

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN PEMBERIAN TEKNIK KOMPRES HANGAT TERHADAP
KELANCARAN PENGELUARAN ASI PADA IBU *POST PARTUM*
DI KLINIK PRATAMA TUTUN SEHATI TANJUNG
MORAWA TAHUN 2025**



WIDIYA ANSARI SEMBIRING

P07520122125

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D III KEPERAWATAN MEDAN
TAHUN 2025**

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN PEMBERIAN TEKNIK KOMPRES HANGAT TERHADAP
KELANCARAN PENGELUARAN ASI PADA IBU *POST PARTUM*
DI KLINIK PRATAMA TUTUN SEHATI TANJUNG
MORAWA TAHUN 2025**

Sebagai salah satu syarat menyelesaikan studi dan
memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan (A.Md. Kep)
pada Program Studi D-III Keperawatan Medan Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



**WIDIYA ANSARI SEMBIRING
P07520122125**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D III KEPERAWATAN MEDAN
TAHUN 2025**

LEMBAR PERSETUJUAN
KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN PEMBERIAN TEKNIK KOMPRES HANGAT TERHADAP
KELANCARAN PENGELUARAN ASI PADA IBU *POST PARTUM*
DI KLINIK PRATAMA TUTUN SEHATI TANJUNG
MORAWA TAHUN 2025

Diusulkan Oleh
WIDIYA ANSARI SEMBIRING
P07520122125

Telah Diterima dan Disetujui untuk Diseminarkan Dihadapan Penguji

Pada tanggal, 25 Juni 2025

Menyetujui

Pembimbing Utama



Wiwik Dwi Arianti, S.Kep, Ns, M.Kep
NIP : 197512021997032003

Pembimbing Pendamping



Nurmala Hayati Sihombing, SKM, M.Kes
NIP: 197508162000122001

Mengetahui,
Ketua Prodi D- III Keperawatan Medan



Masnila Siregar, S.Kep, Ns, M.Pd
NIP : 197011301993032013

LEMBAR PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN PEMBERIAN TEKNIK KOMPRES HANGAT TERHADAP
KELANCARAN PENGELUARAN ASI PADA IBU *POST PARTUM*
DI KLINIK PRATAMA TUTUN SEHATI TANJUNG
MORAWA TAHUN 2025**

Telah dipersiapkan dan disusun oleh

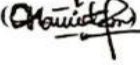
WIDIYA ANSARI SEMBIRING

P07520122125

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji

Pada tanggal, 07 Juli 2025

Tanda Tangan

- | | | |
|------------------|---------------------------------------|---|
| 1. Ketua Penguji | : Wiwik Dwi Arianti, S.Kep, Ns, M.Kep | () |
| 2. Penguji I | : Nurlama Siregar, S.Kep., Ns, M.Kes | () |
| 3. Penguji II | : Nani Zulfikar, S.Kep., Ns., M.Kes | () |

Medan, 07 Juli 2025

Mengetahui,

Ketua Prodi D- III Keperawatan Medan


CS Dipindai dengan CamScanner

Masnila Siregar, S.Kep, Ns, M.Pd
NIP : 197011301993032013

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Widiya Ansari Sembiring
Nim : P07520122125
Program Studi : DIII Keperawatan
Jurusan : Keperawatan
Perguruan Tinggi : Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan

Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul:

**PENERAPAN PEMBERIAN TEKNIK KOMPRES HANGAT TERHADAP
KELANCARAN PENGELUARAN ASI PADA IBU *POST PARTUM*
DI KLINIK PRATAMA TUTUN SEHATI TANJUNG
MORAWA TAHUN 2025**

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Medan, 07 Juli 2025

Penulis,


Diperoleh dengan CamScanner

Widiya Ansari Sembiring

P07520122125



BIODATA PENULIS

1. Nama : Widiya Ansari Sembiring
2. Tempat/ Tgl lahir : Pancur Batu, 03 April 2004
3. Jenis Kelamin : Perempuan
4. Agama : Kristen Katolik
5. Alamat Rumah : Dsn II Namo Rindang Jahe
6. Nomor HP : 082162380848

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SD SWASTA JAYA
2. SLTP : SMP NEGERI 2 PANCUR BATU
3. SLTA : SMA METHODIST-AN PANCUR BATU

ABSTRAK

PENERAPAN PEMBERIAN TEKNIK KOMPRES HANGAT TERHADAP KELANCARAN PENGELUARAN ASI PADA IBU POST PARTUM DI KLINIK PRATAMA TUTUN SEHATI TANJUNG MORAWA TAHUN 2025

Widiya Ansari Sembiring¹, Wiwik Dwi Arianti, S.Kep, Ns, M.Kep², Nurmala Hayati Sihombing, SKM, M.Kes³.

Politenik Kesehatan Kemenkes Medan, 2025

Email: widiyaansari@gmail.com

Masa *Post Partum* merupakan periode krusial dalam proses pemulihan ibu setelah melahirkan, terutama dalam hal keberhasilan menyusui. Salah satu masalah yang sering dialami adalah ketidaklancaran pengeluaran ASI. Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2019, kejadian ketidaklancaran ASI dilaporkan antara 20% hingga 77% di berbagai negara. Teknik kompres hangat diketahui dapat merangsang hormon oksitosin, memperlancar aliran darah di payudara, serta meningkatkan kenyamanan ibu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian teknik kompres hangat terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu *Post Partum* di Klinik Pratama Tutun Sehati Tanjung Morawa tahun 2025. Penelitian ini menggunakan desain studi kasus deskriptif terhadap dua responden yang mengalami ketidaklancaran ASI. Intervensi berupa kompres hangat dilakukan dua kali sehari selama tujuh hari dengan suhu 37–40°C selama 15–20 menit. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan jumlah ASI yang keluar. Responden pertama (Ny. N) mulai menunjukkan hasil pada hari ke-3 dan mencapai 110cc pada hari ke-7, sedangkan responden kedua (Ny. R) menunjukkan adanya peningkatan jumlah ASI hari ke-4 dan mencapai 80cc pada hari ke-7. Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa Teknik kompres hangat terbukti efektif untuk kelancaran ASI pada ibu *Post Partum* dan Saran dari penelitian ini menunjukkan teknik kompres hangat dapat diterapkan untuk kelancaran ASI yang aman, dan praktis, dan bisa diterapkan di fasilitas kesehatan maupun secara mandiri di rumah.

Kata Kunci: Kompres Hangat, ASI, Ibu Post Partum, Kelancaran Pengeluaran ASI.

Daftar Bacaan: 25 (2017-2023)

ABSTRACT
THE APPLICATION OF WARM COMPRESS TECHNIQUE TO IMPROVE
BREAST MILK FLOW IN POSTPARTUM MOTHERS AT TUTUN SEHATI
TANJUNG MORAWA PRIMARY CLINIC IN 2025

Widiya Ansari Sembiring, Wiwik Dwi Arianti, S.Kep,Ns,M.Kep, Nurmala Hayati
Sihombing, SKM, M.Kes.

Medan Health Polytechnic of The Ministry of Health

Email: widiyaansari@gmail.com

The postpartum period is a crucial time for a mother's recovery after childbirth, especially concerning successful breastfeeding. One common issue experienced is a lack of smooth breast milk flow. According to World Health Organization (WHO) data from 2019, the incidence of poor breast milk flow ranges from 20% to 77% in various countries. The warm compress technique is known to stimulate the hormone oxytocin, improve blood flow to the breasts, and increase maternal comfort. This study aimed to determine the effect of applying the warm compress technique on breast milk flow in postpartum mothers at Tutun Sehati Tanjung Morawa Primary Clinic in 2025. This research used a descriptive case study design with two respondents who were experiencing poor breast milk flow. The intervention involved applying a warm compress twice a day for seven days at a temperature of 37–40°C for 15–20 minutes. The results showed an increase in the amount of breast milk expressed. The first respondent (Ny. N) began to show results on the 3rd day, reaching 110cc on the 7th day, while the second respondent (Ny. R) showed an increase in breast milk volume on the 4th day, reaching 80cc on the 7th day. This study concluded that the warm compress technique is proven to be effective in improving breast milk flow in postpartum mothers. The study's recommendation is that the warm compress technique is a safe and practical method that can be applied in healthcare facilities or independently at home to improve breast milk flow.

Keywords : Warm Compress, Breast Milk, Postpartum Mothers, Breast Milk Flow.
References : 25 (2017-2023)



CONFIRMED HAS BEEN TRANSLATED BY :

*Language Laboratory of Medan Health Polytechnic of The
Ministry of Health*

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan pada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya yang telah memberikan segala nikmat dan kesempatan sehingga penyusun karya tulis ilmiah yang berjudul **“Penerapan Pemberian Teknik Kompres Hangat Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu *Post Partum* Di Klinik Pratama Tutun Sehati Tanjung Morawa Tahun 2024”** dapat terselesaikan.

Selanjutnya ucapan terima kasih yang tak terhingga saya sampaikan kepada Ibu **Wiwik Dwi Arianti, S.Kep, Ns, M.Kep** selaku pembimbing utama dan Ibu **Nurmala Hayati Sihombing, SKM, M.Kes** selaku pembimbing pendamping yang penuh kesabaran, dan perhatiannya dalam memberikan bimbingan hingga karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik.

Dengan terselesainya karya tulis ilmiah ini, perkenankan pula saya untuk mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. **Tengku Sri Wahyuni, S.SiT., M. Keb** selaku Plt Direktur Poltekkes Kemenkes Medan.
2. **Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep, Ns, M.Kes** selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan.
3. **Masnila Siregar, S.Kep, Ns, M.Pd** selaku Ketua Prodi D III Keperawatan Medan Poltekkes Kemenkes Medan.
4. **Nurlama Siregar, S.Kep., Ns, M.Kes** selaku penguji I dan **Nani Zulfikar, S.Kep., Ns, M.Kes** selaku penguji II atas kesediaannya untuk menguji karya tulis ilmiah.
5. **Bd. Salmiyah, S.Keb, SKM** yang telah memberikan saya izin lahan penelitian.
6. Kedua orangtua penulis, **Sanggup Sembiring** dan **Purnama Rina**, yang selalu memberikan kasih sayang, doa, nasehat, serta atas kesabaran yang luar biasa dalam setiap langkah hidup penulis, yang merupakan anugerah terbesar dalam hidup. Penulis berharap dapat menjadi anak yang dapat dibanggakan.
7. Adik penulis tercinta, **Ananda Birlin Sembiring**, terimakasih atas doa dan dukungan.

8. Seluruh Dosen, Instruktur dan Staf Jurusan Prodi D III Keperawatan Medan serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan karya ilmiah ini.
9. Keluarga, Partner, Sahabat, dan Teman-teman yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu yang selalu memberi semangat, kekuatan, dukungan, dan doa-doa terbaik.

Penulis telah berusaha sebaik-baiknya untuk Menyusun Karya Tulis Ilmiah ini. Penulis tetap mengharapkan kritik dan saran dari pembaca untuk perbaikan karya tulis ilmiah ini. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan pihak lain yang membutuhkan.

