

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN KOMPRES DINGIN DAUN KOL TERHADAP
PEMBENGGKAKAN PAYUDARA PADA IBU
POSTPARTUM DI KLINIK PRATAMA
NIAR PATUMBAK**



**AYU ANNATA
P07520122089**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D-III KEPERAWATAN MEDAN
TAHUN 2025**

**PENERAPAN KOMPRES DINGIN DAUN KOL TERHADAP
PEMBENGGAKAN PAYUDARA PADA IBU *POSTPARTUM*
DI KLINIK PRATAMA NIAR PATUMBAK**

Karya Tulis Ilmiah / Laporan Kasus

Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi
dan memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan (A.Md.Kep)
pada Program Studi D-III Keperawatan Medan Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



**AYU ANNATA
P07520122089**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D-III KEPERAWATAN MEDAN
TAHUN 2025**

LEMBAR PERSETUJUAN

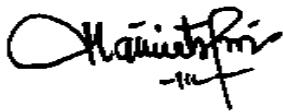
KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN KOMPRES DINGIN DAUN KOL TERHADAP
PEMBENGKAKAN PAYUDARA PADA IBU *POSTPARTUM*
DI KLINIK PRATAMA NIAR PATUMBAK**

Diusulkan Oleh
AYU ANNATA
P07520122089

Telah disetujui di Prodi D-III Keperawatan Medan
Pada tanggal 19 Juni 2025

Pembimbing Utama



Nani Zulfikar S.Kep, Ns, M.Kes
NIP 197204131997032002

Pembimbing Pendamping



Tiurlan M. Doloksaribu S.Kep, Ns, M.Kep
NIP 197701062002122003

Ketua Prodi Diploma III Keperawatan Medan,



Masnila, S.Pd, S.Kep, Ns, M.Pd
NIP 197011301993032013

LEMBAR PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN KOMPRES DINGIN DAUN KOL TERHADAP
PEMBENGGKAKAN PAYUDARA PADA IBU *POSTPARTUM*
DI KLINIK PRATAMA NIAR PATUMBAK**

Telah Dipersiapkan Dan Disusun Oleh

AYU ANNATA

P07520122089

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
Medan, 19 Juni 2025

Tanda Tangan

- | | | | |
|------------------|---|--|---|
| 1. Ketua Penguji | : | Nani Zulfikar, S.Kep., Ns., M.Kes. | () |
| 2. Penguji I | : | Wiwik Dwi Arianti, S.Kep., Ns., M.Kep. | () |
| 3. Penguji II | : | Nurlama Siregar, S.Kep., Ns., M.Kes. | () |

Medan, 19 Juni 2025

Mengetahui:

Ketua Prodi Diploma III Keperawatan Medan,



Masnila, S.Pd, S.Kep, Ns, M.Pd
NIP 197011301993032013

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Ayu Annata
NIM : P07520122089
Program Studi : Diploma III
Jurusan : Keperawatan
Perguruan Tinggi : Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan
Karya tulis ilmiah saya yang berjudul:

PENERAPAN KOMPRES DINGIN DAUN KOL TERHADAP PEMBENGKAKAN PAYUDARA PADA IBU POSTPARTUM DI KLINIK PRATAMA NIAR PATUMBAK

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka
saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku.
Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Medan, 19 Juni 2025
Penulis,



Ayu Annata
NIM. P07520122089

BIODATA PENULIS



BIODATA PENULIS

Nama : Ayu Annata
Tempat/Tgl lahir : Pekanbaru, 28 Maret 2003
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Kristen Protestan
Alamat Rumah : Pekanbaru
Nomor HP : 088279773509

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SDN Pekanbaru
2. SLTP : SMPN 19 Pekanbaru
3. SLTA : SMAN 13 Pekanbaru

ABSTRAK

PENERAPAN KOMPRES DINGIN DAUN KOL TERHADAP PEMBENGGKAKAN PAYUDARA PADA IBU *POSTPARTUM* DI KLINIK PRATAMA NIAR PATUMBAK

Ayu Annata¹, Nani Zulfikar, S.Kep, Ns, M.Kes²,
Tiurlan M. Doloksaribu S.Kep, Ns, M.Kep³.
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan
Email: Ayuanantaa03@gmail.com

