

**SOSIALISASI PEMBERIAN DAUN KOL UNTUK BENDUNGAN ASI IBU DI DESA  
MARENDAL 1 SUMATERA UTARA****Sri Yunita Perangin Angin<sup>1\*</sup>, Faija Sihombing<sup>2</sup>, Hilda yani Karo-Karo<sup>3</sup>,  
Chainny Rhamawan<sup>4</sup>, Etika Mulia Sari<sup>5</sup>**<sup>1-5</sup>Universitas Audi Indonesia

Email Korespondensi: sriyunita237@gmail.com

Disubmit: 21 Juni 2023

Diterima: 16 Juli 2023

Diterbitkan: 01 Agustus 2023

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i8.10604>**ABSTRAK**

Sosialisasi ini membahas tentang Peranan Ibu- ibu menyusui Dalam Menyikapi Pengaruh dalam penggunaan daun kol untuk menghambat bendunagn ASI . Dengan adanya sosialisasi daun kol untuk Bendungan ASI maka perlu dilakukan konseling, motivasi dan memantau ibu menyusui agar mampu memberikan ASI secara tepat dan efektif. Metode *quasi eksperimental* tanpa kelompok kontrol dengan pendekatan *One Group Pre Test- Post Test Desain*. Rancangan ini hanya menggunakan satu kelompok sampel yang diobservasi sebanyak dua kali yaitu menjawab kuesioner sebelum eksperimen disebut pre test dan menjawab kuesioner setelah eksperimen disebut post test. Analisis data dilakukan menggunakan komputer program *Statistical Package for the Social Science (SPSS)*. Analisa dengan persamaan *pre-test* dan *post-test one group desain* dengan tingkat kemaknaan ( $\alpha$ ) = 0,05 dengan melakukan uji t pada kelompok berpasangan pada kelompok berpasangan. Daun kol secara parsial berpengaruh signifikan terhadap dalam menghambat bendungan ASI pada ibu menyusui sehingga diperlukan sosialisasi daun kol untuk Bendungan ASI maka perlu dilakukan konseling, motivasi dan memantau ibu menyusui agar mampu memberikan ASI secara tepat dan efektif. Memberikan alternatif yang bermakna antara keefektifitasan daun kol dalam menghambat bendungan ASI pada ibu karena berpengaruh kepada produksi ASI pada saat menyusui.

**Kata Kunci:** Sosialisasi, Daun Kol, Bendungan ASI,Ibu Menyusui**ABSTRACT**

*This socialization discusses the Role of Breastfeeding Mothers in Responding to the Influence of using cabbage leaves to inhibit breastfeeding. With the socialization of cabbage leaves to dam ASI, it is necessary to carry out counseling, motivation and monitoring of breastfeeding mothers so they are able to provide ASI properly and effectively. Quasi-experimental method without a control group with the One Group Pre Test- Post Test Design approach. This design only uses one sample group which is observed twice, namely answering the questionnaire before the experiment is called the pre-test and answering the questionnaire after the experiment is called the post-test. Data analysis was performed using the Statistical Package for the Social Science (SPSS) computer program. Analysis with the pre-test and post-test equations of one group design with a significance level ( $\alpha$ ) = 0.05 by conducting*

*the t-test in the paired group. Cabbage leaves partially have a significant effect on inhibiting milk retention in nursing mothers so that it is necessary to socialize cabbage leaves for ASI dams, it is necessary to carry out counseling, motivation and monitoring of breastfeeding mothers so that they are able to provide ASI properly and effectively. Provide a meaningful alternative between the effectiveness of cabbage leaves in inhibiting milk retention in mothers because it affects milk production during breastfeeding.*

**Keywords:** Socialization, Cabbage Leaves, ASI Dam, Breastfeeding Mothers

## 1. PENDAHULUAN

Berdasarkan survey pada tahun 2018 angka kematian ibu di Indonesia mengalami peningkatan dibandingkan pada tahun 2017. Di Indonesia AKI sebesar 346 per 100.000 penduduk dan AKB 24 per 100.000 penduduk. Hasil dari Rapat Kerja Nasional 2018 sasaran AKI di Indonesia sebanyak 306 per 100.000 dan pada AKB ditargetkan mencapai 17 per 100.000 penduduk. Persentase terbesar kedua adalah infeksi. Infeksi pada ibu terjadi pada saat kehamilan seperti infeksi saat nifas seperti, infeksi perineum, perdarahan postpartum, gangguan psikologi, mastitis dan abses payudara yang diawali dengan adanya bendungan saluran ASI. Faktor utama atau penyebab dari terjadinya bendungan ASI di Indonesia adalah ibu lelah atau sakit sebanyak 2%, bayi sakit sebanyak 5%, bayi tidak disusui pada malam hari sebanyak 9%, posisi menyusui tidak baik sebanyak 10%, puting datar 24%, bayi menyusui tidak sering atau tidak lama sebanyak 47% (Kementrian Kesehatan RI, 2018).

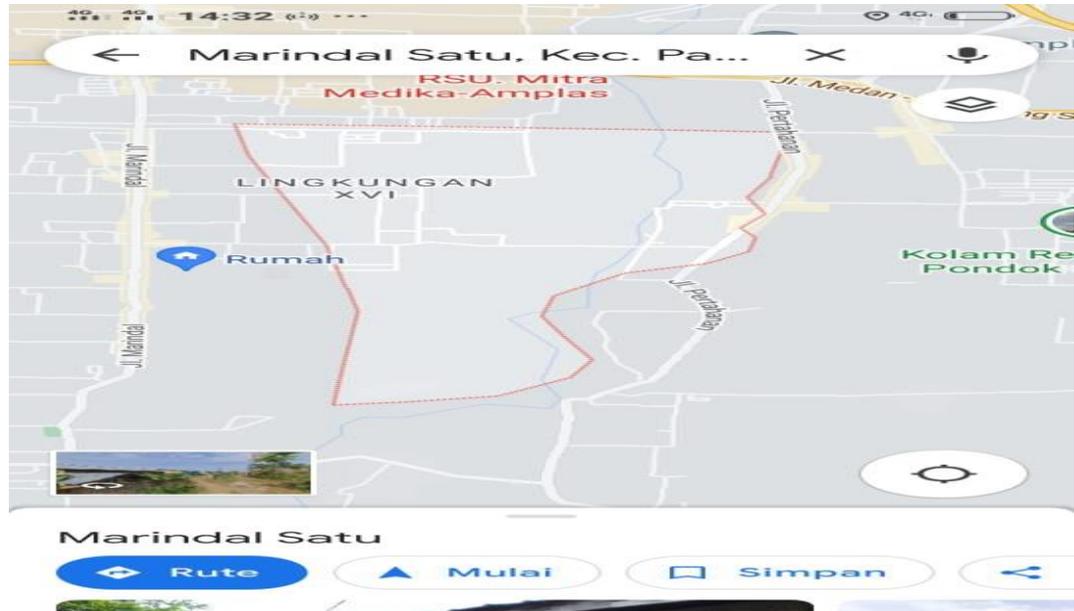
Saat ini penanganan masalah bendungan ASI pada ibu dilaksanakan dengan cara perawatan payudara dengan melakukan pengurutan pada payudara ibu yang bengkak. Intervensi ini sering menyebabkan ibu merasa tidak nyaman dan rasa sakit yang luar biasa saat pemijatan dan dapat menyebabkan kerusakan pada anatomis payudara ibu. Beberapa ahli menyatakan bahwa prosedur ini kemungkinan dapat menyebabkan kerusakan pada alveoli di payudara (Mandriwati, 2018).

Dampak Bendungan ASI pada payudara ibu terjadi demam, nyeri, dan peradangan apabila tidak ditangani segera mungkin akan terjadi mastitis. Mastitis pada payudara ibu terhadap bayi tidak dapat asupan gizi dengan baik. Sehingga ditemukan metode yang lebih nyaman, dapat dilakukan secara mandiri, dan tidak menyakitkan ibu dalam mengatasi pembengkakan payudara yaitu dengan menempelkan daun kol di area payudara ibu, yang terbukti menurunkan pembengkakan (Bendungan ASI) pada area tubuh yang mengalami bengkak. Dan diharapkan ibu mampu menghadapi masa nifas dan proses menyusui dengan baik dan perlu dilakukan konseling, motivasi dan memantau ibu menyusui agar mampu memberikan ASI secara tepat dan efektif (Pratiwi, 2019).

## 2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Terdapat beberapa ibu yang terjadi bendungan ASI dan Dampak Bendungan ASI pada payudara ibu salah satunya terjadi demam, nyeri, dan peradangan apabila tidak ditangani segera mungkin akan terjadi mastitis. Mastitis pada payudara ibu terhadap bayi tidak dapat asupan gizi dengan baik.

Rumusan pertanyaan tersebut dapat dirumuskan suatu permasalahan yaitu Seberapa besar dampak efektif daun kol dalam menghambat bendungan ASI pada ibu menyusui.



Gambar 1. Lokasi Pengabdian

### 3. KAJIAN PUSTAKA

Menyusui merupakan peristiwa alamiah bagi seorang perempuan yang bermanfaat untuk ibu dan bayi. Masalah menyusui yang sering timbul pada masa pasca persalinan dini (masa nifas atau laktasi) adalah pembengkakan payudara (breast engorgement) atau disebut juga bendungan ASI (Mustika, 2018). Pembengkakan payudara merupakan pembendungan air susu karena penyempitan duktus laktiferus atau oleh kelenjar-kelenjar yang tidak dikosongkan, payudara pada umumnya akan membesar, keras, dan tidak nyaman karena adanya peningkatan suplai darah kepayudara bersamaan dengan terjadinya produksi air susu. Kondisi ini bersifat normal dan akan berlangsung selama beberapa hari (Purwanti, 2019). Namun terkadang pembesaran payudara dapat menimbulkan rasa sakit sehingga ibu tidak leluasa dalam menggunakan bra atau membiarkan benda apapun menyentuh payudaranya. Payudara yang mengalami bengkak akan terasa sakit, panas, nyeri pada perabaan, dan tegang (Pratiwi, 2019).

Masalah menyusui yang dapat timbul pasca persalinan dini (masa nifas atau laktasi) yaitu pembengkakan payudara. Payudara akan terasa panas, sakit, nyeri pada perabaan, tegang, bengkak yang terjadi setelah persalinan (Ratna, 2019). Manfaat pemberian ASI eksklusif pada ibu yang menyusui bayinya yaitu dapat mencegah terjadinya perdarahan postpartum, dapat menunda kehamilan, mempercepat proses pengecilan rahim, praktis, murah dan mengurangi kemungkinan perkembangan kanker payudara (Sitti Nurul Hikma Saleh, 2021).

Bendungan air susu dapat terjadi pada hari ke dua atau ke tiga ketika payudara telah memproduksi air susu. Bendungan disebabkan oleh pengeluaran air susu yang tidak lancar, karena bayi tidak cukup sering

menyusui, produksi meningkat, terlambat menyusukan, hubungan dengan bayi (bonding) kurang baik dan dapat pula karena adanya pembatasan waktu menyusui (Pratami, 2018)

Apabila setelah dilahirkan bayi tidak menyusui dengan semestinya atau jika kelenjar-kelenjar susu tidak kosong seutuhnya, hal ini dapat mengakibatkan rasa panas serta keras dan nyeri pada payudara, selain mengalami pembengkakan payudara (engorgement) akibat air susu yang terbungkus (Marliandiani, 2016). Pembengkakan payudara apabila tidak ditangani dengan cepat maka dapat memunculkan masalah baru yaitu mastitis dan bahkan abses payudara (Indahsari, 2017).

Penanganan pembengkakan payudara dapat dilakukan secara farmakologis dan non farmakologis. Penanganan pembengkakan payudara secara farmakologis dapat diberikan terapi simtomatis untuk mengurangi rasa sakitnya (analgetik) seperti paracetamol, ibuprofen. Dapat juga diberikan lynoral tablet 3 kali sehari selama 2-3 hari untuk membendung sementara produksi ASI (Ropke, 2019). Dan untuk mengurangi pembengkakan payudara secara non farmakologis dapat dilakukan dengan akupunktur, perawatan payudara tradisional (kompres panas dikombinasikan dengan pijatan), daun kol, kompres panas dan dingin secara bergantian, kompres dingin, dan terapi ultrasound (Marmi, 2019).

Daun Kol mempunyai sifat antibiotik dan anti-inflamasi karena kandungan sinigrin (Allylisoithiocyanate), rapine, minyak mustard, magnesium, dan sulfur yang dapat membantu memperlebar pembuluh darah kapiler, sehingga meningkatkan aliran darah untuk keluar masuk dari daerah tersebut, dan memungkinkan tubuh untuk menyerap kembali cairan yang terbungkus dalam payudara tersebut (Mars, 2016).

Teori dan konsep rencana program ini agar menyusui dengan baik dan perlu dilakukan konseling, motivasi dan memantau ibu menyusui agar mampu memberikan ASI secara tepat dan efektif pengaruh secara positif dan signifikan dari variabel bebas berupa keefektifitasan daun kol dalam menghambat bendungan ASI pada ibu menyusui. Dan memberikan alternatif peneliti diterima yaitu ada hubungan yang bermakna antara keefektifitasan daun kol dalam menghambat bendungan ASI pada ibu menyusui (Apriani, 2018).

#### 4. METODE

- a. Metode yang digunakan sosialisasi kepada ibu menyusui dengan memberikan konseling, motivasi dan memantau ibu menyusui agar mampu memberikan ASI secara tepat dan efektif
- b. Jumlah peserta sebanyak 35 orang ibu menyusui
- c. Menjelaskan langkah-langkah PKM dan langkah-langkah pelaksanaan

Tabel 1

No	Nama Kegiatan	Bulan					
		3	4	5	6	7	8
1	Pra survey	■					
2	Penyusunan proposal		■				
3	Observasi		■				
4	Studi Pustaka			■			

5	Tabulasi lembar observasi	
6	Studi literature	
7	Analisis data	
8	Penyusunan laporan 70%	
9	Penyusunan laporan 100	

## 5. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### a. Hasil



Gambar 2

Sebelum memberikan sosialisasi dilakukan konseling, motivasi dan memantau kepada ibu menyusui dengan menggunakan satu kelompok sampel yang diobservasi sebanyak dua kali yaitu menjawab kuesioner sebelum eksperimen disebut pre test dan menjawab kuesioner setelah eksperimen. Maka hasil yang didapat setelah melakukan sosialisasi ibu menyusui mampu memberikan ASI secara tepat dan efektif.

Menyajikan hasil PkM sesuai dengan urutan rumusan pertanyaan dan menyertakan tiga foto yang berbeda dari kegiatan PkM serta diberikan keterangan singkat yang relevan dengan gambar atau foto.

### b. Pembahasan

Daun Kol mempunyai sifat antibiotik dan anti-inflamasi karena kandungan sinigrin (Allylisoithiocyanate), rapine, minyak mustard,

magnesium, dan sulfur yang dapat membantu memperlebar pembuluh darah kapiler, sehingga meningkatkan aliran darah untuk keluar masuk dari daerah tersebut, dan memungkinkan tubuh untuk menyerap kembali cairan yang terbungkus dalam payudara tersebut (Prawirohardjo, 2017).

Penelitian lain yang dilakukan oleh (Andriani, 2016) dengan judul "Pengaruh Kompres Daun Kubis/Kol terhadap intensitas Nyeri Pembengkakan Payudara Pada Ibu Menyusui di RSUD Majalengka Kabupaten Majalengka Tahun 2016" Hasil yang diperoleh sebagian besar intensitas nyeri pembengkakan payudara pada ibu menyusui sebelum kompres daun kol adalah sedang (66,67%) dan sebagian besar intensitas nyeri pembengkakan payudara pada ibu menyusui sesudah kompres daun kol adalah ringan (60,0%), sehingga ada pengaruh kompres daun kol terhadap intensitas nyeri pada pembengkakan payudara di RSUD Majalengka Kabupaten Majalengka Tahun 2017 dengan nilai  $p = 0,010$ .

Hasil penelitian (Rohmah, 2019) menunjukkan bahwa ada efektivitas pemberian kompres daun kubis (*brassica oleracea*) terhadap skala pembengkakan payudara pada ibu post partum dapat dilihat dari penurunan pembengkakan payudara sebelum diberikan kompres daun kubis (*brassica oleracea*) yaitu skala 4, sesudah diberikan kompres daun kubis (*brassica oleracea*) pembengkakan payudara menjadi skala 1 dengan  $p$ -value 0,000 ( $= 0,05$ ). Kompres daun kubis (*brassica oleracea*) dapat digunakan sebagai terapi untuk menurunkan skala pembengkakan dan mencegah terjadinya pembengkakan payudara pada ibu post partum. Menurut pendapat peneliti bahwa daun kubis (*brassica oleracea*) memiliki efektivitas dalam mengurangi pembengkakan payudara pada ibu post partum karena daun kubis (*brassica oleracea*) mengeluarkan gel dingin yang dapat menyerap panas dan mengurangi pembengkakan. Hal ini sejalan dengan teori Bahiyatun karena kandungan yang terdapat dalam daun kubis sehingga terjadi proses pelebaran aliran pembuluh darah kapiler untuk mengurangi pembengkakan pada payudara.

Menurut (Apriani, 2018) Ada perbedaan skor pembengkakan payudara sebelum dengan sesudah diberikan penatalaksanaan kompres daun kubis dan breast care, nilai  $p$  yang mempunyai arti penatalaksanaan kompres daun kubis dan breast care efektif menangani masalah pembengkakan payudara pada ibu nifas, Menurut (Widia, 2019) Sesudah diberikan intervensi kompres daun kubis sebagian besar (91%) tidak mengalami pembengkakan payudara dan sebagian kecil (9%) mengalami pembengkakan payudara.

Melihat secara individual pengaruh secara positif dan signifikan dari variabel bebas berupa keefektifitasan daun kol dalam menghambat bendungan ASI pada ibu menyusui. Dan memberikan alternatif peneliti diterima yaitu ada hubungan yang bermakna antara keefektifitasan daun kol dalam menghambat bendungan ASI pada ibu menyusui (Nugroho, Taufan, 2017). Dan Sesudah dilakukan pemberian kompres daun kol ada 31 orang yang mengalami penurunan hanya satu skala dan 4 orang yang tidak mengalami penurunan atau tetap hal tersebut di karenakan ibu tidak menyusui bayinya sesering mungkin, ada bayi yang sakit dan di rawat di rumah sakit dan ada ibu yang mengalami puting susu yang tidak menonjol atau rata (Green., 2015) .

## 6. KESIMPULAN

1. Ibu sudah memahami manfaat dari penggunaan daun kol
2. Setelah dilakukan sosialisasi ini ditemukan bahwa kompres daun kol efektif menurunkan skala pembengkakan payudara pada ibu
3. Daun kol merupakan alternatif yang efektif dalam menghambat bendungan ASI pada ibu menyusui
4. Sangat signifikan pengaruh daun kol dalam menghambat bendungan ASI pada ibu menyusui

## 7. DAFTAR PUSTAKA

- Andriani, J. d. (2016). Pengaruh Kompres Daun Kubis/Kol Terhadap Intensitas Nyeri Pembengkakan Payudara Pada Ibu menyusui Di RSUD Majalengka kabupaten Majalengka Tahun 2016. *Kebidanan Poltekes Bhakti Pertiwi Husada Cirebon*.
- Apriani, A. W. (2018). Efektivitas Penatalaksanaan Kompres Daun Kubis (*Brassica Oleracea* Var. *Capitata*) Dan Brest Care Terhadap Pembengkakan Payudara Bagi Ibu Nifas. *Jurnal Maternal Dan Neonatal*, 238-243.
- Green., L. W. dan K. (2015). *Health Program Planning. An.Educational Ecological Approach*. NewYork: the McGraw-HillCompanies. Inc.
- Indahsari, M. N. (2017). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas tentang Perawatan Payudara dengan Kejadian Bendungan ASI di RB Suko Asih Sukoharjo. *Indonesian Journal on Medical Science*, 183-188.
- Kementrian Kesehatan RI. (2018). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: *Kemendes RI*.
- Mandriwati, G. (2018). *Penuntun Belajar Asuhan Kebidanan Ibu Hamil*. Jakarta: EGC.
- Marliandiani, Y. &. (2016). *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas dan Menyusui*. Jakarta: Salemba Medika.
- Marmi. (2019). *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas "Peuperium Care."* Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Mars, B. F. (2016). *The Country Almanac of Home Remedies: Time-Tested and Almost Forgotten Wisdom for Treating Hundreds of Common Ailments, Aches & Pains Quickly and Naturally*. Beverly: Fair Winds Press.
- Mustika, D. (2018). *Asuhan Kebidanan Patologi*. Jakarta: EGC.
- Nugroho, Taufan, dkk. (2017). *Buku Ajar Obstetri dan Mahasiswa dan Mahasiswa Kebidanan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Pratami, E. (2018). *Konsep Kebidanan kajian Filosofi dan sejarah*. Magetan: Forum Ilmiah Kesehatan.
- Pratiwi, H. d. (2019). Pengaruh Kompres Daun Kubis Terhadap Pembengkakan Payudara Pada Ibu Post Partum. *Jurnal Kesehatan Qamarul Huda*, 19-23.
- Prawirohardjo. (2017). *Ilmu kebidanan*. Jakarta. : PT Bina Pustaka.
- Purwanti, E. (2019). *Asuhan Kebidanan untuk Ibu Nifas*. Yogyakarta: Cakrawala Ilmu.
- Ratna, D. (2019). *Asuhan Kebidanan Kehamilan Fisiologi*. Jakarta: EGC.
- Rohmah. (2019). *Perbedaan efektifitas daun kubis dingin (Brassica Oleracea Var. Capitata) dengan perawatan payudara dalam mengurangi pembengkakan payudara,.*

- Ropke, C. D. (2019). *Asuhan Kebidanan Kehamilan Fisiologis*. Jakarta: EGC.
- Sitti Nurul Hikma Saleh. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu dengan Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi 0-6 Bulan di Puskesmas Motoboi Kecil. *Journal of Health, Education and Literacy (J-Health)*.
- Widia, L. &. (2019). Pengaruh Kompres Daun Kubis (*Brassica Oleracea* Var. *Capitata*) Terhadap Pembengkakan Payudara (*Breat Engorgement*) Pada Ibu Nifas. *Jural Darul Azhar*, 45-51.