

EFEKTIFITAS KOMPRES KUBIS TERHADAP PEMBENGGKAKAN PAYUDARA KARENA BENDUNGAN ASI

Alfia Yulisa ¹, Kamidah ²
Universitas “Aisyiyah Surakarta

SUBMISSION TRACK

Submitted : 25 Juli 2024
Accepted : 30 Juli 2024
Published : 31 Juli 2024

KEYWORDS

bendungan ASI, daun dadap serep, kubis

CORRESPONDENCE

Phone: xxxxxxxxxxxx

E-mail:

202322088.students@aiska-university.ac.id

A B S T R A C T

Background : Engorgement is the damming of milk caused by narrowing of the lactiferous ducts or glands that are not completely emptied. According to WHO 2020, mothers who experience engorgement are 66.87%. According to the Ministry of Health 2018, in Indonesia the incidence of postpartum women who experience engorgement is 5%. If engorgement are not treated immediately, it can cause mastitis which is caused by the bacterium *Staphylococcus aureus*. Handling engorgement dams can be done by breastfeeding as often as possible. If there are still engorgement dams, it can be handled using other anthropological methods, namely, local pus clots will occur in the breast, which is also called breast abscess. For the handling of engorgement, it can be done in a non-pharmacological way, which is compressing cabbage leaves and dadap serep (*Erythrina subumbrans*) leaves. Objective: To determine the effectiveness of cabbage compresses against breast swelling due to engorgement. Method: This research uses the Quasi Experiment method with a Pretest Posttest With Control Group Design research design. The total sample was 20 respondents who were divided into 2 groups, namely 10 respondents as the intervention group were given cabbage compresses and 10 respondents as the control group were given *Erythrina Subumbrans Merr* compresses. Test analysis using MannWhitney. Results: Of the 10 respondents in the intervention group, 90% experienced recovery, while of the 10 respondents in the control group, 50% experienced recovery. The p value of 0,044 is smaller than 0,05 Conclusion: cabbage compress is effective in reducing breast swelling

2024 All right reserved

This is an open-access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license

PENDAHULUAN

Proses menyusui merupakan kejadian yang bersifat alamiah yang terjadi setelah proses persalinan. Pada masa menyusui terdapat masalah yang sering terjadi yaitu pembengkakan payudara (Bendungan ASI). Pembengkakan payudara terjadi karena adanya pembendungan air susu yang disebabkan oleh proses penyempitan duktus laktiferus atau kelenjar-kelenjar yang tidak dikosongkan dengan sempurna (Febriyanti, 2019). Jika bendungan ASI tidak ditangani dengan segera akan menyebabkan terjadinya mastitis yang disebabkan oleh bakteri *Staphylococcus aureus*, kemudian akan mengalami komplikasi terberat dari mastitis yaitu abses payudara (Esyuananik.dkk,2022).

Menurut WHO 2020, ibu yang mengalami pembengkakan payudara akibat bendungan ASI sebanyak 66,87% (Solihah, 2023). Sedangkan menurut Kemenkes 2018, di Indonesia kejadian ibu nifas yang mengalami pembengkakan payudara sebesar 5% (Rahayu & Wulandari, 2020).

Pada kejadian bendungan air susu ibu (ASI) tersebut dapat ditangani menggunakan dua cara yaitu secara medis dan non-farmakologi. Dari segi medis dapat diberikan antibiotik yang dapat dikonsultasikan terlebih dahulu kepada dokter, dapat juga diberikan obat penurun panas jika terjadi perubahan suhu panas dalam tubuh dan untuk mengurangi rasa nyeri diberikan analgetik seperti ibuprofen. Sementara itu dapat juga dilakukan dengan cara non-farmakologi yaitu dengan cara menyusui bayi sesering mungkin, namun jika tetap terjadi bendungan asi maka dapat dilakukan upaya pengompresan kubis (*erythrine subumtans*) (Nurul Aulia.Dkk, 2023).

Daun kubis terdapat kandungan asam amino metioni yang berfungsi sebagai antibiotik, terdapat pula minyak mustard, magnesium, oxylate dan heterosides belerang yang berfungsi

untuk melebarkan pembuluh darah sehingga cairan yang terbendung di payudara dapat terserap dengan baik. Kompres daun kubis memberikan efek dalam meredakan nyeri dan pembengkakan payudara.

