

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Menyusui

1. Pengertian dan Masa Menyusui

Menyusui adalah suatu proses alamiah, pada kenyataannya menyusui tidaklah mudah karena memerlukan pengetahuan dan latihan yang tepat. Fakta menunjukkan terdapat 40% wanita yang tidak menyusui bayinya karena banyak yang mengalami nyeri dan pembengkakan payudara sehingga bisa terjadi mastitis (Rinata dkk,2016).

Menyusui sebaiknya dilakukan segera mungkin setelah bayi dilahirkan. Pada hari pertama, biasanya ASI belum keluar, bayi cukup disusukan selama empat sampai lima menit, untuk merangsang produksi ASI dan membiasakan putting susu dihisap oleh bayi. Setelah hari keempat sampai kelima, bayi boleh disusukan selama sepuluh menit. Waktu menyusui dua puluh menit pada masing-masing payudara sudah cukup untuk bayi (Proverawati,2010).

Menyusui bayi sesering mungkin bahkan dimalam hari sesuai dengan kebutuhan bayi , sedikitnya delapan kali dalam dua puluh empat jam. Frekuensi menyusui yang sering dapat meningkatkan produksi ASI, mencegah payudara nyeri dan sakit karena penumpukan dan pengumpulan ASI (Proverawati,2010).

2. Cara Menyusui yang Benar

a. Posisi dan Perlekatan Menyusui

Berikut posisi yang benar dan nyaman untuk ibu menyusui:

1) *Baby-led lacting*

Baby-led lacting merupakan posisi yang paling mudah bagi bayi yang belajar menyusui saat ibu merasakan nyeri. cara menyusui bayi dengan *baby-led lacting* adalah susui bayi ketika bayi tenang, ambil posisi nyaman duduk atau bersandar, lakukan kontak kulit dengan cara letakkan bayi diantara payudara, kemudian bayi akan mencari puting ibu, setelah menemukan puting ibu dagu bayi akan menekan payudara ibu dan membuka mulutnya (Khasanah,2011).

2) *Cross cradle*

Cross cradle merupakan posisi yang digunakan oleh ibu yang belajar menyusui. Posisi ibu diharuskan duduk tegak. Leher dan bahu bayi disangga oleh lengan bagian bawah tangan (menekuk). Cara memegang payudaranya dengan symbol huruf C yaitu ibu jari diatas puting dan jari telunjuk dibawah puting.

3) *Cradle*

Cradle merupakan posisi dimana bayi menempel pada perut ibu sehingga kepala bayi tidak berputar, karena bayi berada didekapan ibu. Dengan posisi lengan ibu menyokong belakang badan dan punggung bayi (Khasanah,2011).

4) *Football position*

Football position merupakan posisi yang sesuai untuk ibu yang baru pulih dari operasi Caesar, ibu yang memiliki payudara besar, serta ibu yang menyusui anak kembar dalam waktu yang bersamaan. Cara menyusui *football position* dengan

meletakkan bantal di belakang ibu untuk menyokong tubuh ibu, kemudian tangan ibu menyokong kepala bayi (Khasanah,2011).

5) Posisi berbaring

Sama dengan football position, posisi ini dilakukan oleh ibu yang baru pulih dari operasi Caesar, hanya saja beda cara menyusunya yaitu ibu berbaring dan sedikit miring ke arah bayi, kemudian tangan ibu menyokong tubuh dan kepala bayi (Khasanah, 2011).

Pelekatan adalah istilah yang digunakan untuk menyebut cara bayi menahan puting ibu dalam mulutnya. Ada dua cara untuk mengetahui apakah mulut bayi melekat pada puting ibu (Astutik,2014).

- 1) Jika mulut bayi melekat dengan benar, pastikan bibir bawah bayi terlipat ke bawah dan dagu mendekat ke payudara selanjutnya lidah ada di bawah payudara, areola, dan puting menempel pada langit-langit mulut bayi. Posisi seperti ini memungkinkan bayi menghisap secara efisien.
- 2) Seluruh puting dan areola berada dalam mulut bayi. Posisi seperti ini memungkinkan bayi menekan sinus-sinus di bawah areola. Jika hanya puting yang masuk dalam mulut bayi, maka jumlah ASI yang dikeluarkan sedikit.

3. Lama dan Frekuensi Menyusui

Sebaiknya dalam menyusui bayi tidak dijadwal, sehingga tindakan menyusui bayi dilakukan di setiap saat bayi membutuhkan, karena bayi akan menentukan sendiri kebutuhannya. Ibu harus menyusui bayinya bila bayi menangis bukan karena sebab lain (kencing, kepanasan/keedinginan atau sekedar ingin didekap)

atau ibu sudah merasa perlu menyusui bayinya. Bayi yang sehat dapat mengosongkan satu payudara sekitar 5-7 menit dan ASI dalam lambung bayi akan kosong dalam waktu 2 jam. Pada awalnya, bayi tidak memiliki pola yang teratur dalam menyusui dan akan mempunyai pola tertentu setelah 1-2 minggu kemudian (Hanyow, 2008 di dalam Yusari Asih dan Risneni, 2016).

