

TAFSIR AYAT AL-QUR'AN TEMA KEPERAWATAN, KEBIDANAN DAN FAKTA ILMIAHNYA

Iwan Setiawan

Universitas Aisyiyah Yogyakarta

Email: kangmas_iwanss@yahoo.co.id

Abstract: The Qur'an is the source of all sources in understanding this life. In the world of health was discussed in the Qur'an, began about the sperm to the moment people become senile. Of course we as Muslims need to understand and study it with the latest scientific findings. So we are more mantab over Islam that became our religion. This research includes research of Library Research by taking reference books that fit with the theme discussed. In this study will be collected verses Al-Qur'an theme of nursing and midwifery following interpretation of these verses and scientific facts. Conclusion: The Qur'an is the ocean of knowledge. So studying the Koran and being associated with themes in Nursing and Midwifery is a necessity.

Keywords: verses of al-quran, nursing and obstetrics, interpretation of health verses, scientific facts

Abstract: The Qur'an is the source of all sources in understanding this life. In the world of health was discussed in the Qur'an, began about the sperm to the moment people become senile. Of course we as Muslims need to understand and study it with the latest scientific findings. So we are more mantab over Islam that became our religion. This research includes research of Library Research by taking reference books that fit with the theme discussed. In this study will be collected verses Al-Qur'an theme of nursing and midwifery following interpretation of these verses and scientific facts. Conclusion: The Qur'an is the ocean of knowledge. So studying the Koran and being associated with themes in Nursing and Midwifery is a necessity.

Keywords: verses of al-quran, nursing and obstetrics, interpretation of health verses, scientific facts

PENDAHULUAN

Mukjizat Nabi Muhammad SAW salah satunya adalah Al-Qur'an, sebuah maha karya yang berisi beragam Ilmu dalam kehidupan. Banyak dari Al-Quran yang berisi Ilmu Pengetahuan dan berangsur-angsur mulai terungkap oleh penelitian ilmiah. Nilai-nilai dan kemukjizatan Al-Qur'an ini sering dipahami oleh para cerdik cendekia daripada orang biasa (Kementrian Agama RI, Penciptaan Manusia, 2012) sehingga perlu disampaikan bukti-bukti ilmiah kemujizatan Al-Quran ini kepada masyarakat luas.

Sehingga diperlukan kajian-kajian yang mengungkapkan segi kemukjizatan Al-Qur'an. Salah satu yang populer adalah dengan menafsirkan Al-Qur'an dengan penemuan-penemuan Ilmiah mutakhir. Dikalangan Ahli Tafsir sering menyebut dengan nama Tafsir Ilmi, atau penafsiran atas ayat Al-Quran dengan Ilmu Pengetahuan yang telah ada. Untuk itulah Tafsir Ilmi bisa menjadi salah satu cara dalam memahami ayat-ayat Al-Qur'an berkaitan dengan tema Ilmu Keperawatan dan Kebidanan.

Salah satu kendala dalam mengaitkan/integrasi tema kesehatan dengan Al-Quran ataupun Hadits adalah minimnya referensi atau buku yang khusus menghimpun Ayat-Ayat Al-Quran tema kesehatan beserta tafsirnya. Tentu akan membantu bila kita mencari ayat-ayat Al-Quran tema kesehatan disertai dengan tafsirnya. Tentu tafsirnya berasal dari Mufassir/Ulama Tafsir yang sudah diakui keilmuannya.

Dosen dan mahasiswa yang mempelajari ilmu kesehatan yang didasari dengan ayat Al-Quran tentu akan memiliki dasar yang kokoh,

karena bersumber dari wahyu ilahi dan juga sumber ilmiah. Banyak referensi berkaitan dengan tema Islam dan kesehatan yang dapat menjadi sumber dalam mempelajarinya. Yang minim adalah buku yang khusus menghimpun Ayat Al-Quran dan Tafsirnya khusus berkaitan dengan tema kesehatan. Setelah membaca tafsirnya juga perlu dipaparkan fakta ilmiah atas tafsir yang dibaca.

Universitas Aisyiyah Yogyakarta khususnya Fakultas Ilmu Kesehatan perlu mengembangkan Ilmu Keperawatan dan Kebidanan Islam sehingga dalam pembelajarannya akan menjelaskan temuan-temuan Ilmiah dalam dunia kesehatan yang tidak bertentangan dengan Al-Qur'an. Sehingga Mata Kuliah di Universitas Aisyiyah Yogyakarta memiliki daya kekuatan dan inspirasi dari Al-Quran yang merupakan salah satu sumber paling otentik dalam Islam.

METODE PENELITIAN

Secara etimologi tafsir bisa berarti Penjelasan, Pengungkapan, dan Menjabarkan kata yang samar. Adapun secara terminologi tafsir adalah penjelasan terhadap Kalamullah atau menjelaskan lafadz-lafadz al-Qur'an dan pemahamannya. Ilmu tafsir merupakan ilmu yang paling mulia dan paling tinggi kedudukannya, karena pembahasannya berkaitan dengan Kalamullah yang merupakan petunjuk dan pembeda dari yang haq dan bathil. Ilmu tafsir telah dikenal sejak zaman Rasulullah dan berkembang hingga di zaman modern sekarang ini.

Jadi, Secara umum Ilmu tafsir adalah ilmu yang bekerja untuk mengetahui arti dan maksud dari ayat-ayat al Qur'an. Pada waktu Nabi Muhammad masih hidup, beliau sendiri

yang menjelaskan apa maksud dari ayat Al Qur'an, maka hadis Nabi disebut sebagai penjelasan dari al Qur'an. Setelah Nabi wafat, para sahabat berusaha menerangkan maksud al Qur'an bersumber dari pemahaman mereka terhadap keterangan nabi dan dari suasana kebatinan saat itu. Pada masa dimana generasi sahabat sudah tidak ada yang hidup, maka pemahaman al Qur'an dilakukan oleh para ulama, dengan interpretasi. Ketika itulah tafsir tersusun sebagai ilmu.

Dalam penelitian ini penulis menggunakan Tafsir ilmi, pengertian Tafsir 'ilmi adalah menafsirkan ayat-ayat al-Qur'an berdasarkan pendekatan ilmiah atau menggali kandungan al-Qur'an berdasarkan teori-teori ilmu pengetahuan. Ayat-ayat al-Qur'an yang di tafsirkan dalam corak tafsir ini adalah ayat-ayat *kauniyah* (kealaman). Tafsir 'ilmi atau *scientific exegies* adalah corak penafsiran al-Qur'an yang menggunakan pendekatan teori-teori ilmiah untuk menjelaskan ayat-ayat al-Qur'an. Di maksudkan untuk menggali teori-teori ilmiah dan pemikiran filosofis dari ayat-ayat al-Qur'an juga di maksudkan untuk justifikasi dan mengkompromikan teori-teori ilmu pengetahuan dengan al-Qur'an serta bertujuan untuk mendeduksikan teori-teori ilmu pengetahuan dari ayat-ayat al-Qur'an itu sendiri.

