

Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Kompres Daun Kubis dengan Bendungan Asi pada Ibu Nifas di Klinik Juliana Dalimunthe Tahun 2026

Ester Pakpahan¹

Program Studi Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sehat Medan, Indonesia ¹

Corresponding Author: esterpakpahan96@gmail.com^{1*}

Info Artikel

Received: 02 Juli 2026

Revised : 08 Juli 2026

Accepted: 16 Juli 2026

Published: 23 Juli 2026

Keywords: knowledge, cabbage leaf compress, breast milk blockage, postpartum mothers.

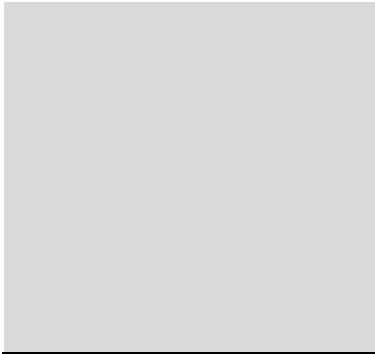
Kata Kunci: pengetahuan, kompres daun kubis, bendungan ASI, ibu nifas.

Abstract

Breast engorgement is a common problem among postpartum mothers and can interfere with breastfeeding. One nonpharmacological method that can be used to reduce breast engorgement is a cabbage leaf compress. Mothers' knowledge of the benefits and techniques of using cabbage leaf compresses plays a crucial role in the prevention and management of breast engorgement. This study aims to determine the relationship between mothers' knowledge of cabbage leaf compresses and breast engorgement among postpartum mothers at the Juliana Dalimunthe Clinic in 2026. This study used a quantitative method with an analytical design and a cross-sectional approach. The population in this study consisted of all postpartum mothers experiencing breast engorgement at the Juliana Dalimunthe Clinic in 2026. The study sample consisted of 30 respondents selected using total sampling. Data were collected using a questionnaire and then analyzed univariately and bivariate using the chi-square test. The results showed that of the 30 respondents, 15 (50%) had good knowledge, 10 (33.3%) had adequate knowledge, and 5 (16.7%) had insufficient knowledge. A total of 18 respondents (60%) did not experience breast milk blockage, while 12 respondents (40%) did. The results of the Chi-Square test showed a p-value of 0.002 ($p \leq 0.05$), indicating a significant association between mothers' knowledge of cabbage leaf compresses and breast milk blockage in postpartum mothers.

Abstrak

Bendungan ASI merupakan salah satu masalah yang sering terjadi pada ibu nifas dan dapat mengganggu proses pemberian ASI. Salah satu metode nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk mengurangi bendungan ASI adalah kompres daun kubis. Pengetahuan ibu mengenai manfaat dan teknik kompres daun kubis berperan penting dalam upaya pencegahan dan penanganan bendungan ASI. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan ibu tentang kompres daun kubis Dengan bendungan ASI pada ibu nifas di Klinik Juliana Dalimunthe Tahun 2026. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain analitik dan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas yang mengalami bendungan ASI di Klinik Juliana Dalimunthe Tahun 2026. Sampel penelitian berjumlah 30 responden yang diambil dengan teknik total sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner, kemudian dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-Square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 30 responden, sebanyak 15 responden (50%) memiliki pengetahuan



baik, 10 responden (33,3%) memiliki pengetahuan cukup, dan 5 responden (16,7%) memiliki pengetahuan kurang. Sebanyak 18 responden (60%) tidak mengalami bendungan ASI dan 12 responden (40%) mengalami bendungan ASI. Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai $p = 0,002$ ($p \leq 0,05$), sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu tentang kompres daun kubis Dengan bendungan ASI pada ibu nifas.



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

Publisher: Lembaga Penerbit Penelitian Multidisipliner

PENDAHULUAN

Perawatan payudara ialah proses merawat payudara ibu selama masa nifas untuk meningkatkan produksi ASI. Perawatan payudara merupakan tindakan yang sangat penting untuk merawat payudara ibu dan mempromosikan menyusui. Kebersihan payudara juga adalah salah satu perawatan payudara yang paling penting, didesain untuk menghindari infeksi serta membersihkan puting, melembutkan serta memperbaiki bentuk puting sehingga bayi dapat mengisap secara normal, merangsang kelenjar dan hormon prolaktin serta oksitosin. Lancar menaikkan produksi ASI (Yenny Aulia, 2021).

