

PENGARUH KOMPRES DAUN SIRIH CINA (*PEPEROMIA PELLUCIDA*) TERHADAP BENDUNGAN ASI PADA IBU NIFAS

Wahyu Handayani¹, Indria Nuraini², Annah Hubaedah³, Marsheila Salvinia⁴, Devi
Theda Rizaldy⁵, Natasya Angelie⁶, Sumiati⁷

¹S1 Kebidanan, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya

²Pendidikan Profesi Bidan, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya

*Email: wahyuhandayanis75@gmail.com, indria@unipasby.ac.id, annah@unipasby.ac.id

Abstrak

Bendungan ASI merupakan salah satu masalah yang terjadi pada ibu nifas. Masalah tersebut menyebabkan rasa ketidaknyamanan yang berpengaruh pada produksi ASI ibu nifas. Daun sirih cina (*Peperomia pellucida* L.) mengandung senyawa alkaloid, flavonoid dan tanin yang mampu menghambat pertumbuhan bakteri seperti *staphylococcus aureus*, *klebsiella pneumonia*, *e.coli*. Tumbuhan ini secara tradisional dimanfaatkan oleh masyarakat untuk mengobati penyakit seperti infeksi, antiinflamasi dan antibakteri, sehingga diharapkan dapat mengurangi pembengkakan payudara lebih cepat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kompres daun sirih cina terhadap bendungan ASI pada ibu nifas, Penelitian menggunakan metode *Quasi eksperimen* dengan pendekatan *one group pretest-posttest design*. Populasi dalam penelitian ini ibu nifas menyusui sebanyak 40 orang dengan sampel sebanyak 36 responden sesuai dengan kriteria yang sudah ditetapkan. Teknik pengambilan sampel menggunakan random sampling. Alat pengumpulan data menggunakan lembar observasi. Analisa data dalam penelitian ini menggunakan analisa univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *Wilcoxon Test*. Hasil penelitian didapatkan Ada Pengaruh Kompres Daun Sirih Cina (*Peperomia Pellucida*) Terhadap Bendungan ASI pada Ibu Nifas di Puskesmas Dukun Kabupaten Gresik dengan nilai *Asymp.Sig.* 0,000 lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$). Diharapkan tenaga kesehatan khususnya bidan lebih meningkatkan promosi tentang tanaman herbal daun sirih cina (*Peperomia pellucida*) yang dapat membantu masalah bendungan ASI pada ibu nifas.

Kata kunci: Kompres Daun Sirih Cina; Bendungan ASI; Ibu Nifas

Copyright © (2024) Seminar Hasil Riset dan Pengabdian ke 6

Abstract

Damaged breast milk is one of the problems that occurs in postpartum mothers. This problem causes discomfort which affects the breast milk production of postpartum mothers. Chinese betel leaves (*Peperomia pellucida* L.) contain alkaloids, flavonoids and tannins which can inhibit the growth of bacteria such as *staphylococcus aureus*, *klebsiella pneumonia*, *e.coli*. This plant is traditionally used by the community to treat diseases such as infections, anti-inflammatory and antibacterial, so it is hoped that it can reduce breast swelling more quickly. This research aims to determine the effect of Chinese betel leaf compresses on breast milk retention in postpartum mothers. The research uses a *quasi-experimental* method with a *one group pretest-posttest design* approach. The population in this study was 40 postpartum breastfeeding mothers with a sample of 36 respondents according to predetermined criteria. The sampling technique uses random sampling. The data collection tool uses an observation sheet. Data analysis in this study used univariate and bivariate analysis using the *Wilcoxon Test*. The research results showed that there was an effect of Chinese betel leaf compress (*Peperomia Pellucida*) on breast milk retention in postpartum mothers at the Shaman Health Center, Gresik Regency with a value of *Asymp.Sig.* 0.000 is smaller than 0.05 ($0.000 < 0.05$). It is hoped that health workers, especially midwives, will increase promotion of the Chinese betel leaf herbal plant (*Peperomia pellucida*) which can help with breast milk dam problems in postpartum mothers.

Keywords: Chinese Betel Leaf Compress; Breast Milk Dam; Postpartum Mother

Copyright © (2024) Seminar Hasil Riset dan Pengabdian ke 6

PENDAHULUAN

Menyusui merupakan proses pemberian ASI (Air Susu Ibu) kepada bayi melalui payudara ibu sejak bayi dilahirkan sampai usia 2 tahun. Namun dalam kenyataannya, praktik menyusui tidak selalu dapat berjalan dengan lancar. Hal tersebut dapat menyebabkan terhambatnya proses pemberian kebutuhan nutrisi pada bayi. Salah satu penghambat dalam proses menyusui adalah terjadinya pembengkakan pada payudara (Kadatua & Rosyida, 2021).

Bendungan ASI merupakan produksi air susu mulai meningkat produksinya, maka air susu didalam payudara menempati kapasitas alveoli untuk disimpan. Bila air susu tidak bergerak atau keluar dari alveoli maka akan terjadi overdistensi pada alveoli. Hal ini dapat mengakibatkan air susu mengeluarkan sel untuk meratakan dinding alveoli, menyebabkan permaabilitas alveoli meningkat (Suryanti & Rizkia, 2022).

Menurut data ASEAN pada tahun 2019 ibu yang mengalami bendungan ASI sebanyak 76.543 (71,10%) dengan angka tertinggi terjadi di Indonesia (37,12 %) (Depkes RI, 2019). Menurut penelitian Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan RI pada tahun 2021

kejadian bendungan ASI di Indonesia terbanyak terjadi pada ibu-ibu bekerja sebanyak 16% dari ibu menyusui (Korini et al., 2023).

Berdasarkan hasil uji fitokimia daun sirih cina mengandung senyawa metabolit sekunder seperti saponin, alkaloid, tanin, flavonoid dan triterpenoid. Bahan aktif berupa senyawa alkaloid dan flavonoid yang terkandung dalam tumbuhan sirih cina berperan sebagai antibakteri dan antioksidan yang dapat mencegah dan menghambat pertumbuhan bakteri (Idris et al., 2016). Menurut hasil penelitian Wei et al. (2021) yang menunjukkan bahwa ekstrak daun sirih cina memiliki aktivitas antioksidan sedang dengan nilai IC50 (Inhibition Concentration) 0,625 ppt sedangkan Menurut Mutee et al. (2020) ekstrak daun sirih cina memiliki nilai IC50 (Inhibition Concentration) 0,083 ppt dan dikategorikan sebagai antioksidan tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa daun sirih cina berpotensi untuk mencegah serangan bakteri *Aeromonas hydrophila*.

Salah satu cara untuk menurunkan pembengkakan payudara pada ibu menyusui dengan menggunakan daun sirih cina. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Siti Rofi'ah, Istu Putri Rahayu dan Nuril Nikmawati, secara statistik ada perbedaan derajat pembengkakan payudara sebelum dan setelah diberikan kompres daun sirih cina. Hal ini karena kandungan flavonoid, poleanolad, tanin, dan minyak atsiri (Rofi'ah, dkk, 2020).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Puskesmas Dukun Kabupaten Gresik presentase pembengkakan payudara ibu post partum dari 15 orang yaitu bengkak payudara (73%) dan tidak yang tidak bengkak (26%). Upaya untuk mengatasinya yaitu dengan memijat, mengompres air hangat dan diberi obat antinyeri (Damayanti et al., 2021).

METODE

Jenis Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen. Desain penelitian eksperimen yang digunakan adalah jenis *Quasi Eksperimental* dengan bentuk desain yang digunakan yaitu *pretest - posttest one group design*. Populasi dalam penelitian adalah semua ibu nifas yang sedang menyusui di Puskesmas Dukun Gresik sebanyak 40 orang dengan kriteria ibu nifas sedang menyusui hari ke 3-7, ibu nifas yang mengalami bendungan ASI, ibu nifas tidak mengkonsumsi obat farmakologi, Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah *random sampling*. Analisa data penelitian ini menggunakan analisa Univariat dan Bivariat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti dapat menjabarkan pengaruh pemberian kompres daun sirih cina terhadap bendungan ASI pada ibu postpartum dan sesudah intervensi.

HASIL

A. Analisa Univariat

Analisa Univariat yang dilakukan didalam penelitian ini untuk mendeskripsikan karakteristik frekuensi bendungan ASI Pada Ibu Nifas.

