

BAB II

TINJUAN PUSTAKA

A. Konsep Dasar Post Partum

1. Pengertian

Masa nifas (post partum/puerperium) berasal dari bahasa latin yaitu dari kata “puer” yang artinya bayi dan “porous” yang berarti melahirkan. Lama masa nifas yaitu 6-8 minggu. Masa nifas (puerperium) dimulai setelah plasenta lahir dan berakhir ketika alat- alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil. Masa nifas berlangsung selama kira-kira 6 minggu atau 42 hari, namun secara keseluruhan akan pulih dalam waktu 3 bulan (Anggraini, 2015).

2. Perubahan payudara pada saat kondisi post partum

Perkembangan kelenjar mammae secara fungsional lengkap pada pertengahan masa kehamilan, tetapi laktasi terhambat sampai kadar estrogen menurun, yakni setelah janin dan plasenta lahir. Konsentrasi hormon yang menstimulasi perkembangan payudara selama hamil menurun dengan cepat setelah bayi lahir. Waktu yang dibutuhkan hormon kembali ke kadar sebelum hamil sebagian ditentukan oleh apakah ibu menyusui atau tidak. Pada ibu yang tidak menyusui kadar prolaktin akan turun dengan cepat. Pada hari ketiga dan keempat post partum bisa terjadi pembengkakan (engorgement), payudara tegang, keras, nyeri bila ditekan dan hangat jika diraba.

B. Anatomi dan Fisiologi Payudara

Anatomi payudara menurut Walyani dan Purwoastuti (2015) dijelaskan sebagai berikut:

Payudara terletak secara vertikal diantara kosta II dan IV, secara horizontal mulai dari pinggir sternum linea aksilaris medialis. Kelenjar susu berada di jaringan sub kutan, tepatnya diantara jaringan sub kutan superficial dan profundus, yang menutupi muskulus pectoralis mayor.

Ukuran normal payudara 10-12cm dengan beratnya pada wanita hamil adalah 200 gram, dan pada masa laktasi sekitar 600-800 gram. Bentuk dan ukuran payudara akan bervariasi menurut aktifitas fungsionalnya. Payudara menjadi besar saat hamil dan menyusui, biasanya akan mengecil setelah menopause. Pembesaran ini terutama disebabkan oleh pertumbuhan struma jaringan penyangga dan penimbunan jaringan lemak.

Ada 3 bagian utama payudara yaitu korpus (badan), areola, papilla atau puting. Areola mammae (kalang payudara) letaknya mengelilingi puting susu dan berwarna kegelapan yang disebabkan oleh penipisan dan penimbunan pigmen pada kulitnya. Perubahan warna ini tergantung dari corak kulitnya, kuning langsung akan berwarna jingga kemerahan, bila kulitnya kehitaman maka warnanya akan lebih gelap dan kemudian menetap.

Fisiologi Payudara Secara fisiologi, unit fungsional terkecil jaringan payudara adalah asinus. Sel epitel asinus memproduksi air susu dengan komposisi dari

unsur protein yang disekresi apparatus golgi bersama faktor imun IgA dan IgG, unsur lipid dalam bentuk droplet yang diliputi sitoplasma sel. Dalam perkembangannya, kelenjar payudara dipengaruhi oleh hormon dari berbagai kelenjar endokrin seperti hipofisis anterior, adrenal, dan ovarium. Kelenjar hipofisis anterior memiliki pengaruh terhadap hormonal siklik follicle stimulating hormone (FSH) dan luteinizing hormone (LH)(Pearce, 2013).

C. Laktasi

Pengertian laktasi Laktasi (menyusui) adalah suatu cara yang tidak ada duanya dalam memberikan makanan yang ideal bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi yang sehat serta mempunyai pengaruh yang biologis dan kejiwaan terhadap ibu dan bayinya. Zat-zat anti infeksi yang terkandung dalam ASI membantu melindungi bayi terhadap penyakit (Anggraini Y., 2010).

