

**PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES DAUN KUBIS (BRASSICA
OLERACEA VAR CAPITATA L.) TERHADAP PENURUNAN
BENDUNGAN ASI DI PMB NUR IKA RAHAYU**

Khairatun Nazira Rita Riyanti K

Universitas 'Aisyiyah Surakarta
naziraaceh26@gmail.com

ABSTRAK.

Latar belakang: Berdasarkan Data Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia tahun 2015 dari 77.231 (37.12%) ibu nifas terdapat 35.985 (15.60%) diantaranya mengalami bendungan ASI. Bendungan ASI adalah penyempitan pada duktus laktiferus, sehingga sisa ASI terkumpul pada sistem duktus yang mengakibatkan terjadinya pembengkakan. Salah satu upaya dalam mengatasi bendungan ASI adalah dengan cara non farmakologis yaitu menggunakan kompres daun kubis pada puting susu yang mengalami nyeri dan pembengkakan atau bendungan ASI, kompres daun kubis dilakukan 20-30 menit atau hingga kubis menjadi layu, dilakukan satu kali sehari selama 3 hari. **Tujuan:** Mengetahui pengaruh pemberian kompres daun kubis terhadap penurunan bendungan ASI. **Metode:** kuantitatif dengan desain Pre Experiment dan pendekatan One Group Pretest Posttest dengan 30 sampel. **Hasil:** Mayoritas skala bendungan ASI sebelum diberikan kompres daun kubis adalah Skala (score) 4 yaitu responden sebanyak 16. Mayoritas skala bendungan ASI setelah diberikan kompres daun kubis adalah Skala (score) 1 yaitu responden sebanyak 28. **Kesimpulan:** Terdapat pengaruh pemberian kompres daun kubis terhadap penurunan bendungan ASI.

Kata Kunci : Bendungan ASI, Ibu Pospartum, Kompres Daun Kubis.