



Article

PENGARUH KOMPRES DAUN KOL TERHADAP PEMBENGGAKAN PAYUDARA PADA IBU POST PARTUM DI RUMAH SAKIT SUKMA WIJAYA SAMPANG

Mei Lestari Ika Widyyati¹, Vinnika Kamaisya Ramadhanti², Faridatul Istibsaroh³, Atika Jatimi⁴, Yunita Amilia⁵

¹⁻⁵Department of Nursing, Faculty of Health Sciences, Universitas Nazhatut Thullab Al-Muafa, Sampang, Indonesia

SUBMISSION TRACK

Received: November 11, 2024
Final Revision: December 22, 2024
Available Online: December 27, 2024

KEYWORDS

Kompres, Daun Kol, Pembengkakan Payudara, Post Partum

CORRESPONDENCE

E-mail: meilestari118@gmail.com

A B S T R A C T

Background: Breast engorgement occurs when breast milk is clogged due to the narrowing of the milk ducts or because the mammary glands do not empty. Severe breast engorgement can cause discomfort to the mother because it can cause pain, interfere with the baby's ability to breastfeed, and even cause mastitis and breast abscesses in the mother. **Objective:** To determine the effect of cabbage leaf compresses on breast swelling in postpartum mothers at Sukma Wijaya Hospital, Sampang. **Method:** The research design used in this research is a pre-experimental design with one group pretest-posttest. The population in this study was 46 postpartum mothers at Sukma Wijaya Sampang Hospital using a probability sampling technique, namely simple random sampling. The instrument used in this study used a checklist, namely a direct assessment of the incidence of breast swelling using the Six Point Engorgement Scale (SPES). The results of this research were processed using the Wilcoxon test, the results are presented in the form of tables and narratives. **Result:** The results of this study showed that the majority of respondents before the intervention showed moderate pain on a scale of 4-5, namely 24 respondents (57.1%) and almost all respondents after the intervention showed mild pain on a scale of 2-3, 33 respondents (78.6%). The results of the Wilcoxon Test statistical test obtained a p-value of $0.000 < \alpha = 0.05$. So it can be concluded that there is an effect of cabbage leaf compresses on breast swelling in postpartum mothers at Sukma Wijaya Hospital, Sampang. **Conclusion:** Cabbage leaf compress is an alternative that can be used to treat breast swelling. Cabbage leaf compresses are effective in reducing breast swelling compared to not giving cabbage leaf compresses.

I. INTRODUCTION

Masa nifas merupakan masa seorang perempuan mengalami pemulihan atau adaptasi sistem reproduksi seperti adaptasi fisiologis salah satunya terjadi pada payudara adalah dimulainya proses menyusui atau laktasi (Hasibuan et al., 2021). Pembengkakan payudara terjadi karena pembendungan ASI akibat penyempitan saluran susu, atau karena kelenjar susu tidak dapat mengosongkan secara sempurna. Pembengkakan payudara yang parah dapat menyebabkan ketidaknyamanan pada ibu karena dapat menimbulkan rasa nyeri, mengganggu kemampuan bayi untuk menyusui bahkan bisa menyebabkan mastitis dan abses payudara pada ibu (Andari et al., 2021).

Menurut data dari penelitian sebelumnya di Dunia kurang lebih 40% ibu nifas memilih untuk tidak menyusui dikarenakan mengalami nyeri akibat pembengkakan pada payudara yang mencapai puncak 3 sampai 5 hari post partum dan seperempat sampai setengah dari wanita tersebut meminum analgesic untuk meredakan nyeri payudara pada masa nifas (Rahayu dan Wulandari, 2020). Di Indonesia, ibu nifas yang mengalami pembengkakan payudara sebesar 43%, angka cakupan ASI eksklusif adalah 32,3% ibu yang memberikan ASI eksklusif kepada anaknya. Mastitis dan puting lecet mempengaruhi hingga 2 55% wanita menyusui (Damayanti, 2018). Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur melaporkan bahwa 58% ibu baru memiliki masalah internal menyusui, antara lain 23% busung payudara, 13% puting cekung, 9% puting susu lecet, 7% mastitis, dan 6% abses payudara, yang

berdampak negatif tentang keperawatan bayi (Mardiantika, 2023). Berdasarkan hasil observasi peneliti di Rumah Sakit Sukma Wijaya tanggal 18 Desember 2023, didapatkan jumlah ibu post partum selama bulan November-Desember 2023 sebanyak 46 ibu post partum (Data awal, 2023).

