

# ON\_FARMAKOLOGIS\_TERHADAP P\_BREAST\_ENGORGEMENT\_- \_Yunica\_Nilam\_S.pdf

*by*

---

**Submission date:** 08-Jun-2022 02:35PM (UTC+0700)

**Submission ID:** 1852814161

**File name:** ON\_FARMAKOLOGIS\_TERHADAP\_BREAST\_ENGORGEMENT\_-Yunica\_Nilam\_S.pdf (661.19K)

**Word count:** 7895

**Character count:** 49325



## **LITERATURE REVIEW : INTERVENSI NON FARMAKOLOGIS TERHADAP BREAST ENGORGEMENT PADA IBU POST PARTUM**

**Bernadeta Novita Septiani<sup>1\*</sup>, Anggorowati<sup>1</sup>, Muhammad Nur<sup>2</sup>, Muflihatul Muniroh<sup>3</sup>**

Departemen Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro, Jl. Prof. Sudarto No.13, Tembalang, Kota Semarang, Jawa Tengah, Indonesia 50275

<sup>2</sup>Departemen Fisika Plasma, Fakultas Fisika Plasma, Universitas Diponegoro, Jl. Prof. Sudarto No.13, Tembalang, Kota Semarang, Jawa Tengah, Indonesia 50275

<sup>3</sup>Departemen Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro, Jl. Prof. Sudarto No.13, Tembalang, Kota Semarang, Jawa Tengah, Indonesia 50275

\*[novitasmart.80@gmail.com](mailto:novitasmart.80@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Salah satu permasalahan pada ibu nifas adalah bendungan ASI, hal ini terjadi karena banyak faktor dari ibu maupun bayinya. Jika bendungan ASI tidak ditangani dengan segera, akan beresiko terjadinya mastitis dan abses pada payudara sehingga diperlukan tindakan segera untuk mengatasi permasalahan tersebut. Pada saat ini masyarakat cenderung memilih penatalaksanaan non farmakologis sebagai upaya pengobatan mandiri, sehingga perlu adanya *literatur review* informasi tersebut. Pencegahan non farmakologis dapat dilakukan secara mandiri dan segera dilakukan oleh ibu menyusui. Tujuan adalah mendeskripsikan intervensi untuk mengurangi keterlibatan payudara melalui pendekatan non-farmakologis. Metode yang digunakan adalah studi *literature review*. Teknik yang digunakan dengan melakukan analisis tentang intervensi non farmakologi yang digunakan untuk menurunkan skala *breast engorgement* dan sintesa intervensi keperawatan non farmakologi yang efektif untuk menurunkan skala *breast engorgement* pada ibu post partum. Database yang digunakan melalui proses pencarian yang berasal dari *PubMed*, *Science Direct*, *Google Scholar*, *Scopus*, *ProQuest*, *Spinger Link*, dan *JSTOR*. *Search engine* pencarian artikel adalah pembengkakan payudara atau *breast engorgement*, nifas atau *post partum*, intervensi non farmakologi atau *non pharmacological intervention* yang berfokus pada judul. Penelitian ini mengambil data tahun 2010-2020. Analisis sintetik dari tinjauan pustaka menjelaskan bahwa daya yang mempengaruhi persepsi ibu menyusui dan upaya intervensi non farmakologis diperlukan oleh ibu postpartum dengan pembengkakan payudara. Intervensi non farmakologis untuk mengurangi pembengkakan payudara terdiri dari: perawatan payudara; penggunaan jarum suntik terbalik; pengobatan tradisional cina; kompres daun kubis; kompres dingin; kompres hangat; minyak zaitun; tumbuhan semacam tumbuhan, tumbuhan daun krokot, tumbuhan ragi katu; bola kompres herbal; pengasuhan biologis, pijat laktapuntur; dan praktek tradisional.

Kata kunci: non farmakologis; pascapersalinan; pembengkakan payudara

## **LITERATURE REVIEW: NON PHARMACOLOGICAL INTERVENTION OF BREAST ENGORGEMENT IN POST PARTUM MOTHER**

### **ABSTRACT**

*One of the problems for postpartum mothers is breast engorgement due to many factors, both from the mother and the baby. If breast engorgement is not treated immediately, there is a risk of mastitis and abscess in the breast so that immediate action is needed to overcome these problems. Currently, people tend to choose nonpharmacological intervention as an independent treatment effort, so there is a need for a literature review on this information. Nonpharmacological prevention can be done independently and immediately carried out by breastfeeding mothers. This study aimed to describe interventions to reduce breast involvement through a non-pharmacological approach. This study used literature review method. This study analyzed the nonpharmacological intervention which was effective to reduce the scale of breast engagement of postpartum mothers. This study used the database of PubMed, Science Direct, Google Scholar, Scopus, ProQuest, Spinger Link, and JSTOR.*

*The keywords were breast engorgement, post partum, and non pharmacological intervention focused on the title. The data were taken in 2010-2020. The synthetic analysis explained the power affecting the perception of breastfeeding mothers and nonpharmacological intervention efforts required by postpartum mothers with breast engorgement. Nonpharmacological intervention to reduce breast engorgement consists of: breast care; use of inverted syringe; traditional Chinese medicine; cabbage leaves compress; cold compress; warm compress; olive oil; purslane leaves, yeast katu; herbal compress ball; biological care, lactapuncture massage; and traditional practices.*

*Keywords: breast engorgement; non pharmacological; postpartum*

## PENDAHULUAN

Masa *nifas* atau *puerperium* atau post partum merupakan kondisi perempuan mengalami pemulihan atau adaptasi sistem reproduksi seperti kondisi hamil dan membutuhkan waktu 6-8 minggu serta mengalami adaptasi fisiologis yang salah satunya terjadi pada payudara adalah dimulainya proses menyusui atau laktasi. (Karjatin, 2016; Reeder Sharon.J, Martin Leonide.L, 2012) Pada masa laktasi penting sebagai indikator pencapaian kesehatan ibu dan anak. Adaptasi psikologis yang mempengaruhi kondisi emosional ibu.

Adaptasi fisiologis dan psikologis pada ibu post partum tersebut mempengaruhi tingkat kenyamanan ibu selama masa laktasi. Proses laktasi dijelaskan sebagai gabungan kerja hormon prolaktin dan oksitosin, refleksi *let-down*, stimulasi isapan bayi. Kondisi keseimbangan produksi oksitosin dan prolaktin akan mempertahankan proses laktasi yang baik sehingga bayi akan mendapatkan ASI secara eksklusif. Kondisi pengeluaran oksitosin yang tidak lancar akan menghambat pengeluaran susu pada ibu sehingga bisa memperparah kondisi *breast engorgement* yang bisa mengakibatkan ketidaknyamanan pada ibu post partum. (Ratnawati, 2017; Reeder Sharon.J, Martin Leonide.L, 2012; Roberta F.D, 2014). Pada ibu post partum kondisi *breast engorgement* bisa disebabkan karena pengosongan payudara yang tidak sempurna, posisi bayi saat menyusui yang kurang tepat, anatomi puting susu yang terbenam atau terlalu panjang. Manifestasi klinis yang terjadi pada *breast engorgement* antara lain : payudara membengkak, payudara terasa keras dan tegang, payudara terasa panas, payudara berwarna kemerahan serta muncul rasa ketidaknyamanan nyeri pada payudara apalagi ketika tersentuh atau ditekan. (Ratnawati, 2017).

Di Indonesia pemberian (Air Susu Ibu) ASI eksklusif belum mencapai 100 persen karena masih ada beberapa ibu yang mengalami gangguan saat laktasi, salah satunya *breast engorgement* yang dialami ibu post partum. Menurut penelitian Indrani menyampaikan hasil bahwa dari total sampel 90 ibu post partum, terdapat 59-68 ibu menyusui mengalami *breast engorgement* (65-75 persen ). (D. Indrani, 2019) Ibu post partum mempunyai keinginan untuk bisa memberikan ASI pada bayinya tanpa mengalami kondisi *breast engorgement*. Fenomena yang ditemukan pada hari 2-4 post partum, ibu mengalami bendungan dan pembengkakan payudara yang disertai rasa nyeri (*breast engorgement*) karena terjadi sumbatan pada duktus laktiferus. Sembilan puluh persen ibu primipara mengalami pembengkakan payudara (*breast engorgement*) dan empat puluh persen pada ibu post partum. (D. Indrani, 2019) *Breast engorgement* adalah kondisi payudara membengkak akibat produksi Air Susu Ibu (ASI) berlebih dan tidak dikeluarkan secara sempurna sehingga terjadi pembendungan ASI yang terjadi akibat peningkatan aliran vena dan limfe pada payudara dalam masa menyusui. (Karjatin, 2016; Reeder Sharon.J, Martin Leonide.L, 2012) *Breast engorgement* merupakan penyebab utama dalam masalah atau gangguan laktasi. (D. Indrani, 2019)

