

**PROGRAM STUDI KEBIDANA PROGRAM SARJANAN  
UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA  
2022**

*Murtini<sup>1</sup>*

**Efektivitas Kompres Daun Kelor Terhadap Pembengkakan Payudara Pada  
Ibu Postpartum di Wilayah Puskesmas Karangtengah**

Abstrak

**Latar belakang:** Pembengkakan Payudara adalah pembendungan air susu karena penyempitan duktus laktiferi atau oleh kelenjar- kelenjar yang tidak dikosongkan dengan sempurna atau karena kelainan pada puting susu. Bendungan air susu adalah terjadinya pembengkakan pada payudara karena peningkatan aliran vena dan limfe sehingga menyebabkan bendungan ASI dan rasa nyeri disertai kenaikan suhu badan (Murwati, 2018).

**Tujuan Penelitian:** Untuk mengetahui efektivitas kompres daun kelor terhadap pembengkakan payudara di wilayah Puskesmas Karangtengah

**Metode Penelitian:** Jenis penelitian ini menggunakan studi (*quasi Experiment*). Jenis desain yang digunakan adalah jenis desain dengan pendekatan *one group pre-post design* (pretes-posttes kelompok tunggal). Teknik pengambilan sampel quota sampling, diperoleh jumlah sampel 30 responden yang mengalami pembengkakan payudara pada ibu postpartum. Teknik analisa data yang digunakan statistik non parametrik uji *Wilcaxon* dengan nilai *p-value* 0,05.

**Hasil Penelitian :** Hasil penelitian menunjukkan sebelum perlakuan rata-rata pembengkakan payudara adalah skala 3, sedangkan setelah perlakuan pembengkakan payudara rata-rata skala 1. Pada pengujian statistik menggunakan uji *Wilcaxon* didapatkan nilai *p-value* sebesar 0,000. Karena ( $\alpha < 0,05$ ) disimpulkan bahwa kompres daun kelor efektif untuk menurunkan skala pembengkakan payudara pada ibu postpartum.

**Kesimpulan:** Daun kelor efektif untuk mengompres pembengkakan payudara pada ibu postpartum.

Kata kunci : Ibu Postpartum, kompres daun kelor, pembengkakan payudara

1. Mahasiswa Universitas Kusuma Husada Surakarta Program studi Sarjana Kebidanan.
2. Dosen Kebidanan Universitas Kusuma Husada Surakarta
3. Dosen Kebidanan Universitas Kusuma Husada Surakarta

The Effectiveness of Moringa Leaf Compress Against Breast Swelling in Postpartum Mothers in Karangtengah Health Center Area

*Aris Prastyoningsih, SST., M.keb<sup>1</sup> Yunia Renny Andhikantias, SST., Bdn., M.Kes<sup>2</sup>MURTINI<sup>3</sup>*

*Universitas Kusuma Husada Surakarta*

*Email: info@ukh.ac.id*

Abstract

Background: Breast engorgement is the damming of milk due to the offering of lactiferous ducts or by glands that are not emptied completely or because of abnormalities in the nipples. Breast milk dam is the occurrence of swelling in the breast due to increased venous and lymph flow, causing milk damming and pain accompanied by an increase in body temperature (Murwati, 2018).

Research Objectives: To determine the effectiveness of Moringa leaf compresses on breast swelling in the Karangtengah Health Center area

Research Methods: This type of research uses a study (quasi Experiment). The type of design used is a type of design with a one group pre-post design approach (single group pretest-posttest). The sampling technique is quota sampling, the number of samples obtained is 30 respondents who experience breast swelling in postpartum mothers. Data analysis technique used non-parametric statistic Wilcaxon test with a p-value of 0.05.

Research Results: The results showed that before treatment the average breast swelling was a scale of 3, while after the treatment the average breast swelling was a scale of 1. In statistical testing using the Wilcaxon test, the values obtained were 0.000. Because ( $\alpha < 0.05$ ) locked that Moringa leaf compress is effective to reduce the scale of breast engorgement in postpartum mothers.

Conclusion: Moringa leaves are effective for compressing breast swelling in postpartum mothers.

Keywords: Postpartum mother, Moringa leaf compress, breast swelling

1. Students of Kusuma Husada University Surakarta Undergraduate Midwifery Study Program.
2. Lecturer of Midwifery at Kusuma Husada University Surakarta
3. Lecturer of Midwifery at Kusuma Husada University Surakarta

## PENDAHULUAN

Masa nifas atau puerperium adalah masa yang dimulai setelah kelahiran plasenta dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil yang berlangsung selama sekitar 6 minggu setelah persalinan (Sukmawati, 2019). Salah satu masalah yang sering timbul pada ibu nifas adalah pembengkakan payudara. Pembengkakan payudara adalah bendungan ASI yang disebabkan karena penyempitan duktus lakteferi oleh kelenjar-kelenjar yang tidak dikosongkan dengan sempurna atau karena kelainan pada puting susu yang disertai rasa nyeri dan peningkatan suhu badan (Hardini Widyaning Pertiwi & Hana Rosiana Ulfah, 2018). Payudara akan terasa nyeri, panas, keras pada perabaan, tegang yang terjadi pada hari ke tiga sampai kelima pospartum (Kustania, 2019). Pada minggu minggu pertama apabila ibu tidak mendapatkan informasi yang tepat cara mengatasi pembengkakan payudara maka ibu akan menghentikan pemberian ASI, sehingga bayi tidak mendapatkan

pemberian ASI secara eksklusif.

Menurut data *World Health Organisation* (WHO) tahun 2020 angka ASI eksklusif 66,6%. Profil Kesehatan Indonesia presentasi bayi kurang dari 6 bulan yang mendapat Asi Eksklusif 66,1%. Propinsi Jawa Tengah 81,4%. Data dari Dinas Kesehatan Kabupaten (DKK) cakupan pemberian Asi Eksklusif di tahun 2022 adalah 89%. Sedangkan data di wilayah kerja Puskesmas Karangtengah tahun 2021 mencapai 39%.

Permasalahan yang menyebabkan rendahnya pencapaian ASI eksklusif yaitu puting lecet, produksi ASI sedikit, pembengkakan payudara dan mastitis. Melihat masih sangat rendahnya pencapaian ASI eksklusif di Wilayah kerja Puskesmas Karangtengah yang salah satu penyebabnya adalah pembengkakan payudara maka upaya untuk merawat pembengkakan payudara pospartum secara farmakologis dan non farmakologis perlu di terapkan.

Penangan pembengkakan payudara secara farmakologis dengan memberikan terapi simptomatik berupa analgetik untuk mengurangi rasa nyeri seperti parasetamol atau ibuprofen. Secara non farmakologis dengan memberikan kompres daun kelor (*Moringa Oleifera*). Sejak dari zaman dahulu tanaman ini daun kelor diketahui mengandung, seperti *tannin*, *steroid*, *triterpenoid*, *flavonoid*, *saponin*, *antrakuinon* dan *alkaloid*. Senyawa tersebut mempunyai kemampuan sebagai anti inflamasi, antibiotik, detoksifikasi dan antibakteri (Aris Widiyanto, 2020).

Dari beberapa peneliti bahwa daun kelor mengandung *flavonoid* pada daun kelor berkhasiat sebagai analgesik yang mekanisme kerjanya menghambat kerja enzim siklooksigenase sehingga mengurangi rasa nyeri dan flavonoid juga menghambat degranulasi neutrofil sehingga akan menghambat pengeluaran sitokin, radikal bebas, serta enzim yang berperan dalam peradangan (Aris Widiyanto, dkk., 2020). Tanaman kelor yang terbukti sebagai obat tradisional ini juga sangat mudah sekali didapatkan di

daerah Wonogiri khususnya kecamatan Karangtengah. Hampir di seluruh wilayah ini masyarakat sudah banyak yang menanam daun kelor selain mudah ditanam masyarakat juga paham khasiat dari daun kelor ini.

