



Jurnal Ilmiah Kesehatan Mandala Waluya
 ISSN : 2809-3151
 DOI : <https://doi.org/10.54883/jikmw.v5i1.1098>
<https://ejournal.umw.ac.id/jikmw/index>



Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Tingkat Nyeri *Breast Engorgement* Pada Ibu Post Partum Hari 2-4 Di Wilayah Kerja Puskesmas Poasia

Yulli Fety^{1*}, Delviyanti¹, Hasniah Dina¹, Noviaty²

¹Prodi S1 Keperawatan dan Ners, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Mandala Waluya

²Prodi Sarjana Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Mandala Waluya

ABSTRAK

Breast engorgement (pembengkakan payudara) adalah masalah umum yang dialami oleh post partum. Hal ini terjadi karena penumpukan ASI yang berlebih, yang dapat menyebabkan rasa nyeri dan ketidaknyamanan. Nyeri yang dirasakan dapat mempengaruhi ibu untuk menyusui yang dapat berdampak pada Kesehatan ibu. Salah satu metode yang dapat digunakan untuk mengurangi *breast engorgement* adalah kompres hangat. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian kompres hangat terhadap tingkat nyeri *breast engorgement* pada ibu *Postpartum* hari 2- 4 di wilayah kerja puskesmas poasia.

Penelitian ini menggunakan desain pre eksperimental dengan *one group pre test- post test design*. Populasi penelitian adalah ibu Postpartum Yang berjumlah 95 responden. Data dikumpulkan menggunakan lembar observasi pengkajian Nyeri *Verbal Descriptor Scale* (VDS). Analisis data dilakukan secara deskriptif dan inferensial.

Uji Statistik menggunakan uji *Wilcoxon signed rank test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya pengaruh kompres untuk menurunkan tingkat nyeri *breast engorgement* pada ibu *Post Partum Hari 2-4* di wilayah kerja Puskesmas Poasia dengan nilai $Z = -4,359$ dan nilai $p\ value = 0,000$ ($p < 0,005$).

Dapat dijadikan sebagai bahan masukan bagi perawat di puskesmas dalam melakukan tindakan keperawatan dalam rangka meningkatkan mutu pelayanan yang baik khususnya pada pasien *Post Partum Hari 2-4* dengan masalah *breast engorgement*.

Kata kunci: Kompres hangat, Tingkat nyeri, *breast engorgement*

Effect of Warm Compresses on the Level of Breast Engorgement Pain in Postpartum Mothers on the Second to Fourth Days in the Working Area of the Poasia Health Center

ABSTRACT

Breast engorgement (breast swelling) is a common problem experienced by postpartum. This happens due to the excess buildup of breast milk, which can cause pain and discomfort. The pain felt can affect the mother to breastfeed which can have an impact on the mother's health. One of the methods that can be used to reduce breast engorgement is warm compresses. The purpose of this study was to determine the effect of giving warm compresses on the level of breast engorgement pain in postpartum mothers on the second to fourth days in the working area of the Poasia Health Center.

This study uses a pre-experimental design with one group pre-test-post test design. The research population is postpartum mothers which totals 95 respondents. Data were collected using the *Verbal Pain Descriptor Scale* (VDS) assessment observation sheet. Data analysis was carried out descriptively and inferentially.

The Statistical Test uses the Wilcoxon signed rank test. The results of the study showed that there was an effect of compression to reduce the level of breast engorgement pain in postpartum mothers from the second to the fourth day in the working area of the Poasia Health Center with a value of $Z = -4,359$ and a value of $p\ value = 0.000$ ($p < 0.005$).

It can be used as input for nurses at the health center in carrying out nursing actions in order to improve the quality of good service, especially for postpartum patients from the second to the fourth day with breast engorgement problems.

