



Original Research Paper

PENERAPAN KOMPRES DAUN KUBIS TERHADAP PENURUNAN PEMBENGKAKAN PAYUDARA PADA ASKEP IBU POST PARTUM DI PUSKESMAS KAYAMANYA

The Application Of Cabbage Leaf Compresses To Reduce Breast Engagment In Post Partum Askep Mothersat Kayamanya Health Center

Ni Made Ridla Nilasanti, Nur Afifa Mokodompis*

Poltekkes Kemenkes Palu, Program Studi D-III Keperawatan Poso, Poso, Indonesia

***Email Corresponding:**
nurafifamokodompis@gmail.com

Hp(WA) :
082189187790

Page : 69-78

Article History:
Received : 15 Maret 2023
Review : 22 Mei 2023
Revised : 30 Mei 2023
Accepted : 31 Mei 2023
Online : 5 Juni 2023

Published by:
Poltekkes Kemenkes Palu,
Managed by Prodi DIII
Keperawatan Poso.
Email :
jurnalmadago@gmail.com **Phone**
(WA): +62811459788
Address:
Jalan Thalua Konchi. City of Palu,
Central Sulawesi, Indonesia

ABSTRAK

Pendahuluan : Bengkak payudara merupakan salah satu masalah yang muncul pada ibu post partum yang di sebabkan adanya bendungan ASI. Masalah Pembengkakan payudara dapat di berikan intervensi terapi kompres daun kubis. Tujuan Penelitian ini yaitu Untuk penerapan asuhan keperawatan ibu post partum dengan masalah ibu bendungan ASI di puskesmas kayamanya. Metode penelitian yaitu menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus, subjek yaitu ibu post partum dengan pembengkakan payudara. Hasil penelitian Ny. A mengatakan tidak mengetahui bagaimana cara untuk menurunkan bengkak pada payudara, Ny. A mengeluh tidak nyaman saat bergerak, Ny. A mengatakan sulit saat BAK, Ny. A mengatakan perut tidak nyaman karna kontraksi uterus, Ny. A mengatakan tidak nyaman dengan perubahan payudara, Ny. A mengatakan ASI belum keluar, Ny. A menagtakan payudara terasa hangat dan keras, sering nyeri, puting susu tidak keluar. Masalah keperawatan ketidaknyamanan pasca partum, menyusui tidak efektif dan defisit pengetahuan, Intervensi yang di lakukan perawatan kenyamanan, edukasi peraawatan perineum, edukasi menyusui, pemberian kesempatan bayi untuk menghisap, dan perawatan bayi. implementasi di lakukan selama 5 hari. Evaluasi setelah dilakukan implementasi penerapan kompres daun kubis pasien mengatakan keluhan kenyamanan meningkat, ASI sudah keluar, bengkak payudara berkurang. **Kesimpulan** bahwa penerapan daun kubis efektif dalam menurunkan bengkak pada payudara. diharapkan intervensi ini dapat diajarkan pada ibu post partum dengan pembengkakan payudara sebagai penangan yang murah, mudah didapatkan dan efektif.

Kata kunci: Ibu Post Partum; Pembengkakan Payudara; Daun Kubis.

ABSTRACT

Introduction: Breast swelling is one of the problems that arise in postpartum mothers due to the presence of breast milk dams. The problem of breast swelling can be given a cabbage leaf compress therapy intervention. The purpose of this study is to apply nursing care to post partum mothers with the problem of breast milk dams at the kayamanya health center. **Method :** The research method is to use a descriptive method with a case study approach, the subject is a postpartum mother with breast swelling. **Result :** The results of the study Mrs. A said she did not know how to reduce breast swelling, Mrs. A complained of discomfort when moving, Mrs. A said it was difficult when urinating, Mrs. A said the

abdomen was uncomfortable due to uterine contractions, Mrs. A said she was uncomfortable with breast changes, Mrs. A said breast milk had not come out, Mrs. A said the breasts felt warm and hard, often painful, the nipples did not come out. Nursing problems of postpartum discomfort, ineffective breastfeeding and knowledge deficits, Interventions carried out comfort care, perineal care education, breastfeeding education, giving the baby the opportunity to suck, and baby care. implementation was carried out for 5 days. Evaluation after the implementation of the application of cabbage leaf compresses, the patient said that complaints of comfort increased, breast milk was released, breast swelling decreased.
Conculsion : *It is hoped that this intervention can be taught to post partum mothers with breast swelling as a cheap, easily available and effective treatment.*

Keywords : *Postpartum Mother; Breast Swelling; Cabbage Leaf*

<https://doi.org/10.33860/mnj.v4i1.1985>



© Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/>).

PENDAHULUAN

Postpartum merupakan keadaan ibu setelah melahirkan bayi dan keluarnya plasenta sampai kembali normalnya kondisi alat reproduksi seperti sebelum hamil yang berlangsung selama 40 hari atau sekitar 6 minggu (Ningsih et al., 2022), Nifas merupakan proses yang dialami oleh wanita setelah persalinan yang berlangsung kira-kira 6 minggu. Pasa masa ini terjadi perubahan-perubahan fisiologis, yaitu perubahan fisik, involusi uterus dan pengeluaran lochea, perubahan psikis, laktasi/pengeluaran ASI, perubahan payudara (Apriyani et al., 2021).

Berdasarkan data secara Nasional cakupan ASI sebesar 33,2% dan cakupan ASI Eksklusif Provinsi Sulawesi Tengah sebesar 32,2 % (Dinkes Provinsi Sulteng, 2020). Berdasarkan data yang di dapatkan di puskesmas kayamanya cakupan ASI pada tahun 2020 berjumlah 61,9% dan pada tahun 2021 cakupan ASI berjumlah 54,7%. Pembengkakan payudara terjadi karena ASI tidak di susui dengan adekuat, sehingga sisa ASI terkumpul pada system duktus yang mengakibatkan terjadi pembengkakan.

Payudara bengkak sering terjadi pada hari ketiga atau keempat sesudah melahirkan. Statis pada pembuluh darah dan limfe akan mengakibatkan meningkatnya tekanan intrakaudal, yang akan mempengaruhi segmen payudara, sehingga tekanan seluruh payudara meningkat. Akibatnya, payudara sering terasa penuh, tegang, serta nyeri dan sakit (RAHAYU & Wulandari, 2020).

Pada daun kubis terdapat asam amino metionin yang bertindak sebagai antibiotik serta mempunyai bahan lain seperti *Oxylateheterosides* 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 Kubis juga memiliki senyawa *iberin, sulforafan*, serta *sianohidroksibutena*

(CHB), yang dapat menstimulus sintesis glutation, yakni enzim yang dimanfaatkan sebagai pengurai yang dapat mengeliminasi kandungan racun yang terdapat pada tubuh (Hasibuan et al., 2021).

Pembengkakan payudara juga menyebabkan ibu menghentikan proses menyusui karena payudara terasa sakit, tidak nyaman saat menyusui, dan menganggap jika payudara bermasalah maka proses menyusui dihentikan agar tidak menularkan penyakit kepada anaknya. Hal ini dapat memberikan dampak terhadap pemberian ASI eksklusif pada bayi, jika bayi tidak mendapatkan ASI maka kebutuhan gizi bayi tidak terpenuhi secara baik dan bayi akan mudah terkena penyakit (Andari et al., 2021).

Efektivitas daun kubis dingin dengan perawatan payudara dalam mengurangi pembengkakan payudara dengan menggunakan uji Mann Whitney dimana skala pembengkakan payudara setelah diberikan kompres daun kubis dingin lebih rendah dari pada sebelumnya. tidak ada responden yang skala pembengkakan payudaranya tetap atau lebih meningkat. menunjukkan bahwa perawatan payudara awal dan kompres kubis dianggap efektif untuk menghilangkan pembengkakan payudara dimana telah melunakkan payudara dan mengurangi tingkat nyeri dan pembengkakan payudara (Arista, Wijayanti, 2018). Daun kubis dingin dapat menghilangkan rasa sakit dan kekerasan dalam pembengkakan payudara, sehingga direkomendasikan kepada ibu postnatal untuk mengelola pembengkakan payudara. Kandungan pada daun kubis membantu meningkatkan perfusi darah ke daerah pembengkakan, melebarkan kapiler dan

bertindak sebagai penghalau counter sehingga mengurangi pembengkakan dan peradangan payudara hingga air susu mengalir dengan hasil daun kubis dingin sangat efektif dalam perawatan pembengkakan payudara dan nyeri (Rofi'ah et al., 2020).

Dari beberapa penelitian diatas, alasan penulis memilih terapi kompres daun kubis pada pembengkakan payudara yang mampu melebar dan memperluas kapiler, sampai meningkatnya aliran darah masuk dan keluar dari area. Berdasarkan data yang di dapatkan dari hasil wawancara bahwa cakupan ASI mengalami penurunan pada tahun 2021 sebanyak 54,7% di bandingkan dengan tahun 2020. Cakupan ASI mengalami penurunan di akibatkan karena banyak ibu menyusui yang mengeluh produksi ASI tidak keluar, puting susu tidak keluar, mengalami mastitis, produksi ASI sedikit sehingga bayi di berikan sufor. Tujuan Penelitian ini yaitu Untuk penerapan asuhan keperawatan ibu post partum dengan masalah ibu bendungan ASI di puskesmas kayamanya.

METODE

Metode penelitian ini menggunakan metode diskriptif dengan pendekatan studi kasus dengan mengambil ibu post partum di puskesmas kayamanya. Penelitian dilakukan selama selama 5 pada tanggal 23-27 september 2022. Subjek penelitian ada 1 orang pasien ibu post partum yang mengalami bengkak payudara, kriteria subjek yaitu tidak terdapat pendarahan dan infeksi pada jalan lahir. Data di kumpulkan dengan format pengkajian ibu post partum menggunakan wawancara, observasi dan pemeriksaan fisik. Penerapan intervensi

keperawatan yang di lakukan dalam penelitian ini adalah kompres daun kubis pada payudara yang mengalami pembengkakan, Daun kubis yang diberikan merupakan daun kubis yang sudah di bentuk seperti bentukan payudara, selanjutnya daun kubis didinginkan selama 20 menit, kemudian di aplikasikan pada payudara yang bengkak selama 30 menit pada sesi pertama. Setelah 30 menit ada fase istirahat selama 15 menit dan dilanjutkan lagi dengan sesi kedua selama 30 menit. Intervensi ini diberikan selama 5 hari perawatan. Sebelum di berikan intervensi terlebih dahulu dilakukan pengukuran pembengkakan payudara dengan menggunakan alat ukur *Si Point Engorgement scale* (SPES), selanjutnya pada hari terakhir atau pada hari ke 5 di lakukan pengukuran kembali untuk menilai penurunan pembengkakan payudara.

HASIL

Penelitian ini dilakukan selama 5 hari dari tanggal 23-27 september 2022. Dalam pengkajian yang di lakukan pada Ny. A di dapatkan pasien tidak nyaman saat bergerak, pasien sulit BAK, perut tidak nyaman karena kontraksi uterus, pasien tidak nyaman dengan perubahan payudara, pasien tampak meringis, ketidaknyamanan akibat perubahan fisik, klien nampak lemah. Pasien mengatakan ASI tidak keluar, pasien mengatakan payudara terasa sangat keras, pasien mengatakan payudara terasa nyeri, dan puting susu tidak keluar, pasien mengatakan payudara membengkak sejak kehamilan trimester III sampai ia melahirkan, pasien masih merasa takut saat menggendong bayinya, pasien masih merasa takut saat merawat bayinya.

Diagnosa keperawatan yang dapat di rumuskan yaitu ketidaknyamanan pasca partum berhubungan dengan proses persalinan dan kelahiran, menyusui tidak efektif berhubungan dengan pembengkakan payudara, defisit pengetahuan berhubungan dengan perawatan bayi. Intervensi keperawatan yang di rumuskan yaitu perawatan kenyamanan, edukasi perawatan perineum, edukasi menyusui, pemberian kesempatan menghisap pada bayi, dan edukasi perawatan bayi.

Implementasi keperawatan yang di lakukan yaitu Mengidentifikasi gejala yang tidak menyenangkan (pasien merasa tidak nyaman dengan luka bekas jahitan persalinan dan bengkak pada kedua payudara), memberikan posisi yang nyaman pada ibu, Mengajarkan terapi relaksasi (nafas dalam) sehingga pasien merasa lebih nyaman dan rileks, Mengeidentifikasi kesiapan dan kemampuan menerima informasi (pasien sudah siap menerima informasi terkait cara menyusui), Memberikan dukungan kepada ibu sehingga dapat meningkatkan kepercayaan diri dalam menyusui, mengidentifikasi kesiapan dan kemampuan menerima informasi (pasien sudah siap menerima informasi terkait perawatan bayi), menyampaikan materi tentang perawatan bayi kepada pasien, Menjelaskan tanda – tanda infeksi perineum pada pasien, nyeri pada luka jahitan semakin berat, tercium aroma tidak sedap dari area jahitan dan sekitarnya, keluar nanah atau cairan dari luka jahitan , kulit di sekitar luka jahitan mengalami pembengkakan dan memerah), Menjelaskan pada pasien manfaat menyusui bagi bayi, Mengajarkan 4 posisi

menyusui dan perlekatan dengan benar pada pasien (buat nipple sandwich, biarkan bayi membuka lebar mulutnya, bawa bayi bunda ke arah payudara, bayi menempel di payudara), mengajarkan pasien untuk menjemur bayi sebelum jam 9, mengajarkan pasien segera mengganti popok jika basah, Mengajarkan pasien selalu menjaga area genitalia agar tidak lembab, Mengajarkan pasien menghindari menggunakan bahan apapun ketika membersihkan area genital (kecuali air bersih). mengajarkan penggunaan pakaian bayi dari bahan katun, menganjurkan pasien untuk menyusui sesuai kebutuhan bayi, Mengajarkan sering mungkin mengganti pembalut (setiap 4 jam), Mengajarkan perawatan payudara post partum misalnya Pijat payudara atau kompres kubis dingin.

Evaluasi setelah melakukan implementasi selama 5 hari di dapatkan data bahwa masalah ketidaknyamanan pasca partum berhubungan dengan proses persalinan dan kenyamanan, rasa nyaman pasien meningkat, keluhan merintih menurun. Masalah menyusui tidak efektif berhubungan dengan bengkak payudara yang di tandai dengan ASI sudah mulai keluar, perlekatan bayi pada payudara ibu meningkat. Masalah defisit pengetahuan berhubungan dengan perawatan bayi yang di tandai kemampuan menjelaskan pengetahuan tentang perawatan bayi meningkat.

Pemberian intervensi terapi kompres daun kubis dingin efektif dalam menurunkan bengkak. Setelah pemberian selama 5 hari dievaluasi kembali di dapatkan bengkak payudara berkurang

berdasarkan *Si Point Engorgement scale* (SPES) dari skor 6 menjadi skor 2.

Tabel 1 Gambaran skala bendungan ASI sebelum dan sesudah pemberian kompres daun kubis pada Ny. A

Indikator bendungan ASI	Skor bendungan ASI	
	Sebelum (H-1)	Sesudah (H-5)
Halus	√	√
Terdapat perubahan pada payudara	√	√
Payudara terasa keras/tegas dan tidak sakit	√	
Payudara terasa keras/tegas dan mulai terasa nyeri pada payudara	√	
Payudara terasa keras /tegas dan terasa sakit	√	
Payudara terasa sangat keras/tegas dan terasa sangat sakit	√	
Skor total	6	2

Berdasarkan table 1 menunjukkan bahwa pada hari pertama payudara klien masih menunjukkan skor *Si Point Engorgement scale* 6 dimana semua gejala bendungan ASI dialami oleh pasien dan setelah di berikan intervensi penerapan kompres daun kubis pada hari ke lima di dapatkan skor *Si Point Engorgement scale* menjadi 2 yang dimana gejala yang muncul yaitu tidak terdapat bendungan ASI.

PEMBAHASAN

Pengkajian keperawatan yang di lakukan penulis pada Ny. A didapatkan

data bahwa pasien nampak mengalami keluhan bengkak kedua payudara. Pembengkakan payudara pada ibu post partum adalah terjadi karena ASI yang tidak segera dikeluarkan yang menyebabkan penyumbatan pada aliran vena dan limfe sehingga aliran susu menjadi terhambat dan tertekan ke saluran air susu ibu sehingga terjadinya peningkatan aliran vena dan limfe (Pratiwi et al., 2019).

Asuhan keperawatan memfokuskan pada pemenuhan kebutuhan dasar manusia melalui tahap pengkajian, diagnosa keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi dan evaluasi. Pada bab ini penulis akan membahas tentang tindakan keperawatan "Penerapan kompres daun kubis untuk menurunkan pembengkakan payudara pada Asuhan Keperawatan Ibu Post Partum Di Puskesmas Kayamanya. Berdasarkan hasil pengkajian dirumuskan diagnose keperawatan yang yaitu menyusui tidak efektif berhubungan dengan pembengkakan payudara. Menurut penelitian (Sulistianingsih, 2018). Bahwa diagnosa keperawatan yang muncul pada klien dengan bengkak payudara salah satunya ketidaknyaman pasca partum dan defisit pengetahuan. Ketidaknyamanan pasca partum adalah perasaan tidak nyaman yang berhubungan dengan kondisi setelah melahirkan. Penyebab ketidaknyaman pasca partum oleh trauma perineum selama persalinan dan kelahiran, involusi uterus, proses pengembalian ukuran rahim ke ukuran semula, pembengkakan payudara dimana alveoli mulai terisi ASI. Berdasarkan penelitian (Komang, 2020).

Diagnosa keperawatan defisit pengetahuan berhubungan dengan perawatan bayi, pengetahuan ibu tentang perawatan bayi sehari-hari yang benar. Perawatan tersebut meliputi pemberian ASI, perawatan tali pusat, memandikan bayi dan membedong bayi. Perawatan yang tepat sangat dibutuhkan oleh bayi karena bayi merupakan makhluk yang lemah dan tidak mampu memenuhi serta melindungi dirinya sendiri. Oleh karena itu bayi memerlukan perhatian, perlindungan, kasih sayang dari orang disekelilingnya terutama sang ibu (Lola Pebrianthy, 2020). Intervensi yang di lakukan yaitu perawatan kenyamanan, Edukasi menyusui dan edukasi perawatan bayi. Perawatan nyaman yaitu salah satu cara yang dapat meringankan rasa nyeri dengan mengontrol pernafasan, Terapi modalitas yang bertujuan untuk mengurangi nyeri salah satunya adalah teknik relaksasi autogenik dan relaksasi nafas dalam. Teknik relaksasi autogenik memberikan efek menenangkan pada tubuh dan pikiran dengan mengalihkan perhatian pasien kepada relaksasi yang bersumber dari diri sendiri sehingga dapat membuat pasien tidak merasakan nyeri menurut (Kusmiran, 2019).

Edukasi menyusui dan pemberian kesempatan menghisap pada bayi yaitu monitor kemampuan ibu untuk menyusui, monitor kemampuan bayi menyusui, dampingi ibu selama kegiatan menyusui berlangsung, dampingi ibu memposisikan bayi dengan benar untuk menyusu pertama kali, diskusikan masalah selama menyusui (mis. Lecet pada puting susu dan mencari solusinya), menjelaskan manfaat menyusui bagi ibu dan bayi perlekatan

dalam proses menyusui berpengaruh terhadap keberhasilan teknik menyusui. Pelekatan membawa dampak positif dan menjalin hubungan antara ibu dan bayi (Sulistianingsih, 2018).

Edukasi kesehatan perawatan bayi yang diperlukan oleh bayi baru lahir sangat membawa perubahan dalam kehidupan ibu dan ayah serta anggota keluarga lainnya, Ibu juga harus memiliki inisiatif dalam merawat dan menyelesaikan masalah yang terjadi pada bayi mereka Hal ini membuat ibu menjadi takut, cemas dan bingung pada perasaan dan keyakinannya dalam merawat bayi mereka, terutama pada anak pertama karena ketidaktahuan mereka akan cara meraway bayi yang benar (Nurliawati, 2016).

Implementasi yang di lakukan pada diagnosa keperawatan ketidaknyamanan pasca partum yaitu menemukan posisi yang nyaman saat menyusui bayinya. Posisi menyusui memiliki banyak cara untuk memposisikan diri Ibu dan bayi selama proses menyusui berlangsung. Sebagian ibu memilih menyusui dalam posisi berbaring miring, duduk sambil merangkul bayi, dan lain-lain. Setiap ibu memiliki kebiasaan yang berbeda. Namun posisi menyusui dapat menimbulkan masalah jika posisi yang digunakan kurang tepat ditambah dengan ASI yang memancar (penuh), kondisi ini dapat mengakibatkan bayi tersedak. posisi berbaring lebih disebabkan faktor kurangnya perhatian dari ibu tentang pentingnya pelekatan saat menyusui akibat kelelahan atau rasa ngantuk pada ibu yang membuat ibu memberikan ASI dengan tidak memperhatikan posisi dan pelekatan yang tepat pada bayi (Julioe, 2017).dan

implementasi terakhir yang pada diagnosa keperawatan edukasi perawatan bayi mengidentifikasi kesiapan dan kemampuan menerima informasi seperti pasien mau menerima kesiapan untuk belajar perawatan bayi bermanfaat untuk meningkatkan pengetahuan orang tua yang akan merawat bayinya yang beresiko tinggi. perawatan bayi yang sesuai dengan kondisi bayi akan membantu dalam proses pertumbuhan dan perkembangan serta kualitas hidup dari bayi kedepannya (P et al., n.d.).

Evaluasi setelah dilakukan implementasi yaituketidanyaman pasca partum berhubungan dengan proses persalinan dan kelahiran pasien sudah tidak meringis saat bergerak, pasien sudah nyaman sat bergerak. menyusui tidak efektif yang berhubungan dengan bengkak payudara yaitu bengkak payudara menurun,ASI sudah mulai keluar, putting susu sudah menonjol, keluhan nyeri menurun. Defisit pengetahuan berhubungan dengan perawatan bayi di dapatkan data pasien sudah tidak merasa takut saat menggendong bayinya, pasien sudah bisa menjawab pertanyaan tentang perawatan bayi.

Pemberian penerapan kompres daun kubis dingin merupakan salah satu tindakan mandiri yang sangat efektif dalam menurunkan bengkak pada payudara. bengkak payudara, melakukan pengompresan daun kubis yang di dinginkan selama 20 menit agar bisa menurunkan bengkak pada payudara. 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 (Allylisothiocyanate), minyak mustard, magnesium, oxylate, heterosides belerang juga memiliki khasiat melebarkan pembuluh darah sehingga cairan yang terbenyung 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 terbenyung dalam payudara, dapat menyerap panas pada payudara (Santy et al., 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Widia & Delias (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.

Menurut penelitian (Dewiani, 2018). Perawatan kenyamanan pada ibu post partum yaitu bengkak payudara, melakukan pengompresan daun kubis yang di dinginkan selama 20 menit agar bisa menurunkan bengkak pada payudara. Kompres daun kubis memberikan efek dalam meredakan nyeri dan pembengkakan payudara. Setelah pemberian kompres daun kubis terdapat perubahan pada payudara dan air susu juga sudah mulai keluar walaupun sedikit – sedikit, pasien juga mengatakan saat di

lakukan kompres tersebut pasien merasa senang karena nyeri berkurang dan bengkaknya sudah mulai menurun. Kemudian di hari terakhir di lakukan penerapan kompres daun kubis bengkak pada payudara klien sudah menurun. (Santy et al., 2022).

