

SKRIPSI

**PENGARUH KOMPRES DAUN KUBIS (*BRASICCA OLERACEA VAR
CAPITATA*) DINGIN TERHADAP PENGURANGAN NYERI DAN
PEMBENGGKAKAN PAYUDARA AKIBAT BENDUNGAN
ASI DI TPMB BIDAN IYOS ROSIDAH
KABUPATEN GARUT 2026**



Disusun oleh:

DEVI PATMASARI
NIM. P20624325051

**PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
JURUSAN KEBIDANAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN
KEMENTERIAN TASIKMALAYA
TAHUN 2026**

SKRIPSI

**PENGARUH KOMPRES DAUN KUBIS (*BRASSICA OLERACEA VAR CAPITATA*)
DINGIN TERHADAP PENGURANGAN NYERI DAN PEMBENGGKAKAN
PAYUDARA AKIBAT BENDUNGAN
ASI DI TPMB BIDAN IYOS ROSIDAH
KABUPATEN GARUT 2026**



Disusun oleh:

DEVI PATMASARI
NIM. P20624325051

**PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
JURUSAN KEBIDANAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KEMENTERIAN
TASIKMALAYA
TAHUN 2026**

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Terapan Kebidanan pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya. Skripsi ini terwujud atas bimbingan dan pengarahan dari Dr.drg. Emma kamelia,M.Biomed, Selaku pembimbing utama dan Dr. Meti Megawati,SST.,MPH selaku pembimbing pendamping serta bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Pada kesempatan ini Penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Dr.Dini Mariani,S.Kep.,Ners.M.Kep, selaku direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya
2. Dr.Yati Budiarti ,SST.,M.Keb, Selaku Ketua Jurusan Kebidanan
3. Dede Gantini SSt.,M.Keb, selaku ketua program studi sarjana terapan kebidanan
4. Bdn.Iyos Rosidah SST selaku pimpinan TPMB yang telah memberikan Izin dan tempat bagi peneliti untuk melakukan penelitian
5. Sembah sujud dan rasa terima kasih yang tak terhingga penulis haturkan kepada kedua orang tua tercinta yang kini telah berada di keabadian. Meskipun takdir membuat Mamah dan Bapak tidak dapat mendampingi penulis secara fisik hingga titik ini, namun doa dan kasih sayang kalian tetap menjadi kompas dalam hidup penulis. Terima kasih telah mendidik penulis menjadi pribadi yang tangguh dan mengajarkan arti bertahan hidup dalam

situasi apa pun. Dedikasi ini sepenuhnya untuk kalian.

6. Rasa hormat dan terima kasih yang tak terhingga penulis haturkan kepada kedua orang tua terkasih, Ibu dan Bapak. Meskipun tidak terikat oleh darah, ketulusan kasih sayang, doa, dan dukungan tanpa syarat yang kalian berikan telah menjadi fondasi terkuat bagi penulis. Terima kasih atas segala pengorbanan, baik materi maupun motivasi yang tak pernah putus, yang telah membentuk penulis menjadi pribadi yang tangguh hingga mampu menyelesaikan skripsi ini.
7. Rasa terima kasih yang tulus penulis persembahkan kepada keluarga tercinta, khususnya keluarga kecil Bapak Alm Acap Supriatna, atas limpahan kasih sayang, doa, dan dukungan yang tiada henti. Khususnya kepada Kakak penulis, Tete Renti W yang selalu menjadi tempat terbaik untuk pulang, Aa Yusup MS, S.T., sosok hebat yang selalu menjadi garda terdepan, serta kedua adik penulis Luky A. dan Viky H, yang menjadi motivasi terbesar bagi penulis untuk tetap kuat dan bertahan.
8. Serta seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, khususnya seseorang yang senantiasa meluangkan waktu, tenaga, dan motivasi terbaiknya demi menguatkan langkah penulis. Semoga kebaikan kalian semua dibalas dengan kebaikan yang berlipat ganda.
9. Untuk diriku sendiri, Terima kasih karena telah bertahan sejauh ini. Terima kasih atas pundak yang tetap kokoh meski kerap kali didera lelah, atas pikiran yang menolak menyerah di kala ragu menyapa, dan atas setiap malam panjang yang dilewati demi merajut baris demi baris tulisan ini.

Lembar demi lembar skripsi ini adalah saksi bisu betapa kamu jauh lebih kuat dari apa yang pernah kamu bayangkan. Keberhasilan menyelesaikan studi ini adalah hadiah terindah atas segala dedikasi, air mata, dan keteguhan yang telah kamu investasikan untuk masa depanmu sendiri.