*Breast engorgement* adalah kondisi payudara membengkak akibat produksi ASI berlebih dan tidak dikeluarkan secara sempurna sehingga terjadi pembendungan ASI yang terjadi akibat

peningkatan aliran vena dan limfe pada payudara dalam masa menyusui. Kondisi *breast engorgement* bisa mengakibatkan ketidaknyamanan pada ibu post partum. (Ratnawati, 2017; Reeder Sharon.J, Martin Leonide.L, 2012; Roberta F.D, 2014). Selain memperhatikan pengaruh ketidaknyamanan ibu post partum karena *breast engorgement*, perawat perlu memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya *breast engorgement*. Faktor yang mempengaruhi antara lain: ASI tidak segera keluar, terlambat menyusui, nyeri saat menyusui, *inverted nipple* sehingga bayi mengalami kesulitan menghisap, posisi menyusui yang kurang benar, kurangnya dukungan dari keluarga, stres peran baru. Pada jaringan payudara beberapa perempuan saat palpasi dilakukan pada hari 2-3 post partum dapat ditemukan ketidaknyamanan nyeri pada payudara seiring dimulainya produksi ASI. (Ratnawati, 2017) Moumita menjelaskan dalam penelitiannya bahwa ibu post partum mengalami nyeri rata-rata skala nyeri berat (6-8) dan skala nyeri sedang (3-5). (Manna, 2016a) Sedangkan pada hari ke 3-4 post partum bisa terjadi *breast engorgement*. Payudara akan teregang atau bengkak, keras, muncul rasa nyeri jika ditekan, dan hangat jika diraba. Kondisi tersebut akibat kongesti pembuluh darah. (Lim, Song, Hur, Lee, & Lee, 2015; Novita, 2011; Ratnawati, 2017).

Kondisi yang mempengaruhi *breast engorgement* seperti usia, kecemasan, dukungan keluarga dan pengalaman masa lalu pada ibu post partum. Kecemasan merupakan perasaan yang dirasakan responden dimana seseorang merasa ketakutan atau kehilangan kepercayaan diri dan bisa meningkatkan ketidaknyamanan. Ibu post partum yang mengalami *breast engorgement* memerlukan dukungan dari keluarga dalam menjalani masa menyusui bayinya. Dukungan keluarga mampu memberikan suasana relaksasi bagi ibu post partum. Pada kondisi ibu yang mengalami relaksasi atau berada dalam suasana bahagia, maka *hormone endorpine* dilepaskan dan mampu memberikan rasa nyaman pada ibu post partum. (Cadwell, 2011) Berdasarkan penelitian yang dilakukan Syamson diperoleh data 30% ibu post partum mengalami *breast engorgement* ringan memiliki motivasi atau *support* yang baik, 20% memiliki motivasi kurang. Hasil lainnya 0% ibu post partum mengalami *breast engorgement* berat memiliki motivasi atau *support* yang baik dan 50 % memiliki motivasi atau *support* kurang. (Syamson, 2017).

Dampak jika *breast engorgement* tidak ditangani akan terjadi mastitis dan abses pada payudara yang akan mempengaruhi tumbuh kembang pada bayi. (Ratnawati, 2017; WHO, 2019) Penelitian yang dilakukan oleh Berens mengeksplorasi tentang komplikasi menyusui termasuk lecet atau nyeri pada puting susu, *breast engorgement*, mastitis dan abses payudara. (Berens, 2015; Cunningham, F.G., J.L., Steven, L.B., Catherine, Y.S., Jodi, S.D., Barbara, L.H., Brian., M.C., dan Jeanne, 2014). Kondisi *breast engorgement* yang dialami pasien membutuhkan penanganan intervensi oleh perawat. Perawat merupakan tenaga kesehatan yang diharapkan mampu memberikan pelayanan kesehatan secara promosi, preventif, kuratif dan rehabilitatif sehingga mampu meningkatkan derajat kesehatan pasien. Intervensi keperawatan mandiri non farmakologis secara promosi atau preventif bisa dipertimbangkan menjadi pilihan untuk membantu memandirikan pasien dalam mengatasi masalah *breast engorgement* pada ibu post partum. Berdasarkan uraian tersebut diperlukan gambaran beberapa intervensi non farmakologis untuk menurunkan skala *breast engorgement*, sehingga perlu dilakukan *literature review* terkait efektivitas masing-masing. *Literature review* ini mempunyai tujuan mendeskripsikan dan menyampaikan informasi tentang intervensi non farmakologi terhadap *breast engorgement* pada ibu post partum.

## METODE

Metode yang digunakan dalam penulisan ini adalah studi *literature review*. Metode ini diawali dengan (1) melakukan analisis tentang intervensi non farmakologi yang digunakan



untuk menurunkan skala *breast engorgement* ,(2) sintesa intervensi keperawatan non farmakologi yang efektif untuk menurunkan skala *breast engorgement* pada ibu post partum.

Database yang digunakan pada penyusunan *literature review* menggunakan beberapa artikel melalui proses pencarian yang berasal dari *PubMed*, *Science Direct*, *Google Scholar*, *Scopus*, *ProQuest*, *Spinger Link*, dan *JSTOR*. *Search engine* pencarian artikel adalah pembengkakan payudara atau *breast engorgement*, nifas atau *post partum*, intervensi non farmakologi atau *non pharmacological intervention* yang berfokus pada judul. Tahun penerbitan artikel yang digunakan untuk penyusunan penulisan *literature review* terdiri dari artikel dan dari buku mulai tahun 2010-2020. Hasil penelusuran mendapatkan 20 artikel yang terdiri dari *PubMed* 3 artikel, *Science Direct* 2 artikel, *Google Scholar* 6 artikel, *Scopus* 3 artikel, *ProQuest* 2 artikel, *Spinger Link* 1 artikel, dan *JSTOR* 3 artikel. Artikel yang dibahas dalam kajian *literature* yang didapatkan *open access*, relevan dan *free fulltext* dengan tema intervensi non farmakologi pada ibu post partum dengan *breast engorgemen*.

## HASIL

Intervensi non farmakologis untuk menurunkan skala *breast engorgement* dari hasil *literature review*, antara lain: *breast care* atau perawatan payudara bisa membantu ibu post partum mengurangi bendungan di vena dan pembuluh getah bening dalam payudara. Ketika dilakukan *breast care* terdapat tindakan pijatan lembut pada payudara yang dapat menginduksi refleksi ejeksi susu dimana terjadi mobilisasi susu dan karenanya dapat mengurangi gejala *breast engorgement*. (Cho, Ahn, Ahn, Lee, & Hur, 2012; Lim et al., 2015; Reeder Sharon.J, Martin Leonide.L, 2012) Menurut penelitian yang dilakukan Mona, penggunaan *syringe* terbalik untuk membantu puting adalah teknik yang sederhana, non farmakologi yang mudah dan aman yang terbukti mampu membantu meningkatkan praktik menyusui ibu yang memiliki puting payudara tidak menonjol dan gangguan dalam proses laktasi dengan adanya pembengkakan payudara.(Nabulsi, Ghanem, Abou-Jaoude, & Khalil, 2019) Penggunaan *syringe* terbalik bisa diberikan ketika perawatan payudara atau *breast care*. Pendekatan neurobehavioral direkomendasikan dalam meningkatkan kemampuan *exclusive breastfeeding*. *Biological nurturing* adalah pemberian air susu yang mendorong perempuan untuk menyusui dalam posisi santai dan relax. Pendekatan ini berpotensi mengurangi masalah payudara seperti nyeri, pembengkakan, dan membuat perlekatan lebih baik dan mudah dilakukan ibu post partum yang mengalami masalah *breast engorgement*.(Milinco et al., 2020).

Intervensi non farmakologi *Traditional Chinese Medicine* (TCM). Akupunktur merupakan stimulasi titik akupunktur tertentu disepanjang kulit tubuh dengan jarum akupunktur diyakini, menurut *Traditional Chinese Medicine* (TCM) untuk meringankan hambatan atau obstruksi dalam aliran energy sehingga memungkinkan tubuh mengalami keseimbangan dan sembuh, memperbaiki mikro-sirkulasi dan aliran susu. (Mangesi & Dowswell, 2014) Terapi gesekan (Gua-Sha) merupakan cara stimulasi titik akupunktur menggunakan gerakan gesekan pada kulit, diyakini menurut *Traditional Chinese Medicine* (TCM) dapat meningkatkan sirkulasi dan metabolisme dengan menghilangkan hambatan atau obstruksi dan *revitalisasi* meridian. Dalam TCM terdapat 14 saluran energi yang dikenal sebagai meridian dan mengalir diseluruh tubuh. Meridian yang melintas tepat dibawah permukaan kulit dapat menunjukkan titik akupunktur. Terapi ultrasonik termal (*continous*). Perawatan ini dapat memfasilitasi pengeluaran ASI dari kondisi *breast engorgement* dengan pengeluaran ASI dari payudara yang membesar dengan mengoptimalkan refleksi *let-down* sehingga terjadi pengurangan rasa nyeri dan keras pada payudara yang bengkak. (Mangesi & Dowswell, 2014). *Cold pack* merupakan aplikasi dingin non farmakologi yang mampu menenangkan dan dapat

mengurangi aliran darah ke kulit oleh vasokonstriksi dan akan mengurangi *breast engorgement*.(Manna, 2016a; Witt, Bolman, Kredit, & Vanic, 2016; Wong et al., 2017a) Kompres dingin menginduksi vasokonstriksi sehingga mengurangi nyeri dan bengkak. Kompres dingin dapat dilakukan lebih efektif dalam mengurangi pembengkakan payudara dalam mengurangi skor intensitas nyeri payudara pasca persalinan.(Manna, 2016a; Wong et al., 2017a)