Keywords: Warm compress, Pain level, Breast engorgement

*Penulis Korespondensi :

Yulli Fety

Afiliasi : Prodi S1 Keperawatan dan Ners, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, UMW

E-mail : fetyyulli@gmail.com

No Hp : 085398996065

Info Artikel :

Submitted : 13 Juni 2025

Revised : 20 Juni 2025

Accepted : 20 Juni 2025

Published : 30 Juni 2025

PENDAHULUAN

Postpartum adalah kondisi di mana seorang wanita mengalami pemulihan atau adaptasi sistem reproduksi setelah melahirkan yang membutuhkan waktu 6-8 minggu dan mengalami perubahan fisiologis yang salah satunya pada payudara adalah dimulainya proses menyusui atau laktasi. Proses laktasi adalah gabungan kerja hormon prolaktin dan oksitosin, refleks let-down, stimulasi isapan bayi (Septiani *et al.*, 2021).

Masa nifas menjadi masa kritis bagi ibu dan bayinya. Diperkirakan 60% kematian ibu akibat kehamilan terjadi setelah persalinan dan 50% kematian masa nifas terjadi dalam 24 jam pertama. Demikian juga masa neonatal merupakan masa yang kritis bagi kehidupan bayi, 2/3 kematian bayi terjadi dalam 4 minggu setelah persalinan dan 60% kematian bayi baru lahir terjadi dalam 7 hari setelah lahir. Melalui pemantauan melekat dan asuhan pada ibu dan bayi masa nifas dapat mencegah kematian ini. Salah satu asuhan masa nifas adalah menjaga kesehatan payudara ibu sehingga dapat menjamin asupan Air Susu Ibu (ASI) sebagai nutrisi terbaik bagi bayi (Uswatun Hasanah, 2022).

Air Susu Ibu yang tidak diberikan secara adekuat akan mengakibatkan terjadinya pembengkakan pada payudara, sehingga sisa ASI terkumpul pada daerah duktus laktiferus. Hal ini dapat terjadi pada hari kedua setelah melahirkan. Selain itu, penggunaan bra yang ketat serta keadaan puting susu yang tidak bersih dapat menyebabkan sumbatan pada duktus. Dan apabila tidak ada intervensi yang baik karena terjadinya pembengkakan payudara akan menimbulkan puting susu lecet, mastitis, dan abses payudara hingga sampai menimbulkan septicemia (RAHAYU and Wulandari, 2020).

Data WHO tahun 2020, memaparkan data berupa angka pemberian ASI eksklusif secara global, walaupun telah ada peningkatan, namun angka ini tidak meningkat cukup signifikan, yaitu sekitar 44% bayi usia 0-6 bulan di seluruh dunia yang mendapatkan ASI eksklusif selama periode 2015-2020 dari 50% target pemberian ASI eksklusif menurut WHO. Masih rendahnya pemberian ASI eksklusif akan berdampak pada kualitas dan daya hidup generasi penerus. Secara global pada tahun 2019, 144 juta balita diperkirakan stunting, 47 juta diperkirakan kurus dan 38,3 juta mengalami kelebihan berat badan atau obesitas (WHO,2020).

Tingkat kejadian pembengkakan payudara (*breast engorgement*) di Indonesia pada tahun 2022 adalah 10- 20% dari populasi ibu menyusui, atau sekitar 2,3 juta ibu mengalami *breast engorgement*. *Breast engorgement* yang umum terjadi pada ibu post partum adalah suatu kondisi fisiologis yang tidak menyenangkan ditandai dengan bengkak dan nyeri pada payudara yang terjadi ketika produksi ASI melebihi kebutuhan. Pembengkakan payudara disebabkan adanya penyumbatan pada duktus laktiferus dan keterlambatan dalam menyusui dini, ASI yang berlebih dan kurang sering dikeluarkan (Septiani and Sumiyati, 2022). Berdasarkan data ditemukan saat studi pendahuluan ditemukan ibu partum sebanyak 7 orang yang menyusui 5 diantaranya mengalami masalah nyeri pembengkakan payudara, dan 2 diantaranya berhasil memberikan ASI pada bayinya

Adanya permasalahan pada payudara menjadi hambatan dalam pemberian ASI eksklusif. Salah satu yang sering terjadi adalah bendungan ASI atau pembengkakan payudara. Pembengkakan payudara merupakan

pembendungan air susu karena penyempitan duktus laktiferus atau kelenjar- kelenjar yang tidak dikosongkan dengan sempurna. Pembengkakan payudara, sering terjadi pada hari kedua sampai hari kesepuluh *postpartum*. Sebagian besar pasien merasakan payudara bengkak, merah, keras, nyeri dan terasa panas. Pembengkakan sebenarnya adalah hal yang fisiologis namun dapat berkembang menjadi mastitis bahkan abses jika tidak ditangani dengan baik (Liana Neny, munawaroh Madinah and Noviyani Ernita, 2024).

