

KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN KOMPRES DAUN KOL DINGIN UNTUK MENGURANGI
NYERI DAN PEMBENGGAKAN PAYUDARA IBU POST PARTUM
DI PMB JEMANIS, ALIAN
KEBUMEN

Diajukan untuk Memenuhi Jenjang Pendidikan

Diploma III Kebidanan



PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM DIII
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
MUHAMMADIYAH GOMBONG
TAHUN 2018

HALAMAN PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN KOMPRES DAUN KOL DINGIN UNTUK MENGURANGI
NYERI DAN PEMBENGGAKAN PAYUDARA IBU *POSTPARTUM*
DI PMB JEMANIS, ALIAN
KEBUMEN

Disusun Oleh :

Widia Murtiningsih

B1501324

Telah memenuhi Persyaratan dan Disetujui untuk Mengikuti
Ujian Karya Tulis Ilmiah

Oleh :

Pembimbing : Umi Laelatul Qomar, S.ST, MPH

Tanggal : 14 Juli 2018

Tanda Tangan : 

Mengetahui,

Ketua Program Studi Kebidanan Program DIII


Eka Novyriana, S.ST, MPH

HALAMAN PENGESAHAN

**KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN KOMPRES DAUN KOL DINGIN UNTUK MENGURANGI
NYERI DAN PEMBENGGAKAN PAYUDARA IBU *POSTPARTUM*
DI PMB JEMANIS, ALIAN
KEBUMEN**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh :

Widia Murtiningsih

B1501324

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
pada tanggal 26 Juli 2019

Penguji

1. Siti Mutoharoh, S.ST.,MPH
2. Umi Laelatul Qomar, S.ST.,MPH

Mengetahui,

Ketua Program Studi Kebidanan-Program DIII


Eka Novyriana, S.ST., MPH

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini menyatakan bahwa dalam penulisan laporan Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Penerapan kompres daun kol dingin untuk mengurangi nyeri dan pembengkakan payudara pada ibu *postpartum* di PMB Jemanis Alian, Kebumen” tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk penelitian atau untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada perguruan tinggi yang lain, dan sepanjang pengetahuan peneliti juga tidak terdapat karya orang lain atau pendapat orang lain yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Gombang, Juli 2018
PENTERA
KEMPEL
FEBEBAFF135276431
6000
EKAMBU RUPIAH
Winda Mutmingsih

KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN KOMPRES DAUN KOL DINGIN UNTUK MENGURANGI
NYERI DAN PEMBENGGKAKAN PAYUDARA IBU *POSTPARTUM*
DI PMB JEMANIS, ALIAN, KEBUMEN.¹
Widia Murtiningsin², Umi Laelatul Qomar³

INTISARI

Latarbelakang: Pembengkakan payudara merupakan salah satu masalah dalam proses menyusui yang sering dialami ibu postpartum. Di Indonesia angka kejadian pembengkakan 55% dari seluruh ibu *postpartum*. Salah satu cara untuk mengurangi nyeri dan pembengkakan payudara yaitu dengan melakukan kompres daun kol dingin. Hal ini efektif karena tingginya kandungan sulfur yang bersifat antibiotik dan terapi dingin yang berfungsi analgetik.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan melakukan penerapan kompres daun kol dingin untuk mengurangi nyeri dan pembengkakan payudara ibu *postpartum*. Disamping itu untuk mengetahui nyeri dan pembengkakan pada payudara sebelum dan sesudah dilakukan kompres daun kol dingin.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode deskriptif analitik. Penelitian ini dilakukan pada ibu *postpartum* yang mengalami pembengkakan payudara. Pembengkakan payudara diukur menggunakan skala *engorgement*. Sedangkan nyeri diukur menggunakan skala NRS.

Hasil: Setelah bidan melakukan asuhan pada 5 orang, partisipan mengalami pengurangan nyeri dan pembengkakan payudara pada asuhan hari kedua. 60% partisipan mengalami penurunan pembengkakan 2 skala dan sisanya mengalami penurunan 1 skala menurut skala *engorgement*. Sedangkan skala nyeri semua partisipan mengalami penurunan 3 skala.

Kata Kunci : Nyeri, pembengkakan payudara, ibu postpartum, kompres daun kol dingin.

Kepustakaan : (2007-2017)

Jumlah Halaman : XI + 89 Halaman + 7 Lampiran

¹Judul

²Mahasiswa prodi DIII Kebidanan

³Dosen STIKes Muhammadiyah Gombong

SCIENTIFIC PAPER
THE APPLICATION OF COLD CABBAGE LEAF COMPRESS TO
REDUCE BREAST PAIN AND ENGGORGE MENT OF POSTPARTUM
IN INDEPENDENT MIDWIFERY CLINIC OF JEMANIS
AT ALIAN, KEBUMEN¹

Widia Murtiningsih², Umi Laelatul Qomar³

ABSTRACT

Background: Breast engorgement is one of the problems in breastfeeding process that postpartum mothers often experience. In Indonesia the incidence of engorgement is 55% of all postpartum mothers. One of the ways how to reduce the pain and engorgement of their breasts is by applying a cold cabbage leaves compress. It is effective because of the high content of sulfur which serves as antibiotic and because the cold therapy serves as an analgesic.

Objective: This study aims at applying compress of cold cabbage leaves to reduce breast pain and engorgement of postpartum mothers. Besides, it is to know the pain and breast engorgement before and after applying cold cabbage leaves compress.

Method: This scientific paper is an analytical descriptive. The study was conducted on postpartum mothers who experienced breast engorgement. Breast engorgement was measured by using engorgement scale, while the pain was measured by using a NRS scale.

Result: After having midwifery care by applying cold cabbage leaf compress, there was a decrease in pain and engorgement of the breast of all participants on the second day care. There were 60% of the participants had engorgement 2 scale decrease and the others had 1 scale according to engorgement scale. Meanwhile, the pain scale of all participants had decreased by 3 scales.

Keywords : Breast pain, breast engorgement, postpartum, cabbage leaf compress

Literature : 2007-2017

Number of pages : XI+ 89 pages+ 7 appendices

¹Title

²Student of DIII Program of Midwifery Dept

³Lecturer of Muhammadiyah Health Science Institute of Gombang

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan nikmat, taufik dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini tepat pada waktunya.

Adapun dalam pembuatan karya tulis ilmiah ini penulis banyak menemukan hambatan dan kesulitan, namun berkat motivasi, bimbingan dan dukungan serta doa dari berbagai pihak, penulis dapat menyelesaikan proposal karya tulis ilmiah ini dengan cukup baik.

Pada kesempatan ini dengan segala kerendahan hati, izinkanlah penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Hj. Herniyatun, M.Kep.,Sp.Mat selaku Ketua Stikes Muhammadiyah Gombong, yang telah memberikan kami kesempatan untuk belajar dan mendapatkan pengetahuan di PMB ini.
2. Ibu Eka Novyriana, S.ST., MPH selaku Ketua Program Studi DIII Kebidanan di Stikes Muhammadiyah Gombong, yang telah memberikan kami kesempatan untuk belajar dan mendapatkan pengetahuan dikampus ini.
3. Ibu Umi Laelatul Qomar,S.ST.,MPH selaku pembimbing yang telah bersedia berbagi pengetahuan dan mengarahkan penulis dari awal sampai akhir dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
4. Serta semua pihak yang turut membantu terselesainya Karya Tulis Ilmiah ini yang tidak dapat kami sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa penyusunan karya tulis ilmiah ini masih jauh dari kata sempurna, maka kritik dan saran yang membangun sangat kami harapkan dari segala pihak. Penyusun berharap karya tulis ilmiah ini dapat bermanfaat bagi para penulis dan khususnya bagi para pembaca.

Gombong, Juli 2018

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
INTISARI.....	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB I PENDAHULUAN	
A.Latar Belakang Masalah	1
B.Tujuan	4
C.Manfaat	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A.Tinjauan Teori	
1. Masa Nifas.....	6
2. Pembengkakan Payudara.....	10
3. Nyeri	14
4. Kompres Daun Kol.....	29
B.Kerangka Teori.....	34
BAB III METODE PENELITIAN	
A.Jenis Penelitian.....	35
B.Populasi dan Sampel	36
C.Tempat dan Waktu Penelitian	37
D.Instrumen	37
E.Metode Pengolahan Data.....	41
F.Etika Penelitian	42
BAB IV MANAJEMEN KASUS, HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Manajemen Kasus	45
B. Hasil	85
C. Pembahasan	92
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	93
B. Saran.....	100
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Tabel Observasi.....	38
Tabel 2. Penerapan kompres daun kol dingin	86
Tabel 3. <i>Numeric Rating Scale</i> (NRS)	91
Tabel 4. Skala enggorment	92



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 <i>Numeric Rating Scale (NSR)</i>	25
Gambar 2 <i>Visual Analogue Scale (VAS)</i>	27
Gambar 3 Gambar Daun Kol	32
Gambar 4 Gambar Kompres Daun Kol.....	33
Gambar 5 Kerangka Teori.....	34



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Informed Consent
- Lampiran 2. Lembar Observasi
- Lampiran 3. Lembar Instrumen Nyeri
- Lampiran 4. Lembar Observasi Penerapan
- Lampiran 5. SOP Kompres Daun Kol Dingin
- Lampiran 6. Jadwal Penelitian
- Lampiran 7. Lembar Konsultasi



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Survei demografi dan kesehatan (SDKI) tahun 2012-2013 menunjukkan bahwa 55% ibu menyusui mengalami bengkak dan mastitis, karena kurangnya perawatan payudara selama kehamilan (Departemen Kesehatan Republik Indonesia, 2012). Sedangkan survei demografi dan kesehatan Indonesia (SDKI) dari tahun 2011-2012 menunjukkan bahwa 55% ibu menyusui mengalami mastitis dan puting susu lecet. Menurut penelitian Wijayanti (2010) dalam (Murniati, Suprapti, & Kusumawati, 2012) dari 32 orang yang mengalami bendungan ASI, 12% orang (37,5%) mengatakan penyebab terjadinya bendungan ASI dikarenakan terlambat memberikan ASI, 19 orang (59,37%) mengatakan terjadi infeksi pada payudara, dan sisanya 1 orang (3,12%) mengatakan bendungan ASI dialami karena adanya penyakit tuberculose.

Berdasarkan data dari Profil Kesehatan Republik Indonesia selama 3 tahun berturut-turut yaitu tahun 2012, 2013 dan 2014 capaian ASI Eksklusif di Indonesia mengalami peningkatan dan penurunan. Capaian ASI Eksklusif Indonesia pada tahun 2012 berada pada angka 48,62%, kemudian mengalami peningkatan ditahun 2013 ialah 54,3%. Sedangkan pada tahun 2014 capaian ASI eksklusif di Indonesia mengalami penurunan yaitu menjadi 52,3% (Departemen Kesehatan Republik Indonesia, 2015).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Jawa Tengah tahun 2012, cakupan pemberian ASI eksklusif di Jawa Tengah hanya sekitar 25,6 %. Angka tersebut lebih rendah dibandingkan pada tahun 2011 yakni sebesar 45,18%. Di Jawa Tengah ditemukan ibu nifas dengan bendungan ASI sebanyak 1-3% kejadian bendungan ASI dari 100 ibu nifas di perkotaan dan 2-13% kejadian bendungan ASI dari 100 ibu nifas di pedesaan. Penelitian terjadinya bendungan ASI adalah pada ibu-ibu pekerja dari 16% dari ibu yang menyusui. Adanya kesibukan keluarga dan pekerjaan menurunkan tingkat perawatan dan perhatian ibu dalam melakukan perawatan payudara, sehingga akan cenderung mengakibatkan terjadinya bendungan ASI (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2009)

Penyebab bendungan ASI diantaranya adalah peningkatan produksi ASI, pelekatan yang kurang baik, keterlambatan menyusui dini, pengeluaran ASI yang jarang, adanya pembatasan waktu menyusui (Wambach, 2014). Faktor lainnya yakni ibu memilih untuk tidak menyusui bayinya atau keguguran, bayi lahir mati, ibu dengan virus HIV, HBsAG, TBC, Kanker, ibu yang sedang menjalani pengobatan, ibu dengan pembedahan payudara dan ibu dengan cedera payudara (Cunningham, 2013).

Bendungan ASI menyebabkan nyeri pada ibu post partum, teknik menyusui yang salah dapat menyebabkan nyeri pada ibu *postpartum* (Rukiyah & Yuliana, 2010). (Andarmoyo, 2010) mendefinisikan nyeri sebagai suatu sensori subjektif dan pengalaman emosional yang tidak menyenangkan

berkaitan dengan kerusakan jaringan yang aktual, potensial atau yang dirasakan dalam kejadian saat terjadi kerusakan.

