



## PENGARUH TERAPI DAUN KUBIS TERHADAP NYERI PEMBENGGAKAN PAYUDARA PADA IBU *POST PARTUM*

Fitri Nuriya Santy<sup>1\*</sup>, Pramestian Widya Gupty<sup>2</sup>, Shanty Chloranyta<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Program Studi DIII Keperawatan STIKes Panca Bhakti Bandar Lampung

\*Email: nuriyasantyfitri@gmail.com

### Abstrak

Menyusui merupakan kegiatan pemberian air susu ibu (ASI) secara eksklusif selama 6 bulan pertama tanpa diberikan makanan tambahan atau minuman yang lainnya. Pemberian ASI yang adekuat sangat berdampak baik pada ibu, namun apabila pemberian ASI tidak adekuat dapat menyebabkan payudara membesar, pada saat terjadi pembengkakan payudara ibu akan merasakan nyeri pada area payudara. Penanganan yang dapat digunakan dalam menurunkan nyeri pada payudara adalah kompres daun kubis dimana kandungan yang terdapat pada daun kubis dapat membantu melebarkan pembuluh kapiler, apabila pembuluh darah kapiler melebar maka dapat memudahkan darah untuk keluar masuk sehingga memungkinkan tubuh untuk menyerap cairan yang terdapat dalam payudara. Tujuan dari penelitian ini yaitu diketahui dan dianalisa tingkat nyeri pembengkakan payudara ibu *post partum* sebelum dan setelah diberikan terapi kompres daun kubis. Penelitian ini menggunakan design penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus, menggunakan dua sample ibu *post partum* yang mengalami nyeri pembengkakan payudara dengan teknik pengumpulan data melalui wawancara, observasi dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kompres daun kubis efektif dalam menurunkan nyeri pembengkakan payudara dibuktikan dengan hasil penurunan skala nyeri pembengkakan payudara pada responden pertama sebelum terapi yaitu skala 6 (nyeri sedang) menjadi skala 1 (nyeri ringan) selanjutnya pada responden kedua sebelum terapi nyeri yang dirasakan yaitu skala 5 (nyeri sedang) menjadi skala 0 (tidak nyeri). Kesimpulan dari penelitian ini adalah kompres daun kubis terbukti efektif dalam penurunan skala nyeri pembengkakan payudara pada ibu *post partum*.

**Kata Kunci :** Daun kubis, Nyeri pembengkakan, *Postpartum*

### Abstract

*Breastfeeding is an activity of exclusive breastfeeding for 6 months without additional food or other drinks. Breastfeeding has a very good impact on the mother, but if breastfeeding is not adequate it will result in swelling of the breasts, when breast swelling occurs, the mother will feel pain in the breast area. Therefore, the treatment that can be used to reduce breast pain is cabbage leaf compresses where the content contained in cabbage leaves can help widen the capillaries, if the capillaries are dilated, it can make it easier for blood to flow in and out, thus allowing the body to absorb blocked fluids in the breast. The aim of this study is to know and analyze the level of pain in post partum mother breast swelling before and after being given cabbage leaf compress therapy. This study uses a qualitative research design, using two samples of postpartum mothers who experience breast swelling pain with data collection techniques through interviews, observation and documentation. The results showed that cabbage leaf compresses were effective in reducing breast swelling pain as evidenced by the results of decreasing the pain scale of breast swelling in the first respondent before therapy, namely a scale of 6 (moderate pain) to a scale of 1 (mild pain) then in the second respondent before treatment the pain was felt, namely a scale of 5 (moderate pain) to 0 (no pain). The conclusion of this study is that cabbage leaf compresses are proven to be effective in reducing the pain scale of breast swelling in postpartum mothers, as evidenced by the reduction in the pain scale of breast swelling in both respondents.*

**Keywords:** Cabbage leaves, Swelling Pain, *Post partum*

## PENDAHULUAN

ASI eksklusif merupakan kegiatan pemberian air susu ibu selama 6 bulan pertama tanpa makanan tambahan atau minuman lainnya. Pemberian ASI dapat dilanjutkan selama 2 tahun dengan makanan pendamping AS. Pemberian ASI memiliki banyak kelebihan yaitu bagi ibu, keluarga, dan lingkungan dan dapat memberikan pengaruh terhadap perubahan baik fisik maupun psikologis ibu dan bayi. ASI juga dapat memberikan perlindungan terhadap bayi dari berbagai penyakit (Yanti, 2017). Angka cakupan bayi yang diberi ASI eksklusif menurut Kementerian Kesehatan RI (2020) yaitu sebanyak 68,74%, sedangkan di Provinsi Lampung pada tahun 2019 sebanyak 69,33% bayi yang diberikan ASI eksklusif.

Menurut Oriza (2019) Proses pemberian ASI yang adekuat sangat berdampak baik pada ibu, dimana dapat membantu mengurangi perdarahan pasca persalinan, mempercepat involusi uterus dan mencegah terjadinya kanker payudara. Pemberian ASI akan mengalami hambatan jika pengeluaran ASI tidak lancar. Sisa ASI yang terkumpul pada daerah ductus laktoferus akan menimbulkan pembengkakan pada payudara. Proses pembengkakan payudara dapat terjadi mulai dari hari ke tiga pasca melahirkan.

Kejadian di Amerika Serikat pada tahun 2015 terdapat 87,05% atau 8242 ribu dari 12,765 ribu ibu nifas mengalami pembengkakan payudara (WHO 2015, dalam Meihartati 2017). Angka kejadian

pembengkakan payudara yang dialami oleh ibu bekerja di Indonesia yaitu sebanyak 16% dari jumlah ibu yang menyusui (Departemen Kesehatan RI 2012, dalam Yanti 2017). Sedangkan hasil dari *pra survey* dengan pihak bidan desa Waysuluh, Kecamatan Suoh, Kabupaten Lampung Barat pada tahun 2021, sebanyak 34 ibu melahirkan 29 diantaranya mengalami pembengkakan pada payudara.

Produksi ASI dan proses reabsorpsi yang terganggu memungkinkan terjadi bendungan ASI. Bendungan ASI dapat disebabkan oleh beberapa faktor, faktor utama dari terjadinya bendungan ASI adalah intensitas bayi menyusui kurang (47%), puting susu datar tidak menonjol (24%), tidak menyusui bayi pada malam hari (9%), kelelahan pada ibu (2%) (Rahayu & Wulandari, 2020). Kondisi tersebut jika tidak segera ditangani akan menimbulkan peradangan atau infeksi payudara yang disebut juga mastitis. Beberapa tanda akan muncul disekitar payudara seperti nampak kemerahan pada area payudara, nyeri, dan payudara menjadi keras, demam  $>38$ . Apabila mastitis ini mengalami komplikasi maka akan timbul masalah baru yaitu abses payudara dimana terjadi penimbunan nanah di dalam payudara (Rukiyah, 2012 dalam Huda, 2017).

Perawat bertanggungjawab untuk memberikan asuhan keperawatan, agar kenyamanan dan keamanan pasien tertangani dengan baik. Perawat berupaya untuk dapat mengatasi pembengkakan payudara dengan beberapa cara. Menurut Rahayu & Wulandari (2020), untuk mengatasi

pembengkakan payudara dapat dilakukan dengan cara farmakologis dan nonfarmakologis. Penanganan secara farmakologis dapat dilakukan pemberian analgetik seperti paracetamol, ibuprofen. Sedangkan untuk non-farmakologis dapat dilakukan dengan mengkombinasikan beberapa terapi antara lain kompres panas dan dingin. Terapi dingin bisa dilakukan dengan memberikan kompres daun kubis.

Kompres daun kubis memberikan efek dalam meredakan nyeri dan pembengkakan payudara. Kandungan yang terdapat dalam kubis selain berfungsi sebagai antibiotik, sinigrin yang kandungannya ada pada zat amino metionin. Zat lain yang terkandung di daun kubis yaitu (*Allylisoithiocyanate*), minyak *mustard*, *magnesium*, *oxylate*, *heterosides* belerang juga memiliki khasiat melebarkan pembuluh darah sehingga cairan yang terbungkus di payudara dapat terserap dengan baik. Selain itu daun kubis juga dapat membantu melebarkan pembuluh kapiler akan memudahkan darah untuk keluar masuk sehingga memungkinkan tubuh untuk menyerap cairan yang terbungkus dalam payudara. Selain itu daun kubis juga dapat menyerap panas pada payudara (Dewiani, 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Widia & Delia (2020) menjelaskan bahwa responden yang diberikan kompres daun kubis hampir secara keseluruhan memperlihatkan hasil yang sangat baik dimana pembengkakan payudara berkurang. Hal ini juga dapat dilihat dari penelitian yang dilakukan Rohmah et.,al, (2019) juga menunjukkan

bahwa kompres menggunakan daun kubis efektif dalam menurunkan nyeri pembengkakan payudara.

Berdasarkan uraian di atas tujuan dari penelitian ini adalah diketahui dan dianalisa tingkat nyeri klien dengan pembengkakan payudara pada ibu post partum sebelum dan setelah dilakukan kompres menggunakan kompres daun kubis.

## **METODELOGI**

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus, dimana pada metode ini memberi gambaran atau deskripsi tentang fenomena pembengkakan payudara yang dialami oleh responden. Subjek dalam penelitian ini menggunakan dua subjek yaitu ibu *post partum* yang mengalami masalah keperawatan nyeri pembengkakan payudara di desa Waysuluh, Lampung Barat dengan kriteria inklusi sebagai berikut :

- 1) Ibu *postpartum* yang mengalami pembengkakan payudara
- 2) Ibu *postpartum* yang merasakan nyeri pada area payudara dengan skala nyeri ringan sampai nyeri berat.
- 3) Ibu *postpartum* yang sedang menyusui
- 4) Responden yang setuju dilakukan tindakan kompres kol dari awal tindakan sampai selesai.

Subjek penelitian yang tidak dapat dijadikan sebagai responden yakni dengan kriteria :

- 1) Ibu post partum yang mempunyai alergi terhadap daun kubis

- 2) Ibu post partum yang mengalami puting lecet, mastitis dan abses payudara.
- 3) Ibu post partum yang tidak bersedia menjadi responden.

Penelitian ini menggunakan instrumen yaitu lembar observasi, Standar Operasional Prosedur kompres daun kubis dan *Numeric Rating Scale* (NRS) untuk mengukur variabel skala nyeri. Penelitian ini dilakukan pada 27 juni - 3 juli 2021 bertempat di desa waysuluh, Kecamatan Suoh, Kabupaten Lampung Barat, wilayah kerja Puskesmas Srimulyo.

Pengumpulan data dilakukan selama 3 hari, dengan pemberian terapi kompres daun kubis dua kali dalam sehari pagi dan sore hari, kompres daun kubis dilakukan selama 30 menit. Sebelum daun kubis dikompreskan pada payudara terlebih dahulu daun kubis di cuci dan dinginkan dalam freezer lemari pendingin selama 30 menit atau sampai suhu daun kubis 18<sup>0</sup> C (Kaur & Saini 2017).

Analisa data yang peneliti lakukan dengan menampilkan fakta, dimana fakta tersebut telah melalui proses telaah dari teori dan penelitian sebelumnya. Proses dilakukan menggunakan lembar observasi nyeri dengan *Numeric Rating Scale* (NRS) sebelum dan setelah dilakukan kompres daun kubis.

Etika yang digunakan dalam penelitian ini adalah *beneficence* yaitu meminimalkan bahaya yang timbul dari kompres daun kubis, memberikan kenyamanan pada saat

dilakukan penelitian, sebelum dilakukan proses pengambilan data peneliti membina hubungan saling percaya terlebih dahulu terhadap responden kemudian menjelaskan secara terbuka tentang tujuan penelitian kompres daun kubis dan peneliti akan menjelaskan kepada responden bahwa data yang didapat hanya untuk kepentingan proses penelitian tersebut dan tidak akan disebarluaskan untuk konsumsi publik.

Etika penelitian selanjutnya adalah *respect human for dignity* yaitu peneliti akan memberikan hak kepada responden untuk menentukan apakah bersedia mengikuti atau tidak bersedia mengikuti penelitian, apabila responden bersedia makan akan diberikan *informed consent*.

Etika penelitian yang terakhir adalah *justice* yaitu adil, peneliti dituntut untuk memberikan perlakuan yang sama kepada semua responden, selain itu peneliti akan menjaga tentang data-data partisipan dan hanya menuliskan nama dengan inisial, selain itu peneliti juga tidak menyebarkan hasil penelitian ini kecuali digunakan sebagai kepentingan institusi dan penelitian.

