



JOURNAL OF Qualitative Health Research
& Case Studies Reports

ISSN 28079094 (Print)
ISSN 28078489 (Online)



INFORMASI ARTIKEL

Received: May, 7, 2025

Revised: May, 17, 2025

Available: May, 17, 2025

at : <https://e-jurnal.ipphorr.com/index.php/qlt>

Pengaruh kompres *aloe vera* terhadap pembengkakan payudara pada ibu *post partum*

Vimala Puspitasari*, Dewi Yuliana, Ari Sukma Nela

Fakultas Kesehatan Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi penulis: Vimala Puspitasari. *Email: vimalapuspitasari24@gmail.com

Abstract

Background: Postpartum is the period that begins after the placenta is delivered until the uterus returns to normal as before pregnancy. Problems that often arise in the breasts of postpartum mothers are sore and sore nipples, swollen breasts, and mastitis or breast abscesses. Swollen breasts that press on the milk ducts will result in the baby not getting milk.

Purpose: To find out whether aloe vera compresses have an effect on breast swelling in postpartum mothers.

Methods: Quantitative research and the design used is quasi-experimental with one group pretest and posttest approach. The sample in the study were postpartum mothers who experienced breast swelling in the Gantiwarno Health Center Working Area on January 12-February 18 as many as 13 people using accidental sampling. Data analysis used univariate and bivariate analysis to identify the influence of each variable.

Results: The mean value of the breast swelling scale before aloe vera compress was given to postpartum mothers was 5.31 with a minimum value of 4 and a maximum of 6. In addition, the mean value of the breast swelling scale after aloe vera compress was given to postpartum mothers was 4.00 with a minimum value of 2 and a maximum of 5. The non-parametric statistical test, namely the Wilcoxon test, showed that ($p = 0.002$) or <0.05 , meaning that there was an effect of aloe vera compress on breast swelling in postpartum mothers.

Conclusion: There is an effect of aloe vera compresses on breast swelling in postpartum mothers.

Keywords: Aloe Vera; Breast Engorgement; Post Partum.

Pendahuluan: *Post partum* merupakan masa yang dimulai setelah lahirnya plasenta sampai kondisi rahim kembali normal seperti saat sebelum hamil. Masalah yang sering timbul pada payudara ibu nifas yaitu puting susu nyeri dan lecet, payudara bengkak, dan mastitis atau abses payudara. Payudara yang bengkak dan menekan saluran air susu akan mengakibatkan bayi tidak mendapatkan air susu.

Pengaruh pemberian kompres *aloe vera* terhadap pembengkakan payudara pada ibu *post partum*

Tujuan: Untuk mengetahui apakah pengaruh kompres *aloe vera* terhadap pembengkakan payudara pada ibu *post partum*.

Metode: Penelitian kuantitatif dan desain yang digunakan adalah *quasi eksperimen* dengan pendekatan *one group pretest and posttest*. Sampel dalam penelitian adalah ibu *postpartum* yang mengalami pembengkakan payudara di Wilayah Kerja Puskesmas Gantiwarno pada 12 Januari-18 Februari sebanyak 13 orang dengan menggunakan *accidental sampling*. Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat untuk mengidentifikasi pengaruh dari masing-masing variabel.

Hasil: Nilai rata-rata (mean) skala pembengkakan payudara sebelum diberikan kompres *aloe vera* pada ibu *post partum* adalah 5.31 dengan nilai minimum 4 dan maximum 6. Selain itu, nilai rata-rata (mean) skala pembengkakan payudara sesudah diberikan kompres *aloe vera* pada ibu *post partum* adalah 4.00 dengan nilai minimum 2 dan maximum 5. Uji statistic non parametric yaitu uji *Wilcoxon* yang menunjukkan bahwa ($p = 0,002$) atau $<0,05$, artinya ada pengaruh kompres *aloe vera* terhadap pembengkakan payudara pada ibu *post partum*.

Simpuln: Ada pengaruh kompres *aloe vera* terhadap pembengkakan payudara pada ibu *post partum*.

Kata Kunci: *Aloe Vera*; Pembengkakan Payudara; *Post Partum*.

PENDAHULUAN

Post partum atau masa nifas merupakan masa yang dimulai setelah lahirnya plasenta sampai kondisi rahim kembali normal seperti saat sebelum hamil. Selama kurang lebih enam minggu atau empat puluh dua hari hal itu berlangsung. Selama masa nifas terdapat beberapa tahapan yang akan dialami ibu, yaitu *Immediate Puerperium* yang disebut waktu 0 hingga 24 jam setelah ibu melahirkan. Ibu diperkenankan untuk berdiri maupun jalan-jalan.