Pembengkakan payudara terjadi karena peningkatan aliran darah ke payudara bersamaan dengan produksi ASI. Payudara biasanya bengkak, keras, dan tidak nyaman. Keadaan ini akan bertahan selama beberapa hari dan normal terjadi (Anisah, 2021). Payudara yang membesar dapat menimbulkan rasa nyeri. Pembengkakan payudara adalah fenomena normal, jika tidak ditangani dapat menyebabkan mastitis dan bahkan abses (Ariescha et al., 2020). Dampak dari pembengkakan payudara dapat menyebabkan ketidakefektifan frekuensi menyusui, rasa nyeri, payudara bengkak, payudara teraba tegang, keras dan panas (Mardiantika, 2023). Untuk mengatasi pembengkakan payudara dapat dilakukan dengan beberapa cara yaitu dengan menggunakan obat pereda nyeri (Farmakologi), dan non farmakologis atau cara tradisional.

Metode farmakologis dan nonfarmakologis dapat digunakan untuk mengobati pembengkakan pada payudara ibu. Obat analgesik seperti parasetamol dan ibuprofen dapat digunakan sebagai pengobatan farmakologis untuk pembengkakan payudara sehingga dapat mengurangi rasa sakit (Rahmayana et al., 2022). Perawatan payudara tradisional (kompres panas dicampur dengan pijatan), daun kol, kompres panas dan dingin bergantian, kompres dingin, kompres hangat, dan terapi ultrasound

adalah cara non-farmakologis untuk mengurangi pembengkakan pada payudara (Anisah, 2021).

Penatalaksanaan nonfarmakologi untuk pembengkakan payudara salah satunya dengan kompres daun kol. Kol/kubis (*Brassica Oleracea* Var. *Capitata*) kaya akan fitronutrien dan berbagai vitamin seperti Vitamin A, C, dan E sebagai antioksidan alami yang dapat mencegah kanker. Kol/Kubis juga mengandung asam amino glutamine yang diyakini dapat mengobati segala jenis peradangan salah satunya seperti peradangan pada payudara. Untuk pemakaian luar, daun kubis dapat digunakan untuk mengompres bagian tubuh yang memar, membengkak atau nyeri sendi (Rahayu dan Wulandari, 2020). Kol/kubis kaya akan kandungan sulfur yang diyakini dapat mengurangi pembengkakan dan peradangan payudara (Andari et al., 2021). Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh kompres daun kol terhadap pembengkakan payudara pada ibu post partum di Rumah Sakit Sukma Wijaya Sampang.

II. METHODS

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pre-experimental design* dengan *One group pretest-posttest*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 46 ibu post partum di Rumah Sakit Sukma Wijaya Sampang yang dipilih dengan menggunakan teknik *probability sampling* yaitu *simple random sampling*. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini menggunakan *Checklist* yaitu penilaian langsung kejadian pembengkakan payudara menggunakan *Six Point Engorgement Scale (SPES)*. Kemudian Hasil penelitian yang

didapatkan selama proses pengambilan data diolah melalui serangkaian kegiatan mulai dari *editing, coding, scoring, tabulating* dan menggunakan uji *wilcoxon test*, hasil pengolahan data dalam penelitian ini disajikan dalam bentuk tabel dan narasi. Metode analisis data yang dilakukan adalah analisis bivariat dan univariat. Penelitian ini sudah dinyatakan lolos etik oleh komite etik Universitas Nazhatut Thullab Al-Muafa Sampang dengan nomor 006/KEP/UNT/DEA/III/2024.

III. RESULT

Gambaran Umum Responden

Responden pada penelitian ini berjumlah 46 ibu post partum di Rumah Sakit Sukma Wijaya Sampang. Berikut distribusi gambaran umum responden:

Tabel 1 Distribusi Gambaran Umum Responden

Usia	Presentase (%)
17-20 tahun	2.4
21-35 tahun	90.5
36-40 tahun	7.1
Total	100.0

Berdasarkan tabel 1 didapatkan bahwa sebagian besar responden berusia 21-35 tahun dengan presentase 90,5%.

Pembengkakan Payudara Sebelum (Pre) Kompres Daun Kol Pada Ibu Post Partum

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Skala Pembengkakan Payudara Sebelum (Pre) Kompres Daun Kol Pada Ibu Post Partum

Skala Pembengkakan (Pre)	Frekuensi	Presentase (%)
Tidak Nyeri (Skala 1)	0	0.0
Nyeri Ringan (Skala 2-3)	18	42.9
Nyeri Sedang (Skala 4-5)	24	57.1
Nyeri Berat (Skala 6)	0	0.0
Total	42	100.0

Berdasarkan tabel 2 didapatkan skala pembengkakan payudara sebelum (Pre) kompres daun kol pada ibu post partum

sebagian besar menunjukkan nyeri sedang (Skala 4-5) sejumlah 24 (57.1%).

