

DOI: <http://dx.doi.org/10.33846/sf13nk341>

## Kompres Daun Kubis untuk Menurunkan Pembengkakan Payudara pada Ibu Post Partum

**Risza Choirunissa**

Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Kebidanan, Program Sarjana Terapan, Universitas Nasional;  
risza.choirunissa@civitas.unas.ac.id (koresponden)

**Wika Natalia**

Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Kebidanan, Program Sarjana Terapan, Universitas Nasional

**Retno Widowati**

Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Kebidanan, Program Sarjana Terapan, Universitas Nasional

### ABSTRACT

*Swelling of the breasts is influenced by the mother's frequency of breastfeeding, the duration of breastfeeding. Most of the breast swelling is given anti-inflammatory drug therapy, however, there are several ways of complementary breast care that can be done to reduce breast swelling. This study aims to determine the effect of giving cabbage leaf compresses to breast swelling in post partum mothers. This experimental study used a pre-test and post-test design without a control group. The sampling technique uses total sampling. Data were analyzed descriptively and then tested the hypothesis using the Wilcoxon test. The results of the analysis showed that before being given a cabbage leaf compress there were 43.3% of respondents experiencing breast swelling on a scale of 5, and after being given a cabbage leaf compress there were 56.7% with breast swelling on a scale of 1. P value = 0.000, which means there is a difference in the scale of breast swelling between before and after the intervention. It was concluded that cabbage leaf compresses are effective for reducing postpartum breast swelling.*

**Keywords:** cabbage leaves; compress; breast swelling

### ABSTRAK

Pembengkakan payudara dipengaruhi oleh frekuensi ibu untuk menyusui, durasi menyusui. Pembengkakan payudara sebagian besar diberikan terapi obat anti inflamasi, namun demikian beberapa cara perawatan payudara komplementer yang dapat dilakukan untuk mengurangi pembengkakan payudara. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian kompres daun kubis terhadap pembengkakan payudara pada ibu post partum. Penelitian eksperimental ini menggunakan desain *pre-test and post-test without control group*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Data dianalisis secara deskriptif lalu dilakukan pengujian hipotesis menggunakan uji Wilcoxon. Hasil analisis menunjukkan bahwa sebelum diberikan kompres daun kubis terdapat 43,3% responden mengalami pembengkakan payudara skala 5, dan setelah diberikan kompres daun kubis terdapat 56,7% dengan pembengkakan payudara skala 1. Nilai  $p = 0,000$ , yang berarti ada perbedaan skala pembengkakan payudara antara sebelum dan setelah intervensi. Disimpulkan bahwa kompres daun kubis efektif untuk menurunkan pembengkakan payudara ibu post partum.

**Kata kunci:** daun kubis; kompres; pembengkakan payudara

### PENDAHULUAN

Menyusui suatu proses yang alami dimana tahapan memberikan makanan pada bayi berupa air susu ibu (ASI) langsung dari payudara ibu bukan hal baru yang akan dilalui oleh seorang perempuan setelah melahirkan. Pengetahuan dan latihan yang tepat sangat diperlukan untuk mengoptimalkan proses menyusui. ASI sangat berpengaruh terhadap kesehatan, pertumbuhan, dan perkembangan pada masa bayi dan mempunyai hubungan yang kuat antara nutrisi dan pertumbuhan bayi terhadap kesehatan jangka panjang.<sup>(1)</sup>

Kubis merupakan sayuran yang dapat digunakan untuk terapi pembengkakan pada payudara. Kubis mengandung asam amino metionin yang berfungsi sebagai antibiotik dan sinigrin (*Allylisoithiocyanate*) rapine, minyak mustard, magnesium, dan sulfur oxylate heteroside yang membantu memperlebar pembuluh darah kapiler yang ada di payudara. daun kubis dingin dapat membantu menurunkan pembengkakan payudara dalam waktu yang relatif cepat yaitu 1-2 jam dan penggunaannya juga sederhana dengan ditempelkan pada payudara yang bengkak.<sup>(2)</sup>

Survei pendahuluan yang peneliti lakukan pada Desember Tahun 2020 di Praktek Mandiri Bd. N Serang Banten pada buku register diketahui data tiga bulan terakhir ada 32 ibu post partum, dimana pada bulan September terdapat 10 orang ibu postpartum (31,2%), ada 8 orang ibu pada bulan Oktober (25%) dan pada bulan November ada 14 orang ibu (43,7%), ada sebanyak 12 ibu (37,5%) mengalami bendungan ASI, alasan peneliti mengambil penelitian tentang daun kubis karena daun kubis mengandung asam amino metionin yang berfungsi sebagai antibiotik dan kandungan lain seperti sinigrin (*Allylisoithiocyanate*), minyak mustard, magnesium, Oxylate heterosides belerang yang dapat membantu memperlebar pembuluh darah kapiler sehingga meningkatkan aliran darah untuk keluar masuk melalui daerah tersebut dan memungkinkan tubuh untuk menyerap kembali cairan yang terbungsd dalam payudara sehingga dapat mengurangi bengkak payudara. Berdasarkan data tersebut penting dilakukan penelitian yang bertujuan untuk menganalisis pengaruh pemberian kompres daun kubis terhadap pembengkakan payudara pada ibu post partum di praktek mandiri Bd. N Serang Banten.

## METODE

Penelitian ini menggunakan desain *quasi experimental* dengan *pretest posttest without control group*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*, dari jumlah 30 ibu post partum pada bulan Desember 2020. Intervensi yang diberikan adalah pemberian kompres daun kubis. Sebelum dan sesudah pemberian kompres tersebut dilakukan pengukuran pembengkakan payudara melalui observasi. Selanjutnya dilakukan analisis secara deskriptif, dan dilanjutkan dengan menguji hipotesis yaitu menganalisis perbedaan pembengkakan payudara antara sebelum dan sesudah intervensi menggunakan uji Wilcoxon. Adanya perbedaan secara signifikan menunjukkan efektifitas kompres daun kubis tersebut, demikian pula sebaliknya.

## HASIL

Sebelum diberikan kompres daun kubis kategori pembengkakan payudara terbanyak pada skala 5 (43,3%), sedangkan sesudah pemberian kompres daun kubis kategori pembengkakan payudara terbanyak pada skala 1 (56,7%).

Tabel 1. Distribusi pembengkakan payudara sebelum dan sesudah diberikan kompres daun kubis

Sebelum pemberian kompres daun kubis			Sesudah pemberian kompres daun kubis		
Skala	Frekuensi	Persentase	Skala	Frekuensi	Persentase
Skala 4	6	20,0	Skala 1	17	56,7
Skala 5	13	43,3	Skala 2	11	36,7
Skala 6	11	36,7	Skala 3	2	6,7

Hasil uji Wilcoxon untuk mengetahui perbedaan dan pengaruh kompres daun kubis terhadap pembengkakan payudara pada ibu postpartum dapat dilihat dari nilai p sebesar 0,000 ( $<0,05$ ). Maka sesuai dengan dasar pengambilan keputusan, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan pembengkakan payudara pada ibu postpartum sebelum dan sesudah diberikan kompres daun kubis. Jumlah responden yang mengalami kebengkakan payudara setelah diberikan kompres daun kubis lebih sedikit dibandingkan sebelum diberikan kompres daun kubis. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa pemberian kompres daun kubis efektif untuk menyembuhkan pembengkakan payudara pada ibu postpartum di praktek mandiri Bd. N Serang, Banten.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis pengetahuan ibu sebelum dilakukan konseling, diketahui bahwa sebagian besar ibu memiliki nilai dalam kategori cukup, dan didapatkan peningkatan pengetahuan setelah dilakukan konseling, dengan mayoritas tingkat pengetahuan dalam kategori baik. Perbedaan tersebut adalah signifikan, sehingga bisa dikatakan bahwa konseling antenatal terpadu efektif untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang kunjungan ANC. Adanya perubahan positif terhadap pengetahuan ibu yang telah diberikan penyuluhan kesehatan menunjukkan pengaruh yang sangat nyata terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil beresiko tinggi di Puskesmas Amurang. Hal ini mengindikasikan dapat mengubah pemikiran sebelumnya tidak tahu menjadi tahu, sebagaimana hasil penelitian Liwut<sup>(4)</sup> dengan topik yang sama di Wilayah Kerja Puskesmas Kilasah pada tahun 2019.

Menurut Piter (2012) konseling dalam kebidanan merupakan proses pemberian informasi yang obyektif dan lengkap yang bertujuan membantu klien mengenali kondisinya, masalah yang dihadapi dan membantu klien untuk menentukan solusi atau jalan keluar dalam upaya mengatasi masalah-masalahnya. Pelayanan antenatal terpadu merupakan pelayanan komperhensif dan berkualitas yang bertujuan dapat memenuhi hak setiap ibu hamil memperoleh pelayanan antenatal yang berkualitas sehingga mampu menjalani kehamilan dengan sehat, bersalin dengan selamat dan melahirkan bayi yang sehat dan berkualitas diantaranya melalui konseling.<sup>(5)</sup>

Berdasarkan teori dan fakta yang peneliti dapat, secara kualitatif ditemukan perbedaan nilai antara *pretest* dengan *posttest* konseling antenatal terpadu terhadap pengetahuan ibu tentang kunjungan ANC, sedangkan secara kuantitatif nilai pengetahuan sebelum intervensi pada katagori nilai cukup dan sesudah perlakuan pada kategori nilai baik.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Tohir<sup>(6)</sup> mempunyai kelebihan yaitu pengetahuan ibu hamil dihubungkan dengan kunjungan antenatal yang memerlukan observasi dari awal kehamilan sampai akhir kehamilan atau dapat dilihat dari buku KIA, dan kekurangannya adalah hanya menggambarkan fenomena pengetahuan ibu hamil tanpa mendapat perlakuan. Sedangkan dari penelitian Liwut<sup>(4)</sup> ternyata penyuluhan kesehatan menunjukkan pengaruh yang sangat nyata terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil beresiko tinggi di Puskesmas Amurang tentang ANC. Kelebihan penelitian ini adalah menggunakan penyuluhan berkelompok sehingga waktu lebih efisiensi sedangkan kekurangannya adalah pengetahuan individu ditujukan kepada ibu hamil beresiko tinggi yang menjadi sampel penelitian, sedang ibu tanpa resiko tidak diberikan penyuluhan kesehatan.

Peneliti berasumsi efektifitas pengetahuan ibu hamil bertambah seiring keteraturan ibu hamil berkunjung untuk memeriksakan kehamilan, maka akan didapatkan pengetahuan-pengetahuan lainnya melalui konseling ANC terpadu sesuai kondisi dan kebutuhan ibu hamil atas informasi yang ingin didupakannya. Dengan dasar ANC terpadu yang komperhensif dan berkualitas maka ibu hamil yang melakukan ANC penting dilakukan konseling sebagai bentuk mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang atas pengalaman terhadap kehamilan sehingga dapat menemukan informasi yang baik tentang apa saja yang ditemukan dalam kunjungan antenatal.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa kompres daun kubis efektif untuk mengurangi pembengkakan payudara pada ibu postpartum.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Addo OY, Stein AD, Fall CH, Gigante DP, Guntupalli AM, Horta BL, Kuzawa CW, Lee N, Norris SA, Prabhakaran P, Richter LM. Maternal height and child growth patterns. *The Journal of Pediatrics*. 2013;163(2):549-54.
2. Arora S, Vatsa M, Dadhwal V. A comparison of cabbage leaves vs. hot and cold compresses in the treatment of breast engorgement. *Indian journal of community medicine: official publication of Indian Association of Preventive & Social Medicine*. 2008;33(3):160
3. Lim AR, Song JA, Hur MH, Lee MK, Lee MS. Cabbage compression early breast care on breast engorgement in primiparous women after cesarean birth: A controlled clinical trial. *International Journal of Clinical and Experimental Medicine*. 2015;8(11):21335.
4. Mills D, Gomberawalla A, Gordon EJ, Tondre J, Nejad M, Nguyen T, Pogoda JM, Rao J, Chatterton R, Henning S, Love SM. Examination of duct physiology in the human mammary gland. *PloS one*. 2016;11(4)
5. Napisah P, Widiasih R, Maryati I, Hermayanti Y, Natasya W. The Effectiveness of Cabbage Leaf Compress and the Education of Lactation Management in Reducing Breast Engorgement in Postpartum. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*. 2021;9(T6):106-10.
6. Yadav A, PJ KM, Nageshwar V. Effectiveness of Cabbage Leaves Application on Breast Engorgement: Narrative Review. *Indian Journal of Public Health Research & Development*. 2019;10(4).