

PENGARUH KOMPRES LIDAH BUAYA (*ALOE VERA*) TERHADAP BENDUNGAN ASI PADA IBU NIFAS

Maya Duhana¹, Vitria Komala Sari²,
Puskesmas Kersik Tuo
Email : mayaduhana@gmail.com

ABSTRAK

Menurut laporan terbaru dari data Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2022, 5,8% ibu nifas yang berhenti menyusui sebelum masa nifas mengalami bendungan ASI. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kompres lidah buaya (*aloe vera*) terhadap bendungan asi pada ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Kersik Tuo Tahun 2025. Penelitian ini menggunakan menggunakan desain pre-eksperimental dengan pendekatan pre test dan post test design. Sampel sebanyak 33 orang diambil menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan dianalisis menggunakan uji uji Wilcoxon setelah dilakukan ujia normalitas data menggunakan saphiro wilk. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai rata-rata bendungan asi pada hari ke-1 selama diberikan kompres lidah buaya (*aloe vera*) pada ibu nifas adalah 4,58 serta nilai bendungan asi terendah adalah 3 dan nilai tertinggi adalah 6. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa nilai rata-rata mean bendungan asi hari ke-4 selama diberikan kompres lidah buaya (*aloe vera*) pada ibu nifas adalah 1,24 serta nilai bendungan asi terendah adalah 0 dan nilai tertinggi adalah 2. Hasil uji *wilcoxon* menunjukkan bahwa nilai p value 0,000 dengan taraf signifikasi 5% (0,05) yang artinya p value < α (0,05). Kesimpulannya terdapat pengaruh kompres lidah buaya (*aloe vera*) terhadap bendungan asi pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Kersik Tuo Tahun 2025. Diharapkan kepada Puskesmas Kersik Tuo agar menerapkan teknik non farmakologi kompres lidah buaya (*aloe vera*) kepada setiap pibu nifas yang mengalami bendungan asi guna meningkatkan derajat kesehat ibu dan bayi .

Kata kunci : Bendungan ASI, Kompres Lidah Buaya (*Aloe Vera*), Ibu Nifas
Daftar Pustaka : 33 (2014–2024)

ABSTRACT

Survey (SDKI) data, 5.8% of postpartum mothers who stopped breastfeeding before the postpartum period experienced breast milk engorgement . This study aims to determine the effect of aloe vera compresses on breast milk engorgement in postpartum mothers in the Kersik Tuo Community Health Center Work Area in 2025. This study used a pre-experimental design with a pre-test and post-test design approach . A sample of 33 people was taken using a purposive sampling technique . Data were collected through questionnaires and analyzed using the Wilcoxon test after data normality tests using Saphiro Wilk. The results showed that the average value of breast milk engorgement on day 1 during the administration of aloe vera compresses to postpartum mothers was 4.58 and the lowest breast milk engorgement value was 3 and the highest value was 6 . The results of the study also showed that the average value

of breast milk production on the 4th day during the administration of aloe vera compresses to postpartum mothers was 1.24 and the lowest breast milk production value was 0 and the highest value was 2. The results of the Wilcoxon test show that the p value is 0.000 with a significance level of 5% (0.05) which means the p value $< \alpha$ (0.05) . The conclusion is that there is an effect of aloe vera compresses on breast milk stasis in postpartum mothers in the working area of the Kersik Tuo Health Center in 2025. It is hoped that the Kersik Tuo Health Center will apply the non-pharmacological technique of aloe vera compresses to every postpartum mother who experiences breast milk stasis in order to improve the health of mothers and babies .

Keywords : *Breast milk dam, Aloe Vera compress , postpartum mothers*

Bibliography : *3 3 (2014–2024)*

PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) telah memberikan rekomendasi bahwa pemberian Air Susu Ibu (ASI) minimal sampai usia anak enam bulan sebagai salah satu upaya dalam rangka menurunkan angka kesakitan dan kematian anak (Elfira Sri Fitriani & Arifa Rahmawati, 2021). Pemberian ASI Eksklusif di Indonesia telah diatur didalam undang-undang Nomor 36 Tahun 2009 pasal 128 ayat (1) yang berbunyi setiap bayi berhak mendapat air susu ibu eksklusif sejak dilahirkan selama 6 (enam) bulan kecuali ada indikasi medis.

Berdasarkan hasil laporan Kementerian Kesehatan RI Tahun 2022 diketahui cakupan pemberian ASI Eksklusif di Indonesia sebesar 67,96%. Jika dibandingkan dengan cakupan pemberian ASI Eksklusif pada tahun 2021 sebesar 69,7%, maka terjadi *tren* penurunan pemberian ASI Eksklusif. Profil Provinsi Jambi tahun 2022 cakupan pemberian ASI Eksklusif 27,4%. Angka tersebut belum mencapai target program tahun 2022 yaitu 50%. Data Dinas Kesehatan Kabupaten Kerinci tahun 2022 cakupan asi eksklusif 8,08 dan ini merupakan capaian terendah di provinsi jambi. Keberhasilan pemberian ASI kepada bayinya tidak terlepas dari berbagai permasalahan, salah satunya adalah masalah pada payudara ibu. Masalah yang sering

dijumpai yang berhubungan dengan menyusui adalah bendungan ASI (Anggorowati, 2020; Taqiyah et al., 2019).