Menurut Yusuf al-Qardhawi tafsir bi al-'ilmi adalah penafsiran yang menggunakan perangkat ilmu-ilmu kontemporer, realita-realita dan teorinya untuk menjelaskan sasaran dari makna al-Quran. Berdasarkan beberapa definisi di atas dapat kita pahami bahwa tafsir 'ilmi adalah penafsiran al-Quran dengan pendekatan ilmu pengetahuan. Dari definisi ini kita juga mengetahui bahwa ayat-ayat al-Quran yang

dijadikan objek penafsiran bercorak 'ilmi ini adalah ayat-ayat yang mengandung nilai-nilai ilmiah dan *kauniyah* (kealaman). (Syihab, Quraish, *Kaidah Tafsir: Syarat Ketentuan dan Aturan yang Patut Anda ketahui dalam Memahami Ayat-Ayat Al-Quran*, 2012)

Tafsir 'ilmi di bangun berdasarkan asumsi bahwa al-Qur'an mengandung berbagai macam ilmu, baik yang sudah di temukan maupun yang belum di temukan. Tafsir corak ini berangkat dari paradigma bahwa al-Qur'an disamping tidak bertentangan dengan akal sehat dan ilmu pengetahuan, al-Qur'an tidak hanya memuat ilmu-ilmu agama atau segala yang terkait dengan ibadah ritual, tetapi juga memuat ilmu-ilmu duniawi, termasuk hal-hal mengenai teori-teori ilmu pengetahuan.

Tafsir Ilmi dan Fakta Ilmiah bidang Ilmu Keperawatan tentang Lanjut Usia

Dalam dunia kedokteran hal-hal yang berkaitan dengan fase lanjut usia dikenal dengan istilah geriatri dan gerontologi. Menurut UU Kesejahteraan Lanjut Usia (UU No 13/1998) pasal 1 ayat 1: Kesejahteraan adalah suatu tata kehidupan dan penghidupan sosial baik material maupun spiritual yang diliputi oleh rasa keselamatan, kesusilaan, dan ketenteraman lahir batin yang memungkinkan bagi setiap warga negara untuk mengadakan pemenuhan kebutuhan jasmani, rohani, dan sosial yang sebaik-baiknya bagi diri, keluarga, serta masyarakat dengan menjunjung tinggi hak dan kewajiban asasi manusia sesuai dengan Pancasila.

Pada ayat 2 disebutkan, lanjut usia adalah seseorang yang telah

mencapai usia 60 (enam puluh) tahun ke atas. Mereka dibagi ke dalam dua kategori, yaitu lanjut usia potensial (ayat 3) dan lanjut usia tidak potensial (ayat 4). Lanjut usia potensial adalah lanjut usia yang masih mampu melakukan pekerjaan dan kegiatan yang dapat menghasilkan barang dan jasa. Sedangkan lanjut usia tidak potensial adalah lanjut usia yang tidak berdaya mencari nafkah sehingga hidupnya tergantung pada bantuan orang lain.

Bagi lanjut usia tidak potensial (ayat 7) pemerintah dan masyarakat mengupayakan perlindungan sosial sebagai kemudahan pelayanan agar lansia dapat mewujudkan dan menikmati taraf hidup yang wajar. Selanjutnya pada ayat 9 disebutkan bahwa pemeliharaan taraf kesejahteraan sosial adalah upaya perlindungan dan pelayanan yang bersifat terus menerus agar lanjut usia dapat mewujudkan dan menikmati taraf hidup yang wajar.

Fase usia lanjut dalam perkembangan manusia adalah fase penurunan dari puncak keperkasaan manusia. Dari bayi berkembang menuju puncak kedewasaan dengan kekuatan fisik yang prima, lalu menurun sebagai kakek/nenek (usia lanjut). Hal ini dapat dipahami dari perjalanan hidup manusia sebagaimana digambarkan dalam surat Gafir/40: 67 berikut:

هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ تَرَابٍ ثُمَّ مِنْ
نُطْفَةٍ ثُمَّ مِنْ عَلَقَةٍ ثُمَّ يُخْرِجُكُمْ طِفْلًا
ثُمَّ لِتَبْلُغُوا أَشُدَّكُمْ ثُمَّ لِتَكُونُوا شُيُوخًا
وَمِنْكُمْ مَنْ يُتَوَفَّى مِنْ قَبْلٍ وَلِنَبِّئُكُمْ
أَجَلًا مُّسَمًّى وَأَلَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ ٦٧

Dialah yang menciptakan kamu dari tanah kemudian dari setetes mani, sesudah itu dari segumpal darah, kemudian dilahirkannya kamu sebagai seorang anak, kemudian (kamu

dibiarkan hidup) supaya kamu sampai kepada masa (dewasa), kemudian (dibiarkan kamu hidup lagi) sampai tua, di antara kamu ada yang diwafatkan sebelum itu. (Kami perbuat demikian) supaya kamu sampai kepada ajal yang ditentukan dan supaya kamu memahaminya). (QS. Gafir/40: 67)

Dalam perjalanan hidup manusia sejak masa konsepsi, lahir, tumbuh, dan berkembang hingga masa usia lanjut – jika tidak diwafatkan sebelum masa itu – mengikuti pola-pola fase pertumbuhan dan perkembangan dengan karakteristik masing-masing. Sejak masa baligh (dewasa) tingkat kekuatan organ-organ tubuh secara keseluruhan mencapai puncaknya kemudian setelah melewati paruh baya (*middle age*) masa keperkasaan itu secara berangsur-angsur menurun. Bersamaan dengan penurunan itu pula banyak masalah yang mungkin timbul dalam kehidupan usia lanjut dan mudah dikenali.

Keinginan untuk tetap berprestasi di masa tua adalah harapan setiap insan, baik individu itu sendiri maupun keluarga dan kerabatnya. Namun demikian, tidak setiap harapan dapat diwujudkan dengan mulus. Harapan yang demikian pernah dikemukakan oleh seorang Gerontolog dari Amerika yang menyatakan, “*Not only add years to life, but also life to years*” yakni, jangan hanya menambah tahun pada kehidupan, tetapi juga menambah kehidupan pada tahun-tahun itu.

Dengan berkurangnya malnutrisi dan penyakit infeksi karena peningkatan sosio-ekonomi sehingga standar hidup menjadi lebih baik, serta dengan adanya kemajuan ilmu dan teknologi, termasuk teknologi kedokteran, maka umur harapan hidup manusia menjadi lebih panjang dan

umur rata-rata penduduk menjadi lebih tua. Tetapi, menambah panjang umur tanpa peningkatan kualitas hidup tentunya tidak cukup, karena hanya akan menambah panjang penderitaan bagi individu tersebut maupun keluarga dan masyarakat, baik ditinjau dari segi budaya, sosial, maupun ekonomi. Nabi Muhammad *Shallallahu 'alaihi wasallam* bersabda:

خَيْرُكُمْ مَنْ طَالَ عُمُرُهُ وَحَسَنَ عَمَلُهُ
وَشَرُّكُمْ مَنْ طَالَ عُمُرُهُ وَسَاءَ عَمَلُهُ (رواه البخاري)

Sebaik-baik kamu adalah orang yang panjang umurnya dan baik amal perbuatannya, dan seburuk-buruk kamu adalah yang panjang umurnya dan buruk amal perbuatannya. (HR. Bukhari)

