

# PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES KOL TERHADAP PENURUNAN PEMBENGGAKAN PAYUDARA PADA IBU POST PARTUM DI KLINIK BERSALIN KASIH IBU DELI TUA KABUPATEN DELI SERDANG TAHUN 2019

Putri Ayu Yessy Ariescha,<sup>1</sup> Andayani Boang Manalu<sup>2</sup>, Nurul Aini Siagian<sup>3</sup>, Mutiara Dwi Yanti<sup>4</sup>, Rehulina Tarigan<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup> INSTITUT KESEHATAN DELI HUSADA DELI TUA

Jalan Besar Deli Tua, No, 77 Kecamatan Deli Tua Kab. Deli Serdang  
[yezikawin@delihusada.ac.id](mailto:yezikawin@delihusada.ac.id)

DOI : <https://doi.org/10.35451/jkk.v2i2.345>

## Abstract

*One of common problems associated with breastfeeding is breast engorgement. This breast swelling can cause the mother to stop breastfeeding. This study aims to determine the effect of cabbage compresses on reducing breast engorgement in postpartum mothers at Kasih Ibu Primary Clinic in Deli Tua in 2019. The research used quasi-experimental, one-group pretest-posttest method design. The sampling technique used convenience sampling to recruit 30 postpartum mothers who had breast engorgement. The instrument used to measure breast swelling was the breast engorgement assessment scale of Hill and Hummenick which consisting of a scale of 1 to 6. Application of cabbage compresses was done by attaching cabbage to the breast until the cabbage withers. This procedure was repeated four times every 6 hours per day, for 2 days. The results of the study showed that at the time before being compressed all the research subjects had a score of 4. On the 1st day of compressing with cabbage leaves, there were 7 people (23.3%) who had decreased breast swelling and on the 2nd day of compressing, the total postpartum mothers experienced a decreased in breast engorgement was 9 people (30%). Statistical analysis by paired t-test obtained the value of  $p = 0.001$  ( $p < 0.05$ ). Thus, the results of this study concluded that there was a significant influence of cabbage compresses to decrease breast engorgement of the postpartum mothers at Kasih Ibu Primary Clinic in Deli Tua in 2019.*

**Keywords:** *Cabbage compresses, breast engorgement, postpartum*

## 1. PENDAHULUAN

Air susu ibu (ASI) merupakan makanan yang paling diutamakan untuk bayi. Telah banyak penelitian di berbagai negara memberikan bukti bahwa menyusui memiliki manfaat jangka pendek dan jangka panjang untuk ibu dan bayi.

Sebagian besar ibu yang menyusui merasakan pengalaman yang sangat memuaskan, baik secara fisik maupun emosional. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2002) telah menekankan pentingnya menyusui untuk jangka waktu lebih dari enam bulan, dan sebagian besar negara, sudah

mempromosikan pemberian ASI eksklusif (B. Boi et al., 2017).

Menyusui bayi sering disertai dengan banyak tantangan. Ada tantangan yang dapat diprediksi, tetapi ada juga tantangan yang tidak terduga. Tantangan ini dapat menimbulkan kecemasan, terutama pada orang ibu yang pertama kali melahirkan. Jika tidak dilakukan tindakan, maka tantangan tersebut akan menjadi alasan utama beberapa ibu berhenti menyusui dalam beberapa minggu pertama setelah melahirkan (Villarreal, Lira, Lira, & Villarreal, 2007)

Salah satu masalah umum yang berhubungan dengan menyusui adalah pembengkakan payudara (breast engorgement) (Robson, 1990). Engorgement didefinisikan sebagai pembengkakan dan gangguan ketegangan payudara, biasanya pada hari-hari awal inisiasi laktasi, yang disebabkan oleh dilatasi pembuluh darah serta datangnya ASI awal (Berens & Brodribb, 2016). Kesulitan yang paling umum ditemui oleh ibu menyusui pada minggu pertama pasca persalinan adalah pembengkakan payudara yang menyakitkan, puting yang sakit dan bayi yang gagal untuk menghisap dan mengosongkan ASI secara efektif (Lawrence & Lawrence, 2011)

