

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pembengkakan payudara (*breast engorgement*) merupakan salah satu masalah yang umum terjadi pada awal masa menyusui. Kondisi ini biasanya muncul pada hari kedua hingga kelima pasca persalinan, saat produksi ASI mulai meningkat namun pengeluarannya belum optimal. Payudara menjadi penuh, keras, nyeri saat disentuh, dan menyebabkan ketidaknyamanan yang signifikan bagi ibu menyusui. Jika tidak segera ditangani, kondisi ini dapat menyebabkan kesulitan dalam menyusui, penurunan frekuensi menyusui, bahkan meningkatkan risiko terjadinya mastitis (Anggorowati et al., 2020). Nyeri akibat pembengkakan payudara juga berdampak pada aspek psikologis ibu, seperti stres, cemas, dan berkurangnya semangat menyusui, sehingga menghambat keberhasilan pemberian ASI eksklusif (Purkiewicz et al., 2025).

Berdasarkan hasil meta-analisis dan studi kohort, tercatat bahwa sekitar 54% ibu menyusui mengalami keluhan utama pada payudara, seperti puting lecet (*cracked nipple*), produksi ASI yang tidak mencukupi (insufisiensi laktasi), serta pembengkakan payudara (*engorgement*), dengan angka kejadian engorgement sendiri mencapai sekitar 36% dari keseluruhan kasus tersebut. Sementara itu, di beberapa negara berkembang menunjukkan bahwa 40–80% ibu menyusui mengalami berbagai permasalahan menyusui pada minggu pertama setelah melahirkan, termasuk pembengkakan payudara yang disertai

nyeri, yang secara signifikan dapat mengganggu keberhasilan menyusui eksklusif (Babakazo et al., 2022).

Di Indonesia, Cakupan ASI eksklusif pada tahun 2023 tercatat sebesar 68,6%, yang masih berada di bawah target yang diharapkan. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi yang tepat pada masa awal menyusui sangat penting untuk menunjang keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Di RSUD Dr. Soekardjo Tasikmalaya, berdasarkan data laporan kebidanan tahun 2024, dalam sebulan tercatat 20 hingga 40 ibu post partum mengalami pembengkakan payudara di RSUD Dr. Soekardjo, berdasarkan data rekam medis. Hal ini menunjukkan bahwa masalah ini masih menjadi keluhan umum dan perlu dicarikan solusi yang efektif, aman, serta dapat diterapkan secara praktis di fasilitas kesehatan.

Berbagai metode telah digunakan untuk mengatasi pembengkakan payudara dan mengurangi nyerinya, mulai dari kompres hangat, pemijatan payudara, pemberian analgesik, hingga teknik menyusui yang tepat. Meskipun metode-metode tersebut relatif efektif, namun memiliki keterbatasan. Penggunaan obat pereda nyeri, misalnya, tidak selalu disarankan bagi ibu menyusui karena risiko efek samping terhadap bayi (Benjamin et al., 2015). Oleh karena itu, muncul kebutuhan akan pendekatan alternatif yang lebih alami, aman, dan mudah diterapkan dalam praktik kebidanan.

Salah satu bahan alami yang memiliki potensi sebagai terapi non-farmakologis adalah Aloe vera (lidah buaya) dan kubis (*Brassica oleracea*). Aloe vera diketahui mengandung berbagai zat aktif seperti aloin, aloesin, dan

polisakarida yang memiliki efek anti-inflamasi, analgesik, dan pelembap (Sánchez et al., 2020). Sementara itu, kubis mengandung senyawa flavonoid dan glukosinolat yang memiliki efek anti-inflamasi dan mampu mengurangi pembengkakan pada jaringan payudara (Rohman et al., 2021). Sifat-sifat ini menjadikan Aloe vera dan kubis sebagai pilihan yang potensial untuk mengurangi peradangan dan nyeri. Sejumlah penelitian juga telah menunjukkan bahwa ekstrak Aloe vera efektif dalam mengurangi nyeri otot, luka bakar, dan iritasi kulit (Skowrońska & Bazylo, 2023). Oleh karena itu, penggunaannya pada payudara yang mengalami pembengkakan diperkirakan dapat membantu meredakan nyeri dengan aman.

Kubis (*Brassica oleracea*) telah lama digunakan secara tradisional untuk mengurangi pembengkakan payudara. Senyawa aktif dalam kubis, seperti flavonoid dan glukosinolat, memiliki efek anti-inflamasi yang dapat membantu menurunkan nyeri dan pembengkakan payudara (Rohman et al., 2021). Penggunaan kubis sebagai kompres atau masker payudara juga telah diteliti secara klinis dan terbukti aman untuk ibu menyusui, sehingga kombinasi dengan Aloe vera diperkirakan dapat meningkatkan efektivitas dalam mengurangi pembengkakan dan nyeri payudara secara non-farmakologis (Rohman et al., 2021).

Dalam pengembangan praktik kebidanan, bentuk inovatif dari pemanfaatan bahan alami adalah *Breast Mask* berbahan dasar ekstrak Aloe vera dan ekstrak kubis. *Breast Mask* dipilih karena mampu memberikan efek dingin, lembap, dan menenangkan secara langsung pada area payudara yang bengkak,

tanpa perlu kontak langsung dengan luka atau areola, sehingga tidak mengganggu proses menyusui (Septiana et al., 2022). Selain itu, aplikasinya sederhana, tidak menimbulkan efek samping, dan relatif murah, menjadikannya metode yang ideal bagi ibu post partum, baik di fasilitas kesehatan maupun di rumah. Selain memberikan rasa nyaman, aplikasinya pun mudah dan tidak mengganggu proses menyusui. *Breast Mask* Aloe vera menjadi solusi perawatan yang non-invasif, alami, dan ekonomis, serta berpotensi diterapkan secara luas di fasilitas kesehatan maupun di rumah oleh ibu postpartum.

Studi pendahuluan yang dilakukan di ruang rawat inap obstetri RSUD Dr. Soekardjo Tasikmalaya pada bulan Juni 2025 terhadap 5 ibu menyusui dengan keluhan payudara bengkak menunjukkan bahwa tingkat nyeri yang dirasakan berkisar antara skor 5 hingga 7 berdasarkan skala *Numeric Rating Scale* (NRS), yang termasuk dalam kategori nyeri sedang hingga berat. Hasil ini menunjukkan bahwa pembengkakan payudara masih menjadi keluhan yang cukup signifikan dan memerlukan penanganan yang efektif. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengkaji efektivitas penggunaan *Breast Mask* Aloe vera dan kubis sebagai intervensi non-farmakologis yang dapat dimanfaatkan dalam praktik kebidanan berbasis bukti (*evidence-based practice*). RSUD Dr. Soekardjo sebagai rumah sakit rujukan utama di wilayah Tasikmalaya memiliki jumlah kasus postpartum yang cukup tinggi dan menjadi tempat yang relevan untuk dijadikan lokasi penelitian ini.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: " Efektivitas Pemberian *Breast Mask* Ekstrak Aloe

Vera dan Ekstrak Kubis untuk Mengurangi Pembengkakan Payudara pada Ibu Post Partum di RSUD dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya Tahun 2025"

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana “Efektivitas Pemberian *Breast Mask* Ekstrak Aloe Vera dan Ekstrak Kubis untuk Mengurangi Pembengkakan Payudara pada Ibu Post Partum di RSUD dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya Tahun 2025?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui efektivitas pemberian *Breast Mask* ekstrak aloe vera dan ekstrak kubis untuk mengurangi nyeri akibat pembengkakan payudara pada ibu post partum di RSUD Dr. Soekardjo Tahun 2025.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui skor rata-rata pembengkakan payudara sebelum dan sesudah diberikan *Breast Mask* ekstrak aloe vera dan ekstrak kubis pada ibu post partum di RSUD Dr. Soekardjo.
- b. Mengetahui skor rata-rata pembengkakan payudara sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat pada ibu post partum di RSUD Dr. Soekardjo.
- c. Menganalisis efektivitas pemberian *Breast Mask* ekstrak aloe vera dan ekstrak kubis dalam menurunkan pembengkakan payudara pada ibu post partum di RSUD Dr. Soekardjo.

- d. Menganalisis efektivitas pemberian kompres hangat dalam menurunkan pembengkakan payudara pada ibu post partum di RSUD Dr. Soekardjo.
- e. Menganalisis perbandingan efektivitas antara *Breast Mask* ekstrak aloe vera dan ekstrak kubis dengan kompres hangat dalam menurunkan pembengkakan payudara pada ibu post partum di RSUD Dr. Soekardjo.

D. Manfaat Penelitian

Setelah peneliti melakukan penelitian nanti, diharapkan hasil dari penelitian tersebut dapat memberikan kegunaan sebagai berikut :

1. Aspek Teoritis

Dapat dipakai sebagai sumber data dan referensi untuk penelitian selanjutnya mengenai efektivitas penggunaan *Breast Mask* ekstrak aloe vera dan ekstrak kubis dalam mengurangi nyeri akibat pembengkakan payudara pada ibu post partum, serta memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu kebidanan, khususnya dalam manajemen laktasi dan asuhan ibu nifas berbasis intervensi non-farmakologis.

2. Aspek Praktis

a. Bagi Institusi Pendidikan

Dapat dijadikan bahan bacaan dan referensi bagi mahasiswa kebidanan maupun tenaga pendidik dalam memahami dan menerapkan penggunaan terapi alternatif seperti *Breast Mask* ekstrak aloe vera dan

ekstrak kubis sebagai upaya mengurangi nyeri pada ibu nifas yang mengalami pembengkakan payudara.

b. Bagi Peneliti

Dapat menambah wawasan dan pengalaman secara langsung dalam proses penelitian lapangan, serta menjadi dasar untuk pengembangan penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan terapi non-farmakologis dalam perawatan nyeri ibu post partum.

c. Bagi Responden

Dapat meningkatkan pengetahuan dan pengalaman ibu post partum mengenai metode alami yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri akibat pembengkakan payudara, sehingga dapat mendukung kelancaran proses menyusui dan meningkatkan kenyamanan selama masa nifas.

d. Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dalam pengembangan dan evaluasi program pelayanan kesehatan ibu nifas, serta dijadikan dasar dalam merancang intervensi sederhana dan efektif dalam mengatasi keluhan nyeri payudara, khususnya di RSUD Dr. Soekardjo.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1. Keaslian Penelitian

No	Judul dan Peneliti (Tahun)	Hasil	Persamaan / Perbedaan
1	<i>Potency of Aloe Vera Extract Transdermal Patch Treatment in Relief Pain and Breast Engorgement</i> (Yustiza et al., 2023)	Penurunan signifikan nyeri dan pembengkakan payudara dengan <i>patch</i> Aloe vera ($p = 0,000$)	Persamaan: intervensi Aloe vera & variabel nyeri dan pembengkakan; Perbedaan: format patch vs <i>Breast Mask</i> , lokasi berbeda.
2	<i>The Effect of Cabbage and Aloe Vera Compress on Breast Engorgement in Post Partum Mothers</i> (Doloksaribu & Barus, 2023)	Kompres Aloe vera efektif mengurangi pembengkakan payudara ($p = 0,000$)	Persamaan menggunakan Aloe vera terhadap engorgement; Perbedaan: dibandingkan dengan kompres kubis; lokasi: Gorontalo.
3	<i>The Effect of Aloe Vera Compresses on Breast Engorgement Pain in Postpartum Mothers</i> (Safaah et al., 2023)	Penurunan nyeri signifikan dengan Aloe vera compress ($p = 0,000$) pada 32 ibu postpartum	Persamaan: variabel nyeri dan pembengkakan, intervensi kompres Aloe vera; Perbedaan: desain kompres vs <i>Breast Mask</i> , lokasi di Tuban.
4	<i>Effect of Aloe Vera Gel Compresses on Breast Engorgement Among Postpartum Mothers</i> (Raihanah et al., 2024)	Penurunan signifikan pembengkakan dan nyeri dengan kompres Aloe vera gel ($p = 0,000$)	Sama menggunakan Aloe vera sebagai intervensi; Perbedaan: sediaan gel kompres dua kali sehari, lokasi dan instrumen berbeda.
5	<i>Management Application of Aloe Vera Compresses and Back Massage for Breast Engorgement in Postpartum Mothers: Experiment Study</i> (Prastyoningsih et al., 2023)	Kombinasi kompres dan pijat punggung efektif menurunkan pembengkakan ($p < 0.005$)	Persamaan intervensi Aloe vera; Perbedaan kombinasi dengan pijat punggung, bukan <i>standalone mask</i> .
6	<i>Effect of Warm Ginger versus Cold aloe vera Gel Compresses on Breast Engorgement among Postnatal Mothers: A</i>	Kompres dingin Aloe vera menunjukkan penurunan engorgement lebih baik daripada kompres	Sama penggunaan Aloe vera gel; Perbedaan: dibandingkan dengan <i>ginger</i> , setting di Mesir.

<i>Comparative Study</i> (Hassan Shamekh et al., 2022)		jahe hangat (p < 0.000)	
7	<i>Effectiveness of aloe fomentation for nipple-related complications during the early puerperium period: a randomized, controlled, interventional study...</i> (Tateoka, 2022)	<i>Aloe arborescens</i> fomentation efektif mencegah <i>eschar</i> dan komplikasi <i>nipple</i> (p < 0.05)	Persamaan penggunaan Aloe vera pada area payudara menyusui; Perbedaan fokus pada komplikasi <i>nipple</i> , bukan <i>engorgement</i> atau nyeri postpartum.