Keluhan ibu di masa nifas tak jarang berkaitan dengan menyusui, dimana ibu masih memiliki sedikit. pengetahuan perihal cara merawat payudara yang baik dan benar. Air Susu ibu (ASI), mastitis, dan infeksi payudara bisa terjadi tanpa perawatan payudara. Perawatan payudara pascapersalinan dirancang buat menjaga payudara tetap higienis dan praktis dihisap oleh bayi. banyak ibu yang mengeluh bahwa bayinya tidak mau menyusu, yang mungkin ditimbulkan oleh faktor teknis seperti puting susu yang terbalik atau salah tempat (Eka 2021). Di Indonesia tahun 2017 Ibu postpartum dengan pembengkakan payudara sebanyak 37,12%, tahun 2018 pembengkakan payudara sebesar 5%. Pada tahun 2020 ibu yang mengalami pembengkakan payudara sebanyak 9.731 (66,87%) dari 13.974 ibu postpartum, sedangkan pada tahun 2021 jumlah kejadian pembengkakan payudara sebanyak 8.623 (66,34%%) dari 12.943 ibu postpartum.

Dampak pembengkakan payudara pada ibu postpartum mengakibatkan tekanan intraduktal yang mempengaruhi berbagai segmen pada payudara, sehingga tekanan seluruh payudara meningkat, akibatnya payudara sering terasa penuh, tegang dan nyeri. Bila tidak ditangani dengan segera akan menimbulkan masalah baru yaitu mastitis dan bahkan terjadi abses pada payudara sehingga dapat menyebabkan proses laktasi menjadi terhambat karena payudara terasa sakit dan tidak nyaman saat menyusui. Selain itu dampak pada bayi yaitu bayi sukar menghisap dan bayi tidak disusui secara adekuat. Hal ini dapat memberikan dampak Dengan pemberian ASI eksklusif pada bayi akibatnya

kebutuhan nutrisi bayi tidak terpenuhi karena kurangnya asupan yang didapatkan oleh bayi.

Faktor yang menyebabkan pembekakan payudara antara lain menyusui yang tidak kontinyu, bayi belum menyusui dengan baik, posisi menyusui tidak benar, pemakaian BH yang terlalu ketat, kelainan pada puting susu dan kurangnya pengetahuan ibu tentang perawatan payudara sehingga bisa menyebabkan sisa ASI terkumpul pada daerah duktus. Tanda dan gejala pembengkakan payudara yaitu payudara yang bengkak, terasa panas, payudara yang terbandung membesar puting susu teregang menjadi rata, nyeri tekan, payudara terlihat mengkilat dan edema. Pembengkakan payudara ini dapat menghambat proses pemberian ASI pada bayi karena payudara yang terasa sakit, tidak nyaman saat menyusui, dan mengganggu payudara bermasalah, bila masalah pembengkakan payudara tidak segera di tangani maka akan terjadi mastitis pada ibu.

Perawatan yang dapat digunakan untuk mengurangi pembengkakan payudara secara non farmakologis yaitu dengan akupuntur, perawatan payudara tradisional kompres panas dikombinasikan dengan pijatan, kompres panas dan dingin secara bergantian, terapi ultrasound, dan kompres daun kubis. Kubis atau kol (*Brassica Oleracea Var Capitata*) merupakan sayuran ekonomis yang sangat mudah ditemukan. Kubis mengandung asam amino glutamine yang diyakini dapat mengobati semua jenis peradangan, salah satunya radang yang terjadi pada payudara. Daun kubis hijau (*brassica capitata*) mengandung zat sulphure, dimana adanya zat tersebut membuat daun kubis memiliki sifat antibiotik dan anti-inflamasi, yang dapat membantu memperlebar (vasodilatasi) pembuluh darah kapiler, sehingga akan meningkatkan aliran darah untuk keluar masuk dari daerah tersebut.

Berdasarkan penelitian Ervi dkk tentang pemberian kompres daun kubis dingin sebagai terapi pendamping bendungan ASI Dengan skala pembengkakan dan intensitas nyeri payudara serta Jumlah ASI pada ibu postpartum di RSUD Bangil tahun 2020. Penelitian ini menggunakan Quasy Eksperimental dengan desain penelitian pre test-post test with control group. Intervensi yang digunakan adalah memotong lembaran kubis kemudian dimasukkan ke dalam lemari pendingin selama 20-30 menit, lalu mengompreskan daun kubis dingin pada payudara ibu hingga menutupi seluruh permukaan payudara selama 30 menit dan dilakukan 3 kali dalam sehari.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang digunakan untuk mengetahui hubungan antar variabel dengan menggunakan data berupa angka dan dianalisis menggunakan statistik.

Penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme yang digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, