

Jurnal Ilmiah Keperawatan dan
Kesehatan Alkautsar (JIKKA)

e-ISSN : 2963-9042

online: <https://jurnal.akperalkautsar.ac.id/index.php/JIKKA>

ANALISIS PERBEDAAN SPES (*SIX POINT ENGORGEMENT SCALE*) SEBELUM DAN SESUDAH IMPLEMENTASI KOMPRES DAUN KOL (*Brassica Oleracea Var. Capitata*) PADA IBU *POST PARTUM* DENGAN PEMBENGGAKAN PAYUDARA (*BREAST ENGORGEMENT*): *LITERATUR REVIEW*

Niken Dea Pramesthi,¹ Rohmayanti²

¹ Mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Magelang,
nikendeapramesthi@gmail.com

² Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Prodi S1 Ilmu Keperawatan Universitas
Muhammadiyah Magelang, rohmayantiummgl@gmail.com
Email Korespondensi : nikendeapramesthi@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: *Breast engorgement* merupakan kondisi payudara bengkak akibat keterlambatan menyusui atau frekuensi menyusui tidak teratur. Manifestasi klinis yang muncul diantaranya payudara bengkak, kemerahan, terasa tegang disertai nyeri. Pengukuran derajat *breast engorgment* dapat menggunakan SPES (*Six Point Engorgement Scale*). Kompres daun kol dapat dilakukan sebagai penatalaksanaan non farmakologis pada *breast engorgment*. **Tujuan:** Mengetahui perbedaan SPES sebelum dan sesudah implementasi kompres daun kol pada ibu *post partum* yang mengalami pembengkakan payudara (*breast engorgement*) berdasarkan penelusuran *literature*. **Metode:** Desain penelitian *literature review*, menggunakan database *Google Scholar*, terdapat 9 artikel yang memenuhi kriteria inklusi dengan rentang tahun terbit 2019 – 2023. **Hasil:** Hasil *literature review* didapatkan setelah dilakukan kompres daun kol terjadi penurunan skala pembengkakan payudara (SPES), **Kesimpulan:** Kompres daun kol dapat digunakan sebagai penatalaksanaan ibu *post partum* yang mengalami pembengkakan payudara (*breast engorgement*).

Kata kunci: Kompres kol, Pembengkakan payudara, Post partum

**ANALYSIS OF DIFFERENCES IN SPES (SIX POINT
ENGORGEMENT SCALE) BEFORE AND AFTER
IMPLEMENTATION OF CABBAGE LEAF COMPRESS (*Brassica
Oleracea Var. Capitata*) IN POST PARTUM MOTHER WITH BREAST
ENGORGEMENT: LITERATUR REVIEW**

ABSTRACT

Background: Breast engorgement is a condition where the breasts become swollen due to late breastfeeding or irregular breastfeeding frequency. Clinical manifestations that appear include swollen breasts, redness, feeling tense and accompanied by pain. Measuring the degree of breast engagement can use SPES (Six Point Engorgement Scale). Cabbage leaf compresses can be used as a non-pharmacological treatment for breast engorgement. **Objective:** To determine the differences in SPES before and after implementing cabbage leaf compresses in post partum mothers who experience breast engorgement based on literature searches. **Method:** Literature review research design, using the Google Scholar database, there were 9 articles that met the inclusion criteria with a publication year range of 2019 – 2023. **Results:** The results of the literature review showed that after applying cabbage leaf compresses there was a reduction in the scale of breast swelling (SPES), **Conclusion:** Compress Cabbage leaves can be used as a treatment for post partum mothers who experience breast engorgement.

Key words: Breast Engorgement, Cabbage compress., Post partum

PENDAHULUAN

Fase menyusui atau Laktogenesis III merupakan fase ASI mulai diproduksi (bulan ke-5 dan 6 kehamilan). Produksi ASI mulai aktif seiring meingkatnya hormon prolaktin dan oksitosin, perubahan fisiologi yang terjadi diantaranya payudara menjadi lebih besar dan kencang (Triana Septiani Purwanto, Nuryani, 2018). Masalah kesehatan pada fase ini diantaranya pembengkakan payudara (*breast engorgement*). Tahun 2022 sekitar 10-20% dari populasi ibu menyusui di Indonesia, atau sekitar 2,3 juta ibu mengalami *breast engorgement* (Yustina Dewi Anggraini, dkk, 2022).

Tingginya angka kejadian *breast engorgement* pada ibu *post partum* tentunya berpengaruh terhadap pemberian ASI eksklusif kepada bayi.

Manifestasi *breast engorgement* seperti kulit payudara kencang, mengkilat atau transparan, demam ringan, pembengkakan meluas ke aksila, aerola mengencang dan puting rata sehingga bayi bingung puting yang menimbulkan masalah menyusui kurang efektif. Selain itu kondisi tidak menyenangkan ini mengakibatkan tidur ibu kurang nyenyak di malam hari (Hanan Elzeblawy Hassan & Hassan, 2020).

Upaya mengurangi *breast engorgement* dilakukan secara nonfarmakologis maupun farmakologis. Terapi nonfarmakologi yang dapat menurunkan pembengkakan payudara (*breast engorgement*) adalah kompres daun kol (Sitomorang, 2021). Kol merupakan sumber terbaik asam amino glutamin dan diyakini sebagai obat peradangan payudara dan beberapa peradangan lainnya (Papilaya & dkk, 2023). Kompres daun kubis/kol adalah prosedur kompres dengan menempelkan lembaran daun kubis/kol pada payudara selama 15-20 menit (Ariescha, 2020). Empat penelitian sebelumnya menyatakan untuk mengurangi pembengkakan payudara (*breast engorgement*) kompres daun kubis/kol lebih efektif dibandingkan intervensi lainnya. Penelitian pertama oleh Evi Damayanti menyebutkan pada ibu *post partum* dengan *breast engorgement* terdapat perbedaan signifikan intervensi kompres daun kubis/kol lebih efektif dibanding kompres air hangat (Damayanti et al., 2020). Penelitian selanjutnya oleh Rahayu menyebutkan dibandingkan kompres hangat kompres daun kubis/kol diketahui lebih efektif dilihat dari rerata penurunan tingkat nyeri (Rahayu, 2020). Penelitian lain oleh Maryati dengan menunjukkan bahwa penurunan tingkat nyeri dilihat dari nilai distribusi frekuensi lebih cepat menggunakan kompres kubis dingin daripada kompres lidah buaya (*Aloe vera*) (Patitan et al., 2022). Penelitian keempat oleh Nina Zuhana menyatakan kelompok intervensi kompres daun kubis lebih efektif dibandingkan dengan

kelompok intervensi *breast care* dalam mengatasi pembengkakan payudara (*breast engorgement*) (Zuhana, 2017). Penelitian kelima oleh Siti Rofi'ah, dkk menyatakan kompres daun kubis/kol paling efektif menurunkan derajat pembengkakan payudara dibandingkan kompres daun sirih merah (Rofi'ah et al., 2020).

Banyaknya artikel pendukung yang menyatakan daun kubis lebih efektif dibanding intervensi lain, penulis menganggap perlu dilakukannya *literatur review* tentang “ Analisis perbedaan sebelum dan setelah intervensi kompres daun kol terhadap skala SPES (*Six Point Engorgement Scale*) pada ibu *post partum* dengan pembengkakan payudara (*breast engorgement*)”

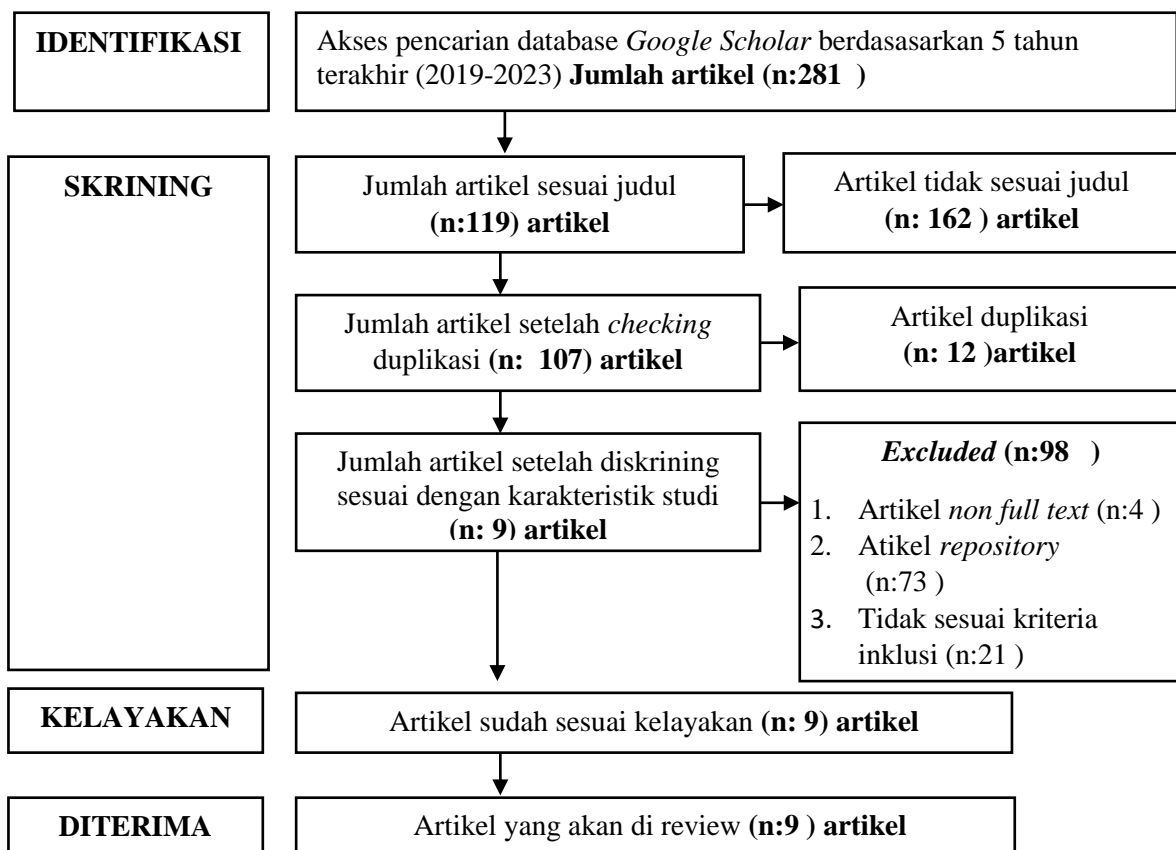
METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan adalah *literature review*. *Literature review* atau studi literatur merupakan desain penelitian dimana buku, hasil penelitian, pendapat ahli sebagai sumber yang diteliti (Barbara, 2020). Penelitian ini menggunakan data sekunder dengan *database* pencarian artikel *Google Scholar* dengan *boolean operator* (AND), dan kata kunci *Breast engorgement AND Compress cabbage* dengan strategi pencarian artikel menggunakan PICOS (Tabel1) dan diseleksi menggunakan diagram PRISMA (Gambar .1)

Tabel 1. Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Kriteria	Inklusi	Eksklusi
Problem or popultion	Ibu <i>post partum</i> dengan pembengkakan payudara (<i>breast engorgement</i>).	Ibu <i>post partum</i> tidak mengalami pembengkakan payudara (<i>breast engorgement</i>).
Intervention	Kompres daun kubis atau daun kol.	Bukan kompres daun kubis atau daun kol.
Comparasion	Tidak ada intervensi pembandingan.	Terdapat metode kompres daun kubis atau kol dengan pembandingan.
Outcomes	Ada penurunan skala pembengkakan payudara (<i>breast engorgement</i>).	Tidak ada penurunan skala pembengkakan payudara (<i>breast engorgement</i>).
Study Design	<i>Quasy experimental</i> .	<i>Cross-sectional survey, cohort study, case control, systematic review, literature review, meta- analysis, mixed-method design, school-based survey, qualitative study.</i>

Seleksi artikel menggunakan diagram PRISMA pada gambar 1. Penyaringan artikel menggunakan diagram PRISMA dan penilaian kualitas literatur dengan *Joanna Briggs Institute* atau *JBICritical Appraisal* format penelitian *quasy experimental* didapatkan 9 artikel yang dapat di review dalam penelitian ini.



Gambar 1.Diagram Prisma

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Penjelasan tabel 1.2 hasil *review* kesembilan artikel menunjukkan sebelum intervensi rerata skala 4-5 (*breast engorgement* sedang) dan setelah intervensi skala 1-3 (*breast engorgement* ringan). Sehingga dari semua artikel yang direview menunjukkan adanya penurunan SPES setelah dilakukan intervensi kompres daun kol.