Dalam al-Quran istilah yang digunakan berkaitan dengan fase lanjut usia bagi manusia adalah: *al-kibar*, *asy-syuyukh* (*asy-syaikh*), *al-'ajuz*, *talal arzal al-'umur*. *Al-kibar* berasal dari '*kabira*, *yakbaru*, *kibar*, dan *makbir*' bermakna telah tua umurnya (*ta'ana di as-sinn*), digunakan untuk manusia dan hewan melata (*dawabb*). Kata *al-kibar* dijumpai dalam surat al-Baqarah/2: 266, Ali Imran/3: 40, Ibrahim/14: 39, al-Hijr/15: 54, al-Isra/17: 23, Maryam/19: 8. Sedangkan kata *asy-syaikh* menurut *al-Qamus al-Muhit* diartikan sebagai orang yang telah nyata tuanya, yaitu dari usia 50 tahun sampai dengan 80 tahun atau sampai akhir hayatnya. Jamaknya adalah *syuyukh*, *syiyukh*, *asyyakh*, *syiyakhah*, *syikhah*, *syikhan*, *masyakhah*, *masyyukha*, dan *masyayikh*. (HAMKA, *Tafsir Al Azhar*, 2004)

Adapun kata *al-'ajuz* bermakna perempuan yang usianya telah lanjut (*al-mar'ah al-kabirah*), tetapi tidak lazim digunakan kata *al-'ajuzah* (dengan *ta' marbutah*). Kata ini

merujuk kepada Siti Sarah, istri Nabi Ibrahim (Hud/11: 72), istri Nabi Luth (*asy-Syu'ara*/26: 171 dan *as-Safat*/37: 135), dan merujuk kepada istri Nabi Ibrahim yang sudah tua dan mandul (*az-Zariyat*/51: 29).

Sementara itu, ungkapan *arzal al-'umur* (atau *tala al-'umur*) digunakan dalam al-Quran surat an-Nahl/16: 70 (usia yang tua renta) dan al-Hajj/22: 5 (usia yang sangat tua/pikun), serta surat al-Anbiya'/21: 44 (usia yang panjang sebagai nikmat di dunia) dan al-Qasas/28: 45 (umur panjang).

قَالَ رَبِّ اَنْتَ اَيُّ يَكُونُ لِي عُلْمٌ وَكَانَتْ
اَمْرَاتِي عَاقِرًا وَقَدْ بَلَغْتُ مِنَ الْكِبَرِ
عِتْيًا ۝

Zakaria berkata: "Ya Tuhanku, bagaimana akan ada anak bagiku, padahal isteriku adalah seorang yang mandul dan aku (sendiri) sesungguhnya sudah mencapai umur yang sangat tua" (QS. Maryam/19: 8)

Tafsir al-Misbah menjelaskan bahwa tentang kalimat yang dipakai Nabi Zakaria ketika menyampaikan isi hatinya, "usia lanjut telah mencapainya, dan isteriku pun seorang perempuan mandul." Beliau menuding dirinya terlebih dahulu sebagai penyebab tak memperoleh anak, baru kemudian menunjuk istrinya. Selain itu tentang usia lanjut, Nabi Zakaria dengan tepat menggambarkan kedatanagan usia tua, yaitu usia yang menemui atau mencapainya, karena tak seorang pun ingin menemui ketuaan, tetapi tidak seorang juga dapat mengelak dari ketuaan.

Selanjutnya ayat berikut ini menjelaskan bahwa pengulangan kalimat yang disebut Nabi Zakaria

bukanlah berarti keraguan atas kabar gembira tersebut (akan dikaruniai anak), melainkan sebagai bentuk keheranan dan kegembiraan, sama halnya dengan kita selalu ingin mendengar berulang-ulang kalimat yang menggembirakan. Beliau ingin segera janji Allah *Subnahu wata'ala* dapat terlaksana dalam kenyataan yang dihadapi (yaitu istrinya yang mandul dan dirinya yang tua), agar hatinya menjadi tenang. Kata *'itiyya* dari *'ata-ya'tu* yakni mencapai puncak, maksudnya usia lanjut. Saat itu Nabi Zakaria diperkirakan berusia 120 tahun dan istrinya 98 tahun. Al-Alusi juga menyebut angka yang sama tentang usia mereka, sementara al-Baidawi menyebut usia Nabi Zakaria 99 tahun dan istrinya 98 tahun. (Hasan A, *Tafsir Al Furqan*, 1984)

Ayat yang berkenaan dengan Nabi Ibrahim dan istrinya yang telah mencapai usia lanjut dapat dilihat dalam al-Quran, antara lain surat Hud/11: 72 :

قَالَتْ يَوَيْلَتِي ۖ أَأَلِدُ وَأَنَا عَجُوزٌ وَهَذَا
بَعْلِي شَيْخًا ۖ إِنَّ هَذَا لَشَيْءٌ عَجِيبٌ
٧٢

Isterinya berkata: "Sungguh mengherankan, apakah aku akan melahirkan anak padahal aku adalah seorang perempuan tua, dan ini suamikupun dalam keadaan yang sudah tua pula?. Sesungguhnya ini benar-benar suatu yang sangat aneh". (QS. Hud/11: 72)

Ayat di atas dan kedua ayat berikut ini bercerita tentang Sarah, istri Nabi Ibrahim yang saat itu sudah tua, mendengar berita bahwa beliau akan mendapat putera, yaitu Ishaq. Kata *ba'li* berarti suamiku terambil dari kata *ba'l* yaitu seseorang yang menangani secara

sempurna kebutuhan yang menjadi tanggungannya. Karena tidak seorang pun yang dapat memenuhi kebutuhan seorang perempuan lahir dan batin yang dapat mengantarnya menjadi ibu kecuali suami, maka suami dinamai *ba'l*. Ucapan Sarah tersebut menunjukkan betapa beliau sangat menghormati suaminya dan menampakkannya di hadapan para tamunya. Saat itu Nabi Ibrahim diperkirakan berusia 120 tahun, sementara Sarah 99 tahun. Tentang usia persih para tokoh dalam al-Quran tersebut, tak ada kesepakatan mufassir, hanya berdasarkan kebiasaan (*al-'urf al-'adah*).

أَلْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي وَهَبَ
لِي عَلَيَّ الْكَبِيرِ إِسْمَاعِيلَ
وَإِسْحَاقَ ۖ إِنَّ رَبِّي
لَسَمِيعُ الدُّعَاءِ ٣٩

Segala puji bagi Allah yang telah menganugerahkan kepadaku di hari tua(ku) Ismail dan Ishaq. Sesungguhnya Tuhanku, benar-benar Maha Mendengar (memperkenankan) doa. (QS. Ibrahim/14: 39)

فَأَقْبَلَتِ أَمْرَاتُهُ فِي
صِرَٰةٍ فَصَكَّتْ وَجْهَهَا
وَقَالَتْ عَجُوزٌ عَقِيمٌ
٢٩

Kemudian isterinya datang memekik lalu menepuk mukanya sendiri seraya berkata: "(Aku adalah) seorang perempuan tua yang mandul". (QS. adz-Dzariyat/51: 29)

Beberapa masalah yang timbul bagi manusia lanjut usia berikut ini tidak berdiri sendiri tetapi saling berhubungan bahkan dalam banyak hal saling memengaruhi.

Masalah Fisik

Tak dapat diingkari bahwa proses penuaan membawa konsekuensi pada penurunan fungsi-fungsus fisik. Berbagai organ tubuh mengalami degeneratif, kulit mulai keriput, gigi mulai tanggal satu persatu, berbagai alat indera sudah mulai tak berfungsi baik, dan mungkin berbagai penyakit khas mulai muncul. Pada fase ini manusia kembali ke posisi lemah sebagaimana ketika periode awal kehidupannya. Sejak manusia lahir hingga hari tuanya ada tiga fase utama dalam perkembangan hidup mereka yang membentuk kurva normal, fase bayi, dewasa, dan usia lanjut. Masa bayi adalah masa lemah, masa dewasa adalah masa perkasa, dan masa tua kembali pada masa lemah. Istilah yang digunakan al-Quran untuk menunjuk pada kondisi kembali ke titik lemah seperti di awal kehidupan adalah *yuraddu* (“...*yuraddu ila arzalil ‘umur...*”) terdapat dalam surat an-Nahl/16: 70 dan al-Hajj/22: 5. Lebih jelas lagi apa yang diungkapkan oleh al-Quran surat Rum/30: 54 tentang tiga fase; lemah, kuat, dan kembali lemah lagi (seperti kurva normal) sebagai berikut:

﴿اللَّهُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ ضَعْفٍ ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ ضَعْفٍ قُوَّةً ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ قُوَّةٍ ضَعْفًا وَشَيْبَةً يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ وَهُوَ الْعَلِيمُ الْقَدِيرُ ٥٤﴾

Allah, Dialah yang menciptakan kamu dari keadaan lemah, kemudian Dia menjadikan (kamu) sesudah keadaan lemah itu menjadi kuat, kemudian Dia menjadikan (kamu) sesudah kuat itu lemah (kembali) dan beruban. Dia menciptakan apa yang dikehendaki-Nya dan Dialah Yang Maha Mengetahui lagi Maha Kuasa (Q.S Ruum 30:54)

Quraish Shihab menjelaskan bahwa Allah *Subnahu wata'ala* menciptakan manusia dari keadaan lemah, yakni setetes sperma yang bertemu dengan indung telur, lalu tahap demi tahap meningkat kepada tahap bayi, kanak-kanak dan remaja, memiliki kekuatan sehingga menjadi dewasa dan sempurna umur, masa ini berlangsung cukup lama, kemudian setelah melewati usia kematangan dan menyandang kekuatan, lalu menderita kelemahan kembali dengan hilangnya sejumlah potensi. Inilah tahapan hidup manusia secara umum, apapun yang dialami manusia menurut kadar kekuatan dan kelemahan masing-masing, semua akan kembali kepada Allah *Subnahu wata'ala*.

Setelah puncak kedewasaan yang mempresentasikan kekuatan fisik, akal, dan kejiwaan berlalu, maka muncul fase lain ketika manusia kembali sangat lemah akibat dari usia lanjut (pikun) sehingga dalam banyak hal mirip apa yang terjadi pada masa bayi. Kerusakan yang terjadi pada sel-sel tubuh akibat proses penuaan secara biologis menyebabkan fungsi organ-organ tubuh menurun dan lemah. Tanda-tanda perubahan yang terjadi secara fisik pada usia lanjut sangat mudah dikenali, mulai dari perubahan tampilan fisik seperti rambut beruban, keriput di kulit, gaya bicara, perilaku khas dalam mengindra, sampai pada aktivitas atau gerakan dan kecepatan (*speed*) dalam memberi respon terhadap suatu hal. Mobilitas menjadi sangat lamban dan banyak pekerjaan yang tak lagi mampu dilakukan. (Shihab, Quraish, *Al-Quran dan Maknanya*, 2013)

Masalah lain yang juga muncul berkaitan dengan faktor fisiologis adalah kenyataan menurunnya fungsi-fungsi seksual. Pada wanita, alat

reproduksinya tidak lagi berfungsi dengan baik yang ditandai oleh terhentinya haid (menopause), bahkan libidonya pun semakin menurun sejalan dengan penambahan usia yang semakin renta sehingga keinginan untuk kawin juga pupus. Al-Quran mengindikasikan hal ini dalam surat an-Nur/24: 60

وَالْقَوَاعِدُ مِنَ النِّسَاءِ الَّتِي لَا
يَرْجُونَ نِكَاحًا فَلَيْسَ عَلَيْهِنَّ جُنَاحٌ
أَنْ يَضَعْنَ ثِيَابَهُنَّ غَيْرَ مُتَبَرِّجَاتٍ
بِزِينَةٍ وَأَنْ يَسْتَعْفِفْنَ خَيْرٌ لَّهُنَّ وَاللَّهُ
سَمِيعٌ عَلِيمٌ ٦٠

Dan perempuan-perempuan tua yang telah terhenti (dari haid dan mengandung) yang tiada ingin kawin (lagi), tiadalah atas mereka dosa menanggalkan pakaian mereka dengan tidak (bermaksud) menampakkan perhiasan, dan berlaku sopan adalah lebih baik bagi mereka. Dan Allah Maha Mendengar lagi Maha Bijaksana (Q.S An-Nuur 24:60)

Kondisi-kondisi seperti disebutkan di atas oleh para lansia yang menyadari dan menerima kodrat (sunnatullah) boleh jadi tidak menjadi masalah besar yang sangat mengganggu bagi kelangsungan dan kualitas hidupnya. Akan tetapi sebaliknya yang terjadi, sulit menerima kenyataan, maka boleh jadi memunculkan berbagai persoalan baru menyangkut kejiwaan, kesehatan fisik, hubungan interpersonal, dan akselerasi pada kepikunan.

Masalah penyakit pada manusia lanjut usia, selain karena proses fisiologis yang menuju ke arah degeneratif, juga banyak ditemukan antara lain infeksi, jantung, dan pembuluh darah, penyakit metabolik (osteoporosis) kurang gizi, penggunaan

obat dan alkohol, penyakit stroke (syaraf), serta gangguan jiwa terutama depresi dan kecemasan. Juga terdapat potensi mengidap osteomalasia, dementia, penyakit alzheimer, katarak, dan otosklerosis. Beberapa penyakit yang frekuensinya lebih tinggi dari usia muda antara lain osteoarthritis, artritis reumatoid, penyakit keganasan, penyakit parkinson, dan gangguan pembuluh darah otak (cerebro-vascular disease/CVD). Beberapa penyakit lain yang menimbulkan masalah pada kelompok usia lanjut misalnya diabetes militus, hipertensi, penyakit infeksi, bronkopneumonia, penyakit paru obstruksi menahun, tuberkolosis, fraktur, dan lain-lain.

Pikun

Masalah psikologis yang muncul pada usia lanjut dapat diakibatkan dua hal. *Pertama*, masalah internal akibat penurunan berbagai fungsi fisik karena proses penuaan dan kerentanan terhadap penyakit degeneratif. Hal ini sejatinya sesuatu yang tidak diharapkan terjadi tetapi kenyataannya tak dapat ditolak sehingga menimbulkan konflik batin. Dan *kedua*, masalah eksternal dari lingkungan, baik lingkungan sosial di sekitar mereka berada maupun lingkungan alam atau instrumental yang tak sesuai atau tak bersahabat dengan kondisi pada usia lanjut. Persoalan-persoalan psikologis ini sejatinya sangat berkaitan dengan kepribadian. Ada lansia (manula) yang mudah menyesuaikan dirinya dengan berbagai perubahan yang terjadi, dan ada pula yang memerlukan waktu cukup lama, atau bahkan tidak bisa sama sekali.

Masalah psikologis yang bersifat internal dan paling spesifik adalah menurunnya kemampuan memori (daya ingat). Banyak informasi

yang pernah disimpan (*encoding*) di dalam gudang memori tidak lagi dapat diingat kembali dengan baik, kecuali peristiwa-peristiwa yang amat sangat berkesan atau traumatik. Al-Quran dengan sangat cermat mengidentifikasi kaitan antara usia lanjut dengan masalah daya ingat ini dalam dua ayat, masing-masing surat an-Nahl/16: 70 dan al-Hajj/22: 5 berikut ini:

QS. an-Nahl/16: 70

وَاللَّهُ خَلَقَكُمْ ثُمَّ يَتَوَقَّكُمْ وَمِنْكُمْ مَنْ يُرَدُّ إِلَىٰ أَرْدَلِ الْعُمُرِ لِكَيْ لَا يَعْلَمَ بَعْدَ عِلْمٍ شَيْئًا إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ قَدِيرٌ ۝ ٧٠

Allah menciptakan kamu, kemudian mewafatkan kamu; dan di antara kamu ada yang dikembalikan kepada umur yang paling lemah (*pikun*), supaya dia tidak mengetahui lagi sesuatupun yang pernah diketahuinya. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui lagi Maha Kuasa (Q.S An-Nahl 16:70)

Ayat ini menceritakan bahwa manusia diciptakan sendiri oleh Allah *Subnahu wata'ala* dari tiada, kemudian melalui pertemuan sperma dan ovum manusia lahir dan berpotensi tumbuh berkembang kemudian mematikan manusia dengan bermacam-macam cara dan dalam bilangan usia yang berbeda-beda. Ada yang dimatikan saat kanak-kanak, remaja, dewasa, dan dalam keadaan tua; atau ada yang diberi kekuatan lahir dan batin sehingga terpelihara jasmani dan akalnya, dan ada pula yang dikembalikan oleh Allah *Subnahu wata'ala* dengan sangat mudah kepada umur yang paling lemah, yakni secara berangsur-angsur kembali seperti bayi tak berdaya fisik dan psikis, karena otot dan urat nadinya mengendor dan daya kerja sel-selnya menurun hingga akhirnya dia *pikun* tidak mengetahui lagi sesuatu pun yang

pernah diketahuinya, lalu sesudah itu dia pun akan mati.

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِن كُنْتُمْ فِي رَيْبٍ مِّنَ الْآلِغَاتِ فَإِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِّن نُّرَابٍ ثُمَّ مِّن نُّطْفَةٍ ثُمَّ مِّن عَقَلَةٍ ثُمَّ مِّن مُّضْغَةٍ مُّخَلَّقَةٍ وَغَيْرِ مُخَلَّقَةٍ لِّنُبَيِّنَ لَكُمْ وَنُقِرُّ فِي الْأَرْحَامِ مَا نَشَاءُ إِلَىٰ آجَلٍ مُّسَمًّى ثُمَّ نُخْرِجُكُمْ طِفْلًا ثُمَّ لِتَبْلُغُوا أَشُدَّكُمْ وَمِنْكُمْ مَّن يُتَوَقَّىٰ وَمِنْكُمْ مَّن يُّرَدُّ إِلَىٰ أَرْدَلِ الْعُمُرِ لِكَيْ لَا يَعْلَمَ مَن بَعْدَ عِلْمٍ شَيْئًا وَتَرَىٰ الْأَرْضَ هَامِدَةً فَإِذَا أَنزَلْنَا عَلَيْهَا الْمَاءَ اهْتَزَّتْ وَرَبَتْ وَأَنْبَتَتْ مِن كُلِّ زَوْجٍ بَهِيجٍ ۝

Hai manusia, jika kamu dalam keraguan tentang kebangkitan (dari kubur), maka (ketahuilah) sesungguhnya Kami telah menjadikan kamu dari tanah, kemudian dari setetes mani, kemudian dari segumpal darah, kemudian dari segumpal daging yang sempurna kejadiannya dan yang tidak sempurna, agar Kami jelaskan kepada kamu dan Kami tetapkan dalam rahim, apa yang Kami kehendaki sampai waktu yang sudah ditentukan, kemudian Kami keluarkan kamu sebagai bayi, kemudian (dengan berangsur-angsur) kamu sampailah kepada kedewasaan, dan di antara kamu ada yang diwafatkan dan (adapula) di antara kamu yang dipanjangkan umurnya sampai pikun, supaya dia tidak mengetahui lagi sesuatupun yang dahulunya telah diketahuinya. Dan kamu lihat bumi ini kering, kemudian apabila telah Kami turunkan air di atasnya, hiduplah bumi itu dan suburlah dan menumbuhkan berbagai macam tumbuh-tumbuhan yang indah (Q.S Al Hajj 22:5)

Ayat ini menjelaskan tentang fase-fase pertumbuhan dan perkembangan manusia, mulai prenatal hingga lanjut usia. Dalam hal kemampuan menghafal atau mengingat pada manusia berkembang pesat sejak usia kanak-kanak sampai puncaknya sekitar usia tigapuluhan. Setelah itu, turun secara perlahan sampai setelah usia mencapai paruh baya penurunannya semakin nyata. Semakin bertambah usia setelah semakin menurun pula daya ingat sampai suatu masa yang dikenal luas sebagai pikun dan mungkin tak ingat lagi banyak hal yang pernah dialami dalam kehidupan masa lalu. Mustafa Fahmi menjelaskan tentang kemampuan mengingat pada manusia terkait dengan usia kronologis sebagai berikut:

Masalah Sosial dan Ekonomi

Faktor fisiologis dan psikologis dapat berpengaruh pada perilaku sosial orang-orang berusia lanjut. Sebaliknya, perilaku sosial masyarakat, terutama orang-orang di sekeliling lansia, dapat memperburuk kondisi fisik dan psikis mereka. Perasaan tak berharga di usia senja, apalagi jika diperburuk oleh berbagai penyakit fisik, dapat mempengaruhi sikap dan perilaku sosial misalnya dengan menutup diri (*detachment, withdrawal*) dari pergaulan sosial, bahkan mungkin antisosial. Di sisi lain ada pula sebagian orang berusia lanjut yang bersikap agresif, over atraktif dan selalu ingin menguasai semua orang menyebabkan masyarakat menghindar untuk berinteraksi dengannya yang kemudian diartikan sebagai penolakan dalam pergaulan. Hal ini boleh jadi berlangsung terus seperti lingkaran yang tak jelas ujung pangkalnya.

Persoalan lain adalah adanya masyarakat yang karena keterbatasan

finansial dan moral keagamaan cenderung membiarkan keluarganya yang berusia lanjut tidak terurus, menimbulkan persoalan baru di jalanan yang mengganggu ketertiban masyarakat secara umum. Atau masalah usia lanjut yang tidak dipahami oleh keluarga – yang dalam beberapa ayat al-Quran disebutkan akan kembali ke kondisi lemah – seperti perilaku anak kecil karena kerentanan dan kepikunan, menyebabkan anggota keluarga bosan memberikan pelayanan dan perawatan sesuai kebutuhan para lansia. Kondisi seperti ini dapat menghilangkan keintiman atau hubungan kasih sayang antar anggota keluarga secara timbal balik.

