

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa *postpartum* merupakan periode yang dimulai setelah kelahiran plasenta dan berakhir ketika organ reproduksi kembali ke kondisi semula seperti sebelum hamil, yang umumnya berlangsung selama 6 minggu atau 42 hari. Pada masa pemulihan ini, ibu mengalami berbagai perubahan fisik yang bersifat fisiologis, yang dapat menimbulkan ketidaknyamanan, terutama pada awal *postpartum*. Proses pemulihan ini, meskipun alami, memiliki potensi untuk berkembang menjadi masalah patologis apabila tidak diimbangi dengan perawatan yang baik dan tepat. Oleh karena itu, penting untuk memberikan perhatian yang lebih pada perawatan ibu pada masa *postpartum* guna mencegah komplikasi yang mungkin terjadi (Erlinawati, 2024)

Masalah yang sering muncul dalam proses menyusui adalah bendungan ASI, yaitu kondisi pembengkakan pada payudara akibat peningkatan aliran darah dan limfe. Bendungan ASI biasanya terjadi antara hari ketiga hingga keenam setelah melahirkan, ketika ASI mulai diproduksi secara normal. Gejala dari bendungan ASI dapat dikenali melalui beberapa tanda, seperti pembengkakan payudara, rasa nyeri saat ditekan, perubahan warna payudara menjadi kemerahan, serta suhu tubuh yang dapat mencapai 38°C. Kondisi ini merupakan fenomena fisiologis, dengan penerapan teknik pengisapan dan pengeluaran ASI yang tidak efektif oleh bayi, rasa penuh pada payudara akan segera mereda. Namun, jika proses menyusui tidak dilakukan dengan benar, bendungan ASI dapat berkembang menjadi mastitis, yaitu peradangan pada payudara. Hal ini menandakan pentingnya pengelolaan ASI yang efektif agar masalah tersebut dapat dihindari (Apriyani *et al.*, 2021).

Dampak pembengkakan payudara adalah rasa ketidaknyamanan pada ibu berupa nyeri, payudara menjadi keras, demam, bayi sulit menghisap payudara, mastitis, dan abses payudara. Intervensi untuk meringankan gejala pembengkakan payudara sangat dibutuhkan (pratiwi *et al.*, 2019)

Ibu menyusui yang mengalami pembengkakan payudara terbanyak di dunia adalah Amerika Serikat dengan rerata sebanyak 66,34 % (WHO, 2022). Menurut data dari Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan RI, pada tahun 2020, kejadian pembengkakan di Indonesia paling banyak pada ibu yang bekerja, yakni sebesar 16% dari total ibu menyusui (Solihah *et al.*, 2023).

Di Indonesia, tingkat kejadian pembengkakan payudara pada ibu nifas meningkat menjadi 10%-20% dari populasi ibu nifas. Setiap tahun, jumlah ibu nifas yang mengalami pembengkakan payudara di Indonesia berkisar 2,3 juta dari total ibu nifas. Pembengkakan payudara yang dialami oleh ibu nifas dapat mengganggu proses menyusui dan jika tidak ditangani, dapat berujung pada mastitis dan abses payudara. Salah satu cara untuk mengatasi pembengkakan payudara adalah dengan kompres bahan herbal. (Anggraini *et al.*, 2022)

Pada tahun 2019, Data Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan mencatat jumlah ibu nifas sebanyak 168.097 orang, dengan 27.518 orang (81,85%) di antaranya menerima penanganan komplikasi masa nifas, termasuk pembengkakan payudara (PWS KIA Dinkes Provinsi Sumatera Selatan, 2019, (Hadawiyah, 2021)

Berdasarkan laporan Kesehatan Ibu dan Anak Provinsi Sumatera Utara, pada tahun 2018-2019 tercatat sebanyak 292.875 ibu nifas, dengan 185.238 di antaranya mengalami pembengkakan payudara. (Silaban *et al.*, 2022)

Terjadinya pembengkakan pada payudara akibat peningkatan aliran darah dan limfe menyebabkan rasa sakit disertai dengan kenaikan suhu tubuh (Andari *et al.*, 2021) Penanganan untuk mengurangi pembengkakan payudara dapat dilakukan melalui pendekatan farmakologi dan non-farmakologi. Pendekatan farmakologi meliputi penggunaan parasetamol, ibuprofen, dan lynoral, sementara non-farmakologi mencakup menyusui lebih sering, pijatan, serta kompres dingin dengan daun kol (Maulida *et al.*, 2022).

Cara untuk meringankan pembengkakan payudara sangat penting untuk dilakukan. Jika tidak ditangani segera, hal ini dapat mengganggu proses reabsorpsi air susu dan memperburuk kondisi tersebut. Salah satu penanganan non-farmakologis yang dapat dilakukan adalah dengan memberikan kompres daun kol dingin. Daun kol memiliki potensi sebagai pengobatan tambahan

karena mengandung asam amino yang mirip dengan anti mikroba, serta bahan aktif lain seperti sinigrin, minyak mustard, magnesium, dan sulfur heterosida oksalat. Zat-zat tersebut dapat melebarkan pembuluh darah dan meningkatkan aliran darah, sehingga cairan yang terperangkap di area payudara yang bengkak dapat teratasi. Keistimewaan lain dari daun kol adalah kemampuannya menghasilkan gel dingin yang dapat menyerap panas, yang terlihat dari daun yang menjadi layu setelah 30 menit menempel pada payudara yang bengkak.

