JINTAN: JurnalIlmuKeperawatan
ISSN 2774-468X (Media Online)
Vol 5, No 2, Juli 2025
Hal 292-302
DOI: https://doi.org/10.51771/jintan.v5i1

PANDANGAN TOKOH AGAMA DAN KESEHATAN TERHADAP ISU BANYAK ANAK BANYAK REZEKI

Nadya Agustina[1], Putri Amanda Sofyan[2], Salwa Tri Aulia[3], Tri Amelia[4], Zahra Nurazizah[5], Tedi Supriyadi[6]

[1,2,3, 4,5,6] Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung, Indonesia
Email: [1]*nadyaagustina231@upi.edu, [2]putriamanda0105@upi.edu, [3]salwaauliaa22@upi.edu, [4]triamelia@upi.edu, [5]zahra.nurazizah@upi.edu, [6]tedisupriyadi@upi.edu

Abstrak

Ungkapan "Banyak Anak Banyak Rezeki" merupakan bagian dari pandangan keagamaan yang hidup dalam masyarakat Indonesia, terutama dalam ajaran Islam yang memandang anak sebagai amanah dan anugerah dari Allah SWT. Meski demikian, dalam kehidupan modern, penting untuk mengkaji ulang pemahaman tersebut dengan mempertimbangkan tanggung jawab orang tua dalam mendidik dan mensejahterakan anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pandangan tokoh agama dan tenaga kesehatan mengenai makna "banyak anak" serta implikasinya terhadap kesehatan ibu dan kualitas tumbuh kembang anak. Metode yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan teknik wawancara mendalam, studi pustaka, dan Focus Group Discussion (FGD) yang melibatkan dua tokoh agama dan dua tenaga kesehatan dari Kecamatan Cimalaka. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Islam tidak melarang memiliki banyak anak, namun memberikan penekanan kuat pada kesiapan fisik, mental, dan spiritual dalam mengasuh keturunan. Sementara itu, perspektif kesehatan menyatakan bahwa kehamilan yang terlalu sering dan tanpa pengaturan dapat menimbulkan risiko komplikasi serta menurunkan kualitas pengasuhan dan pemenuhan gizi anak. Penelitian ini menegaskan pentingnya integrasi nilai keagamaan dalam edukasi perencanaan keluarga. Kesimpulannya, konsep perencanaan keluarga dapat diterima dalam Islam selama dilandasi tanggung jawab moral, bukan semata pembatasan, sehingga mampu menjaga keberlangsungan generasi yang sehat dan berkualitas.

Kata kunci: Banyak_anak_banyak_rezeki; keluarga_berencana

Abstract

The phrase "Many Children Many Sustenance" is part of the religious views that live in Indonesian society, especially in Islamic teachings that view children as a mandate and a gift from Allah SWT. However, in modern life, it is important to review this understanding by considering the responsibility of parents in educating and providing for their children. This study aims to explore the views of religious leaders and health workers on the meaning of "many children" and its implications for maternal health and the quality of child development. The method used was a qualitative approach with in-depth interview techniques, literature study, and Focus Group Discussion (FGD) involving two religious leaders and two health workers from Cimalaka Sub-district. The results show that Islam does not prohibit having many children, but places a strong emphasis on physical, mental and spiritual readiness in caring for offspring. Meanwhile, the health perspective states that pregnancies that are too frequent and unregulated can pose a risk of complications and reduce the quality of care and fulfillment of child nutrition. This study emphasizes the importance of integrating religious values in family planning education. In conclusion, the concept of family planning is acceptable in Islam as long as it is based on moral responsibility, not merely restrictions, so as to maintain the sustainability of a healthy and quality generation.
Keywords: Many_children_many_sustenan;family_planning

JINTAN: JurnalIlmuKeperawatan
ISSN 2774-468X (Media Online)
Vol 5, No 2, Juli 2025
Hal 292-302
DOI: https://doi.org/10.51771/jintan.v5i1

Ungkapan "Banyak Anak Banyak Rezeki" merupakan bagian dari pandangan kultural yang telah mengakar dalam kehidupan masyarakat Indonesia. Pandangan ini tidak hanya diteruskan secara turun-temurun, tetapi juga sering kali dikaitkan dengan nilai-nilai religius yang berkembang di lingkungan komunitas (Azwar, 2019). Akan tetapi, dalam konteks kehidupan modern yang ditandai oleh tantangan sosial, ekonomi, dan kesehatan yang semakin kompleks, konsep tersebut perlu ditelaah ulang secara kritis. Demikian pula, dinamika perkembangan keluarga masa kini menuntut perencanaan yang lebih rasional dalam hal jumlah anak yang dimiliki (UNFPA, 2022). Di satu sisi, sebagian masyarakat tetap mempertahankan pandangan tradisional tersebut atas dasar keyakinan bahwa setiap anak membawa rezekinya masing-masing (Fauziah, 2020). Di sisi lain, muncul kekhawatiran dari kalangan praktisi kesehatan dan akademisi bahwa jumlah anak yang terlalu banyak dapat menyebabkan terbatasnya distribusi sumber daya keluarga, yang pada akhirnya berdampak pada pemenuhan kebutuhan dasar anak, seperti nutrisi, pendidikan, dan pelayanan kesehatan (UNICEF, 2020). Selain itu, aspek mental dan emosional anak dalam keluarga besar berpotensi mengalami tekanan karena minimnya perhatian individual dari orang tua (Setiawan & Lestari, 2020). Dengan demikian, perlu adanya peninjauan yang lebih mendalam terhadap konsep ini melalui dua perspektif utama: pertama, bagaimana pandangan tokoh agama dalam memahami makna dan batasan dari ungkapan tersebut dalam kerangka hukum agama, dan kedua, bagaimana dampak riilnya terhadap aspek tumbuh kembang anak dilihat dari perspektif kesehatan masyarakat.