Menurut laporan terbaru dari data Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2022, 5,8% ibu nifas yang berhenti menyusui sebelum masa nifas mengalami bendungan ASI. Walau pun terjadi tren penurunan jumlah kasus bendungan ASI, akan tetapi masih tetap ditemukan kasus kejadian bendungan ASI. Hal ini disebabkan karena kesadaran masyarakat dalam mendorong peningkatan pemberian ASI masih relatif rendah (Juliani & Nurrahmaton, 2020).

Beberapa faktor penyebab dari bendungan ASI diantaranya teknik posisi yang salah saat menyusui, frekuensi menyusui yang kurang, kondisi puting yang terbenam, dan ibu yang tidak melakukan perawatan payudara secara rutin (Oriza, 2019). Dampak buruk jika bendungan ASI tidak ditangani akan terjadi mastitis dan abses pada payudara yang akan mempengaruhi tumbuh kembang pada bayi. Akibat lanjut jika tidak mendapatkan penanganan yang baik bisa terjadi mastitis yaitu suatu keadaan dimana payudara mengalami inflamasi atau infeksi yang gejalanya yaitu payudara terasa keras, memerah dan nyeri, dapat disertai dengan demam $>38^{\circ}\text{C}$ (WHO,2017). Apa bila masalah mastitis tidak dapat ditangani dengan

cepat maka akan menyebabkan abses pada payudara.

Beberapa upaya tatalaksana yang perlu dilakukan untuk mencegah supaya tidak terjadinya bendungan ASI dapat dilakukan dengan metode farmakologi maupun nonfarmakologi. Kelebihan menggunakan metode farmakologi yaitu lebih efektif dibandingkan dengan metode non farmakologi. Akan tetapi, metode farmakologi tidak ekonomis, serta menimbulkan efek samping. Disamping itu, penggunaan metode farmakologi tidak dapat dijangkau untuk semua kalangan karna harga relatif lebih mahal. Metode non farmakologis merupakan pengendalian nyeri alternatif yang efektif dan tanpa efek yang merugikan (Anggoro, 2020). Pemberian terapi non farmakologis bisa dipertimangkan menjadi pilihan untuk membantu memandirikan pasien dalam mengatasi masalah bendungan ASI pada ibu post partum. Beberapa terapi non farmakologi sebagai strategi untuk mengurangi pembengkakan payudara salah satunya dengan pemberian kompres kompres lidah buaya (Cicilia K et al., 2021).

Lidah buaya (*Aloe Vera*) salah satu jenis tanaman herbal yang memiliki manfaat untuk mencegah supaya tidak terjadinya pembengkakan payudara akibat bendungan ASI. Beberapa bukti empiris dari studi penelitian yang pernah dilakukan untuk menguji manfaat lidah buaya sebagai tanaman herbal untuk mencegah terjadinya pembengkakan payudara yang diakibatkan oleh bendungan ASI telah dilakukan.

Menurut Studi penelitian Sari et al., (2019), “efektivitas kompres aloe vera terhadap nyeri pembengkakan payudara pada ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa semua ibu mengalami nyeri pembengkakan payudara sebanyak 90% pada ibu yang baru melahirkan pertama kali. Aloe vera memiliki kandungan *anthraquinone* yang mengandung aloin dan emodin yang

dapat berfungsi sebagai analgesik. Pada tanaman lidah buaya mengandung gel dingin yang memberikan efek relaksasi pada ibu yang mengalami nyeri pembengkakan payudara, lidah buaya juga tidak menimbulkan efek samping karena Ph sama dengan kulit manusia (Silaban et al., 2022).

Berdasarkan survey awal dilakukan di wilayah kerja puskesmas kersik tuo, menurut data tahun 2022 kunjungan nifas sebanyak (95,3%) terdapat 37 ibu nifas yang mengalami bendungan ASI dan 1 orang ibu dengan mastitis, tahun 2023 kunjungan ibu nifas sebanyak 297 orang (93.4%) terdapat 33 ibu nifas yang mengalami Bendungan Asi, tahun 2024 kunjungan ibu nifas sebanyak 302 orang (96,2 %) terdapat 39 orang yang mengalami bendungan ASI yang berkunjung ke puskesmas untuk konsultasi nyeri payudara. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan di puskesmas kersik tuo tahun 2024 dengan 5 orang ibu yang menyusui, 3 orang ibu mengatakan dengan riwayat pernah mengalami Bendungan ASI, ibu juga mengatakan memang tidak melakukan perawatan payudara dengan benar.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh kompres lidah buaya (*Aloe vera*) terhadap Bendungan ASI pada ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Kersik Tuo Tahun 2025. Penelitian menggunakan desain pre-eksperimental dengan pendekatan pre test dan post test design. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Kersik Tuo, yaitu sebanyak 33 orang ibu nifas. Sampel sebanyak 33 orang diambil dengan teknik purposive sampling. Sumber data yaitu primer dan sekunder. Pengumpulan dan analisa data dilakukan secara komputerisasi. Analisa data dalam penelitian ini melalui prosedur bertahap yaitu analisis univariat dan analisis bivariat dengan uji Wilcoxon.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Data Demografi