Fisiologi Laktasi Menurut (Anggraini Y., 2010) pemberian ASI terdapat 2 refleks yang berperan sebagai pembentukan dan pengeluaran air susu,yaitu:

- 17 a. Refleks let down Bersamaan dengan pembentukan prolaktin rangsangan yang berasal dari hisapan bayi yang dilanjutkan ke hipofise anterior yang kemudian dikeluarkan oksitosin. Melalui aliran darah, hormon ini diangkut menuju uterus yang dapat menimbulkan kontraksi pada uterus sehingga terjadinya proses involusi. Isapan bayi juga merangsang produksi hormon lain yang dinamakan oksitosin, yang membuat sel-sel otot di sekitar alveoli berkontraksi, sehingga air susu didorong menuju puting payudara. Jadi,

semakin bayi menghisap, maka semakin banyak air susu yang dihasilkan. Setelah seorang ibu melahirkan dan terlepasnya plasenta fungsi korpus luteum berkurang maka estrogen dan progesteronnya berkurang. Adanya hisapan bayi pada puting susu dan areola akan merangsang ujung-ujung saraf sensorik, rangsangan ini dilanjutkan ke hipotalamus akan menekan pengeluaran faktor-faktor yang menghambat sekresi prolaktin namun sebaliknya. Hormon prolaktin yang akan merangsang sel-sel alveoli yang berfungsi untuk membuat susu.

D. Konsep Air Susu Ibu (ASI)

1. Pengertian

ASI (Air Susu Ibu) adalah suatu emulsi lemak dalam larutan protein, laktosa dan garam-garam organik yang disekresi oleh kedua belah kelenjar payudara ibu, sebagai makanan utama bagi bayi (Haryono dan Setianingsih, 2014).

ASI eksklusif adalah pemberian ASI saja pada bayi 0-6 bulan tanpa pemberian tambahan cairan lain seperti susu formula, air jeruk, madu, air teh, air putih dan tanpa tambahan makanan padat seperti pisang, papaya, bubur susu, biskuit, dan nasi tim. Idealnya ASI yang harus diproduksi oleh ibu menyusui adalah sebanyak 800 ml/hari (Haryono dan Setianingsih, 2014).

2. Komposisi ASI

Menurut Dewi (2011), ASI mengandung zat yang sangat dibutuhkan bayi, yang terdiri dari:

a. Lemak

Lemak merupakan sumber kalori (energi) utama dalam ASI dengan kadar yang cukup tinggi, yaitu sebesar 50%. Lemak ASI juga merupakan komponen zat gizi yang sangat bervariasi, tetapi mudah diserap oleh bayi karena sudah berbentuk emulsi. Lemak ASI terdiri dari trigliserida (98-99%). Enzim lipase yang terdapat dalam sistem pencernaan bayi dan ASI akan mengurangi trigliserida menjadi gliserol dan asam lemak.

b. Protein

Keistimewaan protein dalam ASI dapat dilihat dari rasio protein whey = 60 : 40. Selain itu, protein ASI mempunyai kandungan alfa-laktalbumin, asam amino esensial taurin yang tinggi, serta kadar poliamin dan nukleotid yang penting untuk sintesis protein pada ASI yang tinggi.

c. Mineral

ASI mengandung mineral lengkap. Total mineral selama laktasi adalah konstan. Fe dan Ca paling stabil, tidak terpengaruh diet ibu. Garam organik yang terdapat dalam ASI terutama adalah kalsium, kalium, dan natrium dari asam klorida dan fosfat. Bayi yang diberi ASI

tidak akan menerima pemasukan suatu muatan garam yang berlebihan sehingga tidak memerlukan air tambahan di bawah kondisi umum.

3. Manfaat ASI

Menurut (Anggraini Y., 2010) manfaat ASI sebagai berikut:

- a. ASI merupakan sumber makanan yang mengandung nutrisi yang lengkap untuk bayi.
- b. ASI dapat meningkatkan daya tahan tubuh bayi yang mengandung zat antibody sehingga akan jarang sakit.
- c. ASI meningkatkan kekebalan tubuh.
- d. Menunjang perkembangan kepribadian, dan kecerdasan emosional.
- e. Mengurangi perdarahan setelah melahirkan.