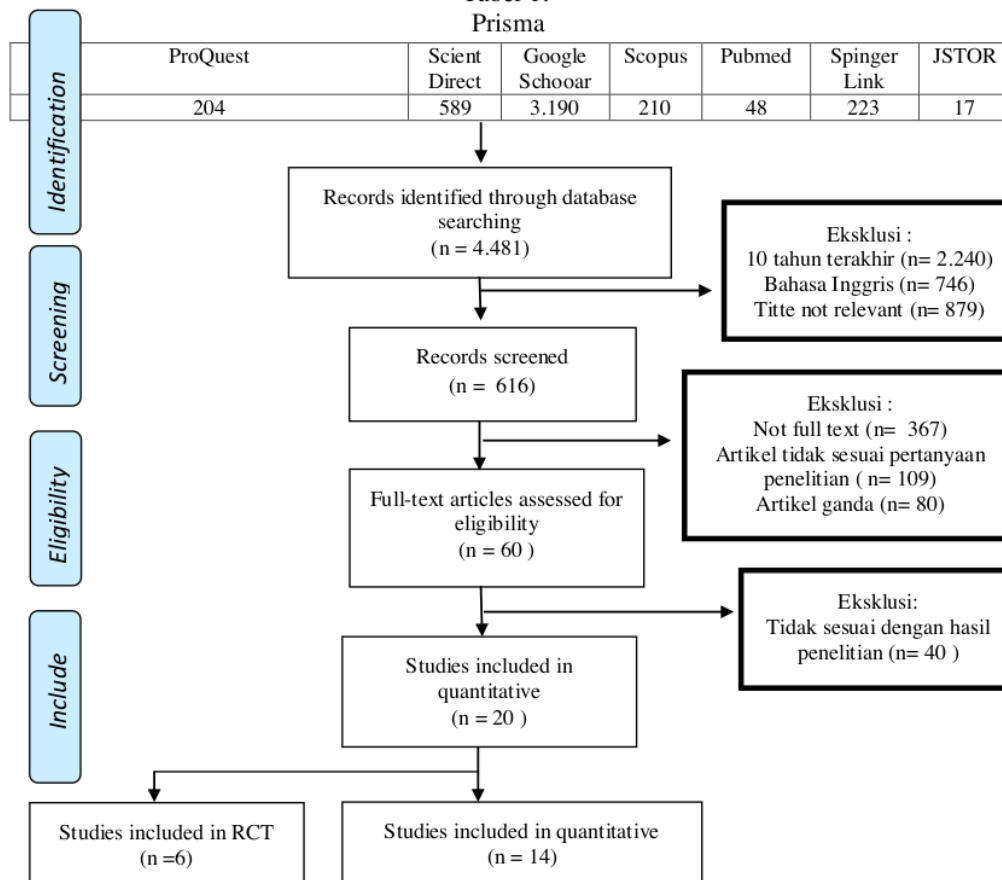
Intervensi non farmakologi lainnya adalah kompres daun kubis. Daun kubis diketahui mengandung sulfur yang diabsorpsi kulit payudara ibu sehingga akan mampu mengurangi bengkak payudara dan meningkatkan aliran ASI.(Mangesi & Dowswell, 2010; Wong et al., 2017a; Zagloul, Naser, & Hassan, 2020) Penelitian Wong (2017) menjelaskan ada pengaruh kompres daun kubis dingin sebagai upaya non-farmakologis yang berhasil menurunkan skala *breast engorgement* ibu post partum.(Wong et al., 2017a) Penelitian Nina menyampaikan hasil ada perbedaan efektifitas daun kubis dingin dengan perawatan payudara.(Zuhana, 2017) Daun kubis yang dipakai bisa dipertimbangkan perlu diberi perlakuan ozonisasi. Penelitian menyampaikan bahwa ozon mempunyai manfaat dalam sistem penyimpanan dingin baru yang dapat memperlambat mekanisme hidrolisis dan oksidasi, sehingga dapat memperpanjang daya simpan sayuran atau daging.(Rahmahidayati et al., 2014) Lyu (2016) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa ozon mampu meningkatkan kualitas daging sapi kemasan vakum serta mampu menghambat pertumbuhan mikroba.(Lyu, 2016) Penelitian yang dilakukan oleh Ikfi menjelaskan bahwa sifat molekul ozon dapat menonaktifkan bakteri, jamur, parasit dan virus. Penggunaan ozon selama penyimpanan dingin dengan berbagai metode pada produk perikanan meningkatkan mutu kesegaran.(Rahmahidayati et al., 2014). Penggunaan kompres hangat pada payudara yang membengkak dapat meningkatkan vasodilatasi, dan meningkatkan sirkulasi, dan volume ASI di payudara.(El-Saidy & Aboushady, 2016; Manna, 2016b; Patil et al., 2014) Penelitian dilakukan untuk menghubungkan kegunaan topikal kompres dingin dan panas secara bergantian dengan daun kubis beku untuk pengobatan pembengkakan payudara. Mereka menyebutkan bahwa setiap perlakuan diaplikasikan selama 30 menit 3 kali sehari selama 2 hari. Kedua pengobatan tersebut efektif dalam mengurangi nyeri dan pembengkakan. Hasil penelitian Tawheda (2015) menyimpulkan bahwa kompres panas dan dingin lebih efektif daripada daun kubis.(El-Saidy & Aboushady, 2016).

Intervensi non farmakologi beberapa herbal menjelaskan mampu menurunkan skala pembengkakan payudara pada ibu post partum. Penelitian Priyanka memberikan hasil bahwa aplikasi pijat minyak zaitun terbukti efektif dalam mengurangi pembengkakan payudara dan masalah nyeri payudara pada ibu post partum.(Chaudhary, 2020) Ada pula intervensi herbal lainnya menggunakan daun *hollyhock*. Pengobatan herbal menggunakan daun *hollyhock* terbukti direkomendasikan sebagai pengobatan alternative untuk mengatasi masalah kesehatan payudara pada ibu menyusui. Ekstrak daun *hollyhock* dari daun ini merangsang fagositosis dan pelepasan radikal oksigen dan leukotrine untuk menginduksi melepaskan sitokin serta memiliki efek anti inflamasi.(Khosravan, Mohammadzadeh-Moghadam, Mohammadzadeh, Fadafen, & Gholami, 2017) Penelitian Ernawati menjelaskan bahwa daun krokot merupakan tumbuhan yang dapat digunakan sebagai obat tradisional untuk pengobatan penyakit kulit, nyeri, dan bengkak yang mengandung beberapa beta kompleks vitamin yang mampu menurunkan pembengkakan payudara. Daun krokot dengan kombinasi terapi breast care mampu memberikan efek peningkatan yang baik pada proses laktasi.(Nurjanah, 2019) Herbal *Katu-Yeast* juga membuktikan bahwa kandungan pada ramuan *Katu-Yeast* diantaranya efedrin yang memberikan efek pada penyumbatan saluran duktus payudara sehingga air susu dapat menjadi lancar serta kandungan analgetik yang dapat mengurangi nyeri pada payudara.(Susilawati, I Gusti Ayu Karnasih, 2016) Penelitian Ketsuwan menjelaskan bahwa

bola kompres herbal hangat bisa membantu mengatasi breast engorgement. Bola kompres herbal memiliki berat 250gram dan mengandung herbal kering yang terdiri dari : *Z. cassumunar* Roxb. rhizomes (90.5 g), *C. longa* L. rhizomes (18.2 g), *Cymbopogon citratus* (DC) Stapf leaves and leaf sheaths (18.2 g), *Acacia concinna* (Willd.) DC leaves (18.2 g), *Tamarindus indica* L. leaves (54.3 g), *Citrus hystrix* DC peels (36.2 g), *Blumea balsamifera* (L.) DC leaves (5.4 g), salt (3.6 g), and camphor (5.4 g). (Ketsuwan, Baiya, Paritakul, Laosooksathit, & Puapornpong, 2018).

Praktik tradisional yang dilakukan adalah dengan cara tradisional untuk mengatasi masalah pembengkakan pada payudara ibu post partum. Teknik yang dipakai pijatan atau akupresure menggunakan pomade lansolin, diikuti dengan pembuangan ASI berlebih dengan pompa atau manual selanjutnya mengoleskan ASI sendiri pada puting susu, menggunakan aplikasi minyak zaitun dan aplikasi air hangat serta ada juga menggunakan aplikasi minyak almond atau kenari. (Karatay & Gurarslan Baş, 2018) Penelitian lain menjelaskan tentang terapi *lactapuncture massage* yang terbukti mempengaruhi kadar hormon prolaktin pada ibu primipara. Teknik pijatan *laktapuncture* dilakukan 2-3 kali searah jarum jam di setiap titik selama 7x berturut-turut mampu meningkatkan kadar hormon prolaktin dan produksi ASI serta mengurangi pembengkakan payudara. Teknik *laktapuncture dikerjakan* berdasarkan aspek fisik- psikologis sebagai terapi komplementer terutama pada ibu primipara. (Patimah, Mashoedi, & Hadisaputro, 2019)

Tabel 1.  
Prisma



Tabel 2.  
Hasil Pencarian literature Review

No	Author	Title	Aim	Design of study	Results	Conclusions
1	A-Reum Lim, Lagu Ji-Ah, Myung-Haeng Hur, Mi-Kyung Lee, Myeong Soo Lee(Lim et al., 2015)	<i>Cabbage Compression Early Breast Care on Breast Engorgement in Primiparous Women After Cesarean Birth: a Controlled Clinical Trial</i>	Penelitian ini bertujuan untuk membandingkan efek perawatan payudara dengan kompres kubis pada nyeri payudara pada perempuan primipara setelah melahirkan dengan operasi.	<i>Quantitative study</i>	Hasil penelitian menunjukkan nyeri dan kekerasan payudara membaik dan menunjukkan tingkat nyeri yang jauh lebih rendah pada hari keempat setelah melahirkan. Ada perbedaan signifikan antara kekerasan payudara pada tiga kelompok.	Kompres kubis mungkin efektif dalam mengurangi nyeri dan kekerasan (bengkak) payudara pada ibu primipara yang bersemangat dalam melakukan proses menyusui setelah proses melahirkan dengan operasi.
2	Sukwadee Ketsuwan, Nongyao Baiya, Panwara Paritakul, Wipada Laosooksathit, and Pawin Puaporn Pong(Ketsuwan et al., 2018)	<i>Effect of Herbal Compresses for Maternal Breast Engorgement at Postpartum: A Randomized Controlled Trial</i>	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efek kompres herbal terhadap pembengkakan payudara pasca melahirkan.	RCT	Karakteristik dasar dari kedua kelompok serupa kecuali skor nyeri pembengkakan payudara dan ada perbedaan rata-rata yang signifikan secara statistik dari nyeri sebelum dan sesudah pengobatan kompres herbal dan kompres hangat serta tidak komplikasi serius yang ditemukan setelah pengobatan kompres herbal ini. Pengurangan nyeri yang diperoleh dari kompres herbal akibat reaksi dari komponen-komponen tumbuhan rimpang yang bersifat antiradang dan efek analgetik.	Ibu postpartum yang mengalami pembengkakan payudara, kompres herbal dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri dan ketidaknyamanan payudara. Namun, efek yang mungkin timbul pada beberapa payudara adalah ditemukannya iritasi kulit yang diakibatkan oleh reaksi alergi terhadap beberapa tumbuhan herbal.
3	Nik Farah Nik Yusof Fuad, Siew Mooi Chin, Dayangku Hayaty Awg Dzulkarnain, Ai Theng Cheong and Zainul Amiruddin Zakaria(Nik Yusof Fuad, Ching, Awg Dzulkarnain, Cheong, & Zakaria, 2020)	<i>Complementary Alternative Medicine Use among Post Partum Mothers in a Primary Care Setting: a Cross-Sectional Study in Malaysia</i>	Penelitian ini bertujuan untuk menentukan prevalensi dan faktor yang terkait dengan penggunaan Complementary Alternative Medicine (CAM) pada ibu post partum di klinik perawatan primer yang ada di Malaysia.	<i>Quantitative study</i>	Prevalensi penggunaan CAM pada ibu postpartum adalah 85,5 persen. Terapi manipulatif tubuh, pijat, refleksologi, kompresi batu panas dan <i>body wrapping</i> adalah metode CAM paling banyak digunakan (84,1 persen) dan diikuti terapi berbasis biologis (33,1 persen).	Penggunaan CAM pada ibu post partum merupakan pilihan ibu post partum diikuti dengan terapi berbasis biologi. Namun penelitian ini menunjukkan bahwa lebih dari sebagian ibu yang mengkonsumsi jamu melaporkan ikterus neonatal pada bayi mereka.



No	Author	Title	Aim	Design of study	Results	Conclusions
4	Moumita Manna, Lily Podder, Sujita Devi(Manna, 2016b) (2016)	<i>Effectiveness of Hot Fomentation Versus Cold Compression on Breast Engorgement among Postnatal Mothers</i>	Penelitian ini dilakukan untuk membandingkan keefektifan antara kompres hangat dan kompres dingin sebagai pengobatan pembengkakan payudara dan mengaitkan temuan dengan variabel demografis.	<i>Quantitative study</i>	Rata-rata penurunan intensitas nyeri pada kelompok kompres dingin secara signifikan lebih tinggi dari kelompok kompres hangat. Pemeriksaan dilakukan pada hari ketiga setelah melahirkan.	Kompres dingin dapat dilakukan lebih efektif dalam mengurangi pembengkakan payudara dalam mengurangi skor intensitas nyeri payudara pasca persalinan.
5	Gulnaz Karatay, Nazan Gurarslan Bař, Ilksen Orhan Ergin(Karatay & Gurarslan Bař, 2018)	<i>Traditional Practices of Turkish Mothers at Breast Engorgement during Pospartum Period</i>	Penelitian ini bertujuan untuk menilai praktik tradisional yang dilakukan oleh para ibu dalam menangani pembengkakan payudara.	<i>Descriptive Study</i>	Hasil penelitian menyampaikan 60 persen mengalami masalah pembengkakan payudara pada masa nifas, dan mayoritas telah menerapkan cara tradisional untuk mengatasi masalah tersebut. Pomade lansolin adalah metode yang paling sering digunakan (24,8 persen), diikuti dengan pembuangan ASI berlebih dengan pompa atau manual (21,9 persen), mengoleskan ASI sendiri pada puting susu (12,4 persen), aplikasi minyak zaitun (11,4 persen), aplikasi air hangat (9,5 persen), dan aplikasi minyak almond atau kenari (5,7 persen).	Praktik tradisional untuk mengatasi masalah pembengkakan payudara dianggap berguna dan tidak memiliki efek samping. Disarankan untuk menangani perawatan payudara lebih banyak dalam layanan keperawatan terkait implikasi dari praktik tradisional yang digunakan.
6	Boh Boi Wong, Yiong Huak Chan, Mabel Qi He Leow, Yi Lu, Yap Seng Chong, dan Serena Siew Lin Koh(Wong et al., 2017b) (2017)	<i>Application of cabbage leaves compared to gel packs for mothers with breast engorgement : RCT</i>	Mengetahui efektivitas daun kubis dingin dan paket gel dingin terhadap nyeri, pembengkakan, dan peningkatan suhu payudara akibat pembengkakan yang dialami yang berkaitan dengan durasi menyusui dan kepuasan yang dirasakan oleh ibu postpartum.	RCT	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu dalam kelompok daun kubis dan gel pack dingin mengalami penurunan nyeri yang signifikan dan ibu menunjukkan kepuasan dalam proses kompres yang dilakukan.	Daun kubis dingin dan paket gel dingin dapat meredakan nyeri dan kekerasan payudara yang bengkak dan efek awal yang dirasakan begitu baik dan dapat direkomendasikan kepada ibu pasca melahirkan.

No	Author	Title	Aim	Design of study	Results	Conclusions
7	Shahla Hosravan, Hossein Mohammad zadeh-Moghadam, Fatehah, Samane Ajam Khames Fadafen (Khosravan et al., 2017)	<i>The effect of Hollyhock (Althaea officinalis L) leaf Compresses Combined With Warm And Cold Compress on Breast Engorgement in Lactating Women : a RCT</i>	Penelitian ini untuk mengetahui efek <i>hollyhock</i> yang dikombinasikan dengan kompres hangat dingin untuk memperbaiki pembengkakan payudara pada ibu menyusui.	<i>RCT</i>	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa gejala pembengkakan payudara membaik lebih cepat dengan penggunaan gabungan kompres hangat dingin dan kompres daun <i>hollyhock</i> yang dilakukan secara rutin. Ekstrak dari daun ini merangsang fagositosis dan pelepasan radikal oksigen dan leukotrine untuk menginduksi melepaskan sitokin serta memiliki efek anti inflamasi.	Pembengkakan payudara menghalangi bayi dalam proses menghisap puting payudara dan keberhasilan proses menyusui. Kompres hangat dingin dilaporkan efektif daripada akupresur dalam perawatan pembengkakan payudara. <i>Hollyhock</i> merupakan tanaman keluarga Malvaceae di negara Iran.
8	Mona Nabulsi, Rayan Ghanem, Marlie Abou-Jaoude, Ali Khalil (Nabulsi et al., 2019)	<i>Breastfeeding success with the use of the inverted syringe technique for management of inverted nipples in lactating women: a study protocol for a randomized controlled trial</i>	Tujuan untuk mengetahui efek penggunaan suntikan terbalik dalam proses membantu payudara yang tidak menonjol dalam proses peningkatan pemberian air susu dan proses peningkatan proses peletakan lidah bayi pada payudara ibu.	<i>RCT</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan suntikan terbalik sederhana mampu untuk membantu membuat puting menonjol dan meningkatkan air susu keluar sehingga bayi mampu menghisap dan kebutuhan nutrisi terpenuhi, ibu merasa puas, dan tanpa komplikasi.	Penggunaan jarum suntik terbalik untuk membantu puting adalah teknik yang sederhana, non farmakologi yang mudah dan aman yang terbukti mampu membantu meningkatkan praktik menyusui ibu yang memiliki puting payudara tidak menonjol dan gangguan dalam proses laktasi dengan adanya pembengkakan payudara.
9	Milenco, Travan, Cattaneo, Knowles, Sola, Causin, Cortivo, Degrassi, Tommaso (Milenco et al., 2020)	<i>Effectiveness of biological nurturing on early breastfeeding problems: a randomized controlled trial</i>	Mengetahui pendekatan neurobehavioral dalam pemberian air susu yang mendorong perempuan untuk menyusui dalam posisi santai dan relax untuk mengurangi nyeri, pembengkakan.	<i>RCT</i>	Hasil penelitian tidak menunjukkan secara signifikan perbedaan setelah dilakukan intervensi neurobehavioral, tetapi dukungan sangat diperlukan untuk ibu menyusui dalam proses pemberian air susu.	Pendekatan neurobehavioral direkomendasikan dalam meningkatkan kemampuan <i>exclusive breastfeeding</i> .