## HASIL

Lokasi dalam penelitian ini adalah Desa Waysuluh kecamatan Suoh Kabupaten Lampung Barat. Desa Way suluh adalah salah satu desa yang terletak di kecamatan Suoh

kabupaten Lampung Barat yang termasuk dalam wilayah kerja Puskesmas Srimulyo. Responden dalam penelitian adalah dua ibu

post partum yang mengalami nyeri pembengkakan payudara.

Subyek pertama yang menjadi responden dalam penelitian ini adalah Ny. L berusia 21 tahun, klien beragama islam pendidikan terakhir yang ditempuh adalah SMA, klien tidak bekerja. Jenis kelahiran pervagina pada tanggal 24 juni 2021. Saat dilakukan pengkajian pada 27 juni 2021 pukul 08.00 *post partum* hari ke 3 klien mengatakan ASI sudah keluar namun tidak lancar, klien mengatakan terasa nyeri pada payudara dengan skala nyeri 6 (nyeri sedang), payudara teraba hangat, warna sedikit kemerahan dan kencang,putting nampak datar, klien mengatakan tetap menyusui bayinya walaupun bayi masih kesulitan untuk menghisap dan bayi menyusu tidak lama. Kemudian dilakukan pemeriksaan tanda-tanda vital klien didapatkan hasil TD: 100/70mmHg, Nadi: 86x/menit, Suhu: 37,1°C, RR: 24x/menit, kesadaran *compos mentis* dengan GCS: E: 4, M: 6, V:5.

Responden kedua adalah Ny. S berusia 38 tahun, klien beragama islam, pendidikan terakhir yang di tempuh adalah SMA, klien tidak bekerja. Jenis kelahiran pervagina pada tanggal 29 juni 2021 pukul 17.20 WIB kelahiran anak ketiga. Saat dilakukan pengkajian pada 1 juli 2021 pukul 08.30 *post partum* hari ke 3 klien mengatakan nyeri pada payudara dengan skala nyeri 5 (nyeri sedang), payudara teraba hangat dan kencang. Klien mengatakan tidak melakukan tindakan apapun apabila payudara bengkak, klien mengatakan kesulitan untuk menyusui

bayinya dikarenakan bayi terus tertidur dan sulit dibangunkan. Kemudian dilakukan pemeriksaan tanda-tanda vital klien didapatkan hasil TD : 110/70mmHg, Nadi : 88x/menit, Suhu: 36,9°C, RR:24x/menit, kesadaran *compos mentis* dengan GCS : E:4, M: 6, V:5.

Responden pertama Ny. L dalam penelitian ini berusia 21 th dan responden kedua Ny. S berusia 38th. Kedua Responden berpendidikan SMA. Sebelum diberikan terapi kedua responden memiliki perbedaan skala nyeri, skala nyeri 6 untuk responden pertama dan skala nyeri 5 untuk responden kedua. Penurunan intensitas skala nyeri pembengkakan payudara sebelum dan setelah dilakukan kompres daun kubisselama 3 hari , dilakukan 2 kali dalam sehari. Pada Ny. L hari pertama pagi hari sebelum terapi yaitu skala 6 (nyeri sedang) setelah terapi nyeri belum mengalami penurunan yaitu skala 6 (nyeri sedang).

Selanjutnya pada sore hari sebelum dilakukan terapi skala nyeri 6 (nyeri sedang) mengalami penurunan menjadi skala nyeri 5 (nyeri sedang), pada hari ke dua pagi hari skala nyeri 5 (nyeri sedang) setelah terapi mengalami penurunan skala nyeri yaitu skala 4 (nyeri sedang), kemudian pada sore hari sebelum terapi skala nyeri 4 (nyeri sedang) menjadi skala nyeri 3 (nyeri ringan), selanjutnya di hari ke 3 pagi hari sebelum terapi skala nyeri 3 (nyeri ringan) menjadi skala nyeri 2 (nyeri ringan), pada sore hari skala nyeri 2 sebelum terapi , setelah terpai mengalami penurunan skala nyeri 1 (nyeri ringan). penurunan intensitas skala nyeri

pembengkakan payudara sebelum dan setelah dilakukan kompres daun kubis pada Ny. S selama 3 hari.