E. Daun Kelor (*Moringa oleifera* L)

1. Definisi

Kelor (*Moringa oleifera* L) adalah sejenis tumbuhan dari suku *moringaceae*. Tumbuhan kelor asli berasal dari India yang dikenal dengan nama sohanjna. Tumbuhan dapat tumbuh banyak diberbagai negara semi-tropis dan tropis salah satunya negara Indonesia dan dikenal dengan nama yang berbeda-beda. Walaupun diketahui tanaman kelor berasal dari India, tetapi pengembangan terluas sebenarnya di Afrika. Salah satu yang paling berjasa dalam pengembangan tanaman kelor adalah Lowell Fugli (Mardiana, 2013).

Di Indonesia, tanaman kelor mempunyai nama lokal yaitu kelor (Jawa, Sunda, Bali, Lampung), Kerol (Buru), Marangghi (Madura), Moltong

(Flores), Kero (Gorontalo), dan masih banyak lainnya. Di pedesaan tanaman kelor sering ditemukan sebagai tanaman pagar hidup, pembatas tanah atau penjalar tanaman lain.

2. Kandungan Daun Kelor (*Moringa Oleifera L*)

Zat-zat yang terkandung dalam daun *Moringa oleifera* sangat berguna bagi tubuh manusia. Menurut hasil penelitian, daun kelor ternyata mengandung vitamin A, vitamin C, vitamin B, kalsium, kalium, besi dan protein dalam jumlah sangat tinggi yang mudah dicerna dan diasimilasi oleh tubuh manusia (Radiyanthi, 2015). Daun *Moringa oleifera* memiliki kandungan kalsium yang lebih banyak daripada susu, lebih banyak zat besi daripada bayam, lebih banyak protein daripada telur dan lebih banyak kalium daripada pisang. Zat lain yang sudah diidentifikasi dalam daun kelor antara lain: senyawa polifenol (asam galat, asam klorogenat, asam elegat, asam ferulat, kuersetin, kaempferol, proantosianidin dan vanilin), vitamin E, β -karoten, zink dan selenium (Rahman, 2015).

Penelitian lain menyatakan bahwa menunjukkan bahwa daun kelor mengandung vitamin C setara vitamin C dalam 7 jeruk, vitamin A setara vitamin A pada 4 wortel, kalsium setara dengan kalsium dalam 4 gelas susu, potassium setara dengan yang terkandung dalam 3 pisang, dan protein setara dengan protein dalam 2 yoghurt (Mahmood, 2011 dalam Aminah, 2015). Selain itu telah diidentifikasi bahwa daun mengandung antioksidan tinggi dan antimikroba (Das, 2012 dalam Aminah, 2015).

3. Daun Kelor untuk Meningkatkan ASI

Menurut (Wulandari, 2020) manfaat daun kelor untuk ibu post partum yang akan menyusui yang diantaranya adalah sebagai berikut :

a. Memperbanyak produksi ASI

Daun kelor dapat digunakan untuk membantu memperbanyak produk ASI. Daun kelor merupakan daun yang berasal dari pohon *moringa oleifera* yang memiliki banyak kandungan nutrisi baik mineral, vitamin, dan lainnya. Dalam 100 gram daun kelor mengandung senyawa flavonoid sebanyak 45 mg sedangkan kandungan flavonoid yang di butuhkan dalam tubuh 1 harinya aalah sebanyak 500 mg.

Kandugan flavonoid pada daun kelor dapat membantu membuat produksi ASI menjadi berlimpah. Manfaat daun kelor untuk ibu menyusui dalam hal memperbanyak produksi ASI tersebut sudah dibuktikan melalui penelitian ilmiah baik di dalam maupun di luar negeri (Fatmawati, 2019)

b. Meningkatkan kualitas ASI

Daun kelor dikenal memiliki banyak potensi nutrisi yang terkandung di dalamnya beberapa kali lebih besar dari nutrisi pada bahan makanan lain. Daun kelor memiliki jumlah protein, vitamin, dan mineral, serta nutrisi lainnya yang dapat membantu meningkatkan kualitas ASI.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa daun kelor memiliki kandungan zat besi 25 kali lebih besar dibandingkan bayam, vitamin C 7 kali lipat dibanding jeruk, vitamin A 4 kali lipat dibanding wortel, kalsium 4 kali lipat dibanding susu, potasium 3 kali lipat dibanding pisang, dan protein yang 2 kali lipat lebih banyak dibanding susu. Berbagai kandungan berlimpah tersebut dapat dikonsumsi sebagai salah satu cara meningkatkan kualitas ASI agar bayi gemuk.