Tabel 1: Karakteristik Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Kersik Tuo

Karakteristik Responden	<i>f</i>	%
Umur		
<20Tahun	0	0%
20-35 Tahun	33	100%
>35 Tahun	0	0%
Total	33	100,0%
Pendidikan		
SMP	2	6,1%
SMA	25	75,8%
DIII/S1	6	18,2%
Total	33	100,0%
Pekerjaan		
IRT	18	54,5%
Wiraswasta	10	30,3%
Swasta	3	9,1%
PNS	2	6,1%
Total	33	100,0%
Paritas		
Primipara	15	45,5%
Multipara	18	54,5%
Total	33	100,0%

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa distribusi data responden di Wilayah Kerja Puskesmas Kersik Tuo Tahun 2025, seluruh responden berumur 20-35 Tahun sebanyak 33 orang (100). Lebih dari separuh responden berpendidikan SMA sebanyak 25 orang (75,8%). Lebih dari separuh responden bekerja sebagai IRT sebanyak 18 orang (54,5%). Lebih dari separuh responden berstatus multipara sebanyak 18 orang (54,5%).

2. Analisis Univariat

Tabel 2: Rata-Rata Nilai Bendungan ASI Hari Ke-1 Selama diberikan Kompres Lidah Buaya (*Aloe vera*) pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Kersik Tuo Tahun 2025

Variabel	<i>F</i>	%	Mean	SD	Nilai Min-Max
Bendungan ASI Hari Ke-1	3	100	4,58	1,001	3-6
	3	%			

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa nilai rata-rata bendungan asi pada hari ke-1 selama diberikan kompres lidah buaya (*aloe vera*) pada ibu nifas adalah 4,58 dan nilai standar bendungan asi adalah 1,001 serta nilai bendungan asi terendah adalah 3 dan nilai tertinggi adalah 6.

Tabel 3: Rata-Rata Nilai Bendungan ASI Ke-4 Selama diberikan Kompres Lidah Buaya (*Aloe vera*) pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Kersik Tuo Tahun 2025

Variabel	<i>F</i>	%	Mean	SD	Nilai Min-Max
Bendungan ASI Hari Ke-4	3	100	1,24	0,79	0-2
	3	%		2	

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa nilai rata-rata mean bendungan asi hari ke-4 selama diberikan kompres lidah buaya (*aloe vera*) pada ibu nifas adalah 1,24dan nilai standar deviasi bendungan asi adalah 0,792 serta nilai bendungan asi terendah adalah 0 dan nilai tertinggi adalah 2.

3. Uji Normalitas Data

Tabel 4: Hasil Uji Normalitas Data

	Shapiro-Wilk			
	Statistic	df	Sig.	
Bendungan ASI Hari Ke-1	.874	3	.00	Data Berdistribusi Tidak Normal
Bendungan ASI Hari Ke-4	.777	3	.00	Data Berdistribusi Tidak Normal

Berdasarkan tabel 4 dapat dilihat bahwa nilai signifikansi bendungan asi hari ke-1 selama diberikan kompres lidah buaya (*aloe vera*) pada ibu nifas 0.001 ($p < 0,05$), dan hari ke-4 selama diberikan kompres lidah buaya (*aloe vera*) pada ibu nifas 0.000 ($p < 0,05$). Berdasarkan nilai signifikansi tersebut, dapat dikatakan bahwa uji *Shapiro-Wilk* menunjukkan data tersebut berdistribusi tidak normal, sehingga dapat dilanjutkan dengan analisis statistik *Wilcoxon*.

4. Analisis Bivariat

Tabel 5: Pengaruh kompres lidah buaya (*Aloe vera*) terhadap Bendungan ASI pada ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Kersik Tuo Tahun 2025

		n	Mean Rank	Sum of Rank	Z	Asym.Sig. (2 tailed)
Bendungan ASI Hari Ke-4	Negative Rank	33	17,00	561,00	-5.082	0,000
Bendungan ASI Hari Ke-1	Positive Rank	0	,00	,00		
	Ties	0				

Berdasarkan tabel 5 dapat dilihat bahwa hasil uji *wilcoxon* menunjukkan bahwa nilai p value 0,000 dengan taraf signifikansi 5% (0,05) yang artinya p value $< \alpha$ (0,05). Hal ini berarti bahwa H_0 diterima dan H_a ditolak. Dimana terdapat

perbedaan bermakna skala bendungan ASI pada hari pertama dan hari keempat. Hasil ini menunjukkan bahwa secara statistik terdapat pengaruh kompres lidah buaya (*aloe vera*) terhadap bendungan asi pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Kersik Tuo Tahun 2025.

