

EFEKTIVITAS PENATALAKSANAAN KOMPRES DAUN KUBIS (*BRASSICA OLERACEA VAR. CAPITATA*) DAN *BREAST CARE* TERHADAP PEMBENGGKAKAN PAYUDARA BAGI IBU NIFAS

Arista Apriani¹, Wijayanti², Desy Widyastutik³,

¹²³Prodi D3 Kebidanan, STIKes Kusuma Husada Surakarta

*Email: ¹arista_apriani@yahoo.com, ²wijayanti_haryanto@yahoo.co.id,

³aliciadesy@gmail.com

ABSTRACT

Breastfeeding problems can arise during childbirth and lactation are breast swelling, interventions to alleviate it is needed. Breast care spending could help smooth milk. Compress the cabbage leaves can be used for therapy because it helps widen the capillaries and increase blood flow to enter and exit, allowing the body to reabsorb the fluid that is unstoppable in the breast. The purpose of analyzing the effectiveness of the management and the cabbage leaf compress against breast swelling breast care for postpartum mothers. Type quasi experimental study design with non-randomized control group pretest posttest. Engineering samples of non-probability sampling types consecutive sampling. Total sample of 15 subjects per group. Pretest and posttest with SPES checklist. The experimental group intervention breastcare and compresses cabbage leaf, breastcare intervention control group. Intervention as 2x1 for 3 days. Results of analysis difference breast swelling scores before and after treatment between the experimental group compared with the control group gained Mann Whitney test $p < 0.001$, and the value of Z -3306, 10.60 mean rank the experimental group and the control group mean rank 20,40. conclusion No difference difference in breast swelling scores before and after treatment was statistically significant between the experimental group than the control group in which cabbage leaf compress treatment and breast care more effectively address the problem of breast engorgement for postpartum mothers than breast care treatment only.

Keywords: Cabbage Leaves Compress, Breast Care, Breast Swelling, Treatment

ABSTRAK

Masalah yang dapat timbul pada masa nifas dan laktasi adalah pembengkakan payudara, intervensi untuk meringankannya sangat dibutuhkan. *Breast care* dapat membantu memperlancar pengeluaran ASI. Kompres daun kubis dapat digunakan untuk terapi karena membantu memperlebar pembuluh darah kapiler dan meningkatkan aliran darah untuk keluar masuk, sehingga memungkinkan tubuh untuk menyerap kembali cairan yang terbenjeng dalam payudara. Tujuan menganalisis efektivitas penatalaksanaan kompres daun kubis dan *breast care* terhadap pembengkakan payudara bagi ibu nifas. Jenis studi quasi eksperimental dengan desain *non randomized control group pretest posttest*. Teknik sampel *non probability sampling* jenis *consecutive sampling*. Jumlah sampel 15 subjek per kelompok. Pretest dan posttest dengan checklist SPES. Kelompok eksperimen intervensi *breast care* dan kompres daun kubis, kelompok kontrol intervensi breastcare. Intervensi sebanyak 2x1 selama 3 hari. Hasil analisis selisih skor pembengkakan payudara sebelum dan sesudah perlakuan antara kelompok eksperimen dibandingkan kelompok kontrol dengan uji mann whitney didapat nilai $p < 0,001$, serta nilai Z -3.306, *mean rank* kelompok eksperimen 10,60 serta *mean rank* kelompok kontrol 20,40. Kesimpulan ada perbedaan selisih skor pembengkakan payudara sebelum dan sesudah perlakuan yang secara statistik signifikan antara kelompok eksperimen dibandingkan kelompok kontrol dimana penatalaksanaan kompres daun kubis dan *breast care* lebih efektif mengatasi masalah pembengkakan payudara bagi ibu nifas dibandingkan penatalaksanaan *breast care* saja.

Kata Kunci: Penatalaksanaan, Kompres Daun Kubis, *Breast Care*, Pembengkakan Payudara.

PENDAHULUAN

Pemberian ASI sangat penting karena ASI adalah makanan utama bayi. Dengan ASI, bayi akan tumbuh sempurna sebagai manusia yang sehat, bersifat lemah

lembut dan mempunyai intelegensi yang tinggi. Pemberian kolostrum serta proses menyusui yang benar merupakan sarana yang dapat diandalkan untuk membangun generasi yang berkualitas. Seperti kita ketahui, kolostrum memiliki konsentrasi gizi dan

imunitas tinggi yang diproduksi pada tahap kehamilan dan hari-hari awal setelah melahirkan (Suradi, 2004).

Pada umumnya setelah melahirkan payudara ibu membesar, terasa panas, keras, dan tidak nyaman. Pembesaran tersebut dikarenakan peningkatan suplai darah ke payudara bersamaan dengan terjadinya produksi air susu. Biasanya hal ini berlangsung selama beberapa hari. Kondisi ini bersifat normal dan tidak perlu dikhawatirkan. Namun, terkadang pembesaran itu terasa menyakitkan sehingga ibu tidak leluasa mengenakan kutang ataupun membiarkan benda apapun menyentuh payudaranya (Prasetyono, 2009). Kegagalan dalam proses menyusui sering disebabkan karena timbulnya beberapa masalah pada ibu maupun pada bayi. Pada sebagian ibu yang tidak paham masalah ini, kegagalan menyusui sering dianggap masalah pada anaknya saja (Suradi dan Kristina, 2004). Masalah menyusui yang dapat timbul pada masa pasca persalinan dini (masa nifas atau laktasi) adalah pembengkakan payudara (*breast engorgement*) atau disebut juga bendungan air susu. Bendungan air susu terjadi akibat pembengkakan pada payudara karena peningkatan aliran vena dan limfe sehingga menyebabkan bendungan air susu dan rasa nyeri disertai kenaikan suhu badan (Prawiroharjo, 2012).

Berdasarkan pengalaman yang peneliti dapatkan di masyarakat, ibu nifas yang menyusui bayinya pada minggu-minggu pertama setelah melahirkan ada yang mengalami bendungan air susu terutama ibu primipara dan ibu yang melahirkan dengan cara operasi. Mereka mengatakan pada keadaan ini seringkali menghentikan menyusui karena payudaranya terasa sakit. Jika ada yang menyentuh payudaranya dan merasa tidak nyaman saat menyusui bayinya, mereka juga menganggap jika payudara mengalami masalah, maka harus menghentikan menyusui bayinya karena rasa sakit yang dialami dan agar tidak menularkan penyakit kepada bayinya tersebut.

Intervensi untuk meringankan gejala pembengkakan payudara sangat dibutuhkan. Apabila tidak ada intervensi yang baik, maka produksi air susu akan terganggu dan proses reabsorpsi dimulai yang berhubungan dengan penyapihan dini. Pembengkakan payudara tersebut dapat berkembang menjadi mastitis, infeksi akut kelenjar susu, dengan hasil klinis seperti peradangan, demam, menggigil, ibu menjadi tidak nyaman, kelelahan, abses payudara sampai dengan septikemia (Cunningham, 2013). Perawatan payudara masa nifas dapat membantu memperlancar pengeluaran ASI. Perawatan payudara juga dapat dilakukan untuk mencegah dan menangani masalah menyusui seperti pembengkakan payudara. Sebelum melakukan perawatan payudara dibutuhkan persiapan dan peralatan serta ibu harus membutuhkan waktu yang cukup lama untuk mengompres dan

pengurutan atau pemijatan setiap tahapnya (Anggraini, 2010). Kubis (*Brassica Oleracea Var. Capitata*) dapat digunakan untuk terapi pembengkakan. Kubis (*Brassica Oleracea Var. Capitata*) mengandung asam amino metionin yang berfungsi sebagai antibiotik dan kandungan lain seperti sinigrin (*Allylisothiocyanate*), minyak mustard, magnesium, *Oxylate Heterosides* berelastis, hal ini dapat membantu memperlebar pembuluh darah kapiler sehingga meningkatkan aliran darah untuk keluar masuk dari daerah tersebut, sehingga memungkinkan tubuh untuk menyerap kembali cairan yang terbungkus dalam payudara tersebut. Selain itu daun kubis (*Brassica Oleracea Var. Capitata*) juga mengeluarkan gel dingin yang dapat menyerap panas yang ditandai dari klien merasa lebih nyaman dan daun kubis (*Brassica Oleracea Var. Capitata*) menjadi layu/matang setelah 30 menit penempelan (Desa, 2008). Penatalaksanaan yang sering dilakukan untuk mengurangi pembengkakan payudara adalah kompres dingin dan atau hangat untuk mengurangi cairan yang terjebak dalam jaringan yang menyebabkan tertundanya laktogenesis II. Kompres daun kubis (*brassica oleracea var. capitata*) pada payudara yang bengkak dapat dilakukan bila kulit payudara tidak ada luka dan ibu tidak alergi sulpha, kompres menjadi efektif dan terlihat hasilnya dalam waktu 1-2 jam (Davis, 2009) sehingga ibu nifas dapat menyusui secara eksklusif dan dapat meningkatkan kepercayaan diri ibu selama proses menyusui (Walker et al dalam Dennis, 2006).

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk Menganalisis efektivitas penatalaksanaan kompres daun kubis dan *breast care* terhadap pembengkakan payudara bagi ibu nifas. Tujuan khusus Menganalisis efektivitas penatalaksanaan kompres daun kubis dan *breast care* terhadap pembengkakan payudara bagi ibu nifas. Menganalisis efektivitas penatalaksanaan kompres daun kubis dan *breast care* terhadap pembengkakan payudara bagi ibu nifas sebelum dan sesudah perlakuan. Menganalisis efektivitas penatalaksanaan *breast care* terhadap pembengkakan payudara bagi ibu nifas sebelum dan sesudah perlakuan. Menganalisis perbedaan selisih efektivitas penatalaksanaan kompres daun kubis dan *breast care* dengan penatalaksanaan *breast care* terhadap pembengkakan payudara bagi ibu nifas.

METODE PENELITIAN

Lokasi penelitian adalah di Puskesmas Wilayah Kerja DinKes Kab. Karanganyar yaitu Puskesmas Mojogedang I, Mojogedang II, Jenawi, Ngargoyoso, Tawangmangu dan Karangpandan. Waktu penelitian selama 8 bulan yaitu bulan Januari sampai Agustus 2018. Jenis penelitian quasi eksperimental dengan

desain *non randomized control group pretest posttest*. Subyek penelitian terbagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. *Pretest* dan *posttest* berupa penilaian langsung kejadian pembengkakan payudara dengan menggunakan checklist SPES, *pretest* dilaksanakan sebelum intervensi diberikan dan *posttest* dilaksanakan setelah intervensi diberikan. Kelompok eksperimen dengan intervensi berupa *breastcare* dan kompres daun kubis sedangkan kelompok kontrol dengan intervensi *breastcare*. Intervensi dilakukan sebanyak 2x sehari selama 3 hari.

Variabel dalam penelitian ini terdiri dari dua variabel bebas, yaitu penatalaksanaan kompres daun kubis dan *breast care* dan penatalaksanaan *breast care*. Sedangkan variabel terikatnya yaitu pembengkakan payudara. Teknik pengambilan sampel *non probability sampling* jenis *consecutive sampling*. Sampel kelompok eksperimen 15 subjek, sedangkan sampel kelompok kontrol 15 subjek. Sebelumnya dilakukan uji normalitas data dengan uji *Shapiro wilk*. Analisis data yang digunakan adalah untuk beda mean sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok eksperimen menggunakan uji *wilcoxon* sedangkan pada kelompok kontrol menggunakan uji *Paired Sample T-Test* dan untuk perbedaan selisih menggunakan uji *Mann Whitney*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik responden, meliputi:

Tabel 1. Karakteristik subjek berdasarkan tingkat pendidikan formal

Tingkat Pendidikan Formal	Penatalaksanaan kompres daun kubis dan <i>breast care</i> (Kelompok eksperimen)		Penatalaksanaan <i>breast care</i> (Kelompok kontrol)	
	Jumlah (n)	Persen (%)	Jumlah (n)	Persen (%)
< SMA	3	20%	2	13%
≥ SMA	12	80%	13	87%
Total	15	100	15	100

Tabel 2. Karakteristik subjek berdasarkan jumlah paritas

Paritas	Penatalaksanaan kompres daun kubis dan <i>breast care</i> (Kelompok eksperimen)		Penatalaksanaan <i>breast care</i> (Kelompok kontrol)	
	Jumlah (n)	Persen (%)	Jumlah (n)	Persen (%)
Primipara	9	60%	9	60%
Multipara	6	40%	6	40%
Total	15	100	15	100

Efektivitas penatalaksanaan kompres daun kubis dan *breast care* terhadap pembengkakan payudara bagi ibu nifas, yaitu:

Tabel 3. Uji normalitas *Saphiro Wilk* skor pembengkakan payudara sebelum dan sesudah penatalaksanaan kompres daun kubis (*brassica oleracea var. capitata*) dan *breast care* (kelompok eksperimen).

Kelompok Eksperimen	N	Mean	SD	Sig.
Sebelum perlakuan	15	4.06	0.986	0.082
Sesudah perlakuan	15	2.07	0.799	0.006

Berdasarkan tabel 3 diatas dapat dilihat bahwa hasil uji asumsi berupa uji normalitas dengan menggunakan uji *Saphiro Wilk* diperoleh nilai signifikansi data sebelum perlakuan 0,082 (sig. > 0,05) berarti data berdistribusi normal, sedangkan data sesudah perlakuan signifikansi 0,006 (sig. < 0,05) berarti data tidak berdistribusi normal, sehingga analisis data menggunakan uji *Wilcoxon* dan dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4. Hasil uji statistik *wilcoxon* efektivitas penatalaksanaan kompres daun kubis dan *breast care* terhadap pembengkakan payudara bagi ibu nifas antara sebelum dan sesudah perlakuan (kelompok eksperimen).

Kelompok Eksperimen	N	Mean	Std Deviasi	Z	P
Pembengkakan payudara sebelum perlakuan	15	4,60	0,986	-3,493	<0,001
Pembengkakan payudara sesudah perlakuan	15	2,07	0,799		

Berdasarkan deskripsi data penelitian pada Tabel 4 sesuai dengan hipotesis penelitian dimana ada perbedaan skor pembengkakan payudara sebelum dengan sesudah diberikan penatalaksanaan kompres daun kubis dan *breast care*, sehingga dapat disimpulkan terdapat perbedaan rerata yang secara statistik signifikan antara skor pembengkakan payudara sebelum dibandingkan sesudah perlakuan pada kelompok eksperimen, dimana *mean* sesudah perlakuan mengalami penurunan dibandingkan dengan *mean* sesudah perlakuan yang mempunyai arti penatalaksanaan kompres daun kubis dan *breast care* efektif mengenai masalah pembengkakan payudara pada ibu nifas. Menurut Revisao (2012), Intervensi untuk meringankan gejala pembengkakan payudara sangat dibutuhkan. Strategi untuk mengurangi pembengkakan payudara 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*.

Menurut Desa (2008), Kubis dapat digunakan untuk terapi pembengkakan karena mengandung asam amino metionin yang berfungsi sebagai antibiotik dan kandungan lain seperti sinigrin (*Allylisothiocyanate*), minyak mustard, magnesium, *Oxylate heterosides* belerang, hal ini dapat membantu memperlebar pembuluh darah kapiler sehingga meningkatkan aliran darah untuk keluar masuk dari daerah tersebut, sehingga memungkinkan tubuh untuk menyerap kembali cairan yang terbungung dalam payudara tersebut. Selain itu daun kubis juga mengeluarkan gel dingin yang dapat menyerap panas yang ditandai dari klien merasa lebih nyaman dan daun kubis menjadi layu/matang setelah 30 menit penempelan. Hasil penelitian ini didukung oleh hasil penelitian Zuhana (2017), dengan hasil terdapat perbedaan secara statistik signifikan $p < 0,05$ efektivitas daun kubis dingin dengan perawatan payudara dalam mengurangi pembengkakan payudara dengan menggunakan uji *Mann Whitney* dimana skala pembengkakan payudara setelah diberikan daun kubis dingin dan perawatan payudara lebih rendah daripada sebelumnya, tidak ada responden yang skala pembengkakan payudaranya tetap atau lebih meningkat. Serta menurut hasil penelitian. Lee *et al* (2015), menunjukkan bahwa perawatan payudara awal dan kompres kubis dianggap efektif untuk menghilangkan pembengkakan payudara dimana telah melunakkan payudara dan mengurangi tingkat pembengkakan.

Efektivitas penatalaksanaan *breast care* terhadap pembengkakan payudara, yaitu:

Tabel 5. Uji normalitas *Saphiro Wilk* skor pembengkakan payudara sebelum dan sesudah penatalaksanaan *breast care* (kelompok kontrol).

Kelompok Kontrol	N	Mean	SD	Sig.
Sebelum perlakuan	15	4.67	0.967	0.070
Sesudah perlakuan	15	3.07	1.100	0.218

Berdasarkan tabel 5 diatas hasil uji asumsi yaitu uji normalitas dengan menggunakan uji *Saphiro Wilk* diperoleh nilai signifikansi data sebelum perlakuan 0,070 dan data sesudah perlakuan 0,218 berarti data berdistribusi normal ($\text{sig.} > 0,05$). Sehingga, analisis data menggunakan uji *Paired Sample T-Test*. Berdasarkan perbedaan rerata skor pembengkakan payudara antara sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok kontrol dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 6. Hasil uji statistik *Paired Sample T-Test* efektivitas penatalaksanaan *breast care* terhadap pembengkakan payudara bagi ibu nifas sebelum dan sesudah perlakuan (kelompok kontrol).

Kelompok Kontrol	N	Korelasi	Mean	Std Deviasi	t	Confidence Interval 95%		Sig.
						Batas bawah	Batas atas	
Pembengkakan payudara sebelum dan sesudah perlakuan	15	0.821	1.600	0.632	9.798	1.250	1.950	0.000

Berdasarkan deskripsi data penelitian pada tabel 6 menunjukkan bahwa korelasi antara skor pembengkakan payudara sebelum dan sesudah perlakuan adalah kuat dan signifikan serta terdapat perbedaan rerata yang secara statistik signifikan antara skor pembengkakan payudara sebelum dibandingkan dengan sesudah perlakuan pada kelompok kontrol, yang mempunyai arti penatalaksanaan *breast care* efektif menangani masalah pembengkakan payudara pada ibu nifas, hal ini sesuai dengan hipotesis penelitian dimana ada perbedaan skor pembengkakan payudara sebelum dengan sesudah *breast care*, Salah satu masalah menyusui pada masa nifas yaitu bendungan air susu karena penyempitan duktus laktiferi atau oleh kelenjar-kelenjar yang tidak dikosongkan dengan sempurna atau karena kelainan pada puting susu. Keluhan yang dirasakan antara lain payudara bengkak, keras dan nyeri. Penanganan sebaiknya dimulai selama hamil dengan *breast care* untuk mencegah terjadinya kelainan-kelainan dan tetap berlanjut pada masa nifas (Hesti, 2009). Menurut hasil penelitian Fauziah dkk (2014) terdapat perbedaan skala pembengkakan payudara setelah dilakukan perawatan payudara, dengan menggunakan uji *Mann Whitney* didapatkan hasil nilai $p = 0,000$ dimana nilai $p < 0,05$ dengan kesimpulan ada perbedaan terjadinya pembengkakan payudara pada ibu nifas antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah dilakukan *supervised breast care* terhadap kelompok intervensi.

Efektivitas penatalaksanaan kompres daun kubis dan *breast care* (kelompok eksperimen) dibandingkan dengan penatalaksanaan *breast care* (kelompok kontrol) terhadap pembengkakan payudara bagi ibu nifas, yaitu:

Tabel 7. Uji normalitas *Saphiro Wilk* skor pembengkakan payudara sebelum, sesudah dan selisih pada kelompok eksperimen dan kontrol

Kelompok eksperimen dan kontrol	N	Mean	SD	Sig.
Sebelum perlakuan	30	4.63	0.964	0.003
Sesudah perlakuan	30	2.57	1.073	0.016
Selisih skor sebelum dan sesudah perlakuan antar kelompok	30	-2.07	0.785	0.001

Berdasarkan tabel 7 didapatkan hasil uji asumsi yaitu uji normalitas dengan menggunakan uji *Saphiro Wilk* diperoleh nilai signifikansi data sebelum perlakuan pada kelompok eksperimen dan kontrol adalah 0.003 (sig.<0,05) serta data sesudah perlakuan pada kelompok eksperimen dan kontrol dengan nilai signifikansi 0,016 (sig.<0,05) berarti data berdistribusi tidak normal. Sehingga analisis data menggunakan uji *Mann Whitney* dan dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 8. Hasil uji statistik *Mann Whitney* Perbedaan efektivitas penatalaksanaan kompres daun kubis (*brassica oleracea var. capitata*) dan *breast care* (kelompok eksperimen) dibandingkan dengan penatalaksanaan *breast care* (kelompok kontrol) terhadap pembengkakan payudara bagi ibu nifas sebelum dan sesudah perlakuan.

Kelompok eksperimen dan kontrol	N	Mean Rank		Z	P value
		Kelompok eksperimen	Kelompok kontrol		
Skor pembengkakan payudara sebelum perlakuan	30	15.17	15.83	-0.217	0,828
Skor pembengkakan payudara sesudah perlakuan	30	11.67	19.33	-2.476	0,013

Tabel 8 Menunjukkan tidak ada perbedaan rerata yang secara statistik signifikan antara kelompok eksperimen dibandingkan dengan kelompok kontrol sebelum perlakuan dan terdapat perbedaan rerata yang secara statistik signifikan antara kelompok eksperimen dibandingkan dengan kelompok kontrol sesudah perlakuan.

Berdasarkan tabel 7 didapatkan hasil uji asumsi yaitu uji normalitas dengan menggunakan uji *Saphiro Wilk* diperoleh nilai signifikansi data selisih skor pembengkakan payudara pada kelompok eksperimen dan kontrol dengan nilai signifikansi 0,001 (sig.<0,05) berarti data berdistribusi tidak normal. Sehingga analisis data menggunakan uji *Mann Whitney* dan dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 9. Hasil uji statistik *Mann Whitney* Perbedaan selisih efektivitas penatalaksanaan kompres daun kubis (*brassica oleracea var. capitata*) dan *breast care* (kelompok eksperimen) dibandingkan dengan penatalaksanaan *breast care* (kelompok kontrol) terhadap pembengkakan payudara bagi ibu nifas sebelum dan sesudah intervensi.

Kelompok eksperimen dan kontrol	N	Mean Rank		Z	P value
		Kelompok eksperimen	Kelompok kontrol		
Selisih skor pembengkakan payudara	30	10.60	20.40	-3.306	0,001

Tabel 9 Menunjukkan terdapat perbedaan selisih skor pembengkakan payudara yang secara statistik signifikan antara kelompok eksperimen dibandingkan dengan kelompok kontrol. Sehingga, hal ini sesuai dengan hipotesis penelitian yaitu Ada perbedaan selisih efektivitas penatalaksanaan kompres daun kubis dan *breast care* dibandingkan dengan penatalaksanaan *breast care* terhadap pembengkakan payudara bagi ibu nifas. Ibu nifas dengan pembengkakan payudara yang mendapatkan penatalaksanaan kompres daun kubis dan *breast care* mempunyai nilai *mean rank* skor pembengkakan payudara yang lebih kecil yaitu 10,60 dibandingkan dengan ibu nifas dengan pembengkakan payudara yang mendapatkan penatalaksanaan *breast care* sesudah perlakuan dengan dengan *mean rank* 20,40 yang berarti penatalaksanaan kompres daun kubis dan *breast care* lebih efektif mengatasi masalah pembengkakan payudara bagi ibu nifas dibandingkan dengan penatalaksanaan dengan *breast care* saja. Hal ini didukung oleh Ayers dan Walker dalam Westdhal dalam Dennis (2006), dimana perawatan pada payudara yang bengkak selama ini dengan kompres dingin dan hangat, kompres gel packs, kompres daun kol dingin, akupunktur, pijat payudara, memerah payudara, penggunaan herbal sampai dengan menggunakan obat-obatan untuk menurunkan rasa nyeri payudara. Perawatan payudara yang dilakukan tersebut ternyata dapat mengeluarkan air susu dengan lancar tanpa mengurangi produksi ASI. Menurut penelitian Suri et al (2015), untuk mengetahui pengaruh daun kubis (*brassica oleracea var. capitata*) dingin dibandingkan kompres panas pada pembengkakan payudara dengan hasil kedua intervensi itu efektif dalam mengurangi rasa sakit dan mengurangi pembesaran payudara.

SIMPULAN

Ada perbedaan skor pembengkakan payudara sebelum dengan sesudah diberikan penatalaksanaan kompres daun kubis dan *breast care*, nilai $p < 0,001$ serta Z hitung -3,493, *mean* skor pembengkakan payudara sesudah perlakuan 2,07 dibandingkan dengan *mean* sebelum perlakuan 4,06 yang mempunyai arti penatalaksanaan kompres daun kubis dan *breast care* efektif menangani masalah pembengkakan payudara pada ibu nifas.

Ada perbedaan skor pembengkakan payudara sebelum dengan sesudah diberikan penatalaksanaan dan *breast care*, nilai korelasi 0,821 serta t hitung 9,798 dan nilai $p < 0,001$, *mean* skor pembengkakan payudara sesudah perlakuan 4,67 dibandingkan dengan *mean* sesudah perlakuan 3,07 yang mempunyai arti penatalaksanaan *breast care* efektif menangani masalah pembengkakan payudara pada ibu nifas.

Ada *perbedaan* selisih efektivitas penatalaksanaan kompres daun kubis dan *breast care* dibandingkan dengan penatalaksanaan *breast care* terhadap pembengkakan payudara bagi ibu nifas. Terdapat perbedaan selisih skor pembengkakan payudara yang secara statistik signifikan antara kelompok eksperimen dibandingkan dengan kelompok kontrol nilai p 0,001 serta nilai Z -3.306. Ibu nifas dengan pembengkakan payudara yang mendapatkan penatalaksanaan kompres daun kubis dan *breast care* mempunyai nilai *mean rank* skor pembengkakan payudara yang lebih kecil yaitu 10,60 dibandingkan dengan ibu nifas dengan pembengkakan payudara yang mendapatkan penatalaksanaan *breast care* sesudah perlakuan dengan dengan *mean rank* 20,40 yang berarti penatalaksanaan kompres daun kubis dan *breast care* lebih efektif mengatasi masalah pembengkakan payudara bagi ibu nifas dibandingkan dengan penatalaksanaan dengan *breast care* saja.

REFERENSI

- Anggraini Y, 2010. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Yogyakarta: Pustaka Rihama.
- Cunningham, 2013. *William Obstetri*. Jakarta: EGC.
- Davis M, 2009. *Engorgement: the Cabbage Cure*. <http://www.lactationconsultant.info/cabbagecure.html>.
- Dennis CL, 2006. *Breast Feeding Initiation and Duration : A 1990-2000 Literature Review*. Journal of Obstetric, Gynecologic & Neonatal Nursing 31: 12-32.
- Desa NS, 2008. *1001 Misteri Alam : menyikap 1001 Khasiat Misteri Alam*. Malaysia : Buku prima.
- Fauziah H, Ligita T, Murtilita, 2014. *Efektivitas Supevised Breast Care terhadap Pencegahan Pembengkakan Payudara pada Ibu Nifas di Rumah Sakit Wilayah Kecamatan Pontianak Selatan*. Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura Pontianak.
- Hesti, 2009. *Perawatan Masa Nifas*. Bandung : Alfabeta.
- Lee MS, Lim AR, Song JA, Hur MH, Lee MK, 2015. *Cabbage Compression Early Breast Care on Breast Care Engorgement in Primiparous Women After Cesarean Birth : a Controlled Clinical Trial*. Int J Clin Exp Med 2015, 8 (11) 21335-21342. www.ijoem.com/ISSN:1940-5901/UCEM0015346.
- Prasetyono DH, 2009. *Buku Pintar ASI Eksklusif*. Yogyakarta : Diva Press.
- Prawirohardjo S, 2009. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Revisao DA, 2012. *Non pharmacologic treatment to relieve breast engorgement during lactation: an integrative literature review*. Rev. Esc. Enferm. USP vol. 46 no.2 Sao Paulo Apr. 2012 .
- Suradi R, 2004. *Bahan Bacaan Manajemen Laktasi*. Jakarta: Perinasia.
- Suradi dan Kristina, 2004. *Manajemen Laktasi*. Jakarta: Perinasia.
- Suri V, Disha, Rana A, Singh A, 2015. *Effect of Cilled 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, Januari: 2015.
- Zuhana N, 2017. *Perbedaan Efektifitas Daun Kubis Dingin (Brassica Oleracea Var. Capitata) dengan Perawatan Payudara dalam Mengurangi Pembengkakan Payudara (Breast Engorgement) di Kabupaten Pekalongan*. Prodi DIII Kebidanan STIKes Muhammadiyah Pekalongan: Jurnal Ilmiah Bidan Vol. II No.2 2017, Hal: 51-56.