PEMBAHASAN

Indikator pembengkakan payudara dapat dinilai dengan SPES (*Six Point Engorgement Scale*). SPES merupakan alat untuk menilai pembengkakan payudara/ *breast engorgement* pada ibu nifas hari kedua-ketiga periode *post partum*. Pada sumber literatur penelitian ini di dapatkan skor pembengkakan payudara pada responden dalam rentang pembengkakan payudara sedang (skala 4-5). Setelah dilakukan prosedur kompres daun kol/kubis skala SPES menurun pada rentang ringan (skala 1-3).

Penelitian pertama yang mendukung pernyataan di atas menurut Neny Liana menyatakan setelah intervensi kompres daun kol/kubis didapatkan penurunan pembengkakan dan skala nyeri payudara derajat 4 menjadi 0 pada hari ke 7 intervensi. Tanda fisiologis yang muncul diantaranya payudara lunak, tidak ada nyeri tekan (skala 0), tidak ada perubahan pada payudara, tidak ada bendungan ASI dan pengeluaran ASI banyak (Liana et al., 2024).

Penelitian kedua menurut Yuli Andari dkk mengatakan rerata skala pembengkakan payudara sebelum intervensi dengan *mean* 4,00 dan setelah intervensi nilai *mean* 0,77 (Andari et al., 2021). Penelitian lain oleh Nidatul Khofiyah dan Dwi menyebutkan rerata skala pembengkakan sebelum perlakuan kompres daun kol 4,20 setelah perlakuan 2,40. Artinya, terdapat perbedaan yang signifikan dari rerata skala pembengkakan payudara sebelum dan sesudah perlakuan kompres daun kubis (Khofiyah & Dwi, 2021).

Penelitian keempat oleh Hasna Maulida juga mendukung temuan di atas didapatkan setelah dilakukan intervensi hasil kelompok intervensi 5.50 dan kelompok kontrol 13.50 yang artinya ada penurunan skala pembengkakan payudara (Maulida et al., 2022). Penelitian oleh Komalasari dan kawan-kawan juga mendukung 4 temuan di atas dengan hasil terdapat perbedaan rata-rata pengurangan pembengkakan payudara pada ibu nifas setelah diberikan kompres daun kubis (*Brassica Oleracea var. Capitata*) dan *breast care* (Komala Sari & Nelda Putri, 2020). Penelitian keenam yang mendukung temuan hasil di atas oleh Yuli Andari mengatakan selisih rerata skala bendungan ASI setelah dilakukan intervensi pada kelompok eksperimen dan kontrol 2,83 dan 0,16 Atau terdapat penurunan skor pembengkakan payudara setelah pemberian kompres daun kubis dingin pada ibu *postpartum* dengan *breast engorgement* (Andari et al., 2021).

Tabel 2. Perbedaan Skala SPES (*Six Point Engorgement Scale*) Sebelum dan Sesudah Intervensi

No	Judul Artikel dan penulis	Tahun terbit	Perbedaan penilaian SPES (<i>Six Point Engorgement Scale</i>) sebelum dan sesudah intervensi
1	Pengaruh Pemberian Kompres Kol Terhadap Penurunan Pembengkakan Payudara Pada Ibu <i>Post Partum</i> Di Klinik Bersalin Kasih Ibu Deli Tua Kabupaten Deli Serdang Tahun 2019 (Ariescha, 2020)	2020	Sebelum kompres kol rerata (mean) skor pembengkakan payudara 4,00 dan setelah intervensi adalah 3,70.
2	Pengaruh Pemberian Kompres Daun Kubis Terhadap Pembengkakan Payudara Pada Ibu <i>Postpartum</i> di Wilayah Kerja Puskesmas Banda Raya Kota Banda Aceh. (Rahmayana et al., 2022)	2022	Sebelum dilakukan intervensi skala <i>breast engorgement</i> 4 sebanyak 6 responden, 3 responden dengan skala 5 dan skala 3 sebanyak 1 responden. Sedangkan setelah dilakukan intervensi responden yang mengalami <i>breast engorgement</i> skala 4 sebanyak 8 responden dan 2 responden dengan skala 3.
3	Pengaruh Kompres Daun Kol Terhadap Pembengkakan Payudara Pada Ibu <i>Post Partum</i> (Rahmisyah & Ristiani, 2023)	2023	Sebelum dilakukan intervensi rerata skala SPES adalah 5.50 sedangkan setelah dilakukan kompres daun kol rerata skala SPES adalah 1.00.
4	Efektivitas Kompres Daun Kubis (<i>Brassica Oleracea</i>) terhadap Skala Pembengkakan Payudara pada Ibu <i>Post Partum</i> di PMB Endang Kota Kediri. (Rohmah et al., 2019)	2019	Dari 25 responden sebelum intervensi sebesar 12 responden (48%) dengan skor SPES 4. Sedangkan setelah intervensi kompres daun kubis (<i>brassica oleracea</i>) sebagian besar 15 responden (60%) skor SPES 1.
5	Pengaruh Kompres Daun Kol Terhadap Pembengkakan Payudara Pada Ibu <i>Post Partum</i> . (Maulida et al., 2022)	2022	Hasil penelitian menunjukkan dari 15 responden kelompok intervensi, 9 responden (60%) sebelum dilakukan kompres rerata skala 5-6, dan sesudah dilakukan kompres skala 1-3. Atau terjadi penurunan skala SPES setelah pemberian kompres daun kol.
6	Pengaruh Kompres Kubis Terhadap Breast Engorgement Ibu <i>Postpartum Sectio Caesarea</i> Anggarawati, 2019)	2019	Rerata sebelum dilakukan kompres daun kubis skala pembengkakan payudara 3,74 dengan nilai median 4 (skala 4), sedangkan setelah dilakukan kompres daun kol/kubis rerata skala SPES 2,42 dengan median 3 (skala 3)..
7	Pengaruh Pemberian Kompres Daun Kubis Dingin	2020	Sebelum intervensi kompres daun kol/kubis dingin, rerata skala SPES responden 3,75.