Menyusui yang dijadwal akan berakibat kurang baik, karena isapan bayi sangat berpengaruh pada rangsangan produksi ASI selanjutnya. Dengan menyusui tanpa jadwal, sesuai kebutuhan bayi akan mencegah timbulnya masalah menyusui. Ibu yang bekerja dianjurkan agar lebih sering menyusui pada malam hari. Bila sering disusukan pada malam hari akan memicu produksi ASI (Sulystyawati, 2009 di dalam Yusari Asih dan Risneni, 2016).

Untuk menjaga keseimbangan besarnya kedua payudara maka sebaiknya setiap kali menyusui harus dengan kedua payudara. Pesankan kepada ibu agar berusaha menyusui sampai payudara terasa kosong, agar produksi ASI menjadi lebih baik. Setiap kali menyusui, dimulai dengan payudara yang terakhir disusukan. Selama masa menyusui sebaiknya ibu menggunakan kutang (BH) yang dapat menyangga payudara, tetapi tidak terlalu ketat (Sulystyawati, 2009 di dalam Yusari Asih dan Risneni, 2016).

4. Langkah-Langkah Menyusui yang Benar

- 1) Sebelum menyusui, ASI dikeluarkan sedikit kemudian dioleskan pada puting susu dan areola sekitarnya sebagai desinfektan dan menjaga kelembaban puting susu

- 2) Bayi diletakkan menghadap perut ibu atau payudara.
 - a) Ibu duduk atau berbaring santai. Bila duduk lebih baik menggunakan kursi yang rendah agar kaki ibu tidak tergantung dan punggung ibu bersandar pada sandaran kursi.
 - b) Bayi dipegang dengan satu lengan, kepala bayi terletak pada lengkung siku ibu dan bokong bayi ditahan dengan telapak tangan ibu.
 - c) Satu tangan bayi diletakkan dibelakang badan ibu dan yang satu di depan.
 - d) Perut bayi menempel badan ibu, kepala bayi menghadap payudara (tidak hanya membelokkan kepala bayi).
 - e) Telinga dan lengan bayi terletak pada garis lurus.
 - f) Ibu menatap bayi dengan kasih sayang.
- 1) Payudara dipegang dengan ibu jari di atas dan jari yang lain menopang di bawah. Jangan menekan puting susu atau areola mammae saja.
- 2) Bayi diberi rangsangan untuk membuka mulut (rooting refleks) dengan cara :
 - a) Menyentuh pipi dengan puting menyentuh sisi mulut bayi.
 - b) Setelah bayi membuka mulut, dengan cepat kepala bayi didekapkan ke payudara ibu dengan puting susu dan areola dimasukkan ke mulut bayi.
 - c) Usahakan sebagian besar areola dapat masuk ke dalam mulut bayi, lalu puting susu berada di bawah langit-langit dan lidah bayi akan menekan ASI keluar dari tempat penampungan yang terletak di bawah areola.
 - d) Setelah bayi mulai menghisap, payudara tak perlu dipegang lagi (Hesty, 2008 di dalam Yusari Asih dan Risneni, 2016).

5. Melepas Isapan Bayi

Setelah bayi menyusui pada satu payudara sampai terasa kosong, sebaiknya ganti menyusui pada payudara yang lain. Cara melepas isapan bayi :

- a. Jari telunjuk ibu dimasukkan ke dalam mulut bayi melalui sudut mulut atau.
- b. Dagunya bayi ditekan ke bawah.
- c. Menyusui berikutnya mulai dari payudara yang belum terkosongkan (yang dihisap terakhir).
- d. Setelah selesai menyusui, ASI dikeluarkan sedikit kemudian oleskan pada puting susu dan areola.
- e. Mammae, biarkan kering dengan sendirinya.

Menyendawakan bayi dengan cara, bayi digendong tegak dengan bersandar pada bahu ibu kemudian punggungnya ditepuh perlahan-lahan atau bayi tidur tengkurap di pangkuan ibu, kemudian punggungnya ditepuh perlahan-lahan (Elizabeth Siwi Walyani, 2017).

6. Manfaat Menyusui Bagi Ibu

- a. Mengurangi pendarahan dan anemia setelah melahirkan serta mempercepat pemulihan rahim ke bentuk semula.

Menyusui bayi segera setelah melahirkan akan meningkatkan kadar oksitosin di dalam tubuh ibu. Oksitosin berguna untuk proses konstriksi penyempitan pembuluh darah di rahim sehingga pendarahan akan lebih cepat berhenti sehingga kemungkinan terjadinya perdarahan dapat berkurang. Hal ini juga dapat mengurangi terjadinya anemia pada ibu. Selain itu kadar oksitosin yang

meningkat juga sangat membantu mempercepat rahim kembali mendekati ukuran seperti sebelum hamil.

b. Menjarangkan kehamilan

Menyusui memberikan ASI pada bayi merupakan cara kontrasepsi alamiah yang aman, murah, dan cukup berhasil.

c. Lebih cepat langsing kembali

Menyusui memerlukan energi yang besar. Tubuh ibu akan mengambil sumber energi dari lemak-lemak yang tertimbun selama hamil terutama di bagian paha dan lengan atas, sehingga berat badan ibu yang menyusui akan lebih cepat kembali ke berat badan semula.

d. Mengurangi kemungkinan menderita kanker

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa menyusui akan mengurangi kemungkinan terjadinya kanker payudara dan akan mengurangi risiko ibu terkena penyakit kanker indung telur.

e. Lebih ekonomis dan murah

ASI adalah jenis makanan bermutu yang murah dan sederhana yang tidak memerlukan perlengkapan menyusui sehingga dapat menghemat pengeluaran. Bayi yang diberi ASI eksklusif mempunyai daya tahan tubuh yang kuat, sehingga bayi akan terhindar dari pengeluaran untuk berobat ke dokter atau rumah sakit.

f. Tidak merepotkan dan hemat waktu

ASI sangat mudah diberikan harus menyiapkan atau memasak air, juga tanpa harus mencuci botol. ASI mempunyai suhu yang tepat sehingga dapat langsung

diminumkan pada bayi, tanpa perlu khawatir terlalu panas atau dingin. ASI dapat diberikan kapan saja, di mana saja dan tidak perlu takut persediaan habis.

g. Portabel dan praktis

ASI mudah di bawa ke mana-mana (portabel), siap kapan saja dan di mana saja bila dibutuhkan. Pada saat berpergian tidak perlu membawa peralatan untuk membuat susu dan tidak perlu membawa alat listrik untuk memasak atau menghangatkan susu serta tidak perlu takut basi karena ASI di dalam payudara ibu tidak akan pernah basi.

h. Memberi kepuasan kepada ibu

Ibu yang berhasil memberikan ASI eksklusif akan merasa puas, bangga dan bahagia yang mendalam (Elizabeth Siwi Walyani, 2017).

7. Manfaat Pemberian ASI Bagi Bayi

Dari sisi fisik manfaat ASI bagi bayi membantu meningkatkan daya penglihatan dan kemampuan bicara dan menunjang perkembangan motorik bayi, mengurangi resiko obesitas bayi. ASI membantu bayi untuk memilih makanan yang baik dikemudian hari, sehingga dapat memperkecil terjadinya resiko obesitas. ASI juga mudah dicerna oleh bayi dan membantu bayi memutuskan berapa banyak dan kapan mereka (bayi) meminumnya (Kemkes,2016).

8. Masalah Dalam Menyusui

Menurut Bahiyatun masalah yang sering terjadi dalam pemberian ASI antara lain:

a. Puting susu lecet

Dapat disebabkan oleh karena teknik menyusui yang salah atau perawatan yang tidak betul pada payudara. Infeksi momilia dapat mengakibatkan lecet pada puting susu.

b. Pembengkakan payudara

Pembengkakan payudara terjadi karena pengeluaran ASI tidak disusui dengan adekuat, sehingga sisa ASI terkumpul pada sistem ductus yang mengakibatkan terjadinya pembengkakan.

c. Saluran susu tersumbat atau bendungan ASI

Disebabkan ASI yang terkumpul tidak segera dikeluarkan sehingga menimbulkan sumbatan pada ductus laktiferus

d. Mastitis

Mastitis adalah suatu proses infeksi menyebabkan radang payudara yang disebabkan oleh payudara bengkak yang tidak disusui secara adekuat yang akhirnya terjadi mastitis.

e. Abses payudara

Abses payudara merupakan kelanjutan/komplikasi dari mastitis yang disebabkan oleh meluasnya peradangan pada payudara

B. Pembengkakan Payudara

1. Pengertian

Pembengkakan payudara adalah ketika 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 permeabilitas alveoli meningkat (Novita, 2011).

Pembengkakan payudara seringkali diasosiasikan dengan terlambatnya atau kurang seringnya menyusui, atau pengosongan payudara yang tidak efektif. Pembengkakan ini sering disalah artikan sebagai penuhnya payudara yang terjadi pada hari-hari pertama menyusui karena meningkatnya kadar prolactin, bertambahnya aliran darah ke payudara, dan bertambahnya volume susu (Pollard, 2015).

2. Patofisiologi

Sesudah bayi lahir dan plasenta keluar, kadar estrogen dan progesterone turun dalam 2-3 hari. Hipotalamus yang menghalangi keluarnya *pituitary lactogenic hormone* (prolaktin) waktu hamil, dan sangat dipengaruhi oleh estrogen, tidak dikeluarkan lagi, dan terjadi sekresi prolactin oleh hipofisis. Hormone ini menyebabkan alveolus-alveolus kelenjar payudara terisi dengan air susu, namun untuk mengeluarkannya dibutuhkan reflek yang menyebabkan kontraksi (Pollard, 2015).

Sejak hari kedua sampai keempat setelah persalinan, ketika ASI secara normal dihasilkan, payudara menjadi sangat penuh. Dengan penghisapan yang efektif dan pengeluaran ASI oleh bayi, rasa tersebut pulih dengan cepat. Namun dapat berkembang menjadi bendungan, payudara terasa penuh dengan ASI dan cairan jaringan. Aliran vena dan limfatik tersumbat, aliran susu menjadi terhambat dan tekanan pada saluran ASI dan alveoli meningkat. Payudara menjadi bengkak dan *edematous* (Novita, 2011).

3. Etiologi

Menurut (Marmi, 2015) etiologi pembengkakan payudara adalah :

a. Pengosongan mammae yang tidak sempurna

Selama masa laktasi, terjadi peningkatan produksi ASI yang berlebihan. Apabila bayi sudah kenyang dan selesai menyusui dan payudara tidak dikosongkan, maka masih terdapat sisa ASI didalam payudara. Sisa ASI tersebut jika tidak dikeluarkan dapat menimbulkan bendungan ASI.

b. Hisapan bayi tidak aktif

Pada masa laktasi jika bayi tidak aktif menghisap maka akan menimbulkan pembengkakan payudara.

c. Posisi menyusui yang tidak benar

Teknik yang salah dalam menyusui dapat mengakibatkan puting susu menjadi lecet dan menimbulkan rasa nyeri pada saat bayi menyusui. Akibatnya ibu tidak mau menyusui bayinya dan terjadi pembengkakan payudara.

d. Puting susu yang terbenam

Puting susu yang terbenam akan menyulitkan bayi dalam menyusui, karena bayi tidak dapat menghisap puting dan areola. Akibatnya bayi tidak mau menyusui dan terjadi pembengkakan payudara.

e. Pemakaian BH (Buste Hounder) yang terlalu ketat

BH yang ketat mengakibatkan penekanan pada payudara dan bisa menyumbat saluran ASI. Selama masa menyusui sebaiknya ibu menggunakan BH yang dapat menyangga payudara, tetapi tidak terlalu ketat.

f. Tekanan jari ibu pada tempat yang sama setiap menyusui

Setiap kali ibu melakukan penekanan di tempat yang sama saat menyusui meningkatkan aliran vena dan limfe. Sehingga ibu mengalami pembengkakan payudara.

g. Kurangnya pengetahuan cara perawatan pencegahan bendungan ASI

Kurangnya pengetahuan ibu cara perawatan payudara dan pencegahan bendungan ASI bisa berakibat ibu mengalami bendungan ASI karena ibu tidak mengerti cara pecegahan jika terjadi pembengkakan payudara dan cara perawatan payudara.

4. Tanda dan Gejala

Pada payudara bengkak, payudara edema, sakit, puting susu kencang, kulit mengkilap walau tidak merah, dan ASI tidak keluar, badan menjadi demam pada 24 jam. Pada payudara penuh, payudara ibu akan terasa berat, panas, dan keras. Bila ASI dikeluarkan tidak ada demam (Marmi, 2015).

Payudara bengkak harus dibedakan dengan payudara penuh karena terisi ASI. Payudara yang penuh dengan ASI akan terasa berat, panas, dan keras. Bila diperiksa, ASI keluar dari payudara yang penuh dan tidak terjadi demam. Payudara ibu yang bengkak dapat menunjukkan edema, sakit puting, terasa kencang, kulit mengkilat meski tidak merah, dan bila diperiksa atau diisap, ASI tidak keluar. Selain itu, demam dapat muncul setelah 24 jam. Hal ini terjadi karena produksi ASI meningkat, terlambat menyusukan dini, perlekatan kurang baik, pengeluaran ASI kurang sering, dan pembatasan waktu menyusui (Roito, 2013).

5. Komplikasi

Tindakan untuk meringankan gejala pembengkakan payudara sangat dibutuhkan. Apabila tidak ada intervensi yang baik maka akan menimbulkan :

- a. Infeksi akut kelenjar susu
- b. Mastitis
- c. Abses payudara sampai dengan septicemia (Zuhana N, 2017)

Pencegahan merupakan prioritas utama untuk mengatasi payudara bengkak dan seluruh komplikasi menyusui karena menyusui itu mudah dan tidak menyakitkan (Yusari Asih dan Risneni, 2016).

6. Penatalaksanaan

a. Penatalaksanaan Farmakologi

Terapi farmakologis yang digunakan adalah obat anti inflamasi serrapeptase (danzen) yang merupakan agen enzim anti inflamasi 10 mg atau Bromelain 2500 unit dan tablet yang mengandung enzim protease 20.000 unit (Snowden, et.al, 2001). Sedangkan menurut Amru terapi pembengkakan payudara diberikan secara simptomatis yaitu mengurangi rasa sakitnya (analgetik) seperti paracetamol atau ibuprofen (Sofian Amru, 2013).

b. Penatalaksanaan Non Farmakologi

1) Kompres dingin

Penatalaksanaan kompres dingin dapat mengurangi rasa sakit payudara, untuk mengurangi statis di vena dan pembuluh getah bening lakukan pengurutan payudara yang dimulai dari puting ke arah corpus (Emdat Suprayitno, 2017).

