

**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**

Heni Nurakilah

Prodi D3 Kebidanan Universitas Bhakti Kencana PSDKU Tasikmalaya,

Email: heni.nurakilah@bku.ac.id

ABSTRAK

Penatalaksanaan pembengkakan payudara yang berdampak pada ketidاكلancaran pengeluaran ASI dapat dilakukan dengan terapi non-farmakologis, yaitu dengan kompres lidah buaya (*aloe vera*). Tujuan penelitian ini untuk efektivitas terapi kompres lidah buaya (*aloe vera*) terhadap kelancaran pengeluaran ASI. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Karanganyar Kota Tasikmalaya pada Bulan Januari s.d Februari 2022. Penelitian ini merupakan pre-eksperimen dengan rancangan penelitian *one group pretest-posttest*. Subjek penelitian sebanyak 40 orang ibu nifas 2-3 hari. Variabel kompres lidah buaya (*aloe vera*) terhadap kelancaran pengeluaran ASI di analisis menggunakan Uji Wilcoxon untuk mengetahui efektivitas sebelum dan sesudah pemberian kompres lidah buaya (*aloe vera*). Hasil penelitian diperoleh kelancaran pengeluaran ASI dengan nilai rerata *posttest* pada kelompok intervensi 9,10 dan nilai rerata *posttest* pada kelompok kontrol 6,70. Terapi kompres lidah buaya (*aloe vera*) menunjukkan kelancaran pengeluaran ASI dengan rerata \pm SD 9,20 \pm 0,304 ($p=0,001$). Simpulan: Pengompresan dengan lidah buaya (*aloe vera*) memiliki efektivitas terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu 2-3 hari post partum di wilayah kerja Puskesmas Karanganyar Kota Tasikmalaya.

Kata kunci : ASI, Lidah Buaya (*Aloe Vera*), Kelancaran Pengeluaran ASI.

ABSTRACT

The management of breast engorgement that results to unexpenditure of breast milk production can be used non pharmacologist therapy with aloe vera compresses. The purpose of this study was determine the effectiveness of aloe vera compresses therapy on smooth expulsion of breast milk. This research was conducted at the Karanganyar Public Health Center, Tasikmalaya City from January to February 2022. This study was a pre-experimental research design with one group pretest-posttest. The research subjects were 40 women postpartum 2-3 days. Variable of aloe vera compress on the expenditure of breast milk were analysed using the Wilcoxon test to determine the effectiveness before and after giving aloe vera compresses. The results of the study obtained that flow of breast milk was smooth with the posttest mean in the intervention group 9,10 and the posttest mean in the control group 6,70. Aloe vera compress therapy showed smooth milk production with a mean of \pm SD 9,20 \pm 0,304 ($p=0,001$). The conclusion that compressing with aloe vera ha been effectiveness on the smooth expulsion of breast milk for mothers 2-3 days postpartum at Karanganyar Public Health Center, Tasikmalaya City.

Keywords: Breast Milk, aloe vera, expenditure of breast milk

PENDAHULUAN

Air susu ibu (ASI) eksklusif adalah ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama enam bulan, tanpa menambahkan dan mengganti dengan makanan atau minuman lain (kecuali obat, vitamin, dan mineral). ASI mengandung kolostrum yang kaya akan antibodi karena mengandung protein untuk daya tahan tubuh dan pembunuh kuman dalam jumlah tinggi sehingga pemberian ASI eksklusif dapat mengurangi risiko kematian pada bayi. Kolostrum berwarna kekuningan dihasilkan pada hari pertama sampai hari ke-3. Hari ke-4 sampai hari ke-10 ASI mengandung imunoglobulin, protein, dan laktosa lebih sedikit dibanding dengan kolostrum, tetapi lemak dan kalori lebih tinggi dengan warna susu lebih putih. Selain mengandung zat-zat makanan, ASI juga mengandung zat penyerap berupa enzim tersendiri yang tidak akan mengganggu enzim di usus. (Meiharti, 2019)

Persentase pemberian ASI eksklusif bayi usia 0-5 bulan secara Nasional mencapai 71,58% pada tahun 2021, angka tersebut mengalami peningkatan dari tahun sebelumnya yaitu 69,62%. Pemberian ASI eksklusif di Jawa Barat tahun 2020 mencapai 68,09 %, menurut kisaran Kabupaten/Kota cakupan ASI eksklusif pada bayi umur 0-6 bulan antara 20,34% di

Kabupaten Bandung sampai 113,11% di Kabupaten Tasikmalaya. Sedangkan data cakupan ASI di Kota Tasikmalaya tahun 2018 mencapai 56,91 % dan tahun 2019 (68,31 %), sehingga gambaran ini masih di bawah cakupan target nasional tahun 2019 sebesar 69,62%.

Beberapa hal yang menghambat pemberian ASI eksklusif adalah pengetahuan para ibu mengenai manfaat ASI yang rendah dan cara menyusui yang benar, yaitu sebesar 19,07%; pelayanan konseling laktasi dan dukungan dari petugas kesehatan kurang sebesar 15,23%; persepsi masyarakat yang salah kaprah mengartikan tentang ASI sebesar 20,40%; perilaku bagi para ibu bekerja yang tidak memberikan ASI eksklusif sebesar 21,12%; dan pemasaran agresif oleh perusahaan pembuat susu bayi yang tidak hanya memengaruhi para ibu, tetapi juga para petugas kesehatan sebesar 24,18%. (Ibrahim IA et al., 2014)

Bendungan ASI dipengaruhi oleh beberapa faktor di antaranya adalah faktor ibu yang meliputi faktor psikologis, nutrisi, teknik menyusui, perawatan payudara, dan ASI eksklusif, sedangkan faktor bayi disebabkan oleh daya hisap bayi yang lemah. Dampak pembengkakan payudara yang berkelanjutan dapat menyebabkan infeksi payudara (mastitis). (Rahayuningsih, 2018). Payudara terasa nyeri, panas, keras pada perabaan, tegang

serta bengkak yang terjadi pada hari ke-3 sampai hari ke-5 masa nifas dan hal ini bersifat fisiologis. Nyeri payudara meningkat pada hari ke-3 setelah melahirkan karena perkembangan kelenjar susu dan pembengkakan payudara. (Lim AR et al., 2015). Pembengkakan payudara dapat diatasi dengan cara terapi farmakologis, yakni dengan pemberian obat anti nyeri dan terapi non-farmakologis dengan cara kompres panas, kompres dingin, kompres daun kubis, kompres lidah buaya (*aloe vera*), kompres gel, pijat payudara, dan pengikatan payudara. (Disha AR et al., 2015).

BAHAN DAN METODE

Penelitian dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Karanganyar Kota Tasikmalaya pada tanggal 14 Januari s.d. 28 Februari 2022. Metode penelitian pre-eksperimen dengan rancangan penelitian *one group pretest posttest*. Pengambilan sampel secara *consecutive sampling*, semua subjek yang datang dan memenuhi kriteria penelitian dimasukkan dalam penelitian yakni jumlah sampel sebanyak 40 orang dengan kriteria inklusi ibu nifas primipara yang dilakukan perawatan payudara dan mengalami salah satu gejala, yakni pembengkakan, nyeri, dan puting lecet serta ibu nifas yang belum pernah melakukan perawatan payudara sampai dengan sebelum hari ke-2-3 post partum. Penelitian

ini memiliki satu kriteria eksklusi yakni ibu nifas yang sedang tidak menyusui karena memiliki riwayat penyakit payudara. Kriteria *drop out* ibu nifas yang mengundurkan diri menjadi subjek selama proses penelitian.

Variabel terapi kompres lidah buaya (*aloe vera*) terhadap kelancaran pengeluaran ASI dianalisis menggunakan Uji Wilcoxon untuk mengetahui perbedaan skor kelancaran pengeluaran ASI antara sebelum dan sesudah perlakuan. Persetujuan etik penelitian didapat dari UPMI Universitas Bhakti Kencana PSDKU Tasikmalaya dengan surat No: 028/03.K.TSK/UBK/I/2022.

HASIL

Tabel 1 Distribusi Karakteristik Subjek Penelitian

Variabel	Kelompok	
	Intervensi (n=20)	Kontrol (n=20)
Usia (tahun):		
< 20	3	7
20–35	17	13
Pendidikan:		
SD/SMP	4	2
SMA	6	13
Perguruan Tinggi (PT)	10	5
Pekerjaan:		
Bekerja	7	9
Tidak bekerja	13	11

Keterangan: analisis univariat

Tabel 1 memperlihatkan karakteristik responden penelitian mayoritas berusia 20–35 tahun pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol, pendidikan responden pada kelompok kontrol mayoritas SMA dan PT, sedangkan pendidikan pada kelompok intervensi mayoritas PT, dan pekerjaan responden mayoritas tidak bekerja pada kedua kelompok.

Tabel 2 Perbedaan Skor Kelancaran ASI antara Sebelum dan Sesudah Penggunaan Warm Bra Care dan Kompres Hangat pada Ibu 3–4 Hari Post partum

	Pretest Rerata (±SD)	Posttest Rerata (±SD)	Kelancaran Pengeluaran ASI			Nilai p*
			Turun	Meningkat	Tetap	
Intervensi	5,98 (0,920)	9,10 (0,304)	0	17	3	0,001
Kontrol	5,93 (0,730)	6,70 (0,992)	1	8	11	0,653

Keterangan: analisis deskriptif, *Uji Wilcoxon

Tabel 2 memperlihatkan bahwa nilai rerata pretest pada kelompok intervensi sebesar 5,98 dan rerata pretest pada kelompok kontrol sebesar 5,93 dapat diartikan bahwa nilai rerata kelompok kontrol lebih rendah dibanding dengan kelompok intervensi Nilai rerata posttest kelompok intervensi sebesar 9,10 dan nilai rerata posttest kelompok kontrol sebesar 6,70 dapat diartikan bahwa nilai rerata posttest kelompok intervensi lebih besar daripada kelompok kontrol, berarti terjadi

kenaikan pada nilai rerata kelancaran ASI. Pengeluaran ASI pada kelompok intervensi terjadi peningkatan sebanyak 17 orang dan 3 orang tetap. Pengeluaran ASI pada kelompok kontrol terdapat 1 orang yang mengalami penurunan pengeluaran ASI, 8 orang mengalami peningkatan pengeluaran ASI, dan 11 orang mengalami pengeluaran ASI yang tetap antara sebelum dan sesudah diberi perlakuan. Kelompok intervensi (kompres *aloe vera*) dengan nilai $p=0,001$ artinya terdapat perbedaan pengaruh kelancaran pengeluaran ASI sebelum diberikan perlakuan dengan sesudah diberikan perlakuan, sedangkan pada kelompok control (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.

PEMBAHASAN

(1) Usia

Hasil penelitian mayoritas responden yang mengalami peningkatan kelancaran ASI adalah usia 20-35 tahun sebanyak 17 orang (85 %). Menurut Rutiani (2016) dalam Sari R (2019) menyatakan bahwa usia 20-35 tahun bagi seorang perempuan rentan akan terjadi pembengkakan payudara dikarenakan kurang pemahaman dan

informasi di masa laktasi. (Sari IR et al., 2019)

(2) Pendidikan

Hasil penelitian mayoritas responden yang mengalami peningkatan kelancaran pengeluaran ASI adalah lulusan perguruan tinggi sebanyak 10 orang (50%). Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rutiani (2016) bahwa semakin tinggi pendidikan seseorang maka akan berpengaruh pada pola pikir, wawasan, dan informasi yang dapat dijadikan tolak ukur dalam keberhasilan proses menyusui. (Rutiani et. al., 2016)

(3) Pekerjaan

Hasil penelitian mayoritas responden yang mengalami peningkatan kelancaran ASI adalah ibu nifas yang tidak bekerja sebanyak 13 orang (71%). Hal tersebut sejalan dengan penelitian Timporok (2018) menyatakan bahwa status pekerjaan akan mempengaruhi perilaku ibu dalam proses menyusui, ibu yang bekerja akan memiliki sedikit kesempatan dalam memberikan ASI sehingga akan sedikit dalam menghadapi masalah dalam pemberian ASI terutama yang diakibatkan oleh bendungan payudara. (Timporok AGA et al., 2018)

(4) Efektivitas Terapi Kompres Lidah Buaya (*Aloe Vera*) terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI

Produksi ASI dipengaruhi oleh faktor psikologis ibu. Ibu dengan keadaan gelisah, kurang percaya diri, tertekan, dan keadaan emosional lainnya akan berdampak pada kegagalan dalam proses menyusui bayi. Salah satu bagian penting untuk mendukung keberhasilan proses menyusui adalah perawatan payudara yang bertujuan supaya payudara bersih dan mudah untuk di hisap bayi. Perawatan payudara yang dilakukan dengan benar dan teratur dapat menguatkan, melenturkan, dan mengatasi bendungan ASI. (Muslim et al., 2019)

Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian Ermilda (2022) menyatakan bahwa perawatan payudara berpengaruh terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu postpartum. Perawatan payudara selain dapat membersihkan payudara juga dapat merangsang hormon prolaktin dan oksitosin serta dapat melancarkan sirkulasi darah sehingga dapat mencegah penyumbatan saluran ASI dan dengan perawatan yang rutin dapat melancarkan pengeluaran ASI ibu. (Ermilda S, 2022)

