

## **Kombinasi Kompres Kubis Dingin & Pembebatan Payudara Untuk Mengurangi Ketidaknyamanan & Pembengkakan Payudara Pada Ibu Dengan Intrauterine Fetal Death**

**Annisa Hilalriah**

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan,  
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

**Riski Oktavia**

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan,  
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

**Eny Hernani**

RS PKU Muhammadiyah Gamping Yogyakarta

\*Korespondensi penulis: [riski.psik@umy.ac.id](mailto:riski.psik@umy.ac.id)

**Abstract.** Engorgement of the breast are a condition that is prone to occur for mothers with IUFD. This is because the milk is not completely emptied, but left alone, causing the milk to remain inside and the breasts to swell. Nursing Intervention Combination of Cold Cabbage Compresses and Breast Bandaging is an effort to reduce breast discomfort and swelling in women with IUFD. The research method uses case studies with pre-post intervention. The sample of this study was 1 post IUFD mother on the first day. The measuring instrument used the Numeric Rating Scale (NRS) to measure pain scale and the Six Point Engorgement Scale (SPES) Check List to measure the scale of breast swelling experienced in post partum mothers with IUFD. The combination intervention of Cold Cabbage Compresses and Breast Bandaging was carried out for 3 days when the patient was hospitalized 2-3 times/day and observations were made to find out complaints of pain and swelling in the mother's breasts. The results showed a decrease in the level of pain scale (from scale 4 (moderate) to scale 0 (no pain) and breast swelling scale (from scale 5 to scale 1 (breasts felt soft)) in respondents after 3 days of intervention. Conclusions Combination Compresses Cold Cabbage and Breast Bandaging are effective for reducing breast discomfort and swelling in women with IUFD.

**Keywords:** IUFD/STILLBIRTH, Cold Cabbage Compress, Breast Bandaging

**Abstrak.** Bendungan ASI adalah kondisi yang rentan terjadi ibu dengan IUFD. Hal ini disebabkan karena ASI tidak sepenuhnya dikosongkan, tetapi dibiarkan begitu saja sehingga menyebabkan ASI tetap berada di dalam dan payudara membengkak. Intervensi keperawatan *Kombinasi Kompres Kubis Dingin dan Pembebatan Payudara* merupakan salah satu upaya untuk mengurangi ketidaknyamanan dan pembengkakan payudara pada ibu dengan IUFD. Metode penelitian menggunakan studi kasus dengan pre-post intervensi. Sampel penelitian ini 1 ibu post IUFD hari pertama. Instrumen pengukuran menggunakan alat ukur *Numeric Rating Scale (NRS)* untuk mengukur skala nyeri dan *Check List Six Point Engorgement Scale (SPES)* untuk mengukur skala pembengkakan payudara yang dialami pada ibu post partum dengan IUFD. Intervensi *Kombinasi*

---

Received April 30, 2023; Revised Mei 12, 2023; Juni 01, 2023

\* Annisa Hilalriah, [riski.psik@umy.ac.id](mailto:riski.psik@umy.ac.id)

*Kompres Kubis Dingin dan Pembebatan Payudara* dilakukan selama 3 hari saat pasien di rawat di rumah sakit sebanyak 2-3x/hari dan dilakukan observasi untuk mengetahui keluhan nyeri dan pembengkakan pada payudara ibu. Hasil menunjukkan terjadinya penurunan tingkat skala nyeri (dari skala 4 (sedang) ke skala 0 (tidak ada nyeri) dan skala pembengkakan payudara (dari skala 5 ke skala 1 (payudara teraba lunak) pada responden setelah dilakukan intervensi selama 3 hari. Kesimpulan *Kombinasi Kompres Kubis Dingin dan Pembebatan Payudara* efektif diterapkan untuk mengurangi ketidaknyamanan dan pembengkakan payudara pada ibu dengan IUFD.

**Kata kunci:** IUFD/STILLBIRTH, Kompres Kubis Dingin, Pembebatan Payudara

## **LATAR BELAKANG**

*IUFD (Intrauterine Fetal Death)* atau dikenal juga dengan *STILLBIRTH* adalah kondisi dimana janin meninggal dalam kandungan. Menurut *WHO* dan *American College of Obstetricians and Gynecologists*, kematian janin (*intrauterine fetal death*) adalah janin yang mati dalam kandungan dengan berat badan minimal 350 gram atau kematian janin dalam kandungan dengan minimal usia kehamilan 20 minggu. IUFD dapat disebabkan oleh kelainan patologis ibu, janin, dan plasenta. Faktor ibu meliputi kehamilan lanjut (> 42 minggu), ibu dengan usia lanjut, diabetes yang tidak terkontrol, sistemik lupus eritematosus, infeksi, hipertensi, preeklamsia, eklampsia, hemoglobinopati, penyakit rhesus, ruptur uteri, sindrom antifosfolipid, hipotensi akut pada ibu, kematian ibu. Faktor janin disebabkan oleh keterlambatan pertumbuhan selama kehamilan, kelainan bawaan, kelainan genetik, infeksi. Faktor plasenta disebabkan oleh kelainan tali pusat, solusio plasenta, ketuban pecah dini dan vasa previa (Luqyana et al., 2017).