Berbagai penelitian terdahulu telah membahas pandangan keagamaan dan kesehatan mengenai jumlah anak dalam keluarga, meskipun masih terdapat celah yang signifikan dalam pengintegrasian kedua perspektif ini. Azwar (2019) menyatakan bahwa ungkapan "Banyak Anak Banyak Rezeki" berakar kuat pada budaya masyarakat Indonesia dan didukung oleh narasi-narasi keagamaan yang menekankan pentingnya keturunan sebagai sumber kebahagiaan dan berkah. Sementara itu, Siregar (2021) mencatat bahwa terdapat perbedaan pendapat di kalangan tokoh agama mengenai relevansi ajaran ini dalam konteks sosial-ekonomi saat ini. Beberapa tokoh masih mendukungnya sebagai bagian dari semangat keimanan, sementara yang lain mengedepankan pentingnya penyesuaian dengan kondisi keluarga secara rasional dan kontekstual (Nasution, 2020). Dari sisi kesehatan, laporan UNICEF (2020) menunjukkan bahwa keluarga dengan jumlah anak yang besar cenderung menghadapi keterbatasan dalam pemenuhan gizi, akses pendidikan, dan layanan kesehatan anak. Hal ini juga dapat berdampak negatif pada kualitas hubungan intrafamilial serta perkembangan psikososial anak (WHO, 2021). Di samping itu, penelitian oleh Pratama & Nurhaliza (2018) menegaskan bahwa tekanan ekonomi pada keluarga besar turut memperburuk kualitas pengasuhan yang diberikan orang tua kepada anak-anak mereka. Namun, studi-studi tersebut sering membahas aspek keagamaan dan kesehatan secara terpisah, sehingga kurang memberikan gambaran holistik mengenai bagaimana konsep "Banyak Anak Banyak Rezeki" dipahami dan dijalankan dalam praktik keseharian masyarakat. Oleh karena itu, diperlukan suatu pendekatan lintasdisipliner yang mampu menggabungkan analisis teologis dan kajian kesehatan anak secara bersamaan.

Penelitian ini menawarkan kebaruan dengan mengintegrasikan dua pendekatan yang selama ini lebih sering dikaji secara terpisah, yaitu pendekatan hukum agama dan pendekatan kesehatan masyarakat, dalam memahami ungkapan "Banyak Anak Banyak Rezeki". Tidak hanya mengeksplorasi pandangan tokoh agama dari berbagai latar belakang keagamaan mengenai makna dan penerapan konsep tersebut dalam konteks kehidupan berkeluarga, penelitian ini juga mengkaji secara sistematis dampak jumlah anak terhadap

JINTAN: JurnalIlmuKeperawatan
ISSN 2774-468X (Media Online)
Vol 5, No 2, Juli 2025
Hal 292-302
DOI: https://doi.org/10.51771/jintan.v5i1

kualitas tumbuh kembang anak berdasarkan data kesehatan. Dengan demikian, hasil dari penelitian ini diharapkan mampu memberikan pemahaman yang lebih mendalam dan kontekstual mengenai bagaimana kebijakan dan edukasi keluarga berencana dapat dirumuskan secara sensitif terhadap nilai-nilai keagamaan, namun tetap berdasarkan prinsip kesehatan anak dan kesejahteraan keluarga. Selain itu, penelitian ini juga berkontribusi dalam menyediakan dasar ilmiah bagi pengambilan keputusan oleh pemerintah, lembaga keagamaan, serta praktisi kesehatan dalam mengembangkan strategi sosialisasi yang efektif terkait jumlah anak ideal dalam keluarga (Fauziah, 2020). Penelitian ini tidak hanya menyoroti konsepsi normatif, tetapi juga menyajikan analisis faktual berdasarkan realitas kehidupan masyarakat saat ini.