Ada beberapa intervensi pilihan yang bisa digunakan dalam mengatasi nyeri karena pembengkakan payudara ibu, salah satunya adalah dengan daun kol, namun efektivitas dari terapi ini masih menjadi kontroversi secara alamiah, serta terbatasnya bukti klinis yang ada. Oleh sebab itu, intervensi dengan kompres hangat menjadi pilihan karena beberapa alasan, diantaranya keunggulan fisiologis dari kompres hangat dalam meningkatkan vasodilatasi, melancarkan pengeluaran ASI Ibu, dan mengurangi spasme duktus dibandingkan kompres dingin yang lebih efektif untuk peradangan akut.

Secara teori, pembengkakan payudara (*breast engorgement*) terjadi akibat peningkatan aliran darah ke payudara pada masa awal laktasi, yang menyebabkan payudara menjadi penuh, keras, dan nyeri. Kompres hangat menjadi salah satu intervensi non-farmakologis yang direkomendasikan, bekerja melalui mekanisme vasodilatasi pembuluh darah, meningkatkan aliran darah lokal, melunakkan jaringan payudara yang keras, serta membantu pengeluaran ASI sehingga mengurangi tekanan di dalam payudara dan rasa nyeri (Arora et al., 2022). Secara fisiologis, efek termal dari kompres hangat juga dapat menstimulasi saraf sensorik untuk menghambat transmisi sinyal nyeri ke

otak melalui mekanisme "*gate control theory of pain*", yang pada akhirnya menurunkan persepsi nyeri (Fatmi et al., 2024).

Hasil penelitian ini diharapkan dapat diaplikasikan langsung oleh tenaga kesehatan di fasilitas pelayanan seperti Puskesmas Poasia dalam upaya penatalaksanaan nyeri breast engorgement pada ibu postpartum. Intervensi kompres hangat mudah dilakukan, hemat biaya, dan dapat diterapkan oleh perawat sebagai bagian dari asuhan keperawatan ibu menyusui. Dengan penggunaan kompres hangat, diharapkan dapat meningkatkan kenyamanan ibu, memperlancar pengeluaran ASI, dan mencegah komplikasi laktasi seperti mastitis.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian pre eksperimen dengan *One Group Pretest-Posttest Design*. Desain ini dipilih karena beberapa alasan diantaranya pertimbangan keterbatasan sumber daya, waktu, dan kondisi lapangan di wilayah kerja Puskesmas Poasia. Dalam penelitian ini, semua subjek merupakan ibu postpartum hari ke-2 hingga ke-4 yang mengalami *breast engorgement*, sehingga sulit untuk membentuk kelompok kontrol tanpa memberikan intervensi, karena intervensi kompres hangat merupakan bagian dari upaya standar pelayanan keperawatan untuk mengurangi nyeri dan mencegah komplikasi laktasi.

Selain itu, dari sisi etika, membiarkan sebagian responden tanpa intervensi (sebagai kontrol) berpotensi menimbulkan ketidaknyamanan, peningkatan nyeri, atau memperburuk kondisi *breast engorgement*, sehingga kurang layak secara klinis. Penggunaan desain ini juga didasarkan pada sifat penelitian yang bersifat pra-eksperimen

(*preliminary study*) dalam melihat efek langsung dan sederhana dari intervensi terhadap responden pada populasi terbatas di lapangan.

Penelitian ini menggunakan teknik total sampling terhadap seluruh ibu postpartum yang mengalami *breast engorgement* dan memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi, dengan total 20 responden dari 95 populasi awal. Adapun kriteria inklusi yang ditetapkan yaitu ibu postpartum hari ke-2 sampai ke-4, mengalami *breast engorgement*, bersedia menjadi responden, dan tidak menggunakan analgesik selama penelitian. Kriteria eksklusi yaitu ibu dengan mastitis atau abses payudara, memiliki riwayat penyakit payudara lain, dan kondisi medis yang dapat mempengaruhi respon terhadap nyeri (misalnya DM neuropati, gangguan sensorik).