Dari studi pendahuluan di PMB Arisitina pada bulan Oktober - Desember 2023 terdapat 26 ibu nifas yang mengalami pembengkakan payudara yang dikarenakan Bendungan ASI. Selama ini upaya di PMB Arisitina untuk mengatasi pembengkakan payudara karena bendungan ASI lebih sering menggunakan pengobatan secara farmakologis. Berdasarkan latar belakang tersebut penulis tertarik melakukan penelitian ‘‘Efektifitas Kompres Kubis Terhadap Pembengkakan Payudara Karena Bendungan ASI’’

METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini menggunakan jenis penelitian Kuantitatif dengan metode *Quasi Experiment*, dengan desain penelitian *Pretest Posttest With Control Group Design*. Pada penelitian ini menggunakan dua kelompok Experimental dengan satu kelompok intervensi kompres kubis dan kelompok kontrol kompres daun dadap serep. Pengambilan sampel menggunakan teknik consecutive Sampling dengan jumlah sampel sebanyak 20 responden, yaitu 10 responden menjadi kelompok intervensi (kompres kubis) dan 10 responden menjadi kelompok kontrol (kompres daun dadap serep). Instrumen pada penelitian ini menggunakan lembar observasi pembengkakan payudara berupa checklist yang berisi Six Point Engorgement Scala (SPES) dengan uji statistik menggunakan Uji Mann-Whitney. Dengan keputusan uji jika nilai $p \leq 0,05$ maka H_a diterima, yang artinya kompres kubis efektif dalam menurunkan pembengkakan payudara.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisa Univariat

Tabel 4.1 Distribusi frekuensi tingkat skala pembengkakan payudara sebelum dilakukan intervensi

Kategori Skala Tingkat pembengkakan	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
	N	%	N	%
Skala 1	0	0%	0	0%
Skala 2	1	10%	2	20%
Skala 3	2	20%	2	20%
Skala 4	3	30%	2	20%
Skala 5	3	30%	2	20%
Skala 6	1	10%	2	20%
TOTAL	10	100%	10	100%

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui terdapat tingkat pembengkakan yang mana dikategorikan ke dalam 6 skala, dari skala 1 hingga skala 6. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi, mayoritas skala pembengkakan payudara yang dialami berada di skala 4 dengan jumlah presentase 30% dan pada skala 5 dengan jumlah presentase 30%, sementara kelompok kontrol menunjukkan distribusi yang lebih merata di skala 2,3,4,5 dan 6 dengan masing-masing presentase 20%.

Tabel 4.2 Distribusi frekuensi tingkat skala pembengkakan payudara sesudah diberikan intervensi

	Kelompok Intervensi	Kelompok Kontrol
--	---------------------	------------------

Kategori Skala Tingkat pembengkakan	N	%	N	%
Skala 1	9	90%	5	50%
Skala 2	1	10%	2	20%
Skala 3	0	0%	3	30%
Skala 4	0	0%	0	0%
Skala 5	0	0%	0	0%
Skala 6	0	0%	0	0%
TOTAL	10	100%	10	100%

Berdasarkan Tabel 4.2 diketahui distribusi tingkat skala pembengkakan dari hasil yang didapat mayoritas kelompok intervensi (kompres kubis) mengalami 90% kesembuhan yang berada di skala 1 dan mayoritas pada kelompok kontrol (kompres daun dadap serep) 50% di skala 1. Keduanya mayoritas mengalami penurunan di skala 1, namun pada keduanya memiliki selisih penurunan sebesar 40% sehingga dapat dikatakan penurunan pada kelompok intervensi kompres kubis lebih baik yaitu 90%.

