

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA  
2022

PERBEDAAN KOMPRES ALOEVERA DAN KOMPRES AIR HANGAT  
TERHADAP INTENSITAS NYERI PEMBENGGKAKAN PAYUDARA PADA  
IBU MENYUSUI

Pretiwi Teguh Budi<sup>1)</sup>, Martina Ekacahyaningtyas<sup>2)</sup>, Mellia Silvy Irdianty<sup>3)</sup>

<sup>1)</sup> Mahasiswa Program Studi Keperawatan Universitas Kusuma Husada Surakarta

<sup>2) 3)</sup> Dosen Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Kusuma Husada  
Surakarta

[pretiwitb243@gmail.com](mailto:pretiwitb243@gmail.com)

ABSTRAK

Pembengkakan payudara merupakan masalah yang sering terjadi pada ibu menyusui dan ditandai dengan bengkak dan nyeri pada payudara. Salah satu penanganan non farmakologis yaitu dengan kompres aloe vera dan kompres air hangat yang dapat diberikan pada ibu yang mengalami pembengkakan payudara. Pemberian kompres aloe vera dan kompres air hangat umumnya dapat diberikan kepada ibu yang mengalami pembengkakan payudara untuk mengatasi nyeri pada payudara. Metode penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 34 responden dan dibagi menjadi 2 kelompok dengan masing-masing kelompok berjumlah 17 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu quota sampling dan analisis data menggunakan uji Wilcoxon untuk menguji pretest dan posttest pada masing-masing kelompok dan menggunakan uji Mann-Whitney untuk menguji post kompres aloe vera dan post kompres air hangat. Hasil uji Wilcoxon pretest dan posttest pada kelompok kompres aloe vera dan kelompok kompres air hangat menunjukkan nilai p value 0.000 atau  $< 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Pada uji Mann-Whitney menunjukkan nilai p value 0.619 atau  $> 0,05$  maka  $H_a$  ditolak dan  $H_0$  diterima. Kesimpulan : pemberian kompres aloe vera dan kompres air hangat memiliki pengaruh untuk mengurangi intensitas nyeri pembengkakan payudara. Akan tetapi kompres aloe vera lebih efektif diberikan kepada ibu menyusui yang mengalami pembengkakan payudara

Kata kunci : Pembengkakan payudara, Kompres Aloe vera, Kompres Air Hangat

DIFFERENCES IN ALOEVERA COMPRESS AND A WARM COMPRESS  
FOR AN INTENSITY OF PAIN THE SWELLING OF THE BREAST  
MOTHER BREAST-FEEDING

Pretiwi Teguh Budi<sup>1)</sup>, Martina Eka Cahyaningtyas<sup>2)</sup>, Mellia Silvy Irdianty<sup>3)</sup>

<sup>1)</sup> Student of Undergraduate Degree in Nursing Study Program, Kusuma Husada University of Surakarta

<sup>2) 3)</sup> Lecturer of Undergraduate Degree in Nursing Study Program, Kusuma Husada University of Surakarta  
[pretiwitb243@gmail.com](mailto:pretiwitb243@gmail.com)

ABSTRACT

Breast swelling is a frequent problem with breast milk and is marked with swelling and breast pain. One of the non - pharmacological treatments is with aloe vera compression and a warm compress that can be given to mothers with swelling in their breasts. A pack of aloe vera and a warm compress can generally be given to a mother with swelling in her breast to cope with breast pain. This method of research is quantitative research. The sample in this study is 34 respondents and divided into 2 groups with each group of 17. The sampling techniques used in the study are analysis samples and data analysis use wilcoxon's tests to test pretests and posttests on each group and to use mann-whitney tests to test the post compress aloe vera and the post compress. Wilcoxon test results and posttests on aloe vera compress group and warm water compresses show a value of 0,000 or 0.05 then  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted. At the mann-whitney test showed value value.619 or  $> 0.05$  then  $H_a$  was rejected and  $H_0$  accepted. Conclusion: compounding aloe vera and a warm compress have an effect on reducing the intensity of the pain swelling in the breast. However, the compression of aloe vera was more effective given to the lactating mother who was stricken with breast swelling.

Key words: Breast swelling, Aloe vera Compress, Warm Water Compress

## PENDAHULUAN

Menyusui adalah suatu proses alamiah, walaupun demikian dalam lingkungan kebudayaan kita saat ini melakukan hal yang alamiah tidaklah selalu mudah sehingga perlu pengetahuan dan latihan yang tepat. Fakta menunjukkan terdapat 40% wanita yang tidak menyusui bayinya karena banyak yang mengalami nyeri dan pembengkakan payudara (Kemenkes, 2021).

Pembengkakan Payudara merupakan kondisi fisiologis yang tidak menyenangkan ditandai dengan bengkak dan nyeri pada payudara yang terjadi karena peningkatan volume ASI, dan kongesti limfatik serta vaskuler (Thomas, et al, 2017). Pembengkakan payudara disebabkan karena keterlambatan dalam menyusui dini, ASI yang kurang sering dikeluarkan serta adanya batasan waktusaat menyusui (Wahyuni, 2018).

Data WHO tahun 2016 di Amerika Serikat terdapat ibu nifas yang mengalami bendungan ASI sebanyak 6543 (66,34%) dari 9.862 ibu nifas (WHO, 2017). Data tahun 2016 ibu nifas mengalami bendungan ASI angka tertinggi terjadi di Indonesia 37,12 % (Depkes RI, 2017). Menurut hasil laporan Kesehatan Ibu dan Anak Propinsi Sumatera Utara, data ibu post-partum tahun 2018- 2019 ada 292.875 orang angka kejadian Pembengkakan Payudara 185.238 orang.

Tanaman lidah buaya merupakan tanaman hias yang memiliki kandungan yang dapat bermanfaat untuk kesehatan. Tanaman tersebut dapat dijumpai dimana -mana, baik didaerah panas maupun dingin, di dataran rendah maupun dipegunungan. Oleh karena itu, tanaman tersebut dapat ditanam didalam pot dan diletakkan diteras depan rumah sebagai tanaman hias (Noordia & Nurita, 2018). Kandungan daun lidah buaya terdapat dua jenis cairan pada daun lidah buaya. Cairan pertama berupa cairan bening seperti jeli (lendir).

Cairan ni mengandung zat anti bakteri yang dapat merangsang fibroblast (sel-sel kulit yang berfungsi untuk menyembuhkan luka). Oleh karena itu, lidah buaya diyakini mampu menyembuhkan luka, meredakan rasa sakit, dan berkhasiat sebagai anti bengkak.

Berdasarkan Penelitian yang dilakukan oleh Aprida (2017), yang mengkombinasikan kompres hangat, dan kompres lidah buaya untuk mengatasi pembengkakan payudara. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kompres lidah buaya berkhasiat dalam mengurangi intensitas nyeri akibat pembengkakan payudara. Sehingga menunjukkan bahwa kompres lidah buaya berkhasiat dalam mengurangi nyeri pada payudara saat penuh dan bengkak.

Nyeri akibat pembengkakan payudara pada ibu post partum dapat diberikan kompres hangat sebelum menyusui untuk mengurangi rasa sakit. Kompres hangat dengan suhu 40,5 – 43 °C merupakan salah satu pilihan tindakan yang digunakan untuk mengurangi dan bahkan mengatasi rasa nyeri. Kompres hangat dianggap bermanfaat untuk memperbaiki sirkulasi darah, terutama pada engorgement payudara post partum (Runiari, 2012).

Penelitian yang dilakukan Nurhanifah (2013) menunjukan bahwa pemberian kompres hangat payudara selama pemberian ASI akan dapat meningkatkan aliran ASI dari kelenjar-kelenjar penghasil ASI. Manfaat lain dari kompres hangat payudara antara lain; stimulasi refleks let down, mencegah bendungan pada payudara dan memperlancar peredaran darah pada daerah payudara. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Runiari (2013), terdapat pengaruh pemberian kompres air hangat terhadap intensitas nyeri pembengkakan payudara pada ibu postpartum.

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Rancangan penelitian ini adalah Quasi Eksperimental, dengan desain Two Groups Pretest-Posttest without control Design. Desain penelitian ini bertujuan untuk meneliti perbedaan kompres aloe vera dan kompres air hangat terhadap intensitas nyeri pembengkakan payudara pada ibu menyusui. Peneliti melakukan intervensi pada masing-masing kelompok, efektivitas perlakuan dinilai dengan cara membandingkan nilai post test dengan pre test

Sampel penelitian adalah sebagian populasi yang memenuhi kriteria dari peneliti yang sudah ditentukan dengan pengambilan sampling (Hardani, et al, 2020). Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 34 responden dan dibagi menjadi 2 kelompok dengan masing-masing kelompok berjumlah 17 responden, baik dari kelompok kompres aloe vera maupun kompres air hangat.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 4.1 Karakteristik Responden berdasarkan Paritas

Paritas	Kelompok Aloe vera		Kelompok Air Hangat	
	F	%	F	%
Primipara	10	58.8	5	29.4
Multipara	7	41.2	12	70.6
Total	17	100.0	17	100.0

Karakteristik responden berdasarkan paritas diperoleh data bahwa pada Kelompok Kompres Aloe vera sebagian besar responden melahirkan anak pertama (primipara) sebanyak 10 responden (58.8%) sedangkan pada Kelompok Kompres Air Hangat sebagian besar responden melahirkan anak kedua (multipara) dengan jumlah 12 responden (47.1%).

