

PENGARUH KOMPRES HANGAT PAYUDARA TERHADAP PENGELUARAN KOLOSTRUM PADA IBU PRIMIGRAVIDA

*The Effect Of Warm Breast Compresson Colostrum Expenditure In
Primigravid Mothers*

**MERIA TURNIP¹, LISMA YUNINGSIH², DESIKA WALI PARDEDE³, WILDA
WAHYUNI SIREGAR⁴**

INSTITUT KESEHATAN MEDISTRA LUBUK PAKAM
Jl. Sudirman No. 38 Lubuk Pakam
Kab. Deli Serdang –Sumatera Utara
Email : meriaturnip76@gmail.com

DOI: [10.35451/jkk.v6i2.2098](https://doi.org/10.35451/jkk.v6i2.2098)

Abstrak

Kolostrum adalah makanan pertama bayi baru lahir yang sangat penting untuk antibody bayi baru lahir dari bakteri, kuman dan virus. Kolostrum mampu berperan melindungi tubuh bayi dari infeksi dan bakteri karena kolostrum mengandung zat immunoglobulin. Pemberian kompres hangat pada payudara dapat memperlancar pengeluaran kolostrum. Kompres hangat akan meningkatkan sirkulasi darah pada payudara sehingga produksi oksitosin juga akan banyak dan membuat pengeluaran kolostrum semakin lancar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kompres hangat payudara terhadap pengeluaran terhadap pengeluaran kolostrum pada ibu primigravida di Klinik Bidan Saumi Kota Perdagangan. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *quasy eksperiment* dengan rancangan *one group pretest posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu primigravida yang berkunjung ke Klinik Bidan Saumi Kota Perdagangan. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi sebanyak 15 sampel. Analisa data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Ranks Test*. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa ada pengaruh kompres hangat payudara terhadap pengeluaran kolostrum pada ibu primigravida dengan nilai $p\text{-value} = 0.004$.

Kata kunci : Kompres Hangat Payudara, Pengeluaran Kolostrum

Abstract

Colostrum is a newborn's first food which is very important for the newborn's antibodies against bacteria, germs and viruses. Colostrum can play a role in protecting the baby's body from infections and bacteria because colostrum contains immunoglobulin substances. Applying warm compresses to the breasts can facilitate colostrum production. Warm compresses will increase blood circulation in the breasts so that oxytocin production will also increase and make colostrum production smoother. This study aims to determine the effect of warm breast compresses on colostrum production in primigravida mothers at the Saumi Midwife Clinic, Trading City. This research uses a quasi-

experimental research design with a one group pretest posttest design. The population in this study were all primigravida mothers who visited the Saumi Midwife Clinic in Trading City. Sampling in this study used a purposive sampling technique based on inclusion and exclusion criteria of 15 samples. Data analysis used the Wilcoxon Signed Ranks Test. Based on the research results, it was found that there was an effect of warm breast compresses on colostrum production in primigravida mothers with a p-value =0.004

Keywords : Breast Warm Compress, Colostrum Expenditure

1. PENDAHULUAN

Primigravida merupakan ibu yang baru hamil untuk pertama kalinya (Chapman, 2015). Biasanya pengetahuan ibu hamil primigravida tentang manfaat dan pentingnya kolostrom masih sangat rendah karena mereka belum pernah mengalaminya. (Roesli, 2018).

Data Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020 menunjukkan bahwa Secara nasional, cakupan bayi mendapat ASI eksklusif tahun 2020 yaitu sebesar 66,06%. Angka tersebut sudah melampaui target Renstra tahun 2020 yaitu 40%. Persentase tertinggi cakupan pemberian ASI eksklusif terdapat pada Provinsi Nusa Tenggara Barat (87,33%), sedangkan persentase terendah terdapat di Provinsi Papua Barat (33,96%) Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020).

Menurut hasil dari Riset Kesehatan Dasar Indonesia (RISKESDAS) tahun 2018, tidak ada data yang secara khusus membahas tentang pemberian kolostrom. Namun, keberhasilan dalam pemberian kolostrom dapat diindikasikan melalui data proporsi Inisiasi Menyusu Dini (IMD) pada bayi usia 0-23 bulan di seluruh provinsi Indonesia, yang mencapai angka 58,2%. Sementara itu, di Provinsi Aceh, keberhasilan pemberian kolostrom dapat dilihat melalui data proporsi IMD pada bayi usia 0-23 bulan, yang mencapai 40% dari total bayi yang lahir di provinsi tersebut (RISKESDAS, 2018)

Menurut American Pregnancy Association (APA) tahun 2018, kolostrom memiliki kemampuan untuk membentuk pelindung di perut dan

usus bayi, melindungi mereka dari serangan kuman dan patogen. Selain itu, kolostrom membantu mengurangi risiko sakit kuning pada bayi dengan membantu dalam pengeluaran zat-zat berbahaya dari tubuh bayi. Lebih lanjut, kolostrom memberikan asupan zat gizi yang penting bagi perkembangan otak, mata, dan jantung bayi, memastikan bahwa kebutuhan nutrisi mereka terpenuhi dengan baik. (American Pregnancy Association, 2018).

Berdasarkan survey penelitian yang dilakukan di Klinik Bidan Saumi tentang kompres hangat payudara terhadap pengeluaran kolostrom pada ibu primigravida diperoleh bahwa dari 10 ibu primigravida yang datang di klinik bidan saumi mengatakan bahwa mereka tidak memberikan kolostrom kepada bayinya, dikarenakan mereka memiliki permasalahan dalam pengeluaran kolostrom seperti masih belum adanya pengalaman dalam perawatan payudara sehingga belum memahami bagaimana cara untuk memperlancar pengeluaran kolostrom. Selain itu kurangnya pemberian kolostrom juga disebabkan karena kurangnya rangsangan hormon prolactin dan oksitosin yang sangat berperan untuk pengeluaran kolostrom, untuk pengeluaran kolostrom diperlukan upaya non farmakologis yaitu dengan memberikan kompres hangat pada payudara.

Secara fisiologis, penggunaan kompres hangat dapat merangsang refleksi pelepasan ASI, yang dapat mencegah terjadinya sumbatan pada saluran ASI yang dapat menyebabkan pembengkakan payudara. Selain itu,

Pemberian kompres hangat pada payudara mampu meningkatkan sirkulasi darah, merelaksasikan otot payudara, meningkatkan peredaran darah ke payudara sehingga akan meningkatkan pengeluaran kolostrum (Nurhanifah, 2013).

2. METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian quasy eksperiment dengan rancangan one group pretest posttest. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kompres hangat payudara terhadap pengeluaran kolostrum pada ibu primigravida di Klinik Bidan Saumi Kota Perdagangan.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu primigravida yang berkunjung ke Klinik Bidan Saumi Kota Perdagangan. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi sebanyak 15 sampel. Analisa data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Ranks Test*.

3. HASIL ANALISIS UNIVARIAT

Tabel 1 Distribusi Karakteristik Data Demografi Berdasarkan Usia, Pendidikan, Pekerjaan, Usia Kehamilan Ibu Primigravida Di Klinik Bidan Saumi Kota Perdagangan

NO	Data Demografi	Dominasi	n	(%)
1	Usia	22-24 Tahun	7	46,7
		25-27 Tahun	8	53,3
		Total	15	100
2	Pendidikan	SMA	9	60,0
		S1	6	40,0
	Total		15	100
3	Pekerjaan	IRT	12	80,0
		Wiraswasta	3	20,0
		Total	15	100

4.	Usia	28-34 minggu	8	53,3
	Kehamilan an	35-40 minggu	7	46,7
	Total		15	100

Berdasarkan tabel 1 diatas hasil dari Dominasi, sampel (n) dan Persentase (%), dengan jumlah responden 15 berdasarkan usia 22-24 Tahun sebanyak 7 responden (46,7%), dan usia 25-27 Tahun sebanyak 8 responden (53,3%). Berdasarkan dominasi pendidikan dengan jumlah responden 15 adalah SMA 9 responden (60,0 %), S1 (Sarjana) 6 responden (40,0%). Berdasarkan dominasi pekerjaan IRT dengan jumlah 12 responden (80,0 %), wiraswasta dengan jumlah 3 responden (20,0 %). Dan berdasarkan dominasi usia kehamilan 35-37 minggu dengan jumlah 8 responden (53,3%), 38-40 minggu dengan jumlah 7 responden (46,7%).

Tabel 2. Distribusi Pengeluaran Kolostrum Pada Ibu Primigravida Sebelum Dilakukan Kompres Hangat Payudara Sebelum Dilakukan (pre-test)

Pengeluaran Kolostrum	N	(%)
Ada	3	20,0
Pengeluaran Tidak ada	12	80,0
Total	15	100

Berdasarkan tabel 2 di atas dapat diketahui bahwa ada 3 responden (20%) yang mengalami pengeluaran kolostrum ibu sebelum dilakukan kompres hangat dan sebanyak 12 responden (80%) yang tidak mengalami pengeluaran kolostrum.

Tabel 3 Distribusi Pengeluaran kolostrum Pada Ibu Primigravida Sesudah Dilakukan Kompres Hangat Payudara Sesudah Dilakukan (post-test)

Pengeluaran	N	(%)
-------------	---	-----

Kolostrum		
Ada	13	86,7
Pengeluaran		
Tidak ada	2	13,3
pengeluaran		
Total	15	100

Berdasarkan tabel 3 di atas dapat diketahui bahwa ada 13 responden (86,7%) yang mengalami pengeluaran kolostrum ibu sesudah dilakukan kompres hangat dan sebanyak 2 responden (13,3%) yang tidak mengalami pengeluaran kolostrum.