Kompres dilakukan 2 kali dalam sehari yaitu pagi dan sore. hari pertama pagi hari yaitu skala 5 (nyeri sedang) turun menjadi skala nyeri 4 (nyeri sedang) pada sore hari, kemudian sore hari sebelum terapi skala nyeri 4 (nyeri sedang) mengalami penurunan menjadi skala nyeri 3 (nyeri sedang). Pada hari ke dua pagi sebelum terapi skala nyeri 3 (nyeri sedang) setelah dilakukan terapi skala nyeri menurun menjadi skala 2 (nyeri sedang), saat sore hari sebelum terapi skala nyeri 2 (nyeri sedang) kemudian menjadi skala nyeri 1 (nyeri ringan), selanjutnya di hari ke 3 (nyeri ringan) skala nyeri 1 (nyeri ringan) mengalami penurunan skala nyeri 0 (nyeri ringan). Berikut data hasil pengukuran skala nyeri sebelum dan sesudah terapi kompres daun kubis pada kedua responden.

Sebelum melakukan pemberian terapi kompres daun kubis yang digunakan pada ibu *post partum*, hal pertama yang perlu dilakukan adalah melakukan pengkajian terhadap pasien terkait pembengkakan payudara yang sedang dialami. Hasil terapi kompres daun kubis sebelum dan setelah diberikan terapi dapat dilihat pada table berikut:

**Tabel 1. Hasil Pengukuran Skala Nyeri Sebelum Dan Setelah Diberikan Kompres Daun Kubis (n=2)**

Ny. L				
Hari Penelitian	Sebelum		Sesudah	
	Pagi	Sore	Pagi	Sore
hari ke 1	6	6	6	5
hari ke 2	5	4	4	3
hari ke 3	3	2	2	1

Ny. S				
Hari Penelitian	Sebelum		Sesudah	
	Pagi	Sore	Pagi	Sore
hari ke 1	5	4	4	3
hari ke 2	3	2	2	1
hari ke 3	1	0	0	0

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengkajian responden 1 dan 2 mengalami nyeri pembengkakan payudara, payudara keras, teraba hangat dan warna sedikit kemerahan. Pembengkakan payudara merupakan penyempitan yang terjadi pada *ductus laktiferi* (Meihartati, 2017). Pembengkakan payudara bisa terjadi pada hari ketiga sampai keenam pasca persalinan, ibu nifas yang mengalami pembengkakan payudara akan mengalami rasa sakit pada payudara, teraba panas pada area payudara, nyeri pada saat di palpasi, payudara bengkak dan kencang (Meriani et.,al 2020).

Ibu *post partum* yang mengalami pembengkakan payudara biasanya disebabkan oleh menyusui kurang sering atau kurang lama misalnya ibu terlalu sibuk, bayi kurang sering menyusui karena sibuk, pola menyusui yang berubah dan ibu stres, selain itu pembengkakan payudara bisa disebabkan karena kurang baiknya aliran pada sebagian atau seluruh payudara karena bayi tidak melekat dengan baik sehingga bayi hanya mengosongkan sebagian payudara, penggunaan BH yang ketat, ada tekanan jari ibu pada payudara, kerusakan pada jaringan

payudara, dan bakteri masuk ke jaringan payudara (Selasi, 2017).

Pada Ny. L pembengkakan payudara disebabkan karenakan bayi menyusu hanya sebentar dan bayi belum dapat menghisap puting susu ibu dengan baik karena puting susu ibu tidak menonjol namun Ny. L tetap menyusui bayinya walaupun bayi klien belum dapat menghisap dengan baik. Anak Ny. L mendapatkan nutrisi sejak hari pertama kelahiran dibantu dengan susu formula yang diberikan sebanyak 60 ml dengan menggunakan sendok. Namun pada saat di berikan susu fomula anak Ny. L hanya dapat menghabiskan sebanyak 5-10 ml susu formula pada hari pertama sedangkan pada hari ke 3 anak Ny. L dapat menghabiskan sebanyak 20 ml susu formula. Bayi usia 1 hari mempunyai ukuran lambung sebesar buah berry yaitu 5-7ml, selanjutnya pada hari ke 3 bayi sudah dapat mumpung sebanyak 22-27ml dikarenakan ukuran lambung sudah semakin membesar yaitu sebesar kemiri (Selasi, 2017).

