

## PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES LIDAH BUAYA TERHADAP NYERI PAYUDARA PADA IBU YANG MENGALAMI BENDUNGAN ASI

Ani Retni<sup>1</sup>, Harismayanti<sup>2</sup>, Fahmi A. Lihu<sup>3</sup>, Ade Siska Huraju<sup>4\*</sup>

Universitas Muhammadiyah Gorontalo, Fakultas Ilmu Kesehatan<sup>1,2,3,4</sup>

\*Corresponding Author : hurajuadesiska@gmail.com

### ABSTRAK

Keberhasilan pemberian ASI Kepada bayi tidak terlepas dari berbagai permasalahan, salah satunya adalah masalah pada payudara ibu. Salah satu masalah umum yang berhubungan dengan menyusui adalah pengerasan payudara atau bendungan ASI. Bendungan ASI merupakan peningkatan aliran vena dan limfe pada payudara yang dapat menyebabkan nyeri, demam, dan pembengkakan payudara. Permasalahan ini sering dialami oleh ibu menyusui dan dapat berdampak pada proses pemberian ASI eksklusif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian kompres lidah buaya terhadap nyeri payudara pada ibu yang mengalami bendungan ASI di wilayah kerja Puskesmas Limboto. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain quasy experiment pretest-posttest yang dilakukan pada 15 responden ibu yang mengalami bendungan ASI. Pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria inklusi yaitu ibu post partum yang mengalami bendungan ASI, ibu dengan bayi hidup dan dalam proses menyusui, serta bersedia menjadi responden. Hasil penelitian menunjukkan karakteristik responden mayoritas berusia 26-30 tahun (53,3%) dengan pendidikan terakhir SMA (40%). Sebelum diberikan intervensi sebagian besar responden mengalami nyeri sedang (86,7%) dan setelah intervensi mayoritas mengalami nyeri ringan (60%). Berdasarkan uji paired t-test diperoleh nilai p-value 0,004 ( $p < 0,05$ ) yang menunjukkan terdapat pengaruh signifikan pemberian kompres lidah buaya terhadap penurunan nyeri payudara pada ibu yang mengalami bendungan ASI. Penelitian ini membuktikan bahwa kompres lidah buaya efektif sebagai terapi non-farmakologis dalam mengatasi nyeri payudara akibat bendungan ASI.

**Kata kunci** : ibu, lidah buaya, nyeri, payudara

### ABSTRACT

*The success of breastfeeding for babies is inseparable from various problems, one of which is a problem with the mother's breasts. One common problem associated with breastfeeding is breast hardening or breast milk blockage. Breast engorgement is an increase in venous and lymphatic flow in the breast that can cause pain, fever, and breast swelling. This problem is often experienced by breastfeeding mothers and can impact the process of exclusive breastfeeding. This study aims to determine the effect of aloe vera compress on breast pain in mothers experiencing breast engorgement in the work area of Limboto Public Health Center. This research is quantitative with a quasi-experimental pretest-posttest design conducted on 15 respondents who experienced breast engorgement. Sampling used a purposive sampling technique with inclusion criteria, namely postpartum mothers experiencing breast engorgement, mothers with living babies and in the process of breastfeeding, and willing to become respondents. The results showed that the majority of respondents' characteristics were aged 26-30 years (53.3%) with a high school education (40%). Before the intervention, most respondents experienced moderate pain (86.7%), and after the intervention, the majority experienced mild pain (60%). Based on the paired t-test, a p-value of 0.004 ( $p < 0.05$ ) was obtained, indicating a significant effect of aloe vera compress on reducing breast pain in mothers experiencing breast engorgement.*

**Keywords** : aloe vera, breast, mother, pain

### PENDAHULUAN

Perubahan fisiologi selama masa post partum meliputi semua sistem tubuh salah satu diantaranya yaitu perubahan pada sistem reproduksi. Disamping involusi, terjadi juga

perubahan-perubahan penting lainnya yaitu timbulnya laktasi. Laktasi merupakan keseluruhan proses menyusui mulai dari ASI sampai proses bayi menghisap dan menelan ASI. Laktasi merupakan bagian integral dari siklus reproduksi mamalia termasuk manusia. Air Susu Ibu (ASI) di produksi oleh organ tubuh wanita yang bernama payudara. (Aini et al., 2019) Keberhasilan pemberian ASI Kepada bayi tidak terlepas dari berbagai permasalahan, salah satunya adalah masalah pada payudara ibu. Salah satu masalah umum yang berhubungan dengan menyusui adalah pengerasan payudara atau bendungan ASI. Kesulitan yang paling sering ditemui oleh ibu menyusui pada minggu pertama pasca persalinan adalah pembengkakan payudara yang menyakitkan, puting lecet, bayi yang gagal menghisap, sehingga tidak dapat mengosongkan payudara secara efektif. Hal ini dapat memberikan dampak terhadap pemberian ASI eksklusif pada bayi. Jika bayi tidak mendapatkan ASI maka kebutuhan gizi bayi tidak terpenuhi secara baik dan mudah terkena penyakit. (Lestari et al., 2023)

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2021 insiden bendungan ASI dapat dikurangi hingga setengah disusui tanpa batas pada tahun-tahun berikutnya sejumlah peneliti lain dan mengamati bahwa bila waktu untuk menyusui di jadwalkan, lebih terjadi bendungan yang sering diikuti dengan mastitis dan kegagalan laktasi. Menurut *United National Children's Fund* (UNICEF) terungkap data di dunia ibu yang mengalami masalah menyusui sekitar 17.230.142 juta jiwa yang terdiri dari puting susu lecet 56,4 %, bendungan payudara 36,12 %, dan mastitis 7,5 %. Data Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia tahun 2015 menyebutkan bahwa terdapat ibu nifas yang mengalami bendungan ASI sebanyak 35.985 atau (15,60 %) ibu nifas, serta tahun 2015 ibu nifas yang mengalami Bendungan ASI sebanyak 77.231 atau (37,12 %) ibu nifas. Sedangkan menurut penelitian Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan RI tahun 2018 kejadian bendungan ASI di indonesia terbanyak pada ibu-ibu bekerja sebanyak 6% dari ibu menyusui. (Kemenkes, 2019)

Masalah umum selama menyusui termasuk penyumbatan saluran, menyebabkan rasa sakit, demam, payudara merah, teraba benjolan dan pembengkakan yang menyakitkan, dan pengerasan payudara, juga dikenal sebagai bendungan ASI. Peristiwa ini biasanya terjadi karena ASI yang terkumpul tidak dikeluarkan dan terjadi penyumbatan. Gejala umum dari bendungan ASI antara lain pembengkakan pada payudara, payudara terasa panas dan kaku, serta peningkatan suhu tubuh ibu. Jika situasi ini tidak segera diatasi, dapat menyebabkan mastitis dan abses payudara. (Silaban et al., 2022) Bendungan ASI merupakan peningkatan aliran vena dari limfe pada payudara dalam rangka mempersiapkan diri untuk proses laktasi, bisa juga karena adanya penyempitan duktus laktiferous pada payudara ibu sert dapat terjadi pula bila memiliki kelainan puting susu seperti puting susu datar dan terbenam. Bendungan ASI menyebabkan demam, payudara terasa sakit, payudara berwarna merah, payudara bengkak dan payudara mengeras, hal tersebut dapat mempengaruhi proses pemberian ASI. (Jama & Suhermi, 2019)

Salah satu upaya untuk mencegah bendungan ASI yaitu dengan melakukan terapi farmakologis dan terapi non-farmakologis. Secara farmakologis yaitu dengan memberikan terap simptomatik berupa analgetik untuk mengurangi rasa nyeri seperti parasetamol dan ibuprofen. Secara non farmakologis dengan memberikan kompres Lidah Buaya (*Aloe Vera*). Pemberian metode non farmakologis merupakan pengendalian nyeri menjadi lebih murah, simple, efektif, dan tanpa efek yang merugikan. (Sari et al., 2019) Lidah buaya (*Aloe vera*) merupakan tanaman asli afrika, yang termasuk golongan *Liliaceae*. Keistimewaan lidah buaya ini terletak pada gelnya yang dapat membuat kulit tidak cepat kering dan selalu kelihatan lembab. Keadaan tersebut disebabkan sifat gel lidah buaya yang mampu meresap ke dalam kulit, sehingga dapat menahan kehilangan cairan yang terlampau banyak dari dalam kulit. (Siregar et al., 2023) Lidah Buaya (*Aloe Vera*) banyak mengandung air dan berbagai zat yaitu (anthraquinone, aloemodin, enzimbradikanas e, carboxypeptidase, salisilat,, tanin dan

saponin) yang memiliki manfaat dalam mengatasi nyeri payudara sehingga pengeluaran ASI pada ibu 2-3 nifas menjadi lancar. Tanaman Lidah Buaya (Aloe Vera) dapat digunakan untuk mengatasi nyeri payudara dikarenakan kandungan anthraquinone yang mengandung aloin dan emodin sebagai analgesic dan anti inflamasi. Ekstrak lidah buaya juga menghambat migrasi dari sel-sel neutrofil. Sebagai zat anti bakteri, ekstrak lidah buaya menghambat perkembangan bakteri *Streptococcus* dan *Shigella*. (Utari & Purwanto, 2021).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Febriyanti et al., 2022) Dimana hasil uji statistik nilai  $p$ -value 0,001 ( $p$ -value < 0,05) yang berarti ada pengaruh pemberian kompres lidah buaya terhadap nyeri payudara pada ibu yang mengalami bendungan ASI di wilayah kerja UPTD Puskesmas Sudimoro Kabupaten Tanggamus. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh (Patiran M et al., 2022) yang menyatakan bahwa terdapat penurunan skor nyeri (0-3) setelah diberikan kompres Lidah Buaya (Aloe Vera) pada ibu nifas. Hasil penelitian (Siregar et al., 2023) menunjukkan intensitas nyeri yang dialami oleh responden setelah kompres lidah buaya pada payudara ibu post partum menurun dari sebelumnya dimana jumlah responden yang mengalami intensitas nyeri sedang berkurang secara signifikan. Mayoritas responden yang sebelumnya mengalami nyeri sedang menjadi mayoritas nyeri ringan setelah diberikan kompres lidah buaya.

Beberapa bukti empiris dari studi penelitian yang pernah dilakukan untuk menguji manfaat lidah buaya sebagai tanaman herbal untuk mencegah terjadinya pembengkakan payudara yang diakibatkan oleh bendungan ASI telah dilakukan. Studi penelitian (Sari et al., 2019) yang menyatakan hasil kompres Aloe vera efektif menurunkan intensitas nyeri pembengkakan payudara ibu menyusui. Penelitian lain yang senada juga menunjukkan bahwa kelompok eksperimen dengan kompres gel lidah buaya efektif meredakan nyeri pembengkakan payudara daripada kelompok kontrol yang tidak diberikan lidah buaya. Hal ini karena lidah buaya mengandung gel dingin yang memberikan efek relaksasi pada ibu yang mengalami nyeri pembengkakan payudara, lidah buaya juga tidak menimbulkan efek samping karena pH sama dengan kulit manusia. Nyeri akibat adanya bendungan ASI yang tidak ditindak lanjuti dapat menimbulkan komplikasi lebih lanjut, sehingga diperlukan penatalaksanaan yang efektif untuk mengatasi nyeri pada payudara akibat bendungan ASI pada ibu menyusui. Peneliti, berdasarkan permasalahan tersebut bertujuan untuk meneliti tentang pengaruh pemberian kompres lidah buaya terhadap nyeri payudara pada ibu yang mengalami bendungan ASI di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto.

## METODE

Jenis penelitian ini kuantitatif, desain yang digunakan dalam penelitian *quasy experiment* *Pretest-posttest* penelitian dilakukan dengan cara memberikan penilaian awal (*pretest*) terlebih dahulu sebelum diberikan perlakuan (intervensi), kemudian diberikan intervensi dengan cara melakukan pemberian kompres lidah buaya setelah itu dilakukan *posttest*. Penelitian ini telah dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Limboto, waktu pengambilan kasus pada bulan Agustus 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang mengalami bendungan ASI yang berada wilayah kerja Puskesmas Limboto. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 15 responden ibu. Sampel yang dipilih untuk dijadikan objek penelitian ini dengan kriteria Inklusi yaitu Ibu post partum yang mengalami bendungan ASI, ibu post partum dengan bayi hidup dan dalam proses menyusui, ibu yang bersedia menjadi responden. Sedangkan kriteria eksklusi yaitu ibu post partum masih dalam pengobatan penekanan laktasi, ibu post partum dengan puting lecet/ melepuh, terdapat infeksi payudara, abses payudara, mastitis, septikemia. Analisa bivariat dilakukan untuk mengetahui ada hubungan antar variabel independen dengan variabel dependen pada derajat kemaknaan 95%. Analisa bivariat dilakukan dengan uji statistik *paired sampel t-test* untuk menguji perbedaan proporsi sebelum dan sesudah dilakukan

intervensi

## HASIL

### Karakteristik Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini berjumlah 15 orang. Adapun karakteristik responden berdasarkan umur dan pendidikan dapat disajikan dalam tabel sebagai berikut:

**Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur dan Pendidikan**

Karakteristik Responden	Frekuensi	Presentase
<b>Umur</b>		
20-25 Tahun	3	20%
26-30 Tahun	8	53,3%
31-35 Tahun	4	26,7%
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100%</b>
<b>Pendidikan</b>		
SD	1	6,7%
SMP	4	26,7%
SMA	6	40%
Sarjana	4	26,7%
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 1, menunjukkan bahwa dari 15 responden yang diteliti, jumlah umur responden sebagian besar berusia 26-30 tahun sebanyak 8 responden (53,3%), sedangkan jumlah usia yang sedikit yaitu usia 20-25 tahun yaitu terdapat 3 responden (20%). Distribusi karakteristik responden sebagian besar responden dengan pendidikan terakhir SMA yaitu sebanyak 6 responden (40%), sedangkan yang paling sedikit yaitu yang berpendidikan SD hanya terdapat 1 responden (6,7%).

### Analisis Univariat

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Skala Nyeri (Pre-test) Pemberian Kompres Lidah Buaya**

Skala Nyeri (Pre-test)	Frekuensi	Presentase
Nyeri Ringan	2	13,3%
Nyeri Sedang	13	86,7%
Nyeri Berat	0	0%
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 2, menunjukkan bahwa sebelum diberikan intervensi kompres lidah buaya sebagian besar responden berada pada kategori skala nyeri sedang yaitu sebanyak 13 responden (86,7%) sedangkan skala nyeri ringan hanya terdapat 2 responden (13,3%).

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Skala Nyeri (Post-test) Pemberian Kompres Lidah Buaya**

Skala Nyeri (Post-test)	Frekuensi	Presentase
Nyeri Ringan	9	60%
Nyeri Sedang	6	40%
Nyeri Berat	0	0%
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 3, menunjukkan bahwa setelah diberikan intervensi kompres lidah buaya sebagian besar responden berada pada kategori skala nyeri ringan yaitu sebanyak 9 responden (60%) sedangkan skala nyeri sedang terdapat 6 responden (40%).

**Analisis Bivariat**

Sebelum melakukan analisis bivariat, terlebih dahulu peneliti akan melakukan uji normalitas data. Apabila, data berdistribusi normal maka nilai signifikannya  $>0,05$ .

**Tabel 4. Uji Normalitas Data Shapiro Wilk**

	Statistic	df	Sig	Keterangan
Pre-test	0.267	15	0.056	Normal
Post-test	0.492	15	0.079	Normal

Tabel 4 menunjukkan bahwa nilai signifikan data skala nyeri pre-test adalah 0,056 dan data skala nyeri post test adalah 0,079. Kedua data hasil penelitian tersebut didapatkan nilai signifikannya  $>0,05$  artinya data berdistribusi normal sehingga peneliti dapat menggunakan uji paired t-test yang dapat disajikan pada tabel 5.

**Tabel 5. Pengaruh Pemberian Kompres Lidah Buaya terhadap Nyeri Payudara pada Ibu yang Mengalami Bendungan ASI di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto**

Nyeri Payudara	N	Mean	Standar Deviasi	Standar Error	P-Value
Pre-test	15	1.87	0.352	0.091	0,004
Post-test	15	1.40	0.507	0.131	

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, menunjukkan bahwa hasil uji statistik diatas diketahui bahwa nilai N merupakan jumlah subjek atau sampel yaitu 15 responden ibu menyusui yang mengalami nyeri payudara akibat bendungan ASI, nilai mean atau rata-rata sebelum diberikan intervensi yaitu 1.87 dan sesudah diberikan intervensi yaitu 1.40. Nilai standar deviasi atau sebaran data sebelum diberikan intervensi yaitu 0.352 dan sesudah diberikan intervensi yaitu 0.507. Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji paired t-test didapatkan nilai signifikan atau nilai p-value yaitu 0,004 yang berarti  $0,004 < 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  diterima yang artinya terdapat pengaruh pemberian kompres lidah buaya terhadap nyeri payudara pada ibu yang mengalami bendungan ASI di wilayah kerja Puskesmas Limboto.