c. Meningkatkan daya tahan tubuh

Berbagai kandungan vitamin C dan antioksidan yang terdapat di dalam daun kelor dapat membantu ibu menyusui dalam meningkatkan daya tahan tubuhnya. Peningkatan daya tahan tubuh tersebut dapat menjadikan ibu menyusui lebih kuat dan tidak rentan terhadap berbagai resiko penyakit sehingga tidak terjadi gangguan dalam proses menyusui

d. Aturan mengkonsumsi pudding daun kelor

1. Pengertian

Puding merupakan salah satu jenis hidangan penutup atau sebagai makanan pencuci mulut (dessert) yang pada umumnya disajikan pada akhir suatu jamuan makan. Sebagai makanan penutup, puding banyak diminati karena rasanya yang manis dan teksturnya yang lembut (Rantika, Indani dan Hamid, 2020).

Olahan pudding daun kelor ini sangat membantu untuk memudahkan ibu menyusui yang kurang menyukai sayuran atau merasa bosan saat diharuskan mengkonsumsi sayuran hijau setiap hari, pudding ini menjadi alternatif pengolahan daun kelor yang akan banyak disukai oleh ibu menyusui, cara pengolahan pudding daun kelor diantaranya sebagai berikut :

BAHAN :

- 1) 200 ml air
- 2) 1 genggam (500 g) daun kelor
- 3) 100 gr Gula
- 4) 1 bungkus Bubuk agar-agar
- 5) 800 ml Susu Cair

Cara Membuat

- 1) Rebus daun kelor selama 3 menit dengan air 200 ml
- 2) Blender daun rebusan tersebut dengan air hasil rebusan kelor, kemudian di saring untuk memisahkan sari daun kelor dan ampasnya. Sari daun kelor di masak kemudian tambahkan gula 100 gr
- 3) Masukkan 1 bungkus agar-agar sambil di aduk, tambahkan 800 ml susu cair, masak sampai mendidih.
- 4) Tuang ke dalam loyang/cetakan dan dinginkan sampai menjadi agar-agar.
- 5) Setelah dingin, siap untuk di konsumsi. (Zakaria,2016)

F. Konsep Asuhan Keperawatan

1. Pengkajian

Pengkajian yaitu tahapan awal dari proses keperawatan, data dikumpulkan secara sistematis yang digunakan untuk menentukan status kesehatan pasien saat ini. Pengkajian harus dilaksanakan secara komprehensif terkait dengan aspek biologis, psikologis, sosial, dan spiritual (Kozier, B., Erb, G., Berman, 2010).

- a) identitas
- b) keluhan utama
- c) riwayat kesehatan masalalu
- d) riwayat kesehatan keluarga
- e) riwayat perkawinan
- f) riwayat obstetrik
 - 1) riwayat menstruasi HPHT
 - 2) riwayat kelahiran, persalinan dan nifas yang lalu
 - 3) riwayat KB
- g) pola kebutuhan dasar
- h) pola nitrisi-metabolik
- i) pola eliminasi
- j) pola aktivitas
- k) pola istirahat
- l) pemeriksaan fisik

- 1) keadaan umum,tingkat kesadaran,tanda-tanda vital, berat badan, tinggi badan,
- 2) pemeriksaan *head to toe*.

2. Diagnosa Keperawatan

Diagnosa keperawatan merupakan suatu penilaian klinis mengenai respon pasien terhadap masalah kesehatan yang dialami ataupun proses kehidupan yang dialami baik bersifat aktual ataupun risiko, yang bertujuan untuk mengidentifikasi respon individu, keluarga, dan komunitas terhadap situasi yang berkaitan dengan kesehatan (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2016).

Tabel 2.1 Diagnosa Keperawatan Berdasarkan Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia pada Ibu Post Partum Dengan Menyusui Tidak Efektif

Diagnosa Keperawatan	Etiologi	Batasan Karakteristik
Menyusui Tidak Efektif Kategori : Fisiologis Subkategori : Nutrisi dan cairan Definisi : Suatu kondisi dimana ibu dan bayi mengalami ketidakpuasan atau kesukaran pada proses menyusui.	Ketidakadekuatan suplai ASI	Gejala dan Tanda Mayor a. Subjektif : Kelelahan maternal dan kecemasan maternal. b. Objektif : Bayi tidak mampu melekat pada payudara ibu, ASI tidak menetes atau memancar, BAK bayi kurang dari delapan kali dalam 24 jam, serta nyeri atau lecet terus menerus setelah minggu kedua. Gejala dan Tanda Minor a. Subjektif : (tidak tersedia) b. Objektif : Intake bayi tidak adekuat, bayi menghisap tidak terus menerus, bayi menangis saat disusui, tidak ada penambahan berat badan bayi, bayi rewel dan menangis terus dalam jam-jam pertama setelah menyusui, serta menolak untuk menghisap.

Sumber : (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2016).

3. Intervensi Keperawatan

Intervensi merupakan suatu perawatan yang dilakukan perawat berdasarkan pada penilaian klinis dan pengetahuan perawat untuk meningkatkan outcome pasien atau klien (Tim Pokja SIKI DPP PPNI, 2018).

Tabel 2.2 Intervensi Keperawatan Berdasarkan Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia pada Ibu Post Partum Dengan Menyusui Tidak Efektif

Hari, tanggal, jam	Diagnosa Keperawatan	Tujuan dan Kriteria Hasil (SIKI)	Intervensi (SIKI)
	Menyusui tidak efektif berhubungan dengan ketidakadekuatan suplai ASI.	Setelah dilakukan intervensi selama 1x24 jam, diharapkan status menyusui meningkat dengan kriteria hasil: <ol style="list-style-type: none"> 1. Perlekatan bayi pada payudara ibu meningkat 2. Tetesan/pancaran ASI meningkat 3. Suplai ASI adekuat 4. Ada penambahan berat badan bayi 5. Bayi tidak rewel 	a. Edukasi Menyusui <ol style="list-style-type: none"> 1. Identifikasi kesiapan dan kemampuan menerima informasi. 2. Identifikasi tujuan atau keinginan menyusui 3. Dukung ibu meningkatkan kepercayaan diri dalam menyusui. 4. Libatkan sistem pendukung : suami, keluarga, tenaga kesehatan, dan masyarakat. 5. Jelaskan manfaat menyusui bagi ibu. 6. Ajarkan posisi menyusui dan perlekatan dengan benar. b. Konseling Nutrisi <ol style="list-style-type: none"> 1. Identifikasi kebiasaan makanan dan perilaku makan yang akan diubah. 2. Gunakan standar nutrisi sesuai program diet dalam mengevaluasi kecukupan asupan makanan.
	Gangguan pola tidur berhubungan dengan periode pasca partum (SDKI, D.0055)	Setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 3 kali pertemuan diharapkan pola tidur membaik dengan kriteria hasil: <ol style="list-style-type: none"> a. keluhan sulit tidur meningkat 	Dukungan tidur SIKI I.05174 Observasi: <ol style="list-style-type: none"> 1. Identifikasi pola aktivitas dan tidur 2. Identifikasi faktor pengganggu tidur (fisik dan/psikologis) c.

