

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kementrian Perencanaan Pembangunan Nasional Republik Indonesia tahun 2011 menyampaikan bahwa pemberian ASI pada bayi masuk dalam salah satu tujuan *Sustainable Development Goals* (SDGs) tujuan ke-dua yaitu pada tahun 2030 seluruh negara untuk berusaha menurunkan angka kematian *Neonatal* setidaknya hingga 12 per 1000 Kelahiran Hidup salah satunya dengan memberikan ASI pada bayi dan balita (Bappenas, 2011).

Menyusui adalah proses memberikan ASI (Air Susu Ibu) kepada bayi sejak lahir sampai berusia dua tahun. Bayi yang diberikan ASI tanpa menambahkan dan mengganti dengan makanan atau minuman lainnya sampai enam bulan merupakan proses menyusui *Eksklusif* (WHO, 2010). Masalah menyusui yang dapat timbul pada masa pasca persalinan salah satunya adalah pembengkakan payudara (*breast engorgement*) (Rohmah, *et al* 2019).

Hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia terdapat 38% atau sepertiga wanita di dunia tidak menyusui karena mengalami pembengkakan payudara (SDKI, 2016). Pembengkakan payudara (*breast engorgement*) dapat terjadi pada hari ketiga setelah melahirkan. Payudara yang bengkak akan terasa panas, sakit, dan nyeri pada perabaan (Rohmah, *et al* 2019). Pembengkakan payudara (*breast engorgement*) merupakan akibat dari adanya bendungan air susu karena ASI yang tidak dikeluarkan secara sempurna. Pada hari-hari pertama pasca persalinan tingkat pembengkakan antara 20% sampai dengan 85% (Widia, *et al* 2019).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Puskesmas Setabelan pada tiga bulan terakhir yaitu September-November tahun 2019 tercatat sebanyak 25 persalinan dan nifas perbulan. Dari data tersebut, terdapat 15 ibu mengeluh payudaranya bengkak pada minggu pertama pasca melahirkan. Dari ibu yang mengalami pembengkakan biasanya mengkonsumsi *Paracetamol* sebagai *analgesic* dan *antipyretic*.

Pembengkakan payudara dapat menyebabkan kegagalan proses laktasi, sebab ASI merupakan cairan kehidupan terbaik yang sangat dibutuhkan oleh bayi. ASI banyak menandung zat yang penting untuk tumbuh kembang bayi, seperti lemak, karbohidrat, protein, garam, mineral, vitamin, dan zat kekebalan atau protektif sehingga bayi jarang mengalami sakit (Maritalia, 2012).

Intervensi untuk meringankan gejala pembengkakan payudara sangat dibutuhkan. Pembengkakan payudara (*breast engorgement*) jika tidak dilakukan intervensi dengan baik dapat berkembang menjadi mastitis, infeksi akut kelenjar susu, sehingga sangat dibutuhkan perawatan payudara untuk memperlancar pengeluaran ASI (Widia, *et al* 2019).

Strategi yang dapat dilakukan untuk mencegah pembengkakan payudara secara farmakologis yaitu dapat diberikan terapi simptomatis sebagai analgetik seperti *paracetamol* dan ibu profen untuk mengurangi rasa nyeri bengkak payudara (Marmi, 2011). Secara non farmakologis antara lain akupuntur, perawatan payudara, kompres panas dan dingin secara bergantian, Perawatan payudara dapat membantu memperlancar pengeluaran ASI serta mencegah dan menangani masalah payudara. Namun, perawatan payudara dibutuhkan persiapan dan peralatan serta membutuhkan waktu yang cukup lama untuk pengompresan dan pemijatan setiap tahapnya, sehingga kompres daun kubis dapat dijadikan sebagai penanganan pembengkakan payudara yang nyaman dan dapat digunakan sendiri oleh ibu. Selain praktis dan aplikatif, persiapannya hanya memerlukan sedikit waktu dan biaya (Zuhana, 2017).

Kubis (*Brassica Oleracea Var. Capitata*) merupakan sayuran yang ekonomis dan serbaguna yang mudah ditemukan. Kubis mengandung asam amino yang berfungsi sebagai antibiotik yang diyakini untuk mengobati semua jenis peradangan salah satunya radang payudara Tidak hanya itu saja, daun kubis juga dapat mengeluarkan gel dingin yang dapat menyerap panas sehingga kubis dapat digunakan untuk terapi pembengkakan (Dewiani & Purnama, 2018).

Kompres daun kubis juga dilakukan oleh Widia dan Pangestu (2019) yang melakukan penelitian terhadap ibu nifas saat sebelum diberikan kompres daun kubis berjumlah 11 orang yang mengalami pembengkakan payudara dan

setelah diberikan kompres daun kubis responden yang mengalami pembengkakan payudara yaitu sebanyak 1 orang dan yang tidak mengalami pembengkakan payudara yaitu sebanyak 10 orang. Hal ini menunjukkan ada manfaat dari kompres daun kubis untuk masalah pembengkakan payudara pada ibu nifas.

Selain itu Rohmah (2019) juga merekomendasikan penggunaan kompres daun kubis terhadap pembengkakan. Rohmah melakukan penelitian terhadap ibu nifas di PMB Endang Kota Kediri terdapat 25 ibu nifas terdapat 12 responden yang mengalami pembengkakan payudara dengan skala empat. Setelah diberikan kompres daun kubis terdapat 15 responden mengalami pembengkakan payudara dengan skala satu. Metode tersebut diperoleh hasil bahwa daun kubis memiliki efektivitas dalam mengurangi pembengkakan payudara pada ibu nifas karena daun kubis mampu mengeluarkan gel dingin yang dapat menyerap panas selain itu terjadi proses pelebaran aliran pembuluh darah kapiler sehingga kubis efektif untuk menurunkan pembengkakan.

Penggunaan daun kubis sebagai penanganan dan pencegahan pembengkakan payudara sangat mudah yaitu kompres payudara dengan kubis yang segar dan sudah dicuci menggunakan air mengalir lalu tempelkan pada payudara yang bengkak selama 30 menit atau sampai kubis layu, dilakukan sebanyak tiga kali sehari dalam 4 hari (Widia, *et al* 2019).

Pendidikan kesehatan mengenai metode kompres daun kubis membutuhkan suatu media yang memiliki fungsi ganda yaitu sebagai alat bantu dalam memberikan pendidikan kesehatan sekaligus panduan bagi ibu nifas dalam melakukan metode kompres daun kubis secara mandiri dirumah. Media dalam pendidikan kesehatan mengenai metode kompres daun kubis yang sesuai dengan kebutuhan masyarakat adalah media cetak, serta dalam menyiasati agar media kesehatan tidak dibuang adalah dengan membuat media cetak berupa poster.

Program KIE (Komunikasi Informasi dan Edukasi) dengan media berupa poster ini ditujukan untuk pelayanan kesehatan (puskesmas) dan khususnya ibu nifas yang mengalami pembengkakan payudara. Bagi pelayanan kesehatan (puskesmas) poster ini dapat membantu untuk memberikan informasi

lebih detail tentang mengatasi pembengkakan payudara secara tidak menggunakan obat-obatan, dengan metode kompres daun kubis yang tidak memiliki efek samping serta untuk ibu nifas khususnya yang mengalami pembengkakan payudara, poster ini dapat membantu untuk melakukan kompres daun kubis secara mandiri dirumah dengan mengikuti langkah-langkah yang sudah tercantum dalam poster.

Media poster dapat menginformasikan materi dengan jelas serta lengkap bagi masyarakat. Metode ini media poster bertujuan sebagai media penyaluran informasi kepada masyarakat tentang metode kompres daun kubis untuk pembengkakan payudara, sebagai media mengilustrasikan fakta tentang metode kompres daun kubis agar mudah diingat dan sebagai media penggerak agar masyarakat memiliki keinginan untuk mempraktikkan metode kompres daun kubis sesuai petunjuk didalam poster.

Berdasarkan uraian diatas mendorong penulis memilih menggunakan luaran poster untuk kompres daun kubis terhadap pembengkakan payudara pada ibu nifas. Poster akan menampilkan informasi - informasi yang tepat dan sesuai dengan sumber yang ada, sehingga penulis membuat poster sebagai media penyaluran informasi tentang kompres daun kubis untuk mengatasi pembengkakan payudara pada ibu nifas dengan judul “Solusi Bunda Cerdas untuk Pembengkakan Payudara.”