Untuk mengurangi nyeri dapat dilakukan secara farmakologis dan nonfarmakologis. Secara farmakologis diberikan analgesia, seperti Asetaminifen (Tylenon), Ketorolak (Toradol) (Perry & Potter, 2006), meperidin 50 hingga 75 mg diberikan secara intramuskular setiap 3 jam seperlunya untuk mengatasi ketidaknyamanan (Cunningham, 2013). Penatalaksanaan nyeri nonfarmakologis terdiri dari penanganan nyeri berdasarkan stimulasi fisik dan perilaku kognitif. Penanganan fisik meliputi stimulasi kulit, stimulasi elektrik saraf kulit transkutan (TENS, Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation), akupuntur, dan pemberian plesbo. Intervensi perilaku kognitif meliputi tindakan distraksi, tehnik relaksasi, imajinasi terbimbing, umpan balik biologis, hipnosis dan sentuhan terapeutik (Tamsuri, 2007).

Menurut Dalimartha, (2011) dalam jurnal penelitian (Astutik & Endah, 2016)kubis atau kol (*Brassica Oleracea* Var. *Capitata*) merupakan sayuran yang sangat ekonomis yang sangat mudah ditemukan disekitar kita. Kubis kaya akan fitonutrien dan berbagai vitamin seperti vitamin A, C ,E dan kandungan glukosinolate mempunyai aktivitas antikanker. Kubis juga kaya akan kandungan sulfur yang diyakini dapat mengurangi pembengkakan dan peradangan payudara (Green, 2015) dalam jurnal penelitian(Astutik & Endah, 2016).

Hasil penelitian Robert (1995) dalam jurnal penelitian(Deswani, Gustina, & Rochimah, 2014),tentang pendinginan kol yang membandingkan pendinginan kol suhu ruangan dan pendinginan kol di dalam kulkas sama efektifnya dalam menurunkan sakit pada pembengkakan. Penelitian juga dilakukan oleh(Aprida, 2017), bahwa daun kol efektif untuk mengurangi pembengkakan payudara ibu *postpartum*. Ditunjang oleh hasil penelitian(Biancuzzo, 1999), menunjukkan bahwa kompres daun kol efektif dalam mengurangi ketidaknyamanan pada payudara saat penuh dan bengkak.

Bidan Praktek Mandiri (BPM) adalah bentuk pelayanan kesehatan dibidang kesehatan dasar. Praktek bidan adalah serangkaian kegiatan pelayanan kesehatan yang diberikan oleh bidan kepada pasien (individu, keluarga dan masyarakat) sesuai dengan kewenangan dan kemampuannya. Bidan yang menjalankan praktek harus memiliki Surat Izin Praktek Bidan (SIPB) sehingga dapa menjalankan praktek pada sarana kesehatan atau program (Imamah, 2012).

Hasil penelitian yang dilakukan di BPM Jemanis Alian Kebumen selama 5 minggu dperoleh ibu nifas 10 orang. Ibu *postpartum* yang mengalami pembengkakan payudara diwilayah tersebut sebanyak 7 orang dan 3 orang normal.

Berdasarkan latar belakang penulis tertarik melakukan penelitian tentang penerapan kompres daun kol dingin untuk mengurangi nyeri dan pembengkakan payudara ibu *post partum*.

B. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mampu menerapkan kompres daun kol dingin untuk mengurangi nyeri dan pembengkakan payudara ibu *post partum*.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui nyeri dan pembengkakan payudara ibu *post partum* sebelum dilakukan kompres daun kol dingin.
- b. Mengetahui nyeri dan pembengkakan payudara ibu *post partum* setelah dilakukan kompres daun kol dingin.

C. Manfaat Penelitian

a. Bagi ibu postpartum

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan baru bagi ibu *postpartum* yang mengalami pembengkakan payudara dengan menggunakan kompres daun kol dingin.

b. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan bagi peneliti mengenai kompres daun kol dingin untuk mengatasi pembengkakan payudara ibu *postpartum*.

c. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi baru tentang kompres daun kol dingin untuk mengatasi pembengkakan payudara ibu *postpartum*.