Hari, tanggal, jam	Diagnosa Keperawatan	Tujuan dan Kriteria Hasil (SIKI)	Intervensi (SIKI)
		b. keluhan tidak puas tidur meningkat c. keluhan istirahat tidak cukup meningkat	Identifikasi makanan dan minuman yang mengganggu tidur (misal kopi, teh, alkohol, makan mendekati waktu tidur, minum banyak air sebelum tidur) 3. Identifikasi obat tidur yang di konsumsi Terapeutik : 1. Modifikasi lingkungan (misal pencahayaan, kebisingan, suhu, matras, dan tempat tidur) 2. Batasi waktu tidur siang, jika perlu 3. Fasilitasi menghilangkan stress sebelum tidur 4. Lakukan prosedur untuk meningkatkan kenyamanan (misal pijit, pengaturan posisi, terapi akupresur) Edukasi : Jelaskan pentingnya tidur cukup
	Defisit pengetahuan berhubungan dengan kurangnya terpapar informasi (D.0111)	Setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 3 kali pertemuan diharapkan kecukupan informasi kognitif membaik dengan kriteria hasil: a. Perilaku sesuai anjuran meningkat b. Kemampuan menjelaskan pengetahuan tentang suatu topik meningkat c. Perilaku sesuai dengan kemampuan meningkat	Edukasi kesehatan SIKI I.12383 Observasi : 1. Identifikasi kesiapan dan kemampuan menerima informasi 2. Identifikasi faktor-faktor yang dapat meningkatkan dan menurunkan motivasi perilaku hidup bersih dan sehat Terapeutik : 1. Sediakan materi dan media pendidikan kesehatan 2. Jadwalkan pendidikan kesehatan sesuai kesepakatan 3. Berikan kesempatan untuk bertanya Edukasi : 1. Jelaskan faktor resiko yang dapat mempengaruhi Kesehatan ibu menyusui 2. Ajarkan teknik menyusui yang benar

Sumber : (Tim Pokja SIKI DPP PPNI, 2018). (Tim Pokja SLKI DPP PPNI, 2018)

4. Implementasi Keperawatan

Implementasi merupakan rencana tindakan yang dilakukan untuk mencapai tujuan dari kriteria hasil yang dibuat. Berdasarkan terminologi NIC, pada tahap implementasi perawat mendokumentasikan tindakan yang merupakan tindakan keperawatan khusus yang diperlukan untuk melaksanakan intervensi. Perawat melaksanakan atau mendelegasikan tindakan keperawatan untuk intervensi yang disusun dalam tahap perencanaan dan kemudian mengakhiri tahap implementasi dengan mencatat tindakan keperawatan dan respons klien terhadap tindakan tersebut (Kozier, B., Erb, G., Berman, 2010).

Implementasi yang dapat dilakukan pada kasus ibu post partum dengan menyusui tidak efektif adalah mengidentifikasi kesiapan dan kemampuan menerima informasi, mengidentifikasi tujuan atau keinginan menyusui, mendukung ibu meningkatkan kepercayaan diri dalam menyusui, melibatkan sistem pendukung : suami, keluarga, tenaga kesehatan, dan masyarakat, menjelaskan manfaat menyusui bagi ibu, mengajarkan posisi menyusui dan perlekatan dengan benar, mengidentifikasi kebiasaan makanan dan perilaku makan yang akan diubah, menggunakan standar nutrisi sesuai program diet dalam mengevaluasi kecukupan asupan makanan, dan berkolaborasi pada ahli gizi, jika perlu.

5. Evaluasi Keperawatan

Evaluasi merupakan tahapan terakhir dari proses keperawatan, evaluasi dapat berupa evaluasi struktur, proses, dan hasil evaluasi terdiri dari

Dari kandungan ayat di atas dapat di petik bahwa setiap ibu yang ingin menyusui anaknya, akan di mudahkan oleh Allah SWT untuk melakukannya, namun dalam keadaan tertentu ada di mana ibu tidak dapat menyusui anaknya karena faktor dari kecukupan gizi atau keseimbangan hormonalnya terganggu, maka di perintahkan bagi ibu menyusui untuk mengkonsumsi makanan yang bergizi sebagaimana dalam tafsir al – Misbah adanya untuk makan makanan yang baik, lezat, bergizi dan juga berdampak positif bagi kesehatan. Dari apa yang Allah rezekikan kepada kamu, dan bertakwalah kepada Allah Swt dalam segala aktivitas.

