

**PENINGKATAN PENGETAHUAN TENTANG KOMPRES DAUN KUBIS
SEBAGAI KIAT MENGATASI PEMBENGGAKAN PAYUDARA PADA
IBU NIFAS DENGAN MEDIA POSTER**

INTISARI

Indah Nia Angraini¹⁾, Anjar Nurrohmah²⁾, Eska Dwi Prajayanti³⁾

Latar Belakang : Pembengkakan payudara merupakan respon fisiologis pada ibu nifas atau *postpartum*, ibu mengalami ketidaknyamanan dan dapat menjadi alasan untuk penyapihan dini. Kubis memiliki kandungan sulfur yang dapat mengurangi pembengkakan dan peradangan payudara.

Tujuan : Metode kompres daun kubis yang disampaikan melalui bentuk luaran poster ini bertujuan sebagai media penyaluran informasi kepada masyarakat tentang metode kompres daun kubis untuk pembengkakan payudara, sebagai media mengilustrasikan fakta tentang metode kompres daun kubis agar mudah diingat dan sebagai media penggerak agar masyarakat memiliki keinginan untuk mempraktikkan metode kompres daun kubis sesuai petunjuk didalam poster.

Kesimpulan : Poster merupakan salah satu media pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan ibu tentang kompres daun kubis yang dapat digunakan sebagai terapi untuk menurunkan pembengkakan dan mencegah terjadinya pembengkakan payudara pada ibu *postpartum* dengan *engorgement*.

Kata kunci : Poster, Pembengkakan Payudara, Kompres Daun Kubis

¹⁾ Mahasiswa Universitas 'Aisyiyah Surakarta Jurusan DIII Keperawatan

²⁾ Pembimbing I

³⁾ Pembimbing II