2) Kompres kubis/kol

Kompres yang dilakukan berguna untuk mengatasi nyeri dan mengurangi oedema. Kompres daun kubis digunakan untuk membuat siklus vasokonstriksi selama 9-16 menit, dimana aliran darah menurun sehingga oedema lokal dapat menurun dan pengaliran lymphatic dapat lebih optimal (Bahiyatun, 2015). Daun kubis (*brassica olerace*) memiliki efektivitas dalam mengurangi pembengkakan payudara pada ibu post partum karena daun kubis (*brassica olerace*) mengeluarkan gel dingin yang dapat menyerap panas dan mengurangi pembengkakan. Hal ini sejalan dengan teori Bahiyatun karena kandungan yang

terdapat dalam daun kubis sehingga terjadi proses pelebaran aliran pembuluh darah kapiler untuk mengurangi pembengkakan pada payudara (Miftakhur Rohmah, dkk, 2019).

3) Perawatan payudara

Menurut Anggraini, langkah-langkah pengurutan pada perawatan payudara adalah sebagai berikut:

- a) Tuangkan minyak secukupnya, sokong payudara kiri dengan tangan kiri, payudara kanan dengan tangan kanan, 3 jari dari tangan yang berlawanan membuat gerakan memutar sambil menekan dari pangkal payudara dan berakhir pada puting susu, setiap payudara minimal 2x gerakan.
- b) Tempatkan kedua telapak tangan diantara kedua payudara. Urutlah payudara dari tengah ke atas sambil mengangkat kedua payudara dan lepaskan kedua payudara perlahan-lahan. Lakukan gerakan ini 30 kali.
- c) Sokong payudara dengan satu tangan, sedangkan tangan lain mengurutkan payudara dengan sisi kelingking dari arah tepi ke arah puting susu. Lakukan gerakan ini 30 kali.
- d) Kompres kedua payudara dengan waslap hangat selama 2 menit, kemudian ganti dengan kompres waslap dingin selama 1 menit. Kompres bergantian selama 3x berturut-turut dengan kompres air hangat (Anggraini, 2010).

4) Kompres daun sirih merah

Pembengkakan payudara dapat juga diatasi dengan kompres daun sirih merah, karena daun sirih merah kandungan *flavanoid*, *polevenolad*, *tanin*, dan

minyak atsiri. Secara empiris zat yang terkandung dalam daun sirih merah tersebut itu memiliki efek menghilangkan rasa nyeri dan bengkak pada mammae (Hermiati et al., 2013). Menurut penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, daun sirih merah dapat menurunkan derajat pembengkakan payudara, secara statistik ada perbedaan derajat pembengkakan payudara sebelum dan setelah diberikan kompres daun sirih merah.

7. Alat ukur tingkat pembengkakan payudara

Skala engorgement (skala pembengkakan payudara) menurut (Pamela D. Hill, RN & Sharron S. Humenick, RN, 2017) diberikan rentang skor dari 1 hingga 6. Setiap penilaian menunjukkan deskripsi berikut:

Tabel 2.1 Skala engorgement (skala pembengkakan payudara)

Skala	Deskripsi
Skor 1	Jika payudara teraba halus, tidak ada perubahan rasio pada payudara atau tidak tegas
Skor 2	Jika payudara sedikit perubahan pada payudara yaitu tidak terlalu tegang dan keras, kulit mulai teraba kurang lembut
Skor 3	Jika payudara masih terlihat tegas namun kulit payudara teraba kurang lembut
Skor 4	Jika payudara teraba tegas dan mulai ada nyeri payudara
Skor 5	Jika payudara teraba tegang, keras, kulit lembut, terlihat mengkilap dan tegas

Skor 6	Jika payudara sangat tegang, keras, kulit lembut, terlihat mengkilap dan tegas
--------	--

C. Sirih Merah

1. Klasifikasi sirih merah



Gambar 2.1 Tanaman daun sirih merah (*Piper crocatum*)

Sumber : Sudewo, (2010)

Klasifikasi tanaman (*Piper batle* L.) menurut (Mubeen *et al.*, 2014) adalah sebagai berikut:

Kingdom : Plantae

Kelas :Dicotyledoneae

Ordo :Piperales

Famili :Piperaceae

Genus : Piper

Spesies : Piper batle L (Mubeen *et al.*, 2014)

2. Deskripsi Sirih Merah

Daun sirih merah berwarna hijau dengan corak putih keabu-abuan dan semburat merah muda dibagian atas, dan berwarna merah hati cerah di bagian

bawah. Bentuknya seperti jantung hati dengan ujung meruncing, permukaan mengkilat dan tidak merata, tepi rata, tidak berbulu, panjang sekitar 15- 20 cm, terasa pahit, beraroma lebih wangi dari sirih hijau, dan mengeluarkan lendir bila disobek. Batangnya berwarna hijau agak kemerahan dengan permukaan kulit berkerut, bersulur dan beruas dengan jarak buku 5-10 cm. Bakal akar tumbuh di setiap buku batang (Sudewo,2010). Lamina pada daun sirih bertekstur lembut, termasuk pada bagian permukaan. Ketebalannya sekitar 160- 170 μm dengan serat trikoma berbentuk silinder menjari. Panjang serat trikomanya kurang lebih 30 μm dengan tebal sekitar 5 μm . Stomata daun sirih memiliki tipe cyclocytic. Daunnya memiliki rasa dan bau yang berbeda pada masing-masing daerah di mana ia tumbuh (Mubeen et al., 2014).

