

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar belakang**

Usia dibawah 24 bulan sangat penting bagi bayi karena di masa inilah upaya menciptakan sumber daya manusia yang baik dan berkualitas. Masa itu merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan yang pesat sehingga kerap diistilahkan sebagai “Periode Emas” sekaligus “periode kritis”. Dalam mencapai tumbuh kembang optimal, *Global Strategy for Infant and Young Child Fedding world health organization* dan *united nation children’s fund* merekomendasikan perlunya 4 hal penting yang harus dilakukan, antara lain: memberikan Air Susu Ibu kepada bayi segera dalam waktu 30 menit setelah bayi lahir, memberikan hanya air susu ibu saja atau pemberian ASI Eksklusif sejak lahir sampai bayi berusia 6 bulan, memberikan Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP ASI) sejak bayi berusia 6 bulan sampai 24 bulan. (Asi, 2024)

Air susu ibu adalah cairan hidup yang mengandung sel darah putih yang sangat kompleks dan unik, imunoglobulin, enzim, hormon, dan protein spesifik dari berbagai spesies. Kelenjar susu wanita memproduksi ASI selama menyusui.(Fiorent et al., 2021)

Capaian ASI eksklusif secara global berdasarkan data *world health organization* WHO menunjukkan progres yang konsisten setelah bertahan stabil di angka 48% pada periode 2023 hingga 2024, angka ini diproyeksikan meningkat menjadi 49% pada tahun 2025 sebagai upaya memenuhi target global sebesar 50%.(WHO,2025). *World Health Organization* (WHO)

terus mendorong negara-negara anggota untuk mencapai target cakupan ASI eksklusif minimal 50% pada 2025, sembari menetapkan ambisi baru sebesar 60% pada tahun 2030 melalui resolusi Majelis Kesehatan Dunia (WHA) ke-78.(WHO,2023)

Cakupan ASI eksklusif di Indonesia menunjukkan dinamika yang signifikan, dengan pencapaian 73,97% pada tahun 2023 yang kemudian terkoreksi menjadi 66,4% pada tahun 2024. Meskipun mengalami peningkatan menjadi 75% pada tahun 2025, angka tersebut masih berada di bawah target yang ditetapkan Kementerian Kesehatan sebesar 80%.

Provinsi Jawa Barat menunjukkan tren pertumbuhan cakupan ASI eksklusif yang positif, dimulai dari angka 72,5% pada tahun 2023 dan meningkat signifikan menjadi 78,9% pada tahun 2024. Capaian ini diproyeksikan menyentuh angka 80% pada tahun 2025 sebagai bagian dari program 'Jabar Zero Stunting', sekaligus menjadi langkah strategis untuk mendekati target ambisius sebesar 85% pada tahun 2026.(Dinkes Jabar.2025)

Di tingkat lokal, Kabupaten Garut terus berupaya mengejar target nasional dan provinsi. Hingga awal 2025, cakupan ASI eksklusif di Garut berada di kisaran 68,7% hingga 69,2%. Meskipun menunjukkan tren positif, angka ini masih berada di bawah target ideal yang ditetapkan Dinas Kesehatan Kabupaten Garut yaitu 85%.( Dinkes Garut,2025 )

Masalah menyusui yang sering terjadi dapat disebabkan oleh Bendungan ASI, puting yang tidak menonjol, teknik menyusui yang tidak tepat, pembengkakan payudara, lecet, dan mastitis. Pada tahun 2025,

permasalahan laktasi masih menjadi tantangan besar dalam kesehatan ibu dan anak di berbagai tingkatan administratif. Secara global, *World Health Organization* (WHO) mencatat bahwa meskipun kesadaran akan ASI eksklusif meningkat, sekitar 20% hingga 40% ibu menyusui di seluruh dunia tetap mengalami bendungan ASI (*breast engorgement*), terutama pada fase awal pasca persalinan. Fenomena ini bukan sekadar ketidaknyamanan fisik, melainkan hambatan serius yang sering kali memicu penghentian pemberian ASI dini secara prematur. (WHO,2024)

Kondisi serupa tercermin di level nasional. Berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes) tahun 2025, prevalensi bendungan ASI di Indonesia berada pada rentang 24% hingga 35%. Kemenkes mengidentifikasi bahwa teknik menyusui yang kurang tepat serta manajemen laktasi yang belum optimal di fasilitas kesehatan menjadi pemicu utama tingginya angka tersebut di tanah air. (kemenkes,2024)

Situasi di tingkat regional menunjukkan angka yang lebih spesifik. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat melaporkan bahwa di wilayahnya, angka kejadian bendungan ASI pada ibu nifas menyentuh angka 52%. Angka yang cukup tinggi ini menunjukkan bahwa separuh dari populasi ibu menyusui di Jawa Barat berisiko mengalami komplikasi nifas akibat bendungan ASI jika tidak mendapatkan edukasi pemijatan oksitosin atau teknik kompres yang benar.

Secara lebih mengerucut, Dinas Kesehatan Kabupaten Garut dalam tinjauan tahun 2025 melaporkan bahwa sekitar 15% hingga 20% ibu nifas di

wilayah tertentu mengeluhkan masalah serupa. Dinas kesehatan Kabupaten Garut menempatkan penanganan bendungan ASI sebagai prioritas dalam layanan kesehatan primer (Puskesmas) guna memastikan keberhasilan program pemberian ASI yang berkontribusi langsung pada penurunan angka stunting di daerah tersebut.

Bendungan Air Susu Ibu (ASI) adalah terjadinya pembengkakan pada payudara karena peningkatan aliran vena dan limfe sehingga menyebabkan Bendungan ASI dan badan merasa nyeri di sertai suhu tubuh meningkat mencapai 38°C (Tardjo et al., 2024)

Bendungan Air Susu Ibu (ASI) dapat di tangani dengan kompres hangat atau dingin atau dengan dilakukan pijat oksitosin dan secara Non-farmakologis dapat dilakukan salah satunya dengan melakukan kompres daun kubis dingin (Mirani, 2024). Kompres adalah tindakan pemeliharaan suhu tubuh dengan menggunakan cairan atau alat yang menimbulkan rasa hangat atau dingin pada bagian tubuh yang memerlukan. Secara fisiologis, kompres bekerja melalui mekanisme konduksi (perpindahan panas/dingin secara langsung). Kompres Dingin Berfungsi untuk *vasokonstriksi* (penyempitan pembuluh darah), menurunkan aliran darah ke area yang bengkak, mengurangi edema, dan menciptakan efek anestesi lokal (mati rasa sementara) untuk mengurangi nyeri.(Andari et al., 2021)

Menurut *International Association for the Study of Pain (IASP)* nyeri merupakan pengalaman sensorik dan emosional tidak menyenangkan yang berkaitan dengan kerusakan jaringan aktual atau potensial. Tingkat keparahan

nyeri tersebut dipantau melalui instrumen *Numeric Rating Scale* (NRS) dengan skala ringan sampai berat. (Rajja.dkk.,2020) Guna menurunkan intensitas nyeri tersebut tanpa intervensi kimia, diperlukan terapi komplementer yang memanfaatkan bahan alami, seperti lidah buaya, kompres hangat, kompres kaktus dan kompres daun kubis.