Menurut *World Health Organisation (WHO)* tahun 2015, presentase perempuan menyusui yang mengalami pembengkakan payudara rata-rata mencapai 87,05% atau sebanyak 8242 ibu nifas dari 12.765 orang (Ratih Indah Sari, 2019). Sedangkan data dari Departemen Kesehatan Republik Indonesia tahun 2015 ibu nifas yang mengalami pembengkakan payudara sebanyak 77.231 atau 37,12% (SDKI, 2015; Hana Ruslana Ulfah, 2018). Berdasarkan studi pendahuluan pada bulan November dan Desember 2021 di Wilayah Puskesmas Karangtengah dari 78 ibu nifas ada 48 yang mengalami pembengkakan payudara.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Aris Widiyanto dkk (2020) di Boyolali, Jawa Tengah dengan judul “Efektivitas kompres Hangat Daun Kelor Terhadap Nyeri Asam Urat pada Lansia di Desa

Kenteng, Nogosari, Boyolali tahun 2020” dengan metode *Quasi Eksperimen design* dengan pendekatan *one group pre-post design*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kompres hangat daun kelor efektif untuk menurunkan nyeri asam urat pada lansia dengan nilai  $p \text{ value } 0,000 < 0,05$

Hasil Penelitian Tri Budi Rahayu (2018) dengan judul penelitian “Peningkatan Status Gizi Balita Melalui Pemberian Daun Kelor (*Moringa Olievera*)” dengan metode *Quasi Eksperimen design* dengan pendekatan *one group pre-post design*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai *sig. (2-tailed)* sebesar  $0,000 < 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian daun kelor terhadap peningkatan status gizi balita.

Hasil Penelitian Miftahur Rohmah (2019) dengan judul penelitian “Efektivitas Kompres daun kubis (*Bracika Oleracea*) terhadap skala pembengkakan payudara pada ibu postpartum di PMB Endang Kota

Kediri” dengan metode *Quasi Eksperimen design* dengan pendekatan *one group pre-post design*.

Hasil penelitian ini menggunakan desain dengan pendekatan *one group pre-post design* (pretes-posttes kelompok tunggal), pemberian kompres daun kelor efektif untuk mengurangi skala pembengkakan payudara pada ibu post partum. Yang ditunjukkan dengan adanya penurunan skala SPES sebelum dan sesudah kompres daun kelor yaitu  $3,75 \pm 0,785$  menjadi  $1,30 \pm 0,446$ .

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan oleh peneliti sebelumnya bahwa ada pengaruh Pengaruh pemberian kompres terhadap pembengkakan payudara. Maka peneliti tertarik untuk mengetahui lebih lanjut Efektifitas Kompres Daun kelor Terhadap Pembengkakan payudara pada ibu pos partum di Wilayah UPTD Puskesmas Karangtengah

**METODE PENELITIAN** Jenis penelitian ini menggunakan studi (*quasi Experiment*). Jenis desain yang digunakan adalah jenis desain dengan pendekatan *one group pre-post design* (pretes-posttes kelompok tunggal). Dalam penelitian ini tidak terdapat kelompok pembandingan (kontrol) tetapi hanya satu kelompok yang akan dilakukan penelitian pertama sebelum diberikan kompres daun kelor (pretest) dan penilaian kedua dilakukan setelah diberikan kompres daun kelor (posttest)..

Populasi penelitian ini yaitu semua ibu post partum di Wilayah UPTD Puskesmas Karangtengah mulai bulan Maret-Juni 2022.

Dalam penelitian ini teknik pengambilan sampel menggunakan non probability dengan metode *quota sampling* yaitu pengambilan sampel yang dilakukan dengan cara menetapkan sejumlah anggota sampel secara quatum atau jatah yaitu semua ibu postpartum di Wilayah UPTD Pusk karangtengah yang mengalami pembengkakan payudara, pada penelitian ini mulai bulan Maret-Juni 2022 didapatkan 35 responden yang mengalami pembengkakan payudara

