



## IMPLEMENTASI TERAPI KOMPRES HANGAT UNTUK MENGURANGI PEMBENGGAKAN PAYUDARA TERHADAP IBU POST PARTUM DI RUMAH SAKIT TK II PUTRI HIJAU MEDAN

Nalika Nazua Ridwan<sup>1</sup>, Evamona Sinuraya<sup>2</sup>, Purwaningsih<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Akademi Keperawatan Kesdam I/ BB Medan

<sup>2</sup>Akademi Keperawatan Kesdam I/ BB Medan

<sup>3</sup>Akademi Keperawatan Kesdam I/ BB Medan

Emai : [nalikanazuaridwan@gmail.com](mailto:nalikanazuaridwan@gmail.com)

### Article History:

Received: 15-07-2024

Revised: 02-08-2024

Accepted: 10-08-2024

### Keywords:

Post Partum,

Pembengkakan

Payudara, Kompres

Hangat

**Abstract:** Latar belakang Post partum atau Masa nifas adalah dimulai sejak kelahiran plasenta dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil yang berlangsung kira-kira 6-8, salah satu masalah yang timbul pada ibu post partum adalah pembengkakan payudara merupakan kondisi yang menyakitkan dan tidak menyenangkan mempengaruhi sejumlah besar perempuan pada periode post partum awal dapat menghambat perkembangan keberhasilan menyusui, menyebabkan penghentian pemberian ASI dini, dan berhubungan dengan penyakit lebih serius, termasuk infeksi payudara. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mengurangi pembengkakan payudara adalah kompres hangat dengan suhu 40,5-43 merupakan salah satu pilihan tindakan yang digunakan untuk mengurangi dan bahkan mengatasi nyeri bermanfaat untuk memperbaiki sirkulasi darah, terutama pada engorgement payudara post partum. Metode penelitian ini adalah penelitian studi kasus dengan metode deskriptif. Penelitian dilakukan pada Januari 2024 pada dua orang pasien dengan pasien pertama ibu dengan persalinan normal dan pasien kedua ibu dengan persalinan Caesar yang sama sama memiliki masalah pembengkakan payudara di rumah sakit TK II Putri Hijau Medan. Hasil penelitian ini didapatkan data bahwa terjadi masalah pembengkakan payudara pada kasus dengan riwayat persalinan normal pada kasus 1 dengan persalinan Caesar pada kasus 2. Setelah dilakukan asuhan keperawatan pada kedua pasien hasil evaluasi menunjukkan bahwa masalah pembengkakan payudara dapat teratasi. Kesimpulan dari intervensi yang dilakukan yaitu pemberian kompres hangat dapat dikatakan efektif untuk mengurangi pembengkakan payudara pada ibu persalinan normal maupun persalinan caesar.

© 2024 SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah

## PENDAHULUAN

Post partum atau Masa nifas adalah dimulai sejak kelahiran plasenta dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil yang berlangsung kira-kira 6-8 minggu.masa nifas sangat penting bagi seorang wanita karena merupakan masa

pemulihan untuk mengembalikan alat kandungan serta fisik ibu ke kondisi seperti sebelum hamil (Sari, 2018).

Menurut data *World Health Organization* (WHO) (2019) angka kejadian pembengkakan yang dilaporkan dari berbagai hasil penelitian bervariasi, mulai dari 20% hingga 77%. Hasil penelitian di *Niloufer Hospital for Women and Children*, India, ditemukan bahwa dari total 250.151 orang ibu, terdapat 11% ibu mengalami pembengkakan payudara. Menurut hasil laporan Kesehatan Ibu dan Anak Propinsi Sumatera Utara, data ibu post-partum tahun 2018- 2019 ada 292.875 orang angka kejadian Pembengkakan Payudara 185.238 orang. Hal ini sering dikaitkan dengan manfaat ASI pada bayi 0- 2 bulan sebagai daya tahan tubuh bayi agar terhindar dari infeksi. (Dinkes Provinsi Sumut, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian (Rica Arie Shintami. dkk, 2019) bahwa kompres hangat terbukti dapat menurunkan nyeri atau pembengkakan payudara pada ibu post partum yang dilakukan di RSUD Waled Kabupaten Cirebon tahun, 2018. dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh pengeluaran ASI sesudah dilakukan kompres hangat payudara pada ibu post partum dengan *p-value*  $0,000 < 0,05$  (Priskawulandari, 2018).

Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Khisan Fajri, dkk (2023), dalam jurnalnya digambarkan penerapan implementasi kompres hangat pada ibu nifas dapat mengurangi pembengkakan pada payudara. Dalam jurnal penelitiannya dilakukan pada 2 responden yaitu ibu post partum yang mengalami kesusahan mengeluarkan ASI dan terjadi pembengkakan payudara, penerapan kompres hangat dilakukan setiap 30 menit selama 3 hari pada ibu post partum yang mengalami pembengkakan payudara.

Berdasarkan Fenomena diatas peneliti tertarik mengambil kasus yang berjudul Implementasi terapi kompres hangat untuk mengurangi pembengkakan payudara pada ibu post-partum

## LANDASAN TEORI

Masa Nifas atau Post Partum adalah masa sesudah proses persalinan yang memerlukan proses penyembuhan seperti sebelum kehamilan selama kurang lebih 6 minggu, selama proses pemulihan berlangsung akan mengalami perubahan fisik bersifat fisiologis serta memberikan rasa tidak nyaman pada awal post partum dan kemungkinan bisa kearah patologis bila tidak mendapatkan perawatan masa nifas yang baik dan benar (Yuliana, W, & Hakim, 2020).

Pembengkakan Payudara merupakan kondisi yang menyakitkan dan tidak menyenangkan mempengaruhi sejumlah besar perempuan pada periode post partum awal. Pembengkakan payudara dapat menghambat perkembangan keberhasilan menyusui, menyebabkan penghentian pemberian ASI dini, dan berhubungan dengan penyakit lebih serius, termasuk infeksi payudara (Dowswell T & Mangesi, 2010).

Tanda gejala pembengkakan dapat diketahui dengan melakukan pemeriksaan pada payudara. Tanda dan gejala pembengkakan payudara, yaitu payudara mengencang, keras, berat di kedua payudara, malaise, nyeri dan menimbulkan ketidaknyamanan (Joy & Kharde, 2016).

Nyeri adalah penyakit yang ditandai dengan perasaan tidak nyaman yang hanya dapat dijelaskan secara akurat oleh orang yang terkena, karena setiap orang mengalami rasa sakit dan ketidaknyamanan (Alimul, 2015).

Kompres hangat dapat mentimulasi reflek *let down* untuk mencegah bendungan ASI pada payudara yang bisa menyebabkan payudara bengkak, memperlancar peredaran darah pada daerah payudara (Susanti, 2019). Dengan dilakukannya Kompres hangat dapat

dilakukan bertujuan untuk membantu mengekuarkan ASI disaat payudara penuh, sehingga mengurangi rasa tegang dan nyeri payudara. Kompres hangat dalam kondisi ini tidak disarankan dilakukan secara terus menerus karena akan merangsang produksi ASI yang semakin banyak. Kompres hangat hanya dilakukan ketika terdapat penumpukan produksi ASI namun sulit dikeluarkan dengan lancar. Teknik kompres hangat yang disarankan pada kondisi ini cukup dengan mengalirkan air hangat dipermukaan payudara (Fitra Duhita, 2023). Kompres hangat dapat diberikan 1 kali sehari dalam waktu 3 hari dengan suhu pertahanan air 40,5°C– 43,0°C selama 20 menit, sehingga dapat mengetahui efek setelah diberikan kompres hangat terhadap pembengkakan payudara (Dyah Lestari, 2023).

