
Pengaruh Pemberian Kompres Daun Kubis Dingin (*Brassica Oleracea*) Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dan Pembengkakan Payudara Pada Ibu Post Partum

Juita Sari Hasibuan¹, Dahniar Simarmata², Anisah Farma³, Astri Widiya Sitompul⁴, Luci Yanti⁵
Chrismis Novalinda Ginting⁶

¹Mahasiswa Program Studi S1 Kebidanan Fakultas Keperawatan dan Kebidanan UNPRI Medan

²Fakultas Keperawatan dan Kebidanan UNPRI Medan

Keyword:

Kompres Daun Kubis,
Intensitas Nyeri,
Pembengkakan Payudara

Kontak

juitasarihasibuan@gmail.com

Program Studi S1
Kebidanan Fakultas
Keperawatan dan
Kebidanan UNPRI Medan

Vol 3 No 2 Maret 2021

DOI: <https://doi.org/10.31605/j-healt.v2i1>

©2021J-Healt

ini adalah artikel dengan
akses terbuka dibawah
licenci CC BY-NC-4.0
[https://creativecommons.org/licenses](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

[es/by-nc/4.0/](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

ABSTRACT

The worldwide incidence of breast engorgement is 1: 8000. Reported breast engorgement from various studies varies, ranging from 20% to 77%. The main factor or cause of the occurrence of breast milk dams in Indonesia is 2% tired or sick mothers, 5% sick babies, 9% not breastfed babies, 10% bad breastfeeding position, 24% flat nipples, breastfeeding babies not often or not for long as much as 47%. This study aims to determine the effect of cold cabbage leaf compresses on reducing the intensity of pain and breast engorgement in post partum mothers at the Pratama Clinic Siti Khodijah Marelan, Medan in 2021. The population of this study was post partum mothers in January 2021 at the Pratama Clinic Siti Khodijah Marelan Medan. as many as 20 respondents. The sample in this study were all post partum mothers on the first day of 20 respondents. Based on statistical tests using the T test, the Sig value is 0.000 <0.05 and the t-test is 4.562 > t table 2.1009 (t table 0.025, df = 18), which means that there is an effect of compressing cold cabbage leaves on reducing pain intensity. breast. The Sig value is 0.000 <0.05 and the t-test is 6.768 > t table 2.1009 (table t 0.025, df = 18), means that there is an effect of cold cabbage leaf compresses on reducing breast swelling in Post Partum mothers at the Primary Clinic. Siti Khodijah Marelan Medan. This study concluded that there was an effect of cold cabbage leaf compresses on reducing the intensity of pain and breast engorgement in Post Partum mothers at the Pratama Clinic Siti Kholijah Marelan, Medan.

PENDAHULUAN

Angka kejadian pembengkakan payudara di seluruh dunia adalah 1:8000. Pembengkakan payudara yang dilaporkan dari berbagai hasil penelitian bervariasi, mulai dari 20% hingga 77%. Hasil penelitian di *Niloufer Hospital for Women and Children, India*, ditemukan bahwa dari total 250.151 orang ibu, terdapat 11% ibu mengalami pembengkakan payudara (Ariescha Putri Ayu, Manalu, & Aini, 2020).

Penyebab utama yang mengakibatkan terjadinya bendungan ASI di Indonesia yakni bayi menyusu dengan durasi singkat atau jarang disusui sebanyak 47%, puting datar 24%, posisi menyusu tidak baik sebanyak 10%, bayi tidak disusui pada malam hari sebanyak 9%, bayi sakit sebanyak 5%, serta kelelahan atau sakit pada ibu sebanyak 2%. (Rahayu & Wulandari, 2020).

Daun kubis mendapat perhatian luas dari ahli laktasi selama 10 tahun terakhir karena sudah dimanfaatkan sebagai pengobatan tradisional untuk menyembuhkan bermacam penyakit selama ratusan tahun. Kubis atau *Brassica Oleracea* adalah sayuran ekonomis yang mudah diperoleh oleh masyarakat. Kubis memiliki kandungan fitonutrien serta bermacam vitamin lain seperti vitamin A, C, E, dan glukosinolat yang memiliki fungsi sebagai anti kanker. Kubis juga mengandung sulfur, yang dapat dimanfaatkan untuk meredakan peradangan serta pembengkakan payudara (Damayanti, Ariani, & Agustin, 2020).

Hasil penelitian (Aini, Endah, & Galih, 2016) dengan judul pemberian kompres lidah buaya untuk mengurangi nyeri akibat pembengkakan payudara pada asuhan perawatan ibu post partum diperoleh bahwa Kompres lidah buaya efektif untuk mengurangi rasa nyeri dan mengurangi pembengkakan payudara pada ibu post partum.

Berdasarkan hasil pra survey di Klinik Pratama Siti Khodijah Marelان pada bulan Agustus sampai bulan Oktober dari 35 ibu postpartum yang diwawancarai, 20 diantaranya mengalami

pembengkakan dan 15 tidak mengalami pembengkakan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui dampak pengaplikasian kompres daun kubis dingin terhadap penurunan intensitas pembengkakan serta nyeri payudara pada ibu post partum di Klinik Pratama Siti Khodijah Marelان Medan Tahun 2021.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan adalah *Quasi Eksperiment Design* (Rancangan Eksperimen Semu) dengan *Non Equivalent Control Group* atau disebut juga *Non Randomized Group Pretest Posttest Design*. Penelitian dilaksanakan pada bulan Januari 2021. Populasi penelitian ini adalah ibu post partum pada bulan Januari 2021 di Klinik Pratama Siti Khodijah Marelان Medan sebanyak 20 responden. Sampel dengan total sampel sebanyak 20 responden. Data dianalisis dengan menggunakan analisa univariat dan analisa bivariat menggunakan uji t.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

No	Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Umur			
1	< 20 tahun	1	5
2	20 – 35 tahun	16	80
3	> 35 tahun	3	15
Total		20	100
Paritas			
1	Primipara	8	40
2	Multipara	12	60
Total		20	100
Pendidikan			
1	Dasar	1	5
2	Menengah	16	80
3	Perguruan Tinggi	3	15
Total		20	100

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa umur responden mayoritas berumur 20 – 35 tahun berjumlah 16 orang (80%), responden yang berumur < 20 tahun 1 orang (5%) dan responden berumur > 35 tahun 3 orang (15%). Paritas

responden multipara berjumlah 12 orang (60%) dan primipara berjumlah 8 orang (40%). Pendidikan responden mayoritas menengah berjumlah 16 orang (80%), pendidikan perguruan tinggi 3 orang (15%) dan pendidikan dasar berjumlah 1 orang (5%).

Analisis Univariat

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Intensitas Nyeri dan Pembengkakan Payudara Sebelum dan Sesudah Diberi Kompres Daun Kubis Dingin

No	Payudara	Sebelum Kompres		Sesudah Kompres	
		F	%	F	%
Intensitas Nyeri					
1	0 : tidak nyeri	-	-	4	20
2	1 – 3 : nyeri ringan	18	90	16	80
3	4 – 6 : nyeri sedang	2	10	-	-
4	7 – 10 : nyeri berat	-	-	-	-
Total		20	100	20	100
Pembengkakan					
1	1 : Tidak Bengkak	-	-	7	35
2	2 : Bengkak tingkat 1	2	10	9	45
3	3 : Bengkak tingkat 2	4	20	2	10
4	4 : Bengkak tingkat 3	2	10	2	10
5	5 : Bengkak tingkat 4	6	30	-	-
6	6 : Sangat bengkak	6	30	-	-
Total		20	100	20	100

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa intensitas nyeri payudara sebelum dilakukan kompres daun kubis dingin (pretest) adalah nyeri ringan sebanyak 18 orang (90%) dan nyeri sedang sebanyak 2 orang (10%) serta tidak ditemukan responden yang tidak merasakan nyeri dan nyeri berat. Setelah dilakukan kompres daun kubis dingin (post test) didapatkan 4 orang (20%) yang tidak merasakan nyeri dan 16 orang (80%) yang merasakan nyeri ringan, serta tidak ditemukan lagi responden yang merasakan nyeri sedang dan

nyeri berat. Sementara itu pembengkakan payudara pada ibu post partum sebelum dilakukan kompres daun kubis dingin (pre test) responden dengan sangat bengkak dan bengkak tingkat 4 masing-masing sebanyak 6 orang (30%), bengkak tingkat 3 dan tingkat 1 masing-masing sebanyak 2 orang (10%), bengkak tingkat 2 sebanyak 4 orang (20%) dan tidak ditemukan payudara responden yang tidak bengkak. Kemudian setelah dilakukan kompres daun kubis dingin (post test), diperoleh hasil payudara responden yang tidak bengkak sebanyak 7 orang (35%), bengkak tingkat 1 sebanyak 9 orang (45%), bengkak tingkat 2 dan tingkat 3 masing-masing sebanyak 2 orang (10%) serta tidak ditemukan lagi responden yang bengkak tingkat 4 dan sangat bengkak.

Analisis Bivariat

Tabel 3. Pengaruh Kompres Daun Kubis Dingin terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Payudara

Intensitas Nyeri	Sebelum		Sesudah		Sig. (2 tailed)	t hitung
	f	%	f	%		
0 : tidak nyeri	-	-	4	20	0,000	4,562
1 – 3 : nyeri ringan	18	90	16	80		
4 – 6 : nyeri sedang	2	10	-	-		
7 – 10 : nyeri berat	-	-	-	-		
Total	20	100	20	100		
	0	0	0	0		

Berdasarkan uji statistik memanfaatkan Uji T diperoleh nilai Sig sebesar $0,000 < 0,05$ dan uji t hitung sebesar $4,562 > t$ tabel 2,1009 (tabel t 0,025, df = 18), yang berarti terdapat dampak pengaplikasian kompres daun kubis dingin terhadap penurunan intensitas nyeri payudara pada Ibu Post Partum di Klinik Pratama Siti Kholijah Marelan Medan.

Tabel 4. Pengaruh Kompres Daun Kubis Dingin terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Payudara

Pembengkakan Payudara	Sebelum		Sesudah		P-value	t hitung
	f	%	f	%		
1 : Tidak Bengkak	-	-	7	35		
2 : Bengkak tingkat 1	2	10	9	45		
3 : Bengkak tingkat 2	4	20	2	10		
4 : Bengkak tingkat 3	2	10	2	10	0,000	6,768
5 : Bengkak tingkat 4	6	30	-	-		
6 : Sangat bengkak	6	30	-	-		
Total	20	100	20	100		

Berdasarkan uji statistik menggunakan Uji T didapatkan nilai *Sig* sebesar $0,000 < 0,05$ dan uji t hitung sebesar $6,768 > t$ tabel 2,1009 (tabel t 0,025, df = 18), yang berarti bahwa ada pengaruh kompresdaun kubis dingin terhadap penurunan pembengkakan payudara pada Ibu Post Partum di Klinik Pratama Siti KholijahMarelan Medan.

Pembahasan

1. Pengaruh Kompres Daun Kubis Dingin terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Payudara pada Ibu Post Partum

Berdasarkan tabel 3 uji statistik memanfaatkan Uji T diperoleh nilai *Sig* sebesar $0,000 < 0,05$ dan uji t hitung sebesar $4,562 > t$ tabel 2,1009 (tabel t 0,025, df = 18), yang berarti bahwa terdapat dampak kompres daun kubis dingin atas pengurangan intensitas nyeri payudara pada Ibu Post Partum di Klinik Pratama Siti KholijahMarelan Medan.

Nyeri payudara dapat diakibatkan oleh pembengkakan sistem saluran payudara oleh Air Susu Ibu (ASI). Apabila setelah dilahirkan bayi tidak menyusu dengan semestinya atau jika kelenjar-kelenjar susu tidak kosong seutuhnya, hal ini dapat mengakibatkan rasa panas serta keras dan nyeri pada payudara, selain mengalami

pembengkakan payudara (*engorgement*) akibat air susu yang terbenjeng (Marliandiani & Ningrum, 2016).