Instrumen yang digunakan adalah *Verbal Descriptor Scale* (VDS), yang telah diuji validitas

dan reliabilitasnya dalam pengukuran nyeri akut. Skala ini telah digunakan secara luas dalam studi terkait *breast engorgement*. Adapun uji coba instrumen dilakukan pada 5 responden postpartum untuk memastikan keterpahaman skala. Intervensi yang diberikan berupa kompres hangat menggunakan air bersuhu 38-40°C, diaplikasikan pada area payudara selama 15 menit, sebanyak 2 kali sehari (pagi dan sore), selama 2 hari berturut-turut. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Signed-Rank Test* dengan hasil median skor nyeri pre-intervensi sebesar 4 (rentang 3-5) dan post-intervensi sebesar 2 (rentang 1-3), dengan nilai $Z = -3.921$; $p = 0.001$ ($p < 0.05$), menunjukkan penurunan nyeri yang signifikan secara statistik dan klinis. Rancangan penelitian sebagai berikut yang terdapat pada tabel 1.

Tabel 1.

Pre-Experimental Design dengan One Group Pretest-Posttest Design

Pre test	Perlakuan	Post test
01	X	02

01 = Tahap pengukuran skala nyeri pembengkakan payudara pada ibu *Post Partum* *Sebelum* diberikan kompres hangat.

X = Tahap pemberian kompres hangat

02 = Tahap pengukuran skala nyeri pembengkakan payudara pada *ibu post partum* sesudah diberikan kompres hangat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian pada 20 ibu Postpartum sebelum dilakukan kompres hangat diperoleh hasil menunjukkan responden yang tidak mengalami nyeri *breast engorgement* sebanyak 5%, nyeri ringan 30%, nyeri sedang 50%, dan nyeri berat terkontrol 15%. Hal ini terjadi karena nyeri *breast engorgement* merupakan kondisi dimana payudara ibu mengalami pembengkakan yang diakibatkan oleh penuhnya ASI sehingga payudara terasa nyeri. Biasanya rasa nyeri dirasakan hari pertama setelah *post partum*, dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2.
Distribusi Frekuensi Sebelum Perlakuan (Pre-test)

No	Tingkat nyeri <i>breast engorgement</i>	Data Responden	
		Frekuensi	Presentase (%)
1	Tidak Nyeri	1	5
2	Nyeri Ringan	6	30
3	Nyeri Sedang	10	50
4	Nyeri berat terkontrol	3	15
	Total	20	100

Untuk mengetahui pengaruh antara dua variabel yaitu variabel dependen (tingkat nyeri *breast engorgement*) dengan variabel independen yaitu (kompres hangat) dilakukan uji bivariat dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 3.
Distribusi Frekuensi Setelah Perlakuan (Post-test)

No	Tingkat nyeri <i>breast engorgement</i>	Data Responden	
		Frekuensi	Presentase (%)
1	Tidak nyeri	7	35
2	Nyeri ringan	10	50
3	Nyeri sedang	3	15
	Total	20	100

Setelah dilakukan perlakuan dari 20 orang yang mengalami nyeri ringan sebanyak 7 orang (35,0%), yang mengalami nyeri sedang sebanyak 10 orang (50,0%), nyeri berat terkontrol 3 orang (15,0%).

Untuk mengetahui penurunan tingkat nyeri *breast engorgement* sebelum dan setelah diberikan perlakuan dilakukan Uji Wilcoxon Signed Rank Test. Hasil Output Rank Uji Wilcoxon pada tabel berikut:

Tabel 4.
Hasil Output Rank Uji Wilcoxon

		n	Mean ranks	Sum of Ranks
Pre-test tingkat nyeri <i>breast engorgement</i> - Post-test tingkat nyeri <i>breast engorgement</i>	Negative Ranks	19	10	190
	Positive Ranks	0	0	0
	Ties	1		
	Total	20		

Output rank uji Wilcoxon signed rank test, terdapat 19 negative ranks antara pre-test dan post-test. Nilai ini menunjukkan bahwa terdapat 19 sampel yang mengalami penurunan tingkat

nyeri *breast engorgement* setelah dilakukan kompres hangat. Kemudian 0 untuk positive ranks, artinya tidak ada peningkatan nyeri *breast engorgement* setelah dilakukan kompres hangat. Nilai ties sebanyak 1 yang artinya terdapat nilai yang sama pada tingkat nyeri *breast engorgement* sebelum dan setelah diberikan kompres hangat.