Pembengkakan payudara adalah salah satu masalah yang sering dialami ibu *postpartum*, terutama pada hari ketiga hingga keenam setelah melahirkan. Kondisi ini terjadi akibat peningkatan aliran darah dan produksi ASI yang tidak diimbangi dengan pengosongan payudara yang optimal, sehingga menyebabkan rasa nyeri, tegang, panas, dan ketidaknyamanan. Salah satu alternatif yang dilakukan adalah penerapan kompres Dingin Daun Kol. Daun kol mengandung zat aktif seperti sinigrin, minyak mustard, magnesium, dan sulfur yang dapat memperlancar aliran darah serta memberikan efek antiinflamasi dan menyerap panas. Penelitian ini menggunakan metode Deskriptif dengan pendekatan studi kasus pada dua ibu *postpartum* primipara yang mengalami pembengkakan payudara. Intervensi dilakukan dengan memberikan kompres dingin daun kol selama 7 hari berturut-turut, dua kali sehari selama 20 menit. Evaluasi dilakukan dengan menggunakan *Six Point Engorgement Scale (SPES)* dan lembar observasi. Hasil studi menunjukkan bahwa kedua responden mengalami penurunan pembengkakan payudara secara bertahap dari skala 4 menjadi skala 0 pada hari ketujuh. Dengan demikian, penerapan kompres dingin daun kol terbukti efektif dalam mengurangi pembengkakan payudara pada ibu *postpartum*. Intervensi ini dapat dijadikan sebagai alternatif penanganan non-farmakologis yang sederhana, aman, dan murah di pelayanan kesehatan.

Kata Kunci : Daun kol, Kompres Dingin, *Postpartum*, Pembengkakan payudara

ABSTRACT

THE APPLICATION OF COLD CABBAGE LEAF COMPRESSES FOR BREAST ENGORGEMENT IN POSTPARTUM MOTHERS AT PRATAMA NIAR PATUMBAK CLINIC

Ayu Annata¹, Nani Zulfikar, S.Kep, Ns, M.Kes²,
Tiurlan M. Doloksaribu S.Kep, Ns, M.Kep³
Medan Health Polytechnic of The Ministry of Health
Email: Ayuanantaa03@gmail.com

Breast engorgement is a common problem for postpartum mothers, especially on the third to sixth day after childbirth. This condition occurs due to increased blood flow and breast milk production that is not balanced by optimal breast emptying, which causes pain, tightness, heat, and discomfort. One alternative intervention is the application of cold cabbage leaf compresses. Cabbage leaves contain active substances such as sinigrin, mustard oil, magnesium, and sulfur, which can improve blood flow and provide anti-inflammatory and heat-absorbing effects. This study used a descriptive method with a case study approach on two primiparous postpartum mothers who experienced breast engorgement. The intervention involved applying cold cabbage leaf compresses for 7 consecutive days, twice a day for 20 minutes. Evaluation was conducted using the Six Point Engorgement Scale (SPES) and an observation sheet. The results showed that both respondents experienced a gradual decrease in breast engorgement from a scale of 4 to a scale of 0 on the seventh day. Thus, the application of cold cabbage leaf compresses was proven effective in reducing breast engorgement in postpartum mothers. This intervention can be used as a simple, safe, and inexpensive non-pharmacological treatment alternative in healthcare services.

Keywords: Cabbage leaves, Cold compress, Postpartum, Breast engorgement



KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan pada Tuhan Yang Maha Esa atas Kuasa-Nya yang telah memberikan segala nikmat dan kesempatan sehingga penyusunan karya tulis ilmiah yang berjudul **Penerapan Kompres Dingin Daun Kol Terhadap Pembengkakan Payudara Pada Ibu *Postpartum* Di Klinik Pratama Niar Patumbak** dapat terselesaikan.

Selanjutnya ucapan terima kasih yang tak terhingga saya sampaikan kepada Ibu Nani Zulfikar, S.Kep., Ns., M.Kes., selaku pembimbing utama dan Ibu Tiurlan Mariasima Doloksaribu, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku pembimbing pendamping yang penuh kesabaran dan perhatiannya dalam memberikan bimbingan hingga karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik.