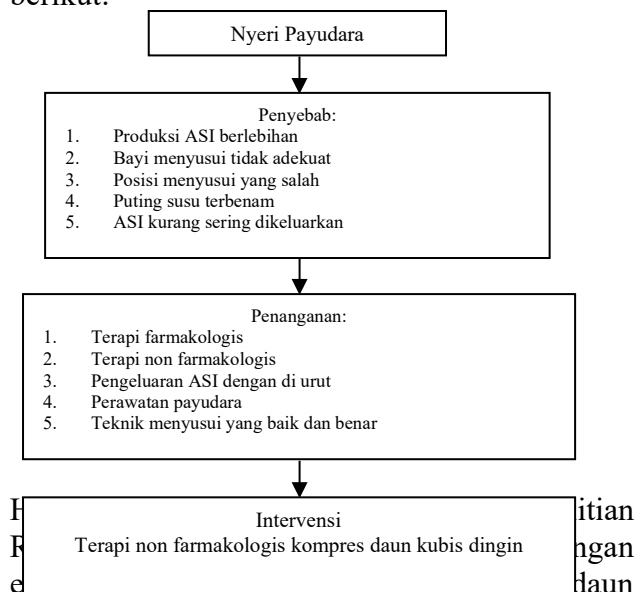
Nyeri bisa diminimalisir dengan berbagai cara, baik dengan menggunakan obat-obatan atau tidak. Penggunaan obat-obatan analgesik juga dikategorikan menjadi pengobatan farmakologis, sedangkan pengobatan dengan akupunktur, tindakan distraksi, teknik nafas dalam, terapi musik, dan kompres (dingin atau hangat) dikategorikan menjadi pengobatan non-farmakologis (Mansyur & Kasrinda, 2016).

Suatu teknik untuk meredakan nyeri payudara dengan menggunakan kompres dingin kubis. (*Brassica Oleracea Var. Capitata*). Menurut penelitian, pada kubis terdapat asam amino metionin yang bertindak sebagai antibiotik serta mempunyai bahan lain seperti *Oxylate heterosides* belerang, *magnesium*, minyak *mustard*, dan sinigrin (*Allylisothiocyanate*), yang mampu menolong dalam memperluas kapiler, sampai meningkatnya aliran darah masuk dan keluar dari area, memungkinkan tubuh untuk mengambil cairan yang telah terkumpul di payudara. Selain itu daun kubis mempunyai gel dingin yang mampu mengambil panas yang menandakan klien merasa lebih nyaman, dan setelah 20-30 menit menempel, daun kubis akan layu/masak (Zakiyah A, 2016). Kubis juga memiliki senyawa iberin, sulforafan, serta sianohidroksibutena (CHB), yang dapat menstimulus sintesis glutathione, yakni enzim yang dimanfaatkan sebagai pengurai yang dapat mengeliminasi kandungan racun yang terdapat pada tubuh. Kandungan vitamin C yang tinggi pada kubis juga mampu menghambat penyakit skorbut.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang belum dikompres dengan daun kubis dingin ada yang mengalami nyeri sampai dengan intensitas sedang, sementara pada responden setelah di beri perlakuan kompres daun kubis dingin tidak ada yang mengalami nyeri sampai intensitas sedang karena kubis memiliki kandungan asam amino yang mampu melepas metionin dan berfungsi sebagai antibiotik serta

memiliki kandungan lain seperti *Oxylate heterosides* belerang, *magnesium*, minyak mustard, dan sinigrin yang mampu memperluas kapiler, sehingga aliran darah yang keluar masuk dari area tersebut akan meningkat dan memudahkan tubuh untuk mengambil cairan yang telah terkumpul di payudara. Selain itu daun kubis mempunyai gel dingin yang mampu mengambil panas yang menandakan klien merasa lebih nyaman, dan setelah 20-30 menit menempel, daun kubis akan layu/masak, akan tetapi masih ditemukan juga responden yang diberi perlakuan kompres daun kubis dingin mengalami intensitas nyeri ringan, menurut peneliti hal ini terjadi karena responden sempat terjadi pengumpulan ASI pada payudara akibat kurang menyusui bayinya atau karena kurang baiknya teknik menyusui pada bayi yang dilakukan ibu sehingga terjadi pengumpulan ASI di payudara yang dapat menyebabkan nyeri, akan tetapi nyeri dengan tingkat ringan masih dapat ditolerir karena kurangnya pengetahuan ibu tentang teknik pemerah susu atau teknik menyusui yang baik dan benar, disamping itu terlambatnya responden melakukan konsultasi kepada tenaga kesehatan tentang masalah yang dihadapinya serta kurang sigapnya antisipasi yang dilakukan oleh tenaga kesehatan dalam menangani kasus tersebut.

