



Brassica Oleracea VAR. Capitata Efektif Mengatasi Engorgement: Sebuah Review Sistematis

Brassica Oleracea VAR. Capitata Is Effective in Treating Breast Engorgement: A Systematic Review

**Marella, Rita Ridayani, Ristina Rosauli Harianja, Nurniati Tianastia Rullyni,
Vina Jayanti**

Poltekkes Kemenkes Tanjungpinang, Indonesia

*Email: marellaindra@gmail.com

*Correspondence: Marella

DOI:

10.59141/comserva.v2i11.692

ABSTRAK

Histori Artikel

Diajukan : 03-02-2023

Diterima : 18-03-2023

Diterbitkan : 27-03-2023

90% ibu postpartum yang menyusui bayinya mengalami pembengkakan pada payudara (engorgement). Banyak studi menyatakan bahwa daun kol berwarna hijau (*Brassica Oleracea var Capitata*) yang dikompres pada payudara bengkak dapat mengurangi pembengkakan dan rasa nyeri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kompres daun kol terhadap pembengkakan payudara pada ibu postpartum. Desain penelitian yang digunakan dengan narrative review terhadap 3 artikel ilmiah berupa hasil penelitian kuantitatif yang sesuai dengan tujuan penelitian. Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan penanganan yang tepat terhadap pembengkakan payudara pada ibu postpartum.

Kata Kunci: Daun Kol; Pembengkakan Payudara; Kompres Daun Kol; *Brassica Oleracea VAR Capitata*

ABSTRACT

90% of postpartum mothers who breastfeed their babies have increased engorgement. Many studies claim the cabbage (*Brassica Oleracea var Capitata*) that compressed on the breast which can reduce swelling and pain. This study tried to study the effect of leaf compresses on breast swelling in postpartum mothers. The research design was used with a narrative review of 3 scientific research articles resulting from quantitative research in accordance with the research objectives. The existence of this research is expected to provide appropriate assistance for breast swelling in postpartum mothers.

Keywords: Cabbage Leaves; Breast Engorgement; Cabbage Compression; *Brassica Oleracea VAR Capitata*

PENDAHULUAN

Pembengkakan payudara pada ibu postpartum adalah kondisi fisiologis disebabkan oleh hambatan aliran darah vena atau saluran kelenjar getah bening karena Air Susu Ibu (ASI) terkumpul dalam payudara akibat produksi ASI yang meningkat, terlambat menyusukan dini, bounding kurang baik, dan kurang sering mengeluarkan ASI, serta adanya kemungkinan pembatasan waktu menyusui (Purwanti et al., 2012). Kondisi pembengkakan ini ditandai dengan rasa sakit, puting kencang, kulit mengkilat walau tidak merah, dan apabila diperiksa atau dihisap, ASI tidak keluar serta dapat menyebabkan demam setelah 24 jam (Dewiani et al., 2022).

Pembengkakan ini sering disalah artikan sebagai penuhnya payudara yang terjadi pada hari-hari pertama menyusui karena meningkatnya kadar prolaktin, bertambahnya aliran darah ke payudara, dan bertambahnya volume susu (Smith dalam Pollard, 2019).

Menurut (Rini & Kumala, 2017), pembengkakan ini terjadi sekitar 3 sampai 5 hari postpartum, ketika pembengkakan terjadi akan timbul ketidaknyamanan dan rasa sakit, areola dan puting susu ibu menjadi tegang dan bayi akan kesulitan untuk menghisap seolah bayi seperti menghisap balon.

Pembengkakan payudara terjadi hampir pada 90% ibu postpartum, kejadian ini terjadi pada hari ke dua sampai hari ke empat setelah melahirkan (Sastri, 2017). Payudara mulai terasa penuh, panas, dan keras sehingga menimbulkan rasa nyeri (Maulida, 2021). Jika pembengkakan pada payudara ini tidak diberikan penanganan yang tepat, maka dapat mengakibatkan kondisi patologis/berbahaya (Kurniawati & Sulistyowati, 2014). Di Amerika 10% ibu menyusui yang mengalami pembengkakan pada payudara berlanjut pada kondisi mastitis/ infeksi pada payudara akibat tidak dilakukan penanganan yang tepat (Dixon & Khan, 2011).

