

Pengaruh Pemberian Kompres Daun Kubis Terhadap Pembengkakan Payudara Pada Ibu Pospartum di Wilayah Kerja Puskesmas Banda Raya Kota Banda Aceh

The Effect of Cabbage Leaf Compress on Breast Swelling on Postpartum Mothers in Banda Raya Community Health Center Working Area of Banda Aceh Municipality

Riska Rahmayana¹, Mulyatina¹, Fauziah¹

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Abulyatama, Aceh Besar, Indonesia
Koresponding Penulis: Riskaarahmayana@gmail.com

Abstrak

Payudara bengkak yang tidak disusu secara adekuat dapat menyebabkan payudara menjadi merah, panas, terasa sakit, akhirnya terjadi mastitis. Puting lecet akan memudahkan masuknya kuman dan terjadinya payudara bengkak, maka dari pemberian kompres daun kubis dapat menjadi alternatif dalam menurunkan pembengkakan payudara. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh pemberian kompres daun kubis terhadap pembengkakan payudara pada ibu pospartum Di Wilayah Kerja Puskesmas Banda Raya Kota Banda Aceh. Desain penelitian eksperimen semu (*quasi eksperimen*) dengan rancangan penelitian adalah *pretest-posttest control group design*. Populasi penelitian yaitu 10 ibu post partum. Jumlah sampel sebanyak 10 responden. Penelitian ini dilakukan tanggal 03 Juni s.d 15 Juni tahun 2022. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Dari 10 responden yang skala pembengkakan payudara sebelum diberikan kompres daun kubis pada ibu pospartum mengalami pembengkakan payudara dengan skala 4 sebesar 60,0% dan skala 5 sebesar 30,0%. Setelah diberikan kompres daun kubis pada ibu pospartum mengalami pembengkakan payudara lebih banyak hanya skala 4 sebesar 80,0% dan skala 3 sebesar 20,0%. Hasil uji statistik memperlihatkan nilai uji Wilcoxon dengan nilai P value 0,046 yang artinya ada pengaruh sebelum dan setelah diberikan kompres daun kubis terhadap pembengkakan payudara pada ibu pospartum di Wilayah Kerja Puskesmas Banda Raya Kota Banda Aceh Tahun 2022. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah ada pengaruh diberikan kompres daun kubis terhadap pembengkakan payudara pada ibu pospartum di Wilayah Kerja Puskesmas Banda Raya Kota Banda Aceh Tahun 2022. Disarankan bagi puskesmas agar petugas puskesmas melakukan skrining kesehatan, home care serta lebih aktif dalam meningkatkan keikutsertaan ibu post partum dalam melakukan kunjungan selama masa nifas untuk mendapat informasi serta mendeteksi masalah-masalah yang dialami ibu selama masa nifas khususnya pada pembengkakan payudara.

Kata kunci: Daun Kubis, Pembengkakan Payudara, Postpartum

Abstract

The Swollen breast which is not fed adequately may cause red, hot, and painful streak on the breast and eventually it may lead to mastitis. Moreover, sore nipples may cause germs contamination and swollen breast. Therefore, cabbage leaf compress is suggested as one of the alternatives to reduce breast swelling. The purpose of the study was to find out the effect of cabbage leaf compress on swelling breast of the postpartum mothers in Banda Raya Community Health Center of Banda Aceh Municipality. This research was Quasi-experimental research in which pretest-posttest control group was involved. The population of this research

were 10 postpartum mothers. The total samples were 10 respondents. This research was conducted from June 3 to June 15 2022. Among 10 respondents, 60% of them experienced 4 level breast swelling scale, and 30% of them experienced 5 level breast swelling scale before cabbage leaf compress. In comparison, after cabbage leaf compress was given, only 80% of them experienced breast swelling on 4 level scale and 20% of them experienced breast swelling on level 3. The statistical Wilcoxon test showed that 0.046 P-value which means that there is an effect before and after cabbage leaf compress on breast swelling on postpartum mothers in Banda Raya Community Health Center Working Area of Banda Aceh Municipality in 2022. The conclusion in this study was that there is the effect of compress cabbage leaves on breast engorgement on postpartum mothers in Banda Raya Community Health Center of Banda Aceh Municipality in 2022. It was recommended to the Community Health Center officers to carry out health screening and home care. It was also expected that they can be more active in involving the participation of postpartum mothers and visit them during postpartum period in order to obtain information and problems related to breast engorgement. experienced by mothers during the puerperium.

Keywords: *Cabbage Leaf, Breast Swelling, Post-Partum*

PENDAHULUAN

Menyusui merupakan peristiwa alamiah bagi seorang perempuan yang bermanfaat untuk ibu dan bayi. Masalah menyusui yang sering timbul pada masa pasca persalinan dini (masa nifas atau laktasi) adalah pembengkakan payudara (*breast engorgement*) atau disebut juga bendungan ASI. Pembengkakan payudara merupakan pembendungan air susu karena penyempitan duktus laktiferus atau oleh kelenjar-kelenjar yang tidak dikosongkan dengan sempurna.(Wulan, 2017)

Namun pada kenyataannya, ibu yang memiliki bayi baru lahir tidak semua menyusui bayinya dengan baik oleh karena berbagai alasan seperti ASI belum keluar, bayinya terpisah karena mengalami kondisi resiko tinggi yang perlu penanganan lebih, ibu merasa nyeri saat menyusui, kondisi ini menyebabkan penundaan pemberian ASI, penundaan pemberian ASI dapat menimbulkan masalah pada ibu yaitu: terjadinya penumpukan ASI dalam payudara, sehingga menimbulkan pembengkakan.(Fitriani, 2014) Pembengkakan payudara berdampak pada psikologis ibu: seperti rasa sakit, cemas karena tidak dapat menyusui, kondisi ini akan menyebabkan masalah psikologis pada ibu yaitu ibu akan merasa tidak mampu menyusui bayi dan merasa cemas yang berdampak pada semakin menurunnya produksi ASI. Sebagai alternatif ibu akan mengambil keputusan untuk memberikan susu formula pada bayinya untuk menggantikan ASI.(Bahiyatun, 2017)

Masalah yang timbul selama masa menyusui dapat dimulai sejak masa pasca persalinan dini (masa nifas atau laktasi) berupa payudara bengkak/bendungan ASI atau *engorgement*, *engorgement* kebanyakan terjadi pada hari kedua sampai hari kesepuluh postpartum, sebagian besar ibu merasakan payudara bengkak, keras, dan terasa panas.(Naviri, 2018)

Payudara bengkak yang tidak disusu secara adekuat dapat menyebabkan payudara menjadi merah, panas, terasa sakit, akhirnya terjadi mastitis. Puting lecet akan memudahkan masuknya kuman dan terjadinya payudara bengkak. Pakaian dalam yang terlalu ketat, mengakibatkan segmental *engorgement*.(Manuaba, 2015)

Saat ini penanganan masalah pembengkakan pada ibu dilaksanakan dengan cara perawatan payudara dengan melakukan pengurutan pada payudara ibu yang bengkak. Intervensi ini sering menyebabkan ibu merasa tidak nyaman dan rasa sakit yang luar biasa saat pemijatan dan dapat menyebabkan kerusakan pada anatomis payudara ibu. Beberapa ahli menyatakan bahwa prosedur ini kemungkinan dapat menyebabkan kerusakan pada alveoli di payudara.(Rutiani, 2016)

Intervensi untuk meringankan gejala pembengkakan payudara sangat dibutuhkan. Beberapa cara untuk mengurangi pembengkakan payudara yaitu secara farmakologis maupun non farmakologis. Penanganan secara 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 ultrasound.(Nanny, 2016)

Kompres kubis terbukti menurunkan pembengkakan pada area tubuh yang mengalami bengkak namun apakah kompres kubis pada payudara yang bengkak juga sama efektifnya dalam menurunkan pembengkakan payudara.(Astutik, 2016)

Kubis mengandung asam amino metionin yang berfungsi sebagai antibiotik dan kandungan lain seperti sinigrin (Allylisothiocyanate), 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 terbungkus dalam payudara tersebut. Selain itu daun kubis juga mengeluarkan gel dingin yang dapat menyerap panas yang ditandai dengan klien merasa lebih nyaman serta daun kubis menjadi layu/matang setelah penempelan.(Yopi, 2019)

Di dunia, ibu yang mengalami masalah menyusui sekitar 17.230.142 juta jiwa yang terdiri dari puting susu lecet 56,4%, pembengkakan payudara 36,12% dan mastitis 7,5%, WHO memperkirakan lebih dari 1,4 juta orang terdiagnosis menderita mastitis.(WHO, 2019) Laporan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2020 menunjukkan bahwa 67,7% bayi diberikan ASI eksklusif. Bayi yang mendapatkan ASI eksklusif terendah yaitu Papua Barat 41,1%, Papua 41,4%, Maluku 43,3% dan Aceh 55,2%.(Kemenkes RI, 2020)

Laporan Dinas Kesehatan Aceh Tahun 2020 menunjukkan bahwa cakupan pemberian ASI eksklusif sebesar 55,2%. Bayi yang mendapatkan ASI eksklusif terendah yaitu Aceh Barat Daya 24%, Sabang 28%, Pidie 40% dan Banda Aceh 57,9%.(Dinkes Aceh, 2020)

Laporan Dinas Kesehatan Kota Banda Aceh Tahun 2020 menunjukkan bahwa 57,9% bayi diberikan ASI eksklusif. Bayi yang mendapatkan ASI eksklusif terendah yaitu Puskesmas Banda Raya 43%, Puskesmas Lampaseh 44%, Puskesmas Jaya Baru 51% dan Puskesmas Meuraxa 56%.(Dinkes Kota Banda Aceh, 2020)

Laporan Puskesmas Banda Raya pada tahun 2021 pada bulan Januari sampai dengan November Tahun 2021 menunjukkan adanya ibu bersalin sebanyak 438 ibu. Pada bulan November tahun 2021 ada sebanyak 49 ibu melahirkan ketika melakukan kunjungan pasca melahirkan ke puskesmas, ibu yang memiliki keluhan pembengkakan payudara yaitu sebanyak 15 ibu post partum yang mengalami pembengkakan payudara yang dikarenakan selama hamil ibu tidak melakukan perawatan payudara sehingga ketika melahirkan ibu mengalami masalah pembengkakan payudara yang disebabkan ASI tidak keluar dengan lancar, puting susu yang

tidak menonjol dan salah dalam menyusui bayi sehingga terjadi pembendungan ASI pada payudara sehingga payudara terasa keras, sakit, dan panas. Adapun penanganan yang dilakukan oleh bidan ialah memberikan obat penurun demam jika ibu mengalami demam dan memberikan pijat laktasi pada ibu namun terkadang ibu merasa tidak nyaman dan sakit.

Berdasarkan Observasi awal dengan mewawancarai 10 ibu post partum yang datang berkunjung ke Puskesmas Banda Raya diketahui 7 ibu diantaranya memiliki keluhan yaitu mengalami pembengkakan payudara seperti bengkak, nyeri dan terkadang ibu mengalami demam sehingga ibu tidak dapat menyusui anak dengan baik, untuk mengurangi pembengkakan pada payudara ibu hanya melakukan pijat laktasi ataupun obat penghilang nyeri atau demam. Untuk alternatif lain seperti kompres kubis belum pernah dilakukan oleh ibu. Sedangkan 3 ibu post partum mengalami pembengkakan payudara hanya sesaat namun setelah anaknya disusui, pembengkakan payudara tidak terjadi lagi.

Dengan demikian peneliti tertarik untuk meneliti “Pengaruh Pemberian Kompres Daun Kubis Terhadap Pembengkakan Payudara Pada Ibu Pospartum Di Wilayah Kerja Puskesmas Banda Raya Kota Banda Aceh Tahun 2022”.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian eksperimen semu (*quasi eksperimen*) dengan rancangan penelitian adalah *pretest-posttest control group design* menggunakan *one group*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu yang mengalami pembengkakan payudara pada ibu pospartum. Berdasarkan Laporan Puskesmas Banda Raya Pada bulan November tahun 2021 ada sebanyak 49 ibu melahirkan Teknik pengambilan sampel dengan *accidental sampling* Sampel penelitian yaitu 10 ibu post partum. Penelitian ini dilakukan tanggal 03 sampai dengan 15 Juni tahun 2022. Analisis data menggunakan uji deskriptif dan uji T Paired test..

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Data Demografi

No	Jenis	Kategori	Frekuensi (f)	Persentasi (%)
	Umur Responden	≤ 25 tahun	5	50,0
		> 25 tahun	5	50,0
Total			10	100
	Pekerjaan Responden	IRT	10	100,0
Total			10	100
	Jumlah Persalinan Ke	Primipara	3	30,0
		Multipara	7	70,0
Total			10	100
	Konsumsi Obat dalam menurunkan intensitas nyeri	Tidak	10	100,0
Total			10	100

Sumber : Data primer (diolah tahun 2022)

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa responden dengan usia ibu > 25 tahun dan < 25 tahun sama banyak sebesar 50,0%, responden dengan pekerjaan IRT sebesar 100%, responden yang persalinan multipara yaitu sebesar 70,0% dan responden tidak konsumsi obat dalam pembengkakan payudara lebih banyak sebesar 100,0%.

Tabel 2. Analisis Unvariat

No	Variabel	Kategori	f	%
1	Pembengkakan Payudara Sebelum Diberikan Daun Kubis	Skala 3	1	10,0
		Skala 4	6	60,0
		Skala 5	3	30,0
2	Pembengkakan Payudara Sesudah Diberikan Daun Kubis	Skala 3	2	20,0
		Skala 4	8	80,0
		Skala 5	0	0

Sumber : Data primer (diolah tahun 2022)

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari 10 responden yang skala pembengkakan payudara sebelum diberikan kompres daun kubis pada ibu pospartum di Wilayah Kerja Puskesmas Banda Raya Kota Banda Aceh Tahun 2022. Responden mengalami pembengkakan payudara dengan skala 4 lebih banyak 6 responden atau sebesar 60,0% dibandingkan dengan responden yang mengalami pembengkakan payudara skala 5 sebanyak 3 responden atau sebesar 30,0% dan skala 3 sebanyak 1 responden atau sebesar 10,0%.

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari 10 responden yang skala pembengkakan payudara setelah diberikan kompres daun kubis pada ibu pospartum di Wilayah Kerja Puskesmas Banda Raya Kota Banda Aceh Tahun 2022. Responden mengalami pembengkakan payudara dengan skala 4 lebih banyak 8 responden atau sebesar 80,0% dibandingkan dengan responden yang mengalami pembengkakan payudara skala 3 sebanyak 2 responden atau sebesar 20,0%.

Tabel 3. Analisis Bivariat

No	Variabel	N	Mean Rank	Sum of Ranks	P value
1	Skala pembengkakan payudara sebelum diberikan kompres daun kubis – setelah diberikan kompres daun kubis	Negatif Rank	0	0,00	0,046
		Positif Rank	4	2,50	
		Ties	6	10,00	

Tabel di atas memperlihatkan bahwa rata-rata pembengkakan payudara sebelum dan setelah diberikan kompres daun kubis pada ibu post partum mengalami perubahan dengan nilai rata-rata 2,50. Hasil uji statistik memperlihatkan nilai uji Wilcoxon dengan nilai P value 0,046 yang artinya ada pengaruh sebelum dan setelah diberikan kompres daun kubis

terhadap pembengkakan payudara pada ibu pospartum di Wilayah Kerja Puskesmas Banda Raya Kota Banda Aceh Tahun 2022.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dengan ibu postpartum pada hari nifas kedua tentang pembengkakan payudara, maka diketahui bahwa terjadi pembengkakan payudara terjadi 30% pada ibu yang persalinan pertama kali (primipara) karena ibu belum memahami bagaimana cara merawat payudara yang benar selama hamil dan pasca persalinan sehingga ada ibu dengan puting payudara yang tersumbat tidak bisa mengeluarkan ASI, ibu dengan usia < 25 tahun sebanyak 50% tidak memahami dengan baik cara menyusui anak yang baik, hal ini terjadi pada ibu primipara sehingga anak tidak dapat menyusui secara adekuat yang menyebabkan ASI terus membendung pada payudara. Sedangkan ibu dengan multipara 70% memahami cara merawat payudara agar tidak terjadi pembengkakan walaupun pembengkakan terjadi ibu tetap berusaha secepatnya menyusui anak dengan baik agar pembengkakan payudara cepat berkurang.

Dari hasil penelitian yang dilakukan peneliti dari tanggal 03 Juni sampai dengan 15 Juni tahun 2022. Berdasarkan hasil univariat diketahui bahwa dari 10 responden yang skala pembengkakan payudara sebelum diberikan kompres daun kubis pada ibu pospartum di Wilayah Kerja Puskesmas Banda Raya Kota Banda Aceh Tahun 2022. Responden mengalami pembengkakan payudara dengan skala 4 lebih banyak 6 responden atau sebesar 60,0% dibandingkan dengan responden yang mengalami pembengkakan payudara skala 5 sebanyak 3 responden atau sebesar 30,0% dan skala 3 sebanyak 1 responden atau sebesar 10,0%. Sedangkan dari 10 responden yang skala pembengkakan payudara setelah diberikan kompres daun kubis pada ibu pospartum di Wilayah Kerja Puskesmas Banda Raya Kota Banda Aceh Tahun 2022. Responden mengalami pembengkakan payudara dengan skala 4 lebih banyak 8 responden atau sebesar 80,0% dibandingkan dengan responden yang mengalami pembengkakan payudara skala 3 sebanyak 2 responden atau sebesar 20,0%.

Berdasarkan hasil uji wilcoxon diketahui bahwa rata-rata pembengkakan payudara sebelum dan setelah diberikan kompres daun kubis pada ibu post partum mengalami perubahan dengan nilai rata-rata 2,50. Hasil uji statistik memperlihatkan nilai uji Wilcoxon dengan nilai P value 0,046 yang artinya ada pengaruh sebelum dan setelah diberikan kompres daun kubis terhadap pembengkakan payudara pada ibu pospartum di Wilayah Kerja Puskesmas Banda Raya Kota Banda Aceh Tahun 2022.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Miftakhur (2019) tentang “Efektivitas Kompres Daun Kubis (*Brassica Oleracea*) terhadap Skala Pembengkakan Payudara pada Ibu Post Partum di PMB Endang Kota Kediri”. Hasil penelitian menggunakan uji wilcoxon karena berdistribusi tidak normal. 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 *p-value* 0,000 (= 0,05). Kompres daun kubis (*brassica oleracea*) dapat digunakan sebagai terapi untuk menurunkan skala pembengkakan dan mencegah terjadinya pembengkakan payudara pada ibu *post partum*. (Miftakhur, 2019)

Hasil penelitian diatas sesuai dengan teori yang menyebutkan bahwa penurunan skala pembengkakan payudara setelah diberikan kompres daun kubis disebabkan kandungan sulfur yang tinggi sehingga diyakini dapat mengurangi pembengkakan dan peradangan payudara. Daun kubis mengandung sinigrin (*allylisothiocyanate*) rapine, *mustardoil*, *magnesium*, *oxylate*, dan sulfur dan memiliki sifat antibiotik, anti-iritasi, dan anti inflamasi. Kandungan daun kubis membantu dalam meningkatkan perfusi darah ke daerah pembengkakan, melebarkan kapiler dan bertindak sebagai penghalau *counter* sehingga mengurangi pembengkakan dan peradangan payudara sehingga susu mengalir.. daun kubis efektif untuk mengurangi pembengkakan payudara. Daun kubis lebih efektif dan memberikan efek pemulihan yang cepat pada pembengkakan payudara serta murah dan mudah diperoleh. (Zuhana, 2017)

Terjadi penurunan derajat pembengkakan karena adanya respons menghisap bayi. Proses reflek aliran (*let down reflect*) dimulai bersama dengan pembentukan prolaktin oleh hipofisis anterior, rangsangan yang berasal dari isapan bayi dilanjutkan ke hipofisis posterior (neurohipofisis) yang kemudian dikeluarkan oksitosin. Melalui darah hormon ini diangkut menuju uterus yang dapat menimbulkan kontraksi uterus sehingga terjadi involusi dari organ tersebut. Kontraksi dari sel akan memeras air susu yang telah terbuat keluar dari alveoli lalu masuk ke sistem duktus dan selanjutnya mengalir melalui duktus laktiferus masuk ke mulut bayi. Pada saat terjadinya respon pengeluaran ASI dari payudara yang bengkak, volume ASI dalam payudara berkurang sehingga menjadikan ketegangan payudara berkurang dan tidak bengkak lagi. (Marni, 2016)

ASI yang tidak diberikan secara adekuat akan mengakibatkan terjadinya pembengkakan pada payudara, sehingga sisa ASI terkumpul pada daerah duktus laktoferus. Hal ini dapat terjadi pada hari ke tiga setelah melahirkan. Selain itu, penggunaan bra yang ketat serta keadaan puting susu yang tidak bersih dapat menyebabkan sumbatan pada duktus. Kandungan kubis mempunyai sifat antibiotik dan anti-inflamasi yang dapat membantu memperlebar pembuluh darah kapiler, sehingga meningkatkan aliran darah untuk keluar masuk dari daerah tersebut, dan memungkinkan tubuh untuk menyerap kembali cairan yang terbandung dalam payudara tersebut. Kubis mempunyai kandungan asam amino glutamin yang bersifat sebagai antibiotik dan anti-inflamasi karena kandungan yang terdapat didalamnya sehingga dapat membantu pelebaran pembuluh darah kapiler. (Anggraini, 2017)

Asumsi peneliti berdasarkan hasil penelitian bahwa daun kubis (*brassica olerace*) memiliki efektivitas dalam mengurangi pembengkakan payudara pada ibu *post partum* karena daun kubis (*brassica olerace*) mengeluarkan gel dingin yang dapat menyerap panas dan mengurangi pembengkakan. Karena kandungan yang terdapat dalam daun kubis sehingga terjadi proses pelebaran aliran pembuluh darah kapiler untuk mengurangi pembengkakan pada payudara. Penurunan pembengkakan juga dipengaruhi oleh bayi sudah mulai mampu menghisap ASI secara adekuat sehingga mampu mengurangi pembengkakan pada payudara ibu. Sedangkan ibu yang tidak mengalami penurunan pembengkakan payudara dikarenakan putting susu ibu yang tidak dapat dihisap oleh bayi karena tidak menonjol keluar, ibu dengan

pengetahuan kurang baik dalam memberikan ASI pada bayi sehingga bayi tidak mampu menghisap dengan baik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian menggunakan uji Wilcoxon maka dapat disimpulkan nilai rata-rata sebelum dan setelah diberikan kompres daun kubis sebagai berikut:

1. Dari 10 responden yang skala pembengkakan payudara sebelum diberikan kompres daun kubis pada ibu pospartum di Wilayah Kerja Puskesmas Banda Raya Kota Banda Aceh Tahun 2022. Responden mengalami pembengkakan payudara dengan skala 4 lebih banyak 6 responden atau sebesar 60,0% dibandingkan dengan responden yang mengalami pembengkakan payudara skala 5 sebanyak 3 responden atau sebesar 30,0% dan skala 3 sebanyak 1 responden atau sebesar 10,0%.
2. Dari 10 responden yang skala pembengkakan payudara setelah diberikan kompres daun kubis pada ibu pospartum di Wilayah Kerja Puskesmas Banda Raya Kota Banda Aceh Tahun 2022. Responden mengalami pembengkakan payudara dengan skala 4 lebih banyak 8 responden atau sebesar 80,0% dibandingkan dengan responden yang mengalami pembengkakan payudara skala 3 sebanyak 2 responden atau sebesar 20,0%.

SARAN

1. Bagi Ibu Postpartum
Diharapkan bagi ibu postpartum dapat menjadikan terapi daun kubis untuk menurunkan pembengkakan payudara ketika mengalami pembengkakan payudara.
2. Bagi Puskesmas
Dapat disarankan agar petugas puskesmas melakukan skrining kesehatan, *home care* serta lebih aktif dalam meningkatkan partisipasi ibu post partum dalam melakukan kunjungan selama masa nifas untuk mendapat informasi serta mendeteksi masalah-masalah yang dialami ibu selama masa nifas khususnya pada pembengkakan payudara.
3. Bagi Profesi Keperawatan
Dapat dijadikan proses pembelajaran bahwa salah satu intervensi mandiri perawat dalam menurunkan pembengkakan payudara pada ibu postpartum dengan terapi non farmakologi yaitu dengan pemberian kompres daun kubis.
4. Bagi Peneliti Lain
Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menganalisis yang berhubungan dengan peneliti lakukan terkait terapi lainnya yang dapat menurunkan pembengkakan payudara pada ibu postpartum.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini. (2017). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Astutik. (2016). Pengaruh Pemberian Kompres Daun Kubis Terhadap Bendungan ASI Pada Ibu Post Partum dengan Engorgement di Kecamatan Bergas. In *Jurnal Keperawatan*. Jakarta: UNDIP.
- Bahiyatun. (2017). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Normal*. Jakarta: EGC.

- Dinkes Aceh. (2020). *Profil Kesehatan Aceh Tahun 2020*. Retrieved from <https://dinkes.acehprov.go.id/jelajah/read/2020/05/15/107/profil-kesehatan-aceh-tahun-2019.html>
- Dinkes Kota Banda Aceh. (2020). *Profil Kesehatan Kota Banda Aceh Tahun 2020*. Kota Banda Aceh: Dinas Kota Banda Aceh.
- Fitriani. (2014). Fungsi Manajemen Dalam Pelaksanaan Program ASI Eksklusif Di Puskesmas Jeuram Kabupaten Nagan Raya. In *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. Aceh Barat: Universitas Teuku Umar.
- Kemendes RI. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020*. Retrieved from <https://www.kemkes.go.id/folder/view/01/structure-publikasi-pusdatin-profil-kesehatan.html>
- Manuaba. (2015). *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan & Keluarga Berencana Untuk Pendidikan Bidan*. Jakarta: EGC.
- Marni. (2016). *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas "Peuperium Care."* Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Miftakhur. (2019). Efektivitas Kompres Daun Kubis (*Brassica Oleracea*) terhadap Skala Pembengkakan Payudara pada Ibu Post Partum di PMB Endang Kota Kediri. In *Journal for Quality in Women's Health*. Kediri.
- Nanny. (2016). *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Yogyakarta: Salemba Medika.
- Naviri. (2018). *Buku Pintar Ibu Hamil*. Jakarta: Gramedia.
- Rutiani. (2016). Gambaran Bendungan Asi Pada Ibu Nifas Dengan Seksio Sesarea Berdasarkan Karakteristik Di Rumah Sakit Sariningsih Bandung. In *Skripsi Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: UNDIP.
- WHO. (2019). *Kesehatan Ibu dan Anank*.
- Wulan. (2017). *Bunda Menyusui dan MP-ASI*. Jakarta: Gramedia.
- Yopi. (2019). Pengaruh Pemberian Kompres Daun Kubis Terhadap Pembengkakan Payudara Pada Ibu Postpartum. In *Jurnal Kebidanan*. Mataram: STIKes Yarsi Mataram.
- Zuhana. (2017). Perbedaan Efektifitas Daun Kubis Dingin (*Brassica Oleracea* Var. Capitata) dengan Perawatan Payudara Dalam Mengurangi Pembengkakan Payudara (Breast Engorgement) di Kabupaten Pekalongan. In *Jurnal Ilmiah Bidan*. Pekalongan.