Proses pemulihan yang disebut sebagai *Early Puerperium* yaitu 1-7 hari setelah proses melahirkan. Istilah lainnya adalah *Later Puerperium* yang merupakan pemulihan secara menyeluruh yang terjadi pada alat reproduksi yang akan berlangsung selama 6 minggu. 1-6 minggu pasca melahirkan merupakan waktu yang dibutuhkan oleh ibu untuk pemulihan dan sehat sempurna (Lina, Nindaa, Eny, & Anik, 2024).

Masalah yang sering timbul pada payudara ibu nifas yaitu puting susu nyeri dan lecet, payudara bengkak, dan mastitis atau abses payudara. Masa nifas terjadi perubahan pada payudara diantaranya

payudara bengkak dan puting susu lecet. Peristiwa ini muncul karena produksi ASI yang berlebihan, menyusui bayi tidak sesuai jadwal, bayi tidak menyusu dengan adekuat, posisi menyusui yang salah, dan puting susu yang datar atau terbenam (Sitepu, Natalia, & Hutabarat, 2024).

Sustainable Development Goals (SDGs) atau tujuan pembangunan berkelanjutan terkait ibu nifas adalah menjamin kehidupan yang sehat dan meningkatkan kesejahteraan seluruh penduduk, termasuk ibu nifas. Target SDGs untuk Angka Kematian Ibu (AKI) adalah 70 per 100.000 kelahiran hidup. AKI adalah jumlah perempuan yang meninggal karena penyebab kematian terkait kehamilan, melahirkan, dan nifas (42 hari setelah melahirkan) per 100.000 kelahiran hidup (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Berdasarkan informasi United Nations International Children's Education Found (UNICEF) terdapat 17.230.142 ibu mengalami masalah menyusui di dunia. Masalah-masalah yang terjadi ketika ibu menyusui disebabkan oleh beberapa

Vimala Puspitasari*, Dewi Yuliana, Ari Sukma Nela

Fakultas Kesehatan Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi penulis: Vimala Puspitasari. *Email: vimalapuspitasari24@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v5i2.931>

Pengaruh pemberian kompres *aloe vera* terhadap pembengkakan payudara pada ibu *post partum*

hal yaitu ibu menderita rasa nyeri di bagian puting susunya, lecet pada puting susu, dan payudara bengkak, serta abses pada payudara. Berdasarkan data dari World Health Organization tahun 2020, terdapat 1.5 juta bayi baru lahir meninggal disebabkan karena tidak mendapatkan ASI (World Health Organization, 2022).

Menurut data Dinas Kesehatan Republik Indonesia tahun 2021, menyatakan sebagian besar wilayah di Indonesia tingkat pemberian ASI berada di bawah normal. 62% ibu nifas berhenti menyusui bayinya karena beberapa kendala pada masa nifas. Hal tersebut dapat dikaitkan dengan masalah yang dialami ibu saat menyusui bayi yang menyebabkan ibu tidak dapat memberikan ASI kepada bayinya sehingga diperlukan sebuah intervensi yang dapat membantu menyelesaikan masalah pemberian ASI kepada bayi (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Menurut hasil laporan kesehatan ibu dan anak Provinsi Lampung, data ibu *post-partum* tahun 2020-2021 terdapat 292.875 orang dengan angka kejadian pembengkakan payudara 185.238 kejadian. Hal ini sering dikaitkan dengan manfaat ASI pada bayi 0-2 bulan sebagai daya tahan tubuh bayi agar terhindar dari infeksi. Sedangkan pada tahun 2022 jumlah ibu nifas di Indonesia mencapai 48.983.768 ibu dengan masalah pembengkakan pada payudara sebanyak 234.809 kejadian (Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, 2023).

Menurut laporan Puskesmas Gantiwarno tahun 2022 sekitar 49 (21.1%) kasus pembengkakan payudara dari 219 orang ibu postpartum, sedangkan tahun 2023 terdapat 51 (23.3%) kasus pembengkakan payudara dari 233 ibu postpartum. Laporan bulanan Puskesmas Gantiwarno pada bulan November-Desember 2024 terdapat 31 ibu postpartum dan

sebanyak 15 (45,4%) yang mengalami pembengkakan payudara.