1. Distribusi Frekuensi Bendungan ASI pada Ibu Nifas

Tabel 1.1 Distribusi Frekuensi Bendungan ASI pada Ibu Nifas

No	Bendungan ASI	Sebelum		Sesudah	
		F	%	F	%
1	Tidak Ada Bendungan ASI	0	0	19	52,8%
2	Bendungan ASI Berkurang	4	11,1%	11	30,6%
3	Tetap Terjadi Bendungan ASI	32	88,9%	6	16,7%
Total		36	100%	36	100%

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 1.1 menunjukkan bahwa dari 36 responden sebelum diberikan kompres daun sirih cina sebagian besar Terjadi bendungan ASI sebanyak 32 responden (88,9%), sebagian kecil bendungan ASI berkurang sebanyak 4 responden (11,1%), sedangkan sesudah diberikan kompres daun sirih cina sebagian besar tidak ada bendungan ASI sebanyak 19 responden (52,8%), sebagian kecil tetap terjadi bendungan ASI sebanyak 6 responden (16,7%).

2. Distribusi Frekuensi Kompres Daun Sirih Cina

Tabel 1.2 Distribusi Frekuensi Kompres Daun Sirih Cina

No.	Kompres Daun Sirih Cina	Frekuensi (F)	Prosentase (%)
1	Dilakukan dengan benar dan teratur dan teratur	26	72,2%
2	Tidak dilakukan dengan benar dan teratur	10	27,8%
Total		36	100%

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan Tabel 1.2 menunjukkan dari 36 responden yang diberikan kompres daun sirih cina didapatkan hasil bahwa sebagian besar kompres daun sirih cina dilakukan dengan benar dan teratur sebanyak 26 responden (72,2%) dan sebagian kecil kompres daun sirih cina tidak dilakukan dengan benar dan teratur sebanyak 10 responden (27,8%).

3. Tabulasi Silang Kompres Daun Sirih Cina (*Peperomia Pellucida*) Terhadap Bendungan ASI pada Ibu Nifas

Tabel 1.3 Tabulasi Silang Kompres Daun Sirih Cina (*Peperomia Pellucida*) Terhadap Bendungan ASI pada Ibu Nifas

Kompres Daun Sirih Cina	Bendungan ASI						Total	
	Tidak Ada Bendungan ASI		Bendungan ASI Berkurang		Tetap terjadi Bendungan ASI		F	%
	F	%	F	%	F	%		
Dilakukan Dengan Benar Dan Teratur	17	65,4%	9	34,6%	0	0	26	72,2%
Tidak Dilakukan Dengan Benar Dan Teratur	2	20%	2	20%	6	60%	10	27,8%
TOTAL	19	52,8%	11	30,6%	6	16,7%	36	100%

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 1.3 didapatkan hasil bahwa pemberian kompres daun sirih cina dilakukan dengan benar dan teratur di dapatkan hasil sebagian besar tidak ada bendungan ASI sebanyak 17 responden (65,4%), dan sebagian kecil bendungan ASI berkurang sebanyak 9 responden (34,6%). sedangkan pemberian kompres daun sirih cina tidak dilakukan dengan benar dan teratur di dapatkan hasil sebagian besar tetap terjadi bendungan ASI sebanyak 6 responden (60%), dan Sebagian kecil bendungan ASI berkurang sebanyak 2 responden (20%) dan tidak ada bendungan ASI sebanyak 2 responden (20%).

B. Analisa Bivariat

1. Hasil Uji Normalitas

Tabel 2.1 Uji Normalitas *Shapiro-Wilk*

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Bendungan ASI Pretest	.245	36	.000	.831	36	.000
Bendungan ASI Posttest	.309	36	.000	.779	36	.000

Sumber: Hasil Analisis Data 2023

Berdasarkan tabel 2.1 di atas, diketahui bahwa hasil uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov* nilai signifikansi pretest sebesar 0.000 lebih kecil dari 0,05 (0.000<0.05) dan nilai signifikansi posttest sebesar 0.000, lebih kecil dari 0,05 (0.000<0.05), dan hasil uji normalitas *Shapiro-Wilk* nilai signifikansi pretest sebesar 0.000 lebih kecil dari 0,05 (0.000<0.05) dan nilai signifikansi posttest sebesar 0.000, lebih kecil dari 0,05 (0.000<0.05) maka data dikatakan terdistribusi tidak normal.

2. Hasil Uji Homogenitas

Tabel 2.2 Hasil Uji Homogenitas *One way Anova*

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	22.139	3	7.380	12.999	.000
Within Groups	18.167	32	.568		
Total	40.306	35			

Sumber : Hasil Analisis Data 2023

Berdasarkan tabel 2.2 tersebut di atas, diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05 ($0.000 > 0.05$) maka data dikatakan tidak terdistribusi homogen.