Adapun mekanisme patofisiologis nyeri payudara pada ibu post partum adalah sebagai berikut:



kol dalam meminimalisir nyeri akibat pembengkakan payudara pada ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Wana Kabupaten Lampung Timur. Hasil penelitian diperoleh bahwa terdapat perbedaan efektivitas kompres air hangat dan kompres daun kol guna meminimalisir nyeri akibat pembengkakan payudara pada ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Wana Kabupaten Lampung Timur tahun 2020 dengan P value 0,027.

2. Pengaruh Kompres Daun Kubis Dingin terhadap Penurunan Pembengkakan Payudara pada Ibu Post Partum

Berdasarkan tabel 4 uji statistik menggunakan Uji T didapatkan nilai *Sig* sebesar $0,000 < 0,05$ dan uji t hitung sebesar $6,768 > t$ tabel $2,1009$ (tabel t $0,025$, $df = 18$), yang berarti bahwa ada pengaruh kompres daun kubis dingin terhadap penurunan pembengkakan payudara pada Ibu Post Partum di Klinik Pratama Siti Kholijah Marelan Medan.

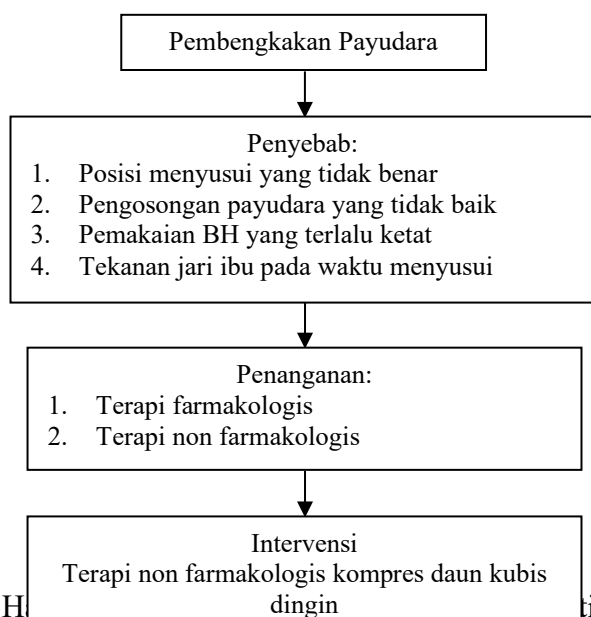
Pembengkakan payudara merupakan pembendungan air susu yang diakibatkan oleh kelainan pada puting susu maupun kelenjar-kelenjar atau duktus laktiferi yang menyempit akibat tidak dikosongkan seutuhnya. Pembengkakan payudara didefinisikan menjadi pembesaran aliran limfa dan vena pada payudara guna mempersiapkan diri untuk laktasi. Hal ini bukan diakibatkan oleh *overdistensi* dari saluran laktasi yang mengakibatkan bendungan ASI serta kenaikan suhu badan yang disertai rasa sakit (Asih, 2016).

Beberapa faktor yang dapat menurunkan pembengkakan Payudara dengan penanganan farmakologi adalah dengan konsumsi obat-obatan seperti Paracetamol, Ibuprofen dan lynoral. Penanganan non farmakologi adalah dengan cara menyusui lebih sering, kompres hangat, air susu dipompa dan dilakukan pemijatan (massase), perawatan payudara dengan cara pengurutan yang sering disebut juga Breast care. Salah satunya adalah penggunaan kompres daun kubis atau kol.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang belum di kompres daun kubis dingin