## METODE PENELITIAN

Desain pada penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan jenis penelitian studi kasus. Studi kasus pada penelitian ini menerapkan proses asuhan keperawatan keluarga yang meliputi pengkajian, diagnosa keperawatan, intervensi, implementasi, serta melakukan evaluasi tindakan keperawatan yang telah dilakukan. Adapun subjek penelitian pada studi kasus ini adalah Klien dengan diagnosa Nyeri Akut berhubungan dengan Pembengkakan Payudara dengan kriteria inklusi : Ibu post partum (Normal dan SC), Ibu post partum yang mengalami pembengkakan pada payudara, Ibu post partum dengan rentang waktu kelahiran 2 atau lebih dari 2 hari sedangkan kriteria eksklusi ialah Klien yang tidak bersedia menjadi responden, Klien post partum tanpa komplikasi. Peneliti melakukan survey pada bulan oktober 2023 di Ruang 4 (kebidanan) dan akan melakukan penelitian pada bulan Januari di Rumah Sakit TK II Putri Hijau Medan. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan dua sumber data yaitu data primer dan data sekunder. Data primer dikumpulkan dengan menggunakan metode wawancara, observasi dan pemeriksaan fisik. Metode analisa data meliputi data subjektif dan data objektif dalam bentuk tabel dan narasi untuk menjelaskan hasil studi kasus agar mudah dipahami oleh pembaca, serta menggunakan rencana asuhan keperawatan menurut PPNI : SDKI (2017), SLKI (2018) dan SIKI (2018). Penelitian dilakukan setelah melakukan persetujuan dari Akademi Keperawatan Kesdam 1/BB Medan. Selanjutnya mengirim survey awal dan izin penelitian ke Rumah Sakit TK II Putri Hijau Medan. Setelah mendapat izin untuk meneliti, kemudian peneliti mencari responden yang kriterianya sesuai dengan peneliti harapkan. Lalu setelah terbina saling percaya antara peneliti dengan partisipan. Kuisisioner data demografi diberikan kepada responden dengan menekan masalah etik yang meliputi *Informed Consent* (Lembar Persetujuan Menjadi Responden), *Anonymity* (Tanpa nama), *Confidentiality* (Kerahasiaan).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

#### a. Identitas Pasien

Berdasarkan hasil pengkajian menjelaskan karakteristik dan identitas pasien dan hasil anamnesis di Rumah Sakit TK II Putri Hijau Medan.

**Tabel 1 Identitas Pasien**

No.	Identitas Pasien	Kasus I	Kasus II
1.	Diagnosa Medis	Post Partum	Post SC
2.	Nama	Ny.S	Ny.C
3.	Umur	33 Tahun	26 Tahun
4.	Jenis kelamin	Perempuan	Perempuan
5.	Pendidikan	SMA	SMA

6.	Pekerjaan	IRT	IRT
7.	Status	Sudah Menikah	Sudah Menikah
8.	Agama	Islam	Kristen
9.	Suku bangsa	Melayu	Batak
10.	Bahasa	Indonesia	Indonesia
11.	Alamat	Jl.Utama Gg.H.Syukur	Jl.Karya
12.	Ditanggung oleh	BPJS	BPJS
13.	Tanggal dan jam masuk RS (IGD)	14 Januari 2024 Pukul: 08.00 WIB	16 Januari 2024 Pukul: 13.30 WIB
14.	Tanggal dan jam masuk ruangan	14 Januari 2024 Pukul: 10.00 WIB	16 Januari 2024 Pukul: 15.00 WIB
15.	Tanggal dan jam pengkajian	15 Januari 2024 Pukul: 14.30 WIB	17 Januari 2024 Pukul: 14.00 WIB

Berdasarkan tabel 1 didapatkan dari kedua pasien berjenis kelamin perempuan, responden mempunyai diagnosa medis yang berbeda yaitu pada pasien I dengan diagnosa Post Partum sedangkan pada pasien II dengan diagnosa Post SC, pada kasus I dengan pasien berumur 33 tahun sedangkan pada kasus II dengan pasien berumur 26 tahun.

### b. Diagnosa Keperawatan

**Tabel 2 Diagnosa Keperawatan**

No	Kasus I	Kasus II
1.	Nyeri akut berhubungan dengan pembengkakan payudara (D.0077)	Nyeri akut berhubungan dengan pembengkakan payudara (D.0077)

Berdasarkan table 2 kedua klien memiliki rencana keperawatan yang sesuai dengan standar intervensi keperawatan SDKI, SLKI, SIKI untuk klien dengan masalah keperawatan atau diagnosa keperawatan Nyeri akut berhubungan pembengkakan payudara.

