

Pengaruh Kompres Daun Kubis Dingin Terhadap Ibu Menyusui Dengan *Breast Engorgement* di Puskesmas Jaten 2

Larasati Dwi Pratiwi¹⁾, Noerma Shovie Rizqiea²⁾, Ratih Dwilestari Puji Utami³⁾

¹⁾ *Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta*

^{2&3)} *Dosen Program Studi Keperawatan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta*

Email : noerma.shovie@gmail.com

Abstrak

Masa nifas bagi ibu adalah fase pemulihan pasca melahirkan agar seluruh organ reproduksi pulih dan siap untuk kehamilan berikutnya. Adapun masa nifas ini dapat berlangsung sekitar 6 – 8 minggu setelah melahirkan. Pada masa nifas akan terjadi perubahan fisik salah satunya adalah laktasit. Laktasit adalah terhambatnya produksi ASI dipengaruhi oleh hormon oksitosin sehingga memicu pembengkakan payudara (*breast engorgement*) sehingga menimbulkan rasa tidak nyaman pada masa nifas. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian kompres dingin daun kubis pada ibu menyusui *breast engorgement*

Jenis penelitian Seperti eksperimen dengan desain penelitian *Pre And Post Test Whitout Control Grub Design*. Teknik pengambilan sampelnya adalah *purposive sampling*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kompres daun kubis dingin terhadap intensitas nyeri ibu menyusui yang mengalami *breast engorgement*. Data dikumpulkan dengan menggunakan lembar observasi yang berisi skala nyeri *Numeric Rating Scale* (NRS). Sampel dalam penelitian ini adalah 15 orang ibu menyusui yang mengalami *breast engorgement*.

Berdasarkan mayoritas responden adalah ibu yang berusia 26 – 30 tahun sebanyak 6 responden (12,0%), mayoritas berpendidikan SMA sebanyak 8 responden (16%), mayoritas berprofesi sebagai ibu rumah tangga dengan sebanyak 12 responden (24,0%), mayoritas berstatus persalinan normal sebanyak 8 responden (16,0%), mayoritas paritas yaitu multipara sebanyak 10 responden (20,0%) dan mayoritas menyusui sebanyak 10 responden (20,0%).

Dari hasil penelitian menyatakan bahwa hasil uji normalitas data tidak berdistribusi normal yaitu $<0,05$. Maka peneliti menggunakan uji non parametrik yaitu menggunakan uji Wilcoxon dalam menganalisis data. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat pengaruh kompres daun kubis dingin pada ibu menyusui *Breast engorgement* dengan nilai yang dihasilkan *Asymp.Sig. (2-ekor)* nilai $<,001$ ($<0,05$).

Kata kunci: Ibu menyusui, *Breast Engorgement*, Kompres Daun Kubis Dingin

Daftar Pustaka : 44 (2011 – 2022)

The Effect of Cold Cabbage Leaf Compress in Nursing Mothers with Breast Engorgement at Puskesmas Jaten 2

LarasatiDwi Pratiwi¹⁾, NoermaShovie Rizqiea²⁾, Ratih Dwilestari Puji Utami³⁾

¹⁾Student of Undergraduate Degree in Nursing Study Program of Faculty of Health Sciences of Kusuma Husada University of Surakarta

^{2&3)}Lecturer of Undergraduate Degree in Nursing Study Program of Faculty of Health Sciences of Kusuma Husada University of Surakarta

Email: noerma.shovie@gmail.com

Abstract

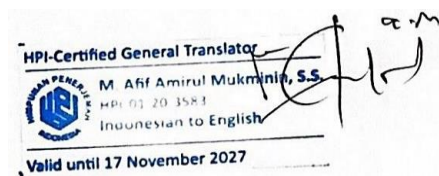
The postpartum period for mothers is a postnatal recovery period so that all reproductive organs recover before the next pregnancy. The postpartum period lasts around 6 – 8 weeks after giving birth. One of the physical changes during the postpartum period is lactation, the inhibition of breast milk production which is influenced by the hormone oxytocin, which triggers breast swelling (breast engorgement) which causes discomfort during the postpartum period. The research aimed to determine the effect of giving cold compresses of cabbage leaves on breast swelling in breastfeeding mothers

Type of research: An experiment with a research design, pre-and post-test, without control, using Grub Design. The sampling technique is purposive sampling. This study aims to determine the effect of cold cabbage leaf compresses on the pain intensity of breastfeeding mothers with breast swelling (breast engorgement). Data was collected using an observation sheet containing a pain scale Numeric Rating Scale (NRS). The sample in this study was 15 breastfeeding mothers who experienced breast swelling.