	sebagai Terapi Pendamping Bendungan ASI terhadap Skala Pembengkakan dan Intensitas Nyeri Payudara serta Jumlah ASI pada Ibu <i>Postpartum</i> di RSUD Bangil. (Damayanti et al., 2020)		Sedangkan, setelah intervensi rerata skala SPES sebesar 1,81.
8	Pengaruh Kompres Daun Kubis Terhadap Penyembuhan Pembengkakan Payudara Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Jiput. (Meylawati & Hermawati, 2023)	2023	Skala pembengkakan payudara sebelum diberikan kompres daun kubis 5,20 dan sesudah perlakuan menjadi 1,93.
9	An Experimental Study to Assess the Effectiveness of Application of Cabbage Leaves on Reduction of Breast Engorgement among Postnatal Mothers in Selected Hospitals of Jabalpur (Suresh & Singh, 2021)	2021	Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa 13 responden (65%) skala pembengkakan parah, 6 responden (30%) skala pembengkakan sedang, dan seorang responden (5%) dengan skala pembengkakan. Dengan demikian, terlihat bahwa tingkat keparahan pembengkakan payudara pada kelompok eksperimen berkurang setelah pemberian daun kubis, yaitu pada kasus yang skala pembengkakan berat menjadi 1 (5%), untuk skala sedang meningkat 11 responden (55%), dan untuk ringan meningkat menjadi 8 responden (40%).

Penelitian ketujuh yang mendukung hasil temuan penelitian di atas menurut Iis Tri Utami dan kawan diketahui setelah pemberian kompres daun kubis dingin terjadi penurunan skor pembengkakan payudara. Yaitu 14 responden dengan skala 4 menjadi 23 responden dengan skala 2. Kompres daun kubis dapat di praktekkan secara mandiri sebagai metode non farmakologi dan alternative ibu dengan *breast engorgement* (Utami & Meriyanti, 2021).

Temuan hasil ke sembilan artikel yang di *review* dan tujuh penelitian pendukung, peneliti menyimpulkan adanya penurunan skala pembengkakan payudara (*breast engorgement*) setelah dilakukan kompres daun kol hal ini dikarenakan daun kol mengandung beberapa zat yang dapat menurunkan skala peradangan. Papilaya dan kawan-kawan menyebutkan daun Kubis (*Brassica oleracea* var. *Capitata* L) mengandung asam amino, air, protein, lemak, karbohidrat, serat, kalsium, fosfor, besi, natrium, kalium, vitamin A, C, F, *tiamin*, *riboflavin*, *nicotinamide*, kalsium dan beta karoten Terdapat kandungan lain seperti senyawa *sianohidroksibutena* (CHB) *sulforafan* dan *iberin* yang merangsang pembentukan glutathion, menguraikan dan membuang zat zat beracun didalam tubuh. (Papilaya & dkk, 2023)

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan *literature review* pada ke-9 artikel, maka dapat disimpulkan bahwa: Terjadi penurunan skor SPES (*Six Point*

Engorgement Scale) sesudah intervensi kompres daun kol.

UCAPAN TERIMAKASIH

Kepada berbagai pihak yang telah membantu terwujudnya penelitian ini penulis mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya, terkhusus untuk :

1. Dr. Heni Setyowati ER., S.Kp., M.Kes Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Magelang
2. Ns. Kartika Wijayanti, M.Kep Dosen Prodi S1 Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Magelang
3. Yayasan Pendidikan Tinggi Nusantara (YAPTINU) Temanggung

KETERBATASAN

Keterbatasan dalam penelitian *literature review* ini adalah, mesin pencari/ *database* jurnal yang terbatas hanya pada *google scholar*, pencarian pada *database* lain sudah dilakukan seperti pada *Pubmed*, *Scopus* dan *Science direct*, namun banyak artikel yang tidak open akses ataupun *full text*. Selain itu pada seleksi artikel penggunaan rentang waktu penerbitan anantara tahun 2019-2024 cukup banyak menyingkirkan artikel yang sesuai.

DAFTAR PUSTAKA

Alhidayah, Muzayyana, & Handayani, R. (2022). 516 Diterbitkan Oleh: Universitas Wiralodrajln. Ir. H. Juanda Km 3 Indramayu, Jawa Baratp-ISSN 1693-7945, E-ISSN: 2622-1969 Gema Wiralodra, Vol 13, No 2, Oktober 2022 Efektifitas

- Kompres Daun Kol(Brassica Oleracea) Terhadap Pengurangan Pembengkakan Payudaras. *Gema Wiralodra*, 13(2), 516–527. <https://doi.org/10.31943/Gemawiralodra.V13i2.267>
- Andari, Y., Dkk (2021). Pemberian Kompres Daun Kubis Dingin Mengurangi Pembengkakan Payudara Ibu Post Partum. *Midwifery Journal*, 1(4), 253–259.
- Ariescha, Dkk(2020). Pengaruh Pemberian Kompres Kol Terhadap Penurunan Pembengkakan Payudara Pada Ibu Post Partum Di Klinik Bersalin Kasih Ibu Deli Tuakabupaten Deli Serdang Tahun 2019. *Jurnal Kebidanan Kestra (JKK)*, 2(2), 144–149.
- Barbara, L. (2020). Systematic Review Dalam Kesehatan Langkah Demi Langkah. In T. Yulianti (Ed.), *E-Book; Google Book* (1st Ed.). Deepublish. <https://doi.org/6230221888>
- 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>
- Hanan Elzeblawy Hassan, dkk (2020). Breast Engorgement Among Women With Caesarean Section: Impact Of Nursing Intervention. *OJS*, Vol. 1, No, 1–33. <https://doi.org/10.22158/Eshs.V1n2p22>
- Khofiyah, N., & Dwi, F. S. (2021). Proceedings Of The International Conference On Health And Medical Sciences (AHMS 2020);The Effect Of Cabbage Leaf Treatment In Alleviating Breast Engorgement In Postpartum Mother. *Atlantis Press*. <https://doi.org/10.2991/Ahsr.K.210127.045>
- Komala Sari, V., & Nelda Putri, R. (2020). Efektivitas Kompres Daun Kubis Dan Breast Care Terhadap Pengurangan Pembengkakan Payudara Pada Ibu Nifas. *Maternal Child Health Care Journal*, 2(5).
- Liana, N., Munawaroh, M., & Noviyani, E. P. (2024). Pengaruh Pemberian Kompres Daun Kol Dan Kompres Hangat Terhadap Bendungan ASI Pada Ibu Nifas Di RS Krakatau Medika Cilegon Tahun 2023. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(3), 6177–6189. <https://doi.org/10.31004/Innovative.V4i3.11057>
- Maulida, H., Fitriani, A., & Wahyuni, E. (2022). Pengaruh Kompres Daun Kol Terhadap Pembengkakan Payudara Pada Ibu Post Partum. *Jurnal Meddikes*, 9(2), 217–224. <https://doi.org/10.36743/Medikes.V9i2.367>
- Meylawati, V. S., & Hermawati, I. (2023). Pengaruh Kompres Daun Kubis Terhadap Penyembuhan Pembengkakan Payudara Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Jiput: Komparasi. *E- Jurnal Malahayati*, 5(10), ABSTRACT Breast Swelling Is An Unpleasant Physiolo. <https://doi.org/10.33024/Mnj.V5i10.9035>
- Nazirah, K dkk (2023). Pengaruh Pemberian Kompres Daun Kubis (Brassica Oleracea Var Capitata L.) Terhadap Penurunan Bendungan ASI. *Urnal Medika Nusantara*, 1(4), 1–11.