### c. Intervensi Keperawatan

**Tabel 3 Intervensi Keperawatan Kasus I dan Kasus II**

Diagnosis Keperawatan (D.0077)	Tujuan & Kriteria Hasil (L.08063)	Intervensi (L.08238)
Nyeri akut berhubungan dengan pembengkakan payudara (D.0077)	Kontrol Nyeri (L.08063) Dengan Kriteria hasil : 1. Melakukan nyeri terkontrol. 2. Kemampuan mengenali konsep nyeri. 3. Kemampuan mengenali penyebab nyeri. 4. Kemampuan menggunakan Teknik nonfarmakologis. 5. Dukungan orang terdekat. 6. Penggunaan analgesic.	Manajemen Nyeri (L.08238) Observasi 1. Identifikasi lokasi, karakteristik, dirasi, frekuensi, kualitas, intensitas nyeri. 2. Identifikasi skala nyeri. 3. Identifikasi respons nyeri non verbal. 4. Identifikasi factor yang memperberat dan memperingan nyeri. 5. Identifikasi pengetahuan dan keyakinan tentang nyeri. 6. Identifikasi pengaruh budaya terhadap respons nyeri. 7. Identifikasi pengaruh nyeri pada kualitas hidup. 8. Monitor keberhasilan terapi komplementer yang sudah diberikan. 9. Monitor efek samping pemberian analgetik. Terapeutik 1. Berikan Teknik non farmakologis untuk mengurangi nyeri (mis,Kompres hangat).

2. Kontrol lingkungan yang memperberat rasa nyeri.
3. Fasilitas istirahat dan tidur.
4. Pertimbangkan jenis dan sumber nyeri dalam pemilihan strategi meredakan nyeri.

#### Edukasi

1. Jelaskan penyebab periode dan pemicu nyeri (karena adanya bendungan ASI sehingga membuat payudara mengalami pembengkakan dan nyeri).
2. Jelaskan strategi meredakan nyeri (dengan melakukan kompres hangat).
3. Anjurkan memonitor nyeri secara mandiri.
4. Anjurkan menggunakan analgetik secara tepat.
5. Ajarkan Teknik nonfarmakologis untuk mengurangi rasa nyeri (kompres hangat).

#### Kolaborasi

1. Kolaborasi pemberian analgetik jika perlu.

Berdasarkan kasus I dan kasus II dapat disimpulkan bahwa kedua klien mempunyai rencana keperawatan yang sama sesuai dengan Standar Intervensi Keperawatan SDKI, SLKI, SIKI, dengan diagnosa keperawatan Nyeri Akut berhubungan dengan Pembengkakan Payudara dengan 19 rencana keperawatan.

#### **d. Implementasi**

Implementasi keperawatan yang dilakukan pada kasus 1 dan kasus 2 merupakan tindakan keseluruhan sesuai dengan intervensi keperawatan yang tertera untuk implementasi terapi kompres hangat untuk mengurangi pembengkakan payudara terhadap ibu post partum.

#### **e. Evaluasi**

Pada diagnosa keperawatan Nyeri Akut berhubungan dengan pembengkakan Payudara, setelah dilakukan tindakan keperawatan pada Kasus I tanggal 15 Januari 2024 sampai 17 Januari 2024, sedangkan Kasus II tanggal 17 Januari 2024 sampai 19 Januari 2024. Kedua klien tersebut memiliki respon yang sama pada saat dilakukan tindakan keperawatan Kompres Hangat. Pada Kasus I dan II dilakukan tindakan Kompres Hangat selama 3 hari, didapatkan nyeri pada payudara sudah mulai menurun, sebelum dilakukan tindakan Kompres Hangat nyeri pada payudara klien (skala nyeri : 4) dan setelah dilakukan tindakan Kompres Hangat selama 3 hari nyeri pada payudara klien mulai menurun menjadi (skala nyeri : 2).