Menurut (Warnelis Sinaga, 2020), IUFD merupakan salah satu penyebab kematian perinatal. IUFD termasuk dalam masalah angka kematian bayi (AKB), yang merupakan salah satu indikator terpenting untuk menilai tingkat kesejahteraan suatu negara. Menurut (Juwita et al., 2021) dalam (Asfia, 2023), Indonesia termasuk dalam 10 negara dengan kematian ibu dan bayi baru lahir tertinggi di dunia. Setidaknya 2 ibu dan 6 neonatal atau bayi baru lahir meninggal setiap harinya di Indonesia. Sementara itu, Indonesia memiliki angka kematian prenatal sebesar 21 kematian per 1.000 kehamilan.

Respond berduka yang dialami ibu dengan IUFD secara patologis menimbulkan stress yang berkepanjangan hingga depresi sehingga memberikan dampak negatif terhadap kesehatan fisik dan psikologis. Menurut (Mcguinness et al., 2014; Oladapo & Fawole, 2012) dalam (Grummer-Strawn & Clark, 2020), Ibu yang berduka mungkin

mengalami sensitivitas payudara, pembengkakan, dan kebocoran ASI. Ketidaknyamanan dan rasa sakit atau nyeri pada payudara dan bahkan mastitis atau abses dapat terjadi jika gejala ini dibiarkan.

Bendungan ASI adalah sebuah kondisi yang dalam dunia medis disebut payudara bengkak. Kondisi tersebut sangat rentan pada ibu dengan IUFD. Hal ini disebabkan ASI tidak sepenuhnya dikosongkan, tetapi dibiarkan begitu saja sehingga menyebabkan ASI tetap berada di dalam dan payudara membengkak. Bendungan ASI disebabkan oleh terbatasnya saluran atau organ laktiferus di payudara yang tidak dikeluarkan secara total. Satu lagi penyebab kondisi ini adalah kelainan pada areola yang membuat payudara nampak bengkak akibat peningkatan aliran vena dan limfatik. Hal ini mengakibatkan bendungan ASI, yang digambarkan dengan payudara penuh, tampak mengkilat, berat dan keras, nyeri, kenaikan suhu tubuh dan kemerahan ringan (Apriliani, 2021).

Ibu yang berduka harus diberikan edukasi bahwa ASI tetap ada selama sehari-hari, berminggu-minggu, atau bahkan berbulan-bulan setelah berhenti menyusui atau memerah ASI (Grummer-Strawn & Clark, 2020). Salah satu intervensi yang dapat dilakukan oleh ibu dengan IUFD untuk mengurangi ketidaknyamanan dan pembengkakan payudara adalah dengan breastcare postpartum melalui kombinasi kompres kubis dingin dan pembebatan payudara menggunakan kain atau elastic bandage yang sifatnya tidak menyebabkan pertumbuhan bakteri atau menambah infeksi pada sekitar kulit dan payudara ibu.

Menurut (Apriyanti Aini, 2022), intervensi untuk meringankan gejala pembengkakan payudara sangat dibutuhkan. Beberapa cara untuk mengurangi pembengkakan payudara yaitu secara farmakologis maupun non farmakologis. Penanganan secara non farmakologis dapat dilakukan dengan kompres panas dikombinasikan dengan pijatan, daun kubis, kompres panas dan dingin secara bergantian, kompres dingin, dan terapi ultrasound. Pembengkakan payudara dapat ditangani dengan cara mengompreskan daun kubis pada payudara ibu. Masukkan daun kubis ke dalam lemari es selama 20-30 menit, kemudian daun kubis yang sudah dingin dikompreskan pada dada ibu sehingga menutupi seluruh permukaan dada, selama 30 menit, pengobatan ini dilakukan 2 kali sehari selama 3 hari berturut-turut.

Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik melakukan studi kasus terkait dengan implementasi intervensii keperawatan pada ibu dengan IUFD menggunakan

*Kombinasi Kompres Kubis Dingin dan Pembebatan Payudara* sebagai inovasi intervensi keperawatan untuk mengurangi ketidaknyamanan dan pembengkakan payudara ibu.

## **KAJIAN TEORITIS**

### **1. Definisi IUID (Intrauterine Fetal Death)**

IUID sering didefinisikan sebagai kematian janin di dalam rahim sebelum kelahirannya atau selama proses kelahiran. Lahir mati didefinisikan sebagai kematian janin dengan berat 500 gram atau lebih; atau jika berat lahir tidak diketahui, dengan usia kehamilan 22 minggu atau lebih (Khadka et al., 2022). Menurut WHO, IUID merupakan bayi yang dilahirkan tanpa adanya tanda-tanda kehidupan pada atau setelah usia kehamilan 28 minggu. Definisi tersebut sesuai dengan *Internasional Classification of Diseases (ICD)* dengan penetapan berat lahir janin 1000 gram, usia kehamilan  $\geq 28$  minggu dan panjang janin  $\geq 35$ cm (Sharma et al., 2021).

### **2. Dampak Fisiologis dan Psikologis Ibu dengan IUID**

Kematian janin tersebut berdampak pada kesehatan mental orang tua dan dapat memicu gejala depresi, kecemasan, gangguan stres pasca-trauma, ide bunuh diri, panik, dan fobia. Wanita yang memiliki riwayat bayi lahir mati mungkin mengungkapkan rasa bersalah dan mempertanyakan kompetensi mereka untuk melahirkan bayi yang sehat. Selain itu, proses berduka tidak hanya berlangsung selama berbulan-bulan dan bertahun-tahun, tetapi juga berdampak pada kehamilan berikutnya (Salgado et al., 2021).

Selain dampak psikologis yang telah dijabarkan di atas, penting juga bagi kita untuk mengetahui dampak negatif terhadap kesehatan fisik pada ibu post partum. Menurut (Mcguinness et al., 2014; Oladapo & Fawole, 2012) dalam (Grummer-Strawn & Clark, 2020), orang tua yang berduka karena melahirkan bayi yang lahir mati atau mengalami kematian bayinya cenderung mengalami pembengkakan payudara, nyeri, dan kebocoran ASI.

Penyebab bendungan ASI (pembengkakan payudara) 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. Untuk

mencegah hasil yang merugikan, orang tua yang berkabung membutuhkan panduan antisipatif atau dukungan laktasi dari profesional kesehatan yang berkualitas.

### **3. Konsep Intervensi Kompres Kubis Dingin Dan Pembebatan Payudara**

Menurut (Damayanti, Ariani, & Agustin, 2020) dalam (Sari et al., 2021), Kubis atau *Brassica Oleracea* adalah sayuran ekonomis yang mudah diperoleh oleh masyarakat. Kubis memiliki kandungan fitonutrien serta bermacam vitamin lain seperti vitamin A, C, E, dan glukosinolat yang memiliki fungsi sebagai anti kanker. Kubis juga mengandung sulfur, yang dapat dimanfaatkan untuk meredakan peradangan serta pembengkakan payudara.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Mayunik, 2018) dalam (Zaleha & Yulrina Ardhiyanti, 2023), biasanya kompres daun kubis menunjukkan khasiatnya dalam waktu yang cukup cepat yaitu dalam beberapa jam. Kubis diketahui mengandung asam amino metionin yang berfungsi sebagai antibiotic dan kandungan lain seperti sinigrin (Allylisothiocyanate), minyak mustard, magnesium, Oxylate heterosides belerang, hal ini dapat membantu memperlebar pembuluh darah kapiler sehingga meningkatkan aliran darah untuk keluar masuk dari daerah tersebut, sehingga memungkinkan tubuh untuk menyerap kembali cairan yang ada. Selain itu daun kubis juga mengeluarkan gel dingin yang dapat menyerap panas yang ditandai dari klien merasa lebih nyaman dan daun kubis menjadi layu/matang setelah 30 menit penempelan.

*Kombinasi Kompres Kubis Dingin dan Pembebatan Payudara Payudara* merupakan salah satu inovasi intervensi keperawatan dengan menggunakan daun kubis dingin yang sudah dimasukkan ke dalam pendingin es selama 20-30 menit, kemudian dikompreskan pada payudara ibu, dan dibebat atau dililit dengan stagen/kain/elastic bandage melingkar sampai menutupi payudara ibu. Jangan lupa untuk sisakan ruang mengindari sesak napas pada ibu. Membebat payudara merupakan sebuah cara untuk meminimalkan atau meratakan dada dan untuk segala jenis orang dan segala situasi. Salah satu manfaat dari pembebatan dalam intervensi ini adalah untuk menghentikan ASI pada ibu dengan IUFD.

## **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian menggunakan studi kasus dengan pre-post intervensi kepada satu responden perempuan dengan kriteria ibu dengan IUFD di RS Swasta Daerah Istimewa Yogyakarta. Metode ini menggunakan alat ukur *Numeric Rating Scale (NRS)* untuk mengukur skala nyeri dan *Check List Six Point Engorgement Scale (SPES)* untuk mengukur skala pembengkakan payudara yang dialami pada ibu dengan IUFD.

Intervensi *Kombinasi Kompres Kubis Dingin dan Pembebatan Payudara* dilakukan selama 3 hari sejak tanggal 29-31 Desember 2022 saat pasien di rawat di rumah sakit. Intervensi ini dilakukan sebanyak 2-3x/hari dan dilakukan observasi serta pengkajian ulang untuk mengetahui keluhan nyeri dan pembengkakan pada payudara pasien. Peneliti telah melakukan tahap bina hubungan saling percaya (BHSP) dengan responden dan memberikan informed consent sebagai bentuk persetujuan sebelum melakukan pengkajian dan diberikan intervensi.

Standard Operating Procedure (SOP) yang ditetapkan, antara lain :

### **A. Fase Pra-Interaksi**

1. Verifikasi data
2. Mencuci tangan
3. Menyiapkan dan mendekatkan alat pada pasien,

Alat dan Bahan:

- Stagen/Kain/Elastic Bandage
- Baskom kecil
- Washlap
- Bedak dan oil, jika diperlukan
- Tissue kering/handuk kecil
- Kubis dingin (yang sudah di cuci bersih didiamkan di lemari pendingin selama 20-30 menit)

### **B. Fase Orientasi**

1. Memberikan salam kepada klien
2. Memperkenalkan diri
3. Menanyakan identitas klien
4. Menjelaskan tujuan dan prosedur tindakan

5. Menanyakan kesiapan klien
6. Memberikan kesempatan bertanya kepada klien
7. Menutup privasi klien

### **C. Fase Kerja**

1. Mencuci tangan
2. Membaca Bismillah
3. Tuangkan air hangat secukupnya di baskom kecil
4. Posisikan klien 45 derajat
5. Buka pakaian bagian atas klien
6. Bersihkan payudara menggunakan washlap yang sudah dicelupkan pada air hangat, ulangi sebanyak 2x
7. Keringkan menggunakan tissue kering/handuk kecil
8. Kompreskan kubis dingin pada payudara klien hingga menutupi seluruh permukaan payudara selama 30 menit, perlakuan ini dilakukan sebanyak 3 kali dalam sehari
9. Lilitkan stagen/kain/elastic bandage melingkar sampai menutupi payudara klien. Pastikan masih ada sisa ruang sehingga tidak membuat klien merasa sesak nafas
10. Gunakan bebat 3 kali dalam sehari dengan intensitas waktu tidak boleh > dari 8 jam
11. Bantu kembali ke posisi awal klien yang nyaman

### **D. Fase Terminasi**

1. Membaca hamdallah
2. Menyampaikan reinforcement
3. Melakukan evaluasi tindakan
4. Menyampaikan rencana tindakan selanjutnya
5. Mendoakan kesembuhan klien
6. Berikan salam penutup

## HASIL DAN PEMBAHASAN

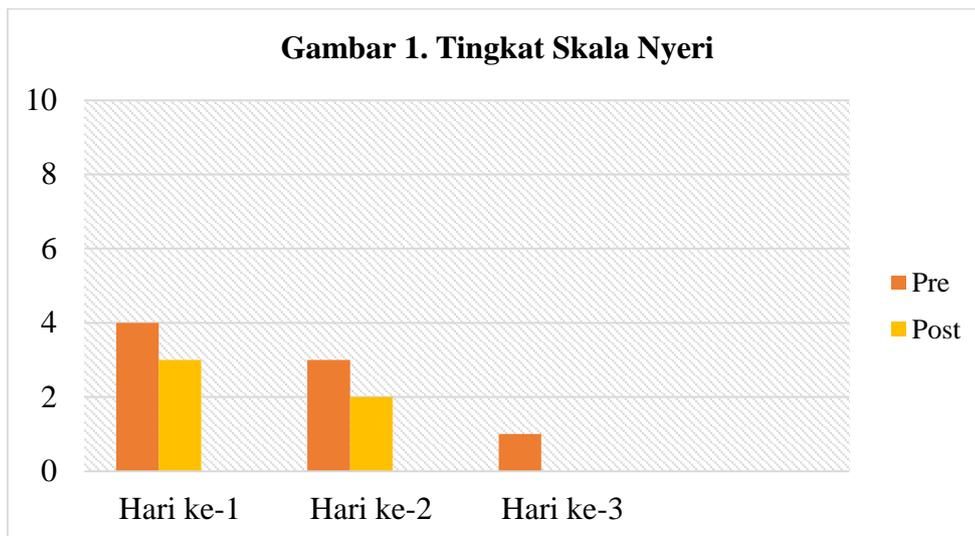
Penelitian ini mengumpulkan data dari 1 subjek yang merupakan pasien yang di rawat di RS Swasta Daerah Istimewa Yogyakarta. Adapun karakteristik dari subjek penelitian adalah sebagai berikut :

**Tabel 1. Karakteristik Subjek Penelitian**

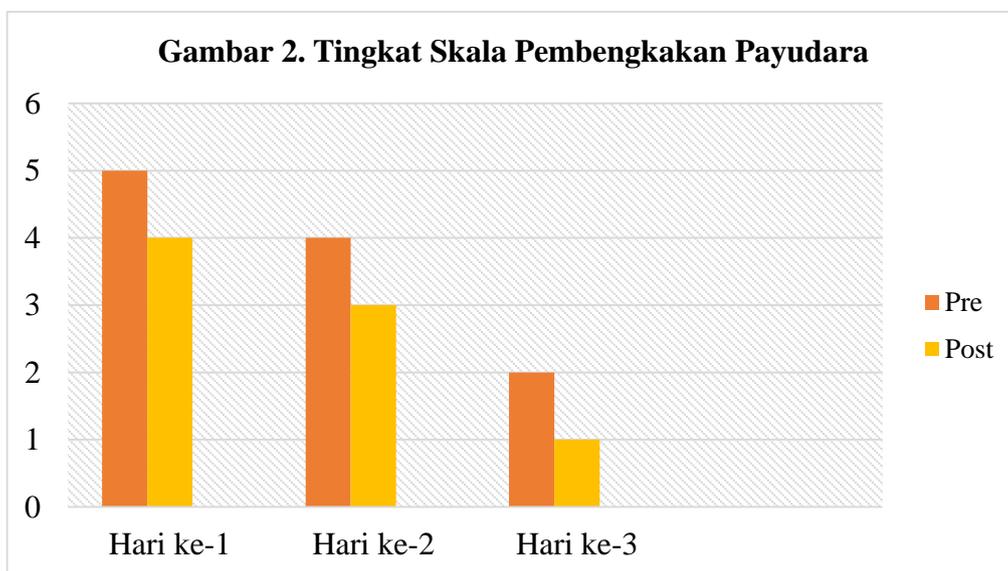
No	Nama	Umur	Keluhan	Riwayat Persalinan	Diagnosa Medis
1	Ny. N	34 thn	Payudaranya terasa penuh dan kencang, senat-senut, agak bengkak dan teraba hangat, terasa nyeri dan mulai sakit, produk ASI (+), namun hanya keluar melalui payudara sebelah kirinya saja.	Spontan dg Vacum	IUFD

Tabel 1 menunjukkan karakteristik responden. Berdasarkan umur pasien berusia 34 tahun. Berdasarkan keluhan yang dirasakan pasien mengatakan saat ini yang dirasakan Payudaranya terasa penuh dan kencang, senat-senut, agak bengkak dan teraba hangat, terasa nyeri dan mulai sakit, produk ASI (+), namun hanya keluar melalui payudara sebelah kirinya saja. Berdasarkan riwayat persalinan pasien yang pertama kali adalah di tahun 2022. Pasien melahirkan secara spontan dengan vacum di usia kehamilan 34 mg. Pasien melahirkan anak laki-laki, dengan berat 3100 gr, panjang 45 cm, dengan lahir mati. Berdasarkan diagnosa medis, pasien memiliki diagnosa *IUFD (Intrauterine Fetal Death)*.

Adapun gambaran tingkat skala nyeri dan pembengkakan payudara pada subjek penelitian sebelum dan setelah diberikan intervensi keperawatan berupa *Kombinasi Kompres Kubis Dingin dan Pembabatan Payudara* dijabarkan sebagai berikut :



Gambar 1 menunjukkan grafik hasil pengukuran tingkat skala nyeri pada responden sebelum dan setelah dilakukan intervensi yang menunjukkan bahwa hari pertama terdapat penurunan skala nyeri responden sebelum dan setelah intervensi dari skala 4 menjadi skala 3, pada hari kedua hasil pengukuran tingkat skala nyeri sebelum dan setelah dilakukan intervensi juga mengalami penurunan dari skala 3 menjadi skala 2, dan pada hari ketiga sebelum dan setelah dilakukan intervensi mengalami penurunan skala nyeri yang sangat signifikan dari skala 1 menjadi skala 0 yang berarti tidak ada nyeri.



Gambar 2 menunjukkan grafik hasil pengukuran tingkat skala pembengkakan payudara pada responden sebelum dan setelah dilakukan intervensi yang menunjukkan bahwa hari pertama terdapat penurunan skala pembengkakan payudara responden sebelum dan setelah intervensi dari skala 5 menjadi skala 4, pada hari kedua hasil

pengukuran skala pembengkakan payudara sebelum dan setelah dilakukan intervensi juga mengalami penurunan dari skala 4 menjadi skala 3, dan pada hari ketiga sebelum dan setelah dilakukan intervensi mengalami penurunan skala pembengkakan payudara dari skala 2 menjadi skala 1 yang berarti payudara teraba halus, tidak ada perubahan rasio pada payudara atau tidak tegas.

Berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan didapatkan hasil pengkajian bahwa dari satu responden tersebut memiliki beberapa karakteristik yaitu responden atas nama Ny. N berusia 34 tahun dengan keluhan yang dirasakannya adalah payudaranya terasa penuh dan kencang, senat-senut, agak bengkak dan teraba hangat, terasa nyeri dan mulai sakit, produk ASI (+), namun hanya keluar melalui payudara sebelah kirinya saja. Berdasarkan riwayat persalinan, ini kali pertamanya pasien melahirkan di usia kehamilan 34 mg dengan lahir spontan dg vacum, melahirkan anak laki-laki, dengan berat 3100 gr, panjang 45 cm, dengan lahir mati. Berdasarkan diagnosa medis, pasien memiliki diagnosa *IUFD* (Intrauterine Fetal Death).

Berdasarkan intervensi keperawatan *Kombinasi Kompres Kubis Dingin dan Pembebatan Payudara* yang telah dilakukan didapatkan hasil : pada responden hari pertama sebelum dilakukan intervensi didapatkan skala nyeri awal 4 yaitu tingkat skala nyeri sedang sedangkan skala nyeri pembengkakan berada pada skala 5, kemudian dilakukan intervensi keperawatan kompres kubis dingin dan pembebatan payudara tingkat skala nyeri reponden semakin menurun, yaitu berada pada skala nyeri 3 berada pada tingkat skala nyeri ringan dan skala pembengkakan payudara berkurang menjadi skala nyeri 4.

Hari ke-2 dilakukan pengkajian ulang nyeri dan skala pembengkakan payudara sebelum dilakukan intervensi didapatkan skala nyeri awal yaitu tetap 3 dan skala pembengkakan payudara yaitu 4 sehingga harus dilanjutkan intervensi untuk menngurangi rasa nyeri dan rasa kurang nyaman pada responden akibat payudaranya yang membengkak. Setelah dilakukan intervensi ternyata skala nyeri dan pembengkakan payudara yang didapatkan mengalami penurunan menjadi skala nyeri 2 dan skala 3 .

Kemudian pada hari ke-3, kembali dilakukan pengkajian ulang nyeri dan skala pembengkakan payudara. Sebelum dilakukan intervensi didapatkan skala nyeri awal yaitu 1 masih dalam kategori tingkat skala nyeri ringan dan skala pembengkakan payudara yaitu 2. Lalu setelah dilakukan intervensi didapatkan hasil bahwa responden sudah tidak

merasakan nyeri sehingga tingkat skala nyeri responden berada pada skala nyeri 0 dan skala pembengkakan payudara yaitu 1 yang artinya payudara teraba halus, tidak ada perubahan rasio pada payudara atau tidak tegas sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian intervensi keperawatan dengan kombinasi kompres kubis dingin dan pembebatan payudara dapat mengurangi nyeri dan pembengkakan payudara pada ibu dengan IUFD.

Penatalaksanaan intervensi yang diberikan pada responden menunjukkan adanya perubahan pada tingkat skala nyeri dan pembengkakan payudara responden setelah dilakukan intervensi keperawatan *Kombinasi Kompres Kubis Dingin dan Pembebatan Payudara*. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Sari et al., 2021), disebutkan bahwa terdapat suatu teknik untuk meredakan nyeri dan pembengkakan payudara yaitu dengan menggunakan kompres kubis dingin atau *Brassica Oleracea Var. Capitata*. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa responden yang belum dikompres dengan daun kubis dingin ada yang mengalami nyeri sampai dengan intensitas sedang, sementara pada responden setelah diberi perlakuan kompres daun kubis dingin tidak ada yang mengalami nyeri sampai intensitas sedang. Akan tetapi masih ditemukan juga responden yang diberi perlakuan kompres daun kubis dingin mengalami intensitas nyeri ringan, menurut peneliti hal ini terjadi karena responden sempat terjadi pengumpulan ASI pada payudara akibat kurang menyusui bayinya.

Kompres kubis dapat meredakan nyeri karena dingin dapat mengurangi prostaglandin yang memperkuat reseptor nyeri, menghambat proses inflamasi, merangsang pelepasan endorfin sehingga menurunkan transmisi nyeri melalui diameter serabut C yang mengecil serta mengaktifasi transmisi serabut saraf sensorik A- beta yang lebih cepat dan besar (Weniarti, 2016).

Daun kubis memiliki kandungan asam amino yang mampu melepas metionin dan berfungsi sebagai antibiotik serta memiliki kandungan lain seperti oxylate heterosides belerang, magnesium, minyak mustard, dan sinigrin yang mampu memperluas kapiler, sehingga aliran darah yang keluar masuk dari area tersebut akan meningkat dan memudahkan tubuh untuk mengambil cairan yang telah terkumpul di payudara. Selain itu daun kubis juga mempunyai gel dingin yang memiliki fungsi untuk mengambil panas yang menandakan klien akan merasa lebih nyaman dan setelah 20-30 menit menempel,

daun kubis akan layu/masak. terjadi pengumpulan ASI pada payudara akibat kurang menyusui bayinya.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Andari et al., 2021), kompres daun kubis dingin (*Brassica Oleracea* Var, *Capitata*) terbukti dapat menurunkan skala pembengkakan payudara pada ibu postpartum dengan engorgement. Penurunan skala pembengkakan payudara setelah diberikan kompres daun kubis menurut Green (2015), terjadi akibat tingginya kandungan sulfur pada kubis yang diyakini dapat mengurangi pembengkakan dan peradangan payudara.

Beberapa penelitian yang mendukung hasil yang diperoleh penulis diantaranya, penelitian yang dilakukan oleh (Damayanti et al., 2020), terbukti jika kompres daun kubis dingin mampu memberikan rasa nyaman pada payudara ibu sehingga akan mempengaruhi persepsi ibu terhadap rasa nyeri, dan rasa nyeri akan dirasakan lebih ringan. Selain itu pemberian kompres daun kubis dingin merupakan metode yang dirasa sangat efektif dan ekonomis karena daun kubis merupakan sayuran yang murah, mudah ditemukan, dan tidak memberikan efek samping bila digunakan sebagai kompres.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil implementasi yang telah dilakukan berdasarkan *evidence based nursing* dengan menggunakan *Kombinasi Kompres Kubis Dingin dan Pembebatan Payudara* untuk mengurangi ketidaknyamanan dan pembengkakan pada payudara ibu dengan IUFD yang dilakukan selama 3 hari didapatkan hasil bahwa adanya pengaruh kompres kubis dingin dan pembebatan payudara dalam mengurangi ketidaknyamanan dan pembengkakan pada payudara ibu dengan IUFD ditunjukkan dengan terjadinya penurunan tingkat skala nyeri dan skala pembengkakan payudara pada ibu.

Saran untuk pelayanan kesehatan diharapkan dapat menjadi intervensi tambahan pada ibu dengan IUFD untuk mengurangi ketidaknyamanan dan pembengkakan payudara selain hanya diberikan terapi farmakologis.

**DAFTAR REFERENSI**

- Andari, Y., Yuliasari, D., Octaviani Iqmy, L., Studi DIV Kebidanan Universitas Malahayati, P., & Studi DIII Kebidanan Universitas Malahayati, P. (2021). Pemberian Kompres Daun Kubis Dingin Mengurangi Pembengkakan Payudara Ibu Post Partum. *MJ (Midwifery Journal)*, 1(4), 253–260.
- Arista Apriani<sup>1</sup>, Wijayanti<sup>2</sup>, D. W. (2018). EFEKTIVITAS PENATALAKSANAAN KOMPRES DAUN KUBIS (*BRASSICA OLERACEA VAR. CAPITATA*) DAN BREAST CARE TERHADAP PEMBENGGKAKAN PAYUDARA BAGI IBU NIFAS Arista. *Jurnal Kebidanan*, II(4), 238–243.
- Asfia, F. (2023). Gambaran Karakteristik Kejadian Intrauterine Fetal Death ( IUFD) di Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Berkah Pandeglang Tahun 2021. *Journal of Baja Health Science*, 3(01), 11–18. <https://doi.org/10.47080/joubahs.v3i01.2435>
- Asih, Y. (2016). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui. Jakarta: CV Trans Info Media
- Damayanti, E., Ariani, D., & 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. *Journal of Issues in Midwifery*, 4(2), 54–66. <https://doi.org/10.21776/ub.joim.2020.004.02.1>
- Khadka, D., Dhakal, K. B., Dhakal, A., & Rai, S. D. (2022). Stillbirths among Pregnant Women Admitted to the Department of Obstetrics and Gynaecology in a Tertiary Care Centre: A Descriptive Cross-sectional Study. *Journal of the Nepal Medical Association*, 60(253), 761–765. <https://doi.org/10.31729/jnma.7758>
- Luqyana, D., Rodiani., & Prabowo, Y. (2017). Intrauterine Fetal Death : Usia Maternal sebagai Salah Satu Faktor Risiko Intrauterine Fetal Death : Maternal Age as One of The Risk Factors. *Medula*, 7, 25–29.
- Meilia Rahmawati Kusumaningsih, Muliatul Jannah, & Vera Yulvina. (2023). Efektivitas Pemberian Kompres Daun Kubis Dingin dan Breast Care untuk Menangani Bendungan ASI pada Ibu Postpartum : Literature Review: The Effectiveness of Giving Cold Cabbage Leaf Compress Breast Care to Handle Breast Milk on Postpartum Mother : Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(4), 561-567. <https://doi.org/10.56338/mpkki.v6i4.2903>
- Purba, T. J. (2020). Pengaruh Breast Care Pada Ibu Post Partum Dengan Kejadian Bendungan ASI. 3(2), 276–281.
- Putri, S. M., & Ningrum, W. M. (2019). Gambaran Penyebab Bayi Lahir Mati (Stillbirth) Pada Proses Persalinan. *Journal of Midwifery and Public Health*, 1(1), 37. <https://doi.org/10.25157/jmph.v1i1.2003>
- Rambe, N., & Nasution, L. K. (2021). Hubungan Pengetahuan Tentang Perawatan Payudara Pada Ibu Nifas Dengan Kejadian Bendungan Asi. *Jurnal Mutiara Ners*, 4(2), 121–127. <https://doi.org/10.51544/jmn.v4i2.1958>
- Santy, F. N., Gupty, P. W., & Chloranyta, S. (2022). Pengaruh Terapi Daun Kubis Terhadap Nyeri Pembengkakan Payudara Pada Ibu Post Partum. *Jurnal Kesehatan Panca Bhakti Lampung*, 10(1), 26. <https://doi.org/10.47218/jkpbl.v10i1.156>

- Sari, H. J., Simarmata, D., Anisah Farma, Astri Widiya Sitompul, Luci Yanti, & Chrismis Novalinda Ginting. (2021). Pengaruh Pemberian Kompres Daun Kubis Dingin (*Brassica Oleracea*) terhadap Penurunan Intensitas Nyeri dan Pembengkakan Payudara pada Ibu Post Partum. *Journal of Health, Education and Literacy (J-Healt)*, 3(2), 12.
- Sharma, B., Bhattarai, S., Shrestha, S., Joshi, R., Tamrakar, R., Singh, P., Chaudhary, J., & Pandit, U. (2021). Maternal and fetal characteristics and causes of stillbirth in a tertiary care hospital of Nepal: Secondary analysis of registry-based surveillance data. *BMJ Open*, 11(8), 1–5. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2020-045012>
- Waldby, C., Noble-Carr, D., & Carroll, K. (2023). Mothers, milk and mourning: The meanings of breast milk after loss of an infant. *Sociology of Health and Illness*, 45(1), 109–127. <https://doi.org/10.1111/1467-9566.13551>
- Warnelis Sinaga, E. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Intra Uterine Fetal Death (Iufd). *Jurnal Ilmiah Kebidanan Imelda*, 6(2), 88–91. <https://doi.org/10.52943/jikebi.v6i2.443>
- Zaleha, S., & Yulrina Ardhiyanti. (2023). Pemberian Kompres Daun Kubis Dalam Mengatasi Bendungan Asi Pada Ibu Nifas. *Jubida*, 1(2), 74–81. <https://doi.org/10.58794/jubida.v1i2.211>