Akhir kata, penulis berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Tasikmalaya, 18 Mei 2026

Devi Patmasari

**PENGARUH KOMPRES DAUN KUBIS (*BRASSICA OLERACEA VAR
CAPITATA*) DINGIN TERHADAP PENGURANGAN NYERI DAN
PEMBENGGKAKAN PAYUDARA AKIBAT BENDUNGAN
ASI DI TPMB BIDAN IYOS ROSIDAH
KABUPATEN GARUT 2026**

Devi patmasari
Politeknik Kesehatan Tasikmalaya
Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan
Email: devipatmasari8@gmail.com

ABSTRAK

Cakupan pemberian ASI Eksklusif yang belum optimal salah satunya disebabkan oleh kendala klinis seperti bendungan ASI yang memicu nyeri dan pembengkakan payudara pada ibu nifas. Salah satu upaya non-farmakologis aman yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah ini adalah dengan pemanfaatan inovasi bahan alam, yaitu aplikasi kompres daun kubis (*Brassica oleracea* var. *capitata*) dingin. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian kompres daun kubis dingin terhadap pengurangan nyeri dan pembengkakan payudara akibat bendungan ASI di TPMB Bidan Iyos Rosidah Kabupaten Garut tahun 2026.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *pre-experimental* berupa *One-Group Pretest-Posttest Design*. Pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling* dengan jumlah responden sebanyak 40 ibu *postpartum* yang mengalami bendungan ASI. Instrumen pengumpulan data menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) untuk mengukur skala nyeri dan *Six-Point Engorgement Scale* (SPES) untuk mengukur derajat pembengkakan payudara. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji statistik non-parametrik yaitu uji *Wilcoxon Signed Rank Test*.

Hasil penelitian menunjukkan rata-rata skor nyeri sebelum intervensi adalah 4,75 (nyeri sedang) dan menurun setelah intervensi menjadi 1,32 (nyeri ringan). Sementara itu, rata-rata skor pembengkakan sebelum intervensi adalah 4,32 (penuh dan mulai mengeras) dan menurun setelah intervensi menjadi 1,82 (lembek/perubahan sedikit). Hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* diperoleh nilai p-value sebesar 0,000 ($P \leq 0,05$), artinya terdapat pengaruh yang signifikan dari pemberian kompres daun kubis dingin terhadap pengurangan nyeri dan pembengkakan payudara akibat bendungan ASI. Oleh karena itu, intervensi ini rekomendasi sebagai terapi non-farmakologis yang efektif dan ekonomis bagi ibu *postpartum* yang mengalami bendungan ASI.

Kata kunci: Bendungan Asi, Daun Kubis Dingin, Nyeri Payudara, Pembengkakan Payudara, *Postpartum*

*THE EFFECT OF COLD CABBAGE LEAF (BRASSICA OLERACEA VAR. CAPITATA) COMPRESS ON REDUCING PAIN AND BREAST SWELLING DUE TO MILK ENGORGEMENT
IN TPMB MIDWIFE IYOS ROSIDAH,
GARUT REGENCY 2026*

Devi patmasari
Politeknik Kesehatan Tasikmalaya
Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan
Email: devipatmasari8@gmail.com

ABSTRACT

*The coverage of exclusive breastfeeding that has not been optimal is partly due to clinical obstacles such as milk stasis, which triggers pain and breast swelling in postpartum mothers. One safe non-pharmacological effort that can be carried out to overcome this problem is the use of natural material innovations, namely the application of cold cabbage leaf (*Brassica oleracea var. capitata*) compresses. The purpose of this study is to determine the effect of applying cold cabbage leaf compresses on reducing breast pain and swelling due to milk stasis at TPMB Bidan Iyos Rosidah, Garut Regency in 2026.*

This study used a quantitative method with a pre-experimental design in the form of a One-Group Pretest-Posttest Design. Sampling was conducted using a total sampling technique with a total of 40 postpartum mothers experiencing breast engorgement. Data collection instruments used the Numeric Rating Scale (NRS) to measure pain scale and the Six-Point Engorgement Scale (SPES) to measure the degree of breast swelling. Data analysis was carried out univariately and bivariately using non-parametric statistical tests, namely the Wilcoxon Signed Rank Test.

The research results showed that the average pain score before the intervention was 4.75 (moderate pain) and decreased to 1.32 (mild pain) after the intervention. Meanwhile, the average swelling score before the intervention was 4.32 (full and starting to harden) and decreased to 1.82 (soft/slight change) after the intervention. The Wilcoxon Signed Rank Test results obtained a p-value of 0.000 ($P \leq 0.05$), indicating that there was a significant effect of applying cold cabbage leaf compresses on reducing pain and breast swelling due to milk stasis.

Keywords: *Asi Dam, Cold Cabbage Leaves, Breast Pain, Breast Swelling, Postpartum*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI	iv
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	1
DAFTAR GAMBAR	2
DAFTAR LAMPIRAN	3
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar belakang.....	1
B. Rumusan masalah	7
C. Tujuan penelitian	7
1. Tujuan Umum.....	7
2. Tujuan khusus	7
D. Ruang Lingkup	8
E. Manfaat penelitian.....	8
1. Manfaat Akademis	8
2. Manfaat Praktik.....	8
F. Keaslian penelitian.....	9
BAB II TINJAUAN TEORI	11
A. Konsep Laktasi.....	11
1. Definisi Laktasi.....	11
2. Anatomi Fisiologi Payudara	12
3. Fisiologi laktasi.....	14
4. Masalah pada masa laktasi	16
B. Konsep bendungan ASI	20
1. Pengertian	20
2. Etiologi bendungan ASI	20
3. Tanda dan gejala bendungan ASI	21
4. Patofisiologi Bendungan ASI	22
5. Komplikasi Bendungan ASI.....	23
6. Pengukuran Skala Pembengkakan Pada Bendungan ASI	26
7. Pengukuran Skala Nyeri Bendungan ASI	26
8. Pencegahan Bendungan ASI	28
9. Penanganan bendungan ASI.....	29
C. Konsep daun kubis	33
1. Definisi daun kubis	33
2. Kandungan dan manfaat daun kubis	34
D. Kerangka teori.....	37
E. Kerangka konsep.....	38
F. Hipotesis	38
BAB III METODE PENELITIAN	39
A. Jenis Dan Desain Penelitian.....	39
B. Populasi dan sampel.....	39

C. Waktu dan tempat	40
D. Aspek-Aspek Yang Teliti/Diamati.....	40
E. Definisi Oprasional	41
F. Teknik Pengumpulan Data	42
G. Instrumen Dan Bahan Penelitian.....	43
1. Instrumen.....	43
2. Bahan.....	43
H. Uji Validitas Instrumen	44
1. Instrumen Nyeri	44
2. Instrumen pembengkakan (Six-Point Engorgement Scale /SPES).....	44
I. Manajemen data.....	45
J. Analisis data	47
K. Etika penelitian	48
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	51
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	51
B. Hasil penelitian	51
1. Analisi univariat.....	52
2. Analisis bivariat	55
C. Pembahasan	56
D. Keterbatasan penelitian	61
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	63
A. Kesimpulan.....	63
B. Saran.....	63
DAFTAR PUSTAKA	65
LAMPIRAN	67

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian	9
Tabel 2.1 Skala Pembengkakan	26
Tabel 3. 1 Definisi Operasional	41
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi responden (n=40)	52
Tabel 4.2 Distribusi Skor Nyeri Dan Pembengkakan Sebelum Intervensi	53
Tabel 4.3 Distribusi skor nyeri dan pembengkakan sesudah intervensi	54
Tabel 4.4 Hasil Uji Normalitas	55
Tabel 4.5 Uji Wilcoxon Signed Rank Test	56

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Anatomi Payudara Bagian Luar	12
Gambar 2.2	Anatomi Payudara	13
Gambar 2.3	Letdown Refleks	16
Gambar 2.4	Puting Susu Lecet	17
Gambar 2.5	Payudara Bengkak atau Bendungan ASI	18
Gambar 2.6	Mastitis.....	19
Gambar 2.7	Abses Payudara	19
Gambar 2.8	Numeric Rating Scale	27
Gambar 2.9	Teknik Pemerahan ASI	32
Gambar 2.10	Jenis Kubis	34
Gambar 2.11	Bagan Kerangka Konsep.....	37
Gambar 2.12	Bagan Kerangka Konsep	38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil Kuesioner Studi Pendahuluan	68
Lampiran 2 Sop Kompres Daun Kubis Dingin Untuk Bendungan Asi	69
Lampiran 3 Dokumentasi Penelitian	71
Lampiran 4 Tabulasi data	73
Lampiran 5 Hasil Olah Spss	75
Lampiran 6 Riwayat Hidup.....	78