

**PENGARUH KOMPRES AIR JAHE TERHADAP NYERI
PEMBENGGAKAN PAYUDARA PADA IBU NIFAS DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS SEI
LANGKAI KOTA BATAM**

Dinda Septia Mifta Faramishel
Program Studi Sarjana Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan
Institut Kesehatan Mitra Bunda

Dosen pembimbing
Bdn. Siti Husaidah, S.ST., M.Kes., M.Keb
Ns. Didi Yunaspi, M.Kep

Kata kunci : Kompres Air Jahe, Nyeri Pembengkakan Payudara, Masa Nifas

INTISARI

Latar Belakang: Pada masa nifas terjadi perubahan fisiologis salah satunya yaitu masalah pembengkakan payudara. Pembengkakan payudara merupakan kondisi fisiologis yang disebabkan oleh peningkatan volume ASI yang ditandai dengan rasa nyeri pada payudara. Berdasarkan hasil survey Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 terdapat komplikasi nifas terbesar yaitu pembengkakan payudara (4,1%). Penatalaksanaan nyeri pada pembengkakan payudara terbagi menjadi farmakologi dan non farmakologi. Terapi non farmakologi yang dapat dilakukan yaitu kompres air jahe. **Tujuan penelitian:** tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh kompres air jahe terhadap nyeri pembengkakan payudara pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam. **Metodologi penelitian:** penelitian ini menggunakan desain *Pre-eksperimental* dengan rancangan *one group pretest-posttest design*. Instrumen yang digunakan adalah lembar observasi dan SOP kompres air jahe. Sampel penelitian ini berjumlah 16 ibu nifas. **Hasil penelitian:** didapatkan intensitas nyeri pembengkakan payudara sebelum diberikan kompres air jahe pada ibu nifas sebagian besar nyeri sedang (63,0%), sedangkan sesudah diberikan kompres air jahe sebagian besar tidak nyeri (56,0%). Hasil uji wilcoxon didapatkan nilai sig (2-tailed) = 0,000 ($\alpha < 0,05$). **Kesimpulan:** Ada pengaruh kompres air jahe terhadap nyeri pembengkakan payudara pada ibu nifas. **Saran :** hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah dan meningkatkan pengetahuan sehingga dapat menerapkan kompres air jahe sebagai alternatif untuk nyeri pembengkakan payudara pada ibu nifas.

**THE EFFECT OF GINGER WATER COMPRESS ON BREAST
ENGORGEMENT PAIN ON POSTPARTUM IN THE
WORKING AREA OF THE PUSKESMAS
SEI LANGKAI, BATAM CITY**

Dinda Septia Mifta Faramishel
Bachelor of Midwifery and Midwife Professional Education
Institut Kesehatan Mitra Bunda

Supervisor
Bdn. Siti Husaidah, S.ST., M.Kes., M.Keb
Ns. Didi Yunaspi, M.Kep

Keywords : *Ginger Water Compress, Breast Engorgement Pain, Postprtum*

ABSTRACT

Background: During the postpartum period, physiological changes occur, one of which is the problem of breast swelling. Breast engorgement is a physiological condition caused by an increase in breast milk volume which is characterized by pain in the breasts. Based on the results of the 2023 Indonesian Health Survey (SKI), the biggest postpartum complication is breast swelling (4.1%). Pain management in breast enlargement is divided into pharmacological and non-pharmacological. Non-pharmacological therapy that can be done is a ginger water compress. **Research objectives:** The aim of the research is to determine the effect of ginger water compresses on breast swelling pain in postpartum mothers in the working area of Puskesmas Sei Langkai, Batam City. **Methods:** The design of this research is pre-experimental with a one group pretest-posttest design. The instruments used were observation sheets and SOP for ginger water compresses. The responden of this study of 16 postpartum mothers. **Results:** it was obtained that the pain intensity of breast swelling before being given a ginger water compress to postpartum mothers was mostly moderate pain (63,0%), whereas after being given a ginger water compress most of it was painless (56,0%). The Wilcoxon test results obtained a sig value (2-tailed) = 0.000 ($\alpha < 0.05$). **Conclusion:** is an effect of ginger water compresses on breast swelling pain in postpartum mothers. Suggestion: It is hoped that the results of this research will increase and increase knowledge so that we can apply ginger water compresses as an alternative for painful breast swelling in postpartum mothers.