Lidah Buaya (*aloe vera*) banyak mengandung air dan berbagai zat yaitu *anthraquinone*, *aloe emodin*, *enzim bradikanase*, *carboxypeptidase*,

salisilat, tanin dan *saponin* yang memiliki manfaat dalam mengatasi nyeri. Tanaman lidah buaya (*aloe vera*) dapat digunakan untuk mengatasi nyeri payudara dikarenakan kandungan *anthraquinone* yang mengandung *aloin* dan *emodin* sebagai analgesik. (Sari IR et al., 2019). Hal ini sejalan dengan penelitian Patiran (2022) menyatakan bahwa terdapat penurunan skor nyeri (0-3) setelah diberikan kompres lidah buaya pada ibu nifas. (Patiran M et al., 2022)

Terapi kompres lidah buaya (*aloe vera*) dapat membantu mengatasi pembengkakan payudara sehingga pengeluaran ASI pada ibu 2-3 hari post partum menjadi lancar. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian Sushen (2017) yang menyatakan bahwa 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. (Sushen et al., 2017)

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan penelitian ini terapi kompres lidah buaya (*aloe vera*) efektif dalam melancarkan pengeluaran ASI pada ibu 2–3 hari postpartum di wilayah kerja Puskesmas Karanganyar Kota Tasikmalaya.

Saran penelitian ini diharapkan dapat dikaji lebih dalam untuk mata kuliah asuhan kebidanan pada ibu nifas dan perlu menyebarkan sumber informasi pemanfaatan terapi komplementer dengan lidah buaya (*aloe vera*) yang dapat dimanfaatkan untuk mengurangi nyeri dan pembengkakan payudara terutama dalam kegiatan *home care* di fasilitas kesehatan tingkat puskesmas.

DAFTAR PUSTAKA

- Disha RA, Rana A, Singh A, Suri V. Effect of chilled cabbage leaves vs. hot compression on breast engorgement among post natal mothers admitted in a tertiary care hospital. *J Nursing Midwifery Res.* 2015 Januari;11(1):24–32.
- Ermilda S. (2022). Pengaruh perawatan payudara terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu postpartum di PMB Misni Herawati Palembang tahun 2020. *Jurnal Kesehatan dan Pembangunan.* 12(23): 100–107.
- Ibrahim IA, Azriful, Humairah. (2014). Gambaran pengetahuan dan sikap ibu tentang manajemen laktasi di wilayah kerja Puskesmas Samaenre Kabupaten Sinjai tahun 2014. *Public Health Sci J.* Juli-Desember;6(2):339–49.
- Lim AR, Song JA, Hur MY, Lee MK, Lee MS. Cabbage compression early breast care on breast engorgement in primiparous

- women after cesarean birth: a controlled clinical trial. *Int J Clin Exp Med*. 2015;8(11):21335–42.
- Meiharti, T. (2019). Hubungan antara Perawatan Payudara dengan Kejadian Bendungan ASI (Engorgement) pada Ibu Nifas. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 2-24.
- Muslim VY, Halimatussadiyah S. (2019). Pengaruh perawatan payudara terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu postpartum di wilayah kerja Puskesmas Karang Pule Tahun 2017. *Jurnal Midwifery Update (MU)*. 1(2): 1.
- Patiran M, Egam A, Kamalah R (2022). Perbedaan efektivitas pemberian kompres lidah buaya dan kompres daun kubis dingin terhadap intensitas nyeri payudara ibu nifas. *Jurnal Kebidanan Sorong*. 2(1): 24–32.
- Rahayuningsih T, Mudigdo A, Murti B. (2016). Effect of breast care and oxytocin massage on breast milk production: a study in Sukoharjo Provincial Hospital. *J Maternal Child Health*. 1(2):103–11.
- Rutiani CEA, Fitriana LA. (2016). Gambaran bendungan ASI pada ibu nifas dengan seksio sesaria berdasarkan karakteristik rumah sakit Sariningsih Bandung. *Jurnal Keperawatan Indonesia*. (2): 146–155.
- Sari RI, Dewi YI, Indriati G. (2019). Efektivitas kompres aloe vera terhadap nyeri pembengkakan payudara pada ibu menyusui. *Jurnal Ners Indonesia*. 10(1): 38–50.
- Sushen U, Unnithan CR, Rajan S, Chouhan R. (2022). Aloe vera a potential herb used as traditional medicine by tribal people of Kondagatu and Purudu of Karimnagar district, Telanga state, India and their preparative methods. *European J Pharm and Med Res*. 4(7): 820–831.
- Timporok AGA, Wowor PM, Rompas S. (2018). Hubungan status pekerjaan ibu dengan pemberian ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Kawangkoan. *e-Jurnal Keperawatan (eKp)*. 6(1): 1–6.