Kemudian yang menyangkut masalah ekonomi, penerimaan atau pendapatan pada usia lanjut tidak seperti pada masa produktif, sehingga masalah ekonomi merupakan salah satu masalah yang perlu dipahami.

Tafsir Ilmi dan Fakta Ilmiah Bidang Ilmu Kebidanan tentang Melahirkan

Persalinan adalah proses pergerakan keluarnya janin, plasenta, dan membran dari dalam rahim melalui jalan lahir. Proses ini berawal dari pembekuan dan dilatasi serviks akibat kontraksi uterus dengan frekuensi, durasi, dan kekuatan yang teratur (Rohani, 2011)

Dalam dunia medis, proses persalinan dikenal dua istilah, yaitu partus normal/partus biasa dan partus abnormal. Partus normal yaitu bayi lahir melalui vagina dengan letak belakang kepala/ubun-ubun kecil, tanpa memakai alat/pertolongan istimewa, serta tidak melukai ibu maupun bayi (kecuali episiotomi), berlangsung dalam waktu kurang dari 24 jam. Sementara partus abnormal adalah bayi

lahir melalui vagina dengan bantuan tindakan atau alat seperti versi/ekstraksi, cunam, vakum, dekapitasi, embriotomi dan sebagainya, atau lahir per abdomen dengan sectio cesarea.

Yang jelas proses persalinan merupakan sebuah proses alamiah yang luar biasa, sekaligus menunjukkan ke-Mahabesaran Allah *subhanahu wata'ala*. Memang di sana ada dokter atau bidan, tetapi mereka hanyalah membantu proses kelahiran agar berjalan dengan lancar, dan bukan yang mengeluarkan bayi tersebut dari rahim. Sebagaimana dalam firman-Nya:

وَاللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ
أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ
لَكُمْ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ
لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ ٧٨

Dan Allah mengeluarkan kamu dari perut ibumu dalam keadaan tidak mengetahui sesuatupun, dan Dia memberi kamu pendengaran, penglihatan dan hati, agar kamu bersyukur. (QS. an-Nahl/16: 78)

Begitu juga pada proses kelahiran, Allah *subhanahu wata'ala* yang memberikan kemudahan jalan lahir seorang jabang bayi, sebagaimana dalam firman-Nya:

ثُمَّ السَّبِيلَ يَسَّرَهُ ٢٠

Kemudian Dia memudahkan jalannya. (QS. 'Abasa/80: 20)

Mayoritas ulama memahami kata sabil di sini adalah jalan lahir. Ada banyak riwayat tentang hal ini. Menurut Ibn 'Abbas dan al-Suddi, yang dimaksud adalah "Allah *subhanahu wata'ala* memudahkan keluarnya bayi dari perut ibunya." Menurut Abi Soleh, yang dimaksud adalah "jalan rahim."

Apapun bentuk penafsiran ulama tentang ayat ini, semuanya tetap bisa dipertemukan. Artinya, meskipun manusia yang membantu melahirkan, tetap saja peran Allah *subhanahu wata'ala* lebih besar. sebab, siapa yang membalik posisi sang bayi yang awalnya kaki di bawah dan kepala di atas, tetapi di bulan-bulan akhir menjelang kelahiran posisinya bisa berbalik, kalau bukan Allah *subhanahu wata'ala*. Dia-lah yang memberi ilham kepada sang bayi agar bisa keluar dengan mudah.

Maka rasa sakit akan melahirkan anak memaksa ia (bersandar) pada pangkal pohon kurma, Dia berkata: "Aduhai, Alangkah baiknya aku mati sebelum ini, dan aku menjadi barang yang tidak berarti, lagi dilupakan". Maka Jibril menyerunya dari tempat yang rendah: "Janganlah kamu bersedih hati, Sesungguhnya Tuhanmu telah menjadikan anak sungai di bawahmu. dan goyanglah pangkal pohon kurma itu ke arahmu, niscaya pohon itu akan menggugurkan buah kurma yang masak kepadamu, Maka makan, minum dan bersenang hatilah kamu. jika kamu melihat seorang manusia, Maka Katakanlah: "Sesungguhnya aku telah bernazar berpuasa untuk Tuhan yang Maha pemurah, Maka aku tidak akan berbicara dengan seorang manusia pun pada hari ini".(Q.S Maryam 23-26)

Dalam Tafsir Departemen Agama dijelaskan, ketika Maryam merasa sakit karena akan melahirkan anaknya, maka beliau terpaksa bersandar pada pangkal pohon kurma untuk memudahkan kelahiran, dan dengan penuh kesedihan beliau berkata; "Aduhai alangkah baiknya aku mati sebelum ini, dan aku menjadi barang yang tidak berarti lagi dilupakan." Beliau mengharapkan seandainya beliau ini mati saja sebelum

ini karena merasa beratnya penderitaan akibat melahirkan seorang anak tanpa seorang ayah yang berakibat timbulnya tuduhan dan cemoohan dari kaumnya yang tidak mengetahui kejadian yang sebenarnya, atau beliau mengharapkan menjadi sesuatu benda yang tidak berarti dalam pandangan manusia lagi dilupakan.

Menurut Ahmad Musthafa al-Maraghi, rasa nyeri menjelang melahirkan telah memaksa Maryam untuk bersandar dan bergantung kepada batang pohon kurma, agar dapat melahirkan dengan mudah. Dia berangan-angan, sekiranya saja dia mati sebelum waktu ini, waktu dia menghadapi peristiwa besar itu, karena malu dan takut mendapat cemoohan dari orang banyak; atau sekiranya dia menjadi sesuatu yang tidak berarti dan tidak dihiraukan oleh seorang pun.

Menurut Ibnu Katsir, tatkala Maryam merasa bahwa kaumnya dan orang-orang sekelilingnya mencurigai kesuciannya dan desas-desus mengenai dirinya makin santer dan meluas dibicarakan orang, pergilah ia menyembunyikan diri dan tidak keluar dari tempatnya melainkan tatkala ia terpaksa oleh rasa sakit akan melahirkan anak, ia melarikan diri dan bersandar pada pangkal pohon kurma seraya berkata kepada dirinya sendiri, "Aduhai alangkah baiknya sekiranya aku mati sebelum ini dan menjadi barang yang tidak berarti dan terlupakan."

Dan Kami perintahkan kepada manusia (berbuat baik) kepada dua orang ibu-bapanya; ibunya telah mengandungnya dalam Keadaan lemah yang bertambah-tambah, dan menyapihnya dalam dua tahun[1180]. bersyukurlah kepadaku dan kepada dua orang ibu

bapakmu, hanya kepada-Kulah kembalimu. (Q.S Luqman 31:14)

[1180] Maksudnya: Selambat-lambat waktu menyapih ialah setelah anak berumur dua tahun.

Dalam ayat ini disebutkan sebab-sebab anak diperintahkan berbuat baik kepada ibu, yaitu karena ibu mengandung seorang anak sampai ia dilahirkan, selama masa mengandung itu ibu menahan dengan sabar penderitaan yang cukup berat, mulai pada bulan-bulan pertama, kemudian kandungan itu semakin lama semakin berat, dan ibu semakin lemah, sampai ia melahirkan. Kemudian baru pulih kekuatannya setelah habis masa nifasnya.

