



**JM**

Volume 10 No. 1 (April 2022)

© The Author(s) 2022

**PENGARUH KOMPRES DAUN SIRIH HIJAU (*PIPER BETLE L*) TERHADAP  
PENURUNAN PEMBENGGAKKAN PAYUDARA PADA IBU PASCA SEKSIO  
SESAREA DI WILAYAH PUSKESMAS JALAN GEDANG**

**THE EFFECT OF GREEN LEAF COMPRESSION (*PIPER BETLE L*) ON REDUCING  
BREAST SUPPLEMENT ON MOM POST C-SECTION IN JALAN  
GEDANG HEALTH CENTER AREA**

**NURUL MAULANI, LOLI NABABAN  
PRODI KEBIDANAN, STIKES SAPTA BAKTI, BENGKULU, INDONESIA  
Email: nurulmaulani99@gmail.com**

**ABSTRAK**

Pendahuluan: Pembengkakkan payudara merupakan salah satu masalah yang terjadi pada ibu pasca salin. Pembengkakkan payudara menyebabkan rasa ketidaknyamanan ibu. Bukti menunjukkan kandungan pada daun sirih hijau (*Piper betle L*) mempunyai senyawa minyak atsiri dan flavonoid yang berfungsi sebagai antiinflamasi sehingga diharapkan dapat mengurangi pembengkakkan payudara lebih cepat. Metode: penelitian yang digunakan quasi eksperimental dengan pendekatan pretest-posttest control group design dengan jumlah sampel 80 ibu pasca seksio sesarea. Pengambilan sampel menggunakan consecutive sampling sehingga diperoleh 40 responden kelompok intervensi (perawatan payudara disertai kompres daun sirih hijau) dan 40 responden kelompok kontrol (perawatan payudara saja). Pengukuran pembengkakkan payudara dengan menggunakan skala Durometer shore C. Analisis statistik dilakukan uji normalitas dengan Shapiro-Wilk, selanjutnya karena data berdistribusi normal menggunakan Paired Samples T-test. Hasil dan Pembahasan: terdapat pengaruh kompres daun sirih hijau terhadap pembengkakkan payudara, penurunan pembengkakkan payudara lebih cepat pada kelompok intervensi dibandingkan kelompok kontrol. Kesimpulan: terdapat pengaruh pengompresan daun sirih hijau terhadap penurunan pembengkakkan payudara pada ibu pasca seksio sesarea, sehingga diharapkan pengompresan daun sirih hijau bisa dijadikan sebagai pengobatan tradisional dalam mengurangi pembengkakkan payudara.

**Kata Kunci: Kompres Daun Sirih Hijau, Pembengkakkan Payudara, Perawatan Payudara**

**ABSTRACT**

Intoduction: Breast engorgement is one of the problems that occur in postpartum mothers. Breast engorgement causes maternal discomfort. Evidence shows the green betel leaf (*Piper betle L*) contained essential oil compounds and flavonoids that function as antiinflammatory so

that it is expected to reduce breast engorgement faster. Method: The research method used was quasi-experimental with a pretest-posttest control group design approach with a sample of 80 mothers after cesarean section. Sampling used consecutive sampling to obtain 40 respondents in the intervention group (breast care with green betel leaf compress) and 40 control group respondents (breast care only). Measurement of breast engorgement using the Durometer shore C scale. Statistical analysis was carried out with Shapiro- Wilk normality test, then because the data were normally distributed using the Paired Samples Test, Result and Discussion: showed that the effect of green betel leaf compressions on breast engorgement, decreased breast engorgement faster in the intervention group compared to the control group. Conclusion: there is an effect of green betel leaf compressing on decreasing breast engorgement in women after cesarean section, it is expected that compressing green betel leaves can be used as traditional medicine in reducing breast engorgement.

**Keywords : Breast Care, Breast Engorgement, Compress of Green Betel Leaves**

## **PENDAHULUAN**

Payudara merupakan organ reproduksi wanita dan pada masa laktasi akan mengeluarkan air susu. Laktasi adalah keseluruhan proses menyusui mulai dari produksi Air Susu Ibu (ASI) sampai proses bayi menghisap dan menelan ASI. Payudara bagi seorang wanita sangat penting untuk keberlangsungan pemberian ASI dan perkembangan bayi baru lahir. Payudara secara natural akan mengeluarkan ASI begitu ibu melahirkan, tetapi bukan berarti seorang wanita atau ibu tidak patut merawat payudara.

Salah satu masalah masa nifas adalah payudara bengkak atau bendungan ASI. Penyebab terjadinya pembengkakkan payudara atau bendungan ASI adalah ASI yang tidak segera dikeluarkan yang menyebabkan penyumbatan pada aliran vena dan limfe sehingga aliran susu menjadi terhambat dan tertekan ke saluran air susu ibu sehingga terjadinya peningkatan aliran vena dan limfe yang menyebabkan payudara bengkak.

Tertundanya pemberian ASI sejak awal dan kurangnya perawatan payudara berdampak terhadap pemberian nutrisi untuk bayi berkurang, dan dapat terjadinya pembengkakkan payudara. Kejadian mastitis dan puting lecet di Indonesia sebesar 54% disebabkan karena perawatan payudara tidak benar dan 46% bendungan ASI akibat perawatan payudara yang kurang.

Salah satu upaya untuk mengurangi permasalahan pada payudara adalah perawatan payudara atau *breast care*. Perawatan payudara dan puting sangat penting dalam proses laktasi, perawatan ini sering menjadi “penyelamat” bagi ibu dalam melewati masa-masa awal menyusui yang kadang terasa sangat berat.

Strategi mengurangi pembengkakkan payudara selain dengan *breast care* dapat dilakukan dengan cara herbal yaitu melakukan pengompresan pada payudara bengkak dengan daun sirih hijau.

Daun sirih hijau merupakan tumbuhan yang mudah ditemui di Indonesia. Daun sirih hijau secara empirik sudah digunakan secara turun temurun dan banyak digunakan dalam pengobatan herbal tradisional dan sebagai tanaman obat. Kandungan dalam daun sirih hijau berupa minyak atsiri, flavonoid, saponin, dan tanin memiliki aktivitas sebagai antiseptik, antiinflamasi dan antibiotik, sehingga memungkinkan dapat mengurangi pembengkakkan payudara.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kompres daun sirih hijau terhadap penurunan pembengkakkan payudara.

## **METODE PENELITIAN**

Metode yang digunakan *quasi eksperimental* dengan pendekatan *pretest-posttest control group design*. Penelitian

dilakukan bulan Oktober - Desember 2021 di Wilayah kerja Puskesmas Jalan Gedang dengan sampel 40 responden kelompok intervensi (perawatan payudara disertai kompres daun sirih hijau) dan

Sebesar 40 responden kelompok kontrol (perawatan payudara saja). Analisis statistik dilakukan uji normalitas dengan *Shapiro-Wilk*, karena berdistribusi normal dilakukan uji *Paired t test*.

## HASIL PENELITIAN

### 1. Karakteristik Responden

**Tabel 1. Karakteristik Subjek Penelitian**

Karakteristik	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol		P value
	N	%	N	%	
<b>Usia</b>					
<20 tahun	6	15.0	6	15.0	
20-35 tahun	31	77.5	33	82.5	0.163
> 35 tahun	3	7.5	1	2.5	
<b>Pendidikan</b>					
SD	0	00.0	0	00.0	
SMP	8	20.0	2	5.0	0.202
SMA	25	62.5	32	80.0	
Perguruan Tinggi	7	17.5	6	15.0	
<b>Pekerjaan</b>					
Tidak Bekerja	18	45.0	17	42.5	0.663
Bekerja	22	55.0	23	57.5	

Keterangan: n = Responden, % persentase

Berdasarkan tabel 1 dapat dijelaskan bahwa karakteristik responden berdasarkan usia sebagian besar (intervensi 77.5% dan kontrol 82.5%) pada usia 20-35 tahun. Pendidikan sebagian besar adalah SMA (intervensi 62.5% dan kontrol 80.0%). Status pekerjaan sebagian besar responden yaitu bekerja (intervensi 55% dan kontrol 57.5%). Berdasarkan hasil uji beda didapatkan nilai  $p > 0,05$  artinya seluruh karakteristik responden tidak memiliki perbedaan yang signifikan karena nilai  $p > 0,05$ .

### 2. Uji Homogenitas dan Uji Normalitas

Uji homogenitas data dilakukan untuk mengetahui apakah data pembengkakan payudara pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol mempunyai varian yang sama atau tidak menggunakan uji *Levene* dengan hasil nilai  $0,206 > 0,05$  yang artinya data kedua kelompok homogen dan memiliki varian yang sama sehingga layak untuk diperbandingkan.

Uji normalitas menggunakan uji *Shapiro-Wilk* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan hasil semua nilai  $p > 0,05$  artinya data berdistribusi normal sehingga menggunakan uji *paired t test*.

### 3. Pengaruh Kompres Daun Sirih Hijau (*Piper betle L*) terhadap Penurunan Pembengkakkan Payudara

**Tabel 2. Pengaruh Kompres Daun Sirih Hijau (*Piper betle L*) terhadap Penurunan Pembengkakkan Payudara**

	Mean±SD	Selisih	P value*
<b>Pembengkakkan payudara</b>			
Kelompok Intervensi			
Sebelum	58.45±5.256		0.000
		44.10 (75,44%)	
Sesudah	14.35±3.043		0.000
Kelompok Kontrol			
Sebelum	60.43±3.644		0.000
		32.13 (53,16%)	
Sesudah	28.30±3.858		0.000

\**Paired t test*

Data hasil uji statistik menggunakan uji *paired t test* terkait pembengkakkan payudara pada ibu pasca seksio sesarea diketahui bahwa terjadinya penurunan pembengkakkan payudara baik pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol.

Kelompok intervensi sebelum dilakukan tindakan didapatkan nilai 58.45,

dan setelah dilakukan tindakan didapatkan nilai 14.35 dengan selisih 44.10 (77,44%) dan nilai  $p < 0.05$  yang bermakna ada perbedaan yang signifikan antara sebelum dan setelah dilakukan perawatan payudara disertai pengompresan daun sirih hijau. Kelompok kontrol sebelum dilakukan tindakan didapatkan nilai 60.43, dan setelah dilakukan tindakan didapatkan nilai 28.30 dengan selisih 32.13 (53,16%) dan nilai  $p < 0.05$  yang bermakna ada perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah dilakukan perawatan payudara saja.

Berdasar atas perhitungan statistik menggunakan uji *Paired t test*, menunjukkan ada pengaruh pengompresan daun sirih hijau terhadap penurunan pembengkakan payudara dengan nilai  $p < 0,05$ .

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian terdapat pengaruh kompres daun sirih hijau terhadap pembengkakan payudara, dengan hasil data pada kelompok intervensi didapat hasil sebelum tindakan perawatan payudara disertai kompres daun sirih hijau 58,45 dan setelah tindakan perawatan payudara disertai kompres daun sirih hijau 14,35 dengan nilai selisih 44,10 (75,44%) dan  $p < 0,05$ , sedangkan pada kelompok kontrol didapat hasil sebelum tindakan perawatan payudara 60,43 dan setelah tindakan perawatan payudara 28,30 dengan nilai selisih 32,13 (53,16%) dan nilai  $p < 0,05$ .

Berdasar atas hasil penelitian yang menunjukkan adanya nilai  $p$  dan nilai selisih tersebut yang berarti penurunan pembengkakan payudara lebih cepat dengan menggunakan perawatan payudara yang disertai pengompresan daun sirih hijau dari pada perawatan payudara saja.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang didapat dari jurnal *breasfeeding medicine* oleh Ketsuwan dkk menyatakan bahwa kompres herbal, kompres hangat, dan kompres dingin dapat menurunkan nyeri dan bengkak payudara.

Pembengkakan payudara terjadi hampir

pada setiap ibu yang baru melahirkan pertama kali, kejadian ini terjadi pada hari kedua sampai dengan hari kelima setelah melahirkan. Payudara mulai terasa penuh dan keras sehingga menimbulkan rasa tidak nyaman. Pada minggu pertama inilah bila ibu tidak mendapatkan informasi cara mengatasi payudaranya maka dapat menyebabkan ibu menghentikan pemberian ASI-nya, perawatan payudara merupakan perawatan yang dapat dilakukan pada ibu masa nifas yang mengalami pembengkakan payudara

Perawatan payudara masa nifas dapat membantu memperlancar pengeluaran ASI. Perawatan payudara juga dapat dilakukan untuk mencegah dan menangani masalah menyusui seperti pembengkakan payudara. Perawatan payudara merupakan perawatan yang dapat dilakukan pada ibu masa nifas dengan melakukan beberapa tindakan seperti melakukan pijatan payudara, penggunaan bra yang tepat, posisi dan perlekatan menyusui yang baik, kompres hangat dan pengeluaran susu secara manual ataupun dengan alat pompa payudara.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Solichah pada tahun 2012. Solichah mengatakan bahwa terdapat hubungan antara perawatan payudara pada ibu post partum dengan kelancaran pengeluaran ASI. Gerakan pada

perawatan payudara bermanfaat melancarkan reflek pengeluaran ASI. Selain itu juga merupakan cara efektif meningkatkan volume ASI. Terakhir yang tak kalah penting, mencegah bendungan pada payudara.

