

Kombinasi Perawatan Payudara Ibu Nifas dan Kompres Aloe Vera Berpengaruh Terhadap Penurunan Pembengkakan Payudara Ibu Nifas

Siti Maisaroh¹, Uswatun Kasanah², Ana Rofika³

¹²³Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bakti Utama Pati

Email korespondensi: maisarohh22@gmail.com

Abstract

Swelling of the breasts if not treated immediately can cause new problems, namely mastitis and even breast abscesses. The purpose of this research was to find out the effect of differences in reducing breast swelling in postpartum women using a combination of breast care and aloe vera compresses. The research was conducted using a quasi-experimental type with Intact-Group Comparison, with a post-test design with a control group. Maternity mothers totaling 45 people are the population for this research, with a sample of 32 taken by purposive sampling. In this research using the man whitney test because the data is not normally distributed. The measuring instrument in this study uses SPES. This research resulted in a difference in the swelling of the breasts of postpartum women in the combination group of breast care and aloe vera compresses and the swelling of the breasts of postpartum women in the breast care group, with a p value of 0.002 < 0.05. It is expected that health workers will improve health services for postpartum mothers, especially in the problem of managing swollen breasts in postpartum mothers and can increase counseling for postpartum mothers about the physical and psychological conditions of postpartum mothers.

Keywords: breast swelling,, breast care, aloe vera compress

Abstrak

Pembengkakan payudara jika tidak ditangani dengan segera dapat menimbulkan masalah baru yaitu mastitis dan bahkan abses payudara. Tujuan dilakukan riset ini yaitu untuk mengetahui pengaruh perbedaan penurunan pembengkakan payudara ibu nifas menggunakan kombinasi perawatan payudara dan kompres aloe vera. Riset yang dilakukan menggunakan jenis quasi experimental dengan Intact-Group Comparison., dengan desain post-test with control group. Ibu bersalin sejumlah 45 orang adalah populasi untuk riset ini, dengan sampel 32 yang diambil dengan cara purposive sampling. Pada riset ini menggunakan uji man whitney karena data berdistribusi tidak normal. Alat ukur pada penelitian ini menggunakan SPES. Riset ini menghasilkan adanya ada perbedaan pembengkakan payudara ibu nifas pada kelompok kombinasi perawatan payudara dan kompres aloe vera dengan pembengkakan payudara ibu nifas pada kelompok perawatan payudara, dengan nilai p value 0,002 < 0,05. Diharapkan kepada petugas kesehatan untuk meningkatkan pelayanan kesehatan ibu nifas terutama dalam masalah penatalaksanaan payudara bengkak pada ibu nifas dan dapat meningkatkan penyuluhan pada ibu nifas tentang kondisi fisik dan psikologi ibu nifas.

Kata kunci: pembengkakan payudara, perawatan payudara, kompres aloe vera

PENDAHULUAN

Pembengkakan payudara disebabkan karena keterlambatan dalam menyusui dini, ASI yang kurang sering dikeluarkan serta adanya batasan waktu saat

menyusui. Pembengkakan payudara jika tidak ditangani dengan segera dapat menimbulkan masalah baru yaitu mastitis dan bahkan abses payudara (Ratih Indah Sari, 2019).

Perawatan payudara pada ibu nifas meliputi kebersihan payudara baik sebelum dan sesudah menyusui serta perawatan puting susu ibu agar tidak lecet, puting menjadi lemas dan tidak keras atau kering sehingga bayi dapat merasa nyaman ketika diberikan ASI (Katuuk M, 2018).

Pemberian kompres aloe vera merupakan salah satu cara penanganan secara non farmakologis untuk mengurangi bengkak payudara. Payudara dalam keadaan nyeri dan bengkak setelah diberikan asuhan dengan pemberian kompres aloe vera selama 20 menit yang dilakukan 2-3 kali dalam sehari dalam 7 hari dapat mengurangi pembengkakan payudara. Pemberian kompres aloe vera dapat diterapkan di praktik bidan untuk mengurangi rasa sakit dan pembengkakan payudara pada ibu nifas (Apriani, 2018).

Sekitar hari ketiga atau keempat sesudah melahirkan, payudara ibu nifas terasa lebih penuh serta nyeri, keadaan itu yang membuat ibu nifas malas untuk menyusui bayinya. Hal tersebut disebabkan karena ibu tidak tahu bahwa semua itu merupakan tanda-tanda bahwa ASI mulai banyak diproduksi. Apabila dalam keadaan tersebut ibu menghindari menyusui karena alasan nyeri lalu memberikan susu formula pada bayi, pembengkakan berlanjut, payudara akan bertambah bengkak atau penuh (Wiji, 2013).