Menurut Ibnu Katsir, Allah memerintahkan kepada hamba-Nya agar berbakti dan bertobat kepada kedua ibu bapaknya, karena ibunya telah mengandungnya dalam keadaan lemah ditambah kelemahan si janin, kemudian setelah lahir memeliharanya dengan menyusunya selama dua tahun, maka hendaklah engkau bersyukur kepada Allah dan bersyukur kepada kedua orang tuamu. (Katsir, Ibnu. *Tafsir Ibnu Katsir*, 2014)

dan Allah mengeluarkan kamu dari perut ibumu dalam Keadaan tidak mengetahui sesuatupun, dan Dia memberi kamu pendengaran, penglihatan dan hati, agar kamu bersyukur. (Q.S An Nahl 16: 78)

Menurut Tafsir Departemen Agama dalam ayat ini Allah menjelaskan kegaiban dan keajaiban yang amat dekat pada manusia. Manusia mengetahui fase-fase pertumbuhan janin, tetapi mereka tidak mengetahui bagaimana jalannya proses perkembangan janin yang terjadi dalam rahim itu sehingga mencapai kesempurnaan. Yakni sejak dari dua sel

organism (sel hidup) yang lebur menjadi manusia baru yang membawa sifat-sifat kedua orang tuanya dan leluhurnya. Dalam proses kejadian ini terdapat rahasia hidup tersembunyi.

Sesudah mencapai kesempurnaan, Allah mengeluarkan manusia dari rahim ibu, pada waktu itu dia tidak mengetahui apa-apa. Tetapi sewaktu masih dalam rahim, Allah menganugerahkan kesediaan-kesediaan (bakat) dan kemampuan pada diri manusia, seperti bakat berfikir, berbahagia, mengindra, dan lain sebagainya. Setelah manusia itu lahir dengan hidayah Allah segala bakat-bakat itu berkembang. Akalnya dapat memikirkan tentang kebaikan, kejahatan, kebenaran, dan kesalahan, hak dan batil. Dan dengan bakat pendengaran dan penglihatan yang telah berkembang manusia dapat mengenali dunia sekitarnya dan mempertahankan hidupnya serta mengadakan hubungan sesama manusia.

Menurut Ahmad Musthafa al-Maraghi, Allah menjadikan kalian mengetahui apa yang kalian tidak ketahui, setelah Allah mengeluarkan kalian dari dalam perut ibu. Kemudian memberi kalian akal yang dengan itu kalian dapat memahami dan membedakan antara yang baik dan buruk, antara petunjuk dan kesesatan, dan antara yang salah dengan benar. Menjadikan pendengaran bagi kalian yang dengan itu kalian dapat mendengar suara, sehingga sebagian kalian dapat memahami dari sebagian yang lain apa yang saling kalian perbincangkan. Menjadikan penglihatan, yang dengan itu kalian dapat melihat orang, sehingga kalian dapat saling mengenal dan membedakan antara sebagian dengan

sebagian lain, dan menjadikan perkara-perkara yang kalian butuhkan di dalam hidup ini, sehingga kalian dapat mengetahui jalan lalu kalian menempuhnya untuk berusaha mencari rezki dan barang-barang agar kalian dapat memilih yang baik dan meninggalkan yang buruk. (Maraghi SA, *Tarjamah Tafsir Al Maraghi*, 1987) Maka Kami beri Dia khabar gembira dengan seorang anak yang Amat sabar [1283]. (Q.S Shoffat 37:101) [1283] Yang dimaksud ialah Nabi Ismail a.s.

Menurut Ahmad Musthafa al-Maraghi, maka Allah memberi kabar gembira kepada Ibrahim dengan bakal lahirnya seorang anak laki-laki yang ketika mencapai dewasa, dia akan menjadi anak yang sangat sabar. Menurut Ibnu Katsir, Allah memperkenankan doa Nabi Ibrahim dan memberi kabar gembira kepadanya bahwa ia akan memperoleh seorang putra yang shaleh, sabar, berbakti dan bijaksana, ayitu Ismail.

Setelah 9 bulan atau sekitar 38 minggu telah berlalu, tibalah waktunya bagi janin untuk keluar dan mengakhiri fase-fase perkembangannya di dalam rahim.

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِن كُنْتُمْ فِي رَيْبٍ مِّنَ الْبَعْثِ فَإِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِّن نُّطْفَةٍ ثُمَّ مِنْ عَلَقَةٍ ثُمَّ مِنْ مُّضْغَةٍ مُّخَلَّقَةٍ وَغَيْرِ مُّخَلَّقَةٍ لِّنُبَيِّنَ لَكُمْ وَنُقِرُّ فِي الْأَرْحَامِ مَا نَشَاءُ إِلَىٰ آجَلٍ مُّسَمًّى ثُمَّ نَخْرِجُكُمْ طِفْلًا ثُمَّ لِتَبْلُغُوا أَشُدَّكُمْ وَمِنْكُمْ مَّن يَتُوفَىٰ وَمِنْكُمْ مَّن يَرُدُّ إِلَىٰ أَرْدَلِ

الْعُمْرِ لِكَيْلًا يَعْلَمَ مِنْ بَعْدِ
عِلْمٍ شَيْئًا وَتَرَى الْأَرْضَ
هَامِدَةً فَاذًا أَنْزَلْنَا عَلَيْهَا
الْمَاءَ اهْتَزَّتْ وَرَبَتْ وَأَنْبَتَتْ
مِنْ كُلِّ زَوْجٍ بَهِيجٍ ٥

Hai manusia, jika kamu dalam keraguan tentang kebangkitan (dari kubur), maka (ketahuilah) sesungguhnya Kami telah menjadikan kamu dari tanah, kemudian dari setetes mani, kemudian dari segumpal darah, kemudian dari segumpal daging yang sempurna kejadiannya dan yang tidak sempurna, agar Kami jelaskan kepada kamu dan Kami tetapkan dalam rahim, apa yang Kami kehendaki sampai waktu yang sudah ditentukan, kemudian Kami keluarkan kamu sebagai bayi, kemudian (dengan berangsur-angsur) kamu sampailah kepada kedewasaan, dan di antara kamu ada yang diwafatkan dan (adapula) di antara kamu yang dipanjangkan umurnya sampai pikun, supaya dia tidak mengetahui lagi sesuatupun yang dahulunya telah diketahuinya. Dan kamu lihat bumi ini kering, kemudian apabila telah Kami turunkan air di atasnya, hiduplah bumi itu dan suburlah dan menumbuhkan berbagai macam tumbuh-tumbuhan yang indah. (al-Hajj/22: 5)

Adalah sepenuhnya hak Allah untuk menentukan kapan seorang janin harus lahir. Allah berfirman.