Pelaksanaan penelitian ini menggunakan Instrumen daun kelor untuk mengompres pembengkakan payudara dan lembar observasi menggunakan SPES. Variable indenpenden apa penelitian ini adalah pemberian kompres pada ibu nifas dengan menggunakan daun kelor yang masih muda dan telah ditumbuk halus dibeai sedikit air ditempelkan dikedua payudara yang mengalami pembengkakan Selama 2 jam diganti setiap 30 menit sekali dan dilakukan selama 3 hari berturut turut. Sedangkan ariabel dependen yang digunakan menggunakan tipe skala ordinal yaitu menggunakan Cekcklis SPES (Six Point Enggorgemen en Scale) yaitu Skala 1 = lembut, tidak ada perubahan pada payudara, Skala 2 = sedikit keras pada payudara, Skala 3 = keras, tapi payudara tidak perih, Skala 4 = keras dan payudara mulai perih, 5 = keras dan perih, Skala 6 = sangat keras dan perih.

**HASIL PENELITIAN** Berdasarkan hasil analisis bivariat dengan uji *Wilcaxon* didapatkan nilai p value  $0,000 < 0,005$ , artinya ada perbedaan yang bermakna skala pembengkakan payudara. Adanya perbedaan yang bermakna ini menunjukkan pemberian

kompres daun kelor efektif untuk mengurangi skala pembengkakan payudara pada ibu post partum. Yang ditunjukkan dengan adanya penurunan skala SPES sebelum dan sesudah kompres daun kelor yaitu  $3,75 \pm 0,785$  menjadi  $1,30 \pm 0,446$ .

PEMBAHASAN Hasil penelitian ini menunjukkan kompres daun kelor efektif untuk menurunkan skala pembengkakan payudara pada ibu post partum . Hal ini ditunjukkan dari hasil pengolahan data menggunakan uji *Wilcaxon* diperoleh nilai significancy 0,00, yang berarti adanya perbedaan sebelum dan sesudah pemberian kompres daun kelor terhadap pembengkakan payudara ibu post partum di wilayah UPTD Puskesmas Karangtengah. Rata rata skala pembengkakan payudara sebelum dikompres daun kelor adalah 3. Skala 3 merupakan skala pembengkakan dengan frekuensi terbanyak yaitu 46,7% dari jumlah responden. Menurut *Humenick* dan *Hill* dalam penelitian *Laila Atika* (2018) skala 3 merupakan skala pembengkakan dimana payudara terasa keras tegas dan tidak sakit. Dalam penelitian ini rata rata terjadi hari ke dua dan ke tiga post partum

dimana pembengkakan berlangsung selama 48 jam dan terjadi puncak pembengkakan pada hari ke tiga post partum, *Bobak* (2010) dalam penelitian *Laila* (2018).

Berdasarkan tabel karakteristik responden, didapatkan bahwa responden dalam penelitian ini mayoritas umur 20-30 tahun (23 responden). Menurut

*Notoatmodjo*(2012), umur seseorang akan berpengaruh dalam penambahan pengetahuan seseorang. Umur merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan. Selain mereka sudah mempunyai kesiapan fisik dan mental, juga memiliki tingkat sugesti yang sangat positif masa nifasnya. Sehingga ibu akan lebih menerima hal baru yang diberikan tambahan ilmu tentang kompres payudara menggunakan daun kelor serta sungguh sungguh dalam penerapan ilmu yang diberikan. Pertambahan umur seseorang akan meningkatkan kemampuan mengontrol diri seseorang, sehingga sikap orang tersebut terhadap suatu hal yang baru menjadi lebih terbuka terhadap hal hal yang baru. Sehingga proses penerimaan cara penerapan kompres

kelor terhadap pembengkakan payudara juga mudah dan cepat.

Sebagian besar responden memiliki pendidikan terakhir SLTP (15 responden). *Notoatmodjo* (2010) dalam *Laili* (2018), pendidikan berarti dapat diasumsikan bahwa dengan pendidikan yang lebih tinggi maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya. Tingkat pendidikan terhadap kejadian pembengkakan dapat terjadi secara tidak langsung diantaranya dengan pengetahuan yang diharapkan. Dengan pengetahuan dan pola asuh yang baik, ibu dapat menangani pembengkakan payudara dengan baik, serta ibu diharapkan dapat mencegah terjadinya pembengkakan.