Hasil ini sesuai dengan penelitian Ariyani (2022) diketahui dari 41 responden terdapat 12 responden atau 29,3% memiliki paritas primipara dan 29 responden atau 70,7% memiliki paritas multipara. Paritas adalah jumlah atau banyaknya persalinan yang pernah dialami ibu baik lahir hidup maupun mati. Ibu multipara memiliki pengalaman terhadap anak sebelumnya sehingga ibu sudah pernah melewati masa post partum dan perasaan cemas ibu pada masa menyusui membuat hormone yang membantu memproduksi asi tidak terganggu. Ibu dengan paritas primipara seringkali merasa cemas dalam kehamilannya hingga masa menyusunya dikarenakan proses tersebut merupakan proses yang baru dilaluinya. Kecemasan tersebut akan berpengaruh terhadap hormone yang memproduksi asi.

Tabel 4. 2. Karakteristik responden berdasarkan Keadaan Payudara

Keadaan Payudara pada skor Six Point Engorgement	Kelompok aloe vera		Kelompok Air Hangat	
	F	%	F	%
4	8	47.1	7	41.2
5	8	47.1	9	52.9
6	1	5.9	1	5.9
total	17	100.0	17	100.0

Karakteristik responden berdasarkan keadaan payudara yang diukur dengan skor Six Point Engorgement diketahui bahwa Kelompok Kompres Aloe vera sebagian besar berada pada skor 4 dan 5 dengan jumlah yang sama yaitu 8 responden (47.1%) sedangkan pada Kelompok Kompres Air Hangat sebagian besar berada pada skor 5 yaitu 9 responden (52.9%) .

Menurut Julu (2019) menjelaskan bahwa ukuran payudara akan meningkat selama kehamilan terutama saat trimester ke 3

karena alveoli atau sel yang memproduksi asi dan milk duct atau saluran yang membawa asi ke puting tumbuh dan berkembang secara maksimal. Tetapi ukuran payudara tidak mempengaruhi produksi asi karena ukuran payudara lebih tergantung pada jumlah pendukung dan lemak jaringan fibrosa dari jumlah kelenjar susu.

Tabel 4.3. Data Distribusi Nyeri Pembengkakan Payudara Sebelum diberikan Intervensi

Nyeri	Kelompok Aloe vera		Kelompok Air Hangat	
	F	%	F	%
Nyeri Ringan (1-3)	3	17.6	2	11.8
Nyeri Sedang (4-6)	14	82.4	15	88.2
Total	17	100.0	17	100.0

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa rasa nyeri akibat pembengkakan payudara yang dirasakan ibu menyusui sebelum diberikan intervensi sebagian besar berada dalam kategori nyeri ringan pada kelompok kompres aloe vera sebanyak 14 responden (82.4%) dan pada kelompok kompres air hangat dalam kategori nyeri sedang sebanyak 15 responden (88.2%).

Hasil ini sejalan dengan penelitian Lydianingsih (2018) yang menemukan bahwa sebagian besar responden memiliki skala nyeri 2 atau skala nyeri ringan. Rasa nyeri pada payudara diukur dengan NRS (Numeric Rating Scale) dan disetiap gradasi nyeri akan dijelaskan kriteria nyeri tersebut Nyeri pembengkakan payudara yang dialami ibu melahirkan dapat dipengaruhi oleh frekuensi menyusui. Jika ibu tidak sering menyusui maka payudara akan menjadi lebih bengkak dan nyeri

karena asi tidak keluar. Proses laktasi terganggu akibat adanya bendungan asi yang menimbulkan rasa nyeri.

Tabel 4.4. Data Distribusi Nyeri Pembengkakan Payudara Sesudah diberikan Intervensi

Nyeri	Kelompok Aloe vera		Kelompok Air Hangat	
	F	%	F	%
Tidak Nyeri (0)	2	17.6	6	35.3
Nyeri Ringan (1-3)	15	82.4	11	64.7
Total	17	100.0	17	100.0

Payudara yang dirasakan ibu menyusui sesudah diberikan intervensi sebagian besar berada dalam kategori nyeri ringan pada kelompok kompres aloe vera sebanyak 15 responden (88.2%) dan pada kelompok kompres air hangat dalam kategori nyeri ringan sebanyak 11 responden (64.7%).