Angka kejadian atau prevalensi mastitis dan abses payudara pada ibu nifas akibat tidak dilakukan perawatan payudara baik secara nasional, propinsi, maupun kabupaten belum diketahui secara pasti. Sedangkan jumlah ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Margorejo pada bulan Agustus – November tahun 2022 adalah 26 ibu nifas (100%), terdapat 5 orang ibu nifas (19,23%) yang mengalami bengkak payudara, 3 orang ibu nifas (11,54%) mengalami mastitis, 6 orang ibu nifas (23,08%) mengalami ASI tersumbat dan 8

(30,77%) diantaranya mengalami puting susu lecet (Margorejo, 2022).

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perbedaan penurunan pembengkakan payudara ibu nifas menggunakan kombinasi perawatan payudara dan kompres aloe vera.

METODE

Penelitian ini menggunakan post-test with control group. Rumus sampling pada penelitian ini adalah Populasi dalam penelitian ini seluruh ibu bersalin sejumlah 45 orang dengan sampel 32 yang diambil. Sedangkan instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah SPES dan lembar observasi. Data hasil penelitian disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan dilakukan uji man whitney karena data berdistribusi tidak normal yang digunakan untuk mengetahui perbedaan penurunan pembengkakan payudara ibu nifas menggunakan kombinasi perawatan payudara dan kompres aloe vera uji analisis menggunakan manwithney.

HASIL

Tabel 1. Distribusi frekuensi pembengkakan payudara ibu nifas dengan kombinasi perawatan payudara dan kompres aloe vera

Pembengkakan Payudara Ibu Nifas di Hari Ke 4 dengan Kombinasi Perawatan Payudara dan Kompres Aloe Vera	F	%
Tidak bengkak	10	62.5
Ringan	6	37.5
Sedang	0	0.0
Berat	0	0.0

Payudara ibu nifas di hari ke 4 dengan kombinasi perawatan payudara dan kompres aloe vera adalah tidak terdapat pembengkakan sebanyak 10 orang (62,5%).
Tabel 2. Distribusi pembengkakan payudara ibu nifas di hari ke 4 yang dilakukan perawatan payudara

Pembengkakan Payudara Ibu Nifas di Hari ke 4 Yang Dilakukan Perawatan Payudara	F	%
Tidak bengkak	2	12.5
Ringan	9	56.3
Sedang	5	31.3
Berat	0	0.0

Ibu nifas di hari ke 4 yang dilakukan perawatan payudara mengalami pembengkakan payudara ringan sebanyak 9 orang (56,3%).

Tabel 3. Rata-rata penurunan pembengkakan payudara ibu nifas

	N	Mi	Ma	Mea	Std.
	n	x	n	Deviasi	on
Pembengkakan payudara kombinasi perawatan payudara & kompres aloe vera	16	0	3	.75	1.125
Pembengkakan payudara dengan perawatan payudara	16	0	5	2.56	1.590
Valid N (listwise)	16				

Nilai mean Pembengkakan payudara kombinasi perawatan payudara & kompres aloe vera sebesar 0,75 < nilai mean Pembengkakan payudara dengan perawatan payudara 2,56, maka dapat disimpulkan bahwa kombinasi perawatan payudara dan kompres aloe vera lebih efektif dalam penurunan pembengkakan payudara karena nilai mean pembengkakan payudara 0,75 < 2,56 (nilai mean pembengkakan payudara dengan perawatan payudara).

Tabel 4. Perbedaan Pembengkakan Payudara Ibu Nifas pada Kelompok Kombinasi Perawatan Payudara dan Kompres Aloe Vera dengan Pembengkakan Payudara Ibu Nifas pada kelompok Perawatan Payudara

	Pembengkakan Payudara
Mann-Whitney U	47.000
Wilcoxon W	183.000
Z	-3.158
Asymp. Sig. (2-tailed)	.002
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.002 ^b

Hasil uji mann whitney diatas diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,002 < 0,05. Maka hal ini dapat disimpulkan bahwa Ho ditolak dan Ha diterima berarti ada perbedaan pembengkakan payudara ibu nifas pada kelompok kombinasi perawatan payudara dan kompres aloe vera dengan pembengkakan payudara ibu nifas pada kelompok perawatan payudara

PEMBAHASAN

Dari 32 responden dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok kontrol sebanyak 16 orang yang diberikan perawatan payudara saja dan kelompok intervensi sebanyak 16 orang yang diberikan kombinasi perawatan payudara dan kompres aloe vera. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa payudara ibu nifas di hari ke 4 dengan kombinasi perawatan payudara dan kompres aloe vera adalah tidak terdapat pembengkakan sebanyak 10 orang (62,5%). Sedangkan ibu nifas di hari ke 4 yang dilakukan perawatan payudara saja mengalami pembengkakan payudara ringan sebanyak 9 orang (56,3%). Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji mann whitney diperoleh nilai p value 0,002 < 0,05, yang artinya ada perbedaan

pembengkakan payudara ibu nifas pada kelompok kombinasi perawatan payudara dan kompres aloe vera dengan pembengkakan payudara ibu nifas pada kelompok perawatan payudara.