**PEMBAHASAN****Analisis Univariat****Nyeri Payudara pada Ibu yang Mengalami Bendungan ASI Sebelum Diberikan Kompres Lidah Buaya**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa sebelum diberikan intervensi kompres lidah buaya sebagian besar responden berada pada kategori skala nyeri sedang yaitu sebanyak 13 responden (86,7%) sedangkan skala nyeri ringan hanya terdapat 2 responden (13,3%). Hal ini menunjukkan bahwa nyeri payudara akibat bendungan ASI merupakan masalah yang cukup signifikan pada sebagian besar ibu yang berpartisipasi dalam penelitian ini. Nyeri payudara yang sedang biasanya dicirikan dengan rasa sakit yang cukup mengganggu, tetapi tidak menghalangi ibu untuk menjalankan aktivitas sehari-hari secara keseluruhan. Namun, bagi ibu yang merasakannya, ini tentu saja tetap dapat mengurangi kenyamanan, dan dalam beberapa kasus, dapat mengganggu proses menyusui atau bahkan menyebabkan stres emosional.

Pada penelitian ini didapatkan bahwa terjadinya nyeri pada responden diakibatkan oleh penyumbatan ASI atau bendungan ASI sehingga ada beberapa responden yang mengalami puting susu lecet dan bengkak. Beberapa ibu juga mengalami kelelahan pasca persalinan, yang menyebabkan daya tahan tubuh mereka menjadi menurun sehingga menyebabkan terjadinya



infeksi bakteri penyebab nyeri. Faktor lain yang menjadi penyebab tingginya intensitas nyeri yang dialami oleh responden adalah keadaan psikologis seperti rasa cemas dan stress. Selain itu ibu tidak sering memberikan ASI maka payudara semakin membengkak dan nyeri yang dirasakan semakin meningkat karena ASI tidak lancar. Skala nyeri sedang yang dialami oleh 15 responden menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami ketidaknyamanan yang cukup signifikan. Nyeri ini cukup mengganggu aktivitas harian dan memerlukan intervensi untuk meredakannya. Dalam konteks bendungan ASI, nyeri sedang bisa disebabkan oleh pembengkakan yang signifikan, tekanan di dalam payudara, dan peradangan. Skala nyeri ringan yang dialami oleh 2 responden menunjukkan bahwa hanya sebagian kecil responden yang merasakan nyeri yang tidak terlalu mengganggu. Nyeri ringan biasanya tidak memerlukan intervensi medis segera, namun tetap perlu dikelola agar tidak meningkat.

Bendungan ASI, yang terjadi ketika jumlah ASI yang diproduksi melebihi kapasitas payudara untuk menampungnya, adalah salah satu kondisi yang umum dialami ibu menyusui. Kondisi ini dapat menyebabkan pembengkakan, ketegangan, dan rasa sakit yang cukup mengganggu pada payudara. Pada tingkat yang lebih parah, bendungan ASI juga dapat menyebabkan peradangan dan bahkan infeksi jika tidak ditangani dengan tepat. Karena itu, nyeri payudara yang dialami oleh ibu-ibu dalam penelitian ini bukan hanya masalah fisik, tetapi juga dapat berpengaruh terhadap pengalaman menyusui mereka secara keseluruhan, kualitas hidup, serta ikatan antara ibu dan bayi. Berdasarkan hasil penelitian ini, sebagian besar responden yang awalnya merasakan nyeri payudara pada tingkat sedang mungkin memiliki potensi untuk mengalami perbaikan setelah pemberian kompres lidah buaya. Terlepas dari itu, penting untuk diingat bahwa efektivitas pengobatan bisa sangat bervariasi antar individu. Beberapa ibu mungkin merasakan pengurangan nyeri yang signifikan, sementara yang lainnya hanya merasakan sedikit perubahan, tergantung pada berbagai faktor seperti tingkat keparahan bendungan ASI, kepekaan individu terhadap nyeri, dan bahkan cara kompres diterapkan.

Intervensi ini juga berpotensi meningkatkan kenyamanan emosional ibu yang sering kali merasa cemas atau stres akibat rasa sakit yang ditimbulkan oleh bendungan ASI. Dengan adanya solusi alami yang relatif mudah diterapkan, ibu dapat merasa lebih berdaya dalam mengelola kondisi mereka tanpa harus selalu bergantung pada obat penghilang rasa sakit atau perawatan medis yang lebih invasif. Namun, penting untuk dicatat bahwa pemberian kompres lidah buaya tidak bisa diharapkan menjadi satu-satunya solusi untuk mengatasi bendungan ASI. Dalam banyak kasus, perawatan menyusui yang benar, seperti teknik menyusui yang baik, pemompaan ASI secara teratur, atau pemberian ASI lebih sering pada bayi juga sangat penting dalam mencegah terjadinya bendungan ASI dan mengurangi nyeri payudara. Oleh karena itu, kompres lidah buaya sebaiknya digunakan sebagai bagian dari pendekatan yang lebih holistik, yang melibatkan edukasi tentang manajemen ASI dan perawatan diri bagi ibu.

