
PENGARUH KOMPRES LIDAH BUAYA TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI PADA IBU NIFAS DENGAN BENDUNGAN ASI DI PUSKESMAS KARANGPAWITAN TAHUN 2024

Oleh

Restu Atri Supriadi¹, Rita Ayu Yolandia², Irma Jayatmi³

^{1,2,3}Universitas Indonesia Maju

E-mail: ²rita.kebidanan@gmail.com, ³irmajayatmi@gmail.com

Article History:

Received: 11-03-2025

Revised: 26-03-2025

Accepted: 14-04-2025

Keywords:

Lidah Buaya,
Bendungan ASI

Abstract: Kabupaten Garut tahun 2023 kasus kejadian bendungan ASI sebanyak 56,7%. Puskesmas Karangpawitan pada tahun 2023 kasus bendungan ASI pada ibu menyusui sebanyak 48,3%. Salah satu metode guna menanggulangi masalah bendungan ASI dengan cara pengompresan pada payudara ibu menggunakan lidah buaya yang memiliki kandungan anthraquinone yang mengandung aloin dan emodin yang dapat berfungsi sebagai analgesik. Dampak bendungan ASI dapat menyebabkan ibu menghentikan proses menyusui karena payudara terasa nyeri. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh kompres lidah buaya terhadap penurunan skala nyeri pada ibu nifas dengan bendungan ASI. Penelitian ini menggunakan quasi eksperimen dengan pre test - post test two control group design. Populasi pada penelitian ini ibu postpartum yang mengalami bendungan ASI sebanyak 30 orang, teknik sampel menggunakan total sampling dengan jumlah sampel sebanyak 30 responden. Instrument yang digunakan berupa skala ukur nyeri. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon. Rata-rata skala nyeri bendungan ASI sebelum diberikan kompres lidah buaya sebesar 5,67 dan sesudah diberikan kompres lidah buaya sebesar 0,93. Sedangkan pada kelompok kontrol rata-rata skala nyeri bendungan ASI sebelum diberikan konseling sebesar 5,60 dan sesudah diberikan konseling sebesar 2,53. Hasil bivariat didapatkan p-value 0,000. Terdapat pengaruh kompres lidah buaya terhadap penurunan skala nyeri pada ibu nifas dengan bendungan ASI dengan p-value sebesar 0,000. Disarankan kepada ibu hamil untuk meningkatkan pengetahuan tentang bagaimana cara mengatasi nyeri pada bendungan ASI salah satunya menggunakan kompres lidah buaya.

PENDAHULUAN

Masa nifas adalah masa yang berakhir ketika organ-organ kandungan kembali ke keadaan semula (sebelum hamil) setelah keluarnya plasenta. Masa nifas berlangsung sekitar 6 minggu (Sulistyawati, 2019). Masalah yang sering terjadi pada masa nifas adalah masalah menyusui yang dapat terjadi pada awal masa nifas (pasca melahirkan atau laktasi) dan

pembengkakan pada payudara. Payudara terasa panas, nyeri, nyeri saat disentuh, tegang, dan bengkak yang terjadi 3 sampai 6 hari setelah melahirkan (Muniarti & dkk, 2020).

Laktasi adalah bagian fundamental dari daur reproduksi manusia. Air Susu Ibu (ASI) diproduksi oleh payudara yang merupakan salah satu organ dari tubuh wanita. Menyusui adalah hak semua ibu, termasuk ibu bekerja, sehingga ibu menyusui membutuhkan pengetahuan tentang menyusui dan manfaat menyusui. Selain itu, ibu post-partum membutuhkan dukungan dari keluarga, suami dan orang-orang berada dilingkungan sekitar. 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 (Rutina dan Fitriani, 2020).

Berdasarkan data World Health Organization (WHO) pada tahun 2020 di Amerika Serikat yang mengalami masalah bendungan ASI rata-rata sebanyak 87,05% dari 12.765 ibu nifas dan pada tahun 2021 ibu yang mengalami bendungan ASI sebanyak 66,87% dari 10.674 ibu nifas serta pada tahun 2022 sebanyak 66,34% dari 9,862 ibu nifas. UNICEF menyebutkan bukti ilmiah yang dikeluarkan oleh jurnal pediatrics pada tahun 2021 terungkap data di dunia ibu yang mengalami masalah menyusui sekitar 16.142.321 juta jiwa yang terdiri dari puting susu lecet 56,4 %, bendungan payudara 36,12%, dan mastitis 7,5% (Damar, 2022). Persentase kasus bendungan ASI pada ibu nifas menurut data Association of Southeast Asian Nation (ASEAN) pada tahun 2020 di 10 negara yaitu Thailand, Malaysia, Singapura, Philipina, Brunai Darusalam, Vietnam, Laos, Myanmar, Kamboja termasuk negara Indonesia tercatat ada sebanyak 107.654 ibu nifas dan pada tahun 2021 ibu nifas yang mengalami bendungan ASI sebanyak 66,87% ibu nifas serta pada tahun 2022 ibu yang mengalami bendungan ASI sebanyak 71,1% dengan angka tertinggi terjadi di negara Indonesia yaitu sebanyak 37,12% (WHO, 2022).

Berdasarkan data dari Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan RI kejadian bendungan ASI di Indonesia pada tahun 2021 terbanyak ada pada ibu-ibu bekerja yaitu sebanyak 16% dari ibu menyusui (Kemenkes, 2021). Provinsi Jawa Barat pada tahun 2021 ibu menyusui yang mengalami kejadian bendungan ASI sebanyak 52% (Dinkes Jabar, 2021). Kasus kejadian bendungan ASI di Kabupaten Garut pada tahun 2023 sebanyak 56,7% (Dinkes Garut, 2023). Puskesmas Karangpawitan merupakan salah satu puskesmas yang ada di wilayah Kabupaten Garut pada tahun 2023 kasus bendungan ASI pada ibu menyusui menduduki 10 besar puskesmas dengan kasus bendungan ASI tertinggi di Kabupaten Garut yaitu sebanyak 48,3% (Puskesmas Karangpawitan, 2022).

Bendungan ASI dapat disebabkan oleh produksi asi yang sangat berlebihan, menyusui bayi tidak terjadwal dengan baik atau ibu yang sering lupa/terlambat untuk memberikan asi pada bayinya dan tidak tau teknik cara menyusui dan posisi menyusui yang salah atau adanya puting susu yang datar/terbenam hal ini merupakan terjadinya bendungan asi. Terjadi nyeri adalah salah satu mekanisme pertahanan tubuh manusia yang menunjukkan nyeri merupakan keyakinan individu dan bagaimana respon individu tersebut terhadap sakit yang di alaminya (Patiran, 2022).

Pembengkakan payudara juga menyebabkan ibu menghentikan proses menyusui

karena payudara terasa nyeri, tidak nyaman saat menyusui, dan menganggap jika payudara bermasalah maka proses menyusui dihentikan agar tidak menularkan penyakit kepada anaknya. 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 bayi akan mudah terkena penyakit (Untari, 2021).

Bendungan ASI menyebabkan nyeri payudara atau Mastalgia dibagi menjadi dua yaitu berhubungan dengan nyeri payudara. Mastalgia siklik yang menusuk, panas dan membuat payudara terasa sesak. Sehingga membuat beberapa ibu merasa tidak nyaman. Penanganan yang dapat dilakukan terdiri dari beberapa cara yaitu menggunakan obat pereda nyeri (Farmakologis), dan non farmakologis atau cara tradisional. Penanganan pembengkakan payudara dapat dilakukan dengan cara pengompresan dengan menggunakan lidah buaya (Untari, 2021).

Tanaman lidah buaya memiliki khasiat obat untuk bendungan ASI. Sushen menyatakan bahwa aloe vera dapat digunakan untuk mengatasi nyeri payudara karena menstruasi atau nyeri payudara akibat proses memberhentikan ASI. Aloe vera memiliki kandungan anthraquinone yang mengandung aloin dan emodin yang dapat berfungsi sebagai analgesik (Sushen, 2017). Lidah buaya (Aloe Vera) adalah tanaman asli dari Afrika lidah buaya ini terdapat pada gelnya manfaat dari gel lidah buaya tersebut dapat membuat kulit tidak cepat kering dan selalu tampak kelihatan lembab. Dengan keadaan tersebut di lihat dengan sifat gel lidah buaya yang bisa meresap ke dalam kulit, sehingga dapat mempertahankan kehilangan cairan yang terlampaui banyak dari dalam kulit menurut. Selain itu lidah buaya mengeluarkan gel dingin yang dapat menyerap panas yang ditandai dari klien merasa nyaman dan lidah buaya diberikan setelah 15- 30 menit (Patiran, 2022).

Berdasarkan Penelitian yang dilakukan oleh Aprida (2020), 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. Beberapa penelitian lidah buaya berkhasiat sebagai anti inflamasi. Seiring dengan penelitian yang dilakukan terhadap lidah buaya ini, ditemukan bahwa lidah buaya mengandung berbagai zat anti peradangan, diantaranya adalah asam salisilat, indometasin, manosa 6-fosfat, B-sitosterol untuk mengurangi pembengkakan pada payudara ibu post partum.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk meneliti "Pengaruh Kompres Lidah Buaya terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Ibu Nifas dengan Bendungan ASI di Puskesmas Karangpawitan Tahun 2024".

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan penelitian quasi eksperimen dengan *pretest- post test two control group design*. Quasi eksperimen merupakan jenis penelitian yang dilakukan untuk mengetahui akibat yang ditimbulkan dari suatu perlakuan (*treatment*) yang diberikan secara sengaja oleh peneliti (Arianto, 2019). Pada penelitian ini akan dilakukan observasi nyeri payudara akibat bendungan ASI dan diberikan kompres lidah buaya sebagai upaya untuk menurunkan nyeri yang selanjutnya akan di observasi kembali sesuai waktu penelitian. Bentuk rancangan quasi eksperimen *pretest- post test two group design* sebagai berikut.

Tabel 1 Desain Penelitian

Kelompok	<i>Pre-Tes</i>	Perlakuan	<i>Post-Tes</i>
Kelompok Eksperimen	O ₁	X ₁	O ₂
Kelompok Kontrol	O ₃	X ₂	O ₄

Keterangan:

O₁ : Nyeri bendungan ASI sebelum diberikan kompres lidah buaya (*pre-test*)

O₂ : Nyeri bendungan ASI sesudah diberikan kompres lidah buaya (*post-test*)

X₁ : Pemberian kompres lidah buaya

O₃ : Nyeri bendungan ASI pada observasi pertama (*pre-test*)

O₄ : Nyeri bendungan ASI pada observasi pertama (*post-test*)

X₂ : Pemberian konseling

Analisis Data Yang Digunakan Adalah Analysis Data Univariat Dan Bivariat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Univariat

Nyeri Bendungan ASI pada Kelompok Intervensi Sebelum dan Sesudah Diberikan Kompres Lidah Buaya

Tabel 1

Nyeri Bendungan ASI Sebelum dan Sesudah Diberikan Kompres Lidah Buaya di Puskesmas Karangpawitan tahun 2024

Hasil	Kelompok Lidah Buaya					
	N	Min	Max	Mean	SD	Selisih Mean
Pre-Test	15	5	7	5,67	0,724	4,74
Post-Test	15	0	2	0,93	0,799	

Sumber: Olah Data SPSS Tahun 2024

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 15 responden sebelum diberikan intervensi berupa kompres lidah buaya diperoleh hasil pengukuran skala nyeri bendungan ASI paling rendah sebesar 5, skala nyeri paling tinggi sebesar 7, dan rata-rata skala nyeri sebesar 5,67 dengan standar deviasi 0,724. Setelah diberikan kompres lidah buaya selama 2 hari diperoleh hasil pengukuran skala nyeri paling rendah sebesar 0, skala nyeri paling tinggi sebesar 2, dan rata-rata skala nyeri sebesar 0,93 dengan standar deviasi 0,799 dan terdapat selisih rata-rata skala nyeri sebesar 4,74.

Nyeri bendungan ASI pada Kelompok Kontrol Sebelum dan Sesudah Diberikan Konseling

Tabel 2

Nyeri bendungan ASI Sebelum dan Sesudah Diberikan Konseling di Puskesmas Karangpawitan Kabupaten Garut Tahun 2024

Hasil	Kelompok Kontrol					
	N	Min	Max	Mean	SD	Selisih Mean
Pre-Test	15	5	7	5,60	0,632	3,07

Post-Test	15	2	4	2,53	0,640
-----------	----	---	---	------	-------

Sumber: Olah Data SPSS Tahun 2024

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari 28 responden sebelum diberikan konseling diperoleh hasil pengukuran skala nyeri bendungan ASI paling rendah sebesar 5, skala nyeri paling tinggi sebesar 7, dan rata-rata skala nyeri sebesar 5,60 dengan standar deviasi 0,623. Setelah diberikan konseling selama 2 hari diperoleh hasil pengukuran skala nyeri paling rendah sebesar 2, skala nyeri paling tinggi sebesar 4, dan rata-rata skala nyeri sebesar 2,53 dengan standar deviasi 0,640 dan terdapat selisih rata-rata skala nyeri sebesar 3,07.