Angka kejadian pembengkakan payudara di seluruh dunia adalah 1: 8000 (Anandhi, Vahitha, & Sasirekha, 2017). Pembengkakan payudara yang dilaporkan dari berbagai hasil penelitian bervariasi, mulai dari 20% hingga 77% (B. Boi et al., 2017). Hasil penelitian di Niloufer Hospital for Women and Children, India, ditemukan bahwa dari total 250.151 orang ibu, terdapat 11% ibu mengalami

pembengkakan payudara pada (Sujatha, Ushasri, Raghupathi, & Kathi, 2017).

Kol (*Brassica Oleracea* Var. *Capitata*) dapat digunakan untuk terapi pembengkakan karena kol mengandung asam amino metionin yang berfungsi sebagai antibiotik dan kandungan lain seperti sinigrin, minyak mustard, magnesium, dan belerang. Kandungan tersebut dapat membantu memperlebar pembuluh darah kapiler sehingga meningkatkan aliran darah untuk keluar masuk dari daerah tersebut, sehingga memungkinkan tubuh untuk menyerap kembali cairan yang terbenjeng dalam payudara tersebut.

## 2. METODE

Jenis penelitian ini adalah quasi-eksperimental, metode one-group pretest-posttest design, yaitu untuk menguji hubungan sebab akibat antara variabel independen (bebas) dengan variabel dependen (terikat). Variabel bebas pada penelitian ini adalah kompres kol, sedangkan variabel terikatnya adalah penurunan pembengkakan payudara. Penelitian ini dilaksanakan di Klinik Bersalin Kasih Ibu Delitua, Kabupaten Deli Serdang, Provinsi Sumatera Utara. Penelitian ini dilaksanakan pada Januari –April tahun 2019. Populasi dalam penelitian ini seluruh ibu post partum yang melahirkan di Klinik Bersalin Kasih Ibu Deli Tua yang mengalami pembengkakan payudara. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 30 orang, karena dengan jumlah sampel 30 atau lebih maka data yang diukur akan membentuk kurva normal, sehingga sudah dapat dilakukan

sebagai dasar menguji pengaruh pada suatu populasi (Dunn, 2001). Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah convenience sampling.

Aplikasi kompres kol dilakukan mengikuti prosedur aplikasi kompres kol menurut Sharma (2018), sebagai berikut: kompres kol dibiarkan menempel pada payudara sampai kol menjadi layu, atau sekitar 20 - 30 menit. Prosedur ini diulangi empat kali yaitu setiap 6 jam per hari (24 jam), selama 2 hari. Penilaian paska perawatan dilakukan untuk mengevaluasi efektivitas kol untuk mengurangi rasa nyeri dan pembengkakan payudara.

Gambar 1. Metode Aplikasi Kompres Kol



### 3. Hasil dan Pembahasan

#### A. Analisis Univariat

Untuk mengetahui gambaran atau deskripsi pembengkakan payudara sebelum dan sesudah dilakukan analisis data univariat. Analisis data univariat menghasilkan data tentang frekuensi dan persentase tentang skor pembengkakan payudara dan penurunan skor pembengkakan payudara sebelum dan sesudah dilakukan kompres kol.

**Tabel 1: Distribusi frekuensi dan persentase penurunan pembengkakan payudara sebelum dan sesudah kompres**

#### Karakteristik Demografi Subjek Penelitian

Penurunan Pembengkakan	Sebelum dikompres		Kompres hari ke-1		Kompres hari ke-2	
	f	%	f	%	f	%
Skor = 3	0	0	7	23,3	9	30
Skor = 4	3	100	2	76,7	2	70
<b>Total</b>	<b>3</b>	<b>100</b>	<b>3</b>	<b>100</b>	<b>3</b>	<b>100</b>

Dari hasil analisis data univariat yang ditampilkan pada tabel 1 dapat dilihat ada perbedaan skor penurunan pembengkakan sebelum dikompres dan sesudah dikompres. Pada saat sebelum dikompres seluruh subjek penelitian mempunyai skor 4. Hal ini memang terjadi karena subjek penelitian yang diikutsertakan dalam penelitian ini adalah ibu post partum yang mempunyai skor 4 atau lebih. Selanjutnya, pada hari ke-1 kompres dengan daun kol ada sebanyak 7 orang yang mengalami penurunan pembengkakan payudara. Sedangkan pada hari ke-2 kompres ada bertambah 2 orang yang mengalami pembengkakan payudara. Sehingga total ibu post partum yang mengalami penurunan pembengkakan payudara adalah sebanyak 9 orang.

#### B. Analisis Bivariat

Untuk mengetahui apakah penurunan pembengkakan payudara ibu post partum tersebut berbeda secara signifikan atau tidak, maka dilakukan analisis bivariat menggunakan uji statistika inferensial, yaitu uji t berpasangan (paired t-test). Uji t ini dilakukan karena hasil uji normalitas data menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov didapat nilai  $p > 0,05$ , yang berarti data berdistribusi normal

**Tabel 2. Pengaruh pemberian kompres kol terhadap penurunan pembengkakan payudara**

Variabel	Kompres Kol				P
	Sebelum dikompres		Setelah dikompres		
	Me	SD	Mean	SD	
Penurunan pembengkakan payudara	4	1,000	3,7	0,46	0,001
				6	

Setelah dilakukan analisis data penurunan pembengkakan payudara sebelum dikompres kol dengan hari ke-2 dimpres kol dengan uji t berpasangan (paired t-test), didapat nilai signifikansi sebesar 0,001 (dengan kata lain, nilai p atau p value = 0,001). Pada penelitian ini nilai alfa ( $\alpha$ ) yang telah ditetapkan adalah sebesar 0,05. Sehingga, dari hasil analisis data ini dapat dilihat bahwa nilai p lebih kecil dari alfa (dengan kata lain, nilai  $p < \alpha$ , atau  $0,001 < 0,05$  atau  $p < 0,05$ ). Pada tabel 2 dapat dilihat dengan rinci hasil analisis data bivariat tentang pengaruh kompres kol dengan penurunan pembengkakan payudara pada ibu post partum.

#### 4. Pembahasan

Pada penelitian ini, seluruh subjek penelitian mengalami pembengkakan payudara pada nilai 4, yang berarti keras, ada mulai terasa nyeri pada payudara. Dari 30 subjek penelitian tidak ada yang memiliki skor 5 atau 6. Hal ini menunjukkan bahwa pembengkakan payudara berada pada batas bawah kategori pembengkakan payudara menurut skala Hill dan Hummenick tahun 1994.

Rerata (mean) pembengkakan payudara yang didapat pada penelitian adalah sebesar 4,00 dengan jumlah sampel sebanyak 30 orang. Sebagai perbandingan, salah satu hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas Karanganyar, Jawa Tengah memperlihatkan nilai yang hampir

sama pada penelitian ini, yaitu pembengkakan payudara sebelum dilakukan kompres kol, rerata yang mereka dapat adalah 4,60 dengan jumlah sampel sebanyak 15 orang (Apriani et al., 2018).

Pada penelitian ini, ada penurunan pembengkakan payudara pada sebagian subjek penelitian. Dari 30 orang ibu post partum yang mengalami pembengkakan payudara, terjadi penurunan pembengkakan yaitu: 7 orang pada hari ke-1 kompres kol dan bertambah menjadi 9 orang pada hari ke-2 kompres kol.

Bila dibandingkan dengan penelitian yang dilaksanakan oleh (Apriani et al., 2018), penurunan pembengkakan payudara lebih besar dibandingkan dengan hasil penelitian ini. Hasil penelitian mereka menemukan rerata pembengkakan payudara setelah kompres kol adalah sebesar 2,07. Sedangkan hasil penelitian ini, setelah hari ke-2 kompres kol ditemukan rerata pembengkakan payudara menurun dari 4,0 menjadi 3,70.

Hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa ada pengaruh pemberian kompres kol terhadap penurunan pembengkakan payudara pada ibu post partum

Hasil penelitian ini didukung oleh hasil penelitian Zuhana (2017) di Kabupaten Pekalongan, Jawa Tengah. Penelitian ini terdiri dari 30 responden yang dibagi menjadi 15 responden kelompok intervensi (diberikan daun kubis dingin kemudian perawatan payudara) dan 15 responden kelompok kontrol (dilakukan perawatan payudara). Hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa terdapat perbedaan secara statistik signifikan  $p < 0,05$  efektivitas daun kubis dingin dalam mengurangi pembengkakan payudara dengan menggunakan uji Mann Whitney dimana pembengkakan payudara setelah diberikan daun kubis

dingin lebih rendah daripada sebelumnya, dan tidak ada responden yang pembengkakan payudaranya meningkat (Zuhana, 2017).

Penelitian lain yang mendukung hasil penelitian ini adalah penelitian Apriani et al (2018) yang bertujuan untuk menganalisis efektivitas penatalaksanaan kompres daun kubis dan breast care terhadap pembengkakan payudara bagi ibu nifas. Kelompok eksperimen diberikan intervensi breast care dan kompres daun kubis, kelompok kontrol intervensi breast care. Intervensi dilakukan sebanyak 2x1 sehari selama 3 hari. Kesimpulan dari penelitian mereka adalah 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 (Apriani et al., 2018).

Hasil penelitian lain yang dilaksanakan di Korea Selatan menunjukkan bahwa perawatan payudara awal dan kompres kol dianggap efektif untuk menghilangkan pembengkakan payudara karena dapat melunakkan payudara dan mengurangi tingkat pembengkakan (Lim, Song, Hur, Lee, & Lee, 2015).

Penelitian yang dilakukan di India yang bertujuan untuk menilai dan membandingkan kemanjuran daun kol dingin dan kompres panas dan dingin untuk menurunkan pembengkakan payudara. Penelitian kuasi-eksperimental mereka lakukan di bangsal pascanatal dari berbagai rumah sakit di India. Penelitian ini terdiri dari total 60 ibu; 30 di kelompok eksperimen dan 30 di kelompok kontrol. Kelompok kontrol menerima

kompres panas dan dingin dan kelompok eksperimen menerima perlakuan kompres kol dingin untuk mengurangi pembengkakan payudara. Hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa kompres panas dan dingin dan daun kol efektif dalam mengurangi pembengkakan payudara dan rasa sakit pada ibu postnatal. Daun kol dingin dan kompres panas dan dingin sama-sama efektif dalam mengurangi pembengkakan payudara, sedangkan kompres panas dan dingin ditemukan lebih efektif daripada daun kubis dingin dalam menghilangkan rasa sakit akibat pembengkakan payudara pada ibu postnatal. Penelitian mereka menyimpulkan bahwa daun kol dingin serta kompres panas dan dingin alternatif keduanya dapat digunakan dalam pengobatan pembengkakan payudara. Kompres panas dan dingin lebih efektif dalam mengurangi rasa sakit daripada daun kol dingin dalam menghilangkan rasa sakit akibat pembengkakan payudara. (Arora et al., 2008).

Kubis mengandung sumber yang baik dari asam amino glutamine dan diyakini untuk mengobati semua jenis peradangan salahsatunya radang payudara (Tinton & Agung, 2008). Selain itu kol mengandung minyak mustard, magnesium, oksalat dan sulfur heterosides. Asam metionin sebagai antibiotik dan anti-iritasi, yang pada gilirannya menarik aliran tambahan darah ke daerah tersebut. Hal Ini dapat melebarkan pembuluh kapiler dan bertindak sebagai iritan counter, sehingga menghilangkan pembengkakan dan peradangan serta memungkinkan ASI keluar dengan lancar (W. B. Boi, 2015).

Perempuan beranggapan bahwa pembengkakan payudara merupakan hal yang sudah biasa terjadi pada masa nifas terutama mulai 3 sampai 6 hari pasca salin. Ibu nifas tidak tidak segera



memberikan ASI sejak hari pertama dan memberikan susu formula pada bayinya sebagai pendamping ASI. Hal ini menjadi pemicu terjadinya pembengkakan payudara karena tidak adekuatnya pengosongan payudara oleh bayi dan rasa nyeri saat menyusui mempengaruhi keinginan ibu untuk menyusui (Zuhana, 2017).

## 5. Kesimpulan

1. Pembengkakan payudara sebelum dilakukan kompres kol lebih tinggi dibandingkan dengan pembengkakan payudara setelah diberikan kompres kol. Rerata (mean) skor pembengkakan payudara sebelum kompres kol adalah 4,00 dan rerata skor pembengkakan payudara setelah kompres kol adalah 3,70.
2. Tidak ada subjek penelitian yang mengalami peningkatan pembengkakan payudara selama proses penelitian.
3. Ada pengaruh kompres kol (brassica capitata) terhadap penurunan pembengkakan payudara pada ibu post partum di Klinik Pratama Kasih Ibu pada tahun 2019.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arora, S., Vatsa, M., & Dadhwal, V. (2008). A Comparison of Cabbage Leaves vs . Hot and Cold Compresses in the Treatment of Breast Engorgement, *33(3)*, 160–163.
- Alatas, H., Karyomanggolo, W. T., Musa, D. A., Boediarso, A., & Oesman, I. N. (2008). Desain penelitian. In S. Sastroasmoro & S. Ismael (Eds.), *Dasar-dasar Metodologi Penelitian Klinis* (3rd ed., p. 98). Jakarta: Sagung Seto.
- Apriani, A., Wijayanti, & Widyastutik, D. (2018). Efektivitas Penatalaksanaan Kompres Daun Kubis (Brassica Oleracea Var. Capitata) dan Breast Care Terhadap Pembengkakan Payudara Bagi Ibu Nifas. *Maternal, II(4)*, 238–243.
- Arora, S., Vatsa, M., & Dadhwal, V. (2008). A Comparison of Cabbage Leaves vs . Hot and Cold Compresses in the Treatment of Breast Engorgement, *33(3)*, 160–163.
- Berens, P., & Brodribb, W. (2016). ABM Clinical Protocol #20: Engorgement, Revised 2016. *Breastfeeding Medicine, 11(4)*, 159–163.
- Dunn, D. S. (2001). *Statistics and Data Analysis for the Behavioral Sciences*. Boston: McGraw-Hill.
- Lawrence, R. A., & Lawrence, R. M. (2011). *Breastfeeding: A Guide for the Medical Profession* (7th ed.). Missouri: Mosby.
- Lim, A. R., Song, J. A., Hur, M. H., Lee, M. K., & Lee, M. S. (2015). Cabbage compression early breast care on breast engorgement in primiparous women after cesarean birth: A controlled clinical trial. *International Journal of Clinical and Experimental Medicine, 8(11)*, 21335–21342.
- Robson, B. A. (1990). *Breast engorgement in breastfeeding mothers. Breast Engorgement in Breastfeeding Mothers*. Case Western Reserve University.
- Sujatha, K., Ushasri, G. V., Raghupathi, R., & Kathi, A. (2017). Breast Related Factors Leading To Early Termination of Breastfeeding and the Benefits of Early Initiation in the Post-Natal Wards of a Tertiary Care Center. *International Journal of Advanced Research, 5(4)*, 1975–1981.
- Tinton, & Agung. (2008). *Buku Pintar Tanaman Obat*. Jakarta: Agromedia Pustaka.
- Villarreal, J. A., Lira, N., Lira, T., & Villarreal, Y. (2007). Composition and Method for Reducing Symptoms of Breast Engorgement. *Int. Cl, 1(12)*.
- Zuhana, N. (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.