

**PENERAPAN ASUHAN KEBIDANAN BERKELANJUTAN PADA NY.  
W, NY. N, NY. F DI PMB IMELDA, S.ST TULANG BAWANG  
TAHUN 2023**

**Yesika Tusiana<sup>1</sup>, Supriyati<sup>2</sup>, Yetty Dwi Fara<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup>Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Fakultas Kesehatan Universitas Aisyah Pringsewu  
Jl.A Yani No.1A Tambah Rejo Kec.Gading Rejo Kab.Pringsewu-Lampung  
Email: septianingsih13984@gmail.com<sup>2</sup>

**Abstrak**

Meskipun kehamilan, persalinan, dan menopause adalah proses alami, masih ada kemungkinan terjadi kesalahan pada wanita atau bayinya. Kompres payudara hangat sebagai intervensi pasca persalinan bertujuan untuk meredakan nyeri, mempercepat penyembuhan, memperlancar aliran darah, dan merelaksasikan klien dengan memecah jaringan fibrosa dan mengendurkan otot. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah Ny.W dan Ny.F di PMB Imelda,S.ST Kabupaten Tulang Bawang tahun 2023 mengalami penurunan pembengkakan payudara. Studi kasus dan metode deskriptif berdasarkan wawancara dan penelitian arsip merupakan pilihan yang layak untuk mengumpulkan informasi untuk penelitian. Penelitian dilakukan pada tahun 2023 di PMB Imelda, S.ST Kabupaten Tulang Bawang, pada bulan Januari hingga April. Ibu hamil di lingkungan PMB Imelda S.ST Kabupaten Tulang Bawang Tahun 2023 dengan usia kehamilan > 36 minggu menjadi subyek dalam kasus yang diambil. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu nifas yang payudaranya bengkak mengalami pengurangan bengkak tersebut setelah diberikan kompres hangat. Kompres hangat telah terbukti mengurangi nyeri dengan menyempitkan pembuluh darah, menumpulkan sensasi nyeri, dan meredam aktivitas ujung saraf yang berhubungan dengan otot. Saran bagi tenaga kesehatan dapat mendongkrak standar asuhan kebidanan dan memastikan pasien mendapat *continuity of care*.

**Kata kunci :** Pembengkakan payudara, ibu nifas, dan kompres hangat

**Abstract**

*Even though pregnancy, childbirth and menopause are natural processes, there is still a chance that something could go wrong with the woman or her baby. Warm breast compresses as a postpartum intervention aim to relieve pain, accelerate healing, improve blood flow, and relax the client by breaking down fibrous tissue and relaxing muscles. The purpose of this study was to find out whether Mrs.W and Mrs.F at PMB Imelda, S.ST, Tulang Bawang Regency in 2023 experienced a decrease in breast swelling. Case studies and descriptive methods based on interviews and archival research are viable options for gathering information for research. The research was conducted in 2023 at PMB Imelda, S.ST, Tulang Bawang Regency, from January to April. Pregnant women in the PMB Imelda S.ST, Tulang Bawang Regency in 2023 with a gestational age > 36 weeks were the subjects in the cases taken. The results showed that postpartum women whose breasts were swollen experienced a reduction in swelling after being given warm compresses. Warm compresses have been shown to reduce pain by constricting blood vessels, dulling the sensation of pain, and dampening the activity of nerve endings associated with muscles. Suggestions for health workers can boost the standard of midwifery care and ensure that patients get continuity of care.*

**Keywords:** *Breast swelling, postpartum women, and warm compresses*

## PENDAHULUAN

Sebuah layanan yang dikenal sebagai *Continuity of Care* (COC) diberikan ketika bidan menjaga hubungan jangka panjang dengan pasien. Pelayanan kebidanan menjangkau seluruh kehamilan, dari sebelum konsepsi hingga setelah bayi lahir dan setidaknya enam minggu pertama sesudahnya (Legawati, 2018).