Menurut (Febriyanti et al., 2022) rasa nyeri pada payudara akibat pembengkakan payudara dapat membuat tidak nyaman, hal ini tidak hanya menyakitkan ibu tetapi juga bayi. Salah satu penyebab infeksi ditemukan adanya nyeri pada payudara kadang sampai membutuhkan antibiotik, pada kenyataannya sebagian rasa nyeri dipayudara bukan merupakan infeksi bakteri, melainkan adanya produksi ASI yang mulai bertambah, tentunya hal tersebut tidak membutuhkan antibiotik, sementara pemberian antibiotik dapat menyebabkan perkembangan infeksi jamur *Candida* pada puting atau payudara. Pembengkakan payudara merupakan suatu keadaan statis pada pembuluh darah dan limfe yang mengakibatkan meningkatnya tekanan intraduktal yang mempengaruhi berbagai segmen pada payudara, sehingga tekanan seluruh payudara meningkat. Pembengkakan payudara juga dapat terjadi dikarenakan adanya sumbatan pada saluran susu. Sumbatan pada payudara tersebut bisa terjadi pada satu atau lebih duktus laktiferus. Gangguan ini dapat menyebabkan bendungan ASI pada payudara dan apabila tidak segera ditangani akan menyebabkan terjadinya mastitis dan abses payudara. (Aini et al., 2019) Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh (Siregar et al., 2023) hasil distribusi frekuensi

intensitas nyeri ibu postpartum yang mengalami mastitis sebelum kompres lidah buaya (pretest) didapatkan hasil mayoritas berada pada kategori intensitas nyeri sedang yaitu 11 responden (68,8%). Didukung oleh penelitian (Lubis, 2018) didapatkan hasil penelitian sebelum intervensi mayoritas nyeri sedang akibat pembengkakan payudara sebanyak 16 orang (80%) dan minoritas nyeri ringan akibat pembengkakan payudara sebanyak 4 orang (20%). Dari hasil penelitian menurut asumsi peneliti sebelum diberikan kompres lidah buaya, sebagian besar responden berada pada skala nyeri sedang. Ini menunjukkan bahwa nyeri akibat bendungan ASI cukup signifikan pada populasi yang diteliti, dan menunjukkan kebutuhan akan intervensi yang efektif untuk mengurangi nyeri ini. Dengan mayoritas responden mengalami nyeri sedang, kompres lidah buaya sebagai intervensi diharapkan dapat menurunkan intensitas nyeri dari sedang menjadi ringan atau bahkan menghilangkan nyeri sepenuhnya. Hasil ini akan menjadi dasar yang kuat untuk menilai pengaruh lidah buaya dalam meredakan nyeri yang terkait dengan bendungan ASI.

### **Nyeri Payudara pada Ibu yang Mengalami Bendungan ASI Setelah Diberikan Kompres Lidah Buaya**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa setelah diberikan intervensi kompres lidah buaya sebagian besar responden berada pada kategori skala nyeri ringan yaitu sebanyak 9 responden (60%) sedangkan skala nyeri sedang terdapat 6 responden (40%). Artinya, kompres lidah buaya mampu memberikan efek yang cukup baik dalam mengurangi rasa nyeri payudara pada sebagian besar ibu yang mengalami bendungan ASI.

Pada penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden mengalami penurunan intensitas nyeri dari skala sedang ke skala ringan setelah intervensi. Nyeri ringan merupakan tingkat nyeri yang lebih dapat ditoleransi dan umumnya tidak mengganggu aktivitas harian secara signifikan. Ini menunjukkan bahwa kompres lidah buaya efektif dalam meredakan peradangan dan ketidaknyamanan yang terkait dengan bendungan ASI. Meskipun masih ada responden yang merasakan nyeri pada skala sedang, hal ini menunjukkan bahwa meskipun kompres lidah buaya dapat memberikan pengurangan nyeri, hasilnya tidak bersifat mutlak dan dapat bervariasi antar individu. Beberapa faktor mungkin mempengaruhi perbedaan ini, seperti tingkat keparahan bendungan ASI, kondisi fisik individu, atau bahkan respons psikologis terhadap terapi yang diberikan. Pada beberapa ibu, efek relaksasi dari lidah buaya mungkin lebih terasa, sedangkan pada yang lain, efeknya mungkin kurang signifikan. Penurunan intensitas nyeri yang terjadi pada sebagian besar responden bisa jadi disebabkan oleh beberapa kandungan dalam lidah buaya, seperti aloin dan aloinin, yang memiliki efek antiinflamasi dan analgesik. Selain itu, sifat pendinginan dari kompres lidah buaya dapat membantu mengurangi rasa panas dan pembengkakan yang sering terjadi pada payudara akibat bendungan ASI. Penggunaan kompres lidah buaya juga memberikan rasa nyaman dan relaksasi pada ibu menyusui, yang pada gilirannya dapat mengurangi persepsi terhadap rasa nyeri.

Namun, meskipun sebagian besar ibu melaporkan adanya penurunan nyeri, hasil penelitian ini juga mengindikasikan bahwa kompres lidah buaya tidak sepenuhnya efektif dalam menghilangkan rasa nyeri pada semua responden. Beberapa ibu mungkin membutuhkan tambahan pengobatan atau terapi lain, seperti pemompaan ASI secara teratur, untuk mengatasi bendungan ASI secara lebih optimal. Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa kompres lidah buaya bisa menjadi alternatif terapi non-farmakologis yang efektif untuk mengurangi nyeri payudara akibat bendungan ASI, meskipun hasilnya bervariasi pada setiap individu. Penelitian lebih lanjut mungkin perlu dilakukan untuk mengeksplorasi faktor-faktor yang dapat mempengaruhi efektivitas terapi ini, seperti dosis kompres, durasi aplikasi, atau penggunaan lidah buaya dalam kombinasi dengan terapi lain. Pemberian metode non farmakologis merupakan pengendalian nyeri menjadi lebih murah, simple, efektif dan tanpa efek yang merugikan. Strategi untuk mengurangi pembengkakan payudara dapat dilakukan

dengan akupuntur, perawatan payudara tradisional (kompres panas atau kompres dingin dikombinasikan dengan pijatan), lidah buaya, kompres panas dan dingin secara bergantian, kompres dingin, dan terapi ultrasound. Lidah buaya (*Aloe vera*) merupakan tanaman asli afrika, yang termasuk golongan Liliaceae. Keistimewaan lidah buaya ini terletak pada gelnya yang dapat membuat kulit tidak cepat kering dan selalu kelihatan lembab. Keadaan tersebut disebabkan sifat gel lidah buaya yang mampu meresap ke dalam kulit, sehingga dapat menahan kehilangan cairan yang terlampaui banyak dari dalam kulit. (Nurakilah, 2022)

Beberapa penelitian lidah buaya berkhasiat sebagai anti inflamasi berfungsi untuk merusak menghancurkan, mengurangi, atau melokalisasi (sekuster) baik agen yang rusak maupun jaringan yang rusak. Tanda terjadinya inflamasi adalah pembengkakan/edema, kemerahan, panas, nyeri. Anti piretik adalah zat-zat yang dapat mengurangi suhu tubuh atau obat untuk menurunkan panas. Lidah buaya bekerja sebagai anti inflamasi serta obat herbal untuk luka bakar yang dapat mencegah oedema dengan cara menghambat enzim siklooksigenase atau menghambat sintesis prostaglandin E2 (PGE2) dari asam arakhidonat. Senyawa PGE2 merupakan prostaglandin yang dilepaskan oleh makrofag dan memodulasi beberapa respon radang serta meningkatkan sensitifitas nyeri. Ekstrak lidah buaya juga menghambat migrasi dari sel-sel neutrofil. Sebagai zat anti bakteri, ekstrak lidah buaya menghambat perkembangan bakteri *Streptococcus* dan *Shigella*. (Sulfiana et al., 2024)

Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh didapatkan hasil penelitian sesudah intervensi mayoritas nyeri ringan akibat pembengkakan payudara sebanyak 18 orang (90%) dan minoritas nyeri sedang akibat pembengkakan payudara sebanyak 2 orang (10%). Didukung oleh penelitian (Putri, 2019) hasil penelitian sesudah dilakukan pemberian kompres hangat mayoritas memiliki skala nyeri 1-3 yaitu sebanyak 8 responden (40,0%), tidak nyeri sebanyak 5 responden (25,0%), skala 4-6 sebanyak 6 responden (30,0%) dan skala 7-9 sebanyak 1 responden (5,0%). Dari hasil penelitian menurut asumsi peneliti sebelum intervensi, sebagian besar responden mengalami nyeri sedang, namun setelah diberikan kompres lidah buaya, mayoritas dari mereka beralih ke kategori nyeri ringan. Ini menunjukkan bahwa lidah buaya memiliki efek positif dalam menurunkan intensitas nyeri pada ibu yang mengalami bendungan ASI. Meskipun tidak semua responden mencapai skala nyeri ringan, namun ada perbaikan signifikan pada mayoritas responden. Hal ini memberikan dasar bagi rekomendasi lebih lanjut tentang penggunaan lidah buaya dalam manajemen nyeri pada kondisi serupa.

### **Analisis Bivariat Pengaruh Pemberian Kompres Lidah Buaya terhadap Nyeri Payudara pada Ibu yang Mengalami Bendungan ASI di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, menunjukkan bahwa hasil uji statistik diatas diketahui bahwa nilai N merupakan jumlah subjek atau sampel yaitu 15 responden ibu menyusui yang mengalami nyeri payudara akibat bendungan ASI, nilai mean atau rata-rata sebelum diberikan intervensi yaitu 1.87 dan sesudah diberikan intervensi yaitu 1.40. Nilai standar deviasi atau sebaran data sebelum diberikan intervensi yaitu 0.352 dan sesudah diberikan intervensi yaitu 0.507. Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji paired t-test didapatkan nilai signifikan atau nilai p-value yaitu 0,004 yang berarti  $0,004 < 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  diterima yang artinya terdapat pengaruh pemberian kompres lidah buaya terhadap nyeri payudara pada ibu yang mengalami bendungan ASI di wilayah kerja Puskesmas Limboto.

Pada penelitian ini menunjukkan adanya penurunan nilai mean dari 1,87 menjadi 1,40 menunjukkan bahwa terdapat penurunan intensitas nyeri setelah penerapan kompres lidah buaya. Ini mengindikasikan bahwa intervensi tersebut efektif dalam mengurangi nyeri pada sebagian besar responden. Ini memberikan bukti empiris bahwa lidah buaya bisa menjadi metode alternatif atau tambahan dalam manajemen nyeri akibat bendungan ASI. Penurunan rata-rata skala nyeri ini sangat penting karena mencerminkan bahwa kompres lidah buaya



berpotensi meredakan gejala yang dirasakan oleh ibu yang mengalami bendungan ASI. Bendungan ASI biasanya disertai dengan pembengkakan dan rasa sakit yang cukup mengganggu. Kompres lidah buaya, yang dikenal memiliki sifat antiinflamasi dan menenangkan, diyakini berperan dalam mengurangi peradangan dan meningkatkan kenyamanan pada payudara ibu menyusui, sehingga memberikan efek positif terhadap penurunan skala nyeri.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada beberapa ibu mengalami penurunan skala nyeri yang hanya turun 1 skala setelah pemberian kompres lidah buaya. Hal ini disebabkan beberapa faktor yaitu waktu pemberian kompres lidah buaya hanya selama 5 menit, sehingga tidak cukup lama untuk memberikan efek maksimal. Adanya perbedaan toleransi nyeri yang berbeda-beda pada setiap ibu. Ibu yang mengalami stres atau kelelahan memiliki persepsi nyeri yang lebih tinggi, dan intervensi lidah buaya tidak cukup untuk mengatasi nyeri yang dipengaruhi oleh faktor-faktor psikologis ini. Walaupun kompres ini sudah dilakukan tetapi ibu tidak melakukan tindakan lain yang diperlukan untuk mengatasi bendungan ASI, seperti pijatan payudara, pemberian ASI secara rutin ataupun melakukan pompa ASI, efek dari kompres lidah buaya akan terbatas.