Tinjauan Teori

a. Perspektif Hukum Agama mengenai Konsep "Banyak Anak Banyak Rezeki"

Islam memandang anak sebagai amanah sekaligus karunia dari Allah SWT yang membawa berkah dalam kehidupan rumah tangga. Rasulullah SAW menganjurkan umatnya untuk memperbanyak keturunan, sebagaimana diriwayatkan dalam hadis yang menyebut bahwa beliau ingin membanggakan umatnya yang banyak di hari kiamat (Arofah, 2024). Namun demikian, ajaran ini tidak bersifat mutlak tanpa pertimbangan. Islam juga menekankan tanggung jawab orang tua dalam memenuhi kebutuhan anak, baik secara fisik, pendidikan, maupun spiritual. Oleh karena itu, memiliki banyak anak bukanlah tujuan semata, tetapi juga harus diimbangi dengan kesiapan lahir dan batin dari orang tua untuk mengasuhnya secara optimal (Yessino et al., 2025) tengah masyarakat Indonesia, masih terdapat keyakinan bahwa banyak anak berarti banyak rezeki, tetapi makna rezeki dalam Islam juga mencakup keberkahan, bukan hanya jumlah atau materi (Nasution & Kusumawati, 2023).

Seiring perkembangan zaman, muncul pandangan baru mengenai jumlah anak dalam keluarga, termasuk melalui kebijakan dan edukasi dari Program Keluarga Berencana (KB) yang menekankan pentingnya menyesuaikan jumlah anak dengan kemampuan ekonomi dan kualitas hidup. Fenomena childfree juga menjadi perbincangan di tengah masyarakat modern, meskipun masih menimbulkan perdebatan dalam kerangka nilai keagamaan. Islam secara umum memandang bahwa memiliki keturunan adalah bagian dari fitrah manusia dan ibadah, namun keputusan terkait jumlah anak seharusnya mempertimbangkan aspek maslahat dan kondisi sosial budaya yang dihadapi pasangan (Yessino et al., 2025; Arofah, 2024). Dengan demikian, Islam tidak menolak gagasan banyak anak, tetapi menekankan bahwa setiap keputusan dalam berkeluarga harus berlandaskan pada keseimbangan antara anjuran agama dan kemampuan individu dalam menjalankan amanah tersebut (Nasution & Kusumawati, 2023; Hidayati, 2017).

b. Dampak Kesehatan Terhadap Tumbuh Kembang Anak

Kesehatan dan tumbuh kembang anak sangat dipengaruhi oleh lingkungan keluarga, termasuk jumlah anggota keluarga yang berdampak langsung pada ketersediaan sumber daya. Anak-anak dari keluarga besar lebih berisiko mengalami kekurangan gizi akibat pembagian makanan yang tidak seimbang, serta kesulitan dalam mengakses layanan

JINTAN: JurnalIlmuKeperawatan
ISSN 2774-468X (Media Online)
Vol 5, No 2, Juli 2025
Hal 292-302
DOI: https://doi.org/10.51771/jintan.v5i1

kesehatan yang berkualitas (Oktaviani et al.,2021). Hal ini berpotensi menimbulkan masalah kesehatan seperti stunting, anemia, dan rendahnya imunitas tubuh yang menghambat perkembangan fisik anak (Kurniawan et al., 2023). Masa emas perkembangan anak (0–5 tahun) sangat membutuhkan asupan gizi optimal, dan keterbatasan ekonomi keluarga dengan banyak anak sering menjadi penghalang utama dalam pemenuhan kebutuhan tersebut (Nasution & Kusumawati, 2023). Keseimbangan antara jumlah anak dan kemampuan ekonomi keluarga sangat penting untuk menjamin kesehatan anak secara menyeluruh.

Selain dampak fisik, jumlah anak yang banyak juga berkontribusi terhadap perkembangan kognitif dan kesehatan mental anak. Dalam keluarga besar, anak-anak cenderung menerima perhatian yang terbagi, yang bisa menyebabkan keterlambatan perkembangan bahasa, kurangnya motivasi belajar, dan kesulitan dalam membentuk relasi sosial yang sehat (Oktaviani et al., 2021; Nasution & Kusumawati, 2023). Terbatasnya stimulasi kognitif dan emosional akibat waktu dan energi orang tua yang tersebar dapat menghambat potensi intelektual anak secara keseluruhan. Lebih lanjut, kompetisi antar saudara untuk mendapatkan perhatian juga dapat menimbulkan stres dan kecemasan yang berdampak negatif terhadap psikososial anak (Kurniawan et al., 2023). Dalam jangka panjang, kondisi ini dapat menurunkan kualitas hidup anak dan meningkatkan risiko gangguan mental seperti depresi atau kecemasan sosial (Hidayati, 2017). Oleh karena itu, pengaturan jumlah anak dalam keluarga menjadi bagian penting dari upaya menjaga kesejahteraan anak secara fisik, emosional, dan psikologis.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, yang bertujuan untuk memahami makna, pengalaman, dan perspektif individu terhadap Issue “Banyak Anak Banyak Rezeki” sejalan dengan Creswell & Poth, 2018. Pendekatan ini tidak berorientasi pada angka atau statistik, melainkan pada deskripsi mendalam mengenai pengalaman dan persepsi partisipan (Denzin & Lincoln, 2018).Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini ingin menggali pemahaman yang lebih luas mengenai issue yang beredar di masyarakat terkait "banyak anak banyak rezeki". Dalam pendekatan ini, realitas dianggap sebagai sesuatu yang subjektif dan dapat bervariasi berdasarkan pengalaman individu (Patton, 2015).

Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 4 orang, terdiri dari dua ulama dan dua tenaga kesehatan yaitu perawat dan bidan. Mereka berasal dari Kecamatan Cimalaka dengan latar belakang ekonomi menengah ke atas. Dalam konteks sosial, ulama memiliki status tinggi di masyarakat karena peran mereka sebagai penjaga nilai-nilai agama, sumber rujukan moral, dan tokoh panutan dalam masyarakat. Sementara itu, tenaga kesehatan seperti perawat dan bidan memiliki status sosial tinggi karena dianggap memiliki keahlian profesional yang spesifik dan sangat dibutuhkan dalam aspek kesehatan.

Pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara, studi pustaka dan focus group discussion. Wawancara: Menggali pandangan para ulama atau pemuka agama mengenai makna dan ajaran agama terkait ungkapan "Banyak Anak Banyak Rezeki," serta mendapatkan perspektif dari tenaga kesehatan tentang dampak jumlah anak terhadap tumbuh kembang anak, kesehatan ibu, dan kualitas hidup keluarga. Studi Pustaka:

JINTAN: JurnalIlmuKeperawatan
ISSN 2774-468X (Media Online)
Vol 5, No 2, Juli 2025
Hal 292-302
DOI: https://doi.org/10.51771/jintan.v5i1

Menganalisis literatur dan pendapat tokoh agama serta penelitian kesehatan yang berkaitan dengan konsep "Banyak Anak Banyak Rezeki" dalam konteks agama dan kesehatan. Focus Group Discussion (FGD): Diskusi kelompok dengan tokoh agama dan tenaga kesehatan untuk mendapatkan perspektif mereka mengenai hubungan antara banyak anak dan rezeki serta dampaknya terhadap kesehatan.

Hasil

a. Dampak Kesehatan Ibu dan Anak akibat Banyak Anak

Memiliki banyak anak bukan hanya berdampak sosial dan ekonomi, tetapi juga menimbulkan risiko kesehatan yang signifikan bagi ibu dan anak. Menurut Bidan E, kehamilan yang melebihi batas ideal (lebih dari empat anak) berpotensi menimbulkan komplikasi serius, terutama bila usia ibu tidak lagi produktif. Kehamilan di usia tua dapat meningkatkan risiko preeklamsia, perdarahan postpartum, hipertensi dalam kehamilan, hingga kejang yang berujung pada kematian ibu. Selain itu, kondisi kehamilan yang tidak diatur jaraknya dapat menghambat kesiapan rahim, sehingga memperbesar kemungkinan anak lahir dengan kondisi seperti down syndrome.

Dalam konteks ini, edukasi tentang kesehatan reproduksi menjadi penting untuk mencegah risiko komplikasi tersebut. Pemerintah melalui tenaga kesehatan telah mengupayakan program KB sebagai upaya preventif, sebagaimana dijelaskan oleh Perawat D. Dengan mengikuti program KB, masyarakat didorong untuk mengatur jarak dan jumlah kelahiran agar tidak membahayakan kesehatan ibu. Program ini juga diharapkan bisa meringankan beban ekonomi keluarga dan memungkinkan perhatian yang lebih optimal terhadap perkembangan anak.

Pengaturan jumlah dan jarak kehamilan adalah langkah strategis untuk melindungi kesehatan ibu dan anak. Tanpa pengaturan yang baik, risiko kesehatan akan meningkat seiring bertambahnya jumlah anak. Oleh karena itu, pendekatan medis dan edukatif sangat diperlukan dalam mendampingi keluarga untuk membuat keputusan yang sehat dan bertanggung jawab terhadap kehidupan reproduksi mereka.

b. Keterkaitan Jumlah Anak dengan Kualitas Gizi dan Tumbuh Kembang Anak

Jumlah anak dalam satu keluarga memiliki dampak langsung terhadap kualitas pemenuhan gizi dan tumbuh kembang anak. Baik Bidan E maupun Perawat D menyoroti bahwa dalam keluarga dengan kondisi ekonomi menengah ke bawah, memiliki banyak anak akan memperberat pemenuhan kebutuhan gizi dasar. Pemenuhan protein hewani yang penting untuk tumbuh kembang otak dan tubuh anak, misalnya, menjadi sulit diwujudkan jika penghasilan orang tua terbatas dan harus dibagi untuk banyak anak.

Kondisi ini memperbesar risiko stunting, yaitu gangguan pertumbuhan yang diakibatkan oleh kekurangan nutrisi dalam waktu panjang. Perawat D menjelaskan bahwa masa seribu hari pertama kehidupan sangat krusial untuk mencegah stunting. Dalam

JINTAN: JurnalIlmuKeperawatan
ISSN 2774-468X (Media Online)
Vol 5, No 2, Juli 2025
Hal 292-302
DOI: https://doi.org/10.51771/jintan.v5i1

keluarga dengan anak yang banyak, perhatian dan sumber daya yang seharusnya terfokus menjadi terbagi-bagi, mengakibatkan ketimpangan dalam pemberian makanan bergizi, perhatian emosional, serta layanan kesehatan. Dampaknya bukan hanya fisik, tetapi juga perkembangan kognitif dan emosional anak.

Sebagai respons terhadap permasalahan ini, pemerintah telah mengembangkan berbagai program intervensi, termasuk pemberian makanan tambahan di sekolah dan penyuluhan gizi kepada keluarga. Namun, langkah ini harus dibarengi dengan kesadaran masyarakat akan pentingnya perencanaan jumlah anak. Sehingga kesejahteraan anak dalam aspek gizi dan tumbuh kembang sangat dipengaruhi oleh jumlah anak dalam keluarga serta kemampuan ekonomi dan peran pengasuhan dari orang tua.

c. Peran Tenaga Kesehatan dalam Edukasi Perencanaan Keluarga

Tenaga kesehatan memegang peran kunci dalam edukasi dan implementasi perencanaan keluarga di masyarakat. Berdasarkan wawancara dengan Bidan E dan Perawat D, para tenaga kesehatan telah menjalankan program-program edukasi yang menyasar ibu-ibu pasca persalinan dan keluarga baru. Melalui kolaborasi dengan petugas KB, mereka memberikan penyuluhan tentang tanda bahaya pada kehamilan, manfaat jarak kehamilan yang ideal, dan risiko memiliki anak dalam jumlah banyak.

Di fasilitas kesehatan seperti puskesmas dan rumah sakit, poli KB menjadi media utama edukasi dan pelayanan kontrasepsi. Edukasi tidak hanya bersifat medis, tetapi juga dilakukan dengan pendekatan kultural dan emosional agar masyarakat merasa nyaman dan tidak terintimidasi. Pemahaman tentang KB juga dikaitkan dengan peningkatan kesejahteraan dan perlindungan terhadap kesehatan ibu, terutama dalam mencegah kematian akibat kehamilan berisiko tinggi.

Maka dari itu keberhasilan program KB tidak hanya tergantung pada ketersediaan layanan, tetapi juga pada komunikasi efektif dan edukasi yang berkelanjutan dari tenaga kesehatan. Peran mereka sangat vital dalam mengubah persepsi masyarakat dari paradigma lama menuju pemahaman baru yang lebih berorientasi pada kesehatan dan kualitas hidup keluarga.

d. Perspektif Islam terhadap Banyak Anak dan Program KB

Pandangan keagamaan, terutama dalam Islam, memberikan dimensi penting dalam memahami ungkapan “banyak anak banyak rezeki”. Ustadz W dan narasumber dari Ponpes Miftahul Jannah sepakat bahwa rezeki setiap anak telah dijamin oleh Allah, sehingga ketakutan akan kekurangan materi seharusnya tidak menjadi alasan utama dalam menolak kelahiran. Namun, mereka menekankan bahwa tanggung jawab mendidik anak adalah faktor yang justru menjadi beban moral utama orang tua.

Islam tidak menetapkan batas jumlah anak, namun sangat menekankan pentingnya kesiapan dalam hal pendidikan dan pengasuhan. Anak adalah amanah yang harus dirawat dan dibina dengan ilmu dan akhlak yang baik. Oleh karena itu, kemampuan orang tua dalam mendidik dan membesarkan anak menjadi tolok ukur penting dalam memutuskan jumlah

JINTAN: JurnalIlmuKeperawatan
ISSN 2774-468X (Media Online)
Vol 5, No 2, Juli 2025
Hal 292-302
DOI: https://doi.org/10.51771/jintan.v5i1

anak. Dalam kondisi tertentu, Islam memperbolehkan program KB sebagai bentuk perencanaan, bukan pembatasan, terutama jika kesehatan ibu atau kondisi ekonomi menjadi alasan.

Dengan demikian, banyak anak bukan masalah selama dibarengi dengan kesiapan dan tanggung jawab. Islam memberikan ruang bagi perencanaan keluarga sepanjang tidak melanggar prinsip-prinsip syar'i. Oleh karenanya, pendekatan keagamaan perlu diintegrasikan dalam edukasi KB agar lebih dapat diterima oleh masyarakat luas, khususnya di komunitas religius.

e. Pentingnya Kesiapan Fisik dan Mental dalam Kehamilan dan Pengasuhan Anak

Kesiapan fisik dan mental merupakan aspek fundamental dalam merencanakan kehamilan dan pengasuhan anak. Dari perspektif tenaga kesehatan seperti Bidan E, usia ideal untuk hamil adalah antara 20 hingga 35 tahun, dengan jarak minimal dua tahun antar kehamilan. Kehamilan di luar rentang usia tersebut, apalagi tanpa jarak yang memadai, meningkatkan risiko komplikasi serius seperti perdarahan, hipertensi, dan bahkan kematian ibu. Rahim yang belum siap juga berpotensi mengganggu penyerapan nutrisi dan perkembangan janin, yang bisa berdampak pada kecacatan seperti down syndrome.

Sementara itu, narasumber keagamaan seperti Ustadz W dan perwakilan dari Ponpes Miftahul Jannah menekankan bahwa kesiapan mental dan intelektual juga krusial, terutama bagi ibu yang menjadi madrasah pertama bagi anak-anaknya. Perempuan dituntut untuk cerdas agar mampu membentuk generasi yang kuat secara moral dan spiritual. Tidak hanya kesiapan ekonomi yang dipertimbangkan, tetapi juga kapasitas mendidik anak dengan baik. Dalam Islam, anak adalah amanah, dan mendidik mereka merupakan tanggung jawab utama orang tua, bukan institusi semata.