Breast Engorgement adalah suatu kondisi pembengkakan payudara yang disebabkan karena adanya peningkatan aliran vena dan limfe sehingga menyebabkan bendungan Air Susu Ibu (ASI) dan rasa nyeri yang disertai adanya peningkatan suhu tubuh. Kondisi pembendungan air susu terjadi karena adanya penyempitan duktus-ductus laktoferi atau kelenjar-kelenjar pada payudara yang tidak dikosongkan dengan sempurna atau adanya kelainan pada area puting susu (Anggorowati, Septiani, & Dhamanik 2020).

Penanganan dalam kasus engorgement (pembengkakan payudara) dapat ditangani dengan kompres menggunakan air hangat, air dingin, memakai bra yang nyaman, asupan makanan dan minuman yang rendah lemak, menghindari minuman yang mengandung kafein, dan mengonsumsi obat analgetik. Selain itu, penanganan menggunakan terapi non farmakologi dapat dilakukan dengan kompres *aloe vera*. Kompres *aloe vera* ini dapat direkomendasikan sebagai terapi komplementer pada pembengkakan payudara (Kusumastuti & Solihati, 2023).

Terapi kompres Lidah Buaya (*Aloe Vera*) dapat membantu mengatasi pembengkakan payudara sehingga pengeluaran ASI ibu nifas menjadi lancar. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa kompres Lidah buaya (*Aloe Vera*) pada payudara yang mengalami pembengkakan akibat nyeri bendungan ASI dapat mengalami penurunan (Prastyoningsih, 2023).

Sejalan dengan hal tersebut, penelitian yang lainnya menunjukkan bahwa payudara ibu nifas di hari ke 4 dengan kombinasi perawatan payudara dan kompres *aloe vera* tidak ada pembengkakan sebanyak 10 orang (62,5%), sedangkan ibu nifas di hari ke 4

Vimala Puspitasari*, Dewi Yuliana, Ari Sukma Nela

Fakultas Kesehatan Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi penulis: Vimala Puspitasari. *Email: vimalapuspitasari24@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v5i2.931>

Pengaruh pemberian kompres *aloe vera* terhadap pembengkakan payudara pada ibu *post partum*

yang dilakukan perawatan payudara saja mengalami pembengkakan payudara ringan sebanyak 9 orang (56,3%) (Maisaroh, Kasanah, & Rofika, 2023).

Selain itu, penelitian lainnya menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri yang dialami oleh partisipan setelah kompres payudara dengan partisipan yang mengalami intensitas nyeri sedang berkurang secara signifikan (Siregar, Sriwahyuni, & Damanik, 2023). Mayoritas partisipan yang sebelumnya mengalami nyeri sedang menjadi mayoritas nyeri ringan setelah diberikan kompres lidah buaya.

Sejalan dengan hasil penelitian tersebut, penelitian lainnya menunjukkan hasil kelompok intervensi (kompres *aloe vera*) dengan nilai $p=0,001$ yang artinya terdapat perbedaan pengaruh kelancaran pengeluaran ASI sebelum diberikan perlakuan dengan sesudah diberikan perlakuan, sedangkan pada kelompok kontrol (tidak dilakukan kompres *aloe vera*) dengan hasil nilai $p=0,653$ artinya tidak ada perbedaan pengaruh kelancaran pengeluaran ASI antara sebelum dan sesudah diberi perlakuan (Nurakilah, 2022).

Pembengkakan payudara yang tidak ditangani dengan baik dapat menyebabkan berbagai komplikasi serius, terutama pada ibu menyusui. Salah satu komplikasi utama adalah mastitis, yaitu infeksi pada jaringan payudara yang dapat menyebabkan nyeri, kemerahan, dan demam. Apabila tidak diobati, mastitis dapat berlanjut menjadi abses payudara yang memerlukan penanganan medis lebih lanjut, seperti drainase atau pembedahan (Novisah, 2024).

METODE

Penelitian kuantitatif dengan desain *quasi eksperimen* yang digunakan adalah *one group pretest and posttest*.

Penelitian *pre-test* dan *post-test* dilakukan dengan melakukan penilaian awal (*pre-test*) sebelum diberikan perlakuan (*intervensi*). *Intervensi* dilakukan dengan pemberian kompres *aloe vera* selama 3 kali sehari dengan durasi 20 menit dan dilakukan selama 2 hari pada *post partum*, dan dilanjutkan dengan melakukan penilaian akhir (*post-test*).

Penelitian dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Gantiwarno Lampung Timur pada bulan 12 Januari-18 Februari 2025. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu *post partum* yang mengalami pembengkakan payudara di Wilayah Kerja Puskesmas Gantiwarno Lampung Timur sebanyak 13 orang. Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik *accidental sampling* dengan kriteria inklusi partisipan bersedia untuk mengikuti penelitian dan memberikan persetujuan tertulis (*informed consent*), ibu yang baru melahirkan 1-3 hari, dan ibu yang mengalami pembengkakan payudara.

Sedangkan kriteria eksklusi, yaitu ibu memiliki alergi terhadap *aloe vera* dan ibu yang mengonsumsi obat pembengkakan payudara. Variabel dalam penelitian ini adalah variabel independen (kompres *aloe vera*) dan variabel dependen (pembengkakan payudara pada ibu *post-partum*).

Instrumen untuk mengukur tingkat pembengkakan yaitu menggunakan *Six Point Engorgement Scalle* (SPES) untuk mengetahui rata-rata pembengkakan sebelum dan sesudah diberikan kompres *aloe vera*. Analisis data menggunakan uji SPSS dengan uji normalitas *Shapiro-Wilk* dan uji *Wilcoxon* untuk menentukan hasil sebelum dan sesudah intervensi.

Vimala Puspitasari*, Dewi Yuliana, Ari Sukma Nela

Fakultas Kesehatan Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi penulis: Vimala Puspitasari. *Email: vimalapuspitasari24@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v5i2.931>

HASIL**Tabel 1. Data Distribusi Frekuensi Karakteristik Partisipan (N=13)**

Variabel	Hasil
Umur Rentang)	(17-45)
17-25	6/46.2
26-35	7/53.8
36-45	0/0.0
Pendidikan (n/%)	
SMP	1/7.7
SMA	7/53.8
Perguruan Tinggi	5/38.5
Paritas (n/%)	
Primipara	7/53.8
Sekundipara	5/38.5
Multipara	1/7.7

Tabel 1. menunjukkan data distribusi karakteristik partisipan dengan umur responden menunjukkan bahwa sebagian besar berumur 26-35 tahun sebanyak 7 (53,8%). Selain itu, tingkat pendidikan partisipan menunjukkan mayoritas memiliki latar belakang pendidikan SMA sebanyak 7 orang (53,8%). Data karakteristik partisipan juga menunjukkan data paritas dengan sebagian besar partisipan adalah primipara yang juga sebanyak 7 orang (53,8%).

Tabel 2. Pembengkakan Payudara Ibu *Post-Partum* Sebelum dan Sesudah Intervensi

Skala Pembengkakan	Minimum	Maximum	Mean	SD
n				
Sebelum	4	6	5.31	0.751
Sesudah	2	5	4.00	1.225

Tabel 2. Menunjukkan bahwa nilai rata-rata (mean) skala pembengkakan payudara sebelum diberikan kompres *aloe vera* pada ibu *post partum* adalah 5.31 dengan nilai minimum 4 dan maximum 6. Selain itu, nilai rata-rata (mean) skala pembengkakan payudara sesudah diberikan kompres *aloe vera* pada ibu *post partum* adalah 4.00 dengan nilai minimum 2 dan maximum 5.

Vimala Puspitasari*, Dewi Yuliana, Ari Sukma Nela

Fakultas Kesehatan Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi penulis: Vimala Puspitasari. *Email: vimalapuspitasari24@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v5i2.931>

Tabel 3. Pengaruh Kompres *Aloe Vera* terhadap Pembengkakan Payudara Pada Ibu *Post-Partum* (N=13)

Variabel	Mean	SD	Sig
Sebelum Intervensi	5.31	0.751	
Sesudah Intervensi	4.00	1.225	0.002

Tabel 3. diketahui bahwa perbedaan rata-rata skala pembengkakan sebelum diberikan intervensi adalah 5.31 dengan standar deviasi 0.751, dan diketahui rata-rata skala pembengkakan sesudah intervensi adalah 4.00 dengan standar deviasi 1.225. Hasil penelitian menggunakan uji *Wilcoxon* menunjukkan bahwa nilai $p = 0,002$ ($p < 0,05$) artinya ada pengaruh kompres *aloe vera* terhadap pembengkakan payudara pada ibu *post partum*.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan didapatkan bahwa umur responden menunjukkan sebagian besar berumur 26-35 tahun sebanyak 7 orang (53,8%). Umur akan mempengaruhi kemampuan dan kesiapan diri ibu dalam melewati masa nifas dalam pemberian ASI eksklusif dan perawatan payudara, umur yang <20 tahun dianggap masih belum matang secara fisik mental dan psikologi dalam pemberian ASI serta perawatan dirinya, sehingga di umur tersebut rentan sekali ibu-ibu nifas mengalami payudara bengkak (Sari, 2020).

Usia 21-35 tahun merupakan usia reproduksi atau usia subur, sehat bagi seorang wanita karena sangat sedikit mengalami komplikasi selama kehamilan, persalinan, dan nifas. Selain itu, ibu yang mempunyai umur ≥ 35 tahun keatas produksi hormone relatif berkurang, hal ini mengakibatkan proses laktasi menurun sehingga dapat menyebabkan pembengkakan payudara pada ibu *post partum*.

Ibu yang berusia 26-35 tahun cenderung memiliki lebih banyak kematangan emosional dan pengalaman

hidup. Selain itu, ibu yang berusia 17-25 tahun mungkin terbuka untuk belajar dan menggunakan teknik baru, tetapi mereka tidak memiliki pengalaman yang berkaitan dengan menyusui, sehingga memerlukan lebih banyak bimbingan dan dukungan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, didapatkan bahwa tingkat pendidikan mayoritas adalah lulusan SMA sebanyak 7 orang (53,8%). Pendidikan merupakan salah satu faktor kunci yang mempengaruhi berbagai aspek kehidupan, termasuk kesehatan, kesejahteraan, dan kemampuan individu dalam menghadapi tantangan (Mohzana, Murcahyanto, & Fahrurrozi, 2024).

Konsep pendidikan adalah proses pembelajaran yang melibatkan pemakaian satu hari pendidikan (Susanti & Zainiyah, 2024). Pendidikan juga berfungsi sebagai salah satu indikator tingkat pengetahuan seseorang. Pengetahuan itu sendiri adalah elemen kognitif yang mempengaruhi sikap individu. Berdasarkan hal tersebut, semakin tinggi tingkat pengetahuan seseorang maka semakin positif sikap yang akan terbentuk. Sebaliknya, apabila tingkat pendidikan semakin rendah maka sikap yang muncul cenderung menjadi lebih negatif. Berdasarkan hal tersebut tingkat pendidikan partisipan memiliki pengaruh signifikan terhadap pengetahuan dan sikap mereka dalam merawat diri dan bayi, khususnya dalam konteks menyusui.

Ibu yang memiliki pendidikan tinggi, cenderung memiliki pemahaman yang lebih mendalam tentang kesehatan dan teknik menyusui yang benar. Hal ini berimplikasi pada kemampuan mereka untuk mengatasi masalah yang mungkin

Vimala Puspitasari*, Dewi Yuliana, Ari Sukma Nela

Fakultas Kesehatan Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi penulis: Vimala Puspitasari. *Email: vimalapuspitasari24@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v5i2.931>

Pengaruh pemberian kompres *aloe vera* terhadap pembengkakan payudara pada ibu *post partum*

muncul, seperti pembengkakan payudara. Pendidikan yang lebih tinggi juga berkontribusi pada peningkatan kepercayaan diri ibu dalam mengambil keputusan terkait kesehatan diri dan anak.

Ibu yang teredukasi lebih cenderung untuk mencari dukungan dan sumber daya yang diperlukan, serta lebih terbuka terhadap pembelajaran tentang praktik menyusui yang efektif. Sebaliknya, ibu dengan tingkat pendidikan yang lebih rendah sering kali menghadapi keterbatasan dalam akses informasi dan dukungan sehingga berdampak negatif pada sikap dan perilaku mereka dalam menyusui.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, didapatkan data distribusi karakteristik partisipan pada variabel paritas menunjukkan sebagian besar responden adalah primipara sebanyak 7 orang (53,8%). Paritas adalah keadaan wanita berkaitan dengan jumlah anak yang dilahirkan. Paritas sangat mempengaruhi pengalaman ibu nifas dalam pemberian ASI. Paritas adalah seorang wanita yang pernah melahirkan bayi yang dapat hidup atau viable.

Salah satu faktor yang terkait dengan kegagalan menyusui yang dibuat dengan faktor menyusui adalah kelancaran produksi susu (Felia, Yuliana, & Lestari, 2024). Pasokan payudara yang dapat meningkatkan produksi ASI adalah dengan melakukan jenis pijatan seperti pijatan menyusui, pijat oksitosin, pijat algaan, pijat mermet, dan pijat ochat. Apabila bayi tidak menerima menyusui eksklusif, maka dapat menyebabkan pengisapan yang akan membantu bayi menjadi lebih terserap dan lebih rentan terhadap penyakit.