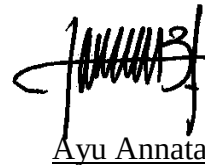
Dengan terselesainya Proposal Karya Tulis Ilmiah ini, perkenankan pula saya untuk mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Tengku Sri Wahyuni, S.SiT., M.Keb., selaku PLT Direktur Poltekkes Kemenkes Medan.
2. Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep., Ns., M.Kes., selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan.
3. Masnila Siregar, S.Kep., Ns., M.Pd., selaku Ketua Prodi D-III Poltekkes Kemenkes Medan.
4. Wiwik Dwi Arianti, S.Kep., Ns., M.Kep., sebagai Penguji I dan Ibu Nurlama Siregar, S.Kep., Ns., M.Kes., sebagai Penguji II atas kesediaannya untuk menguji Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Bidan. Juniarsih S.Keb., yang telah memberikan izin lahan penelitian
6. Teristimewa kepada kedua orangtua tersayang saya yaitu Bapak (Hendra Bangun) dan Mama (Rehlitna Br. Sitepu) serta ketiga adik terkasih yaitu (Grace Anatasiya), (Keysa) dan (Fedrico Bangun) yang senantiasa mendukung, memberikan nasihat, doa dan semangat dalam menyelesaikan pendidikan ini.

7. Kepada seluruh teman-teman dari Prodi D-III angkatan 2022, yang telah sama-sama berjuang dan saling mendukung, serta memberi semangat sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Peneliti telah berusaha sebaik-baiknya untuk menyusun Karya Tulis Ilmiah ini. Peneliti tetap mengharapkan kritik dan saran dari pembaca untuk perbaikan karya tulis ilmiah ini. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan pihak lain yang membutuhkan.

Medan, 19 Juni 2025



Ayu Annata

NIM : P07520122089

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iii
BIODATA PENULIS.....	iv
ABSTRAK	v
ABSRTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiiv
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Konsep Dasar Kompres Dingin Daun Kol.....	6
1. Defenisi Daun Kol.....	6
2. Jenis-Jenis Daun Kol.....	6
3. Faktor-Faktor Penyebab Keterbatasan Daun Kol	7
4. Manfaat Daun Kol.....	8
5. Kandungan Daun Kol.....	10
6. Manfaat Kompres Daun Kol	11
7. Proses Penurunan Pembengkakan Payudara	12
8. Evaluasi Kompres Daun Kol.....	12
B. Konsep Pembengkakan Payudara.....	12
1. Defenisi Pembengkakan Payudara	12
2. Penyebab Pembengkakan Payudara.....	13
3. Tanda dan Gejala Pembengkakan Payudara	13
4. Penanganan Pembengkakan Payudara	13
5. Alat Ukur Pembengkakan Payudara	14
C. Konsep Dasar <i>Postpartum</i>	15
1. Defenisi <i>Postpartum</i>	15
2. Patofisiologi <i>Postpartum</i>	15
3. Perubahan Fisiologis Ibu <i>Postpartum</i>	15
4. Perubahan Psikologis Ibu <i>Postpartum</i>	19
5. Komplikasi Masa <i>Postpartum</i>	20

BAB III. METODE STUDI KASUS	23
A. Rancangan Studi Kasus.....	23
B. Subyek Studi Kasus.....	23
C. Fokus Studi.....	23
D. Defenisi Operasional.....	24
E. Instrumen Studi Kasus.....	25
F. Metode Pengumpulan Data.....	25
G. Lokasi dan Waktu	25
H. Penyajian Data.....	25
I. Etika Studi Kasus.....	26
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	27
A. Hasil Studi Kasus	27
1. Gambaran Tempat Studi Kasus.....	27
2. Karakteristik.....	28
3. Identifikasi Data Kasus 1 dan Kasus 2 Sebelum diberikan Intervensi	28
4. Intervensi Kompres Dingin Daun Kol	29
5. Evaluasi Hasil	33
B. Pembahasan	34
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	38
A. Kesimpulan	38
B. Saran.....	39
DAFTAR PUSTAKA.....	40
LAMPIRAN.....	42

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Karakteristik.....	28
Tabel 2. Identifikasi Data Kasus 1 dan Kasus 2 Sebelum diberikan Intervensi	28
Tabel 3. Intervensi Kompres Dingin Daun Kol	29
Tabel 4. Evaluasi Hasil	33

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Survey Awal
- Lampiran 2. Lembar Persetujuan Survey Awal
- Lampiran 3. Surat Izin Penelitian
- Lampiran 4. Surat Izin Telah Siap Penelitian
- Lampiran 5. Standar Operasional Prosedur (SOP) Kompres Daun Kol
- Lampiran 6. Lembar Observasi Kompres Daun Kol
- Lampiran 7. Lembar Dokumentasi
- Lampiran 8. Lembar Ethical Clearance
- Lampiran 9. Lembar Hasil Turnitin
- Lampiran 10. Lembar Bimbingan