Perawatan pada payudara bengkak selama ini dilakukan secara konvensional yaitu dengan kompres air dingin dan hangat, kompres ice gel, penggunaan ramuan herbal sampai dengan obat-obatan untuk mengurangi nyeri payudara (Anggarani et al., 2013). Banyak studi yang meneliti tentang penatalaksanaan pembengkakan payudara, sebuah studi menyatakan bahwa daun kol yang berwarna hijau yang ditempelkan pada payudara yang bengkak dapat mengurangi pembengkakan dan rasa nyeri pada payudara. Hal ini disebabkan oleh kandungan allylthiocyanate, minyak mustard, magnesium oxylate, dan sulfur dalam daun kol yang dapat meredakan pembengkakan payudara (Renah, 2022).

Sebuah penelitian yang membandingkan antara kompres daun kol dengan kompres hangat-dingin terhadap pembengkakan payudara menunjukkan bahwa kompres daun kol sama baiknya dengan kompres hangat-dingin (Munthe et al., 2022). Keduanya dapat dipakai untuk mengatasi pembengkakan payudara, namun kompres daun kol lebih efektif untuk meredakan bengkak dan rasa nyeri pada payudara (Afrilia et al., 2021). Penelitian lainnya menunjukkan bahwa daun kol adalah obat tradisional untuk pembengkakan payudara dengan mekanisme yang tidak dapat dimengerti dengan jelas, namun daun kol dilaporkan dapat meringankan edema (bengkak) akibat dislokasi (keseleo) ataupun fraktur (patah tulang) sebagaimana meringankan bengkak pada payudara (Davis dalam Lim et al., 2015).

Gagandeep & Mamta, (2013) dalam penelitiannya mengemukakan tentang efektivitas ekstrak daun kol dalam bentuk cream dengan cream plasebo, hasilnya ekstrak daun kol dalam bentuk cream terbukti efektif untuk mengatasi pembengkakan payudara pada ibu menyusui. Berdasarkan latar belakang tersebut, studi ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pengaruh kompres daun kol terhadap pembengkakan payudara pada ibu postpartum.

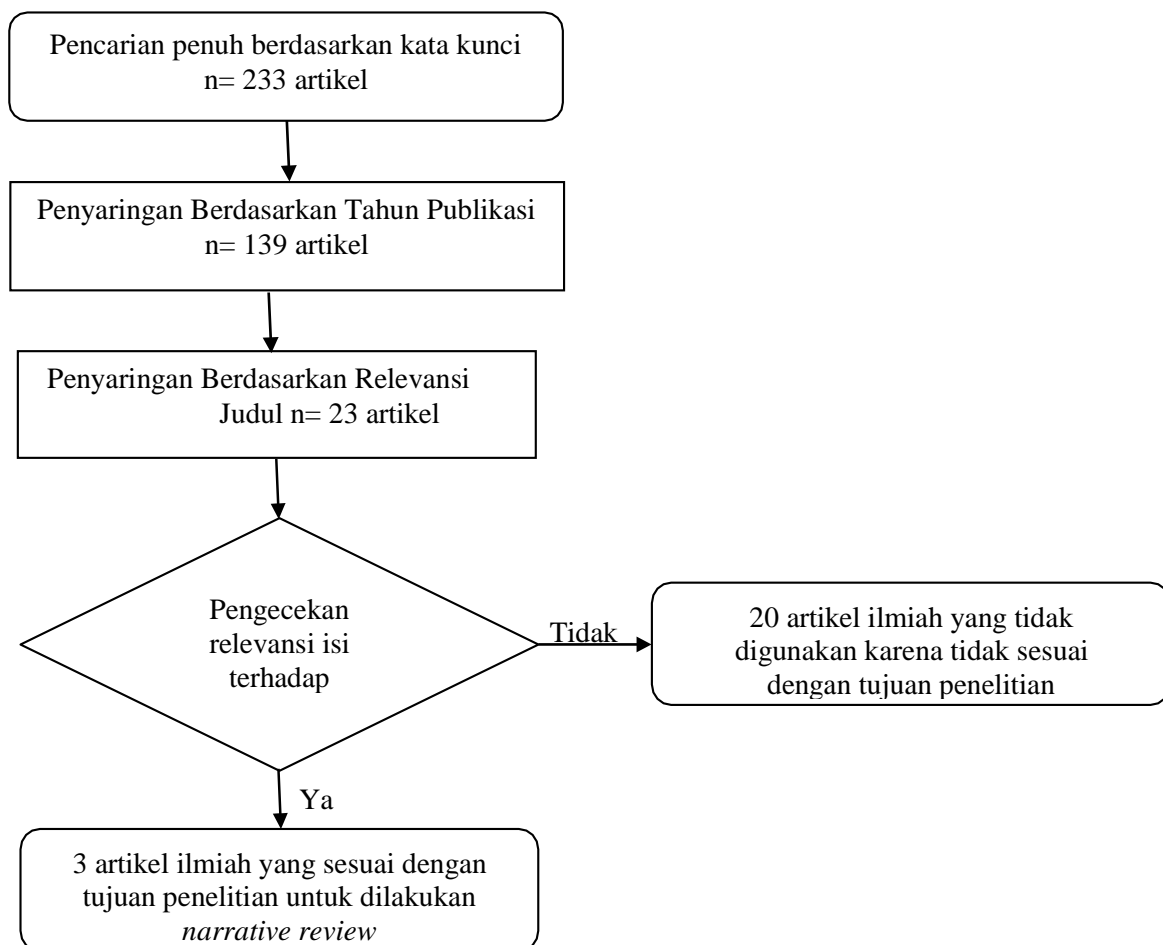
METODE

Penelitian ini merupakan narrative review, kajian dari 3 studi yang dilakukan secara kuantitatif. Sumber data yang digunakan pada penelitian ini berasal dari literatur yang berisi hasil penelitian tentang pengaruh daun kol terhadap pembengkakan payudara ibu postpartum. Literatur ini diperoleh dari berbagai online database yang terindeks antara lain Scopus, Proquest, Pubmed, dan Ebsco. Melalui penelusuran online database tersebut diperoleh 233 artikel dengan kata kunci "cabbage leaves" and "breast engorgement" yang dipublikasikan pada tahun 1948 sampai dengan tahun 2015. Untuk mempertimbangkan kebaruan data, hasil pencarian dipersempit pada jangka waktu tahun 2000 sampai dengan tahun 2015 sehingga diperoleh 139 artikel. Jika dikategorikan berdasarkan tahun, terdapat 64

artikel tentang daun kol dan pembengkakan payudara pada tahun 2000-2004, 47 artikel pada tahun 2005- 2009, 24 artikel pada tahun 2010-2014, dan 4 artikel pada tahun 2015.

Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah artikel ilmiah berupa hasil penelitian kuantitatif tentang pengaruh kompres daun kol terhadap pembengkakan payudara pada ibu postpartum di dunia. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh kompres daun kol terhadap pembengkakan payudara pada ibu postpartum berdasarkan hasil-hasil penelitian yang ada di dunia. Pada akhir penelusuran ditetapkan 3 artikel yang secara keseluruhan isinya sesuai dengan tujuan penelitian untuk dilakukan narrative review.

Desain penelitian yang digunakan dalam 3 studi ini dengan menggunakan metode pre-experiment desain (kuasi eksperimen) dengan pendekatan One Group Pre Test-Post Test Design untuk mengetahui pengaruh kompres daun kol terhadap pembengkakan payudara pada ibu postpartum (Martini et al., 2022). Berikut ini adalah alur penelusuran literatur yang dilakukan untuk mendapatkan artikel yang relevan dengan tujuan penelitian:



Gambar 1: Alur Penelusuran Literatur pengaruh daun kol terhadap Pembengkakan Payudara Ibu Postpartum

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada pencarian awal terdapat 233 artikel yang sesuai dengan kata kunci, tetapi pada akhir pencarian, hanya 3 artikel ilmiah yang digunakan oleh penulis karena dianggap sesuai dengan kata kunci dan terpilih secara spesifik sesuai dengan tujuan penelitian. Artikel ilmiah ini terdiri dari 2 jurnal (internasional dan nasional), 1 laporan tesis dari institusi pendidikan di Indonesia.

Hasil analisis univariat dapat digambarkan bahwa penelitian tentang pengaruh daun kol terhadap pembengkakan payudara ibu post partum mayoritas diteliti oleh peneliti yang berasal dari instansi kesehatan terutama ilmu keperawatan. Hal ini menunjukkan bahwa penelitian ini diangkat atas dasar kepentingan perkembangan ilmu keperawatan dan pengembangan model asuhan pada ibu post partum.