Strategi untuk mengurangi pembengkakan payudara secara non farmakologis dapat dilakukan dengan akupuntur, perawatan payudara tradisional (kompres panas dikombinasikan dengan pijatan), daun kubis, kompres panas dan dingin secara bergantian.

Daun sirih hijau merupakan salah satu tanaman spesies *Piper betle* asli Indonesia yang tumbuh merambat pada batang pohon lain. Tanaman ini tidak hanya berfungsi sebagai tanaman hias saja, tetapi sebagai tanaman obat herbal yang manfaatnya tidak

diragukan lagi dan yang dapat digunakan untuk mengobati berbagai penyakit adalah daunnya. Daun sirih hijau digunakan sebagai obat herbal untuk menyembuhkan luka, menghentikan batuk, mengurangi peradangan, menghilangkan gatal, keputihan, kencing manis, mimisan, sariawan, antiseptik, anti inflamasi, antibiotik, analgetik, mempertahankan kekebalan tubuh dan pereda bengkak.

Senyawa kimia yang terkandung dalam daun sirih hijau yaitu minyak atsiri, flavonoid, saponin, dan tanin. Kandungan kimia daun sirih hijau memiliki aktivitas sebagai antiseptik, antiinflamasi, antibiotik dan penurun tegangan.<sup>22</sup> Kandungan yang dimiliki daun sirih hijau memungkinkan dapat mengurangi pembengkakan payudara.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lutvian tentang penggunaan *green antibiotic* daun sirih untuk menangani mastitis. Bukti penggunaan daun sirih dalam buku budidaya dan pemanfaatan untuk obat, menjelaskan bahwa mengkonsumsi rebusan daun sirih kurang lebih selama 10 hari dapat mengatasi benjolan dan pembengkakan payudara.

Keterbatasan penelitian yang hanya melibatkan subjek penelitian dalam jumlah terbatas, sehingga hasilnya belum tentu dapat digeneralisasikan pada kelompok subjek dengan jumlah banyak.

Berdasar penelitian di atas dapat ditarik simpulan bahwa terdapat pengaruh pengompresan daun sirih hijau terhadap penurunan pembengkakan payudara pada ibu pasca seksio sesarea. Saran untuk peneliti selanjutnya perlu dikembangkan suatu penelitian dengan sampel yang lebih banyak agar dapat digeneralisir untuk populasi luas, menambah variabel lain untuk dapat melihat seberapa besar pengaruh dalam mengurangi pembengkakan payudara dan untuk tenaga kesehatan serta masyarakat luas penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi dan dapat dijadikan sebagai produk industri praktis seperti krim atau salep untuk mengurangi pembengkakan payudara pada ibu nifas dan menyusui.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat pengaruh pengompresan daun sirih hijau terhadap pembengkakan payudara pada ibu pasca seksio sesarea. Perawatan payudara dengan disertai kompres daun sirih hijau dan *breastcare* dapat dijadikan intervensi mandiri oleh pelayan kesehatan dalam mencegah dan mengurangi pembengkakan payudara ibu dengan memberikan penyuluhan kesehatan mengenai perawatan payudara yang disertai pengompresan daun sirih hijau dan diajarkan cara mengaplikasikannya.

## SARAN

Diharap kepada Peneliti selanjutnya dapat menghasilkan hasil penelitian yang lebih baik lagi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Astuti S, Judistiani RTD, Rahmiaati L, Susanti AI. Asuhan Kebidanan Nifas & Menyusui. Astikawati R, editor. Jakarta: Erlangga; 2015.
- Astutik RY. Payudara dan Laktasi. 2nd ed. Susliia A, editor. Jakarta: Salemba Medika; 2017.
- Asih Y, Risneni. Buku ajar : asuhan kebidanan nifas dan menyusui. Yogyakarta: Pustaka Pelajar; 2016.
- Corso E, Hind D, Beever D, Fuller G, Wilson MJ, Wrench IJ, et al. Enhanced recovery after elective caesarean. *BMC Pregnancy Childbirth*. 2017;17(1):1– 10.
- Fitriyani A, Winarti L, Muslichah S, Nuri. Anti-Inflammatory Activity of Piper crocatum Ruiz & Pav. Leaves metanolic extract in rats. *Maj Obat Tradis*. 2011;16(1):34–42.
- Hidayat T. Budidaya sirih dan pemanfaatan untuk obat. 1st ed. Ari, Fazrul, Umaroh U, editors. Yogyakarta: Pustaka Baru Press; 2013.
- Hidayat S, Napitupulu RM. Kitab Tumbuhan Obat. 1st ed. Nurrohmah FA, editor. Jakarta: AgriFlo (Penebar Swadaya

