

**PENDAMPINGAN KADER DALAM UPAYA PREVENTIF TERJADINYA
ENGORGEMENT PADA IBU MENYUSUI DI WILAYAH KELURAHAN
GEDAWANG KECAMATAN BANYUMANIK KOTA SEMARANG**

***MENTORING CADRES IN PREVENTIVE MEASURES OF THE
ENGORGEMENT OCCURRENCE FOR LACTATION MOTHERS IN
GEDAWANG SUB DISTRICT, BANYUMANIK
SEMARANG CITY.***

Sri Rahayu¹, Ida Ariyanti², Runjati³, Elisa Ulfiana⁴

^{1,2,3,4} Midwifery Department, Politeknik Kesehatan Kemenkes, Semarang, Indonesia

Email : yayoek.1974@gmail.com

ABSTRAK

Menyusui merupakan proses alamiah yang akan di hadapi oleh seorang ibu, namun bila tidak dipersiapkan sejak awal dapat menimbulkan beberapa masalah seperti payudara bengkak, puting susu lecet. Tujuan pengabdian ini adalah mengajarkan kepada kader dan ibu hamil pencegahan terjadinya engorgement dengan pelatihan, pendampingan ibu hamil dan menyusui dalam mempersiapkan pemberian ASI. Langkah kegiatan adalah memberikan pelatihan kepada 40 kader kesehatan dan ibu hamil, tentang ASI eksklusif, masalah-masalah menyusui, cara mengatasi engorgement, pada pertemuan selanjutnya dilakukan praktik kompres daun dadap serep dan kompres hangat payudara. Kegiatan dilakukan di RW II dan III Kelurahan Gedawang bulan Agustus sd Oktober 2018. Hasil kegiatan skor rata-rata pengetahuan ibu sebelum diberikan pelatihan tentang ASI eksklusif 65, skor masalah menyusui 68, cara mengatasi engorgement 65 dan kompres daun dadap serep dan kompres hangat dingin 61. Setelah pelatihan selesai diberikan post test terjadi kenaikan skor pengetahuan ASI eksklusif menjadi 83, masalah menyusui 82, cara mengatasi engorgement 80, dan kompres daun dadap serep dan kompres hangat dingin skore 78. Diharapkan kader di wilayah kelurahan Gedawang dapat mendampingi ibu nifas dalam memberikan ASI eksklusif, di wilayahnya serta ibu hamil dapat mempersiapkan sedini mungkin dalam memberikan ASI dan cara-cara mengatasi masalah menyusui.

Kata Kunci : Pendampingan, Engorgement, Ibu Menyusui

ABSTRACT

Breastfeeding is a natural process that will be faced by a mother, but if not prepared from the beginning, it will cause some problems such as swollen breasts and nipple blisters. The purpose of this devotion is to teach the cadres and pregnant women about the prevention of the engorgement occurrence with training, mentoring pregnant and lactating women for breastfeeding preparation. The step was to provide training to 40 health cadres and pregnant women about exclusive breastfeeding, breastfeeding problems, how to cope with engorgement, on the next step carried the practice to compress the breast with the dadap serep leaves and warm compress. Activities carried out in the RW II and III in Gedawang Village studies review the months of August till October 2018. The results of the average score of mother's knowledge before being given training on exclusive breastfeeding 65, score breastfeeding problems 68, how to cope with engorgement 65 and leaf compresses against cold and warm compresses 61. After the training completed, post-test score of exclusive breastfeeding knowledge increased to 83, the issue of breastfeeding 82, how to cope with engorgement 80, and leaf compresses against cold and warm compresses score 78. It hoped that cadres in the Gedawang district could assist postpartum mothers in providing exclusive breastfeeding in their area and pregnant women could prepare as early as possible in giving breastfeeding and ways to cope with breastfeeding problems.

Keywords: Mentoring, Engorgement, Postpartum Mothers

PENDAHULUAN

Bendungan ASI (*engorgement*) terjadi karena bayi tidak sering menyusu, produksi meningkat, terlambat menyusukan, hubungan dengan bayi (*bounding*) kurang baik, dan dapat pula karena adanya pembatasan waktu menyusui (Kenneth, 2009). Bendungan ASI kebanyakan terjadi pada hari kedua sampai hari keempat postpartum (Prawirohardjo, 2010). Terjadinya pembengkakan payudara dan secara palpasi terasa keras, kadang terasa nyeri serta seringkali disertai peningkatan suhu badan ibu, tetapi tidak terdapat tanda-tanda kemerahan dan demam, akan menjadi lebih parah bila ibu jarang menyusukan bayinya, akibatnya bayi tidak mendapatkan ASI. Salah satu penyebab tidak tercapainya ASI eksklusif yaitu dikarenakan masalah dalam menyusui yang disebabkan bendungan ASI (Rukiyah, Yulianti and Liana, 2011)