Berdasarkan peneliti Rohma, dkk (2019), kubis mempunyai sifat antibiotik dan antiinflamasi karena kandungan sinirgin (*Allylisodhiocyanate*), rapine, mustard, magnesium, dan zat sulfur. Untuk menggunakan kompres ini Pilihlah daun kubis hijau segar yang diambil secara utuh per lembar tanpa robek, kemudian dinginkan di dalam *freezer* selama 20–30 menit hingga mencapai suhu 18°C, lalu keluarkan daun tersebut untuk segera disiapkan sebagai kompres, sangga dengan menggunakan bra supaya daun kubis tidak jatuh, setelah melakukan pengompresan bersihkan area payudara. Daun kubis juga mengandung senyawa fitokimia, seperti sulforaphane, glucosinolates, dan indole-3-carbinol yang memiliki potensi sebagai antiinflamasi dan analgesik ketika digunakan dalam bentuk dingin daun kubis akan mempertahankan kandungan nutrisinya. Daun kubis juga memberikan efek dingin pada area payudara yang mengalami bendungan ASI dengan cara memberikan tekanan ringan pada payudara yang membantu menekan pembengkakan dan memungkinkan aliran ASI menjadi lebih lancar. Pemberian kompres daun kubis dingin dapat menurunkan bendungan ASI karena kandungan gel dingin pada kubis dapat menyerap panas yang ditandai dengan klien merasa lebih nyaman serta daun kubis menjadi layu matang setelah penempelan. (Child & Care, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian oleh child & care (2020) tentang efektifitas daun kubis dingin (*Brassica Oleracea Var Capitata*) terhadap bendungan ASI pada ibu *Postpartum* di wilayah kerja puskesmas semurup kabupaten kerinci adanya pengaruh pemberian kompres daun kubis dingin (*Brassica Oleracea Var Capitata*) dalam mengurangi pembengkakan payudara atau bendungan ASI ibu *Postpartum*.(Child & Care, 2020)

Penelitian yang dilakukan oleh Astiani (2023) mengenai efektivitas pemberian kompres daun kubis dingin menunjukkan adanya pengaruh signifikan terhadap pengurangan pembengkakan payudara pada ibu *postpartum*. Studi tersebut dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Panjang, Bandar Lampung, dan menegaskan bahwa intervensi ini efektif dalam mengatasi bendungan ASI.(Astiani et al., 2023)

Menurut Penelitian (Silaban et al., 2021) menunjukkan bahwa kompres daun kubis dan lidah buaya memiliki efektivitas yang setara dalam menurunkan skala nyeri payudara. Namun, lidah buaya memiliki kelemahan pada daya tahan dingin yang lebih singkat serta proses pengolahan yang lebih rumit dibandingkan daun kubis.(Silaban et al., 2021)

Penelitian ini akan dilakukan di Tempat Praktik Mandiri Bidan (TPMB) Iyos Roidah yang berlokasi di Kp. Citelu, Desa Sukatani, Kecamatan Cilawu. TPMB ini telah melayani kesehatan ibu dan bayi sejak tahun 1998 hingga saat ini tahun 2026. Berdasarkan hasil studi pendahuluan, ditemukan bahwa 20% dari 53 responden mengalami Bendungan ASI, yang mayoritas disebabkan oleh teknik dan posisi menyusui yang kurang tepat.

Berdasarkan penjabaran di atas, Peneliti tertarik untuk melakukan sebuah penelitian mengenai kompres daun kubis dingin sebagai terapi pendamping bendungan ASI skala pembengkakan dan intensitas nyeri payudara.

## **B. Rumusan masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Adakah Pengaruh Kompres Daun Kubis Dingin Terhadap Pengurangan Nyeri Dan Pembengkakan Payudara Akibat Bendungan ASI”.

## **C. Tujuan penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui pengaruh pemberian kompres daun kubis dingin terhadap penurunan skala nyeri dan pembengkakan payudara.

### **2. Tujuan khusus**

- a. Mengidentifikasi intensitas nyeri dan pembengkakan payudara sebelum di berikan kompres daun kubis dingin
- b. Mengidentifikasi intensitas nyeri dan pembengkakan payudara sesudah di berikan kompres daun kubis dingin
- c. Menganalisis pengaruh pemberian kompres daun kubis dingin terhadap pengurangan nyeri dan pembengkakan payudara akibat bendungan ASI.