Sirih merah tersebar di daerah Sulawesi, Yogyakarta, Papua, Jawa, Kalimantan. Sirih merah tumbuh subur pada daerah yang dingin, teduh, dan tidak banyak terkena cahaya matahari (60-75%) dengan ketinggian 300-1000 meter (Sudewo, 2010). Apabila terkena cahaya matahari langsung secara terus-menerus batang menjadi cepat kering, warna merah daun memudar, bahkan dapat menyebabkan corak keperakan di permukaan daun hilang. Padahal kemungkinan khasiat sirih merah terletak pada senyawa kimia yang terkandung dalam warna merah daun (Manoi, 2007).

3. Manfaat dan Kandungan Sirih Merah

Awalnya sirih merah dimanfaatkan oleh masyarakat berdasarkan dari pengalaman secara turun temurun. Di Jawa, terutama di Keraton Yogyakarta, tanaman sirih merah telah dikonsumsi sejak dahulu untuk menyembuhkan

berbagai jenis penyakit, bahkan sirih merah merupakan salah satu bagian penting dalam upacara adat ngadi saliro. Berdasarkan pengalaman Suku Jawa, tanaman sirih merah bermanfaat menyembuhkanambeien, keputihan, dan obat kumur (Mardiana, 2012). Menurut Sudewo (2010), sirih merah dapat digunakan untuk mengobati diabetes melitus, maag, tekanan darah tinggi, asam urat, batu ginjal, dan ambeien.

Beberapa penelitian dilakukan untuk mengetahui kandungan yang ada pada sirih merah. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Hermiati (2013) daun sirih merah memiliki kandungan *flavanoid*, *polevenolad*, *tanin*, dan minyak atsiri. Secara empiris zat-zat tersebut memiliki efek terhadap pengurangan bahkan penghilangan pada kejadian nyeri dan pembengkakan pada payudara. Ekstrak etanol 70% daun sirih merah memiliki aktivitas sebagai antidiabetogenik (Alfarabi, 2010). Tanin dan saponin pada sirih merah dapat berfungsi sebagai antimikroba untuk bakteri dan virus (Mardiana, 2012). Namun *evidence based medical* mengenai pemanfaatan sirih merah masih sedikit. Hal ini disebabkan sirih merah belum lama dikenal masyarakat luas sehingga informasi ilmiah mengenai tanaman ini terbatas, demikian juga dengan jurnal ilmiah di dalam negeri maupun luar negeri.

4. Pengaruh Daun Sirih Merah Terhadap Penurunan Pembengkakan Payudara Pada Ibu Menyusui

Berdasarkan pada kajian secara teoritis sebelumnya, terdapat adanya keterkaitan antara kedua variabel penelitian. Pembengkakan payudara dapat menjadi alasan terhambatnya proses menyusui sehingga menghentikan pemberian

ASI pada bayi. Pembengkakan payudara ditandai dengan edema, sakit puting, terasa kencang, kulit mengkilat meski tidak merah, dan bila diperiksa atau diisap, ASI tidak keluar (Roito, 2013). Payudara bengkak disebabkan karena menyusui yang tidak kontinu sehingga sisa ASI terkumpul pada daerah ductus. Hal ini terjadi karena antara lain produksi ASI meningkat, terlambat menyusukan dini, perlekatan kurang baik, mungkin kurang sering ASI dikeluarkan, dan mungkin juga ada pembatasan waktu menyusui. Hal ini dapat terjadi pada hari ketiga setelah melahirkan. Selain itu, penggunaan bra yang ketat serta keadaan puting susu yang kurang bersih dapat menyebabkan sumbatan pada ductus (Dewi, 2013).

Pembengkakan payudara dapat menghambat pertumbuhan bayi, karena apabila pembengkakan payudara tidak diobati dapat menghentikan pemberian ASI pada bayi sehingga kebutuhan ASI tidak tercukupi dan bayi akan rentan terkena penyakit. Dampak pembengkakan payudara bagi ibu yaitu dapat mengalami kesakitan, tangan dan lengan akan terasa kebas bahkan demam. Penurunan pembengkakan payudara dapat dilakukan dengan pemberian daun sirih merah pada permukaan payudara ibu yang mengalami bengkak. Menurut Muhammad Fadlilah (2015), zat-zat yang terdapat dalam sirih merah mengandung flavonoid, alkaloid senyawa polifenolat, tannin dan minyak atsiri. Senyawa-senyawa tersebut diketahui memiliki aktivitas antibakteri. Daun sirih merah mengandung *flavanoid*, *polevenolad*, *tanin*, dan minyak atsiri yang memiliki efek terhadap pengurangan bahkan penghilangan pada kejadian nyeri dan pembengkakan pada payudara (Hermiati, dkk, 2013).