Medan, 25 Juli 2025
Penulis,



Dipindai dengan CamScanner

Widiya Ansari Sembiring
P07520122125

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJU	3
LEMBAR PENGESAHAN	4
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	5
BIODATA PENULIS.....	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR.....	6ii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	Error! Bookmark not defined.
A.LATAR BELAKANG	Error! Bookmark not defined.
B.Rumusan Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
C.Tujuan	Error! Bookmark not defined.
1.Tujuan Umum	Error! Bookmark not defined.
2.Tujuan Khusus	Error! Bookmark not defined.
D.Manfaat	Error! Bookmark not defined.
1.Bagi peneliti	Error! Bookmark not defined.
2.Bagi tempat Peneliti	Error! Bookmark not defined.
3.Bagi institusi Pendidikan	Error! Bookmark not defined.
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.
A.Konsep Dasar Teknik Kompres Hangat.....	Error! Bookmark not defined.

1. Definisi Teknik Kompres Hangat.	Error! Bookmark not defined.
2. Tujuan kompres hangat.	Error! Bookmark not defined.
3. Manfaat kompres hangat.	Error! Bookmark not defined.
4. Cara Pemberian Kompres Hangat.	Error! Bookmark not defined.
5. Waktu Pemberian Kompres Hangat.	Error! Bookmark not defined.
6. SOP Teknik Kompres Hangat.	Error! Bookmark not defined.
B. Konsep Dasar Kelancaran Pengeluaran ASI	Error! Bookmark not defined.
1. Anatomi dan Fisiologi Payudara.	Error! Bookmark not defined.
2. Pengeluaran ASI.	Error! Bookmark not defined.
3. Proses Laktasi.	Error! Bookmark not defined.
4. Manfaat Kelancaran Pengeluaran ASI	Error! Bookmark not defined.
5. Faktor Yang Mempengaruhi Kelancaran Pengeluaran ASI.	Error! Bookmark not defined.
6. Penanganan Produksi ASI Yang Tidak Lancar	Error! Bookmark not defined.
C. Konsep Dasar Post Partum.	Error! Bookmark not defined.
1. Pengertian Post Partum.	Error! Bookmark not defined.
2. Tahapan Post Partum.	Error! Bookmark not defined.
3. Adaptasi Fisiologi Ibu Post Partum.	Error! Bookmark not defined.
4. Perawatan Ibu Post Partum (Masa Nifas)	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODE PENULISAN.	Error! Bookmark not defined.
A. Rancangan Studi Kasus.	Error! Bookmark not defined.
B. Subjek Studi Kasus.	Error! Bookmark not defined.
C. Fokus Studi.	Error! Bookmark not defined.

D.Defenisi Operasional Kasus.....	Error! Bookmark not defined.
E.Instrumen Studi Kasus	Error! Bookmark not defined.
F.Metode Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
G.Lokasi dan Waktu Penelitian	Error! Bookmark not defined.
H.Penyajian Data	Error! Bookmark not defined.
I.Etika Studi Kasus	Error! Bookmark not defined.
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	26
A.Hasil.....	Error! Bookmark not defined.
B.Pembahasan.....	33
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	35
A.Kesimpulan	35
B.Saran	35
DAFTAR PUSTAKA.....	37

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Variabel Teknik Kompres Hangat dan Kelancaran Asi.....	25
Tabel 2 Karakteristik Responden.....	28
Tabel 3 Kelancaran ASI Responden Sebelum Diberikan Intervensi ...	29
Tabel 4 Penerapan Intervensi.....	29
Tabel 5 Evaluasi.....	31

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Anatomi Payudara

Gambar 2 Macam-macam puting

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat survey penelitian
Lampiran 2	Lembar persetujuan untuk mengadakan penelitian
Lampiran 3	Standar Operasional Prosedur
Lampiran 4	Lembar Konsultasi Bimbingan
Lampiran 5	Surat Permohonan Sebagai Responden
Lampiran 6	Surat Pernyataan Berpartisipasi Sebagai Responden Dalam Penelitian
Lampiran 7	Lembar Observasi
Lampiran 8	Surat Izin Penelitian
Lampiran 9	Surat Balasan Penelitian
Lampiran 10	Dokumentasi Hasil Penelitian
Lampiran 11	Turnitin