Hasil Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya perbedaan hasil *pre test* dan *post test* pada kelompok kompres lidah buaya dan Kelompok kontrol, serta perbedaan *post test* pada kelompok kompres lidah buaya dan kelompok kontrol, namun sebelum pengujian hipotesis terlebih dahulu peneliti melakukan uji normalitas data menggunakan SPSS v.25 dengan uji *Shapiro-Wilk* maka hasilnya adalah sebagai berikut:

Tabel 3
Hasil Uji Normalitas

Kelompok kompres lidah buaya	N	<i>p-value</i>	Keterangan
Pre-Tes	28	0,002	Tidak Normal
Post-Tes	28	0,006	Tidak Normal
Kelompok Kontrol			
Pre-Tes	28	0,001	Tidak Normal
Post-Tes	28	0,001	Tidak Normal

Sumber: Olah Data SPSS Tahun 2024

Berdasarkan tabel 3 diketahui nilai *p-value* untuk semua data $< 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa data penelitian tidak normal, sehingga uji analisis data yang digunakan adalah uji non parametrik yaitu uji *Wilcoxon* dan *Mann-Whitney Test* dengan hasil analisis sebagai berikut:

Hasil Analisis Uji *Wilcoxon Signed Ranks Test*

Tabel 4
Pengaruh Kompres Lidah Buaya terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Ibu Nifas dengan Bendungan ASI di Puskesmas Karangpawitan Kabupaten Garut Tahun 2024

Kelompok	N	<i>Pre-Test</i>		<i>Post-Test</i>		<i>p-value</i>
		Mean	Std. Dev	Mean	Std. Dev	
Lidah buaya	15	5,67	0,724	0,93	0,799	0,000
Konseling	15	5,60	0,632	2,53	0,640	0,000

Sumber: Olah Data SPSS Tahun 2024

Berdasarkan tabel 4 pada kelompok kompres lidah buaya diperoleh nilai *p-value* sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pemberian kompres lidah buaya terhadap nyeri bendungan ASI pada ibu nifas. Sedangkan pada Kelompok Kontrol yang diberikan konseling juga diperoleh diperoleh nilai *p-value* sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan

pemberian konseling terhadap nyeri bendungan ASI pada ibu nifas.

Hasil Analisis Uji *Mann-Whitney Test*

Tabel 5
Perbedaan Nyeri Bendungan ASI pada Kelompok Kompres Lidah Buaya dan Kelompok Kontrol (Konseling)

Kelompok	<i>Post-Test</i>		<i>p-value</i>	N
	Mean	Std. Dev		
Kelompok kompres lidah buaya	0,93	0,799	0,000	30
Kelompok Kontrol	2,53	0,640		

Sumber: Olah Data SPSS Tahun 2024

Berdasarkan tabel 5 diperoleh nilai *p-value* sebesar $0,000 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara pemberian kompres lidah buaya dengan pemberian konseling terhadap nyeri bendungan ASI pada ibu nifas.

Pembahasan

Nyeri pada Ibu Nifas Kelompok Intervensi Dengan Bendungan ASI Sebelum dan Sesudah Diberikan Kompres Lidah Buaya

Berdasarkan hasil penelitian, sebelum diberikan intervensi berupa kompres lidah buaya, ibu nifas yang mengalami bendungan ASI memiliki skala nyeri paling rendah sebesar 5 dan paling tinggi sebesar 7, dengan rata-rata skala nyeri sebesar 5,67 dan standar deviasi 0,724. Setelah intervensi berupa kompres lidah buaya dilakukan selama 2 hari, hasil menunjukkan skala nyeri paling rendah sebesar 0 dan paling tinggi sebesar 2, dengan rata-rata skala nyeri sebesar 0,93 dan standar deviasi 0,799. Selisih rata-rata skala nyeri antara sebelum dan sesudah intervensi adalah 4,74, menunjukkan penurunan yang signifikan.

Teori mendukung bahwa lidah buaya memiliki sifat anti-inflamasi dan analgesik yang efektif dalam mengurangi rasa sakit dan pembengkakan. Lidah buaya mengandung senyawa aktif seperti aloin dan emodin yang memiliki efek anti-peradangan serta sifat menenangkan kulit dan jaringan yang terkena inflamasi (Indrawati, 2023). Dalam konteks bendungan ASI, lidah buaya membantu mengurangi edema dan memperlancar sirkulasi darah sehingga rasa nyeri dapat berkurang lebih cepat (Prasetya, 2021).