Meskipun kehamilan, persalinan, dan menopause adalah proses alami, masih ada kemungkinan terjadi kesalahan pada wanita atau bayinya. Setiap orang rentan terhadap terjadinya patologi. Merupakan tujuan dari semua penyedia layanan, termasuk bidan, untuk memastikan kenyamanan dan keamanan klien mereka setiap saat (Megasari et al., 2018).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh *World Health Organization* (WHO), ada 500.000 kematian ibu per tahun dan 10.000.000 kematian bayi per tahun, yang sebagian besar terjadi pada bayi baru lahir. Hampir semua kematian bayi dan ibu terjadi di negara dunia ketiga. Perdarahan merupakan penyebab langsung kematian pada 42% dari semua kasus kematian ibu. Eklampsia (25%), infeksi (3%), persalinan lama (3%), aborsi (5%) dan penyebab yang tidak ditentukan (22%). Berat badan lahir rendah (BBLR) menyumbang 31% dari kehamilan dan kematian bayi terkait persalinan; penyebab lainnya antara lain asfiksia (19%), hipotermia (6%), diare (4%), infeksi (2%), campak (1%) dan lain-lain. yang lain (36%). Keibuan dan rekan kerja (2017). Ada lima pilar pendukung Tujuan Pembangunan Berkelaanjutan (SDGs) yang bertujuan untuk mewujudkan tiga tujuan besar pada tahun 2030: manusia, planet, kemakmuran, perdamaian, dan kemitraan. Salah satu dari 17 tujuan (tujuan) global yang dirancang untuk menghasilkan hasil yang mengagumkan ini adalah kesehatan dan kebahagiaan.

Ada lima pilar pendukung *Sustainable Development Goals* (SDGs) yang bertujuan untuk mewujudkan tiga tujuan besar pada tahun 2030: manusia, planet, kemakmuran, perdamaian, dan kemitraan. Salah satu dari 17 tujuan (tujuan) global yang dirancang untuk menghasilkan hasil yang mengagumkan ini adalah kesehatan dan kebahagiaan. Untuk mencapai SDG 2 pada tahun 2030, yang bertujuan untuk mengakhiri kematian bayi dan anak di bawah usia lima tahun yang dapat dicegah, Angka Kematian Neonatal harus diturunkan menjadi 12 per 1.000 kelahiran hidup (Badan Penelitian & Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Kelima benang merah tersebut adalah sebagai berikut: membuat keputusan klinis; menyediakan perawatan ibu dan bayi yang penuh kasih; mencegah dan mengobati infeksi; mendokumentasikan perawatan yang diberikan selama persalinan; dan merujuk pasien. Keputusan klinis harus dibuat dalam persalinan terlepas dari apakah ibu telah melahirkan atau tidak, dan apakah kelahiran diharapkan normal atau tidak. Oleh karena itu, pemberi perawatan untuk ibu dan anak harus memprioritaskan pereda nyeri (Santoso et al., 2017). Wulandari dkk. (2016) menemukan bahwa di antara wanita postpartum yang diberikan kompres hangat pada payudara sebagai intervensi, 100% melaporkan merasakan nyeri sebelum intervensi dibandingkan dengan 26,7% yang melakukannya sesudahnya, 50% yang merasakan nyeri, dan 23,3% yang merasakan nyeri hebat. . Sebaliknya, setelah menerima kompres hangat, 46,7% melaporkan nyeri ringan, 30% melaporkan nyeri sedang, 33,3% melaporkan nyeri berat, dan tidak ada yang melaporkan nyeri hebat.

Suhu kulit lokal, sirkulasi, dan metabolisme jaringan dapat dinaikkan dengan kompres hangat. Kejang otot mereda dan toleransi nyeri meningkat dengan penerapan kompres hangat. Kompres hangat (botol air panas) yang diterapkan pada fundus terbukti merangsang rahim dalam sebuah penelitian kecil (Simkin, 2019). Dengan merelaksasi otot yang tegang dan nyeri, kompres hangat diduga dapat meredakan nyeri akibat iskemia (Yati, 2022). Manfaat kompres hangat antara lain relaksasi otot yang tegang, peringangan nyeri, peningkatan aliran darah, dan rasa tenang bagi pasien (Azril, 2019). Intervensi (latihan bola Swiss, pijat, dan mandi air hangat) berlangsung selama 40 menit pada kelompok eksperimen penelitian, seperti dilansir Gallo RBS et al (2018).

Bendungan ASI, khususnya statis pada pembuluh getah bening, akan menyebabkan tekanan intraductal yang mempengaruhi bagian payudara yang berbeda, meningkatkan tekanan di seluruh payudara dan menyebabkan payudara terasa penuh, tegang, dan nyeri meski tidak disertai demam. Ketika payudara terlalu lebar, bayi akan lebih sulit untuk menyusu. Bayi akan mulai minum lebih sedikit, yang dapat menyebabkan dehidrasi dan gejala selanjutnya seperti kulit atau bibir kering, jarang buang air kecil, mata cekung, napas cepat, kelelahan, dan mengantuk. Pemberian ASI yang tidak adekuat dapat menyebabkan mastitis pada bendungan susu (Manuaba, 2013).