Penelitian ini dilaksanakan selama dua hari. Pada hari pertama, dilakukan pengukuran awal skala nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) sebagai pre-test. Setelah pengukuran pre-test, ibu diberikan intervensi berupa kompres lidah buaya. Gel lidah buaya dioleskan secara merata pada area payudara yang mengalami bendungan ASI, kemudian didiamkan selama 5 menit. Setelah itu, area payudara dibersihkan dengan menggunakan kain bersih dan air hangat. Pada hari pertama, tidak dilakukan pengukuran skala nyeri setelah pemberian kompres lidah buaya. Pada hari kedua, ibu kembali diberikan intervensi kompres lidah buaya dengan cara yang sama seperti hari pertama, yaitu dioleskan pada payudara selama 5 menit. Setelah intervensi kompres selesai, dilakukan pengukuran skala nyeri menggunakan NRS sebagai post-test untuk mengevaluasi perubahan tingkat nyeri setelah pemberian kompres lidah buaya.

Pembendungan air susu disebabkan karena penyempitan duktus laktiferus atau oleh kelenjar-kelenjar yang tidak dikosongkan dengan sempurna payudara akan terasa sakit, panas, nyeri pada perabaan, tegang, bengkak yang terjadi pada hari ketiga sampai hari keenam setelah persalinan, ketika ASI secara normal dihasilkan. Pembengkakan payudara terjadi karena ASI tidak dihisap oleh bayi secara adekuat, sehingga sisa ASI terkumpul pada sistem duktus yang mengakibatkan terjadinya pembengkakan dan bendungan ASI. Statis pada pembuluh darah dan limfe akan mengakibatkan meningkatnya tekanan intraduktal yang mempengaruhi berbagai segmen pada payudara, sehingga tekanan seluruh payudara meningkat. Akibatnya, payudara sering terasa penuh, tegang, dan nyeri. Hal tersebut juga bisa terjadi dikarenakan adanya sumbatan pada saluran susu. (Damayanti, 2018)

Payudara penuh sering terjadi bila ibu tidak menyusui secara eksklusif, dimana ibu tidak menyusukan bayinya setiap bayi membutuhkan. Sementara produksi ASI tetap berlangsung, akibatnya payudara akan penuh dengan ASI. Bila tidak langsung diberikan kepada bayi maka terjadilah bendungan ASI (Renah, 2022). Bendungan ASI dapat terjadi karena adanya penyempitan duktus laktiferus. pada payudara ibu dan dapat pula terjadi pada ibu yang memiliki kelainan puting susu. Pada kondisi ibu dengan keadaan puting terbenam atau lecet akan mempengaruhi niat ibu untuk menyusui bayinya. Karena jika kondisi puting ibu lecet maka ketika menyusu ibu akan merasakan nyeri dan sakit sehingga ibu mengurangi frekuensi dan durasi menyusu, dan ketika kondisi puting ibu terbenam maka bayi juga akan mengalami kesulitan untuk mencari puting ibu dan dalam proses penghisapan air susu maka bayi juga akan mengalami kesulitan. Keadaan atau kondisi puting ini juga dipengaruhi oleh teknik menyusui, jika teknik menyusui salah, maka faktor yang paling sering terjadi adalah lecetnya puting susu ibu. (Lubis, 2021)

Teknik meredakan nyeri payudara dilakukan dengan kompres lidah buaya karena mengandung banyak zat yang dapat meredakan nyeri sehingga dapat mengurangi rasa nyeri. Komposisi lidah buaya terdapat berbagai zat anti peradangan, antara lain asam salisilat, indometasin, mannose 6-fosfat, dan B-sitosterol yang dapat menurunkan skala nyeri pembengkakan payudara pada ibu post-partum. Komponen lain dari lignin, saponin dan antrakuinon terdiri dari aloin, babaloin, antrafenol, antrasena, asam lidah buaya, dan lidah buaya-emodin yang merupakan bahan dasar antibiotik dan analgesic. (Silaban et al., 2022) Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh berdasarkan, hasil uji statistik,  $p\text{-value} = 0,001$  ( $p\text{-value} < \alpha = 0,05$ ) yang berarti ada pengaruh pemberian kompres lidah buaya terhadap nyeri payudara pada ibu yang mengalami bendungan asi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Sudimoro Kabupaten Tanggamus Tahun 2021. Hal ini dikarenakan kompres aloe vera pada payudara yang mengalami pembengkakan akibat nyeri bendungan ASI dapat mengalami penurunan dengan cara merangsang sistem kekebalan tubuh untuk memblokir biosintesis prostaglandin. Pada intervensi lidah buaya tidak terdapat efek panas maupun dingin yang dapat membantu meredakan nyeri. Pada intervensi ini hanya mengandalkan zat yang terkandung dalam lidah buaya dalam penurunan intensitas nyeri.

Penelitian lainnya oleh (Silaban et al., 2022) menunjukkan bahwa dari 40 responden kelompok eksperimen rata-rata skala nyeri pembengkakan payudara posttest adalah 1,63, sedangkan rata-rata skala nyeri posttest pada kelompok kontrol yaitu sebesar 1,75. Setelah diberikan intervensi Skala nyeri pada kelompok eksperimen mengalami penurunan yaitu Minimal 1 (Tidak nyeri) maksimalnya 2 (nyeri Ringan) sedangkan pada kelompok kontrol minimal 1 (tidak Nyeri) maksimalnya 3 (nyeri sedang) dan perbedaan rata-rata post test antara kelompok eksperimen dan kontrol sebesar 0,01. Hasil uji statistik menunjukkan pada kelompok eksperimen  $\text{sig} (0,000) < \alpha (0,05)$  sedangkan kelompok kontrol  $\text{sig} (0,001) < \alpha (0,05)$  maka dapat disimpulkan bahwa kompres lidah Buaya lebih efektif menurunkan skala nyeri hingga sampai nyeri ringan sedangkan pada kelompok kontrol masih ada pada skala nyeri sedang.