3. Hasil Uji Analisis Statistik

Tabel 2.3 Rerera Kompres Daun Sirih Cina (*Peperomia Pellucida*) Terhadap Bendungan ASI pada Ibu Nifas

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Bendungan ASI	Negative Ranks	35 ^a	18.00
	Positive Ranks	0 ^b	.00
	Ties	1 ^c	
	Total	36	

Sumber : Data Hasil Analisis Peneliti Menggunakan Program SPSS 16 For Windows, 2023.

Tabel 2.4 Hasil Uji Analisis Statistik *Wilcoxon Test*

Wilcoxon Test Statistics	
Z	-5.227
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

Sumber : Data Hasil Analisis Peneliti Menggunakan Program SPSS 16 For Windows, 2023.

Berdasarkan tabel 2.4 di atas, diketahui bahwa nilai *Asymp.Sig. (2tailed)* bernilai 0,000 dengan demikian dapat disimpulkan bahwa nilai *Asymp.Sig. (2-tailed)* < 0.05 maka H_0 ditolak dan H_1 diterima artinya Ada Pengaruh Kompres Daun Sirih Cina (*Peperomia Pellucida*) Terhadap Bendungan ASI pada Ibu Nifas di Puskesmas Dukun Kabupaten Gresik.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti dapat menjabarkan pengaruh kompres daun sirih Cina terhadap bendungan ASI pada ibu nifas.

1. Bendungan ASI Sebelum Diberikan Kompres Daun Sirih Cina (*Peperomia Pellucida*)

Bendungan ASI terjadi karena aliran pembuluh darah vena dan kelenjar getah bening tersumbat, aliran ASI tersumbat, serta tekanan pada saluran dan alveoli meningkat. Gejala yang umum terjadi saat penimbunan ASI adalah payudara bengkak, payudara panas dan keras, serta suhu tubuh ibu hingga 38 derajat Celcius. Jika hal ini terus berlanjut, retensi ASI dapat terjadi, menyusui juga dapat mempercepat proses menyusui (Suryanti & Rizkia, 2022).

Frekuensi menyusui sebagian besar responden menyusui >8 kali/hari sebanyak 22 responden (61,1%) dan menyusui <8 kali/hari sebanyak 14 responden (38,9 %). Frekuensi menyusui berpengaruh signifikan dengan kejadian bendungan ASI, hal ini didukung dengan hasil wawancara dan observasi peneliti saat melakukan penelitian, dimana adanya pengaruh kesibukan ibu sehingga tidak dapat memberikan ASI secara on demand sehingga terjadinya penumpukan ASI dan ada juga ibu yang menyusui >8 kali/hari tapi bayinya tidak aktif menghisap maka akan menimbulkan bendungan ASI.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Asrul menyampaikan bahwa Ibu mengalami bendungan ASI adalah ibu post partum yang menyusui bayinya dengan waktu yang singkat dan tidak mengosongkan payudara secara maksimal. Hal ini menunjukkan adanya hubungan frekuensi dan durasi pemberian ASI dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas (Asrul & Pratiwi, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian Pemiliana, dkk (2023) ibu nifas yang menyusui bayinya dengan waktu singkat dan tidak mengosongkan payudara secara maksimal salah satu faktornya karena ibu kurang mendapatkan informasi tentang pemberian ASI dengan frekuensi dan durasi yang optimal untuk menyusui bayinya. Sejalan dengan penelitian Cintami (2012) didapat dari hasil penelitian tentang frekuensi pemberian ASI yang optimal menunjukkan bahwa dari 19 responden dengan frekuensi pemberian ASI yang optimal tidak terjadi bendungan ASI sebanyak 15 orang (78,9%), sedangkan 13 responden dengan frekuensi pemberian ASI yang tidak optimal mengalami bendungan ASI yaitu sebanyak 10 orang (76,9%).