Karakteristik pekerjaan ibu menunjukkan sebagian besar ibu bekerja sebagai petani (18 responden). Pekerjaan adalah kebutuhan yang harus dilakukan terutama untuk menunjang kehidupannya dan kehidupan keluarga. *Nursalam* (2010) dalam *Laili* (2018), mengatakan bahwa pekerjaan bukanlah sumber kesenangan tetapi dengan bekerja bisa diperoleh pengetahuan. Responden dengan ibu nifas yang

pertama melahirkan ada 17 responden. Paritas akan mempengaruhi pengalaman seseorang akan suatu hal, dan akan menambah pengetahuan ibu (*Notoatmodjo*, 2012). Ibu dengan riwayat persalinan normal / spontan dalam penelitian ini ada 21 responden. Menurut *Manuaba* (2010) dalam *Prayoga* (2020) persalinan spontan adalah proses lahirnya bayi dengan tenaga sendiri berlangsung kurang dari 24 jam tanpa bantuan alat-alat dan tidak melukai bayi. Bayi yang dilahirkan dengan spontan mempunyai ikatan batin yang kuat dengan ibunya sehingga mereka lebih mudah untuk untuk bekerja sama dalam hal menyusui.

Kemudian sebagian besar responden adalah ibu yang belum pernah menyusui pada penelitian ini ada 21 responden yang belum pernah menyusui. Menyusui Adalah proses bagi seorang ibu untuk menghidupi bayinya pasca melahirkan melalui pemberian Air Susu Ibu (ASI) kepada bayi, dimana bayi mempunyai refleks menghisap untuk menelan ASI. Riwayat menyusui ini juga mempengaruhi pengalaman seseorang tentang suatu hal, dan akan



menambah pengetahuan ibu ( Notoatmodjo,2012).

Berdasarkan hasil analisis bivariat dengan uji *Wilcaxon* didapatkan nilai  $p$  value  $0,000 < 0,005$ , artinya ada perbedaan yang bermakna skala pembengkakan payudara. Adanya perbedaan yang bermakna ini menunjukkan pemberian kompres daun kelor efektif untuk mengurangi skala pembengkakan payudara pada ibu post partum. Yang ditunjukkan dengan adanya penurunan skala SPES sebelum dan sesudah kompres daun kelor yaitu  $3,75 \pm 0,785$  menjadi  $1,30 \pm 0,446$ .

Prosedur pengompresan yaitu sebelum melakukan pengompresan dipastikan responden tidak alergi dengan daun kelor dengan cara melumatkan daun kelor dilengan bawah, menutupnya dengan sesuatu agar tetap menempel, kemudian reaksi alergi ditunggu sampai 5 menit. Responden diberikan kompres daun kelor dengan cara menempelkan daun kelor yang telah dilumatkan yang dicampur dengan air dingin pada kedua payudara yang mengalami pembengkakan selama kurang lebih 2 jam dan diganti tiap 30 menit dilakukan 2 kali sehari selama 3 hari

berturut turut. Kompres dingin adalah kompres yang dilakukan dengan menggunakan air es atau air dingin yang menyebabkan *vasokonstriksi*. Pada vasokonstriksi pembuluh darah akan menyempit sehingga akan menyebabkan penurunan aliran darah pada area yang sakit atau cedera. Selain itu kompres dingin juga memperlambat laju inflamasi sehingga dapat mengurangi bengkak, nyeri dan peradangan. Kompres daun kelor dapat menurunkan skala pembengkakan payudara, sesuai dengan penelitian *Aris Widiyanto* (2020) yaitu daun kelor mengandung *flavonoid* yang berperan menghambat degranulasi *neutrofil* sehingga akan menghambat pengeluaran *sitokin*, radikal bebas, serta enzim yang berperan dalam mengurangi pembengkakan.