- <https://doi.org/10.59680/medika.v1i4.580>
- Papilaya, M., & Dkk. (2023). *Bunga Rampai Keperawatan Komplementer (La Ode Alifariki & K. Adius (Eds.); 1st Ed.)*. Media Pustaka Indo.
- Patitan, M., Egam, A., & Kamalah, R. (2022). Perbedaan Efektivitas Pemberian Kompres Lidah Buaya Dan Kompres Daun Kubis Dingin Terhadap Intensitas Nyeri Payudara Ibu Nifas. *Jurnal Kebidanan Sorong*, 2(No 1, February 2022), 24–32. <https://doi.org/10.2807-7059>
- Rahayu, H. S. dkk (2020). *Perbandingan Efektivitas Kompres Air Hangat Dan Kompres Daun Kol Untuk Nyeri Pada Ibu Dengan Pembengkakan Payudara Di Wilayah Kerja Puskesmas Wana Kabupaten Lampung Timur Tahun 2020*. <http://journal.aisyahuniversity.ac.id/index.php/jaman/article/view/104>
- Rahmayana, R., Mulyatina, & Fauziyah. (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/view/2317>
- Rahmisyah, & Ristiani. (2023). Pengaruh Kompres Daun Kol Terhadap Pembengkakan Payudara Pada Ibu Post Partum. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(3), 2248–2254. <https://doi.org/10.31004/jkt.v4i3.17131>
- Rofi'ah, S., Rahayu, I. P., & Nikmawati, N. (2020). Kompres Kubis Dan Sirih Merah Efektif Menurunkan Derajat Pembengkakan Payudara Ibu Postpartum. *Jurnal Jendela Inovasi Daerah*, II(1), 1–15. <https://doi.org/10.56354/jendelainovasi.v3i1.67>
- Rohmah, M., Wulandari, A., & Sihotang, D. W. (2019). Efektivitas 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://doi.org/10.30994/jqwh.v2i2.34>
- Situmorang, S. N. (2021). *Karya Tulis Ilmiah Literature Review: Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Mastitis Pada Ibu Menyusui*. 78. [http://ecampus.poltekkes-medan.ac.id/jspui/bitstream/123456789/4816/1/Literature Review KTI Syntia Noventi Situmorang-Dikonversi - Syntia Noventi Situmorang.Pdf](http://ecampus.poltekkes-medan.ac.id/jspui/bitstream/123456789/4816/1/Literature%20Review%20KTI%20Syntia%20Noventi%20Situmorang-Dikonversi%20-%20Syntia%20Noventi%20Situmorang.Pdf)
- Triana Septiani Purwanto, Nuryani, dkk (2018). *Modul Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui (A. H. Ngestiningrum (Ed.); 2nd Ed.)*. Poltekkes Kemenkes Surabaya.
- Utami, I. T., & Meriyanti, M. R. (2021). Pengaruh Pemberian Kompres Daun Kubis Dingin (Brassica Oleracea Var. Capitata) Terhadap Skalapembengkakan Payudara Pada Ibu Postpartum Di Wilayah Kerja Puskesmas Kotabumi Udik. *Jurnal Maternitas Aisyah (JAMAN AISYAH)*, 2(1), 31–35. <https://doi.org/http://journal.aisyahuniversity.ac.id/index.php?journal=jaman>
- Yustina Dewi Anggraini, Rahajeng Siti Nur Rahmawati, R. I. Dan E. S.

(2022). The Effectiveness Of Herbal Ingredients To Relieve Breast Engorgment: Literature Review. *Jurnal P4I*, 1, 1–2. <https://doi.org/28278070>

Zuhana, N. (2017). Perbedaan Efektifitas Daun Kubis Dingin (*Brassica Oleracea* Var. *Capitata*) Dengan Perawatan Payudara Dalam Mengurangi Pembengkakan Payudara (Breast Engorgment). *JURNAL ILMIAH BIDAN, VOL.II, NO.*

<https://media.neliti.com/media/publications/227229-perbedaan-efektifitas-daun-kubis-dingin-6cd54511.pdf>

