

KOMPRES KUBIS SEBAGAI UPAYA MENGURANGI PEMBENGGKAKAN PAYUDARA IBU POST PARTUM

Desy Niar Anggoro Wati

Desyniaranggorowati.aisyiyah@gmail.com.

Universitas' Aisyiyah Surakarta

INTISARI

Latar Belakang; Pembengkakan payudara merupakan respon fisiologis pada ibu post partum, ibu mengalami ketidaknyamanan dan dapat menjadi alasan untuk penyapihan dini. WHO memperkirakan lebih dari 1,4 juta orang terdiagnosis menderita mastitis. Sedangkan di Indonesia 0,001/100.000 angka kesakitan akibat infeksi berupa mastitis. Di Indonesia ibu nifas yang mengalami pembengkakan payudara sebesar 5% dan bendungan payudara pada ibu nifas disebabkan oleh beberapa faktor yaitu faktor usia menunjukkan bahwa 27,7%. Jika payudara tidak tertangani akan menyebabkan diantaranya merupakan infeksi payudara berupa mastitis. Kubis memiliki kandungan sulfur yang dapat mengurangi pembengkakan dan peradangan payudara **Metode;** Berdasarkan kompres daun kubis yang disampaikan melalui bentuk luaran poster ini bertujuan sebagai media penyaluran informasi kepada masyarakat terutama ibu post partum tentang kompres daun kubis untuk mengurangi pembengkakan payudara. **Hasil;** Luanan project akhir ini berupa media poster “Kompres Daun Kubis Sebagai Upaya Mengurangi Pembengkakan Payudara Ibu Post Partum”. **Kesimpulan;** Media poster merupakan salah satu media pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan ibu tentang kompres daun kubis yang dapat digunakan sebagai terapi untuk menurunkan pembengkakan payudara pada ibu post partum.

Kata Kunci : *Pembengkakan payudara, kompres daun kubis, ibu postpartum.*