Dari hasil penelitian 30 responden semua mengalami penurunan skala pembengkakan payudara sesuai dengan penelitian *Aris Widiyanto* (2020) “efektifitas kompres daun kelor terhadap nyeri asam urat pada lansia kenteng “ kandungan kelor *flavonoid* yang berperan mengurangi pembengkakan/peradangan. *Novita* (2010) dalam penelitian *Laila* (2018)

diketahui penanganan pembengkakan payudara seperti perawatan dengan cara dipijat dapat menyebabkan ketidaknyamanan ibu, sehingga kompres daun kelor dapat dijadikan sebagai penanganan pembengkakan payudara yang nyaman dapat dilakukan oleh keluarga sendiri, lebih praktis dan ekonomis hanya memerlukan sedikit waktu.

Ruang lingkup pengobatan komplementer - alternatif sebagai upaya pelayanan yang berkesinambungan mulai dari peningkatan kesehatan (promotif), pencegahan penyakit (preventif), penyembuhan penyakit (kuratif), dan atau pemulihan kesehatan (rehabilitatif). Dalam hal ini pelayanan kebidanan komplementer merupakan bagian dari penerapan pengobatan komplementer dan alternatif dalam tatanan pelayanan kebidanan. Sesuai dengan Peraturan Menteri kesehatan

(Permenkes RI, No.1109/MENKES/SK/PER/IX/2007)

Menurut Kotania (2018) upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan cakupan pemberian pelayanan kebidanan komplementer yaitu:

setiap tenaga kesehatan dan masyarakat menggunakan dan mengembangkan terapi komplementer. Perlu dukungan penuh dari organisasi profesi dan pemerintah dalam bentuk memfasilitasi tenaga kesehatan dalam menyelenggarakan pendidikan dan pelatihan tentang penggunaan terapi komplementer, dan perlu adanya sosialisasi dan promosi kepada masyarakat tentang manfaat penggunaan terapi komplementer dan alternatif sebagai pelengkap pemberian pelayanan medis, dan memberdayakan bidan sebagai fasilitator bagi masyarakat untuk meningkatkan upaya promotif dan preventif melalui terapi komplementer yang tidak lepas dari pengembangan pelayanan kebidanan. Keterbatasan penelitian yang ditemui peneliti selama penelitian ini berlangsung yaitu jumlah responden 30 orang. Peneliti selama perlakuan kompres daun kelor tidak bisa melakukan sendiri selama 3 hari berturut turut sehingga hasil kurang maksimal, dan ada responden yang putus sebelum selesai perlakuan. Diharapkan untuk penelitian selanjutnya memperpanjang waktu

penelitian agar hasil penelitian lebih efektif lagi.

**KESIMPULAN** Hasil penelitian tentang efektivitas kompres daun kelor terhadap pembengkakan payudara pada ibu post partum di wilayah UPTD Puskesmas Karangtengah dapat disimpulkan sebagai berikut:

- a. Gambaran karakteristik dapat dilihat bahwa pembengkakan payudara pada ibu pos partum sebagian besar umur 21 tahun yaitu sebanyak 5 responden (16,7%). Pendidikan responden sebagian besar SMP sebanyak 15 responden (30%). Mayoritas responden adalah ibu rumah tangga sebanyak 18 responden (60%), kelahiran anak pertama 17 responden (56,7%), riwayat persalinan normal/spontan sebanyak 21 responden (70%) dan riwayat belum pernah menyusui 21 responden (70%).
- b. Sebelum dilakukan kompres daun kelor skala rata-rata 3 sebanyak 14 responder (46,70% dan setelah diberikan kompres daun kelor skala 1 sebanyak 21 responden (&)%.
- c. Rata – rata skala pembengkakan payudara sebelum dilakukan kompres daun kelor yaitu  $3,75 \pm 0,785$
- d. Setelah dilakukan kompres daun kelor skala pembengkakan payudara pada ibu post partum yaitu  $1.30 \pm 0,466$ . kelor.
- e. Terdapat perbedaan yang bermakna pada skala pembengkakan payudara dengan nilai *p value* 0,00 ini menunjukkan pemberian kompres daun kelor efektif untuk mengurangi skala pembengkakan payudara pada ibu post partum.