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis tertarik memberikan intervensi komplementer berupa Pemberian Kompres Hangat Untuk Penurunan Pembengkakan Payudara Pada Ny. W, Ny. N, Ny. F di PMB Imelda, S.ST Kabupaten Tulang Bawang Tahun 2023.

## METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam asuhan *Continuity of Care* (COC) adalah jenis penelitian Deskriptif dengan menggunakan metode pendekatan studi kasus.

### Jenis Penelitian

Jenis Penelitian menggunakan metode deskriptif dengan menggunakan pendekatan studi kasus yang dilakukan dengan melakukan asuhan kebidanan secara komprehensif

### Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian dilakukan pada tahun 2023 di PMB Imelda, S.ST Kabupaten Tulang Bawang, pada bulan Januari hingga April. Ibu hamil di lingkungan PMB Imelda S.ST Kabupaten Tulang Bawang Tahun 2023.

### Target/subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah ibu hamil usia kehamilan > 36 minggu.

### Data, Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data penelitian bisa dengan studi kasus dan metode deskriptif dengan menggunakan teknik studi kepustakaan dan studi kasus melalui observasi dan wawancara.

### Teknik Analisis Data

Menggunakan jenis pendekatan studi kasus yaitu jenis pendekatan untuk menyelidiki untuk memahami sebuah kejadian atau masalah yang telah terjadi dengan mengumpulkan berbagai macam informasi yang kemudian diolah untuk mendapatkan sebuah solusi agar masalah yang diungkap segera terselesaikan. Teknik analisa data dalam laporan ini yaitu dari wawancara, kemudian melakukan observasi terhadap terapi yang diberikan kepada pasien sesuai dengan

kebutuhan pasien, sehingga masalah dapat terpecahkan.

## **PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil pengamatan KF1 sampai dengan KF4 didapatkan keadaan umum baik, namun saat KF 2, Ny. W, Ny. N , dan Ny. F mengeluh payudara nyeri dan bengkak, terasa sakit dan panas, ditinjau dari pengamatan TFU ketiga pasien mengalami perubahan TFU yang normal, selain itu hasil pengamatan pengeluaran pervaginam ketiga pasien mengalami pengeluaran yang normal dari KF1 sampai dengan KF4. Menurut teori Vivian dan Sunarsih (2017), fundus uteri berada 2 jari di bawah pusat dengan berat 750 gram pada hari pertama nifas.

Keputihan hari pertama diamati lokia rubra. Fundus uteri tidak teraba di atas simfisis dan beratnya 350 gram pada hari ketiga sampai ketujuh postpartum, dan warnanya merah dan kuning serta berisi darah mukus. Sedangkan sekret lochia serosa didapatkan melalui pengamatan sekret vagina.

### **Penatalaksanaan**

KIE nifas bidan untuk ketiga ibu tentang potensi risiko pada masa nifas merupakan asuhannya selama ini. Walyani (2017) menyarankan untuk mewaspadai infeksi seperti nifas, saluran kemih, mastitis, bendungan payudara, infeksi payudara, abses payudara, abses panggul, dan perut, serta peritonitis, infeksi luka perineum, luka perut, dan pendarahan vagina.

Bayi harus disusui sesuai permintaan, seperti yang direkomendasikan oleh bidan. Menurut teori Roesli (2016), ibu hanya perlu memberi makan bayinya setiap beberapa jam sekali daripada dengan jadwal yang ketat karena menyusui dilakukan sesuai permintaan. Ini penting karena pola makan bayi baru lahir tidak menentu selama satu atau dua minggu pertama, tetapi kemudian menjadi stabil.

Selama enam bulan pertama, bidan menyarankan para ibu untuk tidak memberi makan bayinya selain ASI. Mengikuti rekomendasi Toeri Haryono dan Setianingsih (2018), para ibu dianjurkan untuk hanya memberikan ASI kepada bayinya selama enam bulan pertama kehidupan mereka.

Pijat oksitosin digunakan sebagai intervensi untuk merangsang produksi ASI pada Ny. F. Pasokan ASI yang tidak merata dapat diperbaiki melalui penggunaan pijat oksitosin/ASI. Untuk meningkatkan kadar prolaktin dan oksitosin pasca melahirkan, Anda dapat mencoba pijat setelah melahirkan yang bergerak dari pangkal tulang belakang (tulang belakang) ke tulang rusuk kelima atau keenam (Ratuliu, 2018).