Pembengkakan Payudara Sesudah (Post) Kompres Daun Kol Pada Ibu Post Partum

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Skala Pembengkakan Payudara Sesudah (Post) Kompres Daun Kol Pada Ibu Post Partum

Skala Pembengkakan (Pre)	Frekuensi	Presentase (%)
Tidak Nyeri (Skala 1)	3	7.1
Nyeri Ringan (Skala 2-3)	33	78.6
Nyeri Sedang (Skala 4-5)	6	14.3
Nyeri Berat (Skala 6)	0	0.0
Total	42	100.0

Berdasarkan tabel 3 didapatkan skala pembengkakan payudara sesudah (Post) kompres daun kol pada ibu post partum hampir seluruhnya menunjukkan nyeri ringan (Skala 2-3) sejumlah 33 (78.6%).

Pengaruh Kompres Daun Kol Terhadap Pembengkakan Payudara Ibu Post Partum

Tabel 4. Pengaruh Kompres Daun Kol Terhadap Pembengkakan Payudara Ibu Post Partum

Skala Pembengkakan Payudara	Pre		Post	
	Frekuensi	%	Frekuensi	%
Tidak Nyeri (Skala 1)	0	0.0	3	7.1
Nyeri Ringan (Skala 2-3)	18	42.9	33	78.6
Nyeri Sedang (Skala 4-5)	24	57.1	6	14.3
Jumlah	42	100.0	42	100.0
Uji Wilcoxon Test				0,000

Berdasarkan tabel 4, menunjukkan perbedaan skala SPES sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Hasil uji statistik *Wilcoxon Test* diperoleh nilai *p value* $0,000 < \alpha = 0,05$. Maka dapat disimpulkan jika ada Pengaruh kompres daun kol terhadap pembengkakan

payudara ibu post partum di Rumah Sakit Sukma Wijaya Sampang.

IV. DISCUSSION

Pembengkakan Sebelum Kompres Daun Kol

Responden yang mengalami pembengkakan payudara sebelum diberikan kompres daun kol dari 42 ibu post partum, 24 (57.1%) ibu post partum mengalami nyeri sedang (skala 4-5) dan 18 (42.9%) ibu post partum mengalami nyeri ringan (skala 2-3). Skala 3 pada *six point engorgement scale* (SPES) menunjukkan adanya pembengkakan payudara namun masih dalam tahap awal, ditandai dengan adanya payudara yang teraba keras, namun belum disertai rasa nyeri yang signifikan (nyeri hanya dirasakan pada saat penekanan). Kemudian, skala 4 pada *six point engorgement scale* (SPES) menunjukkan adanya pembengkakan payudara yang lebih parah bila dibandingkan dengan skala 3, ditandai dengan adanya payudara yang teraba keras dan mulai terasa nyeri oleh responden walaupun tanpa penekanan.

Pembengkakan payudara adalah kondisi fisiologis yang ditandai dengan pembengkakan payudara yang menyakitkan akibat peningkatan volume ASI secara tiba tiba, kongesti limfatik dan pembuluh darah, serta terjadi edema interstitial selama dua minggu pertama setelah melahirkan (Anggorowati et al., 2020). Setelah laktasi dimulai, payudara pelan-pelan akan teraba hangat dan keras ketika disentuh, akan muncul rasa ketidaknyamanan nyeri setelah 24 jam pertama. Ibu post partum pada hari ketiga atau keempat bisa terjadi pembengkakan (*engorgement*) akibat penuhnya produksi air susu ibu, tetapi tidak terjadi pengosongan air susu yang sempurna (Hasibuan et al., 2021). Usia 21-35 tahun secara fisiologis merupakan usia dewasa dimana akan terjadi optimalisasi produksi hormon yang

mengatur perkembangan payudara serta mengatur produksi ASI oleh pengaruh hormon prolaktin dan oksitosin (Komala Sari, 2020). pembengkakan payudara yang terjadi pada responden penelitian adalah hal yang fisiologis pada ibu nifas. Hal ini disebabkan karena berkumpulnya ASI pada sistem duktus yang mengakibatkan terjadinya pembengkakan.