Perencanaan keluarga tidak cukup hanya dengan mempertimbangkan jumlah anak, tetapi juga harus melihat kesiapan fisik, psikologis, dan spiritual dari kedua orang tua, terutama ibu. Penundaan kehamilan atau pernikahan demi mencapai kematangan bukan hanya tindakan medis atau ekonomi, melainkan bentuk tanggung jawab moral. Pendekatan ini perlu terus digalakkan melalui edukasi lintas sektor untuk memastikan generasi yang lahir kelak tumbuh dalam kondisi optimal secara fisik dan mental.

Pembahasan

Pengaturan jumlah dan jarak kehamilan merupakan kunci penting dalam menjaga kesehatan ibu dan anak. Kehamilan yang terlalu sering, terlalu dekat jaraknya, atau terjadi di usia yang tidak ideal meningkatkan risiko komplikasi serius seperti preeklamsia, perdarahan postpartum, eklampsia, bahkan kelainan kongenital pada bayi seperti down syndrome. Hal ini ditegaskan oleh Bidan E dalam wawancara, yang menunjukkan bahwa kehamilan lebih dari empat kali tanpa perencanaan akan menurunkan kesiapan fisik ibu secara drastis. Penelitian oleh Listi et al., (2025) juga menekankan bahwa jarak kehamilan yang terlalu pendek atau terlalu panjang meningkatkan risiko komplikasi pada ibu dan bayi. Oleh karena itu, edukasi dan program Keluarga Berencana (KB) menjadi intervensi penting untuk menghindari kejadian-kejadian tersebut. Pendekatan edukatif oleh tenaga kesehatan

JINTAN: JurnalIlmuKeperawatan
ISSN 2774-468X (Media Online)
Vol 5, No 2, Juli 2025
Hal 292-302
DOI: https://doi.org/10.51771/jintan.v5i1

dapat menjadi penentu keberhasilan masyarakat dalam membuat keputusan yang sehat dan bertanggung jawab terkait kehidupan reproduksi.

Jumlah anak dalam keluarga sangat berpengaruh terhadap kemampuan orang tua dalam memenuhi kebutuhan gizi dan mengoptimalkan tumbuh kembang anak. Dalam keluarga dengan pendapatan terbatas, kebutuhan nutrisi seperti protein hewani yang penting untuk pertumbuhan fisik dan kognitif anak menjadi sulit dipenuhi jika harus dibagi ke banyak anak. Hal ini memicu risiko stunting, yaitu kondisi gagal tumbuh yang berdampak jangka panjang terhadap kualitas hidup anak. Perawat Dewi dalam wawancara menegaskan pentingnya masa seribu hari pertama kehidupan sebagai periode krusial bagi pertumbuhan optimal anak. Temuan ini diperkuat oleh data UNICEF, (2021), Intiyati & Christyaningsih (2019) dan Kementerian Kesehatan Republik (2018), yang menunjukkan prevalensi stunting tinggi pada keluarga dengan lebih dari tiga anak. Untuk mengatasi permasalahan ini, pemerintah telah menyediakan program makanan tambahan dan edukasi gizi, namun tetap diperlukan kesadaran masyarakat untuk merencanakan jumlah anak berdasarkan kapasitas ekonomi dan kemampuan pengasuhan mereka.

Peran tenaga kesehatan sangat vital dalam mensukseskan program Keluarga Berencana (KB), terutama dalam mengedukasi masyarakat mengenai pentingnya perencanaan keluarga yang sehat dan bertanggung jawab. Penelitian terbaru oleh Putri et al., (2023) menegaskan bahwa edukasi yang dilakukan oleh bidan dan perawat secara langsung meningkatkan tingkat pengetahuan dan kesediaan ibu untuk menggunakan alat kontrasepsi, terutama di wilayah pedesaan yang masih kental dengan norma budaya tradisional. Edukasi yang efektif tidak hanya bersifat informatif secara medis, tetapi juga melibatkan pendekatan interpersonal dan emosional yang membangun kepercayaan masyarakat terhadap tenaga kesehatan. Selain itu, menurut studi oleh Sari & Nurjanah (2022), tenaga kesehatan yang dilatih dalam komunikasi kultural lebih mampu menjangkau kelompok masyarakat yang selama ini skeptis terhadap KB. Pendekatan edukatif ini mencakup penjelasan risiko kehamilan berulang, pentingnya jeda antar kelahiran, serta bagaimana KB dapat berkontribusi pada kesejahteraan keluarga secara keseluruhan. Tenaga kesehatan juga berperan dalam menanggulangi mitos-mitos yang berkembang di masyarakat terkait kontrasepsi, seperti ketakutan akan infertilitas atau dampak negatif terhadap kesehatan. Dengan demikian, penguatan kapasitas tenaga kesehatan dalam hal edukasi KB menjadi pilar penting dalam pencapaian target nasional penurunan angka kelahiran dan peningkatan kualitas hidup keluarga di Indonesia.