Nyeri pada payudara dapat diatasi dengan menyusukan *on demand* sesering mungkin, kompres panas, kompres dingin payudara sebelum disusukan, pijatan payudara, kompres dingin payudara diantara menyusui (Saifuddin, 2009). Selain itu dengan memanfaatkan tanaman obat tradisional seperti daun dadap serep (*Erythirna Sub*

umbrans) dapat dimanfaatkan sebagai obat analgetik dan antipiretik. Pada penelitian yang dilakukan BPPT, kandungan dari daun dadap serep adalah alkaloid, eritradina, eritrina, hipaforina dan erisovina serta kandungan protein dan nitrogen yang tinggi. Penelitian lain oleh Hidayat, kandungan dadap serep yang memiliki efek antipiretik adalah alkaloid. Alkaloid berfungsi menghambat sintesa prostaglandin yang menghambat terjadinya nyeri dan demam. Cara kerja alkaloid ini menyerupai aktivitas obat antipiretik sintesis, penghambatan biosintesis prostaglandin, yang akan dilepaskan bilamana sel mengalami kerusakan dengan cara menghambat enzim siklooksigenase sehingga konversi asam arachidonat menjadi PGG₂ terganggu. Setiap obat menghambat siklooksigenase dengan cara yang berbeda (Wilmana dan Gan, 2007)

Menurut Arora S., et. al (2008) yang meneliti tentang perbandingan daun kubis dengan kompres hangat dan dingin sebagai penanganan pada pembengkakan payudara, kedua perawatan ini sama-sama efektif dalam mengurangi pembengkakan payudara dan nyeri payudara pada ibu nifas (Arora, 2008). Penelitian sebelumnya

(Rahayu and Ariyanti, 2017) menunjukkan bahwa dengan kompres daun dadap serep dapat menurunkan terjadinya engorgement pada ibu nifas lebih cepat dibandingkan dengan kompres hangat-dingin. Studi yang dilakukan oleh Erni, dkk juga menyebutkan dengan melakukan pijatan memutar (*woolwich*) pada daerah sinus lactiferus 1-1,5 cm diatas areola mammae dapat meningkatkan pengeluaran ASI yang tersumbat (Erniyati, Pamuji and Rahayu, 2014). Pijatan ini dapat dilakukan bersamaan saat melakukan kompres hangat-dingin.

Sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan cakupan ASI Eksklusif dan mencegah terjadinya masalah-masalah menyusui, maka perlu melibatkan kader sebagai tangan panjang dimasyarakat, dalam mempromosikan pentingnya ASI Eksklusif dan penanganan jika terjadi

masalah menyusui. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan kader, ibu hamil, dan menyusui dalam pencegahan engorgement.

METODE

Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini penyuluhan, ceramah, tanya jawab, praktik penanganan engorgement dengan kompres daun dadap serep, kompres hangat-dingin. Alur pengabdian diawali perijinan, kesepakatan waktu, pemberian materi, praktik dan follow up pada ibu nifas . Intervensi dilakukan dengan :memberikan edukasi kepada Ibu hamil, ibu nifas, kader kesehatan tentang ASI Eksklusif, masalah menyusui dan penanganannya praktik. Evaluasi dilakukan pre-test dan post-test. Waktu pelaksanaan dari bulan September sampai Nopember 2018.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pengetahuan

Tabel 1:Rata-rata Pengetahuan Kader dan ibu hamil Sebelum dan Sesudah diberikan Pelatihan

| No | Topik | Rerata Skor Pre | Rerata Skor Post |
|----|-------|-----------------|------------------|
|----|-------|-----------------|------------------|

| | | test | test |
|----|----------------------------|------|------|
| 1 | ASI eksklusif | 65 | 83 |
| 2 | Masalah-masalah menyusui | 68 | 82 |
| 3 | Cara mengatasi Engorgement | 65 | 80 |
| 4. | Kompres | 61 | 78 |

Dari tabel 1 menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan kader dan ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan pelatihan. Peningkatan pengetahuan yang paling tinggi terjadi pada pengetahuan tentang ASI eksklusif, yaitu terjadi kenaikan skor sebesar 18.

