

## Asupan Gizi Bagi Anak dalam Fikih Perlindungan Anak

Sabtu, 25-01-2020

Oleh: Ilham Ibrahim

Murid-muridnya kesal lantaran QS. Al Ma'un terus dibaca dan diulang tanpa beranjak. Mereka juga tentu sudah mengamalkan Surat tersebut sebagai bagian dari bacaan ketika salat. Tentu saja mereka bertanya-tanya apa ada yang masih kurang? Di tengah kebingungan, gurunya kemudian menjelaskan bahwa Qs. Al Ma'un harus diamalkan dalam bentuk kerja nyata. Kemudian sang guru menyuruh murid-muridnya itu berkeliling mencari orang miskin dan membawanya pulang, lalu dimandikan dengan sabun, diberi pakaian yang bersih, diberi makan dan minum, serta disediakan tempat tidur yang layak.

Penggalan kisah di atas begitu masyhur di kalangan Muhammadiyah, sehingga menjadi inspirasi bagi gerakan Islam modernis ini untuk membangun berbagai pelayanan sosial-kemasyarakatan yang berkemajuan. Berdasar pengamalan QS. Al Ma'un, Kh. Ahmad Dahlan sengaja memberi makan orang miskin secara gratis. Walau diamalkan dalam bentuk memberi sandang dan pangan secara praktis, langkah yang dilakukan Kh. Ahmad Dahlan tersebut merupakan konkretisasi dari upaya untuk memperbaiki nutrisi dan gizi masyarakat yang ada di sekitarnya.

Karenannya apa yang dilakukan Kh. Ahmad Dahlan bukan hanya berusaha mencerdaskan kehidupan bangsa, namun juga berupaya memperbaiki kondisi fisik anak bangsa. Semangat ini diwariskan dengan baik oleh perempuan-perempuan progresif Aisyiyah hingga sekarang. Sejak dulu perkumpulan yang didirikan tahun 1917 ini memang konsen dalam isu nutri dan gizi bagi kelangsungan hidup anak. Di tahun 2020, keseriusan mereka dalam mengurangi angka stunting pada anak semakin tinggi terbukti dengan berdirinya Rumah Gizi di Gedung Pemuda Mamuju.

Partisipasi Aisyiyah dalam usahanya memperbaiki kondisi gizi anak mendapat dukungan intelektual dari Majelis Tarjih dan Tajdid yang termuat dalam buku Fikih Perlindungan Anak. Anak merupakan investasi masa depan yang paling krusial dalam kelangsungan hidup berbangsa dan bernegara. Majelis Tarjih sebagai badan di Muhammadiyah yang menanggungjawab persoalan-persoalan keagamaan barangkali akan berdosa bila samasekali mengabaikan kasus-kasus yang menimpa anak. Produk pemikiran tarjih ini merupakan tangan panjang dari kebijakan-kebijakan yang pernah dilakukan Kh. Ahmad Dahlan, salah satunya Fikih Perlindungan Anak ini.

Fikih Perlindungan Anak mencoba mengurai jalan keluar dari kasus-kasus anak yang rumit, mulai dari bagaimana permasalahan anak berhadapan dengan hukum, pernikahan anak di bawah umur, korban perceraian orang tua sehingga kehilangan hak kasih sayang, sampai persoalan gizi anak yang kadang diabaikan. Pada persoalan yang terakhir ini, Fikih Perlindungan Anak mengupas tentang gizi anak diurai dalam dua tempat: *pertama*, tentang penyusuan dan asupan gizi yang memadai; *kedua*, tentang pertumbuhan yang tidak normal akibat kekurangan gizi atau yang biasa disebut dengan stunting.

### ASI Adalah Hak Segala Bayi

Dalam Fikih Perlindungan Anak, setiap anak berhak mendapatkan asupan gizi yang memadai. Dalam hal ini ASI yang keluar dari seorang ibu sangat esensial untuk tumbuh kembang anak. ASI merupakan makanan terbaik pertama untuk seorang anak. Manfaat ASI telah mencukupi semua kebutuhan energi dan zat gizi yang diperlukan bagi bayi selama masa awal kehidupan hingga berusia 6 bulan.

Jika pun seorang ibu kandung belum cukup mampu mengeluarkan ASI secara maksimal, al-Quran memberikan petunjuk untuk membuka peluang adanya donor ASI (QS. al-Baqarah: 233). Isyarat tegas

dalam al-Qur'an tersebut menunjukkan bahwa asupan ASI untuk seorang anak benar-benar satu hal yang mutlak dan perlu diaplikasikan. Begitu pentingnya asupan gizi dari ASI ini, seorang ibu menyusui diberikan amnesti untuk tidak berpuasa jika dikhawatirkan akan berefek buruk pada anak yang sedang disusui.

Titik tekan dari penyusunan ini salah satunya agar anak tumbuh kembang seorang anak memiliki struktur anatomiyang kuat dan fisik yang prima. Penting untuk diketahui bahwa Islam sesungguhnya sangat menghargai kebugaran fisik. Bahkan yang terekam dalam sebuah hadis dengan derajat shahih Rasulullah pernah menyebutkan bahwa mukmin yang kuat memiliki keunggulan dibanding mukmin yang lemah(HR.Muslim).

Petunjuk hadis itu juga pula dapat disimpulkan bahwa Islam sangat menganjurkan agar anak diberi asupan gizi yang memadai, sehingga ia bisa tumbuh menjadi seorang mukmin yang lebih dicintai Allah, sebab kebugaran tubuh sangat berimplikasi pada kesempurnaan ibadah kepada-Nya, dan Allah menyukai hal itu.

### **Stunting Bukan Hak Anak**

Dalam Fikih Perlindungan Anak disebutkan bahwa stunting adalah pertumbuhan yang tidak normal akibat kekurangan gizi sejak dalam kandungan dan berlangsung lama. Hal ini ditunjukkan dengan gagal tumbuh pada balita akibat kekurangan gizi kronis. Apa yang nampak pada anak yang kadung terkena stunting ditandai dengan ukuran tubuh tidak sesuai atau lebih kecil daripada umurnya. Dalam jangka pendek, stunting berdampak buruk pada perkembangan kognisi anak, pertumbuhan fisik, dan gangguan metabolisme tubuh. Sedang dalam jangka panjang berdampak buruk pada menurunnya kekebalan tubuh sehingga rentan dengan penyakit.

Upaya preventif yang ditawarkan Majelis Tarjih melalui Fikih Perlindungan Anak ini ada tiga, yaitu: *pertama*, dengan memastikan tersebarnya pemahaman di masyarakat akan pentingnya kesehatan dan kecukupan gizi pada 1000 hari pertama kehidupan; *Kedua*, dilakukan pemberian MP-ASI yang tepat, pemberian vitamin yang tepat dan imunisasi yang tepat pula pada saat bayi berusia 6-24 bulan. Hal ini harus disertai dengan pemantauan tumbuh kembang balita di posyandu untuk mendeteksi secara dini terjadinya stunting pada anak.

*Ketiga*, menggerakkan masyarakat untuk hidup sehat yang secara fokus dilakukan oleh pemerintah dan seluruh elemen masyarakat termasuk Muhammadiyah. Gerakan hidup sehat ini meliputi penekanan pada pentingnya asupan makanan yang bergizi lengkap serta pentingnya kebersihan lingkungan yang terdiri atas Sanitasi Total Berbasis Masyarakat (STBM), pengelolaan sampah dan limbah yang baik untuk kesehatan.

Memiliki tubuh yang sehat dan bugar adalah piranti terbaik agar dapat beribadah secara maksimal. Melalui pedoman al-Qur'an dan al-Sunnah, Islam sebetulnya mendorong para pemeluknya untuk senantiasa menjadi insan kamil yang kuat lagi bermanfaat. Sumber pokok ajaran Islam menunjukkan bahwa Allah cenderung menginginkan hambanya menjadi umat yang kuat daripada umat yang lembek (QS. an-Nisa': 9 dan HR Ibnu 'ibban).

Oleh karena itu, melakukan berbagai tindakan agar anak mendapatkan ASI yang cukup dan terhindar dari bahaya stunting merupakan langkah wajib yang penting untuk diupayakan bagi segenap muslim.

**\*penulis merupakan alumni PUTM**