pembengkakan payudara sampai pada skala 5 yaitu bengkak tingkat 4 dan skala 6 yaitu sangat bengkak, sementara pada responden setelah di kompres dengan daun kubis dingin tidak ditemukan responden dengan pembengkakan payudara pada skala 5 dan skala 6 tersebut, hal ini menunjukkan bahwa kompres daun kubis dingin sangat efektif untuk menurunkan tingkat pembengkakan payudara pada ibu post partum, akan tetapi masih ditemukan ibu post partum yang di kompres daun kubis dingin mengalami pembengkakan skala 3 dan skala 4, hal ini menurut peneliti terjadi karena responden sempat mengalami pengumpulan ASI pada payudara akibat kurang menyusui bayinya atau karena kurangnya baiknya teknik menyusui pada bayi yang dilakukan ibu sehingga terjadi pengumpulan ASI di payudara yang mengakibatkan pembengkakan, akan tetapi pembengkakan tersebut tidak terlalu mengkhawatirkan, karena dengan semakin intensnya perlakuan kompres daun kubis dingin tersebut, maka pembengkakan dapat segera di atasi.

Adapun mekanisme patofisiologis bengkak payudara pada ibu post partum adalah sebagai berikut:



Harian Ranayu (2020) dengan judul perbandingan efektivitas kompres air hangat dan kompres daun kol untuk mengurangi nyeri pada ibu dengan pembengkakan payudara di wilayah kerja

Puskesmas Wana Kabupaten Lampung Timur. Hasil penelitian diperoleh bahwa terdapat perbedaan efektivitas kompres air hangat dan kompres daun kol untuk mengurangi nyeri pada ibu dengan pembengkakan payudara di Wilayah Kerja Puskesmas Wana Kabupaten Lampung Timur tahun 2020 dengan P value 0,027.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, F., Endah, A., & Galih, Y. Y. (2016). *Pengaruh pemberian kompres daun kubis dingin terhadap skala pembengkakan payudara pada ibu postpartum dengan engorgement di kecamatan bergas*. 0, 1–9.
- Ariescha Putri Ayu, Y., Manalu, A. B., & Aini, N. (2020). *Di Klinik Bersalin Kasih Ibu Deli Tua Kabupaten Deli Serdang Tahun 2019 Jalan Besar Deli Tua , No , 77 Kecamatan Deli Tua Kab . Deli Serdang One of common problems associated with breastfeeding is breast engorgement . This breast swelling can cause the mo*. 2(2).
- Asih, Y. (2016). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Jakarta: CV Trans Info Media.
- Apriani, A., Wijayanti., Widyastutik, D. (2018). *Efektifitas Penatalaksanaan Kompres Daun Kubis (Brassica Oleracea Var. Cavitata) dan Breast Care Terhadap Pembengkakan Payudara Pada Ibu Nifas*.
- Damayanti, E., Ariani, D., & Agustin, D. (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. <https://doi.org/10.21776/ub.joim.2020.004.02.1>
- Departemen Kesehatan RI. 2018. *Riset Kesehatan Dasar 2018*.
- Mansyur, N., & Kasrinda. (2016). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. In *Foreign Affairs* (Vol. 91). Retrieved from file:///C:/Users/User/Downloads/fvm939e.pdf

- Mansyur, N, dan Kasrinda. (2016). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Malang: Selaksa Media.
- Marliandiani, Y., & Ningrum, N. P. (2016). *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas dan Menyusui*. Jakarta: Salemba Medika.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Pratiwi, Y.S (2019). Pengaruh Pemberian Kompres Daun Kubis Terhadap Pembengkakan Payudara pada Ibu Post Partum. *Jurnal Kesehatan Qamarul Huda*. Vol. 7, No. 2, Desember 2019.
- Rahayu, H. S., & Wulandari, E. T. (2020). Perbandingan Efektivitas Kompres Air Hangat Dan Kompres Daun Kol Untuk Mengurangi Nyeri Pada Ibu Dengan Pembengkakan Payudara Di Wilayah Kerja Puskesmas Wana Kabupaten Lampung Timur Tahun 2020. *Jurnal Maternitas Aisyah (JAMAN AISYAH)*, 1(3), 150–157.
- Zakiyah A. (2016). *Konsep, dan Penatalaksanaan dalam Praktik Keperawatan Berbasis Bukti*. Jakarta: Salemba Medika.