pada saat di masih di dalam kandungan itu juga sangat penting sekali bapak ibu dan itu juga yang sangat berpengaruh juga kepada apa namanya

stunting nah bapak ibu Bu ini berkaitan ada penelitian berkaitan dengan menyusui proses menyusui ini penelitian ini melibatkan empat negara sebanyak 136.47 bayi ini ketika keberhasilannya terkait menyusui mortalitas dan natalitas bila menyusui pada usia dimulai dari 2 jam sampai 23 jam resiko kematiannya meningkat menjadi 33% dibandingkan yang menyusui 1 jam Nah jadi Bapak Ibu ketika bayi baru lahir kemudian mendapatkan imd itu juga akan berpengaruh kepada tingkat kematian pada bayi Nah kemudian ketika mulai

menyusui pada lebih dari 24 jam maka risiko kematiannya meningkat menjadi 2,19 kali lebih tinggi nah ini juga sangat luar biasa sekali manfaat imd Nah Bapak Ibu yang dirahmati oleh Allah ketika bayi itu skin to skin pada bayi itu akan sangat bermanfaat menjaga tubuh bayi untuk tetap hangat detak jantung bonding dan sebagainya sangat luar biasa Nah Bapak Ibu yang dirahmati oleh Allah untuk keuntungan ASI eksklusif sendiri menurunkan tingkat angka diabetes obesitas dan leukemia ini bagi yang bagi bayi yang disusui

dengan as nah saat ini pergeseran apa namanya ibu-ibu kadang itu memberikan susu formula Nah sekarang saat ini dengan undang-undang tadi tidak boleh secara ee apa secara istilahnya kita beli

kemudian di minimarket dan lain sebagainya kemudian memberikan kepada bayi Nah itu tidak bisa lagi berarti sekarang harus dengan resep dokter karena kemarin saya cek di beberapa apa namanya Swalayan atau di minimarket supermarket itu yang susu formula 0 sampai 6 bulan itu ternyata sudah tidak ada Jadi pabrik-pabrik sudah mulai

menarik sehingga ini sangat bermanfaat sekali bagi ibu-ibu yang ingin memberikan susu eksklusif kepada bayinya nah banyak sekali yang diperoleh bayi ketika menyusu air susu ibu itu juga bisa meningkatkan IQ atau kecerdasannya nah Selain itu yang paling besar perannya adalah dengan adanya ASI eksklusif itu bisa mencegah yang pertama angka angka kriminalitas menurun yang pertama terkait pencurian kemudian membunuh bayi Nah mungkin Bapak Ibu kemarin mendengar ada ibu yang apa Nam membunuh bayinya karena

tidak bisa memberikan susu formula pada bayinya nah ini dengan ASI eksklusif Ini bisa memberikan manfaat yang besar bagi keluarga demikian Bapak Ibu yang dapat saya sampaikan mudah-mudahan bisa bermanfaat untuk semuanya Mohon maaf jika ada salah saya akhiri wass ful Khairat wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh mohon izin Bapak Ibu siitas akademika Unisa Yogyakarta untuk tidak beranjak dari tempat duduk akan ada acara pamitan umrah untuk selanjutnya kami serahkan Kembalikan ke takmir masjid Terima kasih

*wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh*