

PENATALAKSANAAN PAYUDARA BENGGAK PERFOKUS PADA PEMBERIAN KOMPRES DAUN KUBIS DI PMB USMALANAH SADDAM BANDAR LAMPUNG TAHUN 2020

Yuhelva Destri, Meryn Agusti Rahmadani²

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Adila

*Corresponding author email: yuhelvadestri85@gmail.com

ABSTRAK

ASI merupakan sumber nutrisi terbaik yang dapat meningkatkan kesehatan ibu dan anak. Pemberian ASI pada bayi sangat penting terutama dalam periode awal kehidupan, oleh karena itu bayi cukup diberi ASI secara eksklusif selama 6 bulan pertama tanpa menambahkan dan/atau mengganti dengan makanan atau minuman lain. Dalam proses laktasi kadang kala terjadi kegagalan yang sering disebabkan karena timbulnya berbagai masalah, baik masalah dari ibu maupun bayi. Salah satu faktor dari ibu yaitu cara menyusui yang tidak benar. Cara menyusui yang tidak benar dapat menyebabkan puting susu lecet dan ASI tidak keluar optimal. Hal ini dapat menimbulkan gangguan dalam proses menyusui sehingga pemberian ASI tidak kuat, pemberian ASI yang tidak adekuat dapat mengakibatkan payudara bengkak. Tujuan penelitian ini untuk memberikan asuhan kebidanan terhadap Ny. E umur 21 tahun 3 hari post partum dengan penatalaksanaan payudara bengkak dengan pemberian daun kubis di PMB Usmalanah Saddam Bandar Lampung Tahun 2020. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode deskriptif dengan pendekatan *case study*. Payudara bengkak pada ibu postpartum dapat diatasi dengan pemberian kompres daun kubis. Hasil penelitian didapatkan bahwa kompres daun kubis dapat menangani payudara bengkak karena daun kubis mengandung asam amino metionin yang berfungsi sebagai antibiotik dan kandungan lain seperti *sinigrin (Allyl Isothiocyanate)*, minyak mustard, magnesium, *oxalate heterosis* belerang yang dapat membantu memperlebar pembuluh darah kapiler sehingga meningkatkan aliran darah untuk keluar masuk melalui daerah tersebut dan memungkinkan tubuh untuk menyerap kembali cairan yang terbenjeng dalam payudara.

Kata kunci: Kompres daun kubis, Payudara Bengkak

MANAGEMENT OF SWOLLEN BREAST PERFORMANCE ON PROVISION OF CABBAGE LEAVE COMPRESSES IN USMALANAH SADDAM PMB BANDAR LAMPUNG IN 2020

ABSTRACT

Breast milk is the best source of nutrition that can improve the health of mothers and children. Breastfeeding for babies is very important, especially in the early period of life, therefore babies should be exclusively breastfed for the first 6 months without adding and/or replacing with other foods or drinks. In the lactation process sometimes failure occurs which is often caused by the emergence of various problems, both problems from the mother and the baby. One of the factors from the mother is how to breastfeed is not right. How to breastfeed that is not right can cause sore nipples and milk does not come out optimally. This can cause interference in the breastfeeding process so that breastfeeding is not strong, inadequate breastfeeding can result in swollen breasts. The purpose of this study was to provide midwifery care for Ny. E aged 21 years 3 days post partum with the management of swollen breasts by giving cabbage leaves at PMB Usmalanah Saddam Bandar Lampung in 2020. The method used in this study is a descriptive method with a case study approach. Swollen breasts in postpartum mothers can be overcome by giving cabbage leaf compresses. The results showed that cabbage leaf compresses can treat swollen breasts because cabbage leaves contain the amino acid methionine which functions as an antibiotic and other ingredients such as sinigrin (Allyl Isothiocyanate), mustard oil, magnesium, sulfur heterosis oxalate which can help widen capillary blood vessels thereby increasing blood flow. blood to flow in and out of the area and allows the body to reabsorb the fluid that has been blocked in the breast.

Keywords: Compress of cabbage leaves, Swollen Breast

Pendahuluan

Pemberian makan yang tepat sangat penting dalam mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal dan mencegah malnutrisi pada bayi dan anak balita. Terkait hal ini, *United Nations Emergency Children's Fund* (UNICEF) dan *World Health Organization* (WHO) menyarankan untuk memberikan Air Susu Ibu (ASI) saja selama paling sedikit 6 bulan pertama, memberikan makanan padat ketika anak berumur 6 bulan, dan melanjutkan pemberian ASI hingga anak berumur 2 tahun (Kementerian Kesehatan RI, 2018). ASI sangat penting, bahkan berpengaruh terhadap resiko kematian. Berdasarkan data penelitian WHO di 6 negara berkembang, bayi usia 9-12 bulan yang tidak disusui beresiko mengalami kematian sebesar 40%, dan angka kematian meningkat 48% pada bayi berusia kurang dari 2 bulan yang tidak mendapatkan ASI. Terkait hal tersebut, pemberian ASI menyelamatkan sekitar 1,5 juta bayi pertahun dari kesakitan dan kematian. Demikian halnya di Indonesia, lebih dari 25.000 bayi dapat diselamatkan dengan pemberian ASI. (Astuti, dkk. 2015)

ASI merupakan sumber nutrisi terbaik yang dapat meningkatkan kesehatan ibu dan anak. Pemberian ASI pada bayi sangat penting terutama dalam periode awal kehidupan, oleh karena itu bayi cukup diberi ASI secara eksklusif selama 6 bulan pertama tanpa menambahkan dan/atau mengganti dengan makanan atau minuman lain. Proses menyusui segera setelah melahirkan juga

membantu kontraksi uterus sehingga mengurangi kehilangan darah ibu pada masa nifas. Pemerintah telah menetapkan kebijakan nasional terkait program pemberian ASI eksklusif yang dituangkan dalam Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor: 33 Tahun 2012 (Kementerian Kesehatan RI, 2018)

Pemberian ASI pada bayi usia 0-1 tahun mempunyai arti sangat penting, terutama menyangkut pemenuhan kebutuhan zat gizi dan zat lain membentuk kekebalan tubuh terhadap penyakit. Pemberian ASI secara eksklusif di usia 0-6 bulan dipandang sangat strategis, karena pada usia tersebut kondisi bayi masih sangat labil dan rentan terhadap berbagai penyakit. Cakupan bayi mendapatkan ASI Eksklusif di Provinsi Lampung tahun 2015 sebesar 57,70%, dimana angka ini masih di bawah target yang diharapkan yaitu 80%. (Profil Dinas Kesehatan Lampung, 2016).

Berdasarkan rendahnya cakupan pemberian ASI eksklusif terdapat beberapa faktor yang menghambat pemberian ASI eksklusif tersebut antara lain rendahnya pengetahuan ibu tentang manfaat ASI dan cara menyusui yang benar, kurangnya konseling tentang laktasi dan cara menyusui yang benar, sehingga timbul hambatan dalam menyusui maka ibu menghentikan menyusui dan memberikan susu formula, dalam proses laktasi kadang kala terjadi kegagalan yang sering disebabkan karena timbulnya berbagai masalah, baik masalah dari ibu maupun bayi. Salah satu faktor dari ibu yaitu cara menyusui yang tidak benar. Cara menyusui yang tidak benar dapat

menyebabkan puting susu lecet dan ASI tidak keluar optimal. Hal ini dapat menimbulkan gangguan dalam proses menyusui sehingga pemberian ASI tidak adekuat, pemberian ASI yang tidak adekuat dapat mengakibatkan payudara bengkak. (Soetjiningsih, 2013)

Pembengkakan payudara terjadi karena ASI tidak disusui dengan adekuat, sehingga sisa ASI terkumpul pada sistem duktus yang mengakibatkan terjadinya pembengkakan. Stasis pada pembuluh darah dan limfe akan mengakibatkan meningkatnya tekanan intraduktal, yang akan mempengaruhi berbagai segmen pada payudara, sehingga tekanan seluruh payudara meningkat, akibatnya payudara sering terasa penuh, tegang, dan sering nyeri. Kemudian diikuti penurunan produksi ASI dan penurunan reflek *let down*. Bra yang ketat juga bisa menyebabkan *segmental engorgement*, demikian pula puting yang tidak bersih dapat menyebabkan sumbatan pada duktus.