No	Author	Title	Aim	Design of study	Results	Conclusions
10	Cho, Jeongsug Ahn, Hye Young Ahn, Sukhee Lee, Myeong Soo Hur, Myung-Haeng(Cho et al., 2012)	<i>Effects of Oketani Breast Massage on Breast Pain, the Breast Milk pH of Mothers, and the Sucking Speed of Neonates</i>	Tujuan menguji pijat payudara okitani terhadap nyeri payudara dan pH ASI serta kecepatan mengisap neonates.	<i>Quantitative study</i>	Terdapat perbedaan pada kelompok intervensi dan control dengan dilakukannya pijat okitani dan pijat payudara konvensional.	Pijat okitani sangat efektif dalam meringankan sakiy payudara dan meningkatkan pH ASI dan kecepatan menghisap neonates dan mampu dijadikan terapi pendamping perawatan karena pH ASI tergantung pada jenis air susu yang dihasilkan.
11	Anita Batista dos Santos Heberle, Marcos Antônio Muniz de Moura, Mauren Abreu de Souza, Percy Nohama(Heberle, de Moura, de Souza, & Nohama, 2014)	<i>Assessment of Techniques of Massage and Pumping in the Treatment of Breast Engorgement by Thermography</i>	Penelitian ini bertujuan mengevaluasi teknik massage dan pumping dalam perawatan pembengkakan payudara ibu postpartum melalui termografi.	<i>Quantitative study</i>	Pemijatan atau massage lebih efektif dari pada pemompaan elektromekanis dengan termografi. Teknik termografi dikonfigurasi memberikan informasi yang berkaitan dengan porsen tertentu yang terjadi di dalam tubuh.	Setelah dilakukan intervensi ternyata bahwa ada yang signifikan penurunan suhu pada pembengkakan payudara yang telah dilakukan massage dan teknik termografi lebih digunakan dalam mendeteksi adanya tumor pada payudara.
12	Nayerreh Asadi, Nourossadat Kariman, Faraz Mojab, Mohammad Amin Pourhoseing holi(Asadi, Kariman, Mojab, & Pourhoseing holi, 2017)	<i>The Effect of Saez (Pistacia Atlantica) Ointment on The Treatment of Nipple Fissure and Nipple Pain in Breastfeeding Women</i>	Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh salep Saez (Pistacia atlantica) terhadap pengobatan puting pecah-pecah dan nyeri puting pada ibu menyusui.	<i>Randomized Clinical Trial (RCT)</i>	Tidak ada perbedaan signifikan yang diamati antara kedua kelompok dalam hal karakteristik demografi dan kesuburan mereka.	Salep Saez lebih efektif dalam pengobatan fisura dan nyeri puting susu dibandingkan dengan ASI.
13	Mervat Caber Zagloul, Elsaïda Gouda Naser & Hanan Elzeblawy Hassan(Zagloul et al., 2017)	<i>Influence of Hot Compresses Versus Cabbage Leaves on Engorged Breast in Early</i>	Penelitian ini dilakukan untuk mengevaluasi dan membandingkan efektivitas daun kol dingin kompres versus kompres panas	<i>Quasi-Experimental</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum intervensi, tidak ada perbedaan yang signifikan secara statistik antara kedua kelompok terkait gejala pembengkakan payudara & suhu tubuh. Tetapi	Penelitian ini mengungkapkan bahwa kompres panas dan kompres daun kubis, juga, untuk meredakan pembengkakan payudara; efisien

No	Author	Title	Aim	Design of study	Results	Conclusions
	oul et al., (2020) (2020)	<i>Puerperium</i>	pada ibu nifas dalam meredakan pembengkakan payudara.		suhu tubuh, skor pembengkakan payudara dan nyeri secara statistik signifikan dibedakan antara sebelum dan sesudah intervensi kedua kelompok.	waktu dan mudah dilakukan. Akan tetapi, kompres panas lebih baik daripada kompres daun kubis mentah untuk meminimalkan ketidaknyamanan pada ibu nifas dan mengurangi pembengkakan payudara.
14	Tawheda Mohamed Khalefa El-Saidy, Reda Mohamed-Nabil Aboushady( El-Saidy & Aboushady, 2016)  (2015)	<i>Effect of Two Different Nursing Care Approaches on Reduction of Breast Engorgement among Postnatal Women</i>	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengurangi tingkat pembengkakan payudara pada ibu postnatal dan untuk membandingkan pengaruh kompres hangat versus daun kubis dingin pada pembengkakan payudara.	<i>Quasi-Experiment-tal</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan secara statistik antara gejala sebelum dan sesudah pembengkakan payudara, tingkat pembengkakan payudara, skor nyeri, dan skor pembengkakan untuk kedua kelompok ( $p < 0.05$ ). Kedua intervensi efektif dalam mengurangi rasa sakit dan mengurangi pembengkakan payudara.	Aplikasi daun kubis dingin dan kompres hangat efektif untuk meredakan pembengkakan payudara. Kedua pendekatan asuhan keperawatan berhasil diterapkan karena kedua terapi tersebut berbiaya rendah dan tersedia dan mudah dalam penerapannya.
15	Susilawati, I Gusti Ayu Karnasih, M. Wildan(Susilawati, I Gusti Ayu Karnasih, 2016) (2016)	<i>The Difference Decline Breast Engorgement Conducted Conventional Methods (Breast Massage) With Herb Yeast-Katu</i>	Penelitian ini mempunyai tujuan menganalisis perbedaan penurunan pembengkakan payudara dengan pengobatan konvensional dengan ramuan <i>Katu Yeast</i>	<i>Quantitative study</i>	Perawatan payudara menggunakan metode pijat (konvensional) dengan ramuan <i>Katu Yeast</i> terdapat perbedaan pada pembengkakan payudara yang dialami.	Kandungan pada ramuan <i>Katu Yeast</i> diantaranya efedrin yang memberikan efek penyumbatan saluran duktus payudara sehingga air susu dapat menjadi lancar dan mengurangi nyeri pada payudara.
16	Ann M. Witt, MD, IBCLC, Maya Bolman, BA, BSN, IBCLC, Sheila Kredit, and Anne Vanic(Witt et al., 2016)  (2015)	<i>Therapeutic Breast Massage in Lactation for the Management of Engorgement, Plugged Ducts, and Mastitis</i>	Penelitian ini mempunyai tujuan untuk mendeskripsikan respon klinis terapi pijat payudara dalam proses laktasi dalam manajemen pembengkakan, bendungan air susu, dan pencegahan	<i>Quantitative study</i>	Hasil penelitian mengungkapkan bahwa terapi pijat payudara memberikan efek berkurangnya rasa sakit yang signifikan untuk pembengkakan, bendungan atau sumbatan ASI, serta mastitis.	Pijat payudara bermanfaat dalam mengurangi nyeri payudara agar mampu mengeluarkan air susu dan mencegah mastitis.

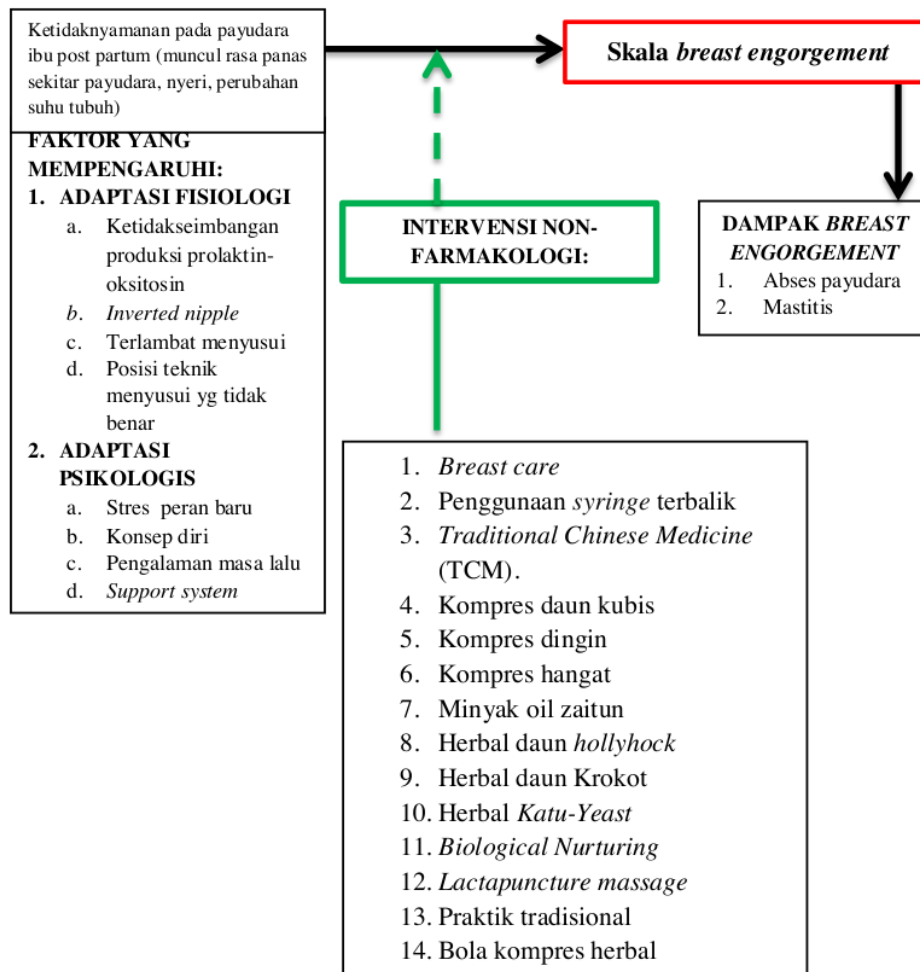
No	Author	Title	Aim	Design of study	Results	Conclusions
			mastitis.			
17	Priyanka Chaudhary, Tajnisha Banu, Ankur Farswal(Chaudhary, 2020) (2019)	<i>A Study to Assess the Effectiveness of Olive Oil Massage in Reducing Breast Engorgement and Pain among Postnatal Mothers with LSCS Admitted in Selected Hospital at Meerut</i>	Penelitian ini mempunyai tujuan untuk menilai efektivitas pijat minyak zaitun dalam mengurangi pembengkakan payudara dan nyeri pada ibu postnatal.	<i>Quantitative study</i>	Rata-rata skor menunjukkan penurunan pembengkakan payudara dan signifikan terbukti mampu membantu ibu yang mengalami masalah payudara pasca melahirkan.	Berdasarkan temuan tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa aplikasi pijat minyak zaitun terbukti efektif dalam mengurangi pembengkakan payudara dan masalah nyeri payudara pada ibu postnatal.
18	Ernawati, Siti Nurjanah, dan Wijayanti(Nurjanah, 2019) (2019)	<i>The Effect of Giving Krokot Leaves and Breast Care Towards The Smoothness of Breast Milk on Parturition Mother</i>	Penelitian ini mempunyai tujuan untuk menganalisis pengaruh daun krokot pada masalah menyusui pada ibu postpartum.	<i>Quantitative study</i>	Berdasarkan hasil pengujian daun krokot terhadap proses laktasi diperoleh bahwa pemberian terapi ini mampu memberikan efek peningkatan pada proses laktasi.	Krokot merupakan tumbuhan yang dapat digunakan untuk pengobatan penyakit kulit, nyeri, dan bengkak yang mengandung beberapa beta kompleks vitamin yang menurunkan pembengkakan payudara postpartum.
19	Nemat Ismail Abdel Aziz Ismail, Samar K. Hafez, Asmaa Saber Ghaly(Ismail, Hafez, & Ghaly, 2019) (2019)	<i>Effect of Breast Milk, Peppermint Water and Breast Shell on Treatment of Traumatic Nipple in Puerperal Lactating Mothers</i>	Penelitian ini mempunyai tujuan membandingkan pengaruh air susu, air peppermint, dan perawatan trauma puting pada ibu postpartum menyusui.	<i>Quantitative study</i>	Tidak ada perbedaan yang signifikan secara statistik antara ketiga penelitian tersebut kelompok mengenai data demografi, riwayat reproduksi dan ketiga kelompok tersebut memiliki distribusi yang serupa. Puting pecah-pecah dan nyeri dikaitkan dengan kurangnya pengalaman atau pengetahuan, inisiasi yang terlambat menyusui, posisi dan teknik yang salah.	Menunjukkan bahwa air <i>peppermint</i> lebih efektif dalam menangani trauma puting payudara dan mengurangi nyeri akibat pembengkakan payudara serta sebagai media perawatan payudara dalam proses laktasi ibu postpartum.
20	Siti Patimah, Imam Djamiluddin Mashoedi, Suharyo Hadisa-putro(Patimah et al.,	<i>The Effect of Lactapuncture Massage on Breast Milk Production through Prolactin Hormone</i>	Penelitian ini mempunyai tujuan meningkatkan produksi air susu dengan dilakukan pijat payudara	<i>Quantitative study</i>	Hasil penelitian menunjukkan setelah mendapatkan pijatan <i>lactapuncture</i> selama 7 hari berturut-turut produksi ASI pada kelompok intervensi lebih tinggi dari pada	Pijatan <i>lactapuncture</i> 2-3 kali searah jarum jam di setiap titik selama 7x berturut-turut mampu meningkatkan



No	Author	Title	Aim	Design of study	Results	Conclusions
2019) (2019)		<i>Levels Changes</i>	dengan teknik <i>laktapuncture</i> yang mempengaruhi kadar hormone prolaktin pada ibu primipara.		kelompok kontrol.	hormon prolaktin dan produksi ASI serta mengurangi pembengkakan payudara. Teknik <i>laktapuncture</i> berdasarkan aspek fisik- psikologis sebagai terapi komplemen ter utama pada ibu primipara.

## PEMBAHASAN

Analisa *breast engorgement*, *post partum*, *non pharmacological intervention* dijelaskan dalam skema berikut :



*Literature review* yang dilakukan mendapatkan hasil 20 artikel jurnal yang dapat dijelaskan terdapat beberapa upaya intervensi non farmakologi yang dapat dilakukan untuk menurunkan *breast engorgement* pada ibu post partum. Ibu post partum beresiko mengalami *breast engorgement* pada hari ke-2 sampai ke-4 pasca melahirkan. Ibu post partum dalam masa menyusui perlu diberikan edukasi terkait intervensi non farmakologi untuk mengatasi *breast engorgement*. Analisa sintesa pada *literature review* menjelaskan bahwa intervensi non farmakologi sangat diperlukan oleh ibu post partum dengan *breast engorgement* supaya ibu mampu melanjutkan fungsi sebagai ibu menyusui secara mandiri, sehingga tercapai ASI eksklusif. Ibu yang mengalami *breast engorgement* perlu mendapatkan intervensi non farmakologi yang efektif, disamping biaya murah, mudah dilakukan oleh ibu sehingga ibu akan mampu *self care* terhadap diri dan bayinya.

#### **Efektivitas intervensi non farmakologi untuk menurunkan skala *breast engorgement***

Pada ibu post partum akan melewati proses perubahan yang terjadi pada fisik dan psikologis. Kondisi perubahan fisik khususnya pada payudara akan mempengaruhi proses laktasi seorang ibu pada bayinya. Perubahan emosional pada peran baru ibu dan dukungan keluarga juga menjadikan faktor yang mempengaruhi ibu dalam laktasi. Pengalaman masa lalu ibu mengalami *breast engorgement* juga menjadi faktor yang menimbulkan ketidaknyamanan payudara seperti muncul rasa nyeri, bengkak, merah pada payudara. Kondisi ibu post partum yang mengalami ketidaknyamanan pada payudara perlu mendapatkan penanganan yang tepat dan efektif. Intervensi non farmakologi menawarkan sebagai terapi yang mudah, biaya murah dan ibu bisa *self care* pada diri dan bayinya, sehingga proses laktasi tercapai baik.

Upaya yang dilakukan mengatasi masalah *breast engorgement* menurut Mangesi dalam penelitiannya menjelaskan bahwa intervensi keperawatan non-farmakologi yang bisa dilakukan antara lain: pemberian kompres daun kubis, akupunktur, ultrasound, akupresur, terapi *gua-sha*, pijat elektromekanis, pijat oksitosin dan perawatan payudara.(Mangesi & Dowswell, 2010) Penggunaan intervensi non farmakologi yang sesuai akan membantu ibu post partum supaya tidak mengalami dampak *breast engorgement* seperti mastitis dan abses payudara. Intervensi non farmakologi lainnya meningkatkan edukasi pada ibu post partum tentang pentingnya pemberian ASI pada bayi dengan *breast care* sebagai terapi non farmakologi lainnya. Pernyataan tersebut didukung adanya penelitian Yusran menunjukkan hasil 81,3 persen tidak mengalami *breast engorgement* dan 18,8 persen mengalami *breast engorgement* setelah dilakukan intervensi *breast care* dan masase laktasi.(Taqiyah, Sunarti, & Rais, 2019) Hasil penelitian Kusumastuti (2018) tentang efektifitas pijat oketani terhadap pencegahan bendungan ASI (*breast engorgement*) menyebutkan bahwa kejadian *breast engorgement* atau bendungan ASI efektif dapat dicegah dengan pijat oketani.(Kusumastuti, QL Umi, 2018).

Penelitian sebelumnya dilakukan Moumita membuktikan bahwa kompres dingin ditemukan lebih efektif dalam pengurangan skor intensitas nyeri. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa penggunaan kompres dingin efektif dalam membantu mengurangi *breast engorgement*.(Manna, 2016a) Kompres dingin adalah pemberian stimulasi pada kulit dengan menggunakan kantong es untuk mengurangi gejala nyeri. Pemberian kompres dingin akan menstimulasi pelepasan *opiate endogen* yang akan menghambat rangsangan nyeri sampai ke otak sehingga tidak akan terjadi persepsi nyeri di talamus.(Bahrudin, 2018; S. S Bambang; Meliala Lucas; Sudadi, 2017). Salah satu intervensi non farmakologis yang penggunaannya mudah dan bahan gampang didapat untuk mengurangi *engorgement* adalah kompres dingin daun kubis. Daun kubis dingin mampu membantu menurunkan pembengkakan payudara dalam waktu yang relatif cepat dan efektif selama 1-2 jam dengan ditempelkan pada kedua

payudara yang bengkak, serta dapat dilakukan apabila kulit payudara ibu tidak mengalami luka atau tidak alergi terhadap sulfur. Kubis juga mengandung *asam amino glutamine* yang dapat mengatasi berbagai jenis peradangan, salah satunya peradangan pada payudara. Pendekatan intervensi ini bisa dijadikan pertimbangan sebagai terapi yang efektif untuk menurunkan skala *breast engorgement*. (Wong et al., 2017a)

## SIMPULAN

Ibu post partum yang mengalami *breast engorgement* memerlukan tindakan atau intervensi keperawatan untuk mengurangi ketidaknyamanan pada payudara. Pendekatan intervensi keperawatan non farmakologis yang bisa dipertimbangkan adalah kompres dingin kubis. Kompres dingin kubis diperlukan sebagai tindakan alternatif secara mandiri yang bisa dilakukan ibu post partum. Kompres dingin menginduksi vasokonstriksi sehingga mengurangi nyeri dan bengkak. Daun kubis diketahui mengandung sulfur yang diabsorpsi kulit payudara ibu sehingga akan mampu mengurangi bengkak payudara dan meningkatkan aliran ASI.

## DAFTAR PUSTAKA

- Asadi, N., Kariman, N., Mojab, F., & Pourhoseingholi, M. A. (2017). The effect of Saez (Pistacia atlantica) ointment on the treatment of nipple fissure and nipple pain in breastfeeding women. *Electronic Physician*, 9(8), 4952–4960. <https://doi.org/10.19082/4952>
- Bahrudin, M. (2018). Patofisiologi nyeri (pain). *Saintika Medika*, 13(1), 7. <https://doi.org/10.22219/sm.v13i1.5449>
- Berens, P. D. (2015). Breast pain: Engorgement, nipple pain, and mastitis. *Clinical Obstetrics and Gynecology*, 58(4), 902–914. Retrieved from <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26512442/>
- Cadwell, K. (2011). *Buku saku manajemen laktasi*. Jakarta: EGC.
- Chaudhary, P. (2020). A Study to Assess the Effectiveness of Olive Oil Massage in Reducing Breast Engorgement and Pain among Postnatal Mothers with LSCS Admitted in Selected Hospital at Meerut. *International Journal of Nursing & Midwifery Research*, 6(4), 13–21. Retrieved from <https://doi.org/10.24321/2455.9318.201927>
- Cho, J., Ahn, H. Y., Ahn, S., Lee, M. S., & Hur, M.-H. (2012). Effects of Oketani Breast Massage on Breast Pain, the Breast Milk pH of Mothers, and the Sucking Speed of Neonates. *Korean Journal of Women Health Nursing*, 18(2), 149. Retrieved from <http://dx.doi.org/10.4069/kjwhn.2012.18.2.149>
- Cunningham, F.G., J.L., Steven, L.B., Catherine, Y.S., Jodi, S.D., Barbara, L.H., Brian., M.C., dan Jeanne, S. (2014). *Williams Obstetric* (24 th). New York: Medical.
- D. Indrani, M. S. (2019). A Study to Find the Prevalence of Breast Engorgement among Lactating Mothers. *Reproductive Medicine, Gynecology & Obstetrics*, 4(2), 1–5. <https://doi.org/DOI: 10.24966/RMGO-2574/100023>
- El-Saidy, T. M. K., & Aboushady, R. M.-N. (2016). Effect of Two Different Nursing Care Approaches on Reduction of Breast Engorgement Among Postnatal Women. *Journal of Nursing Education and Practice*, 6(9). <https://doi.org/10.5430/jnep.v6n9p18>
- Heberle, A. B. dos S., de Moura, M. A. M., de Souza, M. A., & Nohama, P. (2014). Assessment of Techniques of Massage and Pumping in the Treatment of Breast

- Engorgement by Thermography. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 22(2), 277–285. <https://doi.org/10.1590/0104-1169.3238.2413>
- Ismail, N. I. A. A., Hafez, S. K., & Ghaly, A. S. (2019). Effect of Breast Milk, Peppermint Water and Breast Shell on Treatment of Traumatic Nipple in Puerperal Lactating Mothers. *International Journal of Novel Research in Healthcare and Nursing*, 6(3), 692–709.
- Karatay, G., & Gurarslan Baş, N. (2018). Traditional Practices of Turkish Mothers at Breast Engorgement during Postpartum Period. *International Journal of Caring Sciences*, 11(3), 1954–1961. <https://doi.org/17915201>
- Karjatin, A. (2016). *Keperawatan maternitas*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Ketsuwan, S., Baiya, N., Paritakul, P., Laosooksathit, W., & Puapornpong, P. (2018). Effect of Herbal Compresses for Maternal Breast Engorgement at Postpartum: A Randomized Controlled Trial. *Breastfeeding Medicine*, 13(5), 361–365. <https://doi.org/10.1089/bfm.2018.0032>
- Khosravan, S., Mohammadzadeh-Moghadam, H., Mohammadzadeh, F., Fadafen, S. A. K., & Gholami, M. (2017). The Effect of Hollyhock (*Althaea officinalis* L) Leaf Compresses Combined With Warm and Cold Compress on Breast Engorgement in Lactating Women: A Randomized Clinical Trial. *Journal of Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 22(1), 25–30. <https://doi.org/10.1177/2156587215617106>
- Kusumastuti, QL Umi, P. (2018). Efektifitas pijat oketani terhadap pencegahan bendungan ASI pada ibu postpartum. *University Research Colloquium*, 271–277. Retrieved from <http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/147>
- Lim, A. R., Song, J. A., Hur, M. H., Lee, M. K., & Lee, M. S. (2015). Cabbage Compression Early Breast Care on Breast Engorgement in Primiparous Women After Cesarean Birth: A Controlled Clinical Trial. *International Journal of Clinical and Experimental Medicine*, 8(11), 21335–21342.
- Lyu, F. (2016). Effect of pretreatment with carbon monoxide and ozone on the quality of vacuum packaged beef meats. *Meat Science*, 117, 137– 146. Retrieved from <https://doi.org/10.1016/j.meatsci.2016.02.036>
- Mangesi, L., & Dowswell, T. (2010). Treatments for Breast Engorgement During Lactation. *The Cochrane Database of Systematic Reviews*, (9). <https://doi.org/10.1002/14651858.CD006946.pub2>
- Mangesi, L., & Dowswell, T. (2014). Europe PMC Funders Group Treatments for breast engorgement during lactation. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 17(9), 1–34. <https://doi.org/doi:10.1002/14651858.CD006946.pub2>.
- Manna, M. (2016a). Effectiveness of hot fomentation versus cold compression on breast engorgement among postnatal mothers. *International Journal of Nursing Research and Practise*, 3(January), 12–18. Retrieved from [http://www.uphtr.com/issue\\_files/Vol\\_3, No\\_2 - 4 Ms Moumita.pdf](http://www.uphtr.com/issue_files/Vol_3, No_2 - 4 Ms Moumita.pdf)
- Manna, M. (2016b). Effectiveness of Hot Fomentation Versus Cold Compression on Breast Engorgement among Postnatal Mothers. *International Journal of Nursing Research and Practise*, 3(1), 12–18. <https://doi.org/EISSN: 2350-1324>

- Milincio, M., Travan, L., Cattaneo, A., Knowles, A., Sola, M. V., Causin, E., ... Zollia, D. (2020). Effectiveness of Biological Nurturing on Early Breastfeeding Problems: A Randomized Controlled Trial. *International Breastfeeding Journal*, 15(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s13006-020-00261-4>
- Nabulsi, M., Ghanem, R., Abou-Jaoude, M., & Khalil, A. (2019). Breastfeeding success with the use of the inverted syringe technique for management of inverted nipples in lactating women: A study protocol for a randomized controlled trial. *Trials*, 20(1), 1–6. <https://doi.org/10.1186/s13063-019-3880-8>
- Nik Yusof Fuad, N. F., Ching, S. M., Awg Dzulkarnain, D. H., Cheong, A. T., & Zakaria, Z. A. (2020). Complementary Alternative Medicine Use among Postpartum Mothers in a Primary Care Setting: a cross-sectional study in Malaysia. *BMC Complementary Medicine and Therapies*, 20(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12906-020-02984-7>
- Novita, V. R. (2011). Efektifitas paket “ Bunda Ceria ” terhadap rasa nyeri Dan pembengkakan payudara serta produksi ASI pada ibu post partum. *Thesis*, 1–150. Retrieved from <http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20282205-T Regina VT Novita.pdf>
- Nurjanah, S. (2019). *The Effect of Giving Krokot Leaves and Breast Care Towards the Smoothness of Breast Milk on Parturition Mother*. 945–948.
- Patil, S., Moiseev, T., Misra, N. N., Cullen, P. J., Mosnier, J. P., Keener, K. M., & Bourke, P. (2014). Influence of high voltage atmospheric cold plasma process parameters and role of relative humidity on inactivation of *Bacillus atrophaeus* spores inside a sealed package. *Journal of Hospital Infection*, 88(3), 162–169. <https://doi.org/10.1016/j.jhin.2014.08.009>
- Patimah, S., Mashoedi, I. D., & Hadisaputro, S. (2019). The Effect of Lactapuncture Massage on Breast Milk Production through Prolactin Hormone Levels Changes in Dr. M. Ashari Hospital, Pemalang, Central Java. *Indonesian Journal of Medicine*, 4(1), 15–20. <https://doi.org/10.26911/theijmed.2019.04.01.03>
- Rahmahidayati, I., Agustini, T. W., Nur, M., Pengajar, S., Fisika, J., Sains, F., & Diponegoro, U. (2014). Pengaruh Penambahan Ozon Selama Penyimpanan Dingin Terhadap Kadar Asam Lemak Bebas Ikan Nila Merah ( *Oreochromis niloticus* ) The Effect Of Ozone. *Jurnal Pengolahan Dan Bioteknologi Hasil Perikanan*, 3(3), 16–22. Retrieved from <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jpbhp/article/view/5384>
- Ratnawati, A. (2017). *Asuhan keperawatan maternitas* (1st ed.). Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Reeder Sharon.J, Martin Leonide.L, K. D.-G. (2012). *Keperawatan maternitas* (18th ed.). Jakarta: EGC.
- Roberta F.D, L. C. (2014). *Maternal-newborn nursing* (second). Philadelphia: F.A. Davis Company.
- S. S Bambang; Meliala Lucas; Sudadi. (2017). *Buku ajar nyeri*. Yogyakarta: Indonesia Pain Society.
- Susilawati, I Gusti Ayu Karnasih, M. W. (2016). The Differences Decline Breast Engorgement Conducted Conventional Methods (Breast Massage) with Herb Yeast-Katu. *Proceeding ICMHS*, (282–285).



- Syamson, M. M. (2017). Faktor yang Berhubungan dengan Bendungan ASI pada Ibu Menyusui. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah*, 6(1), 24–32. <https://doi.org/ISSN: 2089-9394>
- Taqiyah, Y., Sunarti, S., & Rais, N. F. (2019). Pengaruh perawatan payudara terhadap bendungan ASI pada ibu post partum di RSIA Khadijah I Makassar. *Journal of Islamic Nursing*, 4(1), 12. Retrieved from <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/join/article/view/7757>
- WHO. (2019). *World Health Statistics Overview*.
- Witt, A. M., Bolman, M., Kredit, S., & Vanic, A. (2016). Therapeutic Breast Massage in Lactation for the Management of Engorgement, Plugged Ducts, and Mastitis. *Journal of Human Lactation*, 32(1), 123–131. <https://doi.org/10.1177/0890334415619439>
- Wong, B. B., Chan, Y. H., Leow, M. Q. H., Lu, Y., Chong, Y. S., Koh, S. S. L., & He, H. G. (2017a). Application of cabbage leaves compared to gel packs for mothers with breast engorgement: Randomised controlled trial. *International Journal of Nursing Studies*, 76, 92–99. Retrieved from <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2017.08.014>
- Wong, B. B., Chan, Y. H., Leow, M. Q. H., Lu, Y., Chong, Y. S., Koh, S. S. L., & He, H. G. (2017b). Application of cabbage leaves compared to gel packs for mothers with breast engorgement: Randomised controlled trial. *International Journal of Nursing Studies*, 76(January), 92–99. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2017.08.014>
- Zagloul, M. C., Naser, E. G., & Hassan, H. E. (2020). Influence of Hot Compresses Versus Cabbage Leaves on Engorged Breast in Early Puerperium. *International Journal of Studies in Nursing*, 5(2), 7. <https://doi.org/10.20849/ijsn.v5i2.740>
- Zuhana, N. (2017). Perbedaan efektifitas daun kubis dingin (*Brassica Oleracea* Var. *Capitata*) dengan perawatan payudara dalam mengurangi pembengkakan payudara (Breast Engorgement). *None*, 2(2), 51–56. Retrieved from <https://media.neliti.com/media/publications/227229-perbedaan-efektifitas-daun-kubis-dingin-6cd54511.pdf>

# ON\_FARMAKOLOGIS\_TERHADAP\_BREAST\_ENGORGEMENT\_- \_Yunica\_Nilam\_S.pdf

## ORIGINALITY REPORT

17%  
SIMILARITY INDEX

17%  
INTERNET SOURCES

10%  
PUBLICATIONS

7%  
STUDENT PAPERS

## MATCH ALL SOURCES (ONLY SELECTED SOURCE PRINTED)

1%  
★ Submitted to Griffith University  
Student Paper

Exclude quotes      On  
Exclude bibliography      On

Exclude matches      Off

# ON\_FARMAKOLOGIS\_TERHADAP\_BREAST\_ENGORGEMENT\_- \_Yunica\_Nilam\_S.pdf

## GRADEMARK REPORT

FINAL GRADE

/0

GENERAL COMMENTS

Instructor

PAGE 1

PAGE 2

PAGE 3

PAGE 4

PAGE 5

PAGE 6

PAGE 7

PAGE 8

PAGE 9

PAGE 10

PAGE 11

PAGE 12

PAGE 13

PAGE 14

PAGE 15

PAGE 16

PAGE 17

PAGE 18

## RUBRIC: SHORT ANSWER

---

### CLAIM/FOCUS

State a clear claim/topic sentence and stay focused on supporting it.

---

**MEETS EXPECTATIONS** A precise claim/topic sentence based on the topic and/or source(s) is present. The response maintains a strong focus on developing the claim/topic sentence, thoroughly addressing the demands of the task.

**APPROACHES EXPECTATIONS** A claim/topic sentence based on the topic and/or source(s) is present, but it may not completely address the demands of the task, or the response does not maintain focus on developing it.

**DOESN'T MEET EXPECTATIONS** The claim/topic sentence is vague, unclear, or missing, and the response does not address the demands of the task.

### SUPPORT/EVID

Provide evidence and explain how it supports the claim/topic sentence.

---

**MEETS EXPECTATIONS** The response includes sufficient, appropriate evidence to support the claim/topic sentence. Reasoning and understanding of the topic and/or source(s) are demonstrated by thorough explanations of the relationship between claims and support.

**APPROACHES EXPECTATIONS** The response presents some evidence to support the claim/topic sentence, but it may be insufficient or inappropriate. Some reasoning and understanding of the topic and/or source(s) are demonstrated, but attempts to explain the relationship between claims and support are inadequate.

**DOESN'T MEET EXPECTATIONS** Evidence is general or largely absent, and explanation of the relationship between claims and support is minimal.

### ORGANIZATION

Present ideas in a logical structure that shows the relationships between ideas.

---

**MEETS EXPECTATIONS** An effective organizational structure enhances the reader's understanding of the information. The relationships between ideas are made clear with effective transitional phrases.

**APPROACHES EXPECTATIONS** An organizational structure is evident, but may not be fully developed or appropriate. Transitional phrases may be used but the relationships between ideas are somewhat unclear.

**DOESN'T MEET EXPECTATIONS** An organizational structure is largely absent and the relationships between ideas are unclear.

### LANGUAGE

Communicate ideas using formal language and vocabulary specific to the topic.

---

MEETS EXPECTATIONS	The response has an established, formal style that is maintained throughout. Varied sentence structure, precise language, and domain-specific vocabulary are used to communicate ideas effectively. The response may stray from an objective tone at times, or have some errors that do not interfere with meaning.
APPROACHES EXPECTATIONS	The response attempts a formal style that may not be maintained throughout. Sentence structure is somewhat varied and some precise language and/or domain-specific vocabulary are used. The response contains some errors that may interfere with meaning.
DOESN'T MEET EXPECTATIONS	The response does not establish a formal style and ideas are unclear at times. There is little variety in sentence structure and language is general throughout. The response contains several errors that interfere with meaning.