Pandangan Islam terhadap perencanaan keluarga memberikan kontribusi penting dalam membentuk sikap masyarakat terhadap program Keluarga Berencana (KB). Dalam Islam, anak dianggap sebagai amanah dan rezeki dari Allah, namun tidak serta-merta berarti setiap pasangan harus memiliki banyak anak tanpa mempertimbangkan kemampuan dalam mendidik dan mengasuh. Islam menekankan pentingnya tanggung jawab moral dan spiritual orang tua dalam merawat keturunannya. Perencanaan keluarga bukanlah bentuk penolakan terhadap rezeki, melainkan wujud ikhtiar untuk menjamin kesehatan ibu dan kesejahteraan anak. Prinsip maqashid syariah—terutama perlindungan jiwa (hifz al-nafs) dan keturunan (hifz al-nasl)—menjadi dasar teologis yang membolehkan KB apabila tujuannya untuk mencegah mudarat, seperti risiko kesehatan ibu atau kondisi ekonomi yang belum siap. Penelitian oleh Azizah & Khoiriyah (2021) menunjukkan bahwa Islam membolehkan penggunaan kontrasepsi selama tidak bertujuan untuk sterilisasi permanen tanpa alasan syar'i. Hal ini diperkuat oleh Vetasleni & Danial (2023) yang menekankan

JINTAN: JurnalIlmuKeperawatan
ISSN 2774-468X (Media Online)
Vol 5, No 2, Juli 2025
Hal 292-302
DOI: https://doi.org/10.51771/jintan.v5i1

pentingnya mempertimbangkan aspek kesehatan dan keberlangsungan keluarga dalam setiap keputusan reproduktif. Selain itu, pendekatan edukatif yang mengintegrasikan nilai agama terbukti meningkatkan penerimaan masyarakat terhadap program KB, terutama di lingkungan yang religius (Rakhmani, 2016). Tokoh agama memiliki peran strategis dalam menyampaikan pesan-pesan kesehatan reproduksi melalui narasi yang sesuai dengan ajaran Islam, sehingga program KB tidak lagi dianggap tabu, tetapi justru menjadi bagian dari tanggung jawab moral dan spiritual dalam membangun keluarga yang sehat dan berkualitas.

Keputusan untuk memiliki anak idealnya mempertimbangkan kesiapan fisik dan mental orang tua, khususnya ibu. WHO (2023) merekomendasikan usia kehamilan antara 20 hingga 35 tahun, dengan jarak antar kehamilan minimal dua tahun untuk menurunkan risiko komplikasi seperti kelahiran prematur, berat badan lahir rendah, dan kematian ibu. Kehamilan di luar rentang usia tersebut atau tanpa jeda yang cukup dapat membahayakan kesehatan ibu dan bayi. Selain aspek fisik, kesiapan mental juga sangat penting. Ibu sebagai madrasah pertama bagi anak, menurut pandangan Islam dan ahli psikologi perkembangan, memiliki peran utama dalam membentuk karakter dan kecerdasan anak. Muthohiroh & Arifin (2023) menyatakan bahwa kesiapan emosional ibu berkaitan erat dengan perkembangan sosial dan kognitif anak. Pendidikan perempuan berkontribusi besar dalam pengasuhan berkualitas. Ibu yang berpendidikan tidak hanya lebih cakap dalam merawat anak, tetapi juga cenderung membuat keputusan kesehatan keluarga yang lebih baik. Oleh karena itu, penundaan kehamilan hingga tercapai kematangan fisik dan mental bukan sekadar keputusan medis, melainkan bentuk tanggung jawab moral dan spiritual. Dalam Islam, anak adalah amanah, sehingga merawat dan mendidik mereka membutuhkan kesiapan menyeluruh. Program edukasi kesehatan reproduksi dan pranikah perlu menekankan hal ini, agar setiap kehamilan menjadi hasil keputusan yang matang dan bertanggung jawab.

Kesimpulan

Pengaturan jumlah dan jarak kehamilan merupakan langkah strategis untuk menjaga kesehatan ibu dan anak serta menciptakan keluarga yang sejahtera secara fisik, mental, dan sosial. Kehamilan yang terlalu sering atau tidak terencana meningkatkan risiko komplikasi medis dan berdampak negatif terhadap tumbuh kembang anak, termasuk risiko stunting. Peran tenaga kesehatan sangat penting dalam memberikan edukasi yang komprehensif, yang tidak hanya bersifat medis tetapi juga memperhatikan aspek sosial-budaya masyarakat. Program Keluarga Berencana (KB) yang dikembangkan dengan pendekatan partisipatif dan edukatif telah terbukti meningkatkan kesadaran serta penerimaan masyarakat terhadap pentingnya perencanaan keluarga. Islam pun memandang perencanaan keluarga sebagai bagian dari tanggung jawab moral orang tua, selama dilakukan dengan tujuan menjaga kesehatan dan keberlangsungan generasi. Kesiapan fisik dan mental menjadi dasar utama dalam pengasuhan yang berkualitas, dengan pendidikan perempuan sebagai faktor kunci dalam mencetak generasi cerdas dan sehat. Oleh karena itu, sinergi antara tenaga kesehatan, tokoh agama, dan kebijakan pemerintah menjadi krusial dalam membangun keluarga yang tangguh dan masyarakat yang berkualitas.