Status paritas tidak dapat dijadikan sebagai pedoman bahwa hanya paritas primipara yang berpeluang mengalami nyeri pembengkakan payudara. Paritas sekundipara dan multipara juga mengalami pembengkakan payudara. Hal ini terjadi karena banyaknya faktor

pencetus seperti frekuensi menyusui, masalah pada puting, isapan bayi yang tidak kuat, ataupun posisi menyusui yang salah sehingga ASI terkumpul dan tidak dikeluarkan dan terjadi nyeri pembengkakan yang semakin meningkat.

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa nilai rata-rata (mean) skala pembengkakan payudara sebelum diberikan kompres *aloe vera* pada ibu *post partum* adalah 5.31 dengan nilai minimum 4 dan maximum 6.

Pembengkakan payudara (*Breast Engorgement*) adalah suatu kondisi pembengkakan payudara yang disebabkan karena adanya peningkatan aliran vena dan limfe sehingga menyebabkan bendungan Air Susu Ibu (ASI) dan rasa nyeri yang disertai adanya peningkatan suhu tubuh (Anggorowati et al., 2020).

Pembengkakan payudara yang tidak ditangani dengan baik dapat menyebabkan berbagai komplikasi serius, terutama pada ibu menyusui. Salah satu komplikasi utama adalah mastitis, yaitu infeksi pada jaringan payudara yang dapat menyebabkan nyeri, kemerahan, dan demam (Novisah, 2024). Apabila tidak diobati, mastitis dapat berlanjut menjadi abses payudara yang memerlukan penanganan medis lebih lanjut, seperti drainase atau pembedahan.

Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang didapatkan hasil skala pembengkakan payudara pada ibu nifas skala minimal sebelum dilakukan kompres adalah 2 menjadi 1 setelah diberikan kompres dan skala pembengkakan maksimal sebelum dilakukan kompres adalah 5 menjadi 2 setelah diberikan kompres (Lestari, 2023). Pembengkakan payudara ini disebabkan oleh peningkatan aliran vena dan limfe, yang mengakibatkan bendungan ASI dan rasa nyeri. Apabila tidak ditangani dengan baik, kondisi ini dapat menyebabkan komplikasi serius seperti mastitis.

Vimala Puspitasari*, Dewi Yuliana, Ari Sukma Nela

Fakultas Kesehatan Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi penulis: Vimala Puspitasari. *Email: vimalapuspitasari24@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v5i2.931>

Pengaruh pemberian kompres *aloe vera* terhadap pembengkakan payudara pada ibu *post partum*

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa nilai rata-rata (mean) skala pembengkakan payudara sesudah diberikan kompres *aloe vera* pada ibu *post partum* adalah 4.00 dengan nilai minimum 2 dan maximum 5. Penanganan dalam kasus engorgement adalah dengan kompres menggunakan air hangat, air dingin, memakai bra yang nyaman, asupan makanan dan minuman yang rendah lemak, hindari minuman yang mengandung kafein, dan konsumsi obat analgetik (Kusumastuti & Solihati, 2023). Penanganan menggunakan terapi non farmakologi dapat menggunakan kompres *aloe vera*. Kompres *aloe vera* ini dapat direkomendasikan sebagai terapi komplementer pada pembengkakan payudara.

Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan terdapat penurunan skala pembengkakan pada kelompok *pre-post* kompres lidah buaya (*aloe vera*) dengan rata-rata skala 3,87 menjadi rata-rata skala 3,00 (Syaifulah, Rakhmawati, & Safitri, 2023). Sejalan dengan hal tersebut, penelitian lainnya menyatakan hasil penurunan skala pembengkakan *pre-post* dari skala 2 menjadi skala 1 dengan *p* value 0,000 (Apriyani & Rini, 2023). Selain itu, penelitian lainnya juga menyatakan intensitas nyeri yang dialami oleh responden setelah kompres payudara menurun dari sebelumnya dimana jumlah responden yang mengalami intensitas nyeri sedang berkurang secara signifikan (Siregar et al., 2023).

Mayoritas partisipan yang mengalami nyeri sedang menjadi nyeri ringan setelah diberikan kompres lidah buaya. Hasil rata-rata skala pembengkakan payudara setelah dilakukan kompres *aloe vera* pada ibu postpartum adalah 4.00, dengan nilai minimum 2 dan maksimum 5. Penanganan engorgement payudara dapat dilakukan dengan berbagai cara, termasuk kompres *aloe vera* yang terbukti efektif sebagai terapi komplementer.