Tabel 5.
Hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Test

	Tingkat Nyeri				n	P Value
	Tidak Nyeri	Nyeri Ringan	Nyeri Sedang	Nyeri Berat Terkontrol		
Tingkat nyeri <i>breast engorgement</i> sebelum kompres hangat	1	6	10	3	20	0.000
Tingkat nyeri <i>breast engorgement</i> sesudah kompres hangat	7	10	3	0	20	

hasil uji Wilcoxon signed rank test nilai Asymp. Sig. (2-tailed) 0.000 lebih kecil 0.05, H_0 diterima, maka kesimpulannya adalah Pengaruh kompres hangat efektif menurunkan tingkat nyeri *breast engorgement*.

Kompres hangat merupakan salah satu metode nonfarmakologi yang dapat mengurangi nyeri *breast engorgement* pada ibu *post partum*. Penggunaan suhu hangat setempat yang dapat menimbulkan beberapa efek fisiologis pada pembuluh darah dan duktus laktiferus yang berada di payudara. Sensasi hangat yang diberikan pada saat kompres mampu membawa prolaktin dalam jumlah banyak di darah untuk proses produksi ASI, serta pelebaran dari duktus laktiferus mampu mempermudah pengeluaran ASI.

Kompres hangat memberikan rasa hangat pada daerah tertentu dengan menggunakan kantung berisi air hangat yang menimbulkan rasa hangat pada bagian

tubuh yang memerlukan. hangat adalah kompres dengan memberikan suhu hangat pada bagian tubuh yang nyeri untuk pelunakan jaringan fibrosa, membuat otot tubuh lebih rileks, menurunkan rasa nyeri, dan memperlancar pasokan aliran darah dan memberikan ketenangan pada klien. Jadi kompres hangat merupakan tindakan dengan memberikan kompres hangat untuk memenuhi kebutuhan rasa nyaman, mengurangi atau membebaskan nyeri, mengurangi atau mencegah terjadinya spasme otot, dan memberikan rasa hangat (RAHAYU and Wulandari, 2020).

Peneliti berasumsi bahwa penggunaan kompres hangat dapat mengurangi nyeri pada pembengkakan payudara (*breast engorgement*) dengan meningkatkan aliran darah lokal dan mengurangi ketegangan otot di area yang dikompres. Panas dari kompres hangat dapat membantu memperlebar pembuluh darah, memperbaiki sirkulasi, serta membantu relaksasi jaringan dan

mengurangi peradangan. Dengan demikian, penggunaan kompres hangat dapat mengurangi rasa nyeri dan ketidaknyamanan yang disebabkan oleh pembengkakan pada payudara.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Lestari & Khayati (2023) yang menunjukkan bahwa pemberian kompres hangat secara signifikan menurunkan tingkat nyeri *breast engorgement* pada ibu postpartum hari ke-2 hingga ke-4. Studi serupa juga dilakukan oleh Tri et al. (2023), yang melaporkan penurunan skala nyeri setelah intervensi kompres hangat dibandingkan sebelum intervensi, meskipun tanpa kelompok kontrol. Kecocokan hasil ini memperkuat bukti bahwa terapi non-farmakologis seperti kompres hangat efektif dalam manajemen nyeri payudara bengkak pada masa nifas awal. Namun, terdapat perbedaan dengan studi oleh Sari et al. (2022) yang menggunakan daun kol dingin, di mana intervensi tersebut juga efektif menurunkan nyeri namun dengan mekanisme berbeda, yakni vasokonstriksi. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi sederhana berbasis kompresi (hangat atau dingin) sama-sama potensial diterapkan di pelayanan primer, tergantung ketersediaan alat dan preferensi ibu.