Selain itu, mekanisme kerja dari lidah buaya melibatkan penghambatan enzim siklooksigenase (COX) yang memproduksi prostaglandin, senyawa yang bertanggung jawab atas timbulnya nyeri dan inflamasi (Anggraeni, 2022). Dengan menurunkan produksi prostaglandin, nyeri pada bendungan ASI dapat dikurangi secara signifikan.

Efektivitas lidah buaya dalam menurunkan rasa nyeri juga didukung oleh sifatnya sebagai agen hidrasi yang membantu menjaga elastisitas jaringan kulit, sehingga mengurangi tekanan yang dirasakan oleh jaringan yang membengkak (Wibisono, 2020). Penelitian ini selaras dengan teori tersebut, di mana penggunaan kompres lidah buaya mampu menurunkan skala nyeri secara signifikan.

Penelitian oleh Suryani (2022) menunjukkan bahwa kompres lidah buaya efektif dalam menurunkan nyeri pada ibu pasca-melahirkan dengan episiotomi, di mana terjadi penurunan nyeri sebesar 60% dalam waktu dua hari. Studi lain oleh Kusuma (2021) menemukan bahwa penggunaan lidah buaya untuk mengatasi mastitis pada ibu menyusui

mampu menurunkan tingkat nyeri dan peradangan secara signifikan dalam waktu 48 jam. Hasil serupa ditemukan oleh Ramadhani (2020), yang mengungkapkan bahwa aplikasi gel lidah buaya pada area bengkak akibat bendungan ASI menghasilkan penurunan nyeri hingga 80% pada hari kedua.

Penelitian ini mendukung temuan-temuan sebelumnya, yang menegaskan manfaat lidah buaya sebagai solusi non-farmakologis dalam menangani nyeri bendungan ASI. Berdasarkan hasil penelitian, peneliti berasumsi bahwa kompres lidah buaya efektif karena sifatnya yang mampu meredakan inflamasi dan memberikan sensasi sejuk pada jaringan yang bengkak. Penurunan nyeri yang signifikan juga mengindikasikan bahwa lidah buaya dapat menjadi terapi pelengkap dalam perawatan ibu nifas dengan bendungan ASI, terutama di fasilitas pelayanan primer seperti puskesmas.

Nyeri pada Ibu Nifas Kelompok Kontrol (Konseling) dengan Bendungan ASI saat Observasi Pertama dan Kedua

Pada kelompok kontrol yang hanya diberikan konseling, hasil pengukuran skala nyeri awal menunjukkan nilai paling rendah sebesar 5 dan paling tinggi sebesar 7, dengan rata-rata skala nyeri 5,60 dan standar deviasi 0,623. Setelah intervensi berupa konseling selama 2 hari, terjadi penurunan skala nyeri, dengan nilai paling rendah sebesar 2 dan paling tinggi sebesar 4. Rata-rata skala nyeri setelah intervensi menjadi 2,53 dengan standar deviasi 0,640. Selisih rata-rata skala nyeri adalah 3,07, menunjukkan efektivitas konseling meskipun hasilnya tidak sebaik kelompok kompres lidah buaya.

Konseling berperan penting dalam membantu ibu nifas memahami teknik menyusui yang benar, mengatasi stres, dan meningkatkan keterampilan perawatan diri. Edukasi yang diberikan selama konseling memungkinkan ibu untuk mengurangi nyeri melalui pengosongan payudara yang lebih efektif (Rahmawati, 2023). Teori ini menunjukkan bahwa pengetahuan yang meningkat dapat membantu mengurangi komplikasi akibat bendungan ASI.

Meski demikian, penurunan nyeri pada kelompok ini lebih lambat dibandingkan dengan kompres lidah buaya, karena konseling bersifat edukatif dan membutuhkan waktu untuk diaplikasikan secara maksimal (Susilawati, 2022). Hal ini sesuai dengan teori bahwa pendekatan edukatif efektif tetapi tidak memiliki efek langsung seperti terapi fisik (Wahyuni, 2021). Faktor psikologis juga berpengaruh pada persepsi nyeri, dan konseling dapat membantu mengurangi kecemasan ibu yang berkontribusi pada intensitas nyeri (Suryaningrum, 2020).

Penelitian oleh Lestari (2022) menunjukkan bahwa konseling mengenai teknik menyusui berhasil menurunkan nyeri pada ibu dengan bendungan ASI hingga 45% dalam waktu tiga hari. Hasil yang serupa ditemukan oleh Dewi (2021), yang melaporkan bahwa pemberian edukasi intensif mampu menurunkan tingkat nyeri dan meningkatkan keberhasilan menyusui pada ibu nifas. Namun, penelitian oleh Wijayanti (2020) menunjukkan bahwa efek konseling seringkali memakan waktu lebih lama dibandingkan intervensi fisik langsung, seperti kompres atau obat.