Jumlah sampel yang diteliti hampir pada angka yang sama, yaitu 68, 60, dan 65 responden. Dalam hal ini penggunaan desain penelitian seluruhnya menggunakan desain kuasi eksperimen. Penggunaan desain penelitian kuasi eksperimen ini digunakan untuk memperlihatkan adanya pengaruh kompres daun kol terhadap pembengkakan payudara pada ibu post partum.

Dalam hal pemanfaatan literatur, 2 jurnal ilmiah menggunakan 41-48 literatur, sedangkan hasil penelitian tesis menggunakan 56 literatur, baik berupa buku, majalah kesehatan, maupun jurnal nasional dan internasional. Jumlah literatur internasional yang digunakan sudah lebih dari separuh literatur yang ada (60.71%). Hal ini menunjukkan bahwa akses untuk memperoleh literatur internasional semakin mudah dan tingginya minat serta keinginan untuk menggunakan berbagai literatur internasional dalam penulisan ilmiah.

Bila dilihat dari sisi alat ukur yang digunakan oleh peneliti, tidak dilakukan uji validitas maupun reliabilitas karena alat ukur yang digunakan sudah mengacu pada standar yang sudah baku, antara lain kuesioner tingkat nyeri dan kuesioner skala pembengkakan payudara pada ibu postpartum. Alat ukur ini penting untuk menentukan kualitas dari hasil penelitian itu sendiri.

Tabel 1. Gambaran Umum Penelitian Pengaruh Kompres Daun Kol Terhadap Pembengkakan Payudara pada Ibu Postpartum

| Peneliti | Jenis Penelitian | Sampel | Pengaruh Daun Kol Terhadap Pembengkakan Payudara Ibu Postpartum | Alat Ukur |
|-----------------|-------------------------|---|--|--|
| Novita, 2011 | Kuasi Eksperimen | 68 responden yang terdiri dari kelompok intervensi dan kelompok kontrol | Ada perbedaan yang signifikan pada skala nyeri dan pembengkakan sebelum dan sesudah intervensi | Kuesioner tingkat nyeri dan skala pembengkakan payudara pada ibu post partum |

Marella, Rita Ridayani, Ristina Rosauli Harianja, Nurniati Tianastia Rullyni, Vina Jayanti

Brassica Oleracea VAR. Capitata Is Effective in Treating Breast Engorgement: A Sistematic Review

| | | | | |
|--------------------|------------------|---|--|---|
| Arora, et al, 2009 | Kuasi Eksperimen | 60 responden yang terdiri dari kelompok intervensi dan kelompok kontrol | Dari hasil uji statistik menunjukkan bahwa kompres daun kol dan kompres biasa sama-sama efektif untuk mengurangi pembengkakan payudara pada ibu post partum, tetapi ditemukan bahwa ternyata kompres biasa lebih efektif untuk mengurangi nyeri pada payudara ibu postpartum dibandingkan dengan kompres daun kol | Kuesioner tingkat nyeri dan skala pembengkakan payudara pada ibu post |
| Deswani, dkk, 2014 | Kuasi eksperimen | 65 responden terdiri dari 38 kelompok intervensi, dan 27 responden sebagai kelompok kontrol | terdapat perbedaan proporsi antara responden yang mendapatkan perlakuan kompres kol dengan responden yang tidak mendapatkan perlakuan terhadap pembengkakan payudara, dimana 25 dari 38 orang (65,8%) responden yang mendapatkan perlakuan kompres kol menyatakan adanya pengurangan pembengkakan payudara, Deswani: <i>Efek Plasebo Kompres Daun Kol</i> | Kuesioner tingkat nyeri dan skala pembengkakan payudara pada ibu post |
| | | Rata-rata responden 26.94 tahun | <i>Dalam Mengatasi Pembengkakan Payudara Pada Ibu Post Partum</i> 19 sedangkan sebanyak 22 dari 27 orang | |

(81,5%) responden yang tidak mendapatkan perlakuan kompres kol menyatakan adanya pengurangan pembengkakan payudara.