Opini peneliti memberikan asumsi yaitu bendungan ASI terjadi karena beberapa faktor diantaranya yaitu Tingkat pendidikan yang rendah membuat sulit bagi ibu untuk menerima arahan tentang pencegahan bendungan ASI, sementara tingkat pendidikan yang lebih tinggi dapat mempermudah pemahaman terhadap informasi yang diberikan. Selain itu, paritas juga menjadi faktor yang berpengaruh. Ibu nifas dengan paritas primipara cenderung memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami bendungan ASI dibandingkan dengan ibu multipara. Hal ini mungkin disebabkan oleh kurangnya pengalaman dalam menyusui pada ibu primipara. Frekuensi menyusui juga berperan penting dalam mencegah bendungan ASI. Menyusui bayi lebih dari delapan kali sehari terbukti efektif dalam mencegah bendungan ASI, karena membantu mengosongkan payudara secara optimal dan mencegah penumpukan ASI. Sebaliknya, jika bayi tidak aktif menghisap atau jika ibu tidak menyusui dengan cukup frekuensi, hal ini dapat menyebabkan penumpukan ASI dan meningkatkan risiko terjadinya bendungan ASI.

2. Bendungan ASI Setelah Diberikan Kompres Daun Sirih Cina (*Peperomia Pellucida*)

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar bendungan ASI pada ibu nifas sesudah diberikan kompres daun sirih cina sebagian besar tidak ada bendungan ASI sebanyak 19 responden (52,8%).

Perawatan payudara masa nifas dapat membantu memperlancar pengeluaran ASI. Perawatan payudara juga dapat dilakukan untuk mencegah dan menangani masalah menyusui seperti pembengkakan payudara (Oriza, 2019). Strategi untuk mengurangi pembengkakan payudara secara non farmakologis dapat dilakukan dengan akupuntur, perawatan payudara tradisional (kompres panas dikombinasikan dengan pijatan), daun kubis, kompres panas dan dingin secara bergantian. Daun sirih hijau merupakan salah satu tanaman spesies *Piper betle* asli Indonesia yang tumbuh merambat pada batang pohon lain. Tanaman ini tidak hanya berfungsi sebagai tanaman hias saja, tetapi sebagai tanaman obat herbal yang manfaatnya tidak diragukan lagi dan yang dapat digunakan untuk mengobati berbagai penyakit (Maulani & Nababan, 2022).

Daun sirih hijau sering digunakan sebagai obat herbal untuk menyembuhkan luka, menghentikan batuk, mengurangi peradangan, menghilangkan gatal, keputihan, kencing manis, mimisan, sariawan, antiseptik, anti inflamasi, antibiotik, analgetik, mempertahankan kekebalan tubuh dan pereda bengkak. Senyawa kimia yang terkandung dalam daun sirih hijau yaitu minyak atsiri, flavonoid, saponin, dan tanin. Kandungan kimia daun sirih hijau memiliki aktivitas sebagai antiseptik, antiinflamasi, antibiotic dan penurun tegangan. Kandungan yang dimiliki daun sirih hijau memungkinkan dapat mengurangi pembengkakan payudara (Maulani & Nababan, 2022). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Maulani tentang penggunaan green antibiotic daun sirih untuk menangani mastitis. Bukti penggunaan daun sirih dalam buku budidaya dan pemanfaatan untuk obat, menjelaskan bahwa mengkonsumsi rebusan daun sirih kurang lebih selama 10 hari dapat mengatasi benjolan dan pembengkakan payudara (Lutvian, 2014).

Opini peneliti pemberian kompres daun sirih cina (*Peperomia pellucida*) dapat digunakan untuk mengurangi atau menghilangkan bendungan ASI pada ibu nifas. Hal ini dikarenakan daun sirih cina mengandung senyawa aktif seperti flavonoid, saponin, dan tanin, yang memiliki sifat antiseptik, antiinflamasi, dan antibiotik. Senyawa-senyawa ini membantu mengurangi pembengkakan payudara dan memperlancar pengeluaran ASI. Dengan demikian, kompres daun sirih cina dapat dijadikan sebagai salah satu opsi perawatan yang efektif dan alami untuk mengatasi bendungan ASI pada ibu nifas.

3. Pengaruh Kompres Daun Sirih Cina (*Peperomia Pellucida*) Terhadap Bendungan ASI pada Ibu Nifas

Berdasarkan hasil uji analisis data menggunakan uji statistik *wilcoxon* nilai *Asymp.Sig. (2-tailed)* bernilai 0,000, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa nilai *Asymp.Sig. (2-tailed)* < 0.05 maka H_0 ditolak dan H_1 diterima artinya Ada Pengaruh Kompres Daun Sirih Cina (*Peperomia Pellucida*) Terhadap Bendungan ASI pada Ibu Nifas di Puskesmas Dukun Kabupaten Gresik.