Daun kubis sering di gunakan sebagai obat tradisional salah satunya yaitu berkhasiat sebagai obat pengompres bengkak atau radang.kandungan daun kubis juga sumber yang baik dari asam amino glutamine dan diyakini untuk mengobati semua jenis peradangan salahsatunya radang payudara. Untuk pemakaian luar, daun kubis dapat digunakan untuk mengompres bagian tubuh yang memar, membengkak atau nyeri sendi (S. Chandrasekhar & Laily Noor Ikhsanto, 2020)

Setelah di lakukan intervensi penerapan kompres daun kubis yang di beri 1 hari 2 kali sesi dengan waktu 30 menit dan di beri jarak istirahat 15 menit kemudian di lakukan sesi kedua 30 menit. Selama 5 hari dan dievaluasi kembali di dapatkan bahwa bengkak payudara menurun, putting susu keluar, pasien sudah nyaman saat bergerak. Sehingga penerapan terapi kompres daun kubis terbukti sangat efektif dalam menurunkan bengkak payudara pada ibu post partum.

KESIMPULAN DAN SARAN

Setelah penulis melakukan pengkajian, penentuan diagnosa, intervensi, implementasi dan evaluasi penerapan kompres daun kubis untuk menurunkan bengkak payudara pada asuhan keperawatan Ny. A dapat disimpulkan bahwa kompres daun kubis dapat

mengatasi masalah ketidaknyamanan pasca partum akibat pembengkakan payudara pada ibu post partum. Diharapkan intervensi ini dapat diajarkan kepada ibu post partum sehingga dapat diaplikasikan secara mandiri

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kepada Puskesmas Kayamanya dan kepada semua pihak yang telah membantu sehingga penelitian ini dapat terlaksana

DAFTAR PUSTAKA

- Adawiah, A. Z. (2019). Pengaruh Pijat Oksitosin oleh Suami Terhadap Produksi ASI Ibu Primipara Postpartum Normal di Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah Semarang. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 9, <https://repository.unimus.ac.id/id/eprint/3375>
- Andari, Y., Yuliasari, D., & Iqmy, L. O. (2021). Pemberian kompres daun kubis dingin mengurangi pembengkakan payudara ibu post partum. *Artikel*, 1(4), 253–260. <https://doi.org/10.33024/mj.v1i4.5172> PDF
- Apriyani, T., Rahma, M., Aryanti, & Lestari, I. (2021). Kompres Daun Kubis (*Brassica Oleracea* Var. *Capitata*) terhadap Penurunan Intensitas Nyeri dan Pembengkakan Payudara Ibupostpartum. *Cendekia Medika*, 6(2), 94–102. <https://doi.org/10.52235/cendekiamedika.v6i2.95>
- Arista Apriani¹, Wijayanti², D. W. (2018). EFEKTIVITAS PENATALAKSANAAN KOMPRES DAUN KUBIS (*BRASSICA OLERACEA* VAR. *CAPITATA*) DAN BREAST CARE TERHADAP PEMBENGGKAKAN PAYUDARA BAGI IBU NIFAS Arista. *Jurnal Kebidanan*, II(4), 238–243.
- Aswitami, G. A. P., & Udayani, N. P. M. Y. (2019). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Durasi Tidur Pada Bayi Umur 1-3 Bulan. *Care: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 7(2), 1. <https://doi.org/10.33366/jc.v7i2.1035>
- Dinkes Provinsi Sulteng. (2020). Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah. In *Profil kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah*.
- Hasibuan, J. S., Simarmata, D., Farma, A., Sitompul, A. W., & Yanti, L. (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). <https://doi.org/10.31605/j-health.v2i1>
- Hidayat, & Nurul. (2019). *Perbandingan efektivitas terapi musik dengan aromaterapi mawar pada anak yang mengalami hospitalisasi usia 2-5 tahun*. 08(9), 87–97.
- Julioe, R. (2017). Hubungan Posisi Menyusui Dengan Kejadian Tersedak Pada Bayi di Puskesmas Bahu Kota Manado. *Ekp*, 13(3), 1576–1580. <https://doi.org/https://doi.org/10.35790/jkp.v5i1.14890>
- Komang, S. N. (2020). *Ketidaknyamanan Pasca Partum Pada Ibu Post Partum*. <https://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/id/eprint/5074>
- Kusmiran, E. (2019). Pengaruh Napas Dalam Terhadap Tingkat Kelelahan Pasien Post Hemodialisis Di Ruang Hemodialisis Rumah Sakit Muhammadiyah Bandung. In *Journal of nursing and health* (Vol. 1, Issue 2). <https://doi.org/10.25099/jnh.vol1.iss2.19>
- Lola Pebrianthy. (2020). *Pengetahuan dan Sikap Primipara Terhadap Perawatan Bayi Baru Lahir di Rumah Pada Wilayah*