Selanjutnya pada responden ke 2 yaitu Ny. S faktor yang menyebabkan terjadinya pembengkakan payudara dikarenakan bayi tidak menyusu dengan sering kerena bayi tertidur dengan pulas dan sulit untuk dibangunkan.

Penatalaksanaan pembengkakan payudara dapat dilakukan dengan cara kompres daun kubis dimana kandungan yang terdapat dalam daun kubis dapat membantu melebarkan pembuluh kapiler, apabila

pembuluh kapiler melebar maka akan memudahkan darah untuk keluar masuk sehingga memungkinkan tubuh untuk menyerap cairan yang terbungsdung dalam payudara.

Setelah dikompreskan pada payudara selama 30 menit, daun kubis yang semula segar berubah menjadi layu dan berubah warna menjadi kecoklatan. Daun kubis yang di kompreskan pada payudara ibu dapat mengeluarkan jel dingin yang dapat menyerap panas pada payudara (Dewiani & Purnama, 2018).

Hasil penelitian terapi kompres daun kubis pada ibu *post partum* dengan nyeri pembengkakan payudara di desa Waysuluh menunjukkan perubahan intensitas nyeri yaitu pada Ny. L sebelum di berikan kompres daun kubis skala nyeri 6 (nyeri sedang) dan setelah di berikan kompres daun kubis skala nyeri mengalami penurunan yaitu skala 1 (nyeri ringan).

Selanjutnya hasil penurunan skala nyeri pada Ny. S sebelum dilakukan terapi kompres daun kubis skala nyeri 5 (nyeri sedang) dan setelah dilakukan kompres daun kubis skala nyeri mengalami penurunan yaitu skala 0 (tidak nyeri).

Persepsi nyeri dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor usia dan pengalaman nyeri. Dimana usia dapat mempengaruhi persepsi seseorang terhadap nyeri. Ny. L usia 21 tahun mengalami nyeri skala 6 (nyeri sedang) menjadi skala 1 (nyeri

ringan), Sedangkan pada Ny. S usia 38 tahun nyeri yang dirasakan pada skala 5 (nyeri sedang) turun menjadi skala 0 (tidak nyeri).

Toleransi terhadap nyeri meningkat sesuai dengan penambahan usia, semakin bertambahnya usia seseorang maka semakin bertambah pula pemahaman terhadap nyeri dan usaha mengatasinya (Potter & Perry 2010). Selain usia pengalaman nyeri juga berpengaruh terhadap persepsi nyeri dimana Ny. L kelahiran anak pertamanya belum pernah mempunyai pengalaman terhadap nyeri pembengkakan payudara, namun Ny. S saat ini merupakan kelahiran anak ke 3, Ny. S mempunyai pengalaman terhadap nyeri pembengkakan payudara yang dirasakan pada saat kelahiran anak pertamanya, hal ini terbukti bahwa Pengalaman seseorang terhadap nyeri dapat mempengaruhi persepsi nyeri dikarenakan seseorang telah merasakan nyeri yang sama dan kemungkinan dapat ditangani dengan baik (Potter & Perry 2010). Berdasarkan hasil penelitian terdapat penurunan skala nyeri pembengkakan payudara pada Ny. S mengalami penurunan yang maksimal dimana Ny. S tidak mengalami nyeri (skala 0).

Hasil penelitian pada kedua responden menunjukkan bahwa benar kompres daun kubis efektif mengurangi nyeri pada pembengkakan payudara. Sesuai dengan penelitian yang diungkapkan Rahayu & Wulandari tentang “Perbandingan Efektivitas Kompres Air Hangat Dan Kompres Daun Kubis Untuk Mengurangi Nyeri Pada Ibu Dengan Pembengkakan

Payudara Di Wilayah Kerja Puskesmas Wana Kabupaten Lampung Timur 2020”, Penelitian yang dilakukan menggunakan metode *quasy exsperiment* dengan rancangan *two group with pretest and posttest design* dengan hasil uji *man withney* didapatkan *P value* (0,027) <0,05 yang artinya ada perbedaan efektifitas kompres air hangat dan kompres daun kubis dalam mengurangi nyeri pada ibu dengan pembengkakan payudara.