الْمَ نَخْلُقُكُمْ مِّنْ مَّاءٍ مَّهِينٍ
٢٠ فَجَعَلْنَاهُ فِي قَرَارٍ مَّكِينٍ
٢١ إِلَىٰ قَدَرٍ مَّعْلُومٍ ٢٢
فَقَدَرْنَا فَنِعْمَ الْقَادِرُونَ ٢٣

Bukankah Kami menciptakan kamu dari air yang hina. kemudian Kami letakkan dia dalam tempat yang kokoh

(rahim). sampai waktu yang ditentukan. lalu Kami tentukan (bentuknya), maka Kami-lah sebaik-baik yang menentukan. (al-Mursalat/77: 20-23)

Secara global, proses persalinan terjadi melalui empat fase:

Fase pelumuran saluran persalinan dengan bahan pelicin dan terjadinya kontraksi otot rahim. Fase ini berlangsung antara 7-12 jam. Produksi pelicin dan kontraksi otot terjadi sebagai akibat dari hal-hal yang bersifat mekanik maupun aktivitas hormonal. Beberapa hormon dileuarkan untuk membantu proses persalinan, antara lain prostaglandin, corticotropin, releasing hormone, adreno cortico tropin, corticol, oxytocin, dan estrogen.

Fase keluarnya janin. Fase ini memakan waktu antara 30-59 menit, setelah bahan pelicinnya cukup. Dengan kontraksi rahim yang simultan ditambah dengan licinnya saluran persalinan, keluarlah bagian kepala sang bayi terlebih dahulu. Adalah menakjubkan bagaimana kepala bayi yang umumnya berukuran tiga kali diameter vagina dapat keluar dengan selamat. Allah berfirman: "Dari setetes mani, Dia menciptakan lalu menentukannya. Kemudian jalannya Dia mudahkan." ('Abasa/80: 19-20).

Fase keluarnya plasenta dan gumpalan darah setelah bayi keluar dengan sempurna. Fase ini berlangsung kurang lebih 15 menit. Fase kontraksi rahim. Fase ini umumnya terjadi secara simultan hingga 2 jam. Proses ini diperlukan untuk mencegah pendarahan pascapersalinan.

Al-Quran memberikan beberapa tuntunan yang perlu diperhatikan setiap orang pada masa pra-melahirkan. Salah satunya ditujukan kepada Maryam ketika hendak melahirkan Isa 'alaihis salam. Dalam petunjuknya itu, Allah

memerintahkan Maryam untuk mengkonsumsi kurma. Allah berfirman.

﴿فَحَمَلَتْهُ فَانْتَبَدَّتْ بِهِ مَكَانًا
قَصِيًّا ۚ ۲۲ فَأَجَاءَهَا
الْمَخَاضُ إِلَىٰ جِذْعِ النَّخْلَةِ
قَالَتْ يَلَيْتَنِي مِتُّ قَبْلَ هَذَا
وَكُنْتُ نَسِيًّا مَّوَسِيًّا ۚ ۲۳
فَنَادَاهَا مِن تَحْتِهَا أَلَّا تَحْزَنِي
قَدَّ جَعَلَ رَبُّكَ تَحْتَكِ سَرِيًّا
ۚ ۲۴ وَهَٰذَا إِلَيْكَ جِذْعُ
النَّخْلَةِ يُسْقِطُ عَلَيْكَ رَطْبًا
جَنِيًّا ۚ ۲۵﴾

Maka Maryam mengandungnya, lalu ia menyisihkan diri dengan kandungannya itu ke tempat yang jauh. Maka rasa sakit akan melahirkan anak memaksa ia (bersandar) pada pangkal pohon kurma, dia berkata: "Aduhai, alangkah baiknya aku mati sebelum ini, dan aku menjadi barang yang tidak berarti, lagi dilupakan". Maka Jibril menyerunya dari tempat yang rendah: "Janganlah kamu bersedih hati, sesungguhnya Tuhanmu telah menjadikan anak sungai di bawahmu. Dan goyanglah pangkal pohon kurma itu ke arahmu, niscaya pohon itu akan menggugurkan buah kurma yang masak kepadamu. (Maryam/19: 22-25)

Perintah makan kurma menjelang masa persalinan bukannya tanpa alasan. Penelitian membuktikan bahwa mengkonsumsi kurma sangat membantu memperlancar proses persalinan. Dari penelitian itu ditemukan bahwa: Buah kurma mengandung banyak serat yang

membantu memperlancar proses kelahiran. 70% bagian buah kurma adalah glukosa, suatu unsur yang sangat mudah dicerna dan diserap tubuh. Dengan demikian, buah kurma sangat membantu dalam menyediakan energi bagi wanita hamil ketika dan pascapersalinan.

Buah kurma kaya mineral, utamanya magnesium yang diperlukan pada fisiologi sel, kalium yang diperlukan otot, dan besi yang berguna untuk mencegah gejala kurang darah atau anemia. Buah kurma mengandung unsur yang membantu menyiapkan otot rahim untuk berkontraksi saat persalinan. Unsur ini mirip dengan hormon *oxytocin* yang dikeluarkan oleh kelenjar *pituitary*.

Beberapa saat pasca-persalinan, tepatnya ketika ari-ari bayi dipotong, bayi akan memulai babak baru dalam hidupnya. Ketergantungannya terhadap pasokan nutrisi secara langsung dari ibu segera digantikan oleh cara lain. Cara baru ini melibatkan keaktifan bayi untuk memperoleh kebutuhannya, baik dalam bentuk makanan maupun perhatian orang tua; suatu pendekatan yang sama sekali berbeda.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa Ayat-Ayat Al-Quran banyak mengandung keilmuan yang berkaitan dengan tema kesehatan. Selain itu, Ayat-Ayat Al-Quran dapat memberi inspirasi di dalam mempelajari berkaitan dengan dunia kesehatan.

Saran

Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut terkait dengan Ayat-ayat Al-Quran tema kesehatan dengan menggabungkan metode penafsiran Al-

Quran dengan penemuan-penemuan ilmiah mutakhir berkaitan dengan tema-tema kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Baker, A dan Zubair A.C. 1990. *Metode Penelitian Filsafat*. Yogyakarta : Penerbit Kanisius.
- Hadi S. 1995. *Metodologi Research*, Yogyakarta : ANDI Offset.
- HAMKA. 2004. *Tafsir Al Azhar*, Jakarta : Pustaka Panjimas.
- Hasan A. 1983. *Tafsir Al Furqan*, Jakarta: Pustaka Panjimas.
- Katsir, Ibnu. 2014. *Tafsir Ibnu Katsri*, Jakarta: Pustaka Imam Syafii.
- Kementrian Agama RI. 2012. *Tafsir Ilmi:Penciptaan Manusia Dalam Perspektif Al-Qur'an dan Sains*, Jakarta:Kementrian Agama RI.
- _____. 2012. *Tafsir Al-Qur'an Tematik:Kesehatan Dalam Perspektif Al-Qur'an*, Jakarta : Kementrian Agama RI.
- _____. 2012. *Tafsir Al-Qur'an Tematik : Kedudukan dan Peran Perempuan*. Jakarta: Kementrian Agama RI.
- Maraghi SA. 1987. *Terjamah Tafsir Al Maraghi*. Bandung : Rosda.
- Shihab,Q. 2013. *Al-Quran dan Maknanya*. Jakarta:Lentera Hati.
- _____. 2006. *Tafsir Al Mibah*. Jakarta : Lentera Hati.
- _____. 2013. *Kaidah Tafsir: Syarat Ketentuan dan Aturan yang Patut Anda ketahui dalam Memahami Ayat-Ayat Al-Quran*. Jakarta : Lentera Hati.