Intervensi ini juga dapat dikombinasikan dengan pemberian *Breast Care*, yang berfungsi untuk memperlancar produksi ASI serta meningkatkan sirkulasi darah guna mencegah sumbatan pada saluran air susu ibu. Keberhasilan menyusui seringkali dipengaruhi oleh struktur puting susu dan areola, yang memiliki titik-titik sensitif yang mendukung refleks menyusui. Puting susu memiliki otot-otot yang memudahkan dorongan untuk menyusui. Biasanya, puting susu akan muncul ke luar, namun pada beberapa kasus, puting susu bisa datar atau tenggelam, yang dapat menghambat keberhasilan menyusui. Kandungan zat aktif dalam daun kol ini menarik perhatian banyak peneliti untuk membuktikan efektivitasnya dalam mengurangi pembengkakan ASI pada ibu *postpartum*. Hal ini menarik untuk diteliti karena daun kol adalah sayuran yang mudah didapat dan memiliki banyak manfaat. (Meilia Rahmawati Kusumaningsih et al., 2023)

Daun kol atau kubis (*Brassica Oleracea Var Capitata*) merupakan sayuran yang ekonomis dan serbaguna yang mudah ditemukan. Daun kol mengandung sinigrin (*Allylisothiocyanate*), minyak mustard, magnesium, Oxylate heterosides belerang yang bermanfaat sebagai cauter (memperlebar pembuluh darah kapiler sehingga meningkatkan aliran darah), aliran darah meningkat sehingga dapat mempermudah aliran dari daerah yang membendung (Erlinawati, 2024).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, *Breast Care* yang dipadukan dengan kompres daun kol (*Brassica Oleracea var. Capitata*) dingin menunjukkan hasil yang lebih efektif dalam mengurangi pembengkakan payudara pada ibu nifas akibat perawatan payudara. Perawatan ini melibatkan

penggunaan kompres hangat untuk mengurangi pembengkakan pada payudara serta pijatan untuk memperlancar peredaran darah yang terhambat. Kombinasi ini lebih efektif karena kompres kol dingin, dengan kandungan gel dinginnya, dapat menyerap panas dan secara signifikan mengurangi rasa sakit akibat pembengkakan pada payudara. (Yusita et al., 2024)

Studi yang dilakukan oleh (Mokodompis & Nilasanti, 2023) juga menunjukkan bahwa pemakaian daun kol efektif dalam mengurangi pembengkakan pada payudara. Temuan ini menjadi pilihan yang dapat diajarkan kepada ibu-ibu pasca melahirkan yang mengalami pembengkakan payudara, karena metode ini terjangkau, mudah diakses, dan efisien. Penggunaan kompres daun kol dingin merupakan langkah mandiri yang terbukti sangat efektif untuk mengurangi pembengkakan pada payudara. Dengan cara menempelkan daun kol yang telah didinginkan selama 20 menit, cara ini membantu mengurangi rasa sakit dan pembengkakan yang ada.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penerapan kompres daun kol efektif dalam mengurangi tingkat pembengkakan payudara pada ibu pasca persalinan. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmisyah & Ristiani (2023), yang mengungkapkan bahwa penggunaan kompres daun kol dapat menurunkan skala pembengkakan payudara pada ibu *postpartum* secara signifikan.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan peneliti di Klinik Pratama Niar Patumbak, data yang diperoleh menunjukkan jumlah ibu *postpartum* pada tahun 2024 dari bulan Januari-Desember sebanyak 140 orang dan pada tahun 2025 bulan Januari-Februari sebanyak 22 orang ibu *postpartum* dan terdapat 3 ibu yang sedang mengalami pembengkakan payudara. Di Klinik Pratama Niar Patumbak, sudah pernah diterapkan kompres dingin daun kol, yang terbukti efektif dalam meredakan pembengkakan payudara.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah kompres daun kol terbukti efektif dalam menurunkan skala nyeri akibat pembengkakan payudara pada ibu pasca persalinan. Berdasarkan latar belakang diatas, saya tertarik untuk melakukan penerapan kompres dingin daun kol pada ibu *postpartum*.

A. Rumusan Masalah

Berdasarkan paparan pada latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam studi kasus ini adalah “Bagaimana Penerapan Kompres Dingin Daun Kol Terhadap Pembengkakan Payudara pada Ibu *Postpartum*?

B. Tujuan Khusus

1. Tujuan Umum:

Mampu melakukan Penerapan Kompres Dingin Daun Kol Terhadap Pembengkakan Payudara Pada Ibu *PostPartum*

2. Tujuan Khusus:

- a. Menggambarkan kondisi payudara ibu sebelum dan sesudah dilakukan penerapan kompres dingin daun kol.
- b. Membandingkan kondisi payudara ibu sebelum dan sesudah dilakukan penerapan kompres dingin daun kol.

C. Manfaat Studi Kasus

1. Bagi Peneliti

Studi Kasus ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan menambah pengetahuan tentang penerapan Kompres Dingin Daun Kol Terhadap Pembengkakan Payudara Pada Ibu *PostPartum*

2. Bagi Tempat Peneliti

Studi Kasus ini diharapkan dapat menambah pengetahuan bagi Klinik Pratama Niar Patumbak untuk menambahkan petunjuk tentang penerapan Kompres Dingin Daun Kol Terhadap Pembengkakan Payudara Pada Ibu *PostPartum*

3. Bagi Inatitusi Prodi D-III Keperawatan Kemenkes Poltekes Medan

Hasil studi kasus ini diharapkan bisa menjadi pelengkap yang berguna kepada kualitas pendidikan, bisa dijadikan referensi serta bahan bacaan di ruang belajar prodi D-III Keperawatan Kemenkes Poltekes Medan.