Peneliti berasumsi bahwa konseling merupakan metode yang efektif tetapi membutuhkan waktu lebih lama untuk memberikan hasil yang signifikan. Konseling tetap penting sebagai bagian dari pendekatan holistik dalam mengatasi bendungan ASI, meskipun hasilnya tidak seoptimal terapi fisik langsung.

Pengaruh Kompres Lidah Buaya terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Ibu Nifas dengan Bendungan ASI

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian kompres lidah buaya memiliki pengaruh yang signifikan terhadap penurunan nyeri pada ibu nifas dengan bendungan ASI. Hal ini dibuktikan dengan nilai p-value sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Temuan ini mengindikasikan bahwa hipotesis alternatif diterima, yakni kompres lidah buaya efektif dalam menurunkan skala nyeri dibandingkan kondisi awal.

Secara teori, lidah buaya dikenal memiliki kandungan bioaktif, seperti aloin, emodin, dan asam salisilat, yang berfungsi sebagai agen anti-inflamasi dan analgesik (Prasetyo, 2023). Kandungan ini mampu menghambat produksi prostaglandin, yaitu mediator inflamasi yang berkontribusi pada munculnya rasa nyeri. Selain itu, lidah buaya juga berfungsi sebagai pendingin alami yang memberikan efek menenangkan pada jaringan yang meradang, mengurangi sensasi terbakar, dan membantu meringankan tekanan yang disebabkan oleh pembengkakan (Rahmawati, 2022). Dalam konteks bendungan ASI, aplikasi kompres lidah buaya membantu melancarkan aliran darah dan cairan di sekitar payudara, sehingga meringankan nyeri yang dialami ibu nifas (Suryadi, 2021).

Tanaman lidah buaya memiliki khasiat obat untuk bendungan ASI. Sushen menyatakan bahwa aloe vera dapat digunakan untuk mengatasi nyeri payudara karena menstruasi atau nyeri payudara akibat proses memberhentikan ASI. Aloe vera memiliki kandungan anthraquinone yang mengandung aloin dan emodin yang dapat berfungsi sebagai analgesik (Sushen, 2017). Lidah buaya (Aloe Vera) adalah tanaman asli dari Afrika. Lidah buaya ini terdapat pada gelnya manfaat dari gel lidah buaya tersebut dapat membuat kulit tidak cepat kering dan selalu tampak kelihatan lembab. Dengan keadaan tersebut di lihat dengan sifat gel lidah buaya yang bisa meresap ke dalam kulit, sehingga dapat mempertahankan kehilangan cairan yang terlampau banyak dari dalam kulit menurut. Selain itu lidah buaya mengeluarkan gel dingin yang dapat menyerap panas yang ditandai dari klien merasa nyaman dan lidah buaya di berikan setelah 15- 30 menit (Patiran, 2022).

Berdasarkan Penelitian yang dilakukan oleh Aprida (2020), 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. Beberapa penelitian lidah buaya berkhasiat sebagai anti inflamasi. Seiring dengan penelitian yang dilakukan terhadap lidah buaya ini, ditemukan bahwa lidah buaya mengandung berbagai zat anti peradangan, diantaranya adalah asam salisilat, indometasin, manosa 6-fosfat, B-sitosterol untuk mengurangi pembengkakan pada payudara ibu post partum.

Penelitian serupa oleh Pertiwi (2022) menunjukkan bahwa pemberian kompres lidah buaya pada ibu menyusui yang mengalami mastitis mampu menurunkan intensitas nyeri hingga 85% dalam waktu 48 jam. Hasil yang sama juga ditemukan dalam studi oleh Sukmawati (2021), di mana penggunaan lidah buaya sebagai terapi non-farmakologis memberikan efek analgesik yang signifikan pada pasien pasca-melahirkan dengan luka perineum.

Lebih lanjut, penelitian oleh Lestari (2020) mengonfirmasi bahwa lidah buaya efektif

untuk mengurangi inflamasi pada kondisi medis lain, seperti dermatitis, yang secara mekanisme serupa dengan inflamasi pada bendungan ASI. Hasil penelitian ini konsisten dengan studi-studi sebelumnya, menunjukkan potensi lidah buaya sebagai terapi non-farmakologis untuk nyeri bendungan ASI.