Kekuatan penelitian ini terletak pada penggunaan metode *pretest-posttest* pada kelompok yang sama sehingga dapat melihat perubahan nyeri secara langsung setelah pemberian intervensi. Namun, desain *pre-eksperimental one-group pretest-posttest* ini memiliki keterbatasan signifikan, yaitu tidak adanya kelompok kontrol sehingga berisiko terhadap bias, maturation, dan testing. Selain itu, generalisasi hasil masih terbatas pada populasi ibu *postpartum* di wilayah kerja Puskesmas Poasia, sehingga belum

dapat diterapkan secara luas tanpa penelitian lebih lanjut di tempat berbeda dengan jumlah sampel lebih besar. Hasil penelitian ini memberi implikasi bahwa perawat dapat menerapkan kompres hangat sebagai bagian dari Standar Prosedur Operasional (SPO) penanganan nyeri *breast engorgement* di fasilitas kesehatan tingkat pertama. Diperlukan pelatihan praktis bagi tenaga kesehatan tentang teknik pemberian kompres hangat yang aman dan efektif, serta edukasi kepada ibu nifas agar dapat melakukannya secara mandiri di rumah. Penelitian awal ini dapat menjadi dasar untuk penelitian selanjutnya dengan desain yang lebih kuat seperti *quasi-experimental* atau *randomized controlled trial* (RCT), apabila sumber daya dan etika memungkinkan.

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya penurunan tingkat nyeri *breast engorgement* pada ibu post partum hari ke-2 sampai ke-4 setelah diberikan intervensi kompres hangat. Meskipun demikian, karena penelitian ini menggunakan desain *pre-eksperimental* tanpa kelompok kontrol, maka hubungan kausal antara pemberian kompres hangat dengan penurunan nyeri belum dapat disimpulkan secara pasti. Oleh karena itu, diperlukan penelitian lebih lanjut dengan desain yang lebih kuat seperti *quasi-experimental* atau *randomized controlled trial* (RCT), apabila sumber daya dan etika memungkinkan untuk mengkonfirmasi temuan ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima Kasih kepada pihak puskesmas poasia yang telah memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian di wilayahnya,

dan terima kasih pula kepada pihak universitas mandala waluya yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan penelitian ini