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 3. menunjukkan bahwa pemberian kompres *aloe vera* terhadap pembengkakan payudara pada ibu *post partum* dengan nilai $p = 0,002$ ($p < 0,05$). Skala pembengkakan sebelum intervensi lebih tinggi dibandingkan pada sesudah intervensi menjadi lebih rendah. Kompres *aloe vera* terbukti mengurangi rasa nyeri pada area tubuh yang mengalami pembengkakan (Maisaroh et al., 2023). Penurunan skala pembengkakan payudara setelah diberikan kompres *aloe vera* terjadi karena tingginya kandungan asam amino, mineral, polisakarida pada lidah buaya yang diyakini dapat mengurangi pembengkakan dan peradangan payudara. Kompres *Aloe Vera* dapat memberikan efek pendinginan yang dapat mengurangi pembengkakan payudara.

Terapi kompres *aloe vera* dapat membantu mengatasi pembengkakan payudara sehingga pengeluaran ASI pada ibu 2-3 hari *post partum* menjadi lancar (Nurakilah, 2022). 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.

Kandungan daun lidah buaya (*aloe vera*) terdapat dua jenis cairan. Cairan pertama berupa cairan bening seperti jeli (lendir), cairan ini mengandung zat anti bakteri yang dapat merangsang fibroblast (sel-sel kulit yang berfungsi untuk menyembuhkan luka) (Budi, 2022). Berdasarkan hal tersebut, lidah buaya diyakini mampu menyembuhkan luka, meredakan rasa sakit, dan berkhasiat sebagai anti bengkak.

Sehingga, pemberian kompres *aloe vera* pada ibu postpartum secara signifikan dapat mengurangi skala pembengkakan payudara dengan nilai $p = 0,002$ ($p < 0,05$). Sebelum intervensi, rata-rata skala pembengkakan adalah 5.31 dan menurun menjadi 4.00 setelah

Vimala Puspitasari*, Dewi Yuliana, Ari Sukma Nela

Fakultas Kesehatan Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi penulis: Vimala Puspitasari. *Email: vimalapuspitasari24@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v5i2.931>

Pengaruh pemberian kompres *aloe vera* terhadap pembengkakan payudara pada ibu *post partum*

intervensi. Penurunan ini disebabkan oleh kandungan asam amino, mineral, dan polisakarida dalam *aloe vera* yang berfungsi mengurangi pembengkakan dan peradangan, serta memberikan efek pendinginan yang membantu meredakan nyeri. Berdasarkan hal tersebut, kompres *aloe vera* dapat berkontribusi pada kelancaran pengeluaran ASI pada ibu *postpartum* dan mempercepat proses penyembuhan.

SIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan nilai rata-rata skala pembengkakan payudara sebelum diberikan kompres *aloe vera* adalah 5.31 dengan nilai minimum 4 dan maximum 6 dan nilai rata-rata (mean) skala pembengkakan payudara sesudah diberikan kompres *aloe vera* adalah 4.00 dengan nilai minimum 2 dan maximum 5. Sehingga berdasarkan hal tersebut dapat dinyatakan adanya pengaruh kompres *aloe vera* terhadap pembengkakan payudara pada ibu *post partum* dengan $p\text{-value} = 0,002$