#### **Pembahasan**

##### **a. Tahap Pengkajian**

Berdasarkan hasil pengkajian didapatkan dari kedua responden mempunyai diagnosa medis yang berbeda yaitu Post partum SC dan Post Partum Normal. Pada kasus I dan II didapatkan klien berjenis kelamin Perempuan dengan kasus I (Ny. S) berusia 33 tahun dan pada kasus II (Ny. C) berusia 26 tahun, dimana pada kasus I (Ny.S) merupakan post partum anak kedua dan pada kasus II (Ny.C) merupakan post partum anak pertama.

Pada Kasus I klien mengeluh terasa nyeri pada payudara (skala nyeri: 4), klien merasa payudara membengkak, gejala tersebut dirasakan klien 2 hari setelah post partum.

Sedangkan pada klien II didapatkan keluhan terasa nyeri pada bagian payudara (skala nyeri: 4) dan payudara terasa membengkak, gejala dirasakan klien setelah 1 hari pasca tindakan SC. Hal ini didukung oleh penelitian Rica Arie (2019) disebutkan bahwa sering terjadi gangguan payudara pada ibu post partum dimana tanda dan gejala yang biasa dirasakan seperti gangguan puting susu (lecet, tertarik kedalam), pembengkakan payudara, sumbatan payudara sehingga ASI tersumbat, nyeri dan terjadinya infeksi pada payudara.

Pada kasus 1 yaitu skala nyeri sebelum dilakukan tindakan kompres hangat yaitu (skala: 4), dan pada kasus 2 ditemukan skala nyeri sebelum dilakukan tindakan kompres hangan yaitu (skala: 4). Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Rica Arie (2019) dalam penelitian tersebut disebutkan kompres hangat dapat menurunkan nyeri dan pembengkakan payudara pada ibu post partum.

#### **b. Diagnosa Keperawatan**

Berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan, diagnosa yang muncul pada kedua responden sama. Pada kasus I yaitu nyeri akut b/d pembengkakan payudara d/d klien mengeluh payudaranya terasa bengkak dan nyeri (skala: 4) gejala dirasakan klien 1 hari setelah post partum, vital sign: TD: 135/80 mmHg, HR: 83x/menit RR: 22x/menit, temp: 36,5°C. Sedangkan pada kasus II yaitu nyeri akut b/d pembengkakan payudara d/d klien mengeluh payudara terasa membengkak dan nyeri setelah 1 hari setelah tindakan SC, vital sign: TD: 150/80 mmHg, HR: 82x/menit, RR: 22x/menit, temp: 36,5. Hal ini didukung oleh penelitian Rica Arie (2019) mengemukakan bahwa pada ibu nifas sering terjadi infeksi pada payudara dimana gejala yang biasa dirasakan ialah pembengkakan pada payudara, asi tersumbat, dan nyeri pada payudara.

#### **c. Intervensi Keperawatan**

Berdasarkan tabel 1.3 didapatkan dari kedua klien mempunyai rencana tindakan keperawatan yang sama dari Rumah Sakit TK II Putri Hijau Medan diruang IV. Rencana tindakan keperawatan disesuaikan dengan standar intervensi keperawatan SDKI, SLKI, SIKI, meliputi: 1. Nyeri akut : Observasi : 1) Identifikasi lokasi, karakteristik, dirasi, frekuensi, kualitas, intensitas. 2) Identifikasi skala nyeri. 3) Identifikasi respons nyeri non verbal. 4) Identifikasi factor yang memperberat dan emperingan nyeri. 5) Identifikasi pengetahuan dan keyakinan tentang nyeri. 6) Identifikasi pengaruh budaya terhadap respons nyeri. 7) Identifikasi pengaruh nyeri pada kualitas hidup. 8) Monitor keberhasilan terapi komplementer yang sudah diberikan. 9) Monitor efek samping pemberian analgetik. Terapeutik : 1) Berikan Teknik nifarmakologis untuk mengurangi nyeri (mis, kompres hangat). 2) Kontrol lingkungan yang memperberat rasa nyeri. 3) Fasilitas istirahat dan tidur. 4) Pertimbangkan jenis dan sumber nyeri dalam pemilihan strategi meredakan nyeri. Edukasi : 1) Jelaskan penyebab, periode, dan pemicu nyeri (karena adanya bendungan ASI sehingga membuat payudara mengalami pembengkakan dan nyeri). 2) Jelaskan strategi meredakan nyeri (dengan melakukan kompres hangat). 3) Anjurkan memonitor nyeri secara mandiri. 4) Anjurkan menggunakan analgetik secara tepat. 5) Ajarakan Teknik nonfarmakologis untuk mengurangi rasa nyeri (kompres hangat). Kolaborasi : 1) Kolaborasi pemberian analgetik, jika perlu.