2. Praktik Kompres Daun Dadap Serep dan Kompres Hangat-dingin.

Pada kegiatan ini peserta pelatihan kader dan ibu hamil di RW II dan III diajarkan cara melakukan kompres daun dadap serap, kompres hangat-dingin. Tujuan kompres dimaksudkan untuk memperlancar ASI dan mencegah atau mengurangi engorgement pada payudara ibu menyusui. Alat dan bahan yang diperlukan antara lain : Waskom 2 buah, air hangat, air dingin, waslap, daun dadap serep, peniti, handuk besar 2 buah. Hasil pengukuran dari kegiatan adalah melakukan observasi dan wawancara kemampuan kader dan ibu hamil dalam melakukan kompres hangat-dingin maupun kompres daun dadap serep. Sebagian besar 80% ibu-ibu bisa melakukan kompres dengan benar. Perlu banyak berlatih khususnya dalam menekan pada payudara yang keras

menggunakan kepalan tangan, selama kurang lebih 10 menit.

Tingkatan seseorang dalam menerima sumber informasi bermacam-macam, diawali dengan rasa tahu, memahami, aplikasi, analisis dan sintesis. Seperti halnya dalam pemberian edukasi pada pelatihan ini. Penggunaan media yang menarik sangat mempengaruhi penerimaan respon dalam menerima sumber informasi. Pada pelatihan ini, setiap responden diberikan Modul pelatihan, dengan gambar-gambar yang menarik, sehingga memudahkan dalam mengingat informasi yang didengar ataupun di lihat. Selain itu dalam penyampaian materi menggunakan media LCD, sehingga menambahkan media visual ini akan mudah diingat oleh peserta latih (Notoatmodjo, 2012)

Faktor-faktor yang mempengaruhi dalam menerima informasi, dipengaruhi oleh antara lain: pendidikan, pekerjaan, keyakinan, sosial budaya dan pengalaman sebelumnya. Pada kegiatan pelatihan ini sebagian besar memiliki keyakinan yang baik tentang pentingnya memberikan ASI pada bayi, sehingga hal ini mempermudah dalam penerimaan sumber informasi.

Pada pelatihan ini, melibatkan kader dan ibu hamil, kader kesehatan mempunyai peran yang besar dalam upaya meningkatkan kemampuan masyarakat menolong dirinya untuk mencapai derajat kesehatan yang optimal. Selain itu peran kader ikut membina masyarakat dalam bidang kesehatan. Kader kesehatan adalah seseorang yang sanggup bekerja secara sukarela, mendapat kepercayaan dari masyarakat serta mempunyai kredibilitas yang baik dimana perilakunya menjadi panutan masyarakat, memiliki jiwa pengabdian yang tinggi, mempunyai penghasilan tetap, serta sanggup membina masyarakat sekitarnya. Peran kader dalam aspek preventif dan promotif mendampingi ibu nifas di wilayahnya untuk memberikan dukungan dalam menyusui secara eksklusif. Selain itu pada pelatihan ini juga melibatkan ibu hamil, dimaksudkan untuk mempersiapkan ibu dalam memberikan nutrisi pada bayinya, sehingga setelah melahirkan akan siap untuk memberikan ASI kepada bayinya. Dengan pengetahuan yang baik dimiliki ibu hamil, akan meningkatkan kepercayaan diri ibu dalam persiapan pemberian ASI, sehingga jika ditemukan masalah-masalah dalam

menyusui, ibu akan segera bisa mengatasinya.

Pada penelitian Listyaningrum, 2016 menyebutkan bahwa ibu yang mempunyai pengetahuan baik tentang ASI eksklusif akan memberikan ASI secara eksklusif kepada bayinya. ASI merupakan nutrisi yang baik untuk bayi ASI merupakan sumber gizi yang sangat ideal dengan komposisi yang seimbang dan disesuaikan dengan pertumbuhan bayi (Listyaningrum and Vidayanti, 2016). ASI adalah makanan bayi yang paling sempurna, baik kualitas dan kuantitasnya. Dengan tata laksana menyusui yang benar, ASI sebagai makanan tunggal akan cukup memenuhi kebutuhan tumbuh bayi normal sampai usia 6 bulan.

Pada ibu menyusui sering sekali mengalami masalah-masalah dalam menyusui, seperti payudara bengkak, puting susu lecet, merasa ASI tidak cukup. Bila hal ini dibiarkan akan menghambat dalam pemberian ASI dan akan berdampak pada kesinambungan pemberian ASI Eksklusif. Penelitian sebelumnya oleh Rahayu, 2017 menyebutkan dengan memanfaatkan tanaman herbal seperti daun dadap serep dapat digunakan sebagai alternatif dalam mengatasi masalah menyusui khususnya

payudara bengkak (*engorgement*). Selain menggunakan daun dadap serep, kompres air hangat-dingin juga bermanfaat dalam mengurangi nyeri payudara dan produksi ASI jadi lancar.