DAFTAR PUSTAKA

- Anggorowati, A., Septiani, B. N., & Dhamanik, R. (2020). *Manajemen Breast Engorgement pada Ibu Postpartum* (Vol. 1).
- Apriyani, M. T. P., & Rini, A. S. (2023). Efektivitas Kompres Aloe Vera dan Kompres Hangat terhadap Pembengkakan Payudara pada Ibu Post Partum di klinik Rizky Anugrah Tangerang Tahun 2023. *Elisabeth Health Jurnal*, 8(1), 27-32.
- Budi, P. T. (2022). *Perbedaan Kompres Aloevera Dan Kompres Air Hangat Terhadap Intensitas Pembengkan Payudara Pada Ibu menyusui*. (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA).
- Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. (2023). *Pemerintah Provinsi Lampung Dinkes*, 44, 136. Diakses dari: <https://opendata.lampungprov.go.id/organisasi/8b31bdaa-48f2-4137-b152-854746c35b0c?page=7>
- Felia, E. A., Yuliana, D., & Lestari, Y. (2024). *Pijat Oketani terhadap Kelancaran Produksi ASI Postpartum*. 5(2), 264-271.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2021*. Jakarta : Kementrian Kesehatan RI. Diakses dari: <http://www.depkes.go.Id>.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Buku Saku - Terjemahan Tujuan Dan Target Global 17 Tujuan Pembangunan Berkelanjutan*. Diakses dari: <https://Sdgs.Bappenas.Go.Id/Website/Wp-Content/Uploads/2021/04/Buku-Saku-Target-Metadata.Pdf>, 1-72.
- Kusumastuti, N. A., & Solihati, S. (2023). Pengaruh Kompres Aloe Vera Sebagai Alternatif Pengobatan Pembengkakan Payudara Pada Ibu Post Partum. *Siklus: Journal Research Midwifery Politeknik Tegal*, 12(1), 59-66.
- Lestari, S. (2023). Efektivitas Kompres Lidah Buaya (Aloe Vera) Terhadap Pembengkakan Payudara Pada Ibu Nifas di Wilayah PuskesmasKecamatan Karangtengah. *Jurnal Ners Indonesia*, 1(1), 1-8.
- Lina, N., Nindaa, A., Eny, A. W., & Anik, M. (2024). Perwatan Payudara Untuk Memperlancar ASI Pada Ibu PostPartum (Masa Nifas). *Jurnal Keshatan Masyarakat*, 1(3), 24-28.

Vimala Puspitasari*, Dewi Yuliana, Ari Sukma Nela

Fakultas Kesehatan Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi penulis: Vimala Puspitasari. *Email: vimalapuspitasari24@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v5i2.931>

Pengaruh pemberian kompres *aloe vera* terhadap pembengkakan payudara pada ibu *post partum*

- Maisaroh, S., Kasanah, U., & Rofika, A. (2023). Kombinasi Perawatan Payudara dan Kompres Aloe Vera Berpengaruh Terhadap Penurunan Pembengkakan Payudara Ibu Nifas. *PROFESSIONAL HEALTH JOURNAL*, 4(2sp), 305-311.
- Mohzana, M., Murcahyanto, H., & Fahrurrozi, M. (2024). Turnitin-PENGARUH TINGKAT PENDIDIKAN ORANG TUA TERHADAP ORIENTASI POLA ASUH ANAK USIA DINI. *Journal Of Elementary School (JOES)*, 7(1).
- Novisah, N. (2024). Korelasi antara Pengetahuan, Peran Tenaga Kesehatan dan Pekerjaan dengan Kejadian Mastitis pada Ibu Menyusui. *SIMFISIS: Jurnal Kebidanan Indonesia*, 4(1), 766-773.
- 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.
- Prastyoningsih, S. L. A. (2023). Efektivitas Kompres Lidah Buaya (Aloe Vera) Terhadap Pembengkakan Payudara Pada Ibu Nifas di Wilayah Puskesmas Kecamatan Karangtengah Abstrak The Effectiveness of Aloe Vera.
- Sari, V. M. (2020). Hubungan Karakteristik Ibu Menyusui Dengan Kejadian Payudara Bengkak. *Jurnal Kebidanan*, 10(2).
- 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.
- Sitepu, S. A., Natalia, K., & Hutabarat, V. (2024). Pengaruh Kompres Lidah Buaya (Aloe Vera) Terhadap Penurunan Nyeri Pembengkakan Payudara Ibu Menyusui Hari 1-3 Di Klinik Citra Marinda Kecamatan Delitua Kab. Deli Serdang Tahun 2023. *Jurnal Penelitian Kebidanan & Kespro*, 6(2), 17-21.
- Susanti, E., & Zainiyah, Z. (2024). Skrining Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS) dan Pencegahan Baby Blues Pada Ibu Post Partum. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 7(9), 3908-3920.
- Syaifullah, A. P. N., Rakhmawati, N., & Safitri, W. (2023). Efektivitas kompres dingin daun kol dengan kompres lidah buaya (aloe vera) terhadap pembengkakan payudara pada ibu post partum di PMB Sri Rejeki Mojogedang Karanganyar.
- World Health Organization. (2022). World Health Statistics 2022: Monitoring Health for the SDGs, Sustainable Development Goals. World Health Organization. diakses dari: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240051157>

Vimala Puspitasari*, Dewi Yuliana, Ari Sukma Nela

Fakultas Kesehatan Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi penulis: Vimala Puspitasari. *Email: vimalapuspitasari24@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v5i2.931>