Pembengkakan Payudara Sesudah Kompres Daun Kol

Responden yang mengalami pembengkakan payudara sesudah diberikan kompres daun kol dari 42 ibu post partum, sebanyak 3 (7.1%) ibu post partum sudah tidak mengalami nyeri (skala 1), 33 (78.6%) ibu post partum mengalami nyeri ringan (skala 2-3) dan 6 (14.3%) ibu post partum mengalami nyeri sedang (skala 4-5). Pembengkakan pada tubuh merupakan reaksi tubuh terhadap infeksi atau gangguan dari luar. Kol/kubis yang biasanya dijadikan sayuran ini juga dapat dimanfaatkan untuk mengatasi dan meringankan nyeri dan bengkak yang dialami karena kol/kubis memiliki antioksidan yang tinggi dalam vitamin C (Windyatama dan Silvitasari, 2023).

Kol/kubis hijau (*Brassica Capitata*) digunakan untuk terapi pembengkakan. Mengandung sinigrin (allylisothiocyanate), mustard oil, magnesium, oxalate, dan sulfur heterosides. Ini membantu melebarkan kapiler lokal, meningkatkan suplai melebarkan kapiler darah lokal, meningkatkan suplai darah ke jaringan payudara, dan meningkatkan pengeluaran ASI (Rahayu dan Wulandari, 2020). Daun kubis memiliki sifat anti-iritasi dan antibiotik, yang membantu meredakan kemacetan jaringan dan meningkatkan aliran darah masuk dan keluar area tersebut, memungkinkan tubuh menyerap kembali cairan di sekitar payudara, dan juga membantu meningkatkan drainase vena

dan limfatik serta meringankan gejala pembengkakan (Rahmayana, Mulyatina, dan Fauziah, 2022). Ibu post partum yang tidak mengalami penurunan pembengkakan payudara setelah dilakukan kompres dikarenakan ibu post partum tersebut tidak menyusui bayinya sesering mungkin, posisi yang salah saat menyusui, penggunaan bra yang terlalu ketat dan puting ibu yang terbenam (*inverted nipple*).

Pengaruh Kompres Daun Kol Terhadap Pembengkakan Payudara Pada Ibu Post Partum di Rumah Sakit Sukma Wijaya Sampang

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, hasil uji statistik *Wilcoxon Test* diperoleh nilai p value $0,000 < a = 0,05$, maka dapat disimpulkan ada pengaruh kompres daun kol terhadap pembengkakan payudara pada ibu post partum di Rumah Sakit Sukma Wijaya Sampang. Dalam penelitian lain, Pembengkakan payudara sebelum dan setelah diberikan kompres daun kubis pada ibu post partum mengalami perubahan kearah perbaikan (Riska Rahmayana et al., 2022).

Pemberian kompres daun kol pasca persalinan untuk mengatasi keluhan pembengkakan payudara dinyatakan lebih efektif menurunkan pembengkakan pada payudara ibu post partum dibandingkan tanpa diberikan kompres daun kol (Rahmisyah dan Ristiani, 2023). Kompres daun kol berpengaruh terhadap mencegah terjadinya pembengkakan payudara, karena dengan mengompres dapat membantu memperlebar pembuluh darah kapiler sehingga meningkatkan aliran darah untuk keluar masuk melalui daerah tersebut dan memungkinkan tubuh untuk menyerap kembali cairan yang terbenam dalam payudara (Yuli Andari et al., 2021).

V. CONCLUSION

Berdasarkan hasil penelitian, Skala pembengkakan payudara sebelum (*Pre*) kompres daun kol pada ibu post partum sebagian besar menunjukkan nyeri sedang (Skala 4-5) sejumlah 24 (57.1%) dari total responden. Skala pembengkakan payudara sesudah (*Post*) kompres daun kol pada ibu post partum hampir seluruhnya menunjukkan nyeri ringan (Skala 2- 3) sejumlah 33 (78.6%) dari total responden. Sehingga dapat disimpulkan bahwa Ada Pengaruh kompres daun kol terhadap pembengkakan payudara ibu post partum di Rumah Sakit Sukma Wijaya Sampang.

