

PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES DAUN KUBIS DINGIN TERHADAP PENURUNAN PEMBENGKAKAN PAYUDARA AKIBAT BENDUNGAN ASI PADA IBU POST PARTUM DI PMB NENSI RAJONO SUMBER TENGAH KABUPATEN TANGGAMUS LAMPUNG

Meta Endimar Septiyana^{*1}, Rina Suryani², Evi Yurlita³

^{1,2,3} Akademi Kebidanan Alifa Pringsewu - Lampung

E-mail: metaendimarseptiyana@alifa.ac.id¹, rinasuryani@alifa.ac.id², eviyurlita@alifa.ac.id³

Abstrak

Bendungan ASI adalah ASI yang tidak segera dikeluarkan yang menyebabkan penyumbatan pada aliran vena dan limfe sehingga aliran susu menjadi terhambat dan tertekan ke saluran ais susu dan dapat menyebabkan bendungan ASI. Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh terapi kompres daun kubis dingin terhadap penurunan pembengkakan payudara akibat bendungan ASI Pada ibu post partum di PMB Nensi Rajono Kec. Pulau Panggung Desa Sumber Tengah kabupaten Tanggamus Tahun 2022. Jenis penelitian ini adalah Quasi eksperimen design, rancangan yang digunakan adalah one group pretest-posttest design dengan menggunakan 20 populasi dan 10 diantaranya yang mengalami bendungan ASI yang datang ke PMB Nensi Rajono Sumber Tengah. Adapun hasil dari penelitian menunjukkan bahwa tingkat pembengkakan payudara pretest pemberian kompres daun kubis dingin yang merasakan payudaranya keras dan sakit sebanyak 6 orang (60%) dan yang merasakan payudara nya keras dan terasa nyeri sebanyak 4 orang (40%) Sedangkan karakteristik posttest pemberian kompres kubis dingin yang merasakan perubahan pada payudara sedikit keras sebanyak 4 orang 40 % payudaranya keras dan tidak sakit sebanyak 5 orang (50%) dan yang merasakan payudaranya tetap keras dan nyeri hanya 1 orang (10%).

Keyword: *ASI, kompres daun kubis dingin, pembengkakan payudara*

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan yang sangat baik untuk bayi karena didalam ASI terkandung nutrisi yang syarat akan zat gizi yang dibutuhkan bayi untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan yang optimal (Prasetyono, 2012). ASI juga merupakan hak setiap bayi, oleh karena itu sudah selayaknya setiap bayi mendapatkan ASI terutama ASI eksklusif sekalipun di masa pandemi saat ini. Hal ini sesuai dengan rekomendasi dari WHO dan UNICEF yang menyatakan bahwa selayaknya bayi mendapatkan ASI eksklusif selama 6 bulan pertama setelah kelahiran dan dilanjutkan dengan pemberian ASI ditambah makanan keluarga minimal sampai dengan usia 2 tahun (WHO, 2020).

World Health Organization (WHO) melaporkan secara global rata rata pemberian ASI eksklusif di dunia pada Tahun 2016 hanya sebesar 38%, di Indonesia meskipun sejumlah besar perempuan (96%) menyusui anak mereka dalam kehidupan mereka, hanya 42% dari bayi yang berusia dibawah yang mendapatkan ASI eksklusif (WHO, 2016) dalam (Jasa N.E dan Listiana A, 2020).

Salah satu hal yang dapat menyebabkan hambatan dalam pemberian ASI eksklusif adalah adanya permasalahan pada payudara (WHO, 2016). Salah satu permasalahan pada payudara yang sering terjadi adalah bendungan ASI atau pembengkakan payudara. Bendungan ASI merupakan pembendungan air susu karena penyempitan duktus Laktiferus atau kelenjar-kelenjar yang tidak dikosongkan dengan sempurna. Pembengkakan payudara sering terjadi pada hari kedua sampai

hari kesepuluh postpartum. Sebagian besar pasien merasakan payudara bengkak, merah, keras, nyeri dan terasa panas (Pitriani, 2014). Pembengkakan sebenarnya adalah hal yang fisiologis namun dapat berkembang menjadi mastitis bahkan abses jika tidak ditangani dengan baik (Walker, 2006). Penyebab bendungan ASI diantaranya tidak efektifnya frekuensi pengeluaran ASI. hal tersebut dapat disebabkan oleh beberapa hal. antara lain tidak dilakukannya rawat gabung sehingga terjadi pemisahan ibu dan anak. bayi masih mengantuk sehingga enggan untuk menyusui lebih dini, puting susu yang lecet yang dapat menyebabkan nyeri pada saat menyusui sehingga ibu terkadang memilih untuk menunda menyusui, dan adanya teknik menyusui yang tidak benar dan efektif (Mass, 2004).

Pembengkakan payudara terjadi karena ASI tidak dihisap oleh bayi secara adekuat. Jadi sisa susu akan terkumpul di sistem saluran yang mengakibatkan pembengkakan dan bendungan ASI, statis pembuluh darah dan getah bening akan mengakibatkan peningkatan tekanan payudara. Hal ini juga dapat terjadi karena penyumbatan pada saluran susu (Supriyanto Emdat, 2018)

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 penyebab utamanya yaitu menyusui dengan durasi singkat atau jarang disusui sebanyak 47% puting datar 24% posisi yang tidak baik sebanyak 9% dan bayi sakit 5% (Ariescha Putri dkk, 2019)

Ibu nifas mengalami bendungan ASI di Indonesia Tahun 2015 sebanyak 77.231 atau (37,127) (SDKI, 2017). Bayi di Indonesia yang mendapat ASI eksklusif pada Tahun 2019 yaitu sebesar 67,74% persentase tertinggi cakupan pemberian ASI Eksklusif terdapat pada provinsi Nusa Tenggara barat (86,26%) sedangkan persentase terendah terdapat di provinsi papua barat (41,12%). Terdapat 4 Provinsi yang belum mencapai target Renstra Tahun 2019, Yaitu Gorontalo, Maluku dan papua barat (profil kesehatan indonesia, 2019). Pemberian ASI eksklusif Tahun 2018 pada bayi 0-6 bulan di Indonesia sebesar 65,16% hal ini menunjukkan masih terdapat bayi yang belum mendapatkan ASI eksklusif sebesar 34,84% (Profil kesehatan Indonesia, 2018) dalam (Rambe N dan Nasution, L.K, 2021).

Pemberian ASI eksklusif ada beberapa hambatan yaitu adanya permasalahan pada payudara yang sering terjadi adalah bendungan ASI atau pembengkakan payudara. Bendungan ASI merupakan pembendungan air susu karena penyempitan duktus laktiferus atau kelenjar kelenjar yang tidak di kosongkan dengan sempurna (Damayanti E Dkk, 2020).

Kompetensi bidan pada masa nifas adalah memberikan dukungan secara berkesinambungan dalam penanganan bendungan ASI yaitu bidan memiliki peranan yang sangat penting dalam pemberian asuhan post partum. Peran dan tanggung jawab bidan salah satunya yaitu bidan mendorong ibu untuk menyusui bayinya secara ondemand selama kurang lebih 2 tahun, dan memberikan bayinya ASI Eksklusif yaitu memberikan ASI saja pada bayinya sampai usia bayinya 6 bulan tanpa makanan pendamping apapun pada bayinya (Wahyuni Heni P, 2018)

Berdasarkan hasil pra survey yang peneliti lakukan di PMB Nensi Rajono S.ST Sumber Tengah selama 6 minggu pada bulan November hingga Desember didapatkan jumlah ibu nifas yang datang ke PMB Nensi Rajono yaitu 20 ibu nifas dan yang mengalami bendungan ASI, yaitu sebanyak 50% dari ibu nifas yang datang ke PMB sebanyak 10 ibu atau responden. Berdasarkan

uraian diatas tersebut maka penulis tertarik untuk mengetahui pengaruh pemberian kompres daun kubis dingin terhadap penurunan pembengkakan payudara akibat bendungan ASI pada ibu post partum di PMB Nensi Rajono,S.ST Sumber Tengah.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis *quasi eksperimen design*, dengan rancangan *one group pretest-posttest design*. Dalam penelitian ini menggunakan 2 analisis data, menggunakan analisa data univariat dan bivariat yang menggunakan uji Wilcoxon. Dalam pemilihan sampel, peneliti menggunakan *teknik accidental sampling* yaitu penelitian yang dilakukan dengan mengambil kasus atau responden yang kebetulan ada atau tersedia di suatu tempat. Dalam penelitian ini terdapat 20 populasi dan 10 diantaranya yang mengalami bendungan ASI yang datang ke PMB Nensi Rajono Sumber Tengah. Penelitian ini dilakukan pada bulan November-Desember 2022.

HASIL DAN DISKUSI

Berdasarkan penelitian yang dilakukan terhadap 10 responden didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik		f(n=15)	%100	N
Usia	20-35	8	80.0	10
	>35	2	20.0	
Pendidikan	SMP	5	50.00	10
	SMA	5	50.00	
Pekerjaan	IRT	8	80.0	10
	Wiraswasta	2	20.0	

Dari table 1 diatas dapat dilihat distribusi karakteristik responden jumlah umur rata rata terbanyak di dominasi oleh umur 20-35 tahun sebanyak 8 orang (80%), jumlah rata rata terbanyak responden yang menempuh pendidikan SMP dan SMA sama rata masing-masing berjumlah 5 orang (50%) sedangkan untuk jumlah pekerjaan responden terbanyak di dominasi oleh IRT sebanyak 8 orang 80%.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Sebelum dan Sesudah dilakukan Pemberian Kompres Daun Kubis Dingin

Karakteristik	Skala Spes	f(n=15)	%100	N
Pretest	Keras/tegas mulai terasa nyeri	4	40.00	10
	Keras/tegas mulai terasa sakit	6	60.00	
Posttest	Perubahan pada payudara sedikit keras	4	40.00	10
	Payudara sedikit keras dan tidak nyeri	5	50.00	
	Payudara keras dan tidak nyeri	1	10.00	

Dari tabel 2 diatas dapat dilihat distribusi karakteristik responden sebelum dilakukan pemberian kompres kubis dingin yang merasakan payudaranya keras dan sakit sebanyak 6 orang (60%) dan yang merasakan payudara nya keras dan terasa nyeri sebanyak 4 orang (40%). Sedangkan karakteristik sesudah dilakukan pemberian kompres kubis dingin yang merasakan perubahan pada payudara sedikit keras sebanyak. 4 orang 40 % payudaranya keras dan tidak sakit sebanyak 5 orang (50%) dan yang merasakan payudaranya tetap keras dan nyeri hanya 1 orang (10%).

Tabel. 3 Pengaruh pemberian Kompres Daun Kubis dingin terhadap pembengkakan payudara akibat Bendungan Asi Pada ibu Post Partum

karakteristik	Rata-Rata	P value
Pretest	4.60	0.004
Posttest	2.70	

Dari tabel 3 didapatkan nilai *p-value* 0.004, nilai tersebut lebih kecil dari 0.05 maka bisa diartikan bahwa terdapat pengaruh pemberian kompres daun kubis dingin terhadap pembengkakan payudara ibu di PMB Nensi Rajono Sumber Tengah. Hal ini membuktikan terdapat perbedaan yang signifikan pada *pretest* dan *posttest*, hal ini diperkuat dengan nilai rata-rata yang terdapat peningkatan pada nilai *posttest*.

Pemberian kompres daun kubis dingin dalam penelitian ini memberikan efek yang baik pada pembengkakan payudara ibu. Sebelum dilakukan kompres daun kubis dingin 60% responden merasakan payudaranya keras dan sakit, payudara keras dan nyeri 40%, dan setelah dilakukan kompres daun kubis dingin 40% responden masih merasakan payudaranya keras, 50% mengalami penurunan rasa sakit pada payudaranya, dan 10% yang masih merasakan payudaranya keras dan nyeri. Hal tersebut dipengaruhi kandungan yang terdapat pada daun kubis yang bisa meringankan rasa nyeri dan pembengkakan pada payudara seperti asam amino metionin yang berfungsi sebagai *antibiotik* dan kandungan lain seperti sinigran (*Allyl Isothiocyanate*), minyak, *mustard*, *magnesium*, *oxalate heterosides* belelang. Kandungan ini dapat membantu pelebaran pembuluh darah kapiler sehingga meningkatkan aliran darah untuk keluar masuk dari daerah yang bengkak dan sakit (Sharma, 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Disha dkk (2015) didapatkan bahwa pemberian kompres daun kubis dingin mampu menurunkan skala pembengkakan payudara, hasil penelitian ini didukung oleh teori Lim dkk (2015) pemberian kompres daun kubis dingin mampu meringankan edema termasuk edema pada payudara.

Penelitian yang dilakukan oleh Rohmah, Wulandari dan Sihotang (2019) 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. Penelitian lain dilakukan oleh Lidia dan Pangestu (2020) menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian kompres daun kubis terhadap skala pembengkakan payudara pada ibu *post partum*. Pemberian kompres daun kubis dingin merupakan metode yang sangat efektif dan ekonomis dalam penurunan edema pada payudara ibu menyusui. Selain murah dan mudah ditemukan, daun kubis juga tidak memiliki efek samping bila digunakan sebagai kompres.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan penelitian diatas maka dapat diinterpretasikan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara sebelum dan sesudah dilakukan terapi kompres daun kubis dingin.

DAFTAR PUSTAKA

- Mulia, H. A. (2020). *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Post Partum Ny" M" Dengan Bendungan Asi di Wilayah Puskesmas Karang Talawang* (Doctoral dissertation, Universitas_Muhammadiyah_Mataram).
- Ariescha, P. A. Y., Manalu, A. B., Siagian, N. A., Yanti, M. D., & Tarigan, R. (2020). Pengaruh Pemberian Kompres Kol Terhadap Penurunan Pembengkakan Payudara Pada Ibu Post Partum Di Klinik Bersalin Kasih Ibu Deli Tua Kabupaten Deli Serdang Tahun 2019. *Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk)*, 2(2), 144-150.
- Disha, *et al.* 2015. *Effect of chilled cabbage leaves vs hot compression on breast engorgement among post natal mothers admitted in a tertiary care hospital*. Nursing and Midwifery Research Journal, Vol-11, No.1
- Djamaludin, D., Al Fatih, H., & Qaulia, D. S. (2020). Pemberian kompres daun kubis (*brassica oleracea var. capitata*) dengan penurunan nyeri pasien pasca operasi kanker payudara. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 14(1), 82-87.
- Elis, A., Maryam, A., Sakona, Y., & Kasmawati, K. (2019). Analisis Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Dengan Tanda-Tanda Bahaya Masa Nifas Di Rumah Sakit Umum Daerah Labuang Baji Makassar. *Jurnal ilmiah media bidan*, 4(2).
- Damayanti, E. (2018). *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* (Doctoral dissertation, Universitas Brawijaya). *Journal of issues in midwifery*, 4(2), 53-66.
- Fauziah, H. (2015). Efektivitas Supervised Breast Care Terhadap Pencegahan Pembengkakan Payudara Pada Ibu Nifas Di Rumah Sakit Wilayah Kecamatan Pontianak Selatan. *ProNers*, 3(1).
- Fikriana, R. (2018). *Sistem kardiovaskuler*. Deepublish.
- Sari, V. K., & Putri, R. N. (2020). Efektivitas Kompres Daun Kubis Dan Breast Care Terhadap Pengurangan Pembengkakan Payudara Pada Ibu Nifas. *Maternal Child Health Care*, 2(2), 308-319.
- Hasibuan, J. S., Simarmata, D., Farma, A., Sitompul, A. W., Yanti, L., & Ginting, C. N. (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).

- Jasa, N. E., & Listiana, A. (2020). Hubungan Pekerjaan Dan Pendidikan Terhadap Keberhasilan Asi Eksklusif. *Jurnal Sains Kebidanan*, 2(2), 1-5.
- Kasih, T. A. (2016). *Pengaruh Pelatihan Konseling Menyusui Terhadap Pelaksanaan Asi Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Kendal Kerep Malang* (Doctoral dissertation, University of Muhammadiyah Malang).
- Lim, A-reum, et al. 2015. *Cabbage compression early breast care on breast engorgement in primiparous women after cesarean birth: A controlled Clinical Trial*. *Int J Clin Exp Med*. 8 (11)
- Masturoh, I., & Anggita, T. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan, Jakarta Selatan.
- Mentari, L. W. (2020). *Pemberian Seduhan Hangat Kunyit Asam Terhadap Perubahan Tingkat Dismenore Pada Siswi Kelas Vii Smpn 1 Babadan Kabupaten Ponorogo* (Doctoral dissertation, STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun).
- Nur'azimah, L. U. B. I. S. Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Bendungan Asi Pada Ibu Post Partum Di Kelurahan Beting Kuala Kapias Kecamatan Teluk Nibung Tahun 2018.
- Nurbaya, S. (2017). Hubungan Perawatan Payudara Masa Kehamilan Dengan Kecepatan Sekresi Asi Post Partum Primipara Di Rsb Masyita Makassar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 10(6), 135-139.
- Utami, N. A. (2017). Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Pengeluaran Air Susu Ibu (Asi) Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Kecamatan Pontianak Selatan. *ProNers*, 4(1).
- Elis Pitria, P., & Aisa, S. (2018). *Hubungan Perawatan Payudara Dengan Kejadian Bendungan Asi Pada Ibu Post Partum Di Ruang Kebidanan Di Rsud Kota Kendari Tahun 2018* (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Kendari).
- Lova, N. R., & Nurfalah, D. S. (2021). Gambaran Karakteristik Ibu Post Partum Dengan Bendungan Asi Di Pmb Bd I Citereum Neglasari Bandung. *Jurnal ilmiah kesehatan*, 11(1), 51-55.
- 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. *Journal for Quality in Women's Health*, 2(2), 23-30.
- Suprayitno, E., Pratiwi, I. G. D., & Yasin, Z. (2018). Gambaran Penyebab Terjadinya Pembengkakan Payudara Pada Ibu Menyusui Di Polindes Desa Meddelen Kecamatan Lenteng. *Wiraraja Medika: Jurnal Kesehatan*, 8(1), 13-18.
- Syamson, M. M. (2017). Faktor yang berhubungan dengan bendungan ASI pada ibu menyusui. *Jikp Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah*, 6(1), 24-32.

Damanik, V. A. (2020). Hubungan perawatan payudara dengan kelancaran asi pada ibu nifas. *Jurnal Keperawatan Priority*, 3(2), 13-22.

Vitriani, O., Alyensi, F., & Susanti, A. (2021). Effectiveness Of Dates And Acupressur On Production Of Breast Milk In Clinic Taman Sari 2 Pekanbaru. *Jurnal Ibu Dan Anak*, 9(2), 61-69.

Wahyuni, E. T., & Purnami, R. W. (2018). Korelasi Usia Dengan Percepatan Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum Di Wilayah Kerja Puskesmas Ngaglik Ii Sleman Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 9(2).