Menurut (Marmi., 2015) salah satu etiologi pembengkakan payudara adalah kurangnya pengetahuan ibu cara perawatan payudara dan pencegahan bendungan ASI bisa berakibat ibu mengalami bendungan ASI karena ibu tidak mengerti cara pecegahan jika terjadi pembengkakan payudara dan cara perawatan payudara.

Tanda dan gejala pada payudara bengkak, payudara edema, sakit, puting susu kencang, kulit mengkilap walau tidak merah, dan ASI tidak keluar, badan menjadi demam pada 24 jam. Pada payudara penuh, payudara ibu akan terasa berat, panas, dan keras. Bila ASI dikeluarkan tidak ada demam (Marmi., 2015).

Penatalaksanaan pada pembengkakan payudara secara farmakologis yang digunakan adalah obat anti inflamasi serrapeptase (danzen) yang merupakan agen enzim anti inflamasi 10 mg atau Bromelain 2500 unit dan tablet yang mengandung enzim protease 20.000 unit. Sedangkan menurut Amru terapi pembengkakan payudara diberikan secara simtomatis yaitu mengurangi rasa sakitnya (analgetik) seperti paracetamol atau ibuprofen (Amru, 2013), sedangkan penatalaksanaan secara non farmakologi antara lain kompres dingin, kompres kobis.kol, perawatan payudara, kompres daun sirih merah dan kompres lidah buaya (aloe vera) (Fitri Lidia, 2019).

Menurut Robert (2009), dalam penelitian Astutik (2016), kompres lidah buaya terbukti untuk mengurangi rasa nyeri pada area tubuh yang mengalami bengkak. Penurunan skala nyeri pembengkakan payudara setelah diberikan kompres lidah buaya menurut. Green (2015), terjadi akibat tingginya kandungan asam amino, mineral, polisakarida pada daun lidah buaya yang di

yakini dapat mengurangi nyeri pembengkakan dan peradangan payudara. Penelitian juga dilakukan oleh Sousa dkk (2012), yang mengkombinasikan kompres hangat, dingin dan lidah buaya untuk mengatasi bendungan payudara.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa kombinasi perawatan payudara dan kompres aloe vera lebih efektif dalam penurunan pembengkakan payudara karena nilai mean pembengkakan payudara $0,75 < 2,56$ (nilai mean pembengkakan payudara dengan perawatan payudara).

Penelitian senada dilakukan oleh Aprida (2017), yang mengkombinasikan kompres hangat, dingin dan lidah buaya untuk mengatasi bendungan payudara. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kompres lidah buaya efektif dalam mengurangi ketidak nyamanan pada payudara saat penuh dan bengkak. Menunjukkan bahwa kompres lidah buaya efektif dalam mengurangi ketidak nyamanan pada payudara saat penuh, nyeri dan bengkak. Dari hasil analisis, pasien mengatakan saat nyeri datang, pasien mengompres payudara dengan lidah buaya., pasien mengatakan menyukai kompres lidah buaya tersebut. Monitoring nyeri yang terkontrol. Pasien mengatakan nyeri berskala 3 dengan karakteristik lebih nyaman dari hari sebelumnya. Mengkaji nyeri. Pasien mengatakan badan sudah tidak terasa panas. Pasien mengatakan ASI sudah keluar, apabila payudara terasa bengkak, pasien menggunakan kompres lidah buaya 10 menit.

KESIMPULAN DAN SARAN

Terdapat perbedaan pembengkakan payudara ibu nifas pada kelompok kombinasi perawatan payudara dan kompres aloe vera dengan pembengkakan payudara ibu nifas pada kelompok perawatan payudara, dengan nilai p value $0,002 < 0,05$.

Diharapkan tenaga kesehatan untuk meningkatkan pelayanan kesehatan ibu nifas terutama dalam masalah penatalaksanaan payudara bengkak pada ibu nifas, serta bagi tenaga kesehatan diharapkan dapat meningkatkan penyuluhan pada ibu nifas tentang kondisi fisik dan psikologi ibu nifas.