#### **d. Implementasi Keperawatan**

Berdasarkan rencana atau intervensi yang akan dilakukan pada kasus I dan II, maka ditentukan intervensi keperawatan yang sesuai dengan diagnosa yang terjadi, Pada kasus I dan II, implementasi yang diberikan yaitu : Mengidentifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, intensitas nyeri, Mengidentifikasi skala nyeri, mengidentifikasi, mengidentifikasi respons nyeri non verbal, Mengidentifikasi factor yang memperberat

dan memperingan nyeri, Mengidentifikasi pengetahuan dan keyakinan tentang nyeri, Mengidentifikasi pengaruh budaya terhadap respon nyeri, Mengidentifikasi pengaruh nyeri pada kualitas hidup, Memonitor keberhasilan terapi komplementer yang sudah diberikan, Memonitor efek samping pemberian analgetik, Memberikan Teknik non farmakologis untuk mengurangi nyeri (mis, kompres hangat), Memfasilitasi istirahat dan tidur, Menjelaskan penyebab, periode dan pemicu nyeri (karena adanya bendungan ASI sehingga membuat payudara mengalangi pembengkakan dan nyeri), Menjelaskan strategi meredakan nyeri (engan melakukan kompres hangat), Menganjurkan memonitor nyeri secara mandiri, Menganjurkan menggunakan analgetik secara tepat, Mengkolaborasi pemberian analgetik jika perlu.

#### **e. Evaluasi Keperawatan**

Pada diagnosa keperawatan Nyeri Akut berhubungan dengan pembengkakan Payudara, setelah dilakukan tindakan keperawatan pada Kasus I tanggal 15 Januari 2024 sampai 17 Januari 2024, sedangkan Kasus II tanggal 17 Januari 2024 sampai 19 Januari 2024. Kedua klien tersebut memiliki respon yang sama pada saat dilakukan tindakan keperawatan Kompres Hangat. Pada Kasus I dan II dilakukan tindakan Kompres Hangat selama 3 hari, didapatkan nyeri pada payudara sudah mulai menurun, sebelum dilakukan tindakan Kompres Hangat nyeri pada payudara klien (skala nyeri : 4) dan setelah dilakukan tindakan Kompres Hangat selama 3 hari nyeri pada payudara klien mulai menurun menjadi (sakala nyeri : 2). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Rica Arie (2019) disebutkan bahwa sering terjadi gangguan pada payudara ibu post partum diman tanda dan gejala yang biasa dirasakan seperti pembengkakan payudara, sumbatan payudara sehingga ASI tersumbat, nyeri dan terjadi infeksi pada payudara.

Pada Kasus I didapatkan evaluasi pada hari pertama 15 Januari 2024 sampai dengan 17 Januari 2024 dan Kasus II tanggal 17 Januari 2024 sampai dengan 19 Januari 2024, pada kedua klien dengan diagnosa Nyeri akut berhubungan dengan pembengkakan payudara, dengan keluhan nyeri pada bagian payudara setelah melahirkan, setelah dilakukan tindakan Kompres Hangat yang dirasakan oleh klien I dan II mulai membaik.

### **KESIMPULAN**

Pada hasil evaluasi antara kedua klien didapatkan hasil yang sama pada kasus I (Ny.S) dan kasus II (Ny.C), masalah pembengkakan payudara dengan tindakan kompres hangat selama 3 hari pada pasien Post partum Normal dan Post Partum SC. Setelah dilakukan Kompres hangat pada kasus I dan II skala nyeri sudah mulai menurun (skala nyeri : 2).

