

**PENGARUH KOMPRES DAUN KUBIS (*Brassica Oleracea Var. Capitata*)
TERHADAP PEMBENGKAKAN PAYUDARA (*Breast Engorgement*)
PADA IBU NIFAS
(*Influence Of Cabbage Leaf Compress (Brassica Oleracea Var. Capitata) To Breast
Engorgement In Post Partum*)**

Lidia Widia, Delia Ayu Putri Pangestu

Email : Lidia_cantika30@yahoo.com, dayu66977@gmail.com

ABSTRACT

From interview 10 postpartum mothers obtained 7 post partum mothers experiencing breast engorgement which is cause lack of mother's knowledge of care breast engorgement. Cabbage leaf compress is a therapy to decrease breast engorgement. The purpose of this study to determine whether is an Influence Of Cabbage Leaf Compress To Breast Engorgement.

The design of study was Quasy Experimental with Pre And Post Test Without Control. The Sample in study was 11 Postpartum mothers using accidental sampling technique.

The result of study was Sign Test obtained P value 0,002 <0,005 it means that there was influence between leaf cabbage compress to decrease of breast engorgement

The conclusion of this research there was influence between leaf cabbage compress to decrease of breast engorgement. It is expected that postpartum women who have breast engorgement to compress the leaves of cabbage .

Keywords : Leaf Cabbage Compress, Breast Engorgement.

PENDAHULUAN

Menyusui adalah proses pemberian Air Susu Ibu (ASI) kepada bayi sejak lahir sampai berusia 2 tahun, jika bayi diberikan ASI saja sampai usia 6 bulan tanpa menambahkan dan mengganti dengan makanan atau minuman lainnya merupakan proses menyusui *eksklusif* (WHO, 2010).

Pembengkakan payudara perlu penanganan dan perhatian karena payudara bengkak menunjukkan adanya bendungan ASI hal tersebut dapat menyebabkan 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 (Deswani, 2014).

Millenium Development Goals (MDG's) terkait pengurangan *prevalensi* kekurangan gizi tahun 2010 – 2014, bayi 0 – 6 bulan yang diberikan ASI *eksklusif* pada tahun 2010 ditargetkan sebesar 65% dan tahun 2011 sebesar 67% kemudian menjadi 100% untuk tahun 2014 (Bappenas, 2011).

Pemberian ASI pada bayi diharapkan mampu untuk mewujudkan pencapaian target *Sustainable Development Goals* (SDG's) ke-3 target ke-2 yaitu pada tahun 2030 mengakhiri kematian bayi dan balita yang dapat dicegah, dengan seluruh negara berusaha menurunkan Angka Kematian *Neonatal* setidaknya hingga

12 per 1.000 Kelahiran Hidup. (Bappenas, 2011).

Menurut WHO dan UNICEF (2012) laporan anak dunia pada tahun 2011 yaitu dari 136,7 juta bayilahir diseluruh dunia dan hanya 32,6% dari mereka yang disusui secara *eksklusif* dalam 6 bulan pertama, sedangkan di Negri Industri, bayi yang tidak diberi ASI *eksklusif* lebih besar meninggal dari pada bayi yang diberikan ASI *eksklusif*. Sementara di negara berkembang hanya (39%) ibu ibu yang memberikan ASI *Eksklusif* (Yesica, 2010).

Menurut Kemenkes RI (2014), menyatakan bahwa persentase pemberian ASI *Eksklusif* pada bayi 0-6 bulan di Indonesia pada tahun 2012 yaitu sebesar 48,6%. Pada tahun 2013 yaitu 54,3% sedikit meningkat dibandingkan dengan tahun sebelumnya. Walaupun sudah mengalami peningkatan, namun angka tersebut jelas masih dibawah target nasional yang diharapkan dalam mencapai tujuan peningkatan pemberian ASI *Eksklusif* yang seharusnya mencapai angka 80%.

Menurut Kemenkes RI (2014), menyatakan bahwa persentase pemberian ASI *Eksklusif* pada bayi 0-6 bulan di Kalimantan Selatan pada tahun 2016 yaitu sebesar (30,9%) angka tersebut masih dibawah target nasional yang diharapkan dalam mencapai tujuan peningkatan pemberian ASI *eksklusif*.

Menurut data dari Dinas Kesehatan Tanah bumbu pada tahun 2017 didapatkan jumlah bayi laki-laki maupun bayi perempuan sebanyak 4300 bayi, yang diberi ASI *Eksklusif* hanya 1.787 atau sebanyak 41,56% sedangkan target yang harus dicapai yaitu 80% bayi yang harus mendapat ASI *eksklusif* (Dinkes Kabupaten Tanah Bumbu, 2017).

Pada tanggal 18 Februari 2019 peneliti mewawancarai 10 orang ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Batulicin terdapat 7 orang ibu nifas yang mengalami pembengkakan payudara yang di sebabkan karena faktor ibu *postpartum* menunda untuk memberikan ASI karena berbagai alasan, sedangkan 3 orang ibu *postpartum* yang tidak mengalami pembengkakan payudara. Hal ini berarti masih rendahnya tingkat pengetahuan ibu tentang perawatan pembengkakan payudara pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Batulicin.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk mengetahui efektifitas kompres daun kubis untuk mengurangi pembengkakan payudara pada ibu nifas.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas batulicin. Proses penelitian dilakukan mulai dari bulan Februari – Mei 2019.

Desain penelitian dalam penelitian ini adalah *Quasi eksperiment* dengan rancangan yang digunakan adalah rancangan *pre and post test design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas yang mengalami pembengkakan payudara pada bulan Februari – Mei yaitu berjumlah 11 responden.

Adapun pengambilan sampel dalam penelitian ini berdasarkan perhitungan rumus yang mana sampel memiliki *kriteria inklusi* dan *kriteria eksklusif*.

Adapun *instrument* pengumpulan data pada kompres daun kubis yaitu menggunakan timbangan sedangkan *instrument* pada pembengkakan payudara menggunakan lembar *Kuisisioner*.

Analisis penelitian terdiri dari analisis *univariat* dan *bivariat*, untuk menguji hipotesis menggunakan uji *sign test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Pembengkakan payudara ibu nifas wilayah kerja Puskesmas Batulicin Kabupaten Tanah Bumbu.

No	Pre Test	Frekuensi	Presentase
1	Mengalami Pembengkakan	11	100 %
2	Tidak Mengalami Pembengkakan	0	0 %
Total		11	100%

Berdasarkan tabel 5.5 di atas diketahui bahwa sebelum diberikan kompres daun kubis (*Brassica Oleracea Var. Capitata*) seluruhnya (100%) dari responden mengalami pembengkakan payudara.

Tabel 5.6 Distribusi Frekuensi pembengkakan payudara pada ibu nifas wilayah kerja Puskesmas Batulicin Kabupaten Tanah Bumbu.

No	Post Test	Frekuensi	Presentase
1	Bengkak	1	9 %
2	Tidak Bengkak	10	91 %
Total		11	100%

Berdasarkan tabel 5.6 diketahui bahwa sesudah kompres daun kubis (*Brassica Oleracea Var. Capitata*) hampir seluruhnya (91%) dari responden tidak mengalami pembengkakan payudara dan sebagian kecil (9%) dari responden mengalami pembengkakan payudara di wilayah kerja Puskesmas Batulicin Kabupaten Tanah Bumbu.

Tabel 5.7 Analisis Hasil Penelitian pengaruh kompres daun kubis (*Brassica Oleracea Var. Capitata*) terhadap pembengkakan payudara ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Batulicin Kabupaten Tanah Bumbu.

No	Pembengkakan payudara	kompres Daun Kubis				P value
		B		TB		
		F	(%)	F	(%)	
1	Sebelum	11	100 %	1	9%	0,002 (<0,05)
2	Sesudah	0	0 %	10	91 %	
Total		11	100%	11	100%	

Berdasarkan tabel 5.7 diatas bahwa sebelum kompres daun kubis (*Brassica Oleracea Var. Capitata*) seluruhnya (100%) dari responden mengalami pembengkakan payudara. Setelah diberikan kompres Kompres Daun Kubis (*Brassica Oleracea Var. Capitata*) diketahui bahwa responden hampir seluruhnya (91%) dari reponden tidak mengalami pembengkakan payudara dan sebagian kecil (9%) dari responden yang mengalami pembengkakan payudara.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 5.7 di wilayah kerja Puskesmas Batulicin Kabupaten Tanah Bumbu. Pada awal sebelum diberikan Kompres Daun Kubis (*Brassica Oleracea Var. Capitata*) diketahuibahwa seluruh responden (100%) mengalami pembengkakan payudara.

Pembengkakan dan nyeri pada tubuh merupakan reaksi tubuh terhadap infeksi penyakit atau gangguan dari luar. Kubis yang biasanya dijadikan sayuran atau lalapan ini juga dapat dimanfaatkan untuk mengatasi dan meringankan nyeri dan bengkak yang dialami karena memiliki zat anti oksidan yang tinggi dalam vitamin C. (Pracaya, 2012).

Perawatan payudara menggunakan kompres daun kubis tersebut merupakan suatu tindakan untuk merawat payudara terutama pada masa nifas (masa menyusui) untuk mengurangi pembengkakan payudara, apabila perawatan payudara dengan kompres daun kubis dilakukan dengan baik maka pembengkakan payudara akan berkurang. Langkah-langkah dalam melakukan perawatan payudara yang baik adalah kompres payudara dengan kubis yang segar dan sudah dicuci menggunakan air mengalir selama 30 menit, lakukan sebanyak 3 kali sehari dalam 4 hari (Deswani,2014).

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 5.5 di wilayah kerja Puskesmas Batulicin Kabupaten Tanah Bumbu diketahui bahwa sebagian besar (91%) responden tidak mengalami pembengkakan payudara sesudah diberikan Kompres Daun Kubis (*Brassica Oleracea Var. Capitata*) dan sebagian kecil (9%) responden mengalami pembengkakan payudara.

Pembengkakan dan nyeri pada tubuh merupakan reaksi tubuh terhadap infeksi penyakit atau gangguan dari luar. Kubis yang biasanya dijadikan sayuran atau lalapan ini juga dapat dimanfaatkan untuk mengatasi dan meringankan nyeri dan bengkak yang dialami karena memiliki zat antioksidan yang tinggi dalam vitamin C.

Tingginya kandungan vitamin C dalam kubis dapat mencegah timbulnya skorbut (*scurvy*). Adanya zat *anthocyanin* menyebabkan warna kubis dapat berubah menjadi merah. Kandungan zat aktifnya, *sulforafan* dan *histidine* dapat menghambat pertumbuhan tumor, mencegah kanker kolon dan rektum, detoksikasi senyawa kimia berbahaya, seperti kobalt, nikel dan tembaga yang berlebihan di dalam tubuh, serta

meningkatkan daya tahan tubuh untuk melawan kanker. Kandungan asam amino dalam sulfurnya juga berkhasiat menurunkan kadar kolesterol yang tinggi, penenang saraf dan membangkitkan semangat (Harjono, 2015).

Pengaruh kompres daun kubis (*Brassica Oleracea Var. Capitata*) terhadap pembengkakan payudara pada ibu nifas. Berdasarkan tabel 5.6 diatas bahwa sebelum diberikan kompres daun kubis (*Brassica Oleracea Var. Capitata*) seluruh responden (100%) mengalami pembengkakan payudara, setelah diberikan kompres daun kubis diketahui bahwa responden hampir seluruhnya (91%) tidak mengalami pembengkakan payudara, sebagian kecil (9%) mengalami pembengkakan payudara.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hayati Fauziah, (2014) yang menyatakan bahwa bahwa nilai atau angka *significancy* dengan uji *Mann Whitney* yaitu 0,000 oleh karena nilai $p < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan bermakna antara pembengkakan payudara pada kelompok intervensi yang disupervisi dan pembengkakan.

Uji yang digunakan adalah uji tanda (*uji sign*) didapatkan nilai *pvalue* (*Exact. Sign/2 tailed*) 0,002 ($< 0,005$) artinya terdapat perbedaan yang signifikan pembengkakan payudara sebelum dan sesudah diberikan kompres daun kubis (*Brassica Oleracea Var. Capitata*), oleh karena itu H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti ada pengaruh pemberian kompres daun kubis terhadap pembengkakan payudara ibu nifas. uji tanda (*uji sign*) digunakan untuk menguji beda rata-rata dua kelompok sampel berpasangan misalkan ada dua kelompok uji terkait sebut Xa dan Xb.

Hal ini disebabkan karena diberi kompres daun kubis (*Brassica Oleracea Var. Capitata*), setidaknya setelah mereka mendapatkan terapi kompres dengan daun kubis dapat mengurangi pembengkakan payudara. Hal ini didukung oleh teori dari (Deswani, 2014).

Manfaat daun kubis sebagai antioksidan alami untuk ibu nifas. Hal ini dibuktikan dengan pembengkakan payudara pada ibu nifas saat sebelum diberikan kompres daun kubis (*Brassica Oleracea Var. Capitata*) berjumlah 11 responden mengalami pembengkakan payudara dan setelah di berikan kompres daun kubis responden yang mengalami pembengkakan payudara yaitu sebanyak 1 orang dan yang tidak mengalami pembengkakan payudara sebanyak 10 orang.

Penelitian yang dilakukan Nengah Runiari, et, al (2016), dengan judul Pengaruh Pemberian Kompres Panas Terhadap *Intensitas* Nyeri Pembengkakan Payudara Pada Ibu *Postpartum* Di Wilayah Kerja Puskesmas Pembantu Dauh Puri. Berdasarkan uji statistik non *parametrik*, yaitu uji analisis *Mann Whitney Test*, dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$). Setelah dilakukan uji analisis didapatkan hasil nilai P sebesar 0,043 atau lebih kecil dibandingkan α ($p < 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian kompres panas terhadap intensitas nyeri pembengkakan payudara ibu *postpartum*.

Persamaan pada penelitian ini terletak pada *variabel dependen* yaitu kelancaran pembengkakan payudara, sedangkan perbedaan terletak pada uji yang digunakan, penelitian terdahulu menggunakan *uji chi square* sedangkan

peneliti sekarang menggunakan *uji tanda (sign test)*.

Menurut peneliti responden yang diberikan kompres daun kubis sebagian besar tidak mengalami pembengkakan payudara. Tingkat pembengkakan payudara responden sebelum diberikan kompres payudara responden sebagian besar mengalami pembengkakan payudara, selanjutnya setelah hasil tersebut di analisis dengan *uji tanda (sign test)* berdasarkan perhitungan menggunakan *software komputer* didapatkan nilai *P value (Exacte. Sig/ 2tailed)* 0,002 ($< 0,05$) artinya terdapat perbedaan pembengkakan payudara sebelum dan sesudah diberikan kompres daun kubis, oleh karena itu H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti ada pengaruh kompres daun kubis terhadap pembengkakan payudara pada ibu nifas.

IMPLIKASI

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Sebelum diberikan intervensi kompres daun kubis didapatkan seluruhnya (100 %) mengalami pembengkakan payudara
2. Sesudah diberikan intervensi kompres daun kubis sebagian besar (91%) tidak mengalami pembengkakan payudara dan sebagian kecil (9%) mengalami pembengkakan payudara.
3. Ada pengaruh kompres daun kubis (*brassica oleracea var. Capitata*) terhadap pembengkakan payudara (*breast engorgement*) pada ibu nifas.

SARAN

1. Bagi Puskesmas Batulicin
Diharapkan Puskesmas Batulicin dapat menerapkan terapi Kompres Daun Kubis (*Brassica Oleracea Var. Capitata*) Terhadap Pembengkakan Payudara (*Breast Engorgement*) Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Batulicin Kabupaten Tanah Bumbu.
2. Bagi STIKES Darul Azhar Batulicin
Diharapkan agar menambahkan referensi wacana terapi nonfarmakologis salah satunya teknik pengompresan daun kubis terhadap pembengkakan payudara pada ibu nifas.
3. Bagi Responden
Hasil penelitian ini diharapkan dapat diaplikasikan pada masa nifas berikutnya jika mengalami pembengkakan payudara.
4. Bagi Peneliti Selanjutnya
Diharapkan peneliti selanjutnya dapat melakukan pengawasan secara intensif terhadap faktor yang dapat menurunkan atau meningkatkan pembengkakan payudara seperti respon fisiologis setiap responden selain itu, serta dapat menambah jumlah responden sehingga hasil penelitian maksimal.
5. Bagi Tenaga Kesehatan
Diharapkan kepada tenaga kesehatan kompres daun kubis dapat di aplikasikan kepada ibu nifas yang mengalami pembengkakan payudara.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, S. (2012). *Perkembangan Dan Konsep Dasar Anak Usia Dini*. Tangerang Selatan : Universitas Terbuka.
- Anggraini, Y. (2010). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Salemba Medika : Yogyakarta.
- Astuti,I D. Kurniawati,T. (2011). *Analisa Hubungan Pengaruh Cara Menyusui dengan Kejadian Payudara Bengkak Pada Ibu Post Partum*. Jurnal Kebidanan
- Badan Pusat Statistik (2013). *Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) 2012*. Jakarta : Badan Pusat Statistik.
- BAPPENAS. (2011). *Rencana Aksi Nasional Pangan dan Gizi 2011-2015*. Diakses pada tanggal 10 Maret 2018, <http://www.4shared.com/get/145gBOZ/Rencanaaksi-NasionalPangan>.
- Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan. *Profil kesehatan kalimantan selatan 2016*. Diakses pada tanggal 9 maret 2019, dari <http://www.depkes.go.idresource/download?pusdatin/profil-kesehatan-provinsi2016/22Profil.Kes.Prov.Kalimantan Selatan.2016.pdf>
- Deswani, Dkk. 2014 . *Efek Plasebo Kompres Daun Kol Dalam Mengatasi Bendungan Asi Pada IbuPostpartum*. Diakses pada tanggal 2 Maret 2018, http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:n0do_8gOEB4J:ejurnal.poltekkesjakarta3.ac.id/index.php/JKEP/article/view/33/27+&cd=1&hl=id&ct=clnk&gl=id
- Dharma, K.K. (2011). *Metodologi Penelitian Keperawatan: panduan melaksanakan dan menerapkan hasil penelitian*. Jakarta: Trans InfoMedia
- Harjono, I. 2015. *Kubis Bunga*. C.V.Aneka. Solo.

- Hayati, Fauziah. 2014. *Efektivitas supervised Breast Care Terhadap Pencegahan Pembengkakan Payudara pada Ibu nifas Di Rumah Sakit Wilayah Kecamatan Pontianak Selatan*. Diakses pada 3 Maret 2018, <http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:AzGzqrScyNIJ:jurnal.untan.ac.id/index.php/jmkeperawatanFK/article/view/11394+&cd=1&hl=id&ct=clnk&gl=id>
- Dinas Kesehatan Tanah Bumbu. *Cakupan Asi Eksklusif*. Tanah Bumbu 2018
- Kemendes RI. 2016. *Data Dan Informasi Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta. Kemendes RI
- Nengah, Runiari, et, al. 2016. *Pengaruh Pemberian Kompres Panas Terhadap Intensitas nyeri Pembengkakan Payudara pada Ibu Postpartum di Wilayah kerja puskesmas pembantu Dauh Puri*. Diakses pada 3 Maret 2018, http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:SnVDFxCZkisJ:www.academia.edu/10502703/PENGARUH_PEMBERIAN_KOMPRES_PANAS_TERHADAP_INTENSITAS_NYERI_PEMBENGKAKAN_PAYUDARA_PADA_IBU_POST_PARTUM_DI_WILAYAH_KERJA_PUSKESMAS_PEMBANTU_DAUH_PURI+&cd=2&hl=id&ct=clnk&gl=id
- Notoadmodjo, S. (2010). *Metode Penelitian Kesehatan*. Pt.Rineka Cipta : Jakarta
- Pracaya. 2012. *Kol Alias Kubis*. Penebar Swadaya. Jakarta.
- Rutiani, C. 2015 *Gambaran Bendungan Asi Berdasarkan Karakteristik Pada Ibu Nifas Dengan Seksio Sesarea Di Rumah Sakit Umum Tingkat Iv Sariningsih Bandung*. Universitas Pendidikan Indonesia. Diakses pada 3 Maret 2018, dari http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:mS3H8QaBQXsJ:repository.upi.edu/15623/1/Ta_JKR_1205791_Abstract.pdf+&cd=2&hl=id&ct=clnk&gl=id
- Saleha, S. (2010). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Salemba : Jakarta
- Saryono. (2013). *Pengantar Metodologi Penelitian Untuk Ilmu Kesehatan* Uns Press. Pp: 71-6 : Surakarta
- Yesica Siallagan, et, al. 2010. *Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi Di Kelurahan Bantan Kecamatan Medan Tembung Tahun 2010*. Diakses pada 1 Maret 2018, <https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:pP-HujM0w4MJ:https://jurnal.usu.ac.id/gkre/article/view/3646+&cd=1&hl=id&ct=clnk&gl=ids>