5. Kompres Daun Sirih Merah

a. Pengertian

Kompres daun sirih merah adalah pembaluran daun sirih merah tumbuk di area pembengkakan payudara pada ibu menyusui, yang bertujuan untuk menurunkan skala pembengkakan payudara. Ketika payudara seorang ibu merasa sakit saat menyusui, maka kompres dapat membantu meringankan. Kompres biasanya digunakan untuk menurunkan rasa nyeri, mengurangi rasa sakit serta meningkatkan aliran darah. Berdasarkan penelitian yang dilakukan sebelumnya, daun sirih merah dapat menurunkan pembengkakan payudara, sehingga sirkulasi peredaran darah pada payudara menjadi lancar.

b. Cara Penggunaan

1) Persiapan alat dan bahan

- a) Daun sirih merah 15-20 lembar
- b) Air 2 ml
- c) Waskom kecil
- d) Alat tumbuk/blender

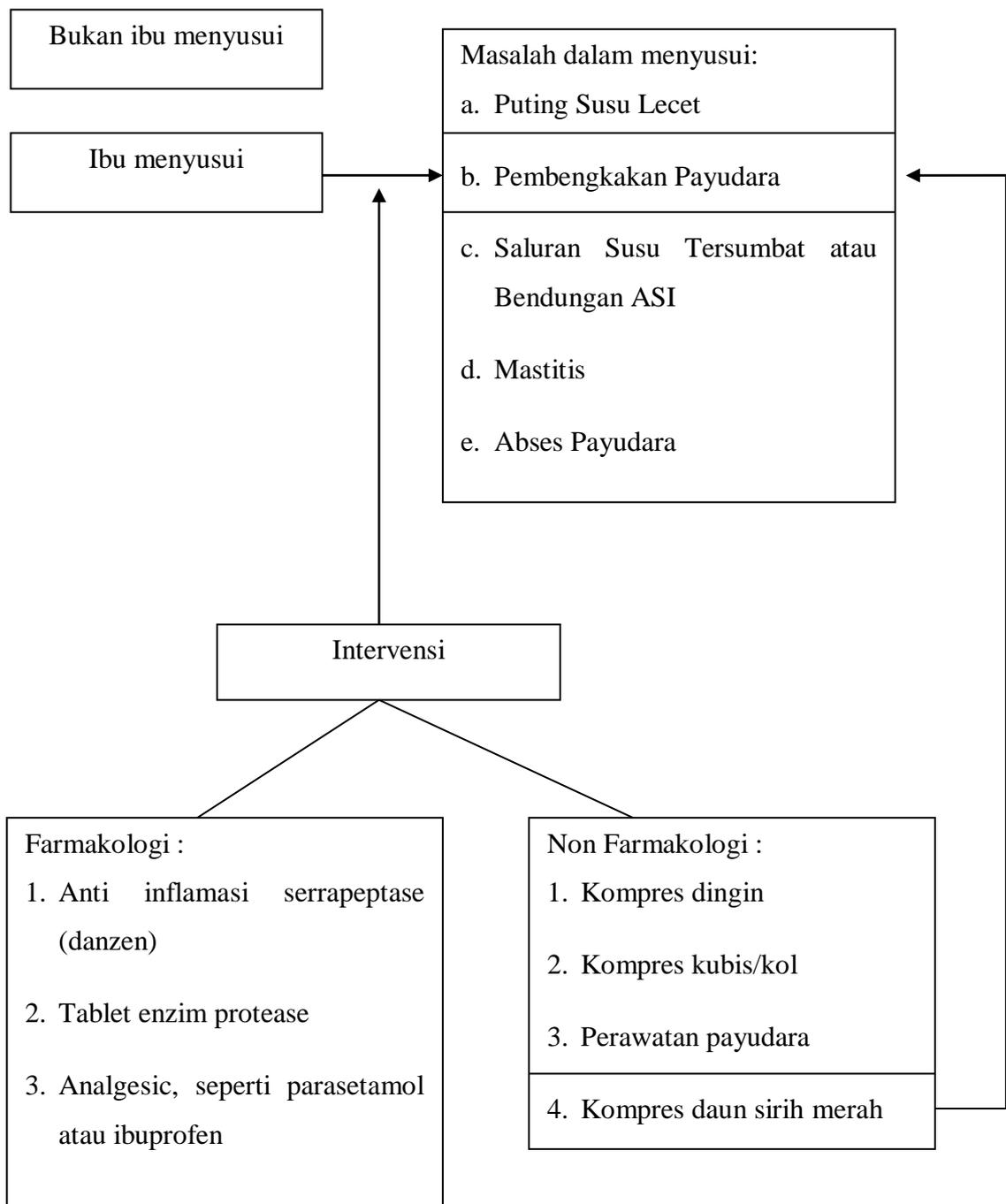
2) Cara kerja

- a) Cuci tangan dengan 6 langkah.
- b) Menjelaskan kepada ibu tindakan yang akan dilakukan dan memberikan *informed consent*
- c) Melakukan pengukuran pembengkakan payudara dengan menggunakan skala SPES lalu tulis skala pada lembar pengukuran