Tindakan yang dapat dilakukan untuk mencegah agar tidak mengalami payudara bengkak dengan menyusui bayi segera setelah lahir dengan posisi dan perlekatan yang benar, menyusui bayi tanpa jadwal (nir-jadwal dan *on demand*), mengeluarkan ASI dengan tangan/pompa bila produksi melebihi kebutuhan bayi, jangan memberikan minuman selain ASI pada bayi, dan

melakukan perawatan payudara pasca persalinan (masase dan sebagainya). (Dewi, dan Sunarsih, 2014)

Beberapa tindakan yang dapat dilakukan untuk mengatasi payudara bengkak adalah masase payudara dan ASI diperas dengan tangan sebelum menyusui, kompres dingin untuk mengurangi stasis pembuluh darah vena dan mengurangi rasa nyeri. Bisa dilakukan selang seling dengan kompres panas, untuk memperlancar aliran darah payudara, menyusui lebih sering dan lebih lama pada payudara yang terkena untuk memperlancar aliran ASI dan menurunkan tegangan payudara. (Soetjiningsih, 2013)

Penelitian Gagandeep, dkk, (2013) salah satu penanganan payudara bengkak yaitu dengan kompres daun kubis. Daun kubis mengandung asam amino metionin yang berfungsi sebagai antibiotik dan kandungan lain seperti *sinigrin (Allyl Isothiocyanate)*, minyak mustard, magnesium, *Oxalate heterosis* belerang yang dapat membantu memperlebar pembuluh darah kapiler sehingga meningkatkan aliran darah untuk keluar masuk melalui daerah tersebut dan memungkinkan tubuh untuk menyerap kembali cairan yang terbungkus dalam payudara. Cara pemberiannya yaitu pertama pilih daun kubis berwarna hijau yang masih segar daun kubis dipisahkan satu per satu dan dicuci, daun kubis disimpan di freezer kulkas selama 20 menit. Setelah mengeluarkan daun kubis dari kulkas, urat daun kubis dihancurkan dengan bantuan penggiling agar gel bisa keluar. Daun

kubis yang telah dihancurkan letakan pada payudara yang membesar termasuk jaringan yang bengkak di bawah lengan selama 20 menit, diulang 3 kali per hari selama 3 hari berturut-turut.

Berdasarkan pra survei di PMB Usmanah Saddam Bandar Lampung pada bulan Maret terdapat 19 ibu post partum, dan setelah dilakukan kunjungan rumah pada hari ke tiga terdapat 8 ibu post partum yang mengeluh payudaranya terasa bengkak. Setelah dilakukan pengkajian diketahui bahwa 6 orang ibu post partum mengalami pembengkakan payudara diakibatkan karena kurangnya pemberian ASI secara adekuat dan 2 orang ibu post partum mengalami pembengkakan payudara diakibatkan karena penggunaan bra yang ketat serta keadaan puting susu yang tidak bersih.

Maka berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik memberikan asuhan kebidanan terhadap Ny.E umur 21 tahun P₁A₀ 3 hari post partum dengan pemberian kompres daun kubis untuk mengatasi payudara bengkak di PMB Usmanah Saddam Bandar Lampung Tahun 2020.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan *case study*. Subjek dari penelitian ini adalah Ny. E yang mengalami payudara bengkak. Jenis data yang digunakan pada penelitian ini data primer dan data sekunder dengan teknik pengumpulan data wawancara, observasi, pemeriksaan fisik dan studi kepustakaan. Analisis data yang digunakan adalah deskriptif dengan prinsip-prinsip

manajemen asuhan kebidanan dengan menggunakan manajemen varney dan SOAP. Peneliti melakukan kunjungan untuk memberikan asuhan dan evaluasi sebanyak 4 kali.

Hasil

Pengkajian dilakukan mulai dari tanggal 7 Juli 2020 pukul 09.30 WIB dan didapatkan data subjektif yaitu ibu nifas mengatakan bernama Ny. E umur 21 tahun melahirkan anak pertama 3 hari yang lalu, memiliki keluhan utama payudara terasa sakit, bengkak dan tubuh demam.

Data objektif yang didapatkan didalam pemeriksaan keadaan umum baaik, kesadaran compos mentis, tekanan darah 110/80 mmHg, pernafasan 20 x/menit, Nadi 86 x/menit, suhu 38,8⁰C, payudara kanan dan kiri tidak simetris, terjadi pembengkakan pada payudara, puting susu datar dan kencang, kulit mengkilap, konsistensi keras dan tidak ada pengeluaran ASI.

Assesment yang dapat ditegakkan dari pengkajian data subjektif dan objektif adalah Ny.E umur 21 tahun P₁A₀ 3 hari post partum dengan payudara bengkak.

Pada kasus Ny. E dengan masalah payudara bengkak dilakukan rencana asuhan yaitu beritahu ibu hasil pemeriksaan, jelaskan tentang keluhan yang ibu rasakan, ajarkan kepada ibu cara melakukan perawatan payudara, ajarkan kepada ibu cara pemberian kompres daun kubis, beritahu ibu untuk menjaga personal hygiene, beritahu ibu untuk menyusui secara *on demand*, anjurkan ibu untuk mengkonsumsi makanan yang bergizi, anjurkan ibu untuk memenuhi kebutuhan istirahat

tidur, beritahu ibu akan dilakukan kunjungan ulang.

Penatalaksanaan kasus pada Ny. E dengan masalah payudara bengkak dilakukan sesuai dengan rencana asuhan yaitu memberitahu ibu hasil pemeriksaan, menjelaskan tentang keluhan yang ibu rasakan, mengajarkan kepada ibu cara melakukan perawatan payudara, mengajarkan kepada ibu cara pemberian kompres daun kubis, memberitahu ibu untuk menjaga personal hygiene, memberitahu ibu untuk menyusui secara *on demand*, menganjurkan ibu untuk mengkonsumsi makanan yang bergizi, menganjurkan ibu untuk memenuhi kebutuhan istirahat tidur, memberitahu ibu akan dilakukan kunjungan ulang.

Evaluasi asuhan pada kasus Ny. E dengan masalah payudara bengkak dilakukan sejak tanggal 7 Juli sampai 10 Juli 2020 didapatkan hasil ibu sudah mengerti hasil pemeriksaan, ibu sudah mengerti tentang keluhan yang dirasakannya, ibu sudah mengerti tentang perawatan payudara, ibu sudah mengerti tentang cara pemberian kompres daun kubis, ibu sudah mengerti tentang menjaga personal hygiene, ibu sudah mengerti dan telah menyusui secara *on demand*, ibu telah mengkonsumsi makanan yang bergizi, ibu telah memenuhi istirahat tidurnya, ibu sudah dilakukan kunjungan ulang untuk memberikan asuhan. Setelah diberikan asuhan selama 4 hari payudara ibu sudah tidak bengkak lagi.

Pembahasan

Masalah menyusui yang dapat timbul pada masa pasca

persalinan dini (masa nifas atau laktasi) adalah pembengkakan payudara (*breast engorgement*) (Prawirohardjo, 2014). Payudara bengkak terjadi karena ASI tidak disusui dengan adekuat sehingga ASI terkumpul pada sistem duktus yang mengakibatkan terjadinya pembengkakan. Payudara bengkak sering terjadi pada hari ketiga atau keempat sesudah ibu melahirkan. Statis pada payudara dan limfe akan mengakibatkan meningkatnya tekanan intraduktal, yang akan mempengaruhi berbagai segmen pada payudara, sehingga tekanan seluruh payudara meningkat, akibatnya payudara sering terasa penuh, tegang, serta nyeri. Kemudian diikuti penurunan produksi ASI dan penurunan refleks *let down*. Bra yang ketat juga dapat menyebabkan segmental engorgement, demikian pula puting yang tidak bersih dapat menyebabkan sumbatan pada duktus (Soetjiningsih, 2013).

Gejala dari payudara bengkak yaitu payudara yang mengalami pembengkakan sangat sukar disusui oleh bayi, karena kalang payudara lebih menonjol, puting lebih datar dan sukar dihisap oleh bayi. Kulit payudara lebih mengkilap, ibu merasa demam dan payudara terasa nyeri (Soetjiningsih, 2013).

Perempuan beranggapan bahwa pembengkakan payudara merupakan hal yang sudah biasa terjadi pada masa nifas terutama mulai 3 sampai 6 hari pasca salin. Ibu nifas tidak segera memberikan ASI sejak hari pertama dan memberikan susu formula pada bayinya sebagai pendamping ASI. Hal ini menjadi pemicu terjadinya pembengkakan payudara karena

tidak adekuatnya pengosongan payudara oleh bayi dan rasa nyeri saat menyusui mempengaruhi keinginan ibu untuk menyusui.

