



**Jurnal Maternitas Aisyah (JAMAN AISYAH)
Universitas Aisyah Pringsewu**

Journal Homepage

<http://journal.aisyahuniversity.ac.id/index.php?journal=Jaman>



PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES DAUN KUBIS DINGIN (BRASSICA OLERACEA VAR. CAPITATA) TERHADAP SKALAPEMBENGKAKAN PAYUDARA PADA IBU POSTPARTUM DI WILAYAH KERJA PUSKEMAS KOTABUMI UDIK

Iis Tri Utami¹, Maya Renzy Meriyanti²

^{1,2}Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan, Fakultas Kesehatan
Universitas Aisyah Pringsewu

iistrietami@gmail.com¹, mmyarenzy@gmail.com²

ABSTRACT

Breast engorgement is the problem that is often undergo by mothers after the childbirth process. The genesis rate reached 20-80%, 10% of them experience severe pain that requires pharmacological treatment. Breast engorgement is not handled properly will cause mastitis and infection. The treatment that can be done in healing with Breast engorgement is to compress by using cold cabbage leaves.

The research type used pre-experiment with one group pretest posttest design. The respondents in this research were postpartum mothers with breast engorgement which 38 respondents were given cold cabbage leaves compress for 3 days which were done twice a day morning and evening. The research instrument used the checklist, it is a direct assessment of the genesis of breast engorgement used the Six Point Engorgement Scale (SPES). In quantitative data analysis used Wilcoxon test. The results of univariate showed that the majority of respondents before the intervention had a scale of swelling with a scale of 4 as many as 14 respondents (36.8%) and the majority of respondents after the intervention had a scale of swelling on a scale of 2 were 23 respondents (60.5%) . The results of bivariate analysis obtained the effect of cold cabbage leaves compress on reducing breast engorgement were p-value of 0,000. It can be practiced independently by the patients as an alternative to breast care with non-pharmacological methods.

Keywords : Cold cabbage leaves compress, Postpartum mother, Breast engorgement

ABSTRAK

Pembengkakan payudara merupakan masalah yang sering dialami ibu setelah proses melahirkan. Angka kejadian mencapai 20-80% ,10 % di antaranya mengalami nyeri berat sehingga membutuhkan pengobatan farmakologi. Pembengkakan payudara yang tidak ditangani dengan baik akan menimbulkan mastitis dan infeksi. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui efektivitas kompres kubis dingin dalam mengurangi pembengkakan payudara. Jenis Penelitian *Pre – eksperiment* dengan design *one group pretest posttest*. Responden dalam penelitian ini adalah ibu postpartum dengan pembengkakan payudara di mana jumlah responden 38 yang di berikan kompres daun kubis dingin selama 3 hari yang di lakukan sehari dua kali pagi dan sore. Instrument penelitian menggunakan Checklist yaitu penilaian langsung kejadian pembengkakan payudara menggunakan six Point Engorgement Scale (SPES). Analisa data secara kuantitatif menggunakan uji wilcoxon. Hasil Analisa univariat diketahui bahwa sebagian besar responden sebelum dilakukan intervensi memiliki skala pembengkakan dengan skala 4 yaitu sebanyak 14 responden (36,8%) dan sebagian besar responden setelah dilakukan intervensi memiliki skala pembengkakan dengan skala 2 yaitu sebanyak 23 responden (60,5 %). Hasil analisa bivariat diketahui pengaruh pemberian kompres daun kubis dingin dalam pengurangan pembengkakan pada Payudara di

dapatkan nilai *p-value* 0,000. dapat di praktekkan secara mandiri oleh pasien sebagai alternative perawatan payudara dengan metode non farmakologi

Kata kunci: Kompres daun kubis dingin, ibu postpartum, pembengkakan payudara

I. PENDAHULUAN

Masalah menyusui yang timbul pada masa nifas dan menyusui salah satunya adalah pembengkakan payudara. Pembengkakan payudara merupakan bendungan air susu yang terjadi karena penyempitan duktus laktiferus atau oleh kelenjarkelenjar yang tidak dikosongkan dengan sempurna. Bengkak Payudara akan menimbulkan terasa sakit, panas, nyeri pada perabaan, tegang, bengkak yang terjadi pada hari ketiga sampai hari keenam setelah persalinan, ketika ASI secara normal dihasilkan¹.

Perawatan Payudara sangat penting di lakukan untuk persiapan ibu menyusui dan memperlancar pengeluaran ASI. Menurut Depkes 2010, berdasarkan survey yang di lakukan oleh badan penelitian dan pengembangan di bidang kesehatan angka bendungan ASI mencapai 46%, hal ini terjadi di karenakan perawatan payudara yang kurang. Yanti, 2017 menyebutkan bahwa ibu yang bekerja lebih beresiko mengalami bendungan ASI, dimana angka kejadiannya mencapai 16%, selain itu bengkak payudara juga lebih banyak dialami oleh ibu primipara. Pembengkakan payudara banyak terjadi di minggu pertama setelah persalinan, dimana angka kejadiannya mencapai 20-80%, bahkan 10% diantaranya mengalami nyeri berat dan mengkonsumsi obat penghilang rasa nyeri (analgetik)¹.

Bengkak payudara yang tidak ditangani dengan baik akan berkembang menjadi infeksi masa nifas yang lebih buruk seperti mastitis, infeksi akut kelenjar susu aabses payudara, bahkan septikemia yang disertai dengan tanda gejala peradangan seperti demam, nyeri dan menggigil.

Faktor utama atau penyebab dari terjadinya Pembengkakan diantaranya bayi menyusui tidak

sering atau tidak lama sebanyak 47%, puting datar 24%, posisi menyusui tidak baik sebanyak 10%, bayi tidak disusui pada malam 2 hari sebanyak 9%, ibu lelah atau sakit sebanyak 2%, bayi sakit sebanyak 5%.²

Penanganan bengkak payudara terbagi atas terapi farmakologis dan Non farmakologi. Pemberian terapi dimaksudkan untuk mengurangi rasa sakit. Terapi farmakologi dapat dilakukan dengan cara memberikan paracetamol dan ibu profen, atau obat anti inflamasi lain seperti Serrapeptase (danzen), agen enzim anti inflamasi 10 mg sebanyak tiga kali sehari atau Bromelain 2500 unit dengan kandungan enzim protease 20.000 unit. Terapi non farmakologis dapat dilakukan dengan akupuntur, perawatan payudara tradisional (kompres panas dikombinasikan dengan pijatan), daun kubis, kompres panas dan dingin secara bergantian, kompres dingin, dan terapi ultrasound¹.

Survey awal pada ibu nifas di wilayah kerja puskesmas kotabumi udik pada bulan September – November tahun 2019, terdapat 76 orang ibu nifas 38 orang atau 50 % mengalami Pembengkakan payudara dengan rincian sebagai berikut: 23 orang sibuk bekerja atau 60%, 12 orang malas menyusui atau 30%. Dan sebanyak 10 % ibu dengan puting susu lecet Berkaitan uraian data di atas maka masalah penelitian adalah masih banyak kejadian bendungan asi pada ibu nifas.

Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui pengaruh kompres kubis dingin dalam mengurangi pembengkakan payudara. Manfaat Bagi ibu Postpartum untuk memberikan pengetahuan baru bagi ibu postpartum yang mengalami pembengkakan payudara dengan menggunakan kompres daun kol.

II. TINJAUAN PUSTAKA

Pembengkakan payudara adalah ketika produksi air susu mulai meningkat produksinya maka air susu di dalam payudara menempati kapasitas alveoli untuk di simpan. Bila air susu tidak bergerak atau keluar dari alveoli maka akan terjadi overdistensi pada alveoli menyebabkan permeabilitas veoli meningkat.

Penelitian Kee WH tentang Pengobatan pembengkakan payudara dengan Serrapeptase (Danzen): uji coba terkontrol double-blind acak. pada 70 pasien yang mengalami pembengkakan payudara. Di ambil secara acak dibagi menjadi dua kelompok, kelompok perlakuan dan kelompok placebo. Di dapatkan hasil ada perbedaan yang signifikan secara statistik. Tidak ada efek samping yang dilaporkan dari penggunaan obat danzen. Danzen adalah metode yang amandan efektif untuk pengobatan secara farmakologi pembengkakan payudara. Penggunaan terapi non farmakologi untuk mengurangi rasa sakit dari pembengkakan payudara adalah sebagai berikut akupuntur, (perawatan payudara tradisional) yaitu kompres panas dikombinasikan dengan pijatan, kompres panas dan dingin secara bergantian, kompres dingin, daun kubis dan terapi ultrasound.