- d) Membersihkan dahulu area pembengkakan dengan handuk yang telah dibasahi dengan diusap perlahan
- e) Mencuci daun sirih merah pada air mengalir
- f) Haluskan daun sirih merah hingga lembut menggunakan alat tumbuk atau blender lalu beri air sebanyak 2 ml dan aduk hingga merata
- g) Kemudian taruh pada waskom kecil
- h) Balurkan daun sirih merah yang telah dihaluskan di area pembengkakan payudara kecuali areola dan puting dan dilakukan selama 20 menit
- i) Apabila kompres sudah dilakukan, bersihkan payudara dari daun sirih merah dan usap menggunakan handuk basah
- j) Bereskan alat dan cuci tangan dengan 6 langkah
- k) Prosedur pengompresan dilakukan sebanyak 4 kali sehari setiap 6 jam. Pengompresan ini dilakukan selama 2 hari dan pada akhir pengompresan daun sirih merah, pembengkakan payudara diukur kembali menggunakan skala SPES

D. Kerangka Teori

Menurut Notoatmodjo (2018), kerangka teori merupakan gambaran dari teori dimana suatu riset berasal atau dikaitkan. Sehingga dalam penelitian ini kerangka teorinya adalah sebagai berikut :

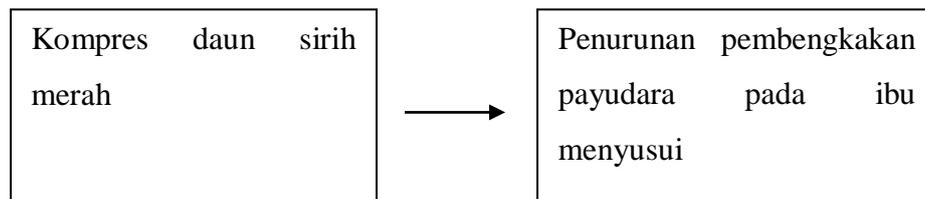


Gambar 2.2 : Kerangka Teori

Sumber : Hermiati, (2013), (Emdat Suprayitno, 2017), Snowden, et al, (2001), Bahiyatun, (2015), Miftakur Rohmah, dkk, (2019), Anggraini, (2010)

E. Kerangka Konsep

Agar memperoleh gambaran secara jelas ke arah mana penelitian itu berjalan, atau data apa yang dikumpulkan, perlu dirumuskan kerangka konsep penelitian. Kerangka konsep penelitian pada hakikatnya adalah suatu uraian dan visualisasi konsep-konsep serta variabel-variabel yang akan di ukur dan diteliti (Notoatmodjo, 2010).



Gambar 2.3 : Kerangka Konsep

F. Variabel Penelitian

Variabel adalah ukuran atau ciri yang dimiliki oleh anggota suatu kelompok yang berbeda dengan yang dimiliki oleh kelompok lain (Notoatmodjo, 2012).

1. Pembengkakan payudara sebelum diberi kompres daun sirih merah
2. Pembengkakan payudara sesudah diberi kompres daun sirih merah

G. Hipotesis

Hipotesis adalah suatu jawaban sementara, patokan duga, atau dalil sementara yang kebenarannya akan dibuktikan dalam penelitian tersebut (Notoatmodjo, 2010).

Ho : Tidak ada pengaruh pemberian daun sirih merah terhadap penurunan pembengkakan payudara pada ibu menyusui di PMB Retno Ningsih Kabupaten Tanggamus Tahun 2021.

Ha : Ada pengaruh pemberian daun sirih merah terhadap penurunan pembengkakan payudara pada ibu menyusui di PMB Retno Ningsih Kabupaten Tanggamus Tahun 2021.

H. Definisi Operasional

Untuk membatasi ruang lingkup atau pengertian variabel-variabel diamati/diteliti perlu sekali variabel-variabel tersebut diberi batasan atau “definisi operasional”. Definisi operasional ini juga bermanfaat untuk mengarahkan kepada pengukuran atau pengamatan terhadap variabel-variabel yang bersangkutan (Notoatmodjo, 2010).

Tabel 2.2 Definisi Operasional

Variabel	Definisi operasional	Alat ukur	Cara ukur	Hasil ukur	Skala
Pembengkakan payudara sebelum diberi kompres daun sirih merah	Keadaan payudara ibu menyusui sebelum dilakukan intervensi.	Checklist	Observasi	Skor 1-6	Interval
Pembengkakan payudara sesudah diberi kompres daun sirih merah	Keadaan payudara ibu menyusui setelah dilakukan intervensi.	Checklist	Observasi	Skor 1-6	Interval