2. Analisis Bivariat

Dasar pengambilan keputusan dalam uji ini dapat dilakukan melalui pendekatan probabilitas, signifikansi yang digunakan $\alpha=0,05$. Dasar pengambilan keputusan adalah melihat angka probabilitas, dengan ketentuan Jika nilai p value $\leq 0,05$ Ha diterima

Tabel 4.3 Distribusi frekuensi perbedaan tingkat skala pembengkakan payudara karena bendungan ASI sesudah intervensi

Kategori Skala skala tingkatan pembengkakan	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol		Uji man witney P value
	N	%	N	%	
Skala 1	9	90%	5	50%	0,044
Skala 2	1	10%	2	20%	
Skala 3	0	0%	3	30%	
Skala 4	0	0%	0	0%	
Skala 5	0	0%	0	0%	
Skala 6	0	0%	0	0%	
TOTAL	10	100%	10	100%	

Berdasarkan tabel 4.3 dari analisa uji man witney diperoleh nilai p value. sebesar 0,044, yaitu lebih kecil dibandingkan tingkat signifikansi 0,05. Hal ini H_a diterima yang berarti kompres daun kubis efektif dalam menurunkan skala pembengkakan payudara karena bendungan ASI.

PEMBAHASAN

1. Pembengkakan payudara sebelum diberikan intervensi

Berdasarkan tabel 4.1 Dari 10 responden yang mengalami pembengkakan payudara sebelum diberikan intervensi kompres kubis mayoritas terdapat pada skala 3 dengan jumlah responden 3 (30%) dan pada skala 4 terdapat 3 (30%) responden yang mengalami pembengkakan.. Sedangkan pada kelompok control responden yang mengalami pembengkakan sebelum diberikan intervensi mayoritas pembengkakan merata disetiap

skala nya yaitu pada skala 2,3,4,5 dan 6 dengan masing-masing responden berjumlah 2 (20%) responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi, terdapat nilai yang lebih tinggi pada tingkat pembengkakan sedang hingga berat (tingkat 4 dan 5), sementara kelompok kontrol menunjukkan distribusi yang lebih merata di seluruh tingkat pembengkakan.

Kesimpulan dari data 20 responden baik pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol semua mengalami pembengkakan, dengan distribusi tingkat pembengkan yang berbeda.

Bendungan ASI merupakan pembendungan air susu ibu karena adanya penyempitan duktus laktiferi oleh kelenjar-kelenjar yang tidak dikosongkan dengan sempurna atau karena kelainan pada puting susu. Pada bendungan ASI akan terjadi pembengkakan pada payudara karena peningkatan aliran vena dan limfe sehingga menyebabkan bendungan air susu ibu (ASI) dan rasa nyeri disertai kenaikan suhu badan (Nurhayati,2017). Faktor penyebab bendungan ASI itu sendiri dapat disebabkan karena pengosongan mammae yang tidak sempurna, faktor hisapan bayi yang tidak aktif, faktor menyusui yang tidak benar, puting susu terbenam ataupun puting susu yang terlalu panjang. Pada saat penelitian responden yang ditemui rata-rata mengalami bendungan ASI yang dikarenakan teknik menyusui yang tidak benar dan frekuensi menyusui yang kurang sehingga mammae tidak terkosongkan dengan sempurna.

Bendungan ASI ini memiliki tanda gejala seperti payudara bengkak, nyeri bila di tekan, warna payudara menjadi kemerahan, temperatur tubuh tinggi hingga mencapai 38,0 c. Bendungan ASI itu sendiri memiliki tingkatan skala yaitu dari skala 1 sampai skala 6, skala 1 menunjukkan bahwa payudara lembek dan tidak ada konsistensi pada payudara, skala 2 payudara sedikit keras dan ada perubahan sedikit pada payudara, skala 3 payudara keras dan tidak nyeri, skala 4 payudara keras dan payudara mulai sedikit nyeri, skala 5 payudara keras dan payudara nyeri, skala 6 payudara sangat keras dan sangat nyeri. Oleh karena itu bendungan ASI harus segera di tangani karena jika tidak dilakukan penanganan lebih lanjut maka bendungan ASI dapat menyebabkan terjadinya mastitis yang disebabkan oleh bakteri *Staphylococcus aureu*, kemudian akan mengalami komplikasi terberat dari mastitis yaitu abses payudara (Esyuananik.dkk 2022).

2. Pembengkakan payudara sesudah diberikan intervensi

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui distribusi tingkat skala pembengkakan pada kelompok intervensi (kompres kubis) setelah diberikan intervensi menunjukkan hasil mayoritas responden yang mengalami penurunan di skala 1 sebesar sembilan responden (90%), sedangkan pada kelompok kontrol, mayoritas responden yang berada di skala 1 sebesar 5 responden (50%). Dari kedua intervensi tersebut mayoritas penurunan pembengkakan payudara berada di skala 1, namun pada kedua intervensi tersebut memiliki selisih 40% dalam penurunannya. Tingkat penurunan skala pembengkakan pada kelompok intervensi (kompres kubis) sebesar 90% yang berada di skala 1 yang mana kelompok intervensi lebih baik tingkat penurunannya dibandingkan dengan kelompok kontrol (kompres daun dadap) yaitu 50% yang berada di skala 1.

Pada kejadian bendungan air susu ibu (ASI) ibu harus tetap menyusui bayinya yang mana hal itu menjadi penanganan non-farmakologi untuk pertama kali. Namun, jika sudah dilakukan hal tersebut tetapi bendungan ASI masih terjadi maka dapat dilakukan kompres kubis ataupun alternatif lainnya dapat dilakukan dengan memberikan kompres daun dadap serep.

Daun kubis terdapat kandungan asam amino metioni yang berfungsi sebagai antibiotik, terdapat pula minyak mustard, magnesium, oxylate dan heterosides belerang yang berfungsi untuk melebarkan pembuluh darah sehingga cairan yang terbandung di

payudara dapat terserap dengan baik. Kompres daun kubis memberikan efek dalam meredakan nyeri dan pembengkakan payudara. Sementara itu kandungan dari daun dadap serep adalah alkaloid, eritradina, eritrina, hipaforina dan erisovina serta kandungan protein dan nitrogen yang tinggi. kandungan dadap serep yang memiliki efek antipiretik adalah alkaloid, Alkaloid berfungsi menghambat sintesa prostaglandin yang menghambat terjadinya nyeri dan demam. Cara kerja alkaloid ini menyerupai aktivitas obat *antipiretik sintesis*, penghambatan *biosintesis prostaglandin*, yang akan dilepaskan bilamana sel mengalami kerusakan dengan cara menghambat *enzim siklooksigenase* (Rahayu et al., 2020).

Dari hasil pemberian kompres daun dadap serep menunjukkan bahwa kompres daun dadap memiliki tingkat penurunan skala pembengkakan payudara, namun jika dibandingkan dengan penurunan skala pembengkakan pada pemberian kompres kubis maka penurunan skala pada kompres kubis lebih banyak mengalami penurunan dibandingkan dengan kompres daun dadap serep.

3. Efektivitas kompres daun kubis dan daun dadap serep terhadap pembengkakan payudara karena bendungan ASI

Pada tabel 4.3 Berdasarkan hasil analisis data menggunakan uji Mann-Whitney diperoleh hasil nilai p-value. $0,044 < 0,05$. Ini artinya kompres daun kubis efektif terhadap penurunan pembengkakan payudara karena bendungan ASI.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Suraida (2020) menjelaskan bahwa terdapat perbedaan efektivitas kompres air hangat dan kompres daun kubis dalam mengurangi nyeri pada ibu dengan pembengkakan payudara. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa kompres daun kubis lebih efektif dalam mengurangi nyeri padapembengkakan payudara (Rahayu & Wulandari, 2020).

Hasil penelitian Alhidayah 2019, dengan judul “Efektifitas Kompres Daun Kol (*Brassica Oleracea*) Terhadap Pengaruh Pembengkakan Payudara Pada Ibu Post Partum Di RSUD Syekh Yusuf Gowa Tahun 2019” penelitian ini dilakukan pada 30 responden dengan frekuensi skala 3 sebanyak 2 responden, skala 4 sebanyak 11 responden, skala 5 sebanyak 13 responden, dan skala 6 sebanyak responden. Setelah diberikan kompres kol dari 30 responden memiliki data frekuensi yaitu skala 1 sebanyak 4 responden, skala 2 sebanyak 12 responden, skala 3 sebanyak 9 responden, skala 4 sebanyak 5 responden. Dari hasil pemberian kompres kol tersebut menunjukkan hasil bahwa kompres kol terbukti efektif dan ekonomis dalam meredakan pembengkakan payudara. Menurut penelitian ini bahwa daun kubis memiliki efektifitas dalam mengurangi pembengkakan payudara karena daun kubis mengeluarkan gel dingin yang dapat menyerap panas dan mengurangi pembengkakan payudara.

Hasil Rahmayana 2022, dengan judul “Pengaruh Pemberian Kompres Daun Kubis Terhadap pembengkakan Payudara Pada Ibu Post Partum Di Wilayah Kerja Puskesmas Banda Raya Kota Banda Aceh” dalam penelitian ini dari 10 responden sebelum diberi kompres kompres daun kubis yang mengalami pembengkakan pada skala 4 sebesar 60% dan skala 5 sebesar 30,0% setelah diberi kompres daun kubis responden mengalami skala 4 sebesar 80% dan skala 3 sebesar 20,0% dari hasil ini menunjukkan bahwa ada pengaruh diberikan kompres daun kubis terhadap pembengkakan payudara ibu post partum di wilayah kerja puskesmas Banda Raya Kota Banda Aceh. Menurut penelitian ini kandungan kubis dapat membantu proses pelebaran aliran pembuluh darah kapiler untuk mengurangi pembengkakan payudara, kubis pula mengeluarkan gel dingin yang dapat menyerap panas dan mengurangi pembengkakan.

Hasil penelitian Rohmah 2019, dengan judul “Efektivitas Kompres Daun Kubis (*Brassica Oleracea*) Terhadap Skala Pembengkakan Payudara Pada Ibu Post

Partum di PMB Endang Kota Kediri” berdasarkan hasil penelitian tersebut menunjukkan hasil dari 25 responden terdapat 12 responden (48%) yang mengalami pembengkakan skala 4 dan setelah diberikan kompres terdapat 15 responden (60%) yang mengalami pembengkakan skala 1. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kompres daun kubis efektif dalam mengurangi pembengkakan payudara pada ibu post partum. Menurut penelitian ini bahwa daun kubis memiliki efektifitas dalam mengurangi pembengkakan payudara karena daun kubis mengeluarkan gel dingin yang dapat menyerap panas dan mengurangi pembengkakan payudara.

Hasil penelitian Rahmawati 2023, dengan judul “Pengaruh Penggunaan Erythirna Subumbrans Merr (Daun Dadap Serep) Sebagai Alternatif Penanganan Bendungan ASI Pada Ibu Menyusui” dengan hasil penelitian, terdapat pengaruh penggunaan daun dadap serep sebagai alternatif penanganan Bendungan ASI pada ibu menyusui yang ditunjukkan dengan nilai p value 0,004 dimana nilai p value lebih kecil dibandingkan nilai signifikansi 5% (0,05). Menurut penelitian ini daun dadap serep dipercaya membantu mengatasi inflamasi dan memperlancar aliran ASI pada payudara dan juga dapat membantu mengatasi rasa sakit dan nyeri yang disebabkan oleh bendungan ASI.

KESIMPULAN

Dari hasil analisis dan pembahasan yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Dari 10 responden yang mengalami pembengkakan payudara sebelum diberikan kompres kubis mayoritas skala pembengkakan payudara berada pada skala 4 dan 5. Sedangkan 10 responden pada kelompok kontrol (kompres daun dadap serep) tingkat skala pembengkakannya merata pada skala 2,3,4,5 .
2. Mayoritas responden setelah mendapat perlakuan pada kelompok intervensi (kompres kubis) mengalami penurunan pada skala 1 dan pada kelompok kontrol (kompres daun dadap serep) mayoritas kesembuhan berada di skala 1 pula.
3. Kompres daun kubis efektif terhadap penurunan pembengkakan payudara karena bendungan ASI.

SARAN

1. Bagi Universitas ‘Aisyiyah Surakarta
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan dan sebagai bahan bacaan atau referensi bagi mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan di institusi kesehatan khususnya sarjana kebidanan.
2. Bagi PMB Ariesitina Br Maha
Untuk praktik mandiri bidan hasil penelitian ini dapat digunakan untuk dasar atau referensi sebagai penanganan bendungan ASI pada ibu menyusui yang mengalami pembengkakan payudara.
3. Bagi peneliti selanjutnya
Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi bahan acuan untuk peneliti selanjutnya yang berminat melakukan penelitian yang serupa dengan melibatkan variabel yang lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Alhidayah, Muzayyana, & Rika Handayani. (2022). Efektifitas Kompres Daun Kol (Brassica Oleracea) Terhadap Pengurangan Pembengkakan Payudara Pada Ibu Post Partum di RSUD Syekh Yusuf Gowa Tahun 2019. *Gema Wiralodra*, 13(2), 516–527.

- <https://doi.org/10.31943/gemawiralodra.v13i2.267>
Dechoni Rahmawati & Fatimah Dewi Anggraeni. (2023). Pengaruh Penggunaan Erythrina Subumbrans Merr (Daun Dadap Serep) Sebagai Alternatif Penanganan Bendungan ASI Pada Ibu Menyusui. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 13(2), 44-46.
<https://ejournal.umkla.ac.id/index.php/involusi/article/download/727/310/>
- Febriyanti. (2019). *Pengaruh Kompres Daun Kol/ Kubis dalam Mengatasi Pembengkakan Payudara pada Ibu Post Partum*. 4(September), 2248–2254.
- I Gusti Agung. A. A. Dkk. (2023). *Efektivitas Sediaan Krim dari Ekstrak Daun Dadap Serep (Erythrina Subumbrans (Hassk.) Merr.) Sebagai Antiinflamasi*. *Jurnal Ilmiah Medicamento* 9(1), 36-41
<https://ejournal.unmas.ac.id/index.php/Medicamento/article/download/5257/4610/13730>
- King, T.L., Brucker, M. C., Osborne, K. (Nurse-Midwife), & Jevitt, C. (2017). *Varney's Midwifery*. Jones And Barlett Publishers
- Klaten, U. M., Rahmawati, D., Anggraeni, F. D., Kesehatan, F., Studi, P., Jenderal, U., Yani, A., Kesehatan, F., Studi, P., Jenderal, U., Yani, A., Dam, B., Mother, B., & Serep, D. (2023). *Pengaruh Penggunaan Erythrina Subumbrans Merr (Daun Dadap Serep) Sebagai Alternatif Penanganan Bendungan ASI*. 13(2), 50–53.
- Lestari Nurul Aulia, Devy. Dkk. (2023). *Komplikasi Pada Kehamilan, Persalinan, Nifas Dan Bayi Baru Lahir*. Jawa Tengah : PT Pena Persada Kerta Utama
- Alhidayah, Muzayyana, & Rika Handayani. (2022). Efektifitas Kompres Daun Kol (Brassica Oleracea) Terhadap Pengurangan Pembengkakan Payudara Pada Ibu Post Partum di RSUD Syekh Yusuf Gowa Tahun 2019. *Gema Wiralodra*, 13(2), 516–527.
<https://doi.org/10.31943/gemawiralodra.v13i2.267>
- Br Ginting Munthe, Novita. dkk. (2023). *Buku Ajar Nifas SI Kebidanan Jilid II*. Jakarta Selatan : Mahakarya Cinta Utama
- Deswita. Dkk. (2023). *Breastfeeding Self-Efficacy Ibu Terkait Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi*. Indramayu: Penerbit Adab
- Dechoni Rahmawati & Fatimah Dewi Anggraeni. (2023). Pengaruh Penggunaan Erythrina Subumbrans Merr (Daun Dadap Serep) Sebagai Alternatif Penanganan Bendungan ASI Pada Ibu Menyusui. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 13(2), 44-46.
<https://ejournal.umkla.ac.id/index.php/involusi/article/download/727/310/>
- Erniyati Berkah Pamuji, Siti. (2020). *Hypnolactation Meningkatkan Keberhasilan Laktasi Dan Pemberian ASI Eksklusif*. Jawa Tengah : Pustaka Rumah Cinta
- Esyuananik. Dkk. (2022). *Asuhan Nifas*. Sumatra Barat : PT Global Eksekusif Teknologi
- F Papilaya, Maritje. Dkk. (2023). *Bunga Rampai Keperawatan Komplementer*. Jawa Tengah : PT Media Pustaka Indo
- Febriyanti. (2019). *Pengaruh Kompres Daun Kol/ Kubis dalam Mengatasi Pembengkakan Payudara pada Ibu Post Partum*. 4(September), 2248–2254.
- I Gusti Agung. A. A. Dkk. (2023). *Efektivitas Sediaan Krim dari Ekstrak Daun Dadap Serep (Erythrina Subumbrans (Hassk.) Merr.) Sebagai Antiinflamasi*. *Jurnal Ilmiah Medicamento* 9(1), 36-41
<https://ejournal.unmas.ac.id/index.php/Medicamento/article/download/5257/4610/13730>
- King, T.L., Brucker, M. C., Osborne, K. (Nurse-Midwife), & Jevitt, C. (2017). *Varney's Midwifery*. Jones And Barlett Publishers
- Klaten, U. M., Rahmawati, D., Anggraeni, F. D., Kesehatan, F., Studi, P., Jenderal, U., Yani, A., Kesehatan, F., Studi, P., Jenderal, U., Yani, A., Dam, B., Mother, B., & Serep, D. (2023). *Pengaruh Penggunaan Erythrina Subumbrans Merr (Daun Dadap Serep) Sebagai Alternatif Penanganan Bendungan ASI*. 13(2), 50–53.
- Lestari Nurul Aulia, Devy. Dkk. (2023). *Komplikasi Pada Kehamilan, Persalinan, Nifas Dan Bayi Baru Lahir*. Jawa Tengah : PT Pena Persada Kerta Utama