- Group); 2015.
- Ketsuwan S, Baiya N, Paritakul P, Laosooksathit W, Puapornpong P. Effect Compresses Herbal for Maternal Breast Engorgement at Postpartum. *Breastfeed Med.* 2018;13(5):361–5.
- Leung SSF. Breast pain in lactating mothers. *Hong Kong Med J.* 2016;22(4):341–6.
- Lutviandhitarani G, Harjanti DW, Wahyono F. Green Antibiotic Daun Sirih ( Piper betle l ) Sebagai Antibiotik Komersial dalam Penanganan Mastitis. *J Agripet.* 2015;15(1):28–32.
- Rosdiana A, Pratiwi WM. Buku khasiat ajaib daun sirih tumpas berbagai penyakit. 1st ed. Jakarta: Padi; 2014.
- Mangesi, L.; Zarija-Grkovic I. Treatments for breast engorgement during lactation. *Pract Midwife.* 2014;(1):8.
- Maritalia D. Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui. 1st ed. Riyadi S, editor. Yogyakarta: Pustaka Pelajar; 2012.
- Pollard M. ASI Asuhan Berbasis Bukti. Hutagalung MSB, Mardella EA, editors. Jakarta: Buku Kedokteran EGC; 2016.
- Pustotina O. Management of mastitis and breast engorgement in breast feeding. *J Matern Neonatal Med.* 2016;29(19):3121–5.
- Rosita E. Hubungan Perawatan Payudara Pada Ibu Nifas Dengan Bendungan ASI. *Midwifery J StiKes Insa Cendekia Media Jombang.* 2017;13(6):1–7.
- Rosyati H, Sari WA. Pengetahuan Ibu Nifas tentang Perawatan Payudara di Puskesmas Kecamatan Pulo Gadung Jakarta Timur Tahun 2016. *J Kedokt dan Kesehat.* 12(2):116–213.
- Rutiana CEA, Fitriana LA. Gambaran bendungan ASI pada ibu nifas dengan seksio sesarea berdasarkan karakteristik di Rumah Sakit Sariningsih Bandung. *J Keperawatan Indones.* 2016;2(2):146–55.
- Sari SM. Hubungan Pengetahuan Ibu dan Breast Care Dengan Kejadian Bendungan ASI Pada Ibu Post Partum. *J Keperawatan Kebidanan - Stikes Dian Husada Mojokerto.* 2010;5–9.
- Solichah MS. Perawatan payudara ibu post partum dengan kelancaran pengeluaran ASI. Yogyakarta: Pasca Sarjana Universitas Yogyakarta; 2012.
- Sidik. Tanaman obat Indonesia untuk pengobatan herbal. 2nd ed. Budiono A, Tresna N, Utomo M, editors. Karyasari herba media; 2010.
- Sarma C, Rasane P, Kaur S, Singh J. Antimicrobial and antioxidant potential of selected varieties of *Piper betle L* ( Betel leaf ). *J An da Acad Bras Ciencias.* 2018;90(4):3871–8.
- Sari R, Isadiartuti D. Studi efektivitas sediaan gel antiseptik tangan ekstrak daun sirih (*Piper betle Linn.*) Antiseptic activity evaluation of piper leave from Piper betle Linn extract in hand gel antiseptic preparation. *Retno Sari Maj Farm Indones.* 2016;17(4):165.
- Walyani ES, Purwoastuti E. Asuhan kebidanan masa nifas dan menyusui. 1st ed. Walyani ES, editor. Yogyakarta: Pustaka Barupress; 2017.
- Witt AM, Bolman M, Kredit S, Vanic A. Therapeutic Breast Massage in Lactation for Management of Engorgement, Plugged Ducts, and Mastitis. *J Hum Lact.* 2016;32(1):123–31.