ANALISIS BIVARIAT

Tabel 4 pengaruh kompres hangat payudara terhadap pengeluaran kolostrum pada ibu primigravida

Pengeluaran Kolostrum	Terapi Kompres Hangat Payudara				Nilai P-Value
	Sebelum		Sesudah		
	N	%	N	%	
Ada	3	20	13	86,7	0,004
Tidak ada	12	80	2	13,3	
Total	15	100	15	100	

Tabel 4 menunjukkan bahwa terdapat peningkatan responden yang mengalami pengeluaran kolostrum dimana sebelum dilakukan kompres hangat responden yang mengalami pengeluaran kolostrum sebanyak 3 responden (20%) sedangkan sesudah dilakukan kompres hangat responden yang mengalami pengeluaran kolostrum meningkat menjadi 13 responden (86,7%). Berdasarkan uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* diperoleh bahwa ada pengaruh kompres hangat payudara terhadap pengeluaran kolostrum pada ibu primigravida

dengan nilai p-value 0,004 ($p < 0,05$).

4. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada peningkatan responden yang mengalami pengeluaran kolostrum dimana sebelum dilakukan kompres hangat responden yang mengalami pengeluaran kolostrum sebanyak 3 responden (20%) sedangkan sesudah dilakukan kompres hangat responden yang mengalami pengeluaran kolostrum meningkat menjadi 13 responden (86,7%). Hal ini dipengaruhi oleh responden yang mengikuti perintah dan merespon tindakan perlakuan kompres hangat payudara dengan baik.

Berdasarkan uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* diperoleh bahwa ada pengaruh kompres hangat payudara terhadap pengeluaran kolostrum pada ibu primigravida dengan nilai p-value 0,004 ($p < 0,05$).

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Priskawulandari, 2018) di kota Palembang menunjukkan bahwa adanya pengaruh pengeluaran ASI sesudah dilakukan kompres hangat payudara yaitu dari jumlah keseluruhan 30 responden (100%). Dengan kategori pengeluaran ASI kurang sebanyak 5 responden (16,7%), 18 responden (60,0%) dengan kategori cukup dan 7 responden (23,3%) dengan kategori banyak. Hal ini membuktikan bahwa ada pengaruh pengeluaran ASI sesudah dilakukan kompres hangat payudara pada ibu post partum dengan p-value 0,000 < 0,05.

Berdasarkan teori, kompres hangat pada payudara dianggap sebagai metode non-farmakologi yang sangat efektif dalam meredakan nyeri atau spasme otot serta meningkatkan peredaran darah ke area yang dituju. Secara fisiologis, kompres hangat dapat menyebabkan vasodilatasi, meningkatkan permeabilitas kapiler, merelaksasi otot, dan meningkatkan aliran darah ke area yang dirawat.

Peningkatan sirkulasi darah di daerah payudara akan mengakibatkan peningkatan aliran oksitosin menuju payudara, yang pada gilirannya akan meningkatkan kelancaran pengeluaran Kolostrum.

Menurut asumsi penulis bahwa kompres hangat merupakan salah satu terapi nonfarmakologi untuk membantu pasien relaksasi. Kompres hangat memiliki efek untuk kontraksi otot polos duktus asini sehingga akan memperlancar pengeluaran kolostrum. Pengeluaran kolostrum disebabkan karena peningkatan rasa nyaman dan rileks pada saat diberikan kompres hangat payudara yang secara otomatis akan merangsang pengeluaran hormon oksitosin yang akan merangsang pengeluaran kolostrum pada ibu primigravida.

Maka dari itu pengeluaran kolostrum pada ibu primigravida dapat dilakukan dengan cara melakukan kompres hangat pada payudara. Selain itu diharapkan pelayanan kesehatan dan ibu primigravida dapat mengaplikasikan metode kompres hangat payudara sebagai metode asuhan untuk pengeluaran kolostrum pada ibu primigravida.

5. KESIMPULAN

1. Sebelum diberikan kompres hangat payudara ada 3 responden (20%) yang mengalami pengeluaran kolostrum dan ada 12 responden (80%) yang tidak mengalami pengeluaran kolostrum.
2. Setelah diberikan kompres hangat payudara ada 13 responden (86,7%) yang mengalami pengeluaran kolostrum dan sebanyak 2 responden (13.3%) yang tidak mengalami pengeluaran kolostrum.
3. Ada pengaruh kompres hangat payudara terhadap pengeluaran kolostrum pada ibu primigravida dengan nilai p-value 0,004 ($p < 0,05$).

DAFTAR PUSTAKA

- American Pregnancy Association. (2018). Colostrum-The Superfood For Your Newborn. American pregnancy.org. Available at: <https://americanpregnancy.org/breastfeeding/colostrum-the-superfood-for-your-Newborn>.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020. (<http://www.kemkes.go.id>).
- Nurhanifah. (2013). Perbedaan Efektifitas Massage Punggung dan Kompres Hangat Payudara Terhadap Peningkatan Kelancaran Produksi ASI. Jurnal Keperawatan.
- Priskawulandari. (2018). pengaruh kompres hangat pada payudara terhadap pengeluaran ASI pada ibu post partum.
- RISKESDAS. (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar 2018, www.kemkes.go.id.
- Roesli, U. (2018). *Inisiasi Menyusui Dini Plus ASI Eksklusif*. Jakarta : Pustaka Bunda.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sulistiyawati, A. (2013). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Jogjakarta: Andi Offset.