DAFTAR PUSTAKA

- Andarmoyo, S. (2010). *Konsep dan Keperawatan Nyeri*. Yogyakarta: Ar-Ruzz.
- Andarmoyo, S. (2013). *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*. Yogyakarta: Ar-Ruzz.
- Anggraeni, Y. (2010). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Yogyakarta: Rineka Cipta.
- Aprida, R. A. (2017). Penerapan kompres daun kol untuk mengurangi pembengkakan payudara ibu postpartum. Available Online On elib.stikesmuhgombong.ac.id/.../RIRIN%20ARIYANTI%20APRIDA%20NIM.%20B1. Accessed 20 Februari 2018
- Ardinata, D. (2007). MULTIDIMENSIONAL NYERI . *Jurnal Keperawatan Rufaidah Sumatera Utara, Volume 2 Nomor 2, November 2007, 77-81*. Available Online On <http://repository.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/21184/ruf-nov2007-2%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y> Accessed 1 Maret 2018
- Astutik, & Endah, Z. (2016). Pengaruh pemberian kompres daun kubis dingin terhadap skala pembengkakan payudara pada ibu postpartum dengan engorgement di Kecamatan Bergas. Available Online On <https://anzdoc.com/pengaruh-pemberian-kompres-daun-kubis-dingin-terhadap-skala-.html> Accessed 27 Februari 2018
- Biancuzzo, M. (1999). *The jurnal of perinatal & neonatal nursing*.
- Bruner, S. (2002). *Buku Ajar Keperawatan Bedah Edisi 8*. Jakarta.
- Cunningham. (2013). Pengaruh pemberian kompres daun kol dingin untuk mengurangi nyeri pembengkakan ibu postpartum dengan engorgement di kecamatan Bergas. Available Online On <https://anzdoc.com/pengaruh-pemberian-kompres-daun-kubis-dingin-terhadap-skala-.html> Accessed 16 Februari 2018
- Dedi, A. (2007). Multidimensional Nyeri. *Jurnal Keperawatan Rufaidah Sumatra Utara, Volume 2, Nomor 2. November 2007*.
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2012). *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Depkes RI.
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2015). *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Depkes RI.

- Deswani, Gustina, & Rochimah. (2014). Efek plasebo kompres daun kol dingin dalam mengatasi pembengkakan payudara pada ibu postpartum. *Jurnal Keperawatan Vol. 2 No. 3 Nopember*, hlm 13-23. Available Online On file:///C:/Users/ultimate/Downloads/33-54-1-SM%20(4).pdf Accessed 21 Februari 2018
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. (2009). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah*. Jawa Tengah: Dinkes Jateng.
- Disha, Rana, A., Singh, A., & Suri, V. (2015). Effect of chilled cabbage leaves vs. hot compression on breast engorgement among post natal mothers admitted in a tertiary care hospital. *Nurishing and Midwifery Reseach Journal, Vol 11, No. 1, January 2015*. Available Online On <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2763679/> Accessed 13 Maret
- Harahap. (2007). *The relation among pain intensity, pain acceptance, and pain behavior in patient with cronic cancer pain in Medan*. Indonesia: Head of healft departement of Nort Sumatera University.
- Hayati, F. (2014). Efektivitas supervised breast care terhadap pengaruh pembengkakan payudara pada ibu nifas di rumah sakit wilayah kecamatan Pontianak Selatan. Available Online On jurnal.untan.ac.id/index.php/jmkeperawatanFK/article/download/11394/10797. Accessed 25 Maret 2018
- Herbie, T. (2015). *Kitab Tanaman Berkhasiat Obat*. Yogyakarta: OCTOPUS Publishing House.
- Hidayat, A. A. (2009). *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Anaisis Data*. Jakarta: Erlangga.
- Hill, P., & Humerick, S. (1994). The occurence of breast engorgement . *Jurnal of human lactation*.
- Imamah. (2012). *Bidan Praktek Mandiri*.
- Jensen, & Karoly. (1992). In handbook of pain assesment, self-report scale, eds Turk D.C., Melzack R. (Guilford Press, Oxford, UK).
- Kristanto, A., & Arofiati, F. (2016). Efektifitas penggunaan cold pack dibandingkan relaksasi nafas dalam untuk mengatasi nyeri pasca operasi open reduction internal fixation (ORIF). *Indonesian journal of nurising practes Vol. 1 No. 1 Desember*, 68-75. Available Online On <http://journal.umy.ac.id/index.php/ijnp/article/view/3421> Accessed 17 Februari 2018
- 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. *Int J Clin Med* 2015. Available Online On <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26885074>. Accessed 3 Februari 2018

Marmi. (2015). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas "puerperium"*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Murniati, R., Suprapti, & Kusumawati, E. (2012). HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU NIFAS TENTANG BENDUNGAN ASI DENGAN. Available Online On <http:jurnal.unimus.ac.id>, 55-59. Accessed 27 Februari 2018

Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Novita, R. V. (2011). Efektifitas paket bunda ceria terhadap rasa nyeri dan pembengkakan payudara serta produksi ASI pada ibu postpartum di Jakarta. Available online on file:///E:/materi%20bendungan%20asi/MONO_THREE%20daun%20kol.pdf Accessed : 8 Februari 2018

Nursalam, & Parini. (2003). *Konsep & Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pedoman Skripsi, Tesis dan Instrumen Penelitian Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.

Perry, & Potter. (2006). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses & Praktik Edisi Ketujuh*. Jakarta: EGC.

Prasetyo. (2010). *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Prawirohardjo, S. (2009). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT. Bina Pustaka.

Prawirohardjo, S. (2010). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT. Bineka Pustaka.

Prawirohardjo, S. (2012). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT. Bineka Pustaka.

Rukiyah, & Yuliana. (2010). *Asuhan Kebidanan II*. Jakarta: Trans Info Media.

Rukiyah, & Yulianti. (2009). *ASuhan Kebidanan II*. Jakarta: Trans Indo Media.

Rukiyah, A. (2010). *Asuhan Kebidanan IV (Patologi Kwidanan)*. Jakarta: Trans Info Media.

Rutiani, Clara, E. A., & Lisna, A. F. (2016). Gambaran bendungan ASI pada ibu nifas dengan seksio sesarea berdasarkan karakteristik di rumah sakit Sariningsih Bandung. *Jurnal pendidikan keperawatan Vol 2(2). Prodi keperawatan FPOK Universitas Pendidikan Indonesia*. Available Online On [file:///C:/Users/ultimate/Downloads/4750-9206-1-SM%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/ultimate/Downloads/4750-9206-1-SM%20(1).pdf) Accessed 23 Februari 2018

- Saleha, S. (2009). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Jakarta: Salemba.
- Situmorang, & dkk. (2012). *Analisa Data: Untuk Riset Manajemen dan Bisnis Edisi 2*. Medan: USU Press.
- Suciati, D. K. (2014). *Ilmu Keperawatan Dasar*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sugiyono. (2009). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sulistiyawati, A. (2009). *Asuhan Kebidanan Pada ibu Nifas*. Yogyakarta: CV. Andi Offset.
- Sutarman. (2012). *Pengantar Teknologi Informasi*. Yogyakarta: Bumi Aksara.
- Tamsuri. (2007). *Konsep dan Penatalaksanaan Nyeri*. Jakarta: EGC.
- Wambach. (2014). Pengaruh pemberian kompres daun kol dingin untuk mengurangi nyeri pembengkakan payudara ibu postpartum dengan engorgement di kecamatan Bergas. Available Online On <https://anzdoc.com/queue/pengaruh-pemberian-kompres-daun-kubis-dingin-terhadap-skala-.html> Accesed 15 Februari 2018
- Wiknjosastro. (2010). *Buku Acuan Maternal dan Neonatal* . Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Wiknjosastro, & dkk. (2010). *Buku Acuan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Wirata, I. (2006). *Metode Penelitian* . Jakarta: Lembaga Penelitian, Pendidikan dan Penerangan Ekonomi dan Sosial.
- Zuhana, N. (2014). PERBEDAAN EFEKTIFITAS DAUN KUBISDINGIN (Brassica Oleracea Var. Capitata) DENGAN PERAWATAN PAYUDARA DALAM MENGURANGI PEMBENGKAKAN PAYUDARA (Breast Engorgement) DI KABUPATEN PEKALONGAN. Available Online On <http://eprints.undip.ac.id>, 28. Accesed 7 Februari 2018

Lampiran 5. SOP Penerapan Kompres Daun Kol Dingin

Manfaat	1. Mengurangi pembengkakan payudara ibu <i>post partum</i> .
Alat dan Bahan	1. Alat <ol style="list-style-type: none"> a. Lembar Observasi b. <i>Freezer</i> 2. Bahan <ol style="list-style-type: none"> a. Daun kol dingin
Prosedur Pelaksanaan	A. Sikap dan Perilaku <ol style="list-style-type: none"> 1. Memberi salam dan memperkenalkan diri 2. Menjelaskan maksud dan tujuan 3. Menjelaskan prosedur tindakan 4. Mengawali kegiatan dengan tasmiah dan mengakhiri dengan tahmid B. Isi/content <ol style="list-style-type: none"> 1. Memastikan bayi sedang tidur (2 hari sebelum dilakukan kopres kol dingin melakukan observasi jam tidur bayi). 2. Mencuci tangan. 3. Menyiapkan alat dan bahan. 4. Memilih daun kol yang masih segar. 5. Daun kol diambil secara utuh perlembar, usahakan tidak robek. 6. Cuci bersih daun kol. 7. Sebelum digunakan daun kol didinginkan dalam <i>freezer</i> sekitar 20-30 menit. 8. Tutupi semua area payudara yang bengkak. 9. Kompres payudara dilakukan di dalam BH ibu

berlangsung selama 20-30 menit.

C. Teknik

1. Tindakan sistematis dan berurutan
2. Tanggap terhadap reaksi pasien

D. Terminasi

1. Evaluasi tindakan
2. Mengucapkan salam



LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KTI

PRODI DIII KEBIDANAN

STIKES MUHAMMADIYAH GOMBONG

2018

Nama : Widia Murtiningsih
 NIM : B1501324
 Pembimbing : Umi Lailatul Q. S.ST. M.P.H
 Kegiatan : Konsultasi

No	Hari/ tanggal	Rencana Bimbingan	Realisasi	Ttd
1	Rabu 23 Mei 2018	Konsultasi BAB IV dan BAB V	Revisi	Umi L.Q. S.ST. MPH
2	Jumat 25 Mei 2018	Konsultasi BAB IV manajemen kasus	Revisi	Umi L.Q. S.ST. MPH
3	Rabu 30 Mei 2018	Konsultasi BAB IV manajemen kasus & Hasil	Revisi	Umi L.Q. S.ST. MPH
4	Senin 4 Juni 2018	Konsul BAB IV Hasil dan Pembahasan	Revisi	Umi L.Q. S.ST. MPH
5	Rabu 6 Juni 2018	Konsul BAB IV dan BAB V	Revisi	Umi L.Q. S.ST. MPH
6	Kamis 20 Juni 2018	Konsul BAB IV dan BAB V	Konsul Pembahasan	Umi L.Q. S.ST. MPH
7	Selasa 3 Juli 2018	Konsul BAB IV dan BAB V	Revisi	Umi L.Q. S.ST. MPH
8	Rabu 4 Juli 2018	Konsul BAB IV BAB V dan Abstrak	Revisi	Umi L.Q. S.ST. MPH
9	Kamis 5 Juli 2018	Konsul BAB IV dan Intisari	Revisi	Umi L.Q. S.ST. MPH

LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KTI

PRODI DIII KEBIDANAN

STIKES MUHAMMADIYAH GOMBONG

2018

Nama : Widia Murtiningsih

NIM : B1501324

Pembimbing : Umi Lailatul Q. S.ST. M.P.H

Kegiatan : Konsultasi

No	Hari/ tanggal	Rencana Bimbingan	Realisasi	Ttd
10.	Senin, 16 Juli 2018	Konsul post sidang	perbaiki	
11.	Selasa 17 Juli 2018	Konsul post sidang		
12.	Jum'at 26 Juli 2018	Konsul pos sidang	ae	
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				

Partisipan 1



Asuhan hari ke-1

Asuhan hari ke-2



Asuhan hari ke-3

Partisipan 2



Asuhan hari ke-1

Asuhan hari Ke-2



Asuhan hari ke-3

Partisipan 3



Asuhan hari ke-1

Asuhan hari ke-2



Asuhan hari ke-3

Partisipan 4



Asuhan hari ke-1

Asuhan hari ke-2



Asuhan hari ke-3

Partisipan 5



Asuhan hari ke-1



Asuhan hari ke-2



Asuhan hari ke-3

Pembuatan kompres daun kol dingin



Ambil daun kol secukupnya

Lumatkan daun kol



Masukkan ke dalam freezer

Ambil kembali setelah 20 menit