Berdasarkan bukti ilmiah bahwa daun kubis dapat penurunan nyeri payudara tanpa efek samping dan dapat meningkatkan durasi pemberian ASI. Namun beberapa literatur menunjukkan bahwa terlalu sering menggunakan kompres daun kubis dapat mengurangi produksi ASI. Daun kubis tersebut juga tidak boleh dikompreskan pada daerah kulit yang rusak seperti puting susu lecet. Jika puting susu lecet maka menempatkan daun kubis disekitar payudara tanpa menutup kulit yang rusak tersebut. Kompres daun kubis dingin selalu digabungkan dengan perawatan rutin untuk pembengkakan misal perawatan payudara kubis juga tidak disarankan untuk individu yang alergi terhadap sulfa atau kubis. Kubis mengandung senyawa sulfur, tetapi ini tidak sama dengan sulfa. Jika ibu alergi terhadap sulfa, sebaiknya disarankan sebelum

dikompres dengan daun kubis pada payudaranya dilakukan tes alergi terlebih dahulu.

Lidia Widia dan Ayu Putri Pangestu, (2019) menyebutkan bahwa pembengkakan dan nyeri pada tubuh merupakan reaksi tubuh terhadap infeksi penyakit atau gangguan dari luar. Kubis yang biasanya di jadikan lalapan ini juga dapat dimanfaatkan untuk mengatasi dan meringankan nyeri dan bengkak yang di alami karena memiliki zat anti oksidan yang tinggi dalam vitamin C. Hasil penelitian adalah uji tanda diperoleh nilai $p < 0,002 < 0,005$ artinya ada pengaruh kompres kubis daun terhadap penurunan pembengkakan payudara.

Hipotesis penelitian ini ada pengaruh pemberian kompres daun kubis dingin terhadap skala pembengkakan payudara pada ibu postpartum.

III. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan rancangan *Pra eksperiment*. Rancangan penelitian dengan pendekatan *one grup pretest posttest* adalah jenis penelitian yang terdapat *pretest* sebelum diberi perlakuan dan *posttest* setelah diberi perlakuan. Teknik *sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Pada penelitian ini, populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu postpartum yang ada di wilayah kerja Puskesmas Udik Kota bumi yang bersalin dengan jumlah 56 orang pada bulan Mei 2020. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 38 responden. Variabel Independen terdiri dari Daun kubis dingin dan Variabel Dependen adalah Skala pembengkakan payudara.

Analisa Univariat dan Analisa Bivariat dilakukan untuk melihat perbedaan antara sebelum dan sesudah mendapatkan perlakuan, analisa bivariat dilakukan dengan perbandingan satu variabel bebas dengan Uji T-Dependent.

IV. PEMBAHASAN

Tabel 1. Skala Pembengkakan payudara responden sebelum dan sesudah kompres daun kubis dingin

| Variabel | Mae n | SD | Mi n | Max |
|----------------------|----------|-----------|---------|-----|
| Pembengkakan Sebelum | 4.08 | 0.85 0 | 3 | 6 |
| Pembengkakan setelah | 2.08 | 0.63 2 | 1 | 3 |

Berdasarkan Tabel 1 di dapatkan rata-rata pembengkakan payudara sebelum di berikan kompres daun kubis dingin 4,08, dengan SD 0,850 dan setelah di berikan interverensi kompres kubis dingin adalah 2,08 dengan SD 0,632.

Berdasarkan hasil penelitian di ketahui bahwa pembengkakan sebelum di berikan kompres daun kubis dingin di peroleh rata-rata = 4,08 dengan nilai SD 0,850 nilai minimum 3 dan nilai maximum 6. Sesduah di berikan di berikan kompres daun kubis dingin di peroleh rata-rata = 2,08 dengan nilai SD 0,632 nilai minimum 1 dan nilai maximum 3, dengan demikian pembengkakan payudara pada ibu postpartum di wilayah kerja puskesmas kotabumi udik mengalami penurunan sebesar 2. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, dapat di ketahui bahwa pembengkakan payudara yang di alami ibu portpartum mengalami perubahan.