Setelah dilakukan tindakan terhadap intervensi keperawatan pada kasus 1 dan kasus 2 maka dapat disimpulkan bahwa implementasi terapi kompres hangat untuk mengurangi pembengkakan payudara pada ibu post partum pada kasus 1 dan kasus 2 menunjukkan bahwa masalah yang dialami pada kedua kasus dapat teratasi.

### **PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS**

Peneliti mengucapkan terimakasih banyak kepada klien 1 dan klien 2 yang telah bersedia sebagai responden dan mempermudah peneliti dalam melakukan penelitian. Dan peneliti juga mengucapkan terimakasih banyak kepada pihak Rumah Sakit TK II Putri Hijau Medan dan Instansi Pendidikan yang telah memfasilitasi kegiatan penelitian ini sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik.

**DAFTAR REFRENSI**

- [1] Alimul. (2015). *Bunga Rampai Manajemen Nyeri*. <https://books.google.co.id/books?id+P2DQEAAAQBAJ&pg+PA129&dq+Penger+tian+nyeri+menurut+alimul+2015&hl=id&newbks+1>
- [2] Dowswell T& Mangesi. (2010). *Cegah dan Atasi Pembengkakan Payudara Ibu Postpartum*
- [3] Dyah Ayu.L, Nikmatul.K. (2023). *Pemberian Kompres Hangat Basah Dapat Mengurangi Pembengkakan Pada Masa Laktasi*. Jurnal Unimus. 4 (3).2737-8067. [https://scholar.google.co.id/scholar?hl=id&as\\_sdt=0%2C5&q=jurnal+pemberia++kompres+hangat+basah+dapat+mengurangi+pembengkakan+pada+masa+laktas+idyah+ayu+lestari+2023](https://scholar.google.co.id/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=jurnal+pemberia++kompres+hangat+basah+dapat+mengurangi+pembengkakan+pada+masa+laktas+idyah+ayu+lestari+2023)
- [4] Fitra Duhita. (2023). *LAKTASI (Lambang MengASIhi dalam Berbagai Tantangan Keadaan dan Kondisi)*. <https://books.google.co.id/books?id+eTrOEAAAQBAJ&pg+PA279&dq+Teknik+kompres+hangat+menurut+Fitra+duhita&hl=id&newbks>
- [5] Joy & Kharde. (2016). *Cegah dan Atasi Pembengkakan Payudara Ibu Postpartum*. <https://www.google.co.id/books/edition/Cegah+dan+atasi+Pembengkakan+Payud+ara+Ib/IHC9EAAAQBAJ?hl=id&gbpv+0>.
- [6] Khisan Fajri.N.K., Maryatun., Neny.U. (2023). *Penerapan Perawatan Pyudara (Breast Care) terhadap pembengkakan Payudara Pada Ibu Menyusui Post Partum Di Bangsal Cempaka RSUD dr.Soehadi Prijonegoro Sragen*. Jurnal riset. 1(3). <https://jurnal.stikeskesdam4dip.ac.id/index.php/Ventilator/article/view/456>
- [7] Priskawulandari. (2018). *Pengaruh kompres hangat pada payudara terhadap pengeluaran ASI pada ibu post partum*. <https://Www.google.co.id/scholarjurnal+pengaruh+pemberian+teknik+kompres+hangat+terhadap+kelancaran+pengaruh+asi+pada+ibu+post+partum2022>.
- [8] Rica Arie Shintami. (2019). *Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Payudara Pada Ibu Nifas*. Jurnal Kesehatan Pertiwi. 1 , 21-25. <https://scholar.google.co.id/scholarjurnal+pengaruh+kompres+hangat+terhadap+penurunan+nyeri+payudara+pada+ibu+nifas+menurut+rica+arieb+shintami+2019>.
- [9] Sari. (2018). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*. <https://inlislite.uin-suska.ac.id/opac/detail-opac?id=32590>
- [10] *World Health Organization (WHO)*. 2019. <https://www.who.int/>
- [11] Yuliana & Hakim. (2020). *Asuhan Kebidanan Komprehensif pada kehamilan dengan jarak kurang dari 2 tahun*. <https://books.google.co.id/books?id=QsHDEAAAQBAJ&pg=PA21&dq=pengerti+an=post=Partum=menurut=yuliana>