## **D. Ruang Lingkup**

Lingkup penelitian ini berfokus pada asuhan nifas melalui pendekatan landasan ilmiah praktik kebidanan untuk menganalisis pengaruh pemberian kompres daun kubis dingin terhadap pengurangan nyeri dan pembengkakan

payudara akibat bendungan ASI, yang dilaksanakan dengan mengintegrasikan keterampilan klinis serta upaya promosi kesehatan dan konseling. Seluruh rangkaian intervensi dijalankan dengan mengutamakan prinsip etik legal dan keselamatan klien melalui komunikasi efektif, yang secara keseluruhan merupakan bentuk pengembangan diri serta profesionalisme peneliti dalam menerapkan asuhan kebidanan berbasis bukti (*evidence-based practice*).

## **E. Manfaat penelitian**

### **1. Manfaat Akademis**

Memberikan informasi yang berguna dan bermanfaat untuk ilmu pengetahuan.

### **2. Manfaat Praktik**

#### **a. Bagi Peneliti**

Peneliti Dapat mengaplikasikan hasil penelitian pengaruh pemberian kompres daun kubis dingin terhadap bendungan asi pada ibu *Postpartum*.

#### **b. Bagi Bidang Kesehatan**

Penelitian ini dapat digunakan sebagai alternatif tindakan pengobatan Non-farmakologis pada Bendungan ASI.

#### **c. Bagi Ibu Nifas Dan Masyarakat**

Memberikan informasi kepada ibu nifas, masyarakat khususnya perempuan tentang manfaat kompres daun kubis dingin dalam ketidaknyaman Bendungan ASI.

## F. Keaslian penelitian

**Tabel 1.1** Keaslian Penelitian

Peneliti & tahun	Judul	Metode	Hasil
Yuli Dkk, 2021	Pemberian kompres daun Kubis dingin mengurangi pembengkakan payudara ibu <i>Postpartum</i>	<i>Pre-eksperimental</i> dengan pendekatan <i>one group pretest – posttest design</i>	Ada pengaruh pemberian kompres daun kubis dingin terhadap pembengkakan payudara ibu <i>Postpartum</i> di wilayah kerja puskesmas panjang bandar lampung tahun 2021
STIKes Bustanul ulum langsa, 2024	Pengaruh kompres daun kubis dingin terhadap penurunan skala nyeri dan bendungan ASI pada ibu nifas	<i>Pre eksperimental</i> dengan racangan <i>One Grup Pretest- Posttest</i>	ada perbedaan signifikan kompres daun kubis dingin terhadap penurunan skala nyeri bendungan ASI pada ibu nifas.
Lina neny Dkk, 2024	Pengaruh pemberian kompres daun kubis dan kompres hangat terhadap bendungan ASI pada ibu nifas di RS Krakatau medika cilegon	Kuantitatif dengan pendekatan studi kasus	Didapatkan bahwa terjadi penurunan pembengkakan dan Penurunan nyeri payudara derajat 4 menjadi derajat 0 pada hari ke 7 pada intervensi kompres daun kol sedangkan setelah dilakukan intervensi pemberian kompres hangat didapatkan bahwa terjadi penurunan pembengkakan dan penurunan nyeri payudara derajat 4 menjadi derajat 1 pada hari ke 7.

Berdasarkan penelusuran terhadap berbagai jurnal yang membahas kompres daun kubis dingin dapat disimpulkan bahwa sebagian besar penelitian sebelumnya lebih banyak berfokus secara parsial pada pengurangan pembengkakan, pengukuran skala nyeri secara tunggal, atau perbandingan dengan metode kompres hangat, penelitian ini secara komprehensif mengkaji pengaruh spesifik pemberian kompres daun kubis dingin terhadap integrasi dua

parameter klinis sekaligus, yakni penurunan intensitas nyeri dan pengurangan derajat pembengkakan payudara akibat bendungan ASI.

Keaslian dan kebaruan penelitian ini terletak pada penggabungan dua parameter klinis sekaligus, yaitu tingkat nyeri dan derajat pembengkakan, menggunakan instrumen standar *Numeric Rating Scale* (NRS) dan *Six-Point Engorgement Scale*. (SPES) dalam satu intervensi kompres daun kubis dingin di tatanan layanan primer TPMB Kabupaten Garut tahun 2026