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian lidya (2019) mengenai “Pengaruh Kompres Daun Kubis (*Brassica Oleracea* Var. *Capitata*) Terhadap Pembengkakan Payudara pada Ibu Nifas” di dapatkan frekuensi pembengkakan payudara sebelum menggunakan kompres daun kubis dingin dengan persentase 100 % sedangkan setelah di lakukan kompres daun kubis dingin menurun dengan persentase 91%.

Tabel 2. Pengaruh pemberian kompres daun kubis dingin dalam pengurangan pembengkakan pada payudara

| Ranks | N | Mea | Sum |
|-------|---|-----|-----|
|-------|---|-----|-----|

| | | | n Ran k | of Rank s |
|--------------------------|-----------------------------------|----------------------------------------|---------------|-----------------|
| Pembengkaka n sesudah | Negativ e Ranks | 34 a | 17.5 | 595 |
| Pembangkaka n sebelum | Positif Ranks Ties Total | 0 ^b 4 ^c 38 | 0 | 0 |

Tabel 2. dapat di simpulkan bahwa *p-value* sebesar $0,000 < 0,05$ ($pvalue < 0,05$), sehingga Ho ditolak, yang menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian kompres daun kubis dingin dalam pengurangan pembengkakan pada Payudara.

Hasil uji statistik diketahui bahwa *p-value* sebesar $0,000 < 0,05$ ($pvalue < 0,05$), sehingga Ho ditolak, yang menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian kompres daun kubis dingin dalam pengurangan pembengkakan pada Payudara.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rohmah, Wulandari dan Sihotang (2019) yang meneliti Efektivitas kompres daun kubis (*brassica oleracea*) terhadap skala pembengkakan payudara pada ibu post partum di PMB Endang Kota Kediri. Hasil penelitian menunjukkan, bahwa ada efektivitas pemberian kompres daun kubis (*brassica oleracea*) terhadap skala pembengkakan payudara pada ibu *post partum* dapat dilihat dari penurunan pembengkakan payudara sebelum diberikan kompres daun kubis (*brassica oleracea*) yaitu skala 4, sesudah diberikan kompres daun kubis (*brassica oleracea*) pembengkakan payudara menjadi skala 1 dengan *pvalue* 0,000.

Penelitian lain dilakukan oleh Lidia dan Pangestu (2020) yang meneliti pengaruh kompres daun kubis (*brassica oleracea* var. *Capitata*) terhadap pembengkakan payudara. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian kompres daun kubis terhadap skala pembengkakan payudara pada ibu *post partum* dengan *p-value* 0,002.

V. PENUTUP

Daun Kubis dapat mengurangi pembengkakan payudara ibu post partum dan mudah didapatkan harga juga terjangkau. Daun kubis ini dapat dimanfaatkan untuk mengatasi dan meringankan nyeri dan bengkak yang dialami oleh ibu nifas karena daun kubis memiliki zat antioksidan yang tinggi dalam vitamin C.

DAFTAR PUSTAKA

- Zuhana, Nina., 2014, *Perbedaan Efektifitas Daun Kubis Dingin (Brassica Oleracea Var. Capitata) Dengan Perawatan Payudara Dalam Mengurangi Pembengkakan Payudara.*
- Ririn Ariyanti Aprida., 2017, *Penerapan Kompres Daun Kol Untuk Mengurangi Pembengkakan Payudara Pada Ibu Postpartum* Kebumen, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong.
- Pangestu, Lidia, 2019 *Pengaruh Kompres Daun Kubis (Brassica Oleracea Var. Capitata) Terhadap Pembengkakan payudara (Breast Engorgement) Pada Ibu Nifas*, Jurnal Darul Azhar Vol 8, No 1 Agustus 2019 – Februari 2020.
- Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI). 2017. *Angka kejadian bendungan ASI di Indonesia.*