DAFTAR PUSTAKA

- Amru, S. (2013). *Rustam Mochtar Sinopsis Obstetri Buku Ajar Kebidanan Asuhan Nifas Normal*. Jakarta : EGC.
- Anggraini, Y. (2016). *Asuhan kebidanan masa nifas*. Yogyakarta: Pustaka Rihana.
- Apriani, A. W. (2018). Efektivitas penatalaksanaan kompres daun kubis (*brassica oleracea var.capita*) dan breast care terhadap pembengkakan payudara bagi ibu nifas. *Maternal*, 2(4), 238-243.
- Asih, Y. d. (2016). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas. Dan Menyusui*. Jakarta: Trans Info Media.
- Bahiyatun. (2015). *Buku Ajar asuhan Kebidanan Nifas normal*. Jakarta: EGC.
- Fitri. (2018). *Kontrasepsi Terkini dan Keluarga Berencana*. Yogyakarta: Gosyen Publishin.
- Fitri Lidia, S. N. (2019). Hubungan Teknik Nafas Dalam Terhadap Pengurangan Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif di Klinik Pratama Jambu Mawar. *kademi Kebidanan Helvetia Pekanbaru*.
- Pekanbaru Vol 4(2) Juni 2019, 414-420.
- Hermiati, R. M. (2013). Ekstrak Daun Sirih Hijau dan Merah sebagai Antioksidan pada Minyak Kelapa. *Jurnal Teknik Kimia USU*, 2 (1), 37-43.
- Katuuk M, .. K. (2018). Hubungan Pengetahuan perawatan payudara dengan Kelancara Produksi ASI pada ibu post partum di Ruang Dahlia RSD Liun Kendaghe Tahuna. *Jurnal Keperawatan vol 6 no 1*.
- Kristiyanasari., J. d. (2016). *Asuhan Keperawatan Operatif*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Kumalasari, I. (2015). *Panduan Praktik Laboratorium dan Klinik Perawatan Antenatal, Intranatal, Postnatal, Bayi Baru Lahir dan Kontrasepsi*. Jakarta: Salemba Medika.
- Margorejo, P. (2022). *Angka kejadian atau prevalensi mastitis dan abses payudara pada ibu nifas*. Pati: Puskesmas Margorejo.
- Maritalia, D. (2012). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Marmi. (2015). *Asuhan Kebidanan pada persalinan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Maryunani., A. (2015). *Inisiasi Menyusu Dini, Asi Eksklusif dan Manajemen Laktasi*. Jakarta: CV Trans Info Media.
- Meilirianta, d. (2014). Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Pengeluaran Air



- Susu Ibu (ASI) pada Ibu Post Partum di Rumah Bersalin Warga Lestari Kelurahan Utama Kecamatan Cimahi Selatan .
- Miftakhur Rohmah, d. (2019). Efektivitas Kompres Daun Kubis (Brassica Oleracea) terhadap Skala Pembengkakan Payudara pada Ibu Post Partum di PMB Endang Kota Kediri. . *Institut Ilmu Kesehatan STRADA Indonesia*.
- Notoadmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nursalam. (2016). *Konsep Penerapan Metode Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Oktafiani, N. N. (2013). Pengaruh pemberian kompres air hangat dan terapi antibiotic terhadap peyembuhan Phlebitis di ruangan Perawatan Anak RSUD Daya Makassar. .
<http://library.stikesnh.ac.id/>.
- Pollard, M. (2015). *ASI Asuhan Berbasis Bukti. Diterjemahkan oleh: E. Elly Wiriawan*. . Jakarta: EGC.
- Ratih Indah Sari, d. (2019). Efektivitas Kompres Aloe Vera terhadap Nyeri Pembengkakan Payudara pada Ibu Menyusui. . *Jurnal Ners Indonesia, Vol.10 No.1*, 38-50.
- Roito, J. d. (2013). *Asuhan Kebidanan Ibu Nifas & Deteksi Dini Komplikasi*. . Jakarta: EGC.
- Saifuddin. (2016). *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Siti Maisaroh, dkk., Kombinasi Perawatan Payudara Ibu Nifas dan Kompres Aloe Vera*
- Neonatal*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Sugiyono. (2016). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: CV ALFABETA.
- Surya, P. G. (2015). Aloe vera; a natural adjunct in periodontal therapy. *International Journal of Research and Development Organization, 1(9)*, , 1-12. .
- Sutanto, A. V. (2019). *Nifas Dan Menyusui*. Yogyakarta: Pustaka Baru. Press.
- Wahyuningsih, s. (2019). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Post Partum DiLengkapi Dengan Panduan Persiapan Praktikum Mahasiswa Keperawatan*. Yogyakarta: Deepublish Publisher.
- Walyani, E. &. (2020). *Asuhan kebidanan masa nifas dan menyusui*. . Yogyakarta: Pustaka baru Press.
- WHO. (2014). *Masa Kritis Nifas*. WHO.
- Wiji, R. (2013). *ASI dan Pedoman Ibu Menyusui*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Zuhana, N. (2017). Perbedaan efektifitas daun kubis dingin (brassica oleracea var. capita) dengan perawatan payudara dalam mengurangi pembengkakan payudara (breast engorgement) di kabupaten Pekalongan. . *Jurnal Ilmiah Bidan, 2(2)*, 51-56.