## KESIMPULAN

Kompres lidah buaya membantu mengurangi peradangan ini dengan menghambat produksi zat-zat inflamasi seperti prostaglandin, sehingga mengurangi pembengkakan dan nyeri pada payudara. Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji paired t-test didapatkan nilai signifikan atau nilai  $p\text{-value}$  yaitu 0,004 yang berarti  $0,004 < 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian kompres lidah buaya terhadap nyeri payudara pada ibu yang mengalami bendungan ASI.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada pembimbing atas bimbingan dan dukungannya selama penelitian ini, serta kepada Kepala Departemen Keperawatan Maternitas. Terimakasih juga saya sampaikan kepada Kepala Puskesmas Limboto yang telah memfasilitasi penelitian ini, serta kepada para responden yang telah bersedia berpartisipasi dalam terjalaksananya penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aini, A. N., Mintarsih, S., & Sulastri. (2019). Pemberian Kompres Lidah Buaya Untuk Mengurangi Nyeri Akibat Pembengkakan Payudara Pada Asuhan Keperawatan Ibu Post Partum. *ITS PKU Muhammadiyah Surakarta*.
- Damayanti, E. (2018). Pengaruh Pemberian Kompres Daun Kubis Dingin

- Sebagai terapi pendamping Bendungan Asi Terhadap Skala pembengkakan Dan Intensitas Nyeri Payudara serta jumlah Asi Pada Ibu Postpartum Di RSUD Bangil. *Jurnal Kebidanan*, 1–100.
- Febriyanti, H., Sanjaya, R., & Hastuti, M. (2022). Pengaruh Pemberian Kompres Lidah Buaya Terhadap Nyeri Payudara Pada Ibu Yang Mengalami Bendungan Asi Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Sudimoro Kabupaten Tanggamus. *Jurnal Maternitas Aisyah (JAMAN AISYAH)*, 3(1), 1–7. <https://doi.org/10.30604/jaman.v3i1.401>
- Jama, F., & Suhermi. (2019). Efektifitas Pijat Oketani Terhadap Bendungan Asi Pada Ibu Postpartum Di RSB Masyita Makassar. *Journal of Islamic Nursing*, 4(1), 78. <https://doi.org/10.24252/join.v4i1.7931>
- Lestari, S., Prastyoningsih, A., & Wijayanti. (2023). Efektivitas Kompres Lidah Buaya (Aloe Vera) Terhadap Pembengkakan Payudara Pada Ibu Nifas di Wilayah Puskesmas Kecamatan Karangtengah. *Jurnal Ners Indonesia*, 1(1), 1–8.
- Lubis, N. (2018). Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Bendungan ASI pada Ibu Post Partum di Kelurahan Beting Kuala Kapias Kecamatan Teluk Nibung. *Keperawatan*, 26–36.
- Lubis, U. S. W. (2021). Pengaruh Pemberian Kompres Lidah Buaya Untuk Mengurangi Nyeri Akibat Pembengkakan Payudara Pada Ibu Post Partum Di Puskesmas Pintu Padang Tahun 2021. *Jurnal Kebidanan*, 2(2), 49–49.
- Nurakilah, H. (2022). Efektivitas Terapi Kompres Lidah Buaya (Aloe Vera) Terhadap Kelancaran Pengeluaran Asi Pada Ibu 2-3 Hari Post Partum Di Wilayah Kerja Puskesmas Karanganyar Kota Tasikmalaya. *Jurnal BIMTAS: Jurnal Kebidanan Umtas*, 6(1), 29–35. <https://doi.org/10.35568/bimtas.v6i1.2438>
- Oktarida, Y. (2021). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Bendungan ASI pada Ibu Nifas Di Praktik Bidan Mandiri. *Lentera Perawat*, 2(1), 17–24.
- Putri, J. S. (2019). Pengaruh pemberian kompres hangat terhadap intensitas nyeri pembengkakan payudara pada ibu post partum. 156–162.
- Renah, W. (2022). Efektivitas Daun Kubis Terhadap Intensitas Nyeri Payudara Pada Wanita Early Puerperium Post Seksio Sesarea. 8.5.2017, 2003–2005.
- Sari, R. I., Dewi, Y. I., & Indriati, G. (2019). Efektivitas Kompres Aloe Vera Terhadap Nyeri Pembengkakan Payudara Pada Ibu Menyusui. *Jurnal Ners Indonesia*, 10(1).
- Silaban, V. F., Carmila, M., Telaumbanua, O., & Harahap, P. Y. Y. (2022). Efektivitas Kompres Lidah Buaya terhadap Nyeri Pembengkakan Payudara pada Ibu Post-Partum di Klinik Theresia. *JUMANTIK (Jurnal Ilmiah Penelitian Kesehatan)*, 6(4), 347. <https://doi.org/10.30829/jumantik.v6i4.10473>
- Siregar, G. G., Sriwahyuni, E., & Damanik, Y. S. (2023). Pengaruh Kompres Lidah Buaya Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Ibu Postpartum Yang Mengalami Mastitis Di Klinik Pratama Kasih Ibu Deli Tua Tahun 2022. *Jurnal Penelitian Kebidanan & Kespro*, 5(2), 1–7. <https://doi.org/10.36656/jpk2r.v5i2.1206>
- Sulfiana, Mumthi'ah, A., & Taberong, F. (2024). Manajemen Asuhan Kebidanan Post Natal pada Ny “N” dengan Bendungan Asi di Puskesmas Bara-Baraya Kota Makassar. *Jurnal Midwifery*, 6(1), 66–76. <https://doi.org/10.24252/jmw.v6i1.42186>
- Utari, S., & Purwanto, N. T. (2021). Pengaruh Pemberian Kompres Daun Kubis (Brassica Oleracea Var. Capitata) Pada Ibu Nifas Dengan Nyeri Bendungan Asi. *E -Journal Prwodadi*, 6(2), 48–55.