

## Asuhan Kebidanan Berkelanjutan Pemberian Kompres Daun Kubis Terhadap Bendungan ASI Pada Ibu Nifas

Sulis Yulianti<sup>1</sup>, Fitriyanti<sup>2</sup>, Sri Astuti<sup>3</sup>, Nopi Anggista Putri<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Program Studi Profesi Bidan, Universitas Aisyah Pringsewu, Indonesia  
\*gcell0114@gmail.com

*Received* 05-06-2023

*Revised* 10-06-2023

*Accepted* 13-06-2023

### ABSTRAK

Berdasarkan laporan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia, ditemukan bahwa sepertiga wanita di dunia (38%) tidak menyusui bayinya karena pembengkakan payudara. Hal ini disebabkan oleh penyempitan duktus laktiferus atau kelenjar yang tidak dikosongkan seluruhnya. Payudara akan terasa perih, panas, perih jika disentuh, tegang, bengkak yang terjadi pada hari ketiga hingga keenam setelah melahirkan. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi pembengkakan payudara adalah dengan menggunakan kompres daun kubis. Penelitian ini merupakan studi kasus dengan subjek tiga orang ibu nifas yang diberikan intervensi kompres daun kubis. Hasil penelitian didapatkan setelah diberikan perlakuan kompres daun kubis. Ternyata pembengkakan payudara pada ketiga ibu tersebut teratasi. Diharapkan kepada tenaga kesehatan khususnya bidan dapat memberikan edukasi kepada ibu nifas yang mengalami pembengkakan payudara untuk melakukan kompres daun kubis untuk mengurangi nyeri yang dirasakan.

**Kata kunci:** Asuhan Berkelanjutan; Bendungan ASI; Kompres Daun Kubis.

### ABSTRACT

*Based on reports from the Indonesian Demographic and Health Survey, it was found that a third of women in the world (38%) did not breastfeed their babies because of breast engorgement. This is caused by narrowing of the lactiferous ducts or glands that are not completely emptied. The breasts will feel sore, hot, painful to touch, tense, swollen which occurs on the third to sixth day after delivery. One effort that can be done to overcome breast engorgement is by using cabbage compresses. This research is a case study with the subject of three postpartum mothers who were given cabbage compress intervention. The results of the study were obtained after being given cabbage compress treatment. It was found that the breast engorgement in the three mothers was resolved. It is hoped that health workers, especially midwives, can provide education to postpartum women who experience breast engorgement to apply cabbage compresses to reduce the pain they feel.*

**Keywords:** Continuing Care; Breast Engorgement; Cabbage Leaf Compress.

### PENDAHULUAN

Asuhan kebidanan komprehensif didefinisikan sebagai pemberian asuhan kebidanan secara terus menerus sejak awal kehamilan hingga masa keluarga berencana. Tujuannya untuk mengidentifikasi potensi masalah dari konsepsi hingga akhir masa nifas (Yulita & Juwita, 2019). Diperkirakan 38% ibu di seluruh dunia (atau sepertiga) memilih untuk tidak menyusui bayi mereka karena pembengkakan payudara, menurut Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia. Sementara itu, 32,3% ibu di Indonesia hanya memberikan ASI kepada bayinya (SDKI, 2016).

Pembengkakan payudara, kadang-kadang dikenal sebagai bendungan ASI, adalah komplikasi menyusui yang umum terjadi pada periode awal postpartum

(setelah melahirkan atau selama menyusui) (Susanto, 2018). Ketika saluran dan kelenjar laktiferus tidak sepenuhnya terkurus, pembengkakan payudara terjadi. Pada hari ke 3–6, saat produksi ASI mencapai puncaknya, ibu baru mungkin menyadari bahwa payudaranya terasa lembut, panas, tidak nyaman saat disentuh, kencang, dan bengkak (Maritalia, 2012). Masalah pembengkakan payudara harus segera ditangani, karena jika tidak ada intervensi yang baik maka akan menyebabkan terganggunya produksi ASI dan proses reabsorpsi yang berhubungan dengan penyapihan dini pada bayi. Peradangan, demam, menggigil, nyeri, kelelahan, abses payudara, dan bahkan septikemia dapat timbul dari mastitis atau infeksi akut pada kelenjar susu (Untari & Purnanto, 2021).

Payudara cenderung membengkak dari hari ketiga hingga keenam setelah melahirkan, saat produksi ASI mencapai puncaknya. Ini adalah kejadian alami. Namun, potensi bendungan ASI tetap ada. Payudara membesar dan nyeri karena penyumbatan pada drainase vena dan limfatik. Produksi susu juga terpengaruh secara negatif karena penyumbatan ini. Payudara terlihat mengkilat, edema dengan daerah eritema difus, dan bayi sulit untuk menghisap ASI (Untari & Purnanto, 2021). Awal menyusui yang terlambat, menyusui singkat, menyusui yang buruk, produksi ASI yang meningkat pesat, dan luka pada puting merupakan faktor risiko pembengkakan payudara. Posisi menyusui yang tidak tepat, bra ketat, dan ibu pascapersalinan yang memilih untuk tidak menyusui karena bayi meninggal atau ibu dengan HIV positif adalah faktor utama terjadinya pembengkakan payudara.

Penghilang rasa sakit (analgesik) seperti parasetamol dan ibuprofen dapat digunakan sebagai bagian dari pengobatan farmakologis simtomatik untuk pembesaran payudara. Produksi susu dapat dihentikan sementara dengan menggunakan pil lynoral tiga kali sehari selama dua sampai tiga hari. Obat anti-inflamasi enzim seperti serrapeptase (danzen), bromelain (2500 unit), dan tablet enzim protease (20.000 unit) (Endah *et al.*, 2016). Akupunktur, perawatan payudara tradisional (kompres panas dicampur dengan pijatan), daun kubis, kompres panas dan dingin bergantian, kompres dingin, dan perawatan ultrasound adalah semua metode non-farmakologis untuk mengurangi pembengkakan payudara (Green, 2015). Merawat payudara setelah melahirkan terbukti dapat mempercepat produksi ASI. Masalah yang terkait dengan menyusui, seperti pembengkakan payudara, juga dapat dihindari dan diobati dengan perawatan payudara yang tepat. Untuk merawat payudaranya dengan baik, seorang ibu harus terlebih dahulu menyiapkan alat dan bahan yang diperlukan, kemudian menghabiskan waktu yang cukup lama untuk mengompres dan memijat payudaranya pada setiap tahapan (Endah *et al.*, 2016).

Kubis dapat ditemukan hampir di mana-mana, murah, dan dapat digunakan dengan berbagai cara. Manfaat kesehatan dan nilai gizi kubis sangat banyak. Vitamin A, C, dan K, bersama dengan fitonutrien kaya antioksidan lainnya, menjadikan kubis sebagai pilihan yang sangat baik untuk pencegahan kanker. Mengompres bagian tubuh yang memar, bengkak, atau nyeri hanyalah salah satu dari sekian banyak cara. Kubis dipercaya dapat menyembuhkan peradangan (Untari & Purnanto, 2021). Asam amino metionin yang berperan sebagai antibiotik, bersama dengan bahan lain seperti

sinigrin (allylisothiocyanate), minyak mustard, magnesium, dan sulfur oxylate heterosides belerang tersebut merupakan kandungan dari *Brassica oleracea var. Capitata* yang dapat membantu memperlebar kapiler dan meningkatkan aliran darah ke area tersebut sehingga memungkinkan tubuh untuk menyerap kembali cairan yang telah dibendung di payudara. Pemberian kompres daun kubis selama 30 menit dapat mengeluarkan gel dingin yang akan menyerap panas dan klien akan merasa lebih nyaman (Maria *et al.*, 2020). Kompres daun kubis untuk pembesaran payudara mudah dilakukan, cukup letakan daun kubis di dalam freezer selama 20 hingga 30 menit sebelum digunakan. Kemudian letakan daun kubis pada payudara yang bengkak selama 30 menit. Dilakukan dua kali selama tiga hari. Kompres daun kubis telah terbukti meminimalkan pembengkakan payudara tanpa efek samping dan dapat meningkatkan durasi menyusui (Maria *et al.*, 2020). Berdasarkan latar belakang tersebut, kegiatan ini bertujuan untuk melakukan Asuhan Kebidanan Berkelanjutan dengan Pemberian Kompres Daun Kubis Terhadap Bendungan ASI pada Ibu Nifas.

## **METODE PELAKSANAAN**

Metode yang dilakukan menggunakan pendekatan studi kasus secara observasional deskriptif. Laporan tugas akhir dilaksanakan di PMB Sri Handayani, S.Tr.Keb Kampung Surabaya Ilir Kecamatan Bandang Surabaya Kabupaten Lampung Tengah. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 3 orang ibu nifas. Intervensi yang diberikan berupa kompres daun kubis dilakukan 2 kali sehari selama 3 hari berturut-turut dengan durasi 30 menit.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan data subjektif pada Ny.S, Ny.A, dan Ny.S post partum 2 jam normal adalah ibu mengeluh perutnya terasa mulas. Hal ini bersifat fisiologis karena rahim mengecil secara alami setelah melahirkan, suatu proses yang disebut involusi (Nugroho *et al.*, 2014). Menurut Kemenkes RI (2020), pelayanan nifas dapat diberikan pada kunjungan KF1 (6-48 jam), KF2 (3 hari-7 hari), KF3 (8 hari-28 hari), dan KF4 (29 hari -42 hari). Hal ini sesuai dengan teori dan kasus. Penulis juga melakukan kunjungan pada masa nifas, dikatakan bahwa kunjungan tersebut dilakukan untuk menilai status ibu dan bayi baru lahir serta mencegah terjadinya masalah atau komplikasi pada keduanya.

Pada pemeriksaan TTV Ny.S, Ny.A dan Ny.S semua dalam batas normal. Pemeriksaan fisik yang didapatkan pada 6 jam postpartum yaitu ASI sudah keluar, TFU 2 jari bawah pusat, 2 hari postpartum uterus kembali ke ukuran sebelum hamil, pada 6 hari postpartum teraba setinggi umbilikus, serta 2 minggu dan 6 minggu postpartum tidak teraba.

Pada Ny.S kunjungan nifas hari ke 4 mengatakan bengkak dan sakit pada payudara dengan SPES skor 5. Pada kunjungan hari ke 8, ibu mengatakan bengkak pada payudara sudah teratasi dan pada kunjungan nifas hari ke 29 dan 40 ibu mengatakan sudah tidak ada keluhan. Pada Ny. A kunjungan nifas hari ke 4, ibu

mengatakan bengkak pada payudara dengan skor SPES 5. Pada nifas hari ke 8 ibu mengatakan bengkak sudah teratasi dengan skor SPES 0. Pada nifas hari ke 29 dan 40 ibu sudah tidak ada keluhan. Pada Ny. S nifas hari 4 mengeluh bengkak pada payudara dengan skor SPES 5. Pada nifas hari ke 8 nyeri payudara sudah teratasi dan pada nifas hari ke 29 dan 40 ibu sudah tidak ada keluhan. Ny.S, Ny.A, dan Ny.S mengeluh nyeri pada daerah sekitar payudara. Menurut Dhyva Maulida (2020) untuk menentukan tingkatan nyeri pada payudara digunakan skoring SPES.

Berdasarkan data subjektif tersebut dapat ditegakan diagnosa kebidanan yaitu Ny.S P1A0 postpartum hari ke 4 dengan bendungan ASI. Diagnosa pada Ny.A P1A0 postpartum hari ke 4 dengan bendungan ASI. Serta diagnosa yang didapatkan pada Ny.S P1A0 postpartum hari ke 4 dengan bendungan ASI. Penatalaksanaan yang diberikan pada 6 jam postpartum yaitu memberikan penjelasan tentang mobilisasi dini, tanda bahaya masa nifas, mengajarkan personal hygiene genital, dan konseling untuk memenuhi kebutuhan nutrisi. Hal ini sudah sesuai dengan teori.



**Gambar 1.** Pemberian Kompres Daun Kubis hari Pertama pada Ny.S

Penatalaksanaan nyeri dan bengkak payudara terhadap Ny.S diberikan asuhan komplementer dengan memberikan kompres daun kubis yang telah dimasukan freezer 20-30 menit sebelum prosedur, dikompreskan ke payudara ibu 2 kali sehari selama 30 menit seperti pada gambar 1. Pada kunjungan nifas (KF3) dilakukan evaluasi dan monitoring terhadap terapi yang diberikan. Hasil evaluasi skala pembengkakan pada hari ke 8 untuk Ny.S skala pembengkakan 0 yang berarti nyeri pada payudara sudah teratasi. Hal ini sesuai dengan penelitian Rohmah *et al* (2019), yang menemukan bahwa kompres daun kubis efektif dalam menurunkan nyeri pembengkakan payudara. Bukti lebih lanjut bahwa kompres daun kubis bermanfaat dalam mengatasi pembengkakan payudara berasal dari penelitian oleh Rahmayana *et al* (2022).



**Gambar 2.** Pemberian Kompres Daun Kubis hari Pertama pada Ny.A

Gambar 2 menjelaskan bahwa Ny.A diberikan asuhan komplementer berupa kompres daun kubis yang telah dimasukan freezer 20-30 menit, kemudian dikompreskan ke payudara yang mengalami pembengkakan sebanyak 2 kali sehari selama 30 menit. Pada kunjungan nifas (KF3) dilakukan evaluasi dan monitoring terhadap terapi yang diberikan. Hasil evaluasi skala pembengkakan pada hari ke 8 untuk Ny.A skala pembengkakan 0 yang berarti nyeri pada payudara sudah teratasi.



**Gambar 3.** Pemberian Kompres Daun Kubis hari Pertama pada Ny.S

Gambar 3 menjelaskan bahwa Ny.S diberikan asuhan komplementer berupa kompres daun kubis yang telah dimasukan freezer 20-30 menit, kemudian dikompreskan ke payudara yang mengalami pembengkakan sebanyak 2 kali sehari selama 30 menit. Pada kunjungan nifas (KF3) dilakukan evaluasi dan monitoring terhadap terapi yang diberikan. Hasil evaluasi skala pembengkakan pada hari ke 8 untuk Ny.A skala pembengkakan 0 yang berarti nyeri pada payudara sudah teratasi.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Berdasarkan pengkajian data subjektif dan objektif pada ketiga klien didapatkan hasil secara keseluruhan sudah dilakukan asuhan pada Ny.S, Ny.A, dan Ny.S ditemukan keluhan payudara terasa sangat keras/tegang dan terasa nyeri. Pada Ny.S, Ny.A, dan Ny.S tidak ditemukan masalah dari kehamilan, persalinan, bayi dan KB. Masalah kebidanan ditemukan pada masa nifas yaitu nifas normal dengan bendungan ASI/Pembengkakan payudara.

Penatalaksanaan yang dilakukan untuk penanganan Bendungan ASI pada Ny.S, Ny.A, dan Ny.S adalah pemberian kompres daun kubis. Hasil evaluasi dari pemberian kompres daun kubis pada Ny.S, Ny.A, dan Ny.S yaitu bengkak pada payudara dapat teratasi. Berdasarkan teori dan praktik tidak terjadi kesenjangan antara kasus dan teori, karena Pemberian kompres daun kubis pada Ny.S, Ny.A, dan Ny.S sejalan dengan teori dan *Evidence Based*. Kesimpulan dari asuhan kebidanan yang diberikan berupa kompres daun kubis mampu mengatasi keluhan bengkak dan nyeri pada payudara sesuai dengan Evidence Based.

### Saran

Diharapkan penelitian selanjutnya dapat memberikan intervensi non farmakologi terbaru selain kompres daun kubis untuk mengatasi bendungan asi/pembengkakan payudara pada ibu nifas.

## DAFTAR PUSTAKA

- Green. (2015). Perawatan Payudara Dengan Kubis dan Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal Kebidanan Poltekkes Kemenkes Manado*, 4(2).
- Maria, R. D., Armi, Y., & Liana, T. R. (2020). Cold Compression Of Cabbage Leaves (Brassica Oleracea Var Capitata) On Breast Engorgement. *Blossom: Journal of Midwifery*, 3(3), 8–15. <https://doi.org/10.35730/blsm.v3i3.802>
- Maritalia, D. (2012). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Pustaka Pelajar.
- Nugroho, T., Nurrezki, Warnaliza, D., & Wilis. (2014). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas (askeb 3)*. Nuha Medika.
- Rahmayana, R., Mulyatina, & Fauziyah. (2022). Pengaruh Pemberian Kompres Daun Kubis Terhadap Pembengkakan Payudara Pada Ibu Pospartum di Wilayah Kerja Puskesmas Banda Raya Kota Banda Aceh. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 8(2), 694–702.
- 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 *Website : <http://strada.ac.id/jqwh> | Email : [jqwh@strada.ac.id](mailto:jqwh@strada.ac.id) Journal for Quality in Women ' s Health*. 2(2), 23–30. <https://doi.org/10.30994/jqwh.v2i2.34>
- Susanto, A. V. (2018). *Asuhan Kebidanan Nifas & Menyusui*. Pustaka Baru Press.
- Untari, S., & Purnanto, N. T. (2021). Pengaruh Pemberian Kompres Daun Kubis (Brassica Oleracea Var.Capitata) Pada Ibu Nifas Dengan Nyeri Bendungan Asi.

*Journal of TSCNers*, 6(2), 48–55.

Yulianti, E., & Et al. (2016). Uji Efektivitas Daun Kubis Untuk Menurunkan Pembengkakan Payudara. *Jurnal Kesehatan*, 26(2), 104–111.

Yulita, N., & Juwita, S. (2019). Analisis Pelaksanaan Asuhan Kebidanan Komprehensif (Continue Of Care / COC) Di Kota Pekanbaru. *JOMIS (Journal of Midwifery Science)*, 3(2), 80–83.