REFERENCES

- Alhidayah, Muzayyana, dan Rika Handayani. 2022. "Efektifitas Kompres Daun Kol (*Brassica Oleracea*) Terhadap Pengurangan Pembengkakan Payudara Pada Ibu Post Partum Di RSUD Syekh Yusuf Gowa Tahun 2019." *Gema Wiralodra* 13(2): 516–27.
- Andari, Yuli, Dewi Yuliasari, Astriana, dan Ledy Octaviani Iqmy. 2021. "Pemberian Kompres Daun Kubis Dingin Mengurangi Pembengkakan Payudara Ibu Post Partum." *MJ (Midwifery Journal)* 1(4): 253–60.
- Anisah. 2021. "Efektivitas Pijat Payudara Dan Kompres Air Hangan Terhadap Kecukupan ASI Bayi Pada Ibu Post Partum." *Jurnal Ilmu Kebidanan* 7(2): 7–13.
- Apriyani, Titin, Melia Rahma, Aryanti, dan Indah Lestari. 2021. "Kompres Daun Kubis (*Brassica Oleracea* Var. *Capitata*) Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dan Pembengkakan Payudara Ibupostpartum." *Cendekia Medika* 6(2): 94–102.
- Ariescha, Putri Ayu Yessy et al. 2020. "Pengaruh Pemberian Kompres Kol Terhadap Penurunan Pembengkakan Payudara Pada Ibu Post Partum Di Klinik Bersalin Kasih Ibu Deli Tua Kabupaten Deli Serdang Tahun 2019." *Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk)* 2(2): 144–50.
- Damayanti, Ervi. 2018. "Pengaruh Pemberian Kompres Daun Kubis Dingin Sebagai terapidamping Bendungan Asi Terhadap Skalapembengkakan Dan Intensitas Nyeri Payudarasertajumlah Asi Pada Ibu Postpartum Di R sud Bangil." : 1–100.
- Damayanti, Ervi, Dewi Ariani, dan Danik Agustin. 2020. "Pengaruh Pemberian Kompres Daun Kubis Dingin Sebagai Terapi Pendamping Bendungan ASI Terhadap Skala Pembengkakan Dan Intensitas Nyeri Payudara Serta Jumlah ASI pada Ibu Postpartum Di RSUD Bangil." *Journal of Issues in Midwifery* 4(2): 54–66.
- Hasibuan, Juita, Sari et al. 2021. "Pengaruh Pemberian Kompres Daun Kubis Dingin (*Brassica Oleracea*) Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dan Pembengkakan Payudara Pada Ibu Post Partum." *Journal of Health, Education and Literacy (J-Health)* 3(2): 122–28.
- Komala Sari, Vitria. 2020. "Efektivitas Kompres Daun Kubis (*Brassica Oleraceavar. Capitata*) Dan Breast Care Terhadap Pengurangan Pembengkakan Payudara the Effectiveness of Compressed Cabbage Leaves (*Brassica Oleraceavar. Capitata*) and Breast Care on Reducing Breast Development." *Jurnal Voice of Midwifery* 10(2): 929–39.
- Mardiantika, Desti. 2023. "Perbedaan Kompres Hangat Dan Kompres Daun Kubis (*Brassica Oleracea* Var *Capitata*) Terhadap Pembengkakan Payudara Pada Ibu Nifas."
- Maulida, Husna, Aida Fitriani, dan Era Wahyuni. 2022. "Pengaruh Kompres Daun Kol Terhadap Pembengkakan Payudara Pada Ibu Postpartum." *Medikes (Media Informasi Kesehatan)* 9(2): 217–24.
- Napisah, P., Widiasih, R., Maryati, I., Hermayanti, Y., & Natasya, W. (2021). 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*, 9(T6), 106–110. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2021.7318>

- Putri, Rezi Dwi, Novianti Novianti, dan Deni Maryani. 2021. "Ketidaknyamanan Pada Ibu Hamil, Bersalin, Dan Nifas." *Journal Of Midwifery* 9(1): 38–43.
- Rahayu, H S, dan E T Wulandari. 2020. "Perbandingan Efektivitas Kompres Air Hangat Dan Kompres Daun Kol Untuk Mengurangi Nyeri Pada Ibu Dengan Pembengkakan Payudara Di Wilayah Kerja" *Jurnal Maternitas ...* 1(3): 150–57.
- Rahmayana, Riska, Mulyatina, dan Fauziah. 2022. "Pengaruh Pemberian Kompres Daun Kubis Terhadap Pembengkakan Payudara Pada Ibu Postpartum Di Wilayah Kerja Puskesmas Banda Raya Kota Banda Aceh." *Journal of Healthcare Technology and Medicine* 8(2): 694–702.
- Rizky, Rafieqah Nalar dan Mahardika, Ananda. 2023. "SENTRI : Jurnal Riset Ilmiah." *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah* 2(4): 1275--1289.
- Santy, Fitri Nuriya, Pramestian Widya Gupty, dan Shanty Chloranyta. 2022. "Pengaruh Terapi Daun Kubis Terhadap Nyeri Pembengkakan Payudara Pada Ibu Post Partum." *Jurnal Kesehatan Panca Bhakti Lampung* 10(1): 26.