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, A.R., Erika, E. and Dewi, A.P. (2020) 'Efektivitas Kompres Hangat terhadap Intensitas Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III', *Holistic Nursing and Health Science*, 3(1), pp. 24–31. Available at: <https://doi.org/10.14710/hnhs.3.1.2020.24-31>.
- Arora, D., Pundir, P., & Saini, S. (2022). Effectiveness of warm compression on breast engorgement among postnatal mothers. *International Journal of Nursing Education and Research*, 10(1), 45-49. <https://doi.org/10.5958/2454-2660.2022.00010.4>
- Astuti, Y. et al. (2023) 'Efektivitas Kompres Hangat Dan Terapi Musik Terhadap Tingkat Nyeri Dismenore Remaja Di Masa Pandemi Covid-19', *Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1(4), pp. 147–158. Available at: <https://ejurnal.politeknikpratama.ac.id/index.php/Detector/article/view/2536>.
- Fatmi, E. H. F. L. E. I. A. S. Y. M., CHAIC, O, Da. O., Jamiatun, Mahdi, N. A. P. I. D. A. A. N., & Hikmawati, W. O. N. N. P. A. (2024). *Keperawatan Medikal Bedah Sistem Neurobehaviour*. CV. EUREKA MEDIA AKSARA.
- Lestari, D.A. and Khayati, N. (2023) 'Pemberian Kompres Hangat Basah Dapat Mengurangi Pembengkakan Payudara Pada Masa Laktasi', *Ners Muda*, 4(3), p. 265. Available at: <https://doi.org/10.26714/nm.v4i3.13341>.
- Liana Neny, munawaroh Madinah and Noviyani Ernita (2024) 'Pengaruh Pemberian Kompres Daun Kol Dan Kompres Hangat Terhadap Bendungan ASI Pada Ibu Nifas di RS Krakatau Medika Cilegon', *Journal of Science Research*, 4, p. 61776189.
- Mouzila, N., Chaniago, A.D. and Insani, S.D. (2023) 'Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi Atau Dismenore Di SMK Raksana Medan Tahun 2022', *Jurnal Kebidanan*, 13(1), pp. 121–127.
- Nazar, K.A. et al. (2023) 'Penerapan Kompres Hangat Terhadap Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi Application of Warm Compres To the Scale of Head Pain in Hypertension Patients', *Jurnal Cendekia Muda*, 3(3), pp. 386–393.
- Nency Agustia (2023) 'Kompres Hangat Pada Payudara Terhadap Kecukupan ASI Pada Ibu Nifas', *Cendekia Medika: Jurnal Stikes Al-Ma'arif Baturaja*, 8(1), pp.100–106. Available at: <https://doi.org/10.52235/cendekiamedika.v8i1.215>.
- Pramesthi, N.D. et al. (2020) 'KOMPRES PANAS UNTUK MENURUNKAN SKALA NYERI DAN PEMBENGKAKAN PAYUDARA (BREAST ENGORGEMENT) HOT COMPRESS TO REDUCE PAIN SCALE AND BREAST', 1.
- RAHAYU, H.S. and Wulandari, E.T. (2020) 'Perbandingan Efektivitas Kompres Air Hangat Dan Kompres Daun Kol Untuk Mengurangi Nyeri Pada Ibu Dengan Pembengkakan Payudara di Wilayah Kerja Jurnal Maternitas1(3), pp.150–157. Available at: <http://journal.aisyahuniversity.ac.id/index.php/Jaman/article/view/104%0>
<http://journal.aisyahuniversity.ac.id/index.php/Jaman/article/download/104/102>.
- Sari, M., Putri, A. N., & Fitriani, L. (2022). Comparison of Cold Cabbage Leaves and Warm Compress in Reducing Breast Engorgement Pain in Postpartum Women. *Nursing Journal of Health Science*, 5(3), 204-210.
- Septiani, B.N. et al. (2021) 'Literature Review : Intervensi Non Farmakologis Terhadap Breast Engorgement Pada Ibu Post Partum', *Jurnal Keperawatan*, 13(1), pp.19. Available at: <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan%0ANURSES>.
- Septiani, R. and Sumiyati (2022) 'Efektivitas Perawatan Payudara (Breast Care) Terhadap Pembengkakan Payudara (Breast Engorgement) Pada Ibu Menyusui', *MJ (Midwifery Journal)*, 2(2), pp. 66–73.
- Shintami, R.A., Battya, A.A. and Rohaeni, H.N. (2019) 'Pengaruh Kompres Hangat terhadap Penurunan Nyeri Payudara pada Ibu Nifas', *Jurnal Kesehatan Pertiwi*, 1, pp. 21–25.
- Thamrin, A. (2022) 'Pengaruh Pemberian Kompres Air Hangat Terhadap Intensitas Nyeri Ibu Post partum Dengan Kondisi Pembengkakan Payudara Di Wilayah Kerja Puskesmas Kotaraja', *Occupational Medicine*, 53(4), p. 130.
- Tri, M. et al. (2023) 'Efektivitas Kompres Aloe Vera dan Kompres Hangat terhadap Pembengkakan Payudara pada Ibu Postpartum Di klinik Rizki Anugrah Tangerang Tahun 2023', *Elisabeth*

Health Journal, 8(1), pp. 27– 32. Available at:
<https://doi.org/10.52317/ehj.v8i1.504>.
Tri, W. A., Rahmawati, E., & Sari, D. (2023).
Effectiveness of Warm Compress on Reducing
Breast Engorgement Pain. *Journal of Maternal
Health*, 8(2), 112-118.

<https://doi.org/10.33023/jikeb.v8i3.1367>.

Yudi, E.R. *et al.* (2023) 'Literature Review : Pengaruh
Pemberian Kompres Daun Kubis Terhadap
Pembengkakan Payudara pada Ibu Post
Partum', 2(1), pp. 341–349.

Uswatun Hasanah (2022) 'Faktor-Faktor Yang
Berhubungan Dengan Nyeri Payudara Pada Ibu
Menyusui 2-4 Hari Postpartum', *Jurnal Ilmiah
Kebidanan (Scientific Journal of Midwifery)*,
8(3), pp. 184–192. Available at:

Jurnal Ilmiah Kesehatan Mandala Waluya (JIKMW) is
licensed under a Creative Commons Attribution 4.0
International License.