Penelitian Arora menunjukkan fakta bahwa kebanyakan wanita menyusui mempertimbangkan masalah menyusui menjadi sesuatu yang normal karena sebagian besar kondisi ini dapat diobati. Sebuah studi kualitatif tentang makna perempuan beranggapan bahwa pembengkakan payudara merupakan budaya seperti payudara yang terisi penuh dengan ASI dapat mengagungkan wanita dan ciri mereka sebagai seorang wanita menyusui dan tidak menunjukkan kelainan apapun.

Intervensi untuk meringankan gejala pembengkakan payudara sangat dibutuhkan. Strategi untuk mengurangi pembengkakan payudara secara non farmakologi dapat dilakukan dengan akupunktur, perawatan payudara tradisional (kompres panas dikombinasikan dengan pijatan), daun kubis, kompres panas dingin secara bergantian, kompres dingin dan terapi ultrasound (Artigo, 2012)

Hasil penelitian ini sesuai dengan pendapat Gagandeep, dkk, (2013) salah satu penanganan payudara bengkak yaitu dengan kompres daun kubis. Daun kubis mengandung asam amino metionin yang berfungsi sebagai antibiotik dan kandungan lain seperti *sinigrin* (*Allyl Isothiocyanate*), minyak mustard, magnesium, *Oxalate heterosis* belerang yang dapat membantu memperlebar pembuluh darah kapiler sehingga meningkatkan aliran darah untuk keluar masuk melalui daerah

tersebut dan memungkinkan tubuh untuk menyerap kembali cairan yang terbungkus dalam payudara. Cara pemberiannya yaitu pertama pilih daun kubis berwarna hijau yang masih segar daun kubis dipisahkan satu per satu dan dicuci, daun kubis disimpan di freezer kulkas selama 20 menit. Setelah mengeluarkan daun kubis dari kulkas, urat daun kubis dihancurkan dengan bantuan penggiling agar gel bisa keluar. Daun kubis yang telah dihancurkan letakan pada payudara yang membesar termasuk jaringan yang bengkak di bawah lengan selama 20 menit, diulang 3 kali per hari selama 3 hari berturut-turut.

Berdasarkan dari hasil asuhan yang diberikan kepada Ny. E dengan kompres daun kubis dari tanggal 7-10 Juli 2021 payudara bengkak pada Ny. E sudah teratasi.

Simpulan

Setelah diberikan asuhan dengan kompres daun kubis dari tanggal 7-10 Juli 2021 masalah NY. E yaitu payudara bengkak sudah dapat teratasi, ibu sudah tidak mengeluh payudaranya sakit serta pengeluaran ASI saat ini telah lancar pada hari ke 6 post partum. Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan acuan oleh tenaga kesehatan dalam memberikan asuhan khususnya dalam penanganan payudara bengkak berbasis *evidence base* salah satunya dengan kompres daun kubis.

Daftar Pustaka

Arora S, Vatsa M, Dadhwal. A comparison of cabbage leaves vs Hot and cold Compresses in the treatment of breast engorgement. *Indian J Community Med.* 2008; 33 (3): 160-2

- Artigo De Revisao A. *Non pharmacologic treatment to relieve breast engorgement during lactation: an integrative literature review. Rev. Esc. Enferm. USP vol.46 no.2 Sao Paulo Apr. 2012*
- Astuti, dkk. 2015. *Asuhan Kebidanan Nifas & Menyusui*. Jakarta: Erlangga.
- Gagandeep, dkk. *Efficacy of Cabbage Leaves in Relief of Breast Engorgement among Postnatal Mothers. International Journal of Nursing Education [serial online] 2013 [di unduh 28 maret 2020]; 5(2): 76-79. Tersedia dari URL: <http://www.indianjournals.com/mobile/home.aspx>*
- Kementerian Kesehatan RI. 2018. *Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia 2017*. Jakarta: Badan kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional.
- Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. 2016. *Profil Kesehatan Provinsi Lampung Tahun 2016*
- Prawirohardjo, Sarwono. 2014. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka
- Soetjiningsih. 2013. *ASI: Petunjuk Untuk Tenaga Kesehatan*. Jakarta: EGC.
- Dewi, dan Sunarsih. 2014. *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Jakarta: Salemba Medika