JINTAN

JINTAN: JurnalIlmuKeperawatan
ISSN 2774-468X (Media Online)
Vol 5, No 2, Juli 2025
Hal 292-302
DOI: https://doi.org/10.51771/jintan.v5i1

Referensi

Arofah, L. (2024). Banyak Anak Banyak Rezeki, Ulama Himbau Jangan Suudzon Kepada Allah. In *Khazanah Imani*. https://khazanahimani.com

Azizah, A., & Khoiriyah, B. (2021). Aborsi Sebagai Isu Kotemporer Hukum Keluarga (Studi Al Qur'an, Pendapat Ulama'dan Hukum di Indonesia). *SINDA: Comprehensive Journal of Islamic Social Studies*, *1*(2), 94–102.

Azwar. (2019). *Banyak Anak Banyak Rezeki.* Hikam Pustaka: Bintang Pusnas.

Fauziah, N. (2020). *Mengapa Stigma Ini Masih Bertahan di Masyarakat?* https://kompasiana.com

Hidayati, N. (2017). *Banyak Anak Banyak Keuntungan?* https://kalampedia.sindonews.com

Intiyati, A., & Christyaningsih, J. (2019). *Pengaruh Pengembangan Metode Emo Demo Terhadap Perilaku Pemberian MP ASI Pada Ibu Baduta Di Kota Surabaya*. Poltekkes Kemenkes Surabaya.

Kementerian Kesehatan Republik, I. (2018). *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. https://www.litbang.kemkes.go.id/laporan-rikesdas-2018

Kurniawan, A., & dkk. (2023). *Banyak Anak Banyak Rezeki, Ulama Himbau Jangan Suudzon Kepada Allah*. https://khazanahimani.com

Listi, R. R., Ramadhania, A. R., Hasanah, M. S. N., Dewi, R. F., Rahmatillah, R., Zulfa, W. J., & Faozi, A. (2025). Perspektif Tokoh Agama Islam dan Tenaga Kesehatan terhadap Pernikahan Dini dengan Risiko Stunting. *Jurnal Penelitian Inovatif*, *5*(2), 985–990.

Muthohiroh, I., & Arifin, A. Z. (2023). ISU CHILDFREE DALAM PERSPEKTIF AL-QUR'AN "Analisis Tafsir Tematik Konseptual." *Al-Munir: Jurnal Studi Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir*, *5*(1), 43–82.

Nasution, M., & Kusumawati, L. (2023). *Banyak Anak, Banyak Rezeki, Realita atau Sekadar Pepatah?* https://kompasiana.com

Oktaviani, R., & dkk. (2021). *Banyak Anak Banyak Rezeki, Benarkah?* https://republika.id

Pratama, R., & Nurhaliza, S. (2018). *Banyak Anak Banyak Keuntungan?* https://kalampedia.sindonews.com

Putri, F. D., Handayani, L., & Wijayanti, T. (2023). Peran Edukasi Tenaga Kesehatan dalam Meningkatkan Partisipasi KB di Daerah Rural Indonesia. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, *14*(1), 45–52.

Rakhmani, I. (2016). *Mainstreaming Islam in Indonesia: Television, Identity and the Middle Class*. Palgrave Macmillan.

Sari, R. P., & Nurjanah, S. (2022). Komunikasi Kultural dalam Pelayanan KB oleh Tenaga Kesehatan di Puskesmas. *Jurnal Promkes*, *10*(2), 125–134.

Setiawan, B., & Lestari, D. (2020). *Perbanyak Anak Banyak Rezeki, Benarkah Demikian?* https://jatim.nu.or.id

Siregar, M. (2021). *Banyak Anak Banyak Rezeki, Benarkah?* https://republika.id

UNICEF. (2020). *Banyak Anak, Banyak Rezeki, Realita atau Sekadar Pepatah?* https://kompasiana.com

UNICEF, I. (2021). *Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Stunting 2021–2024*. UNICEF Indonesia. https://www.unicef.org/indonesia/id/laporan/strategi-stunting

Vetasleni, V., & Danial, D. (2023). Jaminan Rezeki Anak Perspektif Al-Qur'an (Kajian Tafsir Tematik). *El-Maqra': Tafsir, Hadis Dan Teologi*, *3*(1), 24–39.

WHO. (2021). *Banyak Anak Berarti Banyak Rezeki, Bagaimana Menurut Islam?* https://liputan6.com

JINTAN: JurnalIlmuKeperawatan
ISSN 2774-468X (Media Online)
Vol 5, No 2, Juli 2025
Hal 292-302
DOI: https://doi.org/10.51771/jintan.v5i1

WHO. (2023). *Maternal mortality*. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/maternal-mortality

Yessino, A., Sulaiman, M., & Fadhil, R. (2025). *Banyak Anak, Banyak Rezeki: Mengapa Stigma Ini Masih Bertahan di Masyarakat?* https://kompasiana.com