Berdasarkan hasil penelitian Maulani dan Nababan (2022) hasil data pada kelompok intervensi didapat hasil sebelum tindakan perawatan payudara disertai kompres daun sirih hijau 58,45 dan setelah tindakan perawatan payudara disertai kompres daun sirih hijau 14,35 dengan nilai selisih 44,10 (75,44%), sedangkan pada kelompok kontrol didapat hasil sebelum tindakan perawatan payudara 60,43 dan setelah tindakan perawatan payudara 28,30 dengan nilai selisih 32,13 (53,16%). Berdasarkan hasil penelitian penurunan pembengkakan payudara lebih cepat dengan menggunakan perawatan payudara yang disertai pengompresan daun sirih hijau dari pada perawatan payudara saja.

Opini peneliti berasumsi pemberian kompres daun sirih cina (*Peperomia pellucida*) efektif untuk mengatasi bendungan ASI pada ibu nifas. Hal ini dikarenakan daun sirih cina mengandung senyawa aktif yang dapat membantu mengurangi pembengkakan payudara dan memperlancar pengeluaran ASI, sehingga mengurangi kemungkinan terjadinya bendungan ASI. Dengan demikian, menggunakan kompres daun sirih cina sebagai terapi tambahan dalam perawatan pasca melahirkan bisa menjadi opsi yang efektif, alami, dan berpotensi memberikan manfaat bagi kesehatan ibu dan bayi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil bahwa bendungan ASI pada ibu nifas sebelum diberikan kompres daun sirih cina sebagian besar terjadi bendungan ASI sebanyak 32 responden (88,9%), dan sesudah diberikan kompres daun sirih cina sebagian besar tidak ada bendungan ASI sebanyak 19 responden (52,8%). Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh kompres daun sirih cina terhadap bendungan ASI pada ibu Nifas di Puskesmas Nelayan Gresik hasil nilai *Asymp. Sig (2-tailed)* 0,000 lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$).

Hasil penelitian ini diharapkan akan berkontribusi pada Ibu Nifas yang mengalami bendungan ASI agar melakukan kompres daun sirih cina bermanfaat untuk mengurangi bendungan ASI dan memperlancar pengeluaran ASI.

DAFTAR PUSTAKA

Asrul, A. A., & Pratiwi, D. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Bendungan Asi Di Klinik Kasih Ibu Deli Serdang Tahun 2017. *Jurnal Midwifery Update (MU)*, 1(2), 1.

<https://doi.org/10.32807/jmu.v1i2.54>

- Damayanti, E., Asmawati, A., & Dahrizal, D. (2021). Edukasi dan Supervisi Menyusui Dapat Mencegah Pembengkakan Payudara Ibu Paska Seksio Sesarea. *Jurnal Keperawatan Terpadu (Integrated Nursing Journal)*, 3(2), 61. <https://doi.org/10.32807/jkt.v3i2.203>
- Kadatua, M. H., & Rosyida, L. (2021). Faktor Penghambat Dan Pendukung Pemberian Asi Pada Ibu Usia Remaja. *Journal of Midwifery and Reproduction*, 5(1), 29–36.
- Korini, R. S., Yulizar, Y., Ciselia, D., & Chairuna, C. (2023). Hubungan Primipara, Kelainan Putting Susu dan Pekerjaan Dengan Terjadinya Bendungan Asi pada Ibu Menyusui di UPTD Puskesmas Ulak Pandan Kecamatan Semidang Aji Kabupaten Ogan Komering Ulu Tahun 2021. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 23(1), 568. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v23i1.3012>
- MAULANI, N., & NABABAN, L. (2022). Pengaruh Kompres Daun Sirih Hijau (Piper Betle L) Terhadap Penurunan Pembengkakan Payudara Pada Ibu Pasca Seksio Sesarea Di Wilayah Puskesmas Jalan Gedang. *Journal Of Midwifery*, 10(1), 35–40. <https://doi.org/10.37676/jm.v10i1.2315>
- Oriza, N. (2019). Faktor Yang Mempengaruhi Bendungan Asi Pada Ibu Nifas. *Nursing Arts*, 13(1), 29–40. <https://doi.org/10.36741/jna.v13i1.86>
- Suryanti, Y., & Rizkia, R. (2022). Penyuluhan Perawatan Payudara Pada Ibu Nifas. *Community Development Journal : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 421–424. <https://doi.org/10.31004/cdj.v3i2.4355>