PEMBAHASAN

Bendungan ASI Hari Ke-1 Selama diberikan Kompres Lidah Buaya (*Aloe vera*) pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Kersik Tuo Tahun 2025

Hasil penelitian menunjukan bahwa nilai rata-rata bendungan asi pada hari ke-1 selama diberikan kompres lidah buaya (*aloe vera*) pada ibu nifas adalah 4,58 dan nilai standar bendungan asi adalah 1,001 serta nilai bendungan asi terendah adalah 3 dan nilai tertinggi adalah 6. Sejalan dengan penelitian Verawaty et al., (2021) yang menunjukan bahwa rata-rata skala nyeri pembengkakan payudara sebelum intervensi menggunakan kompres lidah buaya adalah 2,58. Penelitian ini didukung hasil penelitian Dita (2023) yang menunjukan nilai rata-rata kejadian bendungan ASI sebelum kompres lidah buaya (*aloe vera*) di Wilayah Kerja Puskemas Rawat Inap Mampu Poned Mulya Sari Tulang Bawang Barat Tahun 2023 yaitu 4.30 SD 0.483.

Pembengkakan payudara/ Bendungan ASI/ Engorgement merupakan masalah yang sering terjadi pada ibu post partum setelah melahirkan dimana terjadi penyempitan duktus *lakteferi*. Gangguan ini dapat menjadi lebih parah apabila ibu jarang menyusukan bayinya, akibatnya bayi tidak mendapatkan ASI secara *Eksklusif* dan apabila tidak segera di tangani maka akan menyebabkan *engorgement*. (Nurakilah, 2019).

Penyebab terjadinya bendungan ASI diantaranya metode yang salah dalam menyusui, puting susu terbenam, bayi tidak bisa menghirupputing serta aerola, bunda yang tidakmenyusukan bayinya sesering bisa jadi ataupun bayi yang tidak aktif menghisap. Diantara sebagian aspek pemicu diatas bila tidak segera ditangani akan berdampak mastitis, kelainan ini akan bertambah parah jika ibu tidak sering menyusui bayinya sehingga menyebabkan bayi tidak mendapatkan ASI secara eksklusif, serta bila tidak lekas ditangani hendak menyebabkan penggumpalan ASI di payudara (Rukiah AY,2014, Oriza, 2019).

Menurut asumsi peneliti bendungan ASI terjadi karena produksi ASI yang meningkat tetapi pengeluaran ASI tidak aktif sehingga menyebabkan penggumpalan ASI dipayudara aliran vena dan limfatik tersumbat, penyumbatan saluran, menyebabkan rasa sakit, demam, payudara merah, teraba benjolan dan pembengkakan yang menyakitkan, dan pengerasan payudara, Pengeluaran ASI tidak aktif ini dapat disebabkan beberapa faktor yaitu faktor bayi, faktor ibu seperti usia ibu, pendidikan, pekerjaan dan paritas.

Sejalan dengan teori Al jauhari A (2021) yang menyebutkan ada beberapa faktor risiko bendungan ASI adalah penundaan inisiasi menyusi dini, menyusui yang jarang dan singkat, penggunaan suplemen, bayi baru lahir yang lemah mengisap, dan peningkatan produksi ASI secara tiba-tiba, laserasi puting susu akibat posisi bayi yang salah pada payudara, pembatasan dalam pemberian ASI, mengontrol lama menyusui, memakai BH yang ketat, menggunakan botol, tidak mengosongkan payudara setelah menyusui bayi, dan bayi baru lahir

mengantuk atau premature. Selain faktor tersebut karakteristik responden juga berpengaruh terhadap kejadian bendungan ASI pada ibu postpartum, terdiri dari usia, paritas, pekerjaan, dan riwayat persalinan.

Bendungan ASI Hari Ke-4 Selama diberikan Kompres Lidah Buaya (*Aloe vera*) pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Kersik Tuo Tahun 2025.

Hasil penelitian bahwa nilai rata-rata mean bendungan asi hari ke-4 selama diberikan kompres lidah buaya (*aloe vera*) pada ibu nifas adalah 1,24dan nilai standar deviasi bendungan asi adalah 0,792 serta nilai bendungan asi terendah adalah 0 dan nilai tertinggi adalah 2. Sejalan dengan penelitian Verawaty et al., (2021) yang menunjukkan bahwa rata-rata skala nyeri pembengkakan payudara sesudah intervensi menggunakan kompres lidah buaya adalah menunjukkan menunjukkan bahwa rata-rata skala nyeri pembengkakan payudara adalah 1,63. Penelitian ini didukung hasil penelitian Dita (2023) yang menunjukkan nilai rata-rata kejadian bendungan asi sesudah kompres lidah buaya (*aloe vera*) yaitu 1.50, SD 0.527.

Lidah buaya (*Aloe vera*) termasuk golongan Liliaceae dan merupakan tanaman asli dari afrika.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. (Yuliani, 2016). Lidah Buaya mengandung air dan berbagai zat yang dapat mengurangi nyeri sehingga nyeri yang dirasakan akan berkurang. *Aloe vera* mengandung anthraquinone, aloe

emodin, enzim bradikinas, carboxypeptidase, salisilat, tannin dan saponin yang masing-masing memiliki kemampuan sebagai anti nyeri dan anti inflamasi (Mandiri, 2016).

Menurut asumsi peneliti kompres lidah buaya (*Aloe vera*) efektif dalam mengurangi bendungan ASI karena kandungan dalam lidah buaya (*Aloe vera*) sangat beragam yang berfungsi sebagai anti inflamasi, anti nyeri dan dapat meningkatkan sirkulasi darah sehingga mengurangi pembengkakan kemudian dapat memperlancar aliran vena dan limfatik yang tersumbat sehingga aliran susu tidak terhambat dan tekanan pada saluran ASI dan alveoli menurun yang membantu pengeluaran ASI menjadi lebih lancar.

Pengaruh kompres lidah buaya (*Aloe vera*) terhadap Bendungan ASI pada ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Kersik Tuo Tahun 2025

Bendungan ASI (*Engorgement*) merupakan masalah yang sering terjadi pada ibu post partum setelah melahirkan dimana terjadi penyempitan duktus *lakteferi*. Gangguan ini dapat menjadi lebih parah apabila ibu jarang menyusukan bayinya, akibatnya bayi tidak mendapatkan ASI secara *Eksklusif* dan apabila tidak segera di tangani maka akan menyebabkan *engorgement* (Al jauhari A, 2021).

Bendungan ASI dapat disebabkan oleh terlambat memulai menyusui, perlekatan antara ibu dan bayi saat menyusui kurang baik, dan pembatasan lama menyusui. Segera setelah terjadi persalinan hormon estrogen, progesteron, dan *hormon human placental lactogen* fungsinya menurun sehingga hormon prolaktin dapat berfungsi memproduksi ASI dan mengeluarkannya ke dalam alveoli dan sampai ke duktus laktiferus. Tanpa

isapan bayi maka air susu ibu, walaupun dalam jumlah yang tidak banyak akan terkumpul di dalam payudara. Semakin lama bayi tidak disusui akan menimbulkan payudara tegang dan puting susu akan tertarik ke dalam sehingga menimbulkan kesulitan saat menyusui (Al jauhari A, 2021).

Hasil uji *wilcoxon* menunjukkan bahwa nilai p value 0,000 dengan taraf signifikansi 5% (0,05) yang artinya p value < α (0,05). Hal ini berarti bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak. Dimana terdapat perbedaan bermakna skala bendungan ASI pada hari pertama dan hari keempat. Hasil ini menunjukkan bahwa secara statistik terdapat pengaruh kompres lidah buaya (*aloe vera*) terhadap bendungan asi pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Kersik Tuo Tahun 2025. Sejalan dengan penelitian Verawaty et al., (2021) yang menunjukan *sig* = 0,000 < (0,05) dapat disimpulkan bahwa terdapat penurunan skala nyeri pembengkakan payudara sebelum dan sesudah pemberian kompres *lidah buaya*. Penelitian ini didukung hasil penelitian Dita (2023) yang menunjukan hasil nilai P value 0,003 yang bermakna H_a diterima dan H_0 ditolak yang artinya terdapat pengaruh kompres lidah buaya (*Aloe Vera*) terhadap bendungan asi pada ibu nifas di Wilayah Kerja Puskemas Rawat Inap Mampu Poned Mulya Sari Tulang Bawang Barat Tahun 2023.

Bendungan ASI merupakan salah satu masalah umum yang dialami ibu nifas saat menyusui. Menurut Anggorowati et al (2020), manifestasi klinis dari bendungan asi yaitu payudara membengkak, payudara terasa keras,tegang, payudara terasa panas, payudara berwarna kemerahan., rasan nyeri, nyeri bertambah ketika ditekan pada payudara, nyeri merupakan

pengalaman sensori dan emosional akibat kerusakan jaringan dan menimbulkan perasaan tidak menyenangkan, payudara terlihat mengkilap dan puting susu rata akibat teregang. Teori ini sesuai dengan hasil pada lembar observasi pada hari ke-1 selama diberikan kompres lidah buaya (*aloe vera*) pada ibu nifas (pretest) dimana tidak ditemukan kondisi payudara teraba halus, lunak, tidak ada perubahan pada payudara pada seluruh responden kemudian ditemukan manifestasi klinis berupa payudara sedikit perubahan, tidak terlalu tegang dan keras, kulit mulai teraba kurang lembut pada 29 responden, ditemukan manifestasi klinis berupa payudara terlihat tegas, tetapi kulit payudara teraba kurang lembut pada 24 responden, ditemukan manifestasi klinis berupa payudara terlihat tegas, teraba tegang, mulai ada nyeri payudara pada 23 responden, ditemukan manifestasi klinis berupa payudara teraba tegang, keras, terlihat mengkilap, kulit lembut pada 24 responden selebihnya pada 18 responden ditemukan manifestasi klinis berupa payudara teraba sangat tegang, keras, terlihat mengkilap dan tegas, kulit sangat lembut.

Menurut Wulandari (2023) Salah satu metode alami yang dapat digunakan untuk mengatasi bendungan ASI adalah pemberian kompres lidah buaya (*Aloe vera*), yang dikenal memiliki sifat antiinflamasi dan analgesic. Hal ini sejalan dengan hasil pada lembar observasi pada hari ke-4 selama diberikan kompres lidah buaya (*aloe vera*) pada ibu nifas (dimana ditemukan kondisi payudara teraba halus, lunak, tidak ada perubahan pada payudara pada 18 responden kemudian ditemukan manifestasi klinis berupa payudara sedikit perubahan, tidak terlalu

tegang dan keras, kulit mulai teraba kurang lembut pada 14 responden, ditemukan manifestasi klinis berupa payudara terlihat tegas, tetapi kulit payudara teraba kurang lembut pada 9 responden, selebihnya tidak ditemukan manifestasi klinis berupa payudara terlihat tegas, teraba tegang, mulai ada nyeri payudara, payudara teraba tegang, keras, terlihat mengkilap, kulit lembut, payudara teraba sangat tegang, keras, terlihat mengkilap dan tegas, kulit sangat lembut.

Menurut peneliti dari hasil observasi pada hari ke-1 dan hari ke-4 diberikan kompres lidah buaya (*aloe vera*) pada ibu nifas terlihat bahwa terjadi perubahan yang signifikan pada kondisi ibu dimana pada hari ke-1 diberikan kompres lidah buaya (*aloe vera*) pada ibu nifas seluruh responden mengalami bendungan ASI hal ini ditunjukkan dengan ditemukannya manifestasi klinis bendungan ASI pada responden tetapi pada hari ke-4 selama diberikan kompres lidah buaya (*aloe vera*) pada ibu nifas terlihat perubahan kondisi ibu menjadi jauh lebih baik meskipun masih ditemukan manifestasi klinis ringan pada beberapa responden tetapi hal tersebut tidak mempengaruhi proses menyusui sehingga ibu tidak lagi dalam kategori mengalami bendungan ASI.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kompres lidah buaya (*aloe vera*) sangat bermanfaat untuk mengatasi bendungan ASI pada ibu nifas karena lidah buaya (*aloe vera*) mengandung senyawa aktif seperti saponin, flavonoid, dan tanin yang berperan dalam mengurangi peradangan serta meningkatkan sirkulasi darah di jaringan payudara. Dengan demikian, penggunaan kompres lidah buaya dapat membantu mengurangi pembengkakan

serta menghilangkan rasa nyeri pada ibu nifas yang mengalami bendungan ASI (Delistriani, 2023). Lidah Buaya (*Aloe vera*) telah dipergunakan untuk banyak keperluan selama berabad-abad. Kurang lebih 4000 tahun yang lalu sampai sekarang lidah buaya sangat dikenal khasiatnya karena pada pelepahnya terdapat berbagai macam kandungan nutrisi. Lidah buaya diduga berasal dari kepulauan Canary di sebelah barat Afrika. Telah dikenal sebagai obat dan kosmetika sejak berabad-abad silam. Hal ini tercatat dalam Egyptian Book of Remedies. Di dalam buku tersebut diceritakan bahwa pada zaman Cleopatra, lidah buaya dimanfaatkan untuk bahan komestika dan pelembab kulit. Orang Yunani pada awal tahun 333 SM telah mengidentifikasi bahwa lidah buaya sebagai tanaman penyembuh segala penyakit (Henri Nurakilah, 2022).

Lidah buaya memiliki kandungan anthraquinone yang mengandung aloin dan emodin yang dapat berfungsi sebagai analgesi, lidah buaya (*Aloe Vera*) berkhasiat sebagai anti inflamasi berfungsi untuk merusak, menghancurkan, mengurangi atau melokalisasi baik agen yang rusak maupun jaringan yang rusak. Tanda terjadinya inflamasi adalah pembengkakan/ edem, kemerahan, panas dan nyeri yang biasanya timbul pada ibu dengan bendungan ASI, selain itu lidah buaya (*Aloe Vera*) juga bertindak sebagai anti piretik adalah zat yang dapat mengurangi suhu tubuh atau obat untuk menurunkan panas, selain itu dapat juga untuk mengatasi edem dengan cara menghambat enzim siklogenase atau menghambat sintesis prostaglandin E2 (PGE2) dari asam arakhidonat, senyawa PGE2 merupakan prostaglandin yang dilepaskan oleh makrofag dan memodulasi beberapa respon radang

serta meningkatkan sensitifitas nyeri. (Helen, 2023).

Terapi kompres lidah buaya (*aloe vera*) terbukti efektif dalam mengatasi pembengkakan payudara, sehingga membantu kelancaran pengeluaran ASI pada ibu yang baru melahirkan dalam 2-3 hari setelah persalinan. Penelitian yang dilakukan oleh Sushen (2017) menunjukkan bahwa penggunaan kompres *aloe vera* pada payudara yang bengkak akibat nyeri bendungan ASI dapat mengurangi gejala tersebut. Ini terjadi dengan cara merangsang sistem kekebalan tubuh untuk memblokir biosintesis prostaglandin (Sushen et al. , 2017).

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. 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).

Menurut asumsi peneliti bendungan ASI merupakan kondisi dimana terjadi penyumbatan saluran, menyebabkan rasa sakit, demam, payudara merah, teraba benjolan dan

pembengkakan yang menyakitkan, dan pengerasan payudara. Kompres lidah buaya efektif dalam mengatasi bendungan ASI karena lidah buaya mengandung berbagai zat yang dapat digunakan sebagai anti inflamasi yang berfungsi mengurangi pembengkakan. Selain itu lidah buaya juga membantu dalam mengurangi rasa nyeri bendungan ASI karena lidah buaya juga mengandung asam amino dan polisakarida yang dapat membantu mengurangi rasa nyeri pada payudara yang mengalami bendungan ASI. Lidah buaya juga dapat meningkatkan sirkulasi darah di area yang diolesi. Sirkulasi yang lebih baik dapat membantu mengurangi penyumbatan dan memperlancar aliran ASI sehingga tidak terjadi bundang ASI. Lidah buaya juga mengandung gel yang dapat membuat kulit tidak cepat kering dan selalu kelihatan lembab. Keadaan tersebut disebabkan sifat gel lidah buaya yang mampu meresap ke dalam kulit sehingga membuat payudara terasa lebih dingin, suhu dingin membantu meningkatkan rasa nyaman pada payudara sehingga mengurangi tanda gejala bendungan ASI seperti payudara terasa panas dan kaku.

SIMPULAN

1. Nilai rata-rata bendungan asi pada hari ke-1 selama diberikan kompres lidah buaya (*aloe vera*) pada ibu nifas adalah 4,58 dan nilai standar bendungan asi adalah 1,001 serta nilai bendungan asi terendah adalah 3 dan nilai tertinggi adalah 6.
2. Nilai rata-rata mean bendungan asi hari ke-4 selama diberikan kompres lidah buaya (*aloe vera*) pada ibu nifas adalah 1,24 dan nilai standar deviasi bendungan asi adalah 0,792 serta nilai bendungan asi

terendah adalah 0 dan nilai tertinggi adalah 2.

3. Hasil uji *wilcoxon* menunjukkan bahwa nilai p value 0,000 dengan taraf signifikansi 5% (0,05) yang artinya p value < α (0,05). Hal ini berarti bahwa H_0 diterima dan H_a ditolak. Dimana terdapat perbedaan bermakna skala bendungan ASI dari hari pertama ke hari keempat. Hasil ini menunjukkan bahwa secara statistik terdapat pengaruh kompres lidah buaya (*aloe vera*) terhadap bendungan asi pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Kersik Tuo Tahun 2025.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kepada Kepala Puskesmas Kersik Tuo Kabupaten Kerinci yang telah memberikan izin untuk melaksanakan penelitian, serta responden dalam penelitian ini.

REFERENSI

- Nurakilah H, Garna H, Hartini S, Wijayanegara H, Suardi A, Rasyad AS. 2019. Perbandingan pengaruh penggunaan warm bra care dan Anggorowati, B. N dan Dhamanik, R. (2020). Manajemen Breast Engorgement pada Ibu Postpartum (Vol. 1).
Badan pusat statistik. (2022). Survei demografi dan kesehatan.
Bdn. Intan Mutiara Putri S. ST., M.Keb dkk.(2023). Buku Asuhan Kebidanan Masa Nifas. EUREKA MEDIA AKSARA, DESEMBER 2023 ANGGOTA IKAPI JAWA TENGAH NO. 225/JTE/2021. Yogyakarta
Cicilia, K., Windayanti, H., Rosta, W. E., Yuliani, E., Komala, D., & Anggela, R. (2021). Literature Review: Teknik Komplementer pada Penanganan

- Bendungan ASI. *Jurnal Universitas Ngudi Waluyo*, 226–232.
- Delistriani, W. M. (2023). Pengaruh pemberian kompres lidah buaya terhadap nyeri payudara pada ibu yang mengalami bendungan ASI di wilayah kerja Puskesmas Tanjung Bintang tahun 2023. *Jurnal Kebidanan Malahayati*
- Dinas Kesehatan Provinsi Jambi (2022). *Profil Kesehatan Provinsi Jambi Tahun 2022*
- Dita, S.(2023).Pengaruh Kompres Lidah Buaya (Aloe Vera) Terhadap Bendungan Asi Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskemas Rawat Inap Mampu Poned Mulya Asri Tulang Bawang Barat Tahun 2023. Universitas Ngudi Waluyo. <http://repository2.unw.ac.id/3787/#>
- Elfira, S. F., & Arifa, R. (2021). Pengaruh Pemberian Kompres Lidah Buaya Terhadap Nyeri Payudara Pada Ibu Yang Mengalami Bendungan ASI. *Jurnal Antara Keperawatan*, 4(3). https://doi.org/10.37063/antara_perawat.v4i3.722
- Heni N. 2022. 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. *J.Bimtas*. Vol 6(1). Hal 29–35
- Herselowati, SST, M.Kes (2023). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*.Universitas IPWIJA TA 2023/2024. Jakarta 2023
- Indrani, D., & Sowmiya, M. V. (2019). A Study to Find the Prevalence of Breast Engorgement among Lactating Mothers. <https://doi.org/10.24966/RMGO-2574/100023Ratnawati>, 2017,
- Juliani, S., & Nurrahmaton, N. (2020). Faktor Yang Mempengaruhi Bendungan ASI Pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Rambung Merah Kabupaten Simalungun. *Jurnal bidan komunitas*, 3(1), 16.<https://doi.org/10.33085/jbk.v3i1.4078>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2022). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2022*.
- Kurnia, D., & Ratnapuri, P. H. (2019). Review: Aktivitas Farmakologi Dan Perkembangan Produk Dari Lidah Buaya (Aloe vera L.). *Jurnal Pharmascience*, 6(1), 38. <https://doi.org/10.20527/jps.v6i1.6073>
- dr. Solihati, M.P.H & Bela Novita Amaris Susanto, S. Kep., M.K.M. (2022). *Buku Miracle of Aloe Vera*.
- Manuaba, I. (2018). Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana Untuk Pendidikan Bidan. EGC.*Sukma F, Hidayati E, 2017
- Marito,M.R.,Utami,T. A.,&Susilo,W.(2019).Relation ship Between the Type 19 of Labourand Breast feeding Attachmen t(Latch-on) and Breast Engorgement Incidence in Postpartum Mothers. *Journal of Maternity Care and Reproductive Health*, 2(2), 179–186. <https://doi.org/10.36780/jmcrh.v2i2.71>
- Nurakilah H, Garna H, Hartini S, Wijayanegara H, Suardi A, Rasyad AS. 2019. Perbandingan pengaruh penggunaan warm bra care dan

- kompres panas terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu 3–4 hari postpartum di Puskesmas Tomo Kabupaten Sumedang. *J Sistem Kesehat.* 5(1):13–7
- Oriza, N. (2019). Faktor Yang Mempengaruhi Bendungan ASI Pada Ibu Nifas. *Nursing arts*, 13(1), 29-40. <https://doi.org/10.36741/jna.v13il.86>
- Prawirohardjo.(2014).Ilmu Kebidanan. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono
- Puskesmas Kersik Tuo Kecamatan Kayu Aro, (2023). Laporan Tahunan
- Riza Savita Dkk, (2022). Buku Ajar Nifas DIII KebidananI. Jakarta Selatan Jilid II.
- Rutiani, Fitriana (2016). Gambaran bendungan ASI pada ibu nifas dengan seksio sesarea berdasarkan karakteristik di rumah sakit sariningsih bandung, <http://ejournal.upi.edu/index.php/JPKI/article/view/4750> prodi DIII keperawatan FPOK Universitas Pendidikan Indonesia. 18 april 2017.
- Sánchez,M.,González-Burgos,E.,Iglesias,I.,&Gómez-Serranillos,M.P.(2020). Pharmacological update properties of Aloe vera and its major active constituents. *Molecules*, 25(6), 1–37. <https://doi.org/10.3390/molecules25061324>
- Sari, Yulia Irvani Dewi dan Ganis Indriati. (2019). Efektivitas Kompres AloeVera Terhadap Nyeri Pembengkakan Payudara Pada Ibu Menyusui. *Jurnal Ners Indonesia*, Vo.10 No.1, September 2019
- Sikumbang,I.M.,Astuti,R.A.,Wahyuningtyas, E.S.,Lutfiyati,H.,Wijayatri,R., &Nasruddin,N.(2020).Wound healing activity of Aloe vera extractsprayon acute woundin male balb/c mice. *Pharmaciana*, 10(3), 315. <https://doi.org/10.12928/pharmaciana.v10i3.16640>
- 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. <https://doi.org/10.30829/jumantik.v6i4.10473>
- 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. [Hhttps://doi.org/10.24252/join.v4i1.7757](https://doi.org/10.24252/join.v4i1.7757)
- Verawaty, F.,S, Merlin, C., Otilia, T., Puspita, Y., Harahap.(2021). Efektivitas Kompres Lidah Buaya terhadap Nyeri Pembengkakan Payudara pada Ibu Post Partum di Klinik Theresia. *JUMANTIK Volume 6 No. 4 November 2021*
- WHO. (2021). *Nurturing the health and wealth of nations : the investment case for breastfeeding*. UNICEF
- Widyastuti.(2018).Perawatan Ibu Nifas. Bina Pustaka.
- Wizia,L.,& Susanti,E.(2021).Aloe vera Gel Compression as Breast Engorgement Pain Relief. *Women, Midwives and*

Midwifery, 1(3), 13–19. <https://doi.org/10.36749/wmm.1.3.13-19.2021>

Wulandari, K. E. A. (2023). Pengaruh kompres lidah buaya (Aloe vera) terhadap pembengkakan payudara pada bendungan ASI ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Pakuan Aji Lampung Timur tahun 2023. *Jurnal Kebidanan Malahayati*.