Tabel 2. Gambaran Distribusi Daftar Pustaka

| Bentuk Hasil Penelitian | Buku/ modul | Dinkes/ Depkes | Jurnal Internasional | Jurnal Nasional | Majalah/ Buletin | Skripsi/ Tesis/ Disertasi |
|--------------------------------|------------------------|---------------------------|---------------------------------|----------------------------|-----------------------------|--------------------------------------|
| Tesis | 12 (21.4%) | 3 (5.35%) | 34 (60.7%) | 2 (3.5%) | 2 (3.5%) | 3 (5.35%) |
| Jurnal/artikel ilmiah | 14 (34.11%) | 2 (4.8%) | 19 (46.3%) | - | 8 (19.5%) | - |

SIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa penelitian yang menggunakan *narrative review* bermanfaat untuk melihat beberapa penelitian secara bersamaan sehingga didapatkan suatu temuan baru pada topik tertentu yang telah diteliti. Secara umum setelah dilakukan naratif review pada artikel ilmiah dan tesis mengenai pengaruh kompres daun kol terhadap pembengkakan payudara pada ibu post partum, secara umum kualitas literatur yang digunakan dari tesis jauh lebih baik dibandingkan dengan yang digunakan pada artikel ilmiah (Jurnal).

Ketiga hasil penelitian menggunakan alat ukur yang sudah baku dan terstandarisasi, sehingga kualitas hasil penelitian sendiri dapat dipertanggungjawabkan. Dari segi desain penelitian, seharusnya perlu dikembangkan kembali untuk mendapatkan temuan baru dalam untuk mengembangkan asuhan pada ibu post partum, karena dalam 3 hasil penelitian ini menggunakan kuasi eksperimen dengan variabel yang sama dalam penelitiannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrilia, S., Mizawati, A., Andriani, L., & Mariati, M. (2021). *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas Dengan Masalah Bendungan Asi Di Pmb "F" Kota Bengkulu Tahun 2021*. Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
- Anggarani, D. R., Gz, S., & Subakti, Y. (2013). *Kupas Tuntas Seputar Kehamilan*. Agromedia.
- Dewiani, K., Purnama, Y., & Yusanti, L. (2022). *Evidance Based Dalam Pelayanan Kebidanan*.
- Dixon, J. M., & Khan, L. R. (2011). Treatment Of Breast Infection. *Bmj*, 342.
- Gagandeep, N. S., & Mamta, J. K. (2013). Efficacy Of Cabbage Leaves In Relief Of Breast Engorgement Among Postnatal Mothers. *International Journal Of Nursing Education*, 5(2), 76–79.
- Kurniawati, C., & Sulistyowati, M. (2014). Aplikasi Teori Health Belief Model Dalam Pencegahan Keputihan Patologis. *Jurnal Promkes*, 2(2), 117–127.
- 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. *International Journal Of Clinical And Experimental Medicine*, 8(11), 21335.
- Martini, M., Anggraini, Y., & Septiani, R. (2022). Efektivitas Kompres Aloe Vera Dan Daun Kubis Terhadap Breast Engorgement Pada Ibu Nifas. *Jurnal Kesehatan*, 13(3), 522–529.
- Maulida, S. (2021). *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Dengan Bendungan Asi Ditempat Praktik Mandiri Bidan Wilayah Ketapang Lampung Utara*. Poltekkes Tanjungkarang.
- Munthe, B. N. B. G., Seftianingtyas, W. N., Hastuti Usman, S. S. T., Keb, M., Kulsum, U., Sit, S., Ana Rofika, S. S. T., Yuni Istiananingsih, S. S. T., Keb, M., & Purnamayanthi, P. P. I. (2022). *Buku Ajar Nifas SI Kebidanan Jilid Ii*. Mahakarya Citra Utama Group.
- Pollard, M. (2019). *Asi: Asuhan Berbasis Bukti*.
- Purwanti, D., Aryunani, S., & Syuhrotut Taufiqoh, S. (2012). *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas Fisiologis Dengan Bendungan Asi Di Bps Mu'arofah Surabaya*. Universitas Muhammadiyah Surabaya.
- Renah, W. (2022). *Efektivitas Kompres Daun Kubis Terhadap Intensitas Nyeri Payudara Pada Wanita Early Puerperium Post Seksio Sesarea*. Universitas Hasanuddin.

Marella, Rita Ridayani, Ristina Rosauli Harianja, Nurniati Tianastia Rullyni, Vina Jayanti

Brassica Oleracea VAR. Capitata Is Effective in Treating Breast Engorgement: A Sistematic Review

Rini, S., & Kumala, F. (2017). *Panduan Asuhan Nifas Dan Evidence Based Practice*. Deepublish.

Sastri, N. (2017). Analisis Kejadian Payudara Bengkak Pada Ibu Nifas Di Bidan Praktik Mandiri Maliah Palembang Tahun 2016. *Masker Medika*, 5(1), 290–302.



© 2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).