Menurut Syamson (2017) bahwa terjadinya pembengkakan payudara ini disebabkan karena perilaku ibu menyusui yang kurang baik, kurangnya pengetahuan, sikap, motivasi serta informasi yang didapatkan juga dapat menjadi penyebab terjadinya pembengkakan payudara.

## KESIMPULAN

### 1. Paritas

Karakteristik responden berdasarkan paritas diperoleh data bahwa pada Kelompok Kompres Aloe vera sebagian besar responden melahirkan anak pertama (primipara) sebanyak 10 responden (58.8%) sedangkan pada Kelompok Kompres Air Hangat sebagian besar responden

melahirkan

anak kedua (multipara) dengan jumlah 12 responden (47.1%).

2. Keadaan Payudara

Karakteristik responden berdasarkan keadaan payudara yang diukur dengan skor *Six Point Engorgement* diketahui bahwa Kelompok Kompres Aloe vera memiliki rata-rata skor 4.59 dengan skor terendah 4 dan skor tertinggi 6 sedangkan pada Kelompok Kompres Air Hangat memiliki rata-rata skor 4.65 dengan skor terendah 4 dan skor tertinggi 6.

3. Data Distribusi Nyeri Pembengkakan Payudara Sebelum diberikan Intervensi

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa rasa nyeri akibat pembengkakan payudara yang dirasakan ibu menyusui sebelum diberikan intervensi sebagian besar berada dalam kategori nyeri ringan pada kelompok kompres aloe vera sebanyak 14 responden (82.4%) dan pada kelompok kompres air hangat dalam kategori nyeri sedang sebanyak 15 responden (88.2%).

4. Data Distribusi Nyeri Pembengkakan Payudara Sesudah diberikan Intervensi

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa rasa nyeri akibat pembengkakan payudara yang dirasakan ibu menyusui sesudah diberikan intervensi sebagian besar berada dalam kategori nyeri ringan pada kelompok kompres aloe vera sebanyak 15 responden (88.2%) dan pada kelompok kompres air hangat dalam kategori nyeri ringan sebanyak 11 responden (64.7%)

## DAFTAR PUSTAKA

- Aprida, R.A. 2017. Penerapan Kompres Daun Kol Untuk Mengurangi Pembengkakan Payudara Pada Ibu Post Partum Di BPM Yustin Tresnowati Rowokele Kebumen. Skripsi. Program Studi Ilmu Kebidanan. Stikes Muhammadiyah Gombong.
- Afrida, Baiq, R., dan Aryani N.P. 2022. Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Neonatus, Bayi, Balita dan Anak Prasekolah. Jawa Tengah: PT.Nasya Expanding Management.
- Hardani, dkk (2020) Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif .Yogyakarta: CV.Pustaka Ilmu Grup
- Kemendes RI. 2021. Profil Kesehatan Indonesia 2020. Jakarta: Kemendes RI.
- Lydianingsih (2018) : Lydianingsih, E. (2018). Pengaruh Pemberian Perawatan Payudara Sebagai Terapi Bendungan Asi Terhadap Skala Pembengkakan Dan Intensitas Nyeri Payudara, Serta Jumlah Asi Pada Ibu Postpartum Di RSUD Bangil Kabupaten Pasuruan (Doctoral dissertation, Universitas Brawijaya).
- Noordia, A., & Nurita, T. (2018). Pelatihan Lidah Buaya Masyarakat Tebo Selatan Kelurahan Mulyorejo. Jurnal ABDI. <https://doi.org/10.26740/ja.v3n2.p84-87>.
- Nurhanifah, Fitrah (2013), Perbedaan Efektifitas Massage Punggung dan Kompres Hangat Payudara terhadap peningkatan kelancaran produksi ASI di Desa Majang. Jurnal Keperawatan dari Indonesia.
- Runiari, Nengah, & Surinati. 2013. Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Intensitas Nyeri Pembengkakan Payudara Pada Ibu Post Partum Di Wilayah Kerja Puskesmas Pembantu Dauh Puri. Jurnal. Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Udayana.

- Thomas, A. A., Chugani, M., & Thokchom, S. (2017). A Quasi-Experimental Study To Assess The Effectiveness Of Chilled Cabbage Leaves On Breast Engorgement Among Postnatal Mothers Admitted In A Selected Hospital Of Delhi. *Int J Nurs Midwif Res*, 4(1), 8-13.
- Wahyuni, E.D. (2018). *Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui*. Jakarta: Pusdik Sdm Kesehatan.