- Martasari, Luh dan Wayan Sugandini. (2020). *Asuhan Masa Nifas dan Menyusui*. Depok : PT Raja Grafindo Persada
- Napisah, Pipih. Dkk. (2023). *Cegah dan Atasi Pembengkakan Payudara Ibu Post Partum*. Jawa Barat : NEM
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan* (2018 ed). Rineka Cipta
- Nurhayati, Nunuk. (2017). *Cortisol Bendungan ASI dan Maternity Blues*. Malang : Media Nusa Creative
- Pariata, I. K., Mediastari, A. A. P. A., & Suta, I. B. P. (2022). Manfaat Dadap Serep (*Erythrina Sumbubrans*) Untuk Mengatasi Demam Pada Anak. *Widya Kesehatan*, 4(1), 38–46. <https://doi.org/10.32795/widyakesehatan.v4i1.2803>
- Rahayu, H. S., & Wulandari, E. T. (2020). Perbandingan Efektivitas Kompres Air Hangat Dan Kompres Daun Kol Untuk Mengurangi Nyeri Pada Ibu Dengan Pembengkakan Payudara Di Wilayah Kerja *Jurnal Maternitas ...*, 1(3), 150–157. <http://journal.aisyahuniversity.ac.id/index.php/Jaman/article/view/104%0Ahttp://journal.aisyahuniversity.ac.id/index.php/Jaman/article/download/104/102>
- Rahayu, S., Ariyanti, I., Runjati, R., & Ulfiana, E. (2020). Pendampingan Kader Dalam Upaya Preventif Terjadinya Engorgement Pada Ibu Menyusui Di Wilayah Kelurahan Gedawang Kecamatan Banyumanik Kota Semarang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan*, 2(2), 56.
- Rahmayana Riska. Dkk.(2022). "Pengaruh Pemberian Kompres Daun Kubis Terhadap Pembengkakan Payudara Pada Ibu Postpartum di Wilayah Kerja Puskesmas Banda Raya Kota Banda Aceh". *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 8(2),694-702 <https://jurnal.uui.ac.id/index.php/JHTM/article/download/2317/1178>
- Rohmah Miftakhur,.Dkk.(2019). "Efektifitas kompres daun kubis (*brassica oleracea*) terhadap skala pembengkakan payudara pada ibu post partum di PMB Endang kota kediri.*Journal for Quality in Women's Health*,2(2),23-30 <https://jqwh.org/index.php/JQWH/article/view/34/35>