**ASUHAN KEPERAWATAN MENGGUNAKAN KOMPRES *ALOE VERA***

**TERHADAP PENURUNAN NYERI PAYUDARA**

**Ade Ayu Sinar M¹, Ima sukmawati²**

¹Mahasiswi STIKes Muhammadiyah Ciamis

²Dosen STIKes Muhammadiyah Ciamis

\*E-mail : <Ayusinar98@gmail.com>

**INTISARI**

**Latar belakang :** Nyeri pada payudara dalam masa post partum merupakan kondisi yang normal dimana payudara membengkak yang disebabkan oleh jumlah produksi ASI yang berlebihan di dalam payudara, pada saat ASI tidak dikeluarkan secara menyeluruh disinilah dapat terjadi proses bendungan ASI di payudara akan terasa nyeri, tegang dan panas. **Tujuan :** menganalisis keefektifan pemberian kompres *aloe vera* terhadap penurunan nyeri payudara akibat bendungan ASI, menganalisis skala nyeri pada payudara setelah di lakukan kompres *aloe vera*. **Metode :** metode deskriptif pendekatan yang digunakan adalah studi kasus dimana penulis mengelola 1 kasus dengan menggunakan pendekatan proses keperawatan. Metode pengambilan data menggunakan wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik. **Hasil :** asuhan keperawatan bendungan ASI dengan intervensi kompres *aloe vera* pada ibu post partum dengan nyeri payudara, menujukan adanya pengaruh yang signifikan pada penurunan intensitas nyeri dan pembengkakan payudara. **Kesimpulan :** terapi nonfarmakologi dengan menggunakan kompres *aloe vera* untuk menurunkan skala nyeri di dapatkan hasil adanya kefektifan penurunan nyeri dengan kriteria hasil dari skala 4 (sedang) menjadi skala 2 (ringan), dari 2 kali pemberian berturut - turut.

**Kata kunci** : *aloe vera*, nyeri payudara, post partum

***ABSTRAK***

***Background :*** *Pain in the breasts in the postpartum period is a normal condition in which the breasts swell caused by the excessive amount of milk production in the breast, when breast milk is not completely removed, this is where the process of damming up breast milk in the breast will feel painful, tense and painful. hot.* ***Objectives :*** *to analyze the effectiveness of giving aloe vera compresses to reduce breast pain due to breast milk dams, to analyze the scale of pain in the breast after applying aloe vera compresses.* ***Method :*** *descriptive method the approach used is a case study where the author manages 1 case using a nursing process approach. Methods of data collection using interviews, observation, and physical examination.* ***Results :*** *Breastfeeding dam nursing care with aloe vera compress intervention on post partum mothers with breast pain, showed a significant effect on decreasing the intensity of pain and breast swelling.* ***Conclusion :*** *non-pharmacological therapy using aloe vera compresses to reduce pain scale results in the effectiveness of reducing pain with results from a scale of 4 (moderate) to a scale of 2 (mild), from 2 consecutive administrations.*

***Keywords :*** *aloe vera, breast pain, post partum*

**PENDAHULUAN**

1. **Bendungan ASI**

Bendungan ASI merupakan suatu sumbatan pada *glandula mammae* akibat adanya penekanan dari air susu yang terkumpul pada kelenjar payudara dan dapat disebabkan oleh produksi ASI yang berlebih atau pengeluaran air susu yang tidak lancar sehingga membuat payudara membengkak (Silaban *et al.*, 2022).

Bendungan ASI kondisi yang normal bagi post partum, tetapi menyebabkan terasa sangat sakit karena membengkak, tampak udema, puting serta areola kencang, kulit mengkilat dan bisa tampak memerah (Sari *et al.*, 2019).

Payudara umumya akan membesar, mengeras, dan tak nyaman karna adanya peningkatan suplai darah ke payudara bersamaan dengan terjadinya produksi ASI. *Hormone oksitosin* diproduksi oleh bagian belakang kelenjar hipofisis. Hormone tersebut yaitu dihasilkan bila menuju payudara yang akan merangsang kontraksi otot di sekeliling *alveoli* memeras agar ASI keluar dari pabrik ke gudang ASI (Sari & Riska, 2020).

Data Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia tahun 2018 menyebutkan bahwa terdapat ibu nifas yang mengalami bendungan ASI di daerah jawa barat sebanyak 35.985 atau (15,60%) ibu nifas, serta pada tahun 2019 ibu nifas yang mengalami bendungan ASI sebanyak 77.231 atau (37,12%) ibu nifas, pada tahun 2020 ibu yang mengalami bendungan ASI sebanyak 76.543 orang (KemenKes, 2021).

Dampak dari masalah bendungan ASI pada ibu yaitu terjadinya oedema pada payudara, tegang merah, demam (Runiari & Surinati, 2019). Bendungan ASI juga menyebabkan ibu menghentikan proses menyusui karena payudara terasa sakit, tidak nyaman saat menyusui, merasa tambah nyeri bila di susukan, sehingga bisa menimbulkan ikterus pada bayi karena tidak mendapatkan asupan ASI secara penuh (Apriyani, 2020).

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 seperti *hiperbilirubinemia fisiologis* (Maryati, Adriana, & Kamalah, 2022)*.*

Kondisi payudara dengan adanya pembengkakan yang tidak diberikan terapi apapun akan menimbulkan terjadinya mastitis, mastitis ditandai demam dengan suhu lebih dari 38,5ºC, menggigil, nyeri seluruh tubuh, payudara menjadi kemerahan, tegang, panas, bengkak, dan terasa sangat nyeri (Silaban *et al.,* 2022).

1. **Tanda dan gejala bendungan ASI**

Bendungan ASI dapat ditandai dengan adanya *mammae* nyeri, panas serta keras pembengkakan pada kedua payudara, payudara akan nampak mengkilat dan sedikit merah, suhu badan ibu biasanya <38ºC, bayi tampak kesusahan menyusu karena puting yang mendatar dan biasanya payudara akan nampak besar atau berisi karena ASI belum dikeluarkan (Rukiyah, 2010).

*Mammae* panas serta keras saat di raba dan nyeri, Pengeluaran susu kadang terhalang oleh *duktus laktiferus* menyempit. Payudara terasa membengkak, keras, panas, nyeri bila ditekan (Febriyanti, Sanjaya, & Hastuti, 2021).

1. **Etiologi bendungan ASI**

Menurut (Runiari & Surinati, 2019) faktor yang dapat menyebabkan bendungan ASI yaitu:

1. Peroduksi ASI terlalu banyak (*poligalaksia*).
2. kurang sering memberikan/ mengeluarkan ASI.
3. Faktor hisapan bayi yang tidak aktif.
4. Faktor posisi menyusui bayi yang tidak benar.
5. Puting susu terbenam.
6. Puting susu terlalu panjang.
7. Pengeluaran ASI tidak maksimal.
8. **Anatomi payudara**

Menurut (Fitriani, Apriliyani, & Murtiningsih, 2020) anatomi payudara sebagai berikut :

1. Areola

Aerola adalah daerah berwarna gelap yang mengelilingi puting susu. Pada areola terdapat kelenjar-kelenjar kecil yang disebut kelenjar Montgomery, menghasilkan cairan berminyak untuk menjaga kesehatan kulit di sekitar areola. Daerah lingkaran yang terdiri atas kulit yang longgar dan mengalami pigmentasi. Areola pada masing-masing payudara memiliki garis tengah kira-kira 2,5 cm. Letaknya mengelilingi putting susu. pada daerah ini akan didapatkan kelenjar keringat, kelenjar lemak yang membentuk tuberkel dan akan membesar selama kehamilan (Silaban *et al.,* 2022).

1. *Papilla Mammae* (Puting Susu)

Pada puting susu terdapat lubang-lubang kecil yang merupakan muara dari duktus laktiferus, ujung-ujung serat saraf, pembuluh darah, pembuluh getah bening, serat-serat otot yang *longitudinal*. Bentuk putting ada empat macam, yaitu bentuk yang normal, pendek/datar, panjang dan terbenam (*inverted*)

1. *Alveoli*

*Alveoli* adalah kantong penghasil ASI yang berjumlah jutaan. Hormon *prolaktin* mempengaruhi *sel alveoli* untuk menghasilkan ASI.

1. *Duktus laktiferus*

*Duktus laktiferus* merupakan saluran kecil yang yang berfungsi menyalurkan ASI dari *alveoli* ke *sinus laktiferus* (dari pabrik ASI ke gudang ASI)

1. *Sinus laktiferus / ampula*

*Sinus laktiferus* merupakan saluran ASI yang melebar dan membentuk kantung di sekitar *areola* yang berfungsi untuk menyimpan ASI.

1. Jaringan lemak dan penyangga

Jaringan lemak di sekeliling *alveoli* dan *duktus laktiferus* yang menentukan besar kecilnya ukuran payudara. Payudara kecil atau besar mempunyai *alveoli* dan *sinus laktiferus* yang sama, sehingga dapat menghasilkan ASI sama banyak. Di sekeliling *alveoli* juga terdapat otot polos, yang akan berkontraksi dan memeras keluar ASI. Keberadaan *hormon oksitosin* menyebabkan otot tersebut berkontraksi.

1. **Kompres payudara**

Pemberian kompres *aloe vera* merupakan salah satu cara penanganan secara non farmakologis untuk mengurangi bengkak payudara. *Aloe vera* banyak mengandung air dan zat yang dapat mengurangi nyeri sehingga nyeri yang di rasakan akan berkurang. *Aloe vera* bersifat dingin dan mengandung *zat lignin* yang memiliki kemampuan penyerapan panas yang tinggi, efek dingin pada *aloe vera* dapat meningkatkan kenyamanan pada ibu yang mengalami nyeri pembengkakan (Apriyani, 2020).

Cara penggunaan *aloe vera* dalam mengobati nyeri payudara dengan di kompreskan atau tempelkan *aloe vera* yang telah di kupas dan di cuci bersih pada payudara yang sakit atau radang, selama 15 menit (Sari *et al.*, 2019).

1. ***Aloe vera***

*Aloe vera* (lidah buaya) mengandung *antrakuinon* dan *kuinon* memiliki efek menghilangkan rasa sakit *(analgetik*). Zat – zat *analgesik* dari tanaman *aloe vera* untuk menghilangkan rasa sakit *carboxypeptidases* *enzim dan Bradykinase*, Serta mengandung beberapa *alkaloid* dan zat steroid, adanya zat *Dihydrocoumarin, imunomodulator* dan *antioksidan* membantu dalam pengurangan rasa sakit dan menstimulasi sistem kekebalan tubuh untuk penurunan prostaglandin (Widianti, Adhesty, & Magdalena, 2022).

*Aloe vera* mengandung senyawa *lignin* dan *polisakarida* yang berguna sebagai media pembawa zat-zat nutrisi yang diperlukan oleh kulit. Ditunjang juga oleh karakteristik lidah buaya yang memiliki tingkat keasaman (pH) yang normal, hampir sama dengan pH kulit manusia sehingga memberikan kemampuan untuk menembus kulit secara baik (Emilda, 2017).

**METODE PENELITIAN**

Metode dalam penulisan KIAN (Karya Ilmiah Akhir Ners) ini menggunakan metode deskriptif dan metode studi kepustakaan. Dalam metode deskriptif pendekatan yang digunakan adalah studi kasus dimana penulis mengelola 1 kasus dengan menggunakan pendekatan proses keperawatan. Metode pengambilan data menggunakan wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik.

Dalam melakukan asuhan keperawatan ini penulis melakukan asuhan keperawatan dengan waktu 4 kali pertemuan selama 30 menit, metode *home visit.*

**PEMBAHASAN**

1. **Pengkajian keperawatan**

Dari hasil pengkajian yang dilakukan pada Ny. L didapatkan bahwa penyebab dari nyeri payudara merupakan salah satu masalah yang normal muncul bagi ibu post partum karena produksi ASI yang terus bertambah sehingga menyebabkan payudara menjadi penuh dan terasa nyeri dan kencang, cara lain yang bisa di lakukan selain kompres *aloe vera* bisa juga menggunakan pemerah ASI untuk menghilangkan tekanan pada payudara yang mengalami produksi ASI yang berlebih. Kompres *aloe vera* hanya membantu meringankan rasa nyeri dari tekanan ASI.

Berdasarkan hasil peneltian menurut (Widianti *et al.,* 2022). Setelah diberikan asuhan dengan mengkompres *aloe vera* dari tanggal 14-19 Mei 2021 payudara bengkak ibu sudah sedikit membaik dalam 4 hari. Hal tersebut menunjukan bahwa pemberian kompres *aloe vera* pada masalah payudara bengkak, efektif dapat menurunkan nyeri secara non farmakologis. Penurunan skala nyeri pembekakan payudara setelah diberikan kompres *aloe vera* dari skala sedang 4 menjadi skala 3, ini terjadi akibat tingginya kandungan asam *amino, mineral, polisakarida* pada daun *aloe vera* yang diyakini dapat mengurangi nyeri pembekakan dan peradangan payudara.

1. **Diagnosa keperawatan**

Berdasarkan hasil anamnesis yang dilakukan, didapatkan dua diagnosa yaitu nyeri akut dan menyusui efektif, namun yang menjadi prioritas utama pada masalah ini adalah nyeri akut. Rasa nyeri berhubungan dengan terjadinya ketidak seimbangan hormon prostaglandin. Nyeri payudara yang dirasakan ibu dapat diukur menggunakan skala *Bourbonnais pain* yaitu menggunakan skala nyeri 0 - 10 dan di disetiap gradasi nyeri dijelaskan kriteria nyeri.

1. **Perencanaan keperawatan**

Berdasarkan dengan teoritis, rencana keperawatan berpedoman pada teori SDKI, SLKI, SISI dan mengacu pada jurnal. Penyusunan tindakan keperawatan ini sesuai dengan teroritis dan jurnal.

Intervensi yang diberikan penulis berupa penatalaksaan non farmakologi dengan pemberian kompres *aloe vera* pada payudara. Kandungan dalam *aloe vera* dapat menghambat sistem kerja hormon prostaglandin sehingga dapat mengurangi nyeri. Pemberian kompres *aloe vera* dilakukan selama 2 kali pertemuan dengan waktu 15 menit, Dengan dilakukannya pemberian kompres *aloe vera* diharapkan ibu post partum dengan nyeri akibat bendungan ASI mengalami penurunan skala nyeri menjadi skala ringan.

1. **Pelaksanaan keperawatan**

Diawali dengan perkenalkan diri kepada pasien dan menjelaskan tujuan dan tindakan yang akan dilakukan, cuci tangan, Atur posisi pasien senyaman mungkin, Ukur skala nyeri pasien sebelum diberikan kompres. Cuci *aloe vera* terlebih dahulu, kupas dan ambil dagingnya lalu letakan pada sekitar payudara dan diamkan selama 15 menit.

Pemberian kompres *aloe vera* dilakukan selama 2 kali pertemuan dengan waktu pertemuan 30-35 menit, Dengan dilakukannya pemberian kompres *aloe vera* diharapkan ibu post partum dengan nyeri akibat bendungan ASI mengalami penurunan skala nyeri.

1. **Evaluasi keperawatan**

Pelaksanaan implementasi keperawatan dilakukan sebanyak 2 kali dalam 2 hari berturut-turut kemudian dilakukan pengukuran skala nyeri menggunakan lembar skala nyeri dengan akhir skala 2 (1-10) dari skala 4 yang artinya terdapat perubahan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Penulis memberikan intervensi berupa terapi non farmakologi mengajarkan kompres aloe vera untuk menurunkan skala nyeri. *Aloe vera* dapat menghambat sistem kerja *hormon prostaglandin* sehingga dapat mengurangi nyeri.

Pelaksanaan pemberian kompres *aloe vera* dilakukan selama dua hari berturut-turut dan dievaluasi pada hari ke empat, terdapat perubahan yang berarti setelah dilakukan kompres *aloe vera* skala nyeri klien menurun.sehingga hasilnya sesuai dengan yang diharapkan, terlepas dari hal tersebut penerimaan klien terhadap intervensi pemberian kompres *aloe vera* sangat baik.

**KESIMPULAN**

Asuhan keperawatan pada Ny. L yang mengalami nyeri pada payudara setelah di lakukan terapi nonfarmakologi dengan menggunakan kompres *aloe vera* untuk menurunkan skala nyeri di dapatkan hasil adanya kefektifan penurunan nyeri dengan kriteria hasil dari skala 4 (sedang) menjadi skala 2 (ringan), dari 2 kali pemberian berturut - turut.

**REFERENSI**

Apriyani, M. T. P. (2020). Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas Dengan Pemberian Kompres Aloevera Untuk Mengatasi Payudara Bengkak. 1(3), 10–11.

Emilda. (2017). Pengaruh Kompres *Aloe Vera* Terhadap Nyeri Payudara Pada Masa Nifas Di Klinik Bpm Mardiah & Bpm Klahijah Kota Langsa. 1(2017), 13.

Febriyanti, H., Sanjaya, R., & Hastuti, M. (2021). Pengaruh Pemberian Kompres Lidah Buaya Terhadap Nyeri Payudara Pada Ibu Yang Mengalami Bendungan Asi Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Sudimoro Kabupaten Tanggamus. 26, 1–7. Retrieved from <http://journal.aisyahuniversity.ac.id/index.php?journal=Jaman>

Fitriani, H., Apriliyani, D., & Murtiningsih. (2020). Kompres Hangat Payudara untuk Meningkatkan Kecukupan ASI Ibu Postpartum di Wilayah Kerja Puskesmas Cimahi Tengah. *Jurnal Kesehatan Kartika*, *15*(3), 11–17.

KemenKes. (2021). Kesehatan Indonesia 2014-2021. (online*)*. Retrieved from <http://www.depkes.go.id/resource/download/profil-kesehatan>

Maryati, Adriana, & Kamalah. (2022). Perbedaan Efektivitas Pemberian Kompres Lidah Buaya Dan Kompres Daun Kubis Dingin Terhadap Intensitas Nyeri Payudara Ibu nipas. *Jurnal Kebidanan Sorong*, *2*(1).

Runiari, N., & Surinati. (2019). Pengaruh Pemberian Kompres Panas Terhadap Intensitas Nyeri Pembengkakan Payudara Pada Ibu Post Partum Di Wilayah Kerja Puskesmas Pembantu Dauh Puri. *Journal of Chemical Information and Modeling*, *53*(9), 17.

Sari, Indah, R., Dewi, Irvani, Y., Indriati, & Ganis. (2019). Efektivitas Kompres Aloe Vera Terhadap Nyeri Pembengkakan Payudara Pada Ibu Menyusui. *Jurnal Ners Indonesia*, *10*(1), 38. <https://doi.org/10.31258/jni.10.1.38-50>

Sari, & Riska. (2020). Efektivitas Kompres Daun Kubis Dan Breast Care Terhadap Pengurangan Pembengkakan Payudara Pada Ibu Nifas. *Maternal Child Health Care Journal*, *2*(2).

Silaban, Fitrinelda, Verawaty, Carmila, Merlin, Telaumbanua, 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),8. <https://doi.org/10.30829/jumantik.v6i4.10473>

Widianti, Adhesty, & Magdalena. (2022). Penatalaksanaan Aloe Vera Untukpembekakan Payudara Lampung Tengah. *Xii*(01), 1–6.