STUDI LITERATUR : PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES DAUN KUBIS (KOL) DINGIN TERHADAP PENURUNAN PEMBENGKAKAN PAYUDARA PADA IBU POST PARTUM

JURNAL

FITRI R.MAGARIBU
Nim: C01416029

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GORONTALO
GORONTALO
2020

Jurnal Zaitun **ISSN: 2302-5691**

Universitas Muhammadiyah Gorontalo

STUDI LITERATUR : PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES DAUN KUBIS (KOL) DINGIN TERHADAP PENURUNAN PEMBENGKAKAN PAYUDARA PADA IBU POST PARTUM

Fitri R. Magaribu[1], Harismayanti[2], Ani Retni[3][,2,3)] Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gorontalo fitrirmagaribu@gmail.com

ABSTRACT

Physiological complications that can occur during postpartum include breast engorgement caused by the accumulation of venous and lymphatic blood vessels in the breast. Swelling of the breasts can be treated by compressing the leaves of cold cabbage. The aim of this research was to analyze the literature related to the effect of applying cold cabbage leaves (cabbage) compresses to a decrease in breast swelling in partum mother. Methods: This study used a literary study, literature search used an electronic database Google Scholar, one search Indonesia and Pubmed, with the keywords cabbage leaf compress, Breast Swelling and Postpartum. The literature that fulfills these criteria includes the period of 2016-2020, full text, Indonesian, English and not a review literature on the effect of cold compress leaves (cabbage) on a decrease in breast swelling in partum mother, then extracted and analyzed in as many as 8 journals. The results of the study: In 8 journals, there were differences in the scale of the swelling of the breasts before and after the cold compress leaves (cabbage). In conclusion, there was an effect of giving cold cabbage leaves on a reduction in breast swelling in partum mother.

Keywords: Cold Cabbage Leaves Compress, Breast Swelling, Postpartum

ABSTRAK

Latar Belakang: Komplikasi fisiologis yang dapat terjadi selama *post partum* diantaranya pembengkakan payudara yang disebabkan terkumpulnya pembuluh darah vena dan limfatik pada payudara. Pembengkakan payudara dapat diatasi dengan kompres daun kubis dingin. Tujuan untuk menganalisis literature, terkait dengan pengaruh pemberian kompres daun kubis (kol) dingin terhadap penurunan pembengkakan payudara pada ibu *post partum*. Metode: Penelitian ini menggunakan studi literatur, pencarian literature menggunakan database elektronik *google cendekia, one search Indonesia* dan *Pubmed*, dengan kata kunci Kompres Daun kubis, Pembengkakan Payudara dan *Post partum*. Literatur yang memenuhi kriteria inklusi berupa jangka waktu 2016-2020, *full text*, berbahasa Indonesia, berbahasa Inggris serta bukan literatur review bertema pengaruh kompres daun kubis (kol) dingin terhadap penurunan pembengkakan payudara pada ibu *post partum*, kemudian diambil untuk diekstraksi dan dianalisis sebanyak 8 jurnal. Hasil penelitian: Pada 8 jurnal menunjukkan terdapat perbedaan skala pembengkakan payudara sebelum dan sesudah diberikan kompres daun kubis (kol) dingin. Kesimpulan: Ada pengaruh pemberian komres daun kubis (kol) dingin terhadap penurunan pembengkakan payudara pada ibu *post partum*.

Kata Kunci: Kompres daun kubis dingin, pembengkakan payudara, *post partum*

PENDAHULUAN

Persalinan yang sehat merupakan harapan untuk setiap calon ibu yang diawali dengan kehamilan yang sehat sampai kepada perawatan *post partum*. Oleh sebab itu, perawatan dalam masa *post partum* dibutuhkan agar kesehatan ibu dapat terpelihara dan terjaga. Selama masa *post partum*, seorang ibu akan mengalami perubahan-perubahan fisik dan psikologis. Perubahan ini membutuhkan kesiapan ibu agar proses perubahan selama fase 6 minggu pertama dapat kembali ke kondisi normal sebelum kehamilan (Pulungan, dkk, 2020).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2018 setiap hari 830 per 100.000 kelahiran hidup, ibu di dunia meninggal akibat penyakit atau komplikasi terkait kehamilan dan persalinan. Indonesia berada pada urutan kedua setelah Negara Laos sebanyak 305 jiwa per 100.000 jelahiran hidup. Ibu meninggal karena komplikasi yang tidak ditangani dengan baik dan tepat waktu. Sekitar 15% dari kehamilan dan persalinan mengalami komplikasi 85% (Kemenkes RI, 2019).

Menurut Riskesdas Provinsi Gorontalo Tahun 2018 jenis gangguan atau komplikasi masa *post partum* pada perempuan 10-54 tahun untuk komplikasi payudara bengkak berada pada urutan kedua yaitu sebesar 5,75%. Komplikasi payudara bengka pada masa *post partum* tertinggi berdasarkan karakteristik yaitu usia ibu 45-49 tahun sebesar 14,42%, pendidikan ibu tidak taman SLTA/SMA sebesar 7,44% dan tinggal di pedesaan sebesar 6,71% (Kemenkes RI, 2018).

Bengkak pada payudara dapat diatasi dengan menyusui bayi segera setelah lahir, posisi dan pelekatan bayi sudah benar, menyusui sesuka bayi hingga melepas payudara dengan sendirinya, kompres dingin dan hangat, mandi air hangat, kompres daun kubis dingin dan pijat (GIM, 2019).

Menurut peneliti, berdasarkan penelitian Rofiah dan Ariescha kompres daun kubis dapat menurunkan pembengkakan payudara dengan frekuensi, durasi dan cara pemberian yang berbeda pada setiap pemberian kompres daun kubis. Pada penelitian Ariescha, dkk dilakukan sekitar 20-30 menit yang diulangi empat kali setiap 6 jam selama 2 hari dengan menempelkan daun kubis pada payudara sampai daun menjadi layu. Sedangkan, penelitian Rofiah diberikan sekitar 20 menit yang diulangi empat kali selama 2 hari dengan daun kubis dihaluskan dengan air 2 ml hingga lembut, kemudian dibalurkan ke payudara kecuali areola dan putting. Walaupun, kedua cara pemberian berbeda pada penelitian tersebut, tetapi kompres daun kubis dapat menurunkan pembengkakan payudara pada ibu *post partum*.

Dari data yang didapatkan dari berbagai sumber diatas, maka sangat penting untuk dilakukan penelitian tentang Pembengkakan Payudara Pada Ibu *Post*

partum, karena komplikasi *post partum* berisiko menyebabkan mastitis. Maka peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai "Pengaruh Pemberian Kompres Daun Kubis Dingin Terhadap Penurunan Pembengkakan Payudara Pada Ibu *Post Partum*" dalam bentuk studi literatur.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan studi literatur yang mencoba menggali tentang pengaruh pemberian kompres daun kubis terhadap penurunan pembengkakan payudara pada ibu *post partum*. Dalam melakukan pencarian studi literatur ini dapat mencari data base (mengunakan Google Cendekia, Pubmed, Indonesia *One Search*) yang berhubungan dengan Pengaruh pemberian kompres daun kubis dingin terhadap penurunan pembengkakan payudara pada ibu *post partum*.

HASIL PENELITIAN

Dari hasil pencarian literatur yang diperoleh jurnal yang terkait dengan pengaruh pemberian kompres daun kubis (kol) dingin terhadpa penurunan pembengkakan payudara yaitu:

1. Efektivitas Kompres Daun Kubis (*Brassica Oleraceavar. Capitata*) dan *Breast Care* Terhadap Pengurangan Pembengkakan Payudara (Sari, dkk, 2020).
2. Pengaruh Pemberian Kompres Daun Kubis Dingin Terhadap Skala Pembengkakan Payudara Pada Ibu Postpartum dengan *Engorgement* Di Kecamatan Bergas (Astutik, 2016).
3. Perbedaan Efektifitas Daun Kubis Dingin (*Brassica Oleracea Var. Capitata*) dengan Perawatan Payudara dalam Mengurangi Pembengkakan Payudara (*Breast Engorgement*) Di Kabupaten Pekalongan (Zuhana, 2017).
4. Pengaruh Kompres Daun Kubis Dingin Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri dan Pembengkakan Payudara Ibu Postpartum (Dewiani dan Purnama, 2018).
5. 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 (Damayanti, dkk, 2020).
6. Pengaruh Kompres Kubis Dingin Terhadap Kenyamanan Ibu Postpartum dengan Pembengkakan Payudara Di Puskesmas Sibela Surakarta (Wulandari, dkk, 2018)

7. *Apllication of Cabbage Leaves Compared to Gel Packs for Mothers with Breast Engorgement: Randomised Controlled Trial* (Wong et al. 2017).
8. *Effectiveness of Chilled Cabbage Leaf Application on Breast Engorgement among Postpartum Women's* (Sharma, 2018).

PEMBAHASAN

Penelitian Sari, dkk (2020) membandingkan kelompok intervensi (kompores daun kubis dingin yang dilakukan penempelan kubis selama 30 menit) dan kelompok kontrol (*breast care*) untuk menurunkan skala pembengkakan payudara yang diukur dengan instrumen *checklist* skala pembengkakan payudara. Pada kelompok intervensi, didapatkan skala pembengkakan payudara sebelum diberikan kompres daun kubis dingin rata-rata 5,5 dengan skala terendah 5 dan tertinggi 6. Sedangkan, setelah diberikan kompres daun kubis dingin rata-rata 1,4 dengan skala terendah 1 dan tertinggi 2. Pada kelompok kontrol sebelum diberikan *breast care* rata-rata 5,6 dengan skala terendah 5 dan tertinggi 6. Sedangkan, setelah diberikan intervensi rata-rata 2,8 dengan skala terendah 2 dan tertinggi 4. Dengan nilai *p-value* kedua kelompok adalah 0,0005, artinya kompres daun kubis dingin dan *breast care* efektif mengurangi pembengkakan payudara.

Asumsi peneliti kompres daun kubis dingin lebih efektif menurunkan pembengkakan payudara dibandingkan *breast care* karena setelah diberikan kompres daun kubis dingin skala terendah adalah skala 1, sedangkan pada pemberian *breast care* skala terendah adalah skala 2. Dengan masing-masing selisih sebelum dan setelah pemberian untuk kompres dingin yaitu 4,1 dan *breast care* yaitu 2,8.

Penelitian Astutik (2018) tidak menyebutkan durasi pemberian kompres daun kubis dingin dalam penelitian. Penelitian ini membandingkan kompres daun kubis dingin dengan plasebo tepung terigu menggunakan alat ukur SPES. Diperoleh rata-rata skala pembengkakan payudara pada kelompok kompres daun kubis dingin sebelum 5,8 (skala terendah 4 dan tertinggi 6) dan sesudah menjadi 2,35 (skala terendah 1 dan tertinggi 4) dengan nilai *p-value* 0,000. Sedangkan, kelompok plasebo tepung terigu rata-rata skala pembengkakan sebelum 5,06 (skala terendah 4 dan tertinggi 6) dan sesudah 4,88 (skala terendah 4 dan tertinggi 6) dengan nilai *p-value* 0,257.

Menurut Astutik, tidak terjadi penurunan pembengkakan payudara pada kelompok kontrol karena plasebo tepung terigu mempunyai komposisi kimia yang terdiri atas energi, air, protein, karbohidrat, serat kasar, lemak dan kalsium yang tidak akan menimbulkan reaksi dalam menurunkan pembengkakan payudara. Berbeda dengan daun kubis yang mempunyai zat antibiotik dan anti-inflamasi yang dapat mengurangi pembengkakan dan peradangan payudara.

Asumsi peneliti perbedaan komposisi dari kompres daun kubis dingin dan plasebo tepung terigu yang menyebabkan kedua skala pembengkakan berbeda pada kedua kelompok. Pada kelompok kontrol skala pembengkakan payudara cenderung menetap karena skala terendah 4 dan tertinggi 6 setelah diberikan plasebo tepung terigu dengan selisih hanya 0,18. Dibandingkan dengan kompres daun kubis dingin selisihnya 3,45 dan tidak ada responden yang skala pembengkakan payudaranya menetap atau tidak menurun. Sehingga, kompres daun kubis dingin sangat efektif menurunkan pembengkakan payudara.

Selanjutnya, penelitian Zuhana (2017) yang membandingkan kompres daun kubis dingin (pemberian selama 30 menit dengan pemberian 2 kali yaitu pagi dan sore hari) dengan perawatan payudara dengan alat ukur SPES. Kedua intervensi untuk skala pembengkakan payudara sebelum diberikan perlakuan kompres daun kubis dingin dan perawatan payudara adalah *positive ranks* 0, artinya tidak ada responden yang mengalami peningkatan pembengkakan payudara dari skala *pre test* ke *skala post test* dengan nilai rata-rata 0. Sedangkan, setelah pemberian kompres daun kubis dingin dan perawatan payudara ditunjukkan dengan *negative ranks* 15, artinya ada penurunan skala *pre test* ke skala *post test* dengan nilai rata-rata 8,00. Nilai *ties* kedua kelompok adalah 0, sehingga dapat dikatakan bahwa tidak ada skala yang sama antara *pre test* dan *post testi.* Tetapi, selama proses penelitian didapatkan skala pembengkakan payudara pada kelompok intervensi (kompres daun kubis dingin) terjadi kenaikan kembali pembengkakan payudara pada sore hari hanya 4 responden berbeda dengan kelompok kontrol yang sebagian besar responden terjadi kenaikan kembali skala pembengkakan payudara. Hal ini disebabkan karena kandungan daun kubis mempercepat penurunan skala pembengkakan payudara.

Menurut peneliti, kedua perlakuan baik kompres daun kubis dingin dan perawatan payudara efektif dalam menurunkan pembengkakan payudara. Tetapi dalam proses penelitian terdapat perbedaan jumlah responden yang kembali mengalami peningkatan pembengkakan payudara lebih banyak pada kelompok kontrol (perawatan payudara) dibandingkan kelompok kompres daun kubis dingin. Sehingga, asumsi peneliti kompres daun kubis dingin lebih efektif dibandingkan perawatan payudara.

Kemudian, penelitian Dewiani dan Purnama (2018) membandingkan kompres daun kubis dingin yang dilakukan selama 30 menit dan kompres hangat dingin terhadap skala nyeri dan pembengkakan payudara. Berbeda dengan penelitian sebelumnya instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah *visual analogue scale* yang telah dimodifikasi untuk menilai nyeri dan pembengkakan payudara. Hasil penelitian menunjukkan, skala nyeri sebelum diberikan kompres daun kubis

dingin rata-rata 6,40 dan sesudah 2,40 dengan nilai *p-value* 0,000. Skala nyeri sebelum pada kelompok kontrol (kompres hangat dingin) rata-rata 6,20 dan sesudah 3,93 dengan nilai *p-value* 0,000. Skala pembengkakan payudara sebelum kompres daun kubis dingin rata-rata 5,73 dan sesudah 2,53 dengan *p-value* 0,000. Skala pembengkakan payudara pada kelompok kontrol sebelum rata-rata 5,73 dan sesudah 3,13 dengan *p-value* 0,000.

Asumsi peneliti kompres daun kubis dingin juga dapat menurunkan skala nyeri pada ibu dengan pembengkakan payudara. Pada penelitian tersebut kedua perlakuan dapat menurunkan nyeri dan pembengkakan payudara yang dialami ibu *post partum*. Namun, kompres daun kubis dingin lebih efektif dibandingkan kompres hangat dingin yang dibuktikan dengan nilai rata-rata untuk kompres daun kubis dingin adalah 2,40 (skala nyeri) dan 2,53 (skala pembengkakan) dan kompres hangat dingin adalah 3,93 (skala nyeri) dan 3,13 (skala pembengkakan).

Penelitian Damayanti, dkk (2020) membandingkan kompres daun kubis dingin dan perah asi terhadap skala pembengkakan payudara, intensitas nyeri dan jumlah produksi ASI dengan menggunakan instrument skala pembengkakan payudara. Didapatkan, kompres daun kubis dingin sangat efektif untuk menurunkan pembengkakan payudara dengan rata-rata sebelum pemberian adalah 3,75 dan sesudah pemberian menjadi 1,81 sehingga menurunkan gejala nyeri pada payudara dari nilai rata-rata 3,37 menjadi 1,31. Serta meningkatkan produksi jumlah asi dari 0,09 ml menjadi 0,28 ml.

Asumsi peneliti, responden yang diberikan kompres daun kubis dingin hanya mengalami pembengkakan pada skala tengah yaitu skala 3 dan 4 sehingga rasa nyeri yang dirasakan responden cenderung ringan yaitu pada skala 3. Kompres daun kubis dingin selain dapat menurunkan pembengkakan payudara juga dapat menurunkan intensitas nyeri dan meningkatkan produksi jumlah asi walaupun masih dalam jumlah yang sedikit. Tetapi hasil penelitian tersebut membuktikan ada pengaruh kompres daun kubis dingin terhadap pembengkakan payudara, nyeri dan jumlah asi.

Penelitian Wulandari, dkk (2018) mengukur pembengkakan payudara berdasarkan tingkat kenyamanan menggunakan *general comfort questionnaire* Sebelum kompres dun kubis dingin didapatkan sebagian besar ibu *post partum* dalam kategori sedang yaitu 62,5%, tingkat kenyamanan baik yaitu 25% dan tingkat kenyaman rendah yaitu 12,5%. Setelah diberikan kompres daun kubis dingin sebagian besar berada pada kategori tingkat sedang, tetapi mengalami penurunan yaitu 58,3% , tingkat kenyamanan sedang meningkat menjadi 33,3% dan tingkat kenyamanan rendah menjadu 8,3%. Dengan nilai p-value diperoleh 0,000, artinya ada pengaruh

kompres daun kubis dingin terhadap tingkat kenyamanan pembengkakan payudara.

Asumsi peneliti pembengkakan payudara dapat menyebankan ketidaknyamanan pada ibu sehingga saat diberikan kompres daun kubis dingin dapat meningkatkan kenyamanan dari kategori sedang menjadi rendah karena terjadi penurunkan pembengkakan payudara.

Penelitian Wong et al (2017) membandingkan kompres daun kubis dingin dengan kantung gel dingin menggunakan alat ukur *the breast engorgement assessment scale* oleh Nikodem dan Rosier dan *the numerical rating scale* untuk nyeri. Kompres daun kubis dingin diberikan selama 30 menit dengan 3 kali sesi yaitu setiap 30 menit, 1 jam dan 2 jam dalam 2 hari. Sedangkan, kantong gel dingin mengurangi rasa nyeri dan pembengkakan payudara pada 1 jam dan 2 jam setelah pemberian. Pada kelompok komres daun kubis dingin didapatkan rata-rata skala pembengkakan dari 4,71 menjadi 3,41 di hari kedua pemberian dan skala nyeri rata-rata dari 5,89 menjadi 4,48. Sedangkan, pada kelompok kontrol skala pembengkakan payudara rata-rata dari 4,60 menjadi 3,65 dan skala nyeri rata-rata dari 6,89 menjadi 5,11. Tetapi, menurut Wong et al jika dibandingkan antara kubis dingin dan kantong gel dingin, ibu *post partum* yang diberikan kompres kubis dingin melaporkan pembengkakan payudara lebih rendah. Selain itu, ibu *post partum* dengan pemberian kompres daun kubis dingin juga sangat puas dibandingkan dengan kelompok penelitian yang mendapatkan kantong gel dingin. Hal ini menunjukkan bahwa daun kubis yang paling efektif dalam meredakan gejala pembengkakan payudara.

PenelitianSharma(2018)membandingkan kompres daun kubis dingin dengan kompres hangat. Kompres daun kubis dingin dilakukan selama 30 menit yang diulangi 4 kali setiap 6 jam selama 2 hari pemberian. Diperoleh hasil, rata-rata skala pembengkakan payudara sebelum kompres daun kubis dingin yaitu 5,81 dan setelah dilakukan pengompresan nilai rata-rata skala pembengkakan 2,05. Sedangkan, pada kelompok kontrol yang diberikan kompres hangat rata-rata sebelum 5,68 dan sesudah 2,11 dengan nilai *p-value* 0,001. Artinya, kompres daun kubis dingin dan kompres hangat dapat menurunkan skala pembengkakan payudara.

Berdasarkan 8 literatur rata-rata skala pembengkakan payudara sebelum diberikan kompres daun kubis dingin berada diantara 3,75-5,81. Hal ini disebabkan diantaranya ibu terlambat atau kurang sering menyusui bayi, durasi pemberian ASI kurang, pengosongan payudara tidak efektif dan rasa nyeri saat menyusui serta adanya sumbatan pada aliran darah di payudara.

Menurut teori Imaniar (2020) menyebutkan payudara bengkak diakibatkan pengosongan payudara yang tidak optimal, dikarenakan posisi dan perlekatan tidak benar sehingga bayi tidak

menyusu dengan maksimal atau hanya 1 payudara yang disusukan, payudara satunya tidak dilakukan. Bisa juga karena menunda atau telat memerah. Jika dibiarkan akan menimbulkan bendungan ASI, mastitis bahkan hingga abses payudara. Didukung teori menurut Hanindita (2018) mengemukakan bahwa penyebab payudara bengkak adalah terlambat menyusui, produksi ASI yang banyak, perlekatan tidak benar, kurang lama menyusui dan ASI yang tidak terlalu sering dikeluarkan/disusui.

Asumsi peneliti pembengkakan payudara terjadi karena faktor internal dan eksternal. Faktor internal berkaitan denga perubahan fisiologis yang terjadi pada masa *post partum* di minggu pertama karena penenakanan pada sirkulasi pembuluh darah sehingga terjadi pembengkakan. Sedangkan, faktor eksternal berasal dari lingkungan luar yaitu ibu *post partum* yang tidak sering menyusui bayinya sehingga pengosongan payudara tidak efektif yang menyebabkan penumpukan produksi ASI akibatnya payudara membesar.

Pada 8 literatur menyebutkan sebelum dilakukan kompres daun kubis pada responden, daun kubis didinginkan di lemari es 15 sampai 30 menit. Kemudian, diletakkan pada payudara dan dilakukan dengan 1-2 sesi selama 1 atau 2 hari, dimana setiap sesi dilakukan evaluasi untuk mendapatkan hasil setelah diberikan kompres daun kubis dingin. Kemudian, nilai signifikan pada 8 literatur didapatkan <0,05 yang artinya 8 literatur menyebutkan ada pengaruh pemberian kompres daun kubis (kol) dingin dalam menurunkan pembengkakan payudara pada ibu *post partum*.

Penelitian tersebut sejalan dengan teori Lowdermilk et al (2020) yang menyebutkan daun kubis segar dan mentah yang diletakkan di atas payudara di antara waktu menyusui dapat membantu meredakan pembengkakan. Efek daun kubis diduga terkait dengan kesejukan daun dan fitoestrogen di dalamnya. Daun kubis dicuci, dikeringkan, didinginkan di lemari es atau *freezer* dan ditempatkan di atas payudara. perawatan ini bisa diulang untuk dua atau tiga sesi. Penggunaan daun kubis yang sering dapat menurunkan suplai ASI. Daun kubis tidak boleh digunakan jika ibu mempunyai alergi terhadap kubis atau mengalami ruam.

Menurut peneliti, walaupun berbeda dalam prosedur penelitian yang dilakukan baik dari durasi daun kubis didinginkan atau jumlah sesi dilakukannya kompres, tetapi daun kubis dingin terbukti efektif menurunkan pembengkakan payudara. Dengan skala rata-rata setelah diberikan kompres dingin pembengkakan payudara menurun antara 1,81-3,41. Hal ini karena menurut peneliti-peneliti sebelumnya daun kubis mengandung asam amino berupa glutamine, glukosinolat, protein, air, karbohidrat, vitamin (A,C dan E), kandungan sulfur yang tinggi, sinigrin, rapine, minyak mustard, magnesium, oksalat dan asam amino metionin.

Keterbatasan Penelitian

Pada studi literature ini, peneliti mengalami keterbatasan dimana peneliti sulit mendapatkan referensi teori tentang pembengkakan payudara atau *breast engorgement* dan mekanisme daun kubis yang bermanfaat untuk penurunan pembengkakan payudara*,* keterbatasan kemampuan peneliti dalam menerjemahkan referensi dalam bahasa Inggris. Peneliti juga tidak melakukan pengukuran langsung dari responden di lapangan, peneliti hanya melakukan pengkajian terhadap penelitian-penelitian terdahulu yang berkaitan dengan tujuan penelitian.

KESIMPULAN

Berdasarkan studi literature yang dilakukan, maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan skala pembengkakan payudara sebelum dan sesudah diberikan kompres daun kubis dingin sehingga ada pengaruh kompres daun kubis dingin terhadap pembengkakan payudara pada ibu *post partum*. Kandungan daun kubis yang terdiri atas glutamine, glukosinolat dan sulfur dapat mengurangi pembengkakan payudara hingga antikanker. Oleh karena itu, kompres daun kubis dapat diberikan sebagai terapi pengganti farmakologis karena tidak adanya efek samping, mudah dilakukan dan ekonomis.

SARAN

1. Bagi Peneliti, Melalui penelitian peneliti terus mengembangkan wawasan kelimuan yang dimiliki melalui berbagai seminar keperawatan termasuk maternitas yang dapat diimplementasikan kedepan nantinya menjadi tenaga kesehatan.
2. Bagi Peneliti Selanjutnya, Melakukan penelitian lebih lanjut selain menganalisis pengaruh kompres daun kubis dingin terhadap pembengkakan payudara. Hasil penelitian ini dapat dijadikan salah satu referensi dalam melakukan penelitian lebih lanjut.
3. Bagi Ilmu Pengetahuan, hasil penelitian ini menambah referensi bagi ilmu pengetahuan dalam proses pembelajaran sehingga dapat meningkatkan perkembangan ilmu pendidikan keperawatan tentang manfaat daun kubis dalam menurunkan pembengkakan payudara.
4. Bagi Profesi Keperawatan, melakukan asuhan keperawatan maternitas secara operasional dalam melakukan perencanaan dan implementasi kepada ibu *post partum* dengan gejala pembengkakan payudara sehingga meningkatkan keterampilan perawat dalam melakukan asuhan keperawatan.
5. Bagi Masyarakat, Ibu *post partum* dapat melakukan pengobatan pembengkakan payudara secara non farmakologi dengan cara yang mudah dilakukan untuk mencegah infeksi payudara lebih lanjut sehingga dapat

memberikan ASI secara efektif dan kontiyu.