Peneliti berasumsi bahwa kompres lidah buaya memberikan manfaat signifikan karena kombinasi antara efek pendingin, sifat anti-inflamasi, dan kemampuan meningkatkan hidrasi jaringan. Selain itu, penggunaannya yang mudah dan murah menjadikannya solusi praktis untuk diterapkan di fasilitas kesehatan primer, seperti puskesmas.

Perbedaan Nyeri Bendungan ASI pada Kelompok Kompres Lidah Buaya dan Kelompok Kontrol (Konseling)

Penelitian menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kelompok yang diberikan kompres lidah buaya dengan kelompok kontrol (konseling) dalam hal penurunan skala nyeri. Hal ini dibuktikan dengan nilai p-value sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa kompres lidah buaya lebih unggul dibandingkan dengan konseling dalam mengurangi nyeri akibat bendungan ASI.

Secara teoretis, pendekatan fisik langsung, seperti kompres lidah buaya, lebih efektif dibandingkan pendekatan edukatif karena bekerja langsung pada area yang mengalami inflamasi. Lidah buaya memiliki efek farmakologis langsung pada jaringan, sedangkan konseling membutuhkan waktu lebih lama untuk memberikan hasil karena bergantung pada kemampuan ibu dalam mengaplikasikan teknik menyusui yang diajarkan (Pratiwi, 2023).

Teori lain menyebutkan bahwa kompres dingin, seperti yang diaplikasikan dengan lidah buaya, membantu menurunkan aktivitas saraf sensorik lokal, sehingga menurunkan persepsi nyeri secara signifikan (Hidayati, 2023). Hal ini menjelaskan mengapa skala nyeri pada ibu nifas dengan bendungan ASI mengalami penurunan drastis setelah pemberian intervensi.

Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa terapi non-farmakologis dengan metode kompres dingin atau bahan herbal cenderung memberikan hasil yang lebih cepat karena mekanisme kerja langsung pada area nyeri (Sari, 2022). Sebaliknya, konseling lebih efektif sebagai pendekatan jangka panjang untuk mencegah terjadinya bendungan ASI berikutnya, tetapi kurang efektif untuk menangani nyeri yang sedang berlangsung (Andriani, 2021).

Penelitian oleh Herlina (2023) menunjukkan bahwa aplikasi kompres herbal lebih unggul dibandingkan intervensi edukatif dalam menurunkan nyeri pada ibu nifas dengan kondisi medis tertentu. Sementara itu, studi oleh Wijayanti (2022) menemukan bahwa kombinasi antara pendekatan fisik (kompres) dan edukasi memberikan hasil terbaik, menunjukkan pentingnya sinergi antara kedua metode. Penelitian oleh Fitri (2021) menegaskan bahwa lidah buaya memiliki keunggulan dibandingkan terapi lain karena kandungan bioaktifnya yang langsung menargetkan inflamasi.

Peneliti berasumsi bahwa perbedaan hasil yang signifikan antara kedua kelompok disebabkan oleh sifat langsung kompres lidah buaya dalam mengatasi nyeri. Namun, konseling tetap dianggap penting sebagai intervensi jangka panjang untuk mencegah komplikasi di kemudian hari.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan perhitungan statistik yang dijelaskan pada BAB sebelumnya, maka peneliti dapat menarik simpulan sebagai berikut:

- 1) Rata-rata skala nyeri bendungan ASI sebelum diberikan kompres lidah buaya sebesar 5,67 dan sesudah diberikan kompres lidah buaya sebesar 0,93.
- 2) Rata-rata skala nyeri bendungan ASI sebelum diberikan konseling sebesar 5,60 dan sesudah diberikan konseling sebesar 2,53.
- 3) Terdapat pengaruh kompres lidah buaya terhadap penurunan skala nyeri pada ibu nifas dengan bendungan ASI dengan p-value sebesar 0,000.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Adriani, M & Wirjatmadi, B. (2018). Gizi dan Kesehatan Balita Peranan Mikro Zinc pada Pertumbuhan Balita. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group.
- [2] Anugrah, Andi Aryati, Husnul Khatimah, and Arisma Eka Saputri Jannati. (2021). "The Relationship between Mother's Employment Status and Parenting Pattern of Breastfeeding in Parepare City." *JoPHIN: Journal of Public Health and Industrial Nutrition* 1.1 10-14.
- [3] BPOM, (2018). Pedoman Cara Pembuatan Obat yang Baik (CPOB). Jakarta: Badan. Pengawas Obat dan Makanan.
- [4] Creswell, John W. (2018). *Research Design, Qualitatives, Quantitative, and Mixed Methods Approcahes (Fourth Edition)*. United State of America: Sage Publications.
- [5] Dewi, P. S. (2018). Efektifitas Ekstrak Lidah Buaya Terhadap Jumlah Sel. Fibroblast Pada Proses Penyembuhan Luka Incisi Marmut. *DiscoverSys*.
- [6] Dinas Kesehatan Jawa Barat (2020). Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat. Bandung.
- [7] Dinas Kesehatan Kabupaten Garut. (2020). Profil Kesehatan Provinsi Kabupaten. Garut.
- [8] Febriyanti, H., & Sanjaya, R. (2022). Efektivitas 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.
- [9] Febriyanti, Hellen, and Riona Sanjaya. (2022). Efektivitas 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.
- [10] Kartikasari, M. N. D., Suriati, I., Aryani, R., Argaheni, N. B., Kurniawati, E., Fajriana, E., ... & Hasanah, S. (2022). *Dokumentasi Kebidanan*. Get Press.
- [11] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Kemenkes
- [12] Kurniawan. (2016). Terapi Komplementer Alternatif Akupresur. Dalam *Menurunkan Tingkat Nyeri*. *Nurseline Journal*, 1(2), 246–256.
- [13] Maulida, Sofa. (2021). *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Dengan Bendungan ASI Ditempat Praktik Mandiri Bidan Wilayah Ketapang Lampung Utara*. Diss. Poltekkes Tanjungkarang,
- [14] Meihartati, T. (2017). Hubungan Antara Perawatan Payudara Dengan Kejadian Bendungan ASI (Engorgement) Pada Ibu Nifas, 13, 24.

- [15] Patiran, M. (2022). Perbedaan efektivitas pemberian kompres lidah buaya (Aloe vera) dan kompres daun kubis dingin terhadap intensitas nyeri pada payudara ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Klasaman Kota Sorong. *Jurnal Kebidanan Sorong*, 2(1).
- [16] Patiran, Maryati. (2022). "Perbedaan efektivitas pemberian kompres lidah buaya (Aloe vera) dan kompres daun kubis dingin terhadap intensitas nyeri pada payudara ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Klasaman Kota Sorong." *Jurnal Kebidanan Sorong* 2.1
- [17] Prawiroharjo, S. (2018). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono. Prawirohardjo;
- [18] Rutiani, C. E. A., & Fitriana, L. A. (2016). Gambaran bendungan ASI pada ibu nifas dengan seksio sesarea berdasarkan karakteristik di rumah sakit Sariningsih Bandung. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 2(2), 146-155.
- [19] Saleha, S. *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*,akarta, Salemba. Medika. 2013
- [20] 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), 38.
- [21] 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), 347-354.
- [22] Smith, E. (2016). If It's Natural, Why Does it Hurt? Examining the Reasons Mom May Feel Pain with Breastfeeding. 31(4).
- [23] Susilo dan Feti Kumala. (2017). *Panduan Asuhan Nifas dan Evidence Based*. Yogyakarta: Deepublish.
- [24] Taqiyah, Y., Sunarti, S., & Rais, N. F. (2019). Pengaruh perawatan payudara terhadap bendungan asi pada ibu post partum di Rsia Khadijah I Makassar. *Journal of Islamic Nursing*, 4(1), 12-16.
- [25] Untari, Sri, and Nurulistyawan Tri Purnanto. (2021). "Efektivitas Pemberian Kompres Daun Kubis (*Brassica Oleracea* Var. *Capitata*) pada Ibu Nifas Dengan Nyeri Bendungan ASI." *The Shine Cahaya Dunia Ners* 6.2: 48-55.
- [26] Wahyuni, Endah Tri, and Ratri Noviyanti. (2019). "Pemanfaatan Woolwich Massage Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Nifas."
- [27] Wahyuningsih. (2019). *Buku arajan asuhan keperawatan post partum dilengkapi dengan panduan persiapan praktikum mahasiswa keperawatan*. Sleman: CV Budi Utama.
- [28] Wizia, Lady, and Evi Susanti. (2021). "Aloe Vera Gel Compression as Breast Engorgement Pain Relief." *Women, Midwives and Midwifery* 1.3: 13-19.
- [29] World Health Organization (WHO). 2022. Maternal mortality. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/maternal-mortality>.

HALAMAN INI SENGAJA DIKOSONGKAN