- Kerja Puskesmas Batunadua Kota Padangsidimpuan.* 5(2), 1-9. <https://doi.org/https://doi.org/10.35720/tscners.v5i2.242>
- Meihartati, T., Abiyoga, A., & Dewi, R. S. (2019). The Effect of Rose Flower Therapy (*Rosa Centifolia*) on The Sleep Duration of Infants Aged 3-12 Months. *Jurnal Darul Azhar*, 07(9), 69-76.
- Ningsih, N. A. P., Rantesigi, N., & Suharto, D. N. (2022). Penerapan Birth Ball Exercise Terhadap Kontrol Nyeri pada Asuhan Keperawatan Ibu Intranatal Care Kala I di Puskesmas Kayamanya. *Madago Nursing Journal*, 3(2), 43-49. <http://jurnal.poltekkespalu.ac.id/index.php/MNJ/article/view/1558>
- Pamungkas. (2016). *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Umur 0-6 Bulan di Puskesmas Kartasura.* <http://eprints.ums.ac.id/48047/1/NASKAH%20PUBLIKASI.pdf>.
- PPNI. (2017). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia Definisi dan Indikator Diagnostik. Dewan pengurus PPNI. In *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia Definisi dan Indikator Diagnostik. Dewan Pengurus PPNI.*
- 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 *Jurnal Maternitas ...*, 1(3), 150-157.
- Rofi'ah, S., Putri Rahayu, I., & Nikmawati, N. (2020). KOMPRES KUBIS DAN SIRIH MERAH EFEKTIF MENURUNKAN DERAJAT PEMBENGKAKAN PAYUDARA IBU POSTPARTUM. *Jurnal Jendela Inovasi Daerah*, 3(1), 1-15. <https://doi.org/10.56354/jendelainovasi.v3i1.67>
- Sekartini, R., & Adi, N. P. (2016). Gangguan Tidur pada Anak Usia Bawah Tiga Tahun di Lima Kota di Indonesia. *Sari Pediatri*, 7(4), 188. <https://doi.org/10.14238/sp7.4.2006.188-93>
- Syahidi, M. H., Gayatri, D., & Bantas, K. (2016). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) pada Anak Berumur 12-59 Bulan di Puskesmas Kelurahan Tebet Barat, Kecamatan Tebet, Jakarta Selatan, Tahun 2013. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Indonesia*, 1(1), 23-27. <https://doi.org/10.7454/epidkes.v1i1.1313>
- Ulfa, N., Heni, E., & Ria, A. (2020). pengaruh terapi murotal al-qur'an dan pemberian aroma terapi bunga mawar terhadap kuliatas tidur malam pada anak umur 3-5 tahun. *Jurnal Ilmiah OBSGN*, 12. n, 53-61.
- Wahyu L.Y. (2015). *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kuantitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan di Desa Leminggir.*
- warsini dan nugraini. (2016). *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Lama Tidur Bayi di Desa Duwet Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten.*
- Yulianti, E., & Yanti, J. S. (2021). Therapy Pijait Guna Mengurangi Keluhan Batuk Pilek pada Bayi. *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*, 1(2), 126-131.