Based on the majority of respondents aged 26 - 30 years, there were 6 respondents (12.0%), the majority had a high school education, 8 respondents (16.0%), the majority worked as housewives with 12 respondents (24.0%), the majority had maternity status. 8 respondents (16.0%) were normal, 10 respondents (20.0%) were multiparous and 10 respondents (20.0%) were breastfeeding. From the data normality test results, it is known that the data is not normally distributed, namely <0.05 . So in analyzing the data using a non-parametric test, namely the Wilcoxon test. The results of this study show that there is an effect of cold cabbage leaf compresses on breastfeeding mothers with breast swelling with the resulting value Asymp.Sig. (2-tailed) value $<.001$ (<0.05).

Keywords: *Breastfeeding mother, Breast Engorgement, Cold Cabbage Leaf Compress*

Bibliography: *44 (2011 – 2022)*



PENDAHULUAN

Masa nifas merupakan masa pemulihan setelah melahirkan, di mana organ reproduksi mengalami pemulihan hingga siap untuk kehamilan berikutnya. Masa nifas berlangsung sekitar 6 hingga 8 minggu setelah melahirkan. Salah satu perubahan fisik yang terjadi pada masa nifas adalah proses laktasi. Produksi ASI yang terhambat dipengaruhi oleh hormon oksitosin yang dapat memicu pembengkakan payudara (*breast engorment*) dan menimbulkan rasa tidak nyaman bagi ibu, atau dalam bahasa Indonesia sering disebut bendung ASI (Rahmawati, 2017).

Bendung ASI adalah suatu kondisi di mana ASI tertahan akibat saluran atau kelenjar laktiferus tidak dikosongkan. Bendung ASI terjadi pada hari ke-2 hingga ke-4 setelah melahirkan, saat ASI mengalami perubahan dari kolostrum menjadi ASI matang. Saat mengalami bendungan ASI, payudara akan terasa keras ketika dipegang dan kadang menimbulkan nyeri, namun tidak disertai tanda kemerahan atau demam (Mangesi) (Astutik, 2018). Untuk memudahkan peneliti akan menggunakan istilah *breast engorment* dalam penelitian ini sebagai pengganti istilah bendungan ASI dan juga pembengkakan payudara.

Berdasarkan data dari United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF) pada tahun 2020, terdapat 39,4% ibu menyusui di dunia mengalami *breast engorment*. Di negara Amerika Serikat, jumlah ibu menyusui yang mengalami *Breast engorment* rata-rata mencapai 57,05%.

Sedangkan di kawasan ASEAN, kasus *breast engorment* mencapai 63,9% (UNICEF, 2020). Berdasarkan laporan World Health Organization (WHO) tahun 2020, dari 9.862 ibu nifas, sebanyak 6.543 ibu (66,34%) mengalami *breast engorment*.

Menurut Kementerian Kesehatan pada tahun 2017, sebanyak 76.543 ibu menyusui (71,10%) mengalami *Breast engorment*, dengan angka tertinggi di Indonesia yaitu 37,12%. Berdasarkan laporan dari Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Republik Indonesia tahun 2018, kasus *breast engorment* di Indonesia lebih banyak terjadi pada ibu menyusui yang bekerja yaitu sebanyak 16%. Menurut data yang diterbitkan oleh Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, pada tahun 2019 terdapat 58% ibu nifas mengalami gangguan menyusui, yaitu sebanyak 23% mengalami payudara bengkak, 13% mengalami puting cekung, 9% ibu mengalami puting nyeri, 7% mengidap mastitis, dan 6% abses payudara.

Berdasarkan kasus di atas, jika *breast engorment* tidak segera diatasi, maka akan dapat menyebabkan mastitis, dan jika terus berlanjut pengidap mastitis akan mengalami abses payudara. Mastitis atau peradangan payudara akibat infeksi yang ditandai dengan gejala payudara terasa keras, kemerahan, nyeri, dan disertai demam di atas 38°C (Kementerian Kesehatan, 2018).

Sedangkan abses payudara adalah gejala komplikasi lanjutan dari mastitis, yaitu akan terjadi penumpukan nanah pada payudara sehingga akan memperparah sakit dan nyeri yang dirasakan oleh ibu. *Breast engorment* tidak hanya berdampak pada sang ibu, akan

tetapi juga akan berdampak pada bayi, karena kebutuhan nutrisinya akan berkurang akibat asupan ASI yang tidak mencukupi (Munawaroh, 2019).

Jika sudah terlanjur terkena *breast engorgement*, salah satu metode terapi non farmakologi untuk mengurangi atau memberikan kenyamanan pada ibu yang mengalami *breast engorgement* adalah dengan mengompres payudara menggunakan daun kubis dingin (Yumni & Wahyuni, 2018).

oleh sebab itu, peneliti tertarik melakukan pengelitan mengenai manfaat pengompresan payudara menggunakan daun kubis dingin. Sehingga tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh kompres daun kubis dingin pada ibu menyusui yang mengalami *breast engorgement*.

METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini peneliti melakukan penelitian *Quasi Experiment dengan desain Pre and Post Test Without Control Group Design*. Adapun sampel penelitian, terdiri dari 15 ibu menyusui yang mengalami *breast engorgement*. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*, sehingga kriteria inklusi sampel adalah ibu menyusui yang bersedia menjadi responden dan ibu menyusui yang mengalami *breast engorgement*. Adapun responden pada penelitian ini terdiri dari 15 orang ibu menyusui yang mengalami *breast engorgement*.

Penelitian ini berlokasi di wilayah kerja Puskesmas Jaten 2, yang dilakukan pada bulan Mei-April 2024. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar kuesioner

Numeric Rating Scale (NRS) (Potter & Perry, 2013). Penelitian ini juga telah mendapatkan surat Ethical Clearance (EC) dengan nomor 2234/UKH.L.02/EC/2024.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Responden

Tabel 1 Distribusi frekuensi karakteristik responden

| Karakteristik | Frekuensi (F) | Presentase (%) |
|-------------------|---------------|----------------|
| Usia ibu | | |
| 20 – 25 | 3 | 20.0 |
| 26 - 30 | 6 | 40.0 |
| 31 – 35 | 2 | 13.0 |
| >35 | 4 | 26.7 |
| Pendidikan | | |
| SMP | 0 | 0.0 |
| SMA | 8 | 16.0 |
| D3/S1 | 7 | 14.0 |
| Pekerjaan | | |
| irt | 12 | 24.0 |
| pns | 3 | 6.0 |
| wiraswata | 0 | 0.0 |
| Status persalinan | | |
| Normal | 8 | 16.0 |
| Caesar | 7 | 14.0 |
| Paritas | | |
| Primipara | 5 | 10.0 |
| Multipara | 10 | 20.0 |
| Grade multipara | 0 | 0 |
| Riwayat | | |
| Menyusui | 10 | 20.0 |
| Ya | 5 | 10.0 |
| Tidak | | |

Berdasarkan Tabel 1, distribusi frekuensi responden menunjukkan bahwa berdasarkan usia, mayoritas responden berada pada rentang usia 26–30 tahun dengan jumlah 6 responden (40,0%). Berdasarkan tingkat pendidikan, responden dengan pendidikan tertinggi adalah lulusan SMA yaitu sebanyak 8 responden (16,0%). Berdasarkan pekerjaan, mayoritas responden adalah ibu rumah tangga sebanyak 12 responden (24,0%). Sedangkan berdasarkan status persalinan, responden

melahirkan secara spontan sebanyak 8 orang (16,0%). Frekuensi responden berdasarkan paritas adalah multipara dengan jumlah 10

responden (20,0%). Dan frekuensi ibu menyusui sebanyak 10 responden (20,0%).

Karakteristik responden berdasarkan skala nyeri *breast engorgement* pra dan pasca intervensi pada hari pertama dan hari kedua

Tabel 2 karakteristik skala nyeri *pre – post test* hari pertama dan kedua

| Kompres Daun Kubis Dingin | | | | | | | | | | | |
|---------------------------|-------|------|-----------------|-------|------|-----------------|-------|------|------------------|-------|------|
| Mean | | | | | | | | | | | |
| Hari Pertama | | | | | | Hari Kedua | | | | | |
| <i>Pre Test</i> | | | <i>Pre Test</i> | | | <i>Pre Test</i> | | | <i>Post Test</i> | | |
| Pagi | Siang | Sore | Pagi | Siang | Sore | Pagi | Siang | Sore | Pagi | Siang | Sore |
| 5,47 | 5,47 | 4,47 | 5,47 | 4,47 | 4,47 | 4,47 | 3,47 | 2,47 | 3,47 | 2,47 | 1,47 |
| Total | | 15 | | | | | | | | | |

Berdasarkan tabel 2, terdapat hasil rata-rata skala nyeri pada 15 responden sebelum diberikan kompres daun kubis dingin pada hari

pertama (pagi) adalah 5,47. Setelah pemberian kompres daun kubis dingin pada hari kedua (sore), rata-rata skor nyeri turun menjadi 1,47.

Analisis pengaruh kompres daun kubis dingin sebelum dan sesudah diberikan intervensi pada skala nyeri *breast engorgement* hari pertama dan hari kedua

Tabel 3 Hasil analisis pengaruh kompres daun kubis dingin pada ibu menyusui dengan *breast engorgement*

| Variabel | Hasil | | | |
|---|------------------|--------------------|----------|----------------------------|
| <i>Breast engorgement pre post</i> intervensi terapi non- farmakologis kompres daun kubis dingin | <i>Mean Rank</i> | <i>Sum of Rank</i> | <i>Z</i> | <i>Asymp.Sig(2-tailed)</i> |
| | 8,00 | 120,00 | -3,873 | <,001 |

Hasil data karena tidak terdistribusi normal, sehingga peneliti melakukan analisis data dengan menggunakan uji non parametrik yaitu Wilcoxon Signed Rank Test. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai *Asymp.Sig. (2-tailed)* < 0,001 (< 0,05) sehingga terdapat

kesimpulan bahwa H_0 diterima. Artinya ada pengaruh pemberian kompres dingin daun kubis pada ibu menyusui yang mengalami *breast engorgement*.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Dari data yang didapat pada Tabel 1 menunjukkan karakteristik responden yang mayoritas berusia 20–30 tahun yaitu sebanyak 6 responden (40,0%). Pendidikan akhir terbanyak adalah SMA sebanyak 8 responden (16,0%). Paling sering bekerja sebagai ibu rumah tangga yaitu 12 responden (24,0%). Jenis persalinan terbanyak adalah persalinan normal sebanyak 8 responden (16,0%). Paritas dan riwayat menyusui masing-masing diperoleh 10 responden (20,0%). Berdasarkan umur, mayoritas berumur 20-30 tahun (40,0%).

Temuan tersebut sejalan dengan penelitian Oktaviani dkk. (2022) yang menjelaskan bahwa, salah satu faktor yang mempengaruhi *breast engorment* adalah usia. Normalnya seorang ibu dapat berisiko mengalami *breast engorment* sebesar 48,9%. Yang mana rentang usia di bawah 20 tahun memiliki risiko yang lebih tinggi mengalami *breast engorment* yaitu 70,8%. Selain itu, kesehatan reproduksi seseorang cenderung optimal pada masa kehamilan, persalinan, dan nifas pada usia 20-35 tahun, sehingga produksi ASI meningkat pada usia tersebut. Peningkatan produksi ASI yang tidak dikeluarkan secara efektif dan tepat dapat menyebabkan masalah menyusui, seperti *breast engorment*.

Berdasarkan data, responden yang memiliki tingkat pendidikan SMA yaitu sebanyak 8 orang (16,0%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Oktaviani dkk. (2022) yang menunjukkan bahwa faktor lain yang mempengaruhi retensi ASI adalah tingkat pendidikan ibu. Tingkat pendidikan berperan

dalam memberikan pengetahuan yang dapat mempengaruhi perubahan perilaku positif. Pendidikan tinggi berkaitan dengan kompetensi seseorang untuk memahami informasi dan pengetahuan baru. Semakin tinggi tingkat pendidikan, maka semakin tinggi kemampuan seseorang dalam menerima dan memahami informasi yang diterima.

Menurut penelitian Noor dkk. (2023), semakin tinggi tingkat pendidikan maka pengetahuan tentang teknik pemerasan ASI akan semakin meningkat. Selain itu penelitian Witt, Bolman, & Kredit (2016) menunjukkan bahwa pendidikan seseorang berpengaruh terhadap proses belajar. Dengan memiliki tingkat pendidikan yang tinggi, khususnya seorang ibu akan lebih mudah menerima informasi mengenai manajemen laktasi yang baik sehingga dapat membantu mencegah *breast engorment*.

Berdasarkan data responden yang berprofesi sebagai IRT (ibu rumah tangga) yaitu sebanyak 12 responden (24,0%). Pekerjaan merupakan kebutuhan penting untuk menunjang kehidupan pribadi dan keluarga. Nursalam (2010) dalam Laili (2018) menyatakan bahwa bekerja tidak hanya sekedar sumber kesenangan, tetapi juga sarana untuk memperoleh ilmu pengetahuan (Notoatmodjo, 2012).

Berdasarkan data, jenis persalinan normal sebanyak 8 responden (16,0%). Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Marito dkk. (2019) yang menemukan hubungan antara jenis persalinan dengan kejadian *breast engorment* (p-value 0,001). Penelitian Karatay, Gurarslan, & Ergin

(2018) dan Santos et al. (2016) menunjukkan bahwa persalinan sesar dapat menyebabkan *breast engorgement*. Penelitian Romlah & Sari (2019) menambahkan bahwa persalinan sesar dapat menimbulkan rasa tidak nyaman, seperti rasa nyeri setelah melahirkan, sehingga dapat menghambat ibu dalam merawat bayinya dan mempengaruhi proses menyusui.

Berdasarkan data paritas sebanyak 10 responden (20,0%). Hasil dari penelitian ini didukung oleh hasil penelitian dari Oktarida (2023) yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara paritas dengan kejadian *breast engorgement*, dengan paritas mempunyai risiko mengalami pembengkakan payudara sebesar 51,1%. Responden yang mengalami *breast engorgement* sebagian besar merupakan ibu primipara. Hal ini disebabkan oleh kurangnya pengalaman dalam memberikan ASI dan perawatan payudara, serta penggunaan bra yang ketat sehingga dapat menyebabkan tekanan pada payudara dan penumpukan ASI yang berlebihan pada saluran susu sehingga menyebabkan *breast engorgement*.

Berdasarkan data, 10 responden (20,0%) mempunyai riwayat menyusui. Penelitian Lowdermilk, Perry, & Cashion (2013) menyatakan bahwa durasi menyusui berpengaruh terhadap keberhasilan menyusui. Waktu efektif menyusui bayi adalah sekitar 30-40 menit (15-20 menit per payudara), dan setiap sesi menyusui sebaiknya dilakukan bergantian antara kedua payudara. Durasi menyusui yang tidak tepat dapat menyebabkan penumpukan ASI di saluran susu sehingga berpotensi menyebabkan *breast engorgement*.

Menurut Anita dkk. (2021), *Breast engorgement* bisa terjadi karena frekuensi menyusui yang tidak teratur. Frekuensi dan durasi menyusui yang kurang optimal bisa mengakibatkan pengosongan payudara tidak tuntas sehingga mengakibatkan *breast engorgement*.

Karakteristik responden berdasarkan skala nyeri *breast engorgement* Pra dan pasca intervensi pada hari pertama dan hari kedua

Berdasarkan Tabel 2 penelitian Nuraini & Lestari (2021) Salah satu masalah payudara yang sering dialami ibu menyusui adalah *breast engorgement*, hasil penelitian tersebut menunjukkan *breast engorgement* adalah pembengkakan payudara disertai rasa nyeri yang disebabkan oleh peningkatan aliran vena dan limfatik. *Breast engorgement* bisa terjadi jika frekuensi menyusui kurang dan kondisi puting susu tidak normal.

Jika ibu menyusui mengalami penyumbatan ASI, maka payudara akan terasa membesar, panas, dan keras, disertai nyeri pada payudara dan suhu tubuh ibu bisa mencapai 38°C. Kondisi ini dapat menyebabkan tertundanya pemberian ASI yang pada akhirnya menyebabkan ASI menumpuk di payudara dan berpotensi menyebabkan pembengkakan. Dampak psikologis yang mungkin dialami ibu adalah perasaan tidak mampu menyusui bayinya (Marlinda et al., 2021)

Penelitian ini dilaksanakan dalam kurun waktu 2 hari dengan pemberian perlakuan sebanyak 3 kali sehari yaitu pagi, siang, dan malam. Dihari pertama pada pagi hari sebelum diberikan terapi kompres daun

kubis dingin, terdapat 15 responden mengalami nyeri sedang. Pada hari kedua disiang hari setelah diberikan terapi kompres daun kubis dingin, sebanyak 15 responden mengalami penurunan rasa nyeri, yang tadinya nyeri sedang menjadi nyeri ringan.

Jika oksitosin tidak dikeluarkan dengan lancar, maka produksi ASI akan terhambat sehingga dapat memperburuk kondisi *breast engorment* yang dapat menimbulkan rasa tidak nyaman pada ibu nifas (Ratnawati, 2017). Ketidaknyamanan pada payudara ibu pasca melahirkan disebabkan oleh munculnya rasa nyeri dan panas dipayudara dan perubahan suhu tubuh.

Faktor adaptasi fisiologis yang mempengaruhi tingkat kenyamanan selama menyusui antara lain ketidakseimbangan produksi hormon prolaktin dan oksitosin, puting susu terbalik, keterlambatan menyusui, serta posisi dan teknik menyusui yang salah. Sedangkan faktor adaptasi psikologis yang mempengaruhi kenyamanan selama masa menyusui antara lain stres peran baru, konsep diri, pengalaman masa lalu, dan dukungan sistem. Ibu nifas yang mengalami *Breast engorment* memerlukan tindakan atau intervensi keperawatan untuk mengurangi rasa tidak nyaman pada payudara.

Salah satu pendekatan intervensi non farmakologi yang dapat digunakan adalah kompres daun kubis dingin. Hal pertama yang harus dilakukan adalah menyimpan kubis dalam lemari es selama 20 – 30 menit, kemudian kompres daun kubis dingin tersebut pada payudara ibu yang mengalami *breast engorment* hingga menutupi seluruh bagian

permukaan payudara yang sakit. Lakukan kegiatan tersebut selama 30 menit dan sebanyak 3 kali sehari dalam selang waktu selama 2 hari berturut-turut (Angel, Manju & Sombila, 2017).

Keampuhan penggunaan daun kubis untuk mengatasi *breast engorment*, adalah karena pada daun kubis terdapat sewa belerang (sulfur) yang dapat digunakan sebagai pereda radang khususnya pada *breast engorment* (Damayanti, Ariani, & Agustin, 2020). Penelitian Adiyoga yang dikutip dalam penelitian Wike (2016) juga memperkuat hal tersebut, menyatakan bahwa kubis merupakan sayuran yang mengandung belerang, salah satu nutrisi penting untuk membantu mengurangi peradangan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai pengaruh kompres daun kubis dingin terhadap skala nyeri ibu menyusui dengan *breast engorment* di Puskesmas Jaten 2, diperoleh kesimpulan sebagai berikut terdapat pengaruh kompres kubis dingin pada terapi skala nyeri ibu menyusui dengan *breast engorment* di Puskesmas Jaten 2.

Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat mencegah dan membantu ibu jika terjadi *breast engorment* pada ibu menyusui.

SARAN

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan acuan bagi peneliti berikutnya yang akan melakukan penelitian dengan tema yang sama dan variabel yang berbeda.

Dan bagi peneliti selanjutnya agar tidak mengiming-imingi responden sasaran agar bersedia menjadi responden penelitian, karena hal tersebut tidak sesuai dengan *ethical clearance*.

TERIMAKASIH

1. Para Dosen dan para staf di Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Kusuma Husada
2. Teman – teman seperjuangan Program Alih Kredit Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Kusuma Husada
3. Seluruh pihak yang telah memberikan *support* baik moral maupun material dalam penyusunan penelitian ini, yang tidak bisa disebutkan peneliti satu persatu
4. Seluruh ibu – ibu di Puskesmas Jaten 2 yang bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini

DAFTAR PUSTAKA

- Astutik, R. Y. (2018). Payudara Dan Laktasi. In Salemba Medika. *Perbandingan Efektivitas Kompres Air Hangat Dan Kompres Daun Kol Untuk Mengurangi Nyeri Pada Ibu Dengan Pembengkakan Payudara Di Wilayah Kerja Puskesmas Wana Kabupaten Lampung Timur Tahun 2020*. Jurnal Maternitas Aisyah (JAMAN AISYAH), 1(3), 150–157
- Afiyanti, Y & Rachmawati, I,N. (2014). *Metodologi Penelitian Kualitatif Dalam Ali*, Zaidin. (2009). *Pengantar Keperawatan Keluarga*, Jakarta: Ega
- Ariescha Putri Ayu, Y., Manalu, A. B., & Aini, N. (2020). Di Klinik Bersalin Kasih Ibu Deli Tua Kabupaten Deli Serdang Tahun 2019 Jalan Besar Deli Tua , No , 77 Kecamatan Deli Tua Kab . *Deli Serdang One of common problems associated with breastfeeding is breast engorgement . This breast swelling can cause the mo.* 2(2). Asih, Y. (2016). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Jakarta: CV Trans Info Media.
- Bernadeta N. S, Anggorowati, & Muhammad N. (2021). *Pemilihan Sampel Kubis Dalam Penggunaan Intervensi Kompres Dingin Untuk Menurunkan Breast Engorgement. Journal Of Tscners*
- Bernadeta N. S, dkk. (2021). *Literature Review : Intervensi Non Farmakologis Terhadap Breast Engorgement Pada Ibu Post Partum. Jurnal Keperawatan Volume 13 Nomor 1, Maret 2021 e-ISSN 2549-8118; p-ISSN-2085-1049 <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan>*
- Bradley, Maher, & Boccon-Gibod, 2012). Bradley, W., Maher, D., & Boccon-Gibod,G. (2012). *U.S. Patent No. 8,234,387*. Washington, DC: U.S. Patent and Trademark Office.
- Damayanti, dkk. (2019). *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*. Journal of issues in midwifery
- Dewi, A.P.S. (2016). *Efek pijat punggung terhadap produksi asi pada ibu pasca bedah sesar di rsud kebumen*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Aisyiyah Yogyakarta
- Dewi, dan maharani, U. (2016). *Factor yang mempengaruhi praktik menyusui pada ibu post section*. *Jurnal ilmiah ilmu Kesehatan vol.9, no.1*, 43-47
- Damayanti, E., Ariani, D. and Agustin, D. (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*', *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*, 4, pp. 54–66. doi:10.21776/ub.JOIM.2020.004.02.1
- Dinkes Provinsi Jawa Tengah. (2019). *Upaya Sektor Kesehatan Masyarakat dalam Tantangan Bonus Demografi di Jawa Tengah*. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah.
- Ebrahim, R. M., Esmat, O. M. 2018. Effect of Educational Program on Mother' Using For Nonpharmacological Therapies to Alleviate Breast Engorgement after Cesarean VSection.Fakulty of Nursing Ain

Shams University. Diakses dari <http://www.noveltyjournals.com> tanggal 3 Januari 2009