DAFTAR PUSTAKA

Astutik. 2016. "Pengaruh Pemberian Kompres Daun Kubis Dingin Terhadap Skala Pembengkakan Payudara Pada Ibu Postpartum Dengan Engorgement Di Kecamatan Bergas." 0:1–9.

Chomaria, Nurul. 2020. *No Title*. Jakarta: Elex Media Komputindo.

Damayanti, Ervi, Dewi Ariani, and Danik Agustin. 2020. "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." 54–66.

Dewiani; Purnama. 2018. "Pengaruh Kompres Daun Kubis Dingin Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dan Pembengkakan Payudara Ibu Postpartum." *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu* 6(2):488–93.

GIM. 2019. *Tidak Bisa Menyusui*. Jakarta: Noura Books..

Kemenkes RI. 2018. *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Jakarta: Kemenkes.

Kemenkes RI. 2018. *Riset Kesehatan Dasar Provinsi Gorontalo*. Jakarta: Kemenkes.

Kemenkes RI. 2019. "Strategi Penurunan AKI Dan Neonatal." Retrieved February 15, 2019 (https://kesmas.kemkes.go.id).

Linda. 2019. *ASI Eksklusif*. Cilacap: Yayasan Jamiul Fawaid.

Pratiwi, Wulan Mulya. 2017. *Diary Pintar Bunda Menyusui*. Jakarta: Elex Media Komputindo.

Pulungan; Sitorus; Ingrit; Hutabarat; Anggraini; Pakpahan; Wahyuni; Apriza; Sari. 2020. *Ilmu Obstetri Dan Ginekologi Untuk Kebidanan*. Medan: Yayasan Kita Menulis.

Santoso. 2019. *Makanan Tradisional Indonesia: Makanan Tradisional Yang Populer*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.

Sari; Ningsih; Putri. 2020. "Efektivitas Kompres Daun Kubis (Brassica Oleraceavar. Capitata) Dan Breast Care Terhadap Pengurangan Pembengkakan Payudara LEAVES (BRASSICA DEVELOPMENT." 10(2).

Sharma, Rajni. 2018. "Effectiveness of Chilled Cabbage Leaf Application on Breast Engorgement among Post Partum Women's." *Journal of Medical Science And Clinical Research* 6(6):878–82.

Wahyuningsih. 2019. *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Post Partum Dilengkapi Panduan Persiapan Praktikum Mahasiswa Keperawatan*. Yogyakarta: Deepublish.

Wong, Boh Boi, Yiong Huak Chan, Mabel Qi He Leow, Yi Lu, Yap Seng Chong, Serena Siew Lin Koh, and Hong Gu He. 2017. "Application of Cabbage Leaves Compared to Gel Packs for Mothers with Breast Engorgement: Randomised Controlled Trial." *International Journal of Nursing Studies* 76(January):92–99.

Wulandari; Wulanfitri; Rakhmawati. 2018. "Pengaruh Kompres Kubis Dingin Terhadap Kenyamanan Ibu Postpartum Dengan Pembengkakan Payudara Di Puskesmas Sibela Surakarta." *Proceeding IPEMI Provinsi Jawa Tengah* 6(9):163–72.

Zuhana. 2017. "Perbedaan Efektifitas Daun Kubis Dingin (Brassica Oleracea Var.Capitata) Dengan Perawatan Payudara Dalam Mengurangi Pembengkakan Payudara (Breast Engorgement) Di Kabupaten Pekalongan." *Jurnal Ilmiah Bidan* 2(2):51–56.