## KESIMPULAN

Terdapat perubahan tingkat nyeri pembengkakan payudara setelah diberikan terapi kompres daun kubis selama 3 hari pada ibu *post partum* untuk mengurangi tingkat nyeri pembengkakan payudara di Desa Waysuluh, kecamatan Suoh, kabupaten Lampung Barat, yaitu sebelum dilakukan terapi kompres daun kubis, kedua subjek memiliki intensitas nyeri sedang, skala 6 (sedang) pada Ny. L dan skala 5 (sedang) pada Ny. S.

Setelah dilakukan kompres daun kubis, kedua subjek mengalami penurunan skala nyeri, pada Ny. L dari skala 6 (sedang) menjadi skala 1 (ringan). Sedangkan pada Ny. S mengalami penurunan skala nyeri dari skala 5 (sedang) menjadi skala 0 (tidak nyeri).

Saran bagi masyarakat desa terutama ibu *post partum* diharapkan dapat menerapkan terapi kompres daun kubis pada ibu yang mengalami pembengkakan payudara. Meningkatkan pengetahuan dalam menerapkan intervensi kompres daun kubis



untuk mengurangi nyeri pembengkakan payudara bagi Profesi Keperawatan. Bagi Institusi Pendidikan diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan peserta didik yang lebih luas tentang penanganan yang cepat dan tepat dalam menangani masalah nyeri pembengkakan payudara pada ibu *post partum*. Bagi Peneliti Selanjutnya agar menambahkan jumlah responden sebagai subjek penelitian dan menambah kelompok kontrol untuk melihat perbandingan kelompok yang dilakukan terapi kompres daun kubis dan yang tidak dilakukan terapi kompres daun kubis.

## KEPUSTAKAAN

- Dewiani, K., Purnama.Y. (2018). Pengaruh kompres daun kubis dingin terhadap penurunan intensitas nyeri dan pembengkakan payudara pada ibu postpartum. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu*, vol.06, no,02
- Huda, I. (2017). *Manajemen asuhan kebidanan pada ny "k" Post partum hari ketiga dengan bendungan ASI di puskesmas/rsp 1 jumpandang baru Makassar*. Prodi Kebidanan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri (UIN) Alauddin Makassar
- Kaur,R, & Saini, P. (2017). A Quasi Experimental Study On Effectiveness Of Cabbage Leaves Application For Breast Engorgement In Postnatal Mothers At Selected Hospitals, Amritsar,Punjab, India. *Jp-Journals-10055-0017*
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*. Jakarta Kementerian Kesehatan RI
- Meihartati, T (2017). Hubungan perawatan payudara dengan kejadian bendungan ASI (engorgement) pada ibu nifas. *Jurnal kebidanan dan keperawatan, Vol.13, No. 1*
- Meriani., Laila, A., & Yanti. (2020). The Effect of Compress Kol (Brassica) Oleracea Var. Capitata) and Warm Compression On The Pain of Breast Swallowing In Post Partum Women In The Teratai Room Arifin Achmad Hospital, Riau Province. *Jurnal ibu dan anak vol.8, no.2, ISSN 2721-0499*
- Oriza, N. (2019). Faktor yang mempengaruhi bendungan ASI pada ibu nifas. *Nursing Arts, Vol XIV, No 01, ISSN: 1978-6298*
- Potter, P.A & Perry,A.G. (2010). *Fundamentals of nursing*. Jakarta: Salemba Medika
- Rohmah, M., Wulandari, A., & Sihotang, D.W. (2019). Efektivitas Kompres Daun Kubis (Brassica Oleracea) terhadap Skala Pembengkakan Payudara pada Ibu Post Partum di PMB Endang Kota Kediri. *Jurnal for quality in woman's health, vol. No. 2 e-ISSN: 2615-6644*
- 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. *Jurnal maternitas aisyah volume 2 issue 3*
- Selasi, (2017). *Pelatihan Konseling Menyusui Modul 40 Jam WHO/UNICEF*. Buku Panduan Peserta: Jakarta
- Widia, L, & Pangestu, D.A.P. (2020). Pengaruh kompres daun kubis (brassica oleracea var. Capitata) terhadap pembengkakan payudar (breast engorgement) Pada ibu nifas. *Jurnal Darul Azhar Vol 8, No.1, Hal : 45 – 51*
- Yanti, D.P. (2017). Hubungan Pengetahuan, sikap ibu dengan bendungan asi dipuskesmas sidomulyo, Pekanbaru. *Journal Endurance2*