Tidak salah al-Qur'an memerintahkan ibunda Maryam AS untuk makan dan minum dengan senang hati:

“Maka Jibril menyerunya dari tempat yang rendah: ‘Janganlah kamu bersedih hati, sesungguhnya Rabbmu telah menjadikan anak sungai di bawahmu. Dan goyangkanlah pangkal pohon kurma itu ke arahmu, niscaya pohon itu akan menggugurkan buah kurma yang masak kepadamu. Maka makan, minum, dan bersenang hatilah kamu...” (Maryam[19]: 24-26).

Ayat ini menjelaskan perlunya penjagaan nutrisi, demi ketika akan menyusui bayi dengan memakan makanan yang tinggi akan kandungan gizinya, serta makan dan minum dari yang halal dan *thoyyib*. Makanan yang halal dan *thoyyib* artinya makanan dan minuman yang diizinkan untuk dikonsumsi menurut Islam, menurut jenis makanan dan cara memperolehnya.

Halal dalam pemahaman *fuqaha* adalah halal dari segi zatnya dan prosesnya. Disebut *thoyyib* juga jika makanan tersebut aman, baik, dan tidak menimbulkan masalah apapun jika dikonsumsi, baik jangka pendek maupun

jangka panjang dan dapat memberi manfaat bagi tubuh contohnya seperti sayuran atau tumbuhan yang menjadi penyokong utama gizi bagi ibu menyusui. Sesuai dengan firman Allah SWT :

“Wahai manusia! Makanlah dari (makanan) yang halal dan baik yang terdapat di bumi...”(QS. Al Baqarah, 2:168).

Pada dunia tumbuhan terdapat beragam jenis bentuk, warna serta rasanya. Hal ini telah di sebutkan dalam Al-Quran surat al An’am ayat 141,

وَهُوَ الَّذِي أَنْشَأَ جَنَّاتٍ مَّعْرُوشَاتٍ وَغَيْرَ مَعْرُوشَاتٍ وَالنَّخْلَ وَالزَّرْعَ مُخْتَلِفًا أُكْلُهُ وَالزَّيْتُونَ
وَالرَّمَانَ مُتَشَبِهًا وَغَيْرَ مُتَشَبِهٍ ۗ كُلُوا مِنْ ثَمَرِهِ إِذَا أَثْمَرَ وَءَاتُوا حَقَّهُ يَوْمَ حَصَادِهِ ۗ وَلَا تُسْرِفُوا ۗ
إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ

Wa huwallazī anşya`a jannātim ma`rusyātiw wa gaira ma`rusyātiw wan-nakhla waz-zar`a mukhtalifan ukuluhu waz-zaitūna war-rummāna mutasyābihaw wa gaira mutasyābih, kulū min šamarihī izā ašmara wa ātu haqqahū yauma ḥaşādihī wa lā tusrifū, innahū lā yuḥibbul-musrifin

Artinya :

“Dan Dialah yang menjadikan kebun-kebum yang berjunjung dan yang tidak berjunjung, pohon korma, tanam-tanaman yang bermacam-macam buahnya, zaitun dan delima yang serupa (bentuk dan warnanya) dan tidak sama (rasanya). Makanlah dari buahnya (yang bermacam-macam itu) bila dia berbuah, dan tunaikanlah haknya di hari memetik hasilnya (dengan disedekahkan kepada fakir miskin); dan janganlah kamu berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang yang berlebih-lebihan.”

Dari ayat di atas, kita dapat memastikan bahwa Allah SWT menciptakan tumbuhan dengan berbagai macam bentuk, warna, dan rasanya, Allah SWT menciptakan kebun-kebum ini dari permulaan (Dia mengeluarkan kehidupan dari benda mati), diantaranya adalah kebun liar yang tumbuh dengan sendirinya atas takdir Allah SWT dan tumbuh tanpa bantuan pengaturan

manusia. Dalam hal ini salah satu tanaman yang di maksudkan adalah tanaman kelor yang biasanya tumbuh dengan sendirinya atas kehendak Allah SWT (Winarti, 2010).