Penelitian lain oleh Hidayat, kandungan dadap serep yang memiliki efek antipiretik adalah alkaloid. Alkaloid berfungsi menghambat sintesa prostaglandin yang menghambat terjadinya nyeri dan demam. Cara kerja alkaloid ini menyerupai aktivitas obat antipiretik sintesis, penghambatan biosintesis prostaglandin, yang akan dilepaskan bilamana sel mengalami kerusakan dengan cara menghambat enzim siklooksigenase sehingga konversi asam arachidonat menjadi PGG₂ terganggu. Setiap obat menghambat siklooksigenase dengan cara yang berbeda (Wilmana dan Gan, 2007)

Kompres panas dianggap bermanfaat memperbaiki sirkulasi darah, terutama pada *engorgement* payudara postpartum. Salah satu pengurang nyeri dengan metode alami non farmakologi adalah kompres panas maupun dingin. (Nengah, 2013). Dengan mengajarkan kepada kader dan ibu hamil tentang kompres hangat-dingin sangat bermanfaat penting bagi ibu hamil untuk persiapan menyusui.

SIMPULAN

1. Pelatihan yang sudah dilakukan di RW II dan RW III wilayah kelurahan Gedawang dapat meningkatkan pengetahuan tentang ASI eksklusif, masalah-masalah menyusui, penanganan engorgement selama menyusui, diharapkan kader di wilayah kelurahan Gedawang dapat mendampingi ibu nifas dalam memberikan ASI eksklusif, dan membantu ibu jika ada masalah-masalah terkait pemberian ASI.
2. Setelah diberikan pelatihan, kader dan ibu hamil di wilayah RW II dan III terjadi peningkatan ketrampilan dalam melakukan kompres hangat-dingin dan kompres daun dadap serep, sehingga ibu hamil di wilayah RW II dan III dapat mempersiapkan sedini mungkin dalam memberikan ASI dan cara-cara mengatasi masalah menyusui
3. Kunjungan rumah yang dilakukan kepada ibu nifas di wilayah Gedawang, memberikan manfaat bagi ibu terutama peningkatan kepercayaan diri dalam memberikan ASI kepada bayinya, dapat mengatasi permasalahan terkait dengan menyusui, dan jika ada permasalahan terkait menyusui bisa menyampaikan kepada kader setempat yang sudah dilatih.

DAFTAR PUSTAKA

Arora, S. (2008) 'A Comparison of Cabbage Leaves vs Hot and Cold Compresses in The Treatment of Breast Engorgement.', *Indian Journal of Community Medicine*, 33(3), pp. 160–162.

Erniyati, S., Pamuji, B. and Rahayu, S. (2014) 'Pengaruh Kombinasi Metode Pijat Woolwich Dan Endorphine Terhadap Kadar Hormon Prolaktin Dan Volume Asi (Studi Pada Ibu Postpartum di Griya Hamil Sehat Mejasem Kabupaten Tegal)', *Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan*, 5(1). Available at: <http://ojs.stikesbhamadaslawi.ac.id/index.php/jik/article/view/91>.

Kenneth, L. (2009) *Obstetri Williams*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
Listyaningrum, T. U. and Vidayanti, V. (2016) 'Tingkat Pengetahuan dan Motivasi Ibu Berhubungan dengan Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Bekerja', 4(2), pp. 55–62.

Nengah, S. (2013) 'Effect of Hot Compress for Breast Engorgement Pain Intensity on Post Partum Mother in the Working Area of Dauh Puri Health Center', *JURNAL cOPING: Community Publish in Nursing*.

Notoatmodjo (2012) *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Penerbit Rineka Cipta.

Prawirohardjo (2010) 'Ilmu Kebidanan', in. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC, pp. 80–84.

Rahayu, S. and Ariyanti, I. (2017) 'Erythrina Sub Umbrans as Hot and Cold Compression Therapy for Engorgement and Pain Intensity in Breast during Post Natal Bleeding', *ARC Journal of Public Health and Community Medicine*, 2(3), pp. 53–56. doi:

<http://dx.doi.org/10.20431/2456-0596.0203009>.

Rukiyah, A. Y., Yulianti, L. and Liana, M. (2011) *Asuhan Kebidanan III (Nifas)*. Jakarta: Trans Info Media.

Saifuddin, A. B. (2009) *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. 5th edn. Jakarta: Penerbit Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

Wilmana dan Gan (2007) *Analgetik-Antipiretik, Analgetik Anti Inflamasi Non Steroid dan Obat-Obatan lainnya :Farmakologi dan Therapi*. 5th edn. Jakarta: Penerbit Gaya Baru.

DOKUMENTASI



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan



Gambar 2. Simulasi Kompres Payudara



Gambar 3. Penutupan Pengabmas