Ny W, Ny N, dan Ny F semuanya menggunakan kompres hangat untuk nyeri pembesaran payudara. Nyeri pada payudara merupakan keluhan yang paling sering dialami ibu baru. Soeparno (2023) berpendapat bahwa nyeri adalah pengalaman individu karena hanya orang yang merasakannya yang dapat sepenuhnya memahami dan mengevaluasi tingkat keparahannya. Pendekatan farmakologis dan nonfarmakologis ada untuk pengobatan nyeri. Analgesik memberikan penatalaksanaan farmakologis, sedangkan kompres hangat dan istirahat memberikan penatalaksanaan nonfarmakologis. Penting untuk mempertimbangkan suhu saat melakukan kompres hangat untuk mengurangi nyeri pascapersalinan.

Tamsuri (2016) mencatat bahwa kisaran suhu optimal untuk menerapkan kompres hangat adalah antara 37 dan 41 derajat Celcius, karena suhu di atas kisaran ini dapat membuat tidak nyaman dan mengurangi efek pereda nyeri. Jika suhu kompres antara 18 dan 27 derajat Celcius, kompres dapat membantu mengurangi nyeri tanpa menimbulkan rasa

tidak nyaman atau radang dingin. Putaran pertama kompres hangat harus diterapkan selama 21-25 menit, diikuti putaran kedua kompres hangat selama 10-15 menit, dengan jeda 30 menit di antara putaran.

Telah dibuktikan secara ilmiah bahwa kompres hangat lebih efektif daripada kompres es untuk meredakan nyeri payudara setelah melahirkan. Endorfin, dilepaskan sebagai respons terhadap kompres hangat, memblokir transmisi serabut saraf sensorik A-beta yang lebih besar dan lebih cepat, memungkinkan gerbang impuls nyeri ditutup oleh serat C dan delta-A berdiameter lebih kecil (Potter & Perry, 2016).

Menerapkan bahan dingin ke kulit adalah metode di balik kompres hangat. Psikologi dampak melibatkan penyempitan pembuluh darah, mematikan rasa sakit, dan meredam aktivitas ujung saraf di otot. Saat kompres hangat dioleskan ke payudara ibu menyusui, dia merasa sedikit lega.

Salah satu teknik fisioterapi yang memanfaatkan efek fisiologis dingin untuk meredakan gejala seperti nyeri payudara adalah penerapan kompres hangat. Untuk meredakan nyeri, kompres hangat bekerja dengan cara merangsang lapisan epidermis kulit. Akibat terapi dingin yang diberikan, impuls serat taktil A-Beta akan menjadi lebih dominan, menutup "gerbang" dan menghalangi impuls nyeri. Untuk sementara, setidaknya, Anda tidak akan merasakan sakit sebanyak itu.

## KESIMPULAN

Hasil asesmen nifas yang didapatkan dari ibu mengungkapkan bahwa ibu pernah mengalami pembengkakan payudara, nyeri payudara, dan kemerahan pada payudara.

Perawatan dengan kompres hangat paling efektif bila diterapkan pada suhu antara 37

dan 41 derajat Celcius; lebih tinggi, dan pasien mungkin mengalami ketidaknyamanan tanpa penghilang rasa sakit yang nyata. Kompres hangat harus diterapkan selama 20-25 menit, kompres dingin selama 10-15 menit, dan setidaknya 30 menit harus melewati antara aplikasi.

Menurut penilaian, tingkat ketidaknyamanan pasien akan berkurang atau hilang sama sekali. Perbandingan hasil asuhan yang diberikan sesuai dengan teori dan penelitian berbasis bukti yang telah dilakukan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu nifas yang payudaranya bengkak memberikan respon positif terhadap kompres hangat. Kompres hangat terbukti efektif untuk mengurangi nyeri. Efek fisiologis termasuk penyempitan pembuluh darah, rasa sakit yang tumpul, dan meredam aktivitas ujung saraf otot.

## SARAN

Dapat menjadikan sebagai salah satu wadah untuk tukar pikiran dalam memperoleh ilmu baik dari mahasiswa ke tempat praktek ataupun sebaliknya dari tempat praktek ke mahasiswa dalam upaya peningkatan mutu pelayanan kebidanan *continuity of care*

## DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, S. A. P., Saputri, N., & Nurjanah, N. (2022). Pengaruh Pemberian Teknik Kompres Hangat Terhadap Kelancaran Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum. *Prepotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(3), 1834-1838.
- Agnesti. 2019. *Prenatal yoga Praktis*. Yogyakarta:Medpres
- Amelia, C. (2018). Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny.“S” G4p3a0 38 Minggu Kehamilan Normal di PMB Lilis Suryawati, S. St, M. Kes Desa Sambong

- Dukuh Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang.
- Aslina dan Febrianti. (2019). *Teori dan Implementasi Dalam Pelayanan Kebidanan*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press
- Dartiwen. 2019. *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Yogyakarta: Cv Andi Offset
- Fitriyana Yuni. 2018. *Asuhan Persalinan*. Yogyakarta. Pustaka Baru Press
- Hartini. 2019. *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Malang : Wineka Media
- Jeipi Norma. 2019. *Pengantar Asuhan Kebidanan*. Jakarta. CV Trans Info Media.
- Kemenkes RI. 2023. *Profil Kesehatan Indonesia 2023*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Kusumawati. 2019. *Bugar Dengan Senam Hamil*. Sidoharjo: Zifatama Jawarah
- Kurniasih. 2019. *Pengaruh Prenatal yoga Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil*. Jurnal Kesehatan. Vol.10 No.1. DOI: <http://dx.doi.org/10.38165/jk>
- Legawati. 2018. *Asuhan Persalinan Dan Bayi Baru Lahir*. Malang: Wineka Media
- Mutmainnah Annisa, Herni Johan,dkk .2017. *Asuhan Persalinan Normal Dan Bayi Baru Lahir*. Yogyakarta : ANDI (Anggota IKAPI)
- Nardina,dkk. 2023. *Etikolegal Dalam Praktik KebidananI*. Medan : Yayasan Kita Menulis
- Ningsih Andriya. 2017. *Continuity Of Care Kebidanan Midwifery Continuity Of Care*. Oksitosin,Kebidanan. Vol.IV.2 hal 67-77
- Nurasiah Ai. (2019). *Asuhan Persalinan Normal Bagi Bidan*.Kuningan : Rafika Aditama
- Patiran, M. (2022). Perbedaan efektivitas pemberian kompres lidah buaya (*Aloe vera*) dan kompres daun kubis dingin terhadap intensitas nyeri pada payudara ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Klasaman Kota Sorong. *Jurnal Kebidanan Sorong*, 2(1).
- Pramesthi, N. D., & Kurniawati, R. (2023). Kompres Panas Untuk Menurunkan Skala Nyeri Dan Pembengkakan Payudara (Breast Engorgement) Pada Ibu Menyusui. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Dan Kesehatan Alkautsar (Jikka)*, 2(1), 18-25.
- Pratiwiningsih, dkk. 2023. *Asuhan Kebidanan Persalinan Dan Bayi Baru Lahir*. Jawa Barat: Cv Jejak Anggota Ikapi
- Pitriani Dan Rika 2018. *Asuhan Kebidanan Ibu Nifas Normal*. Yogyakarta. Deepublish
- Proverawati atika. 2018. *Anemia dan anemia kehamilan*. Yogyakarta : Nuha Mediak
- Rosida Dkk. 2023. *Solusi Low Back Pain Pada Kehamilan Dengan Terapi Akupuntur Auricular*. Malang. PT Cita Intrans Selaras
- Rukiah, Ai Yeyeh. Dkk. 2016. *Asuhan Kebidanan I Kehamilan Edisi Revisi*. Jakarta: Trans Info Media
- Sari, S. P., Fatimah, T., & Rismawati, R. (2021). Pengaruh Kompres Daun Kobis Terhadap Nyeri Payudara Pada Ibu Postapartum Di Klinik Murniati. *Jurnal Kebidanan*, 139-148.
- Sutanto, A. V. (2018). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui Teori dalam Praktik Kebidanan Profesional*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press
- Sulfianti,Dkk. 2023. *Asuhan Kebidanan Pada Persalinan*. Medan. Yayasan Kita Menulis

- Umiyah. 2023. *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan.* Bogor. Get Pres
- Wulandari,Dkk. 2023. *Asuhan Kebidanan Kehamilan.* Bandung. Penerbit Media Sains Indonesia
- Yuliani, Dkk. 2023. *Asuhan Kehamilan.* Medan: Yayasan Kita Menulis
- Yulianti. 2019 *Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir.* Makasar : Cendikia Publisher
- Yunita. 2019. *Penggunaan Kontrasepsi Dalam Praktik Klinik dan Komunitas.* Malang : UB Pres

Watelain E, Pinti A, Doya R, Garnier C, Toumi H, Boudet S. Benefits of physical activities centered on the trunk for pregnant women. *Phys Sportsmed.* 2017 Sep;45(3):293-302.  
doi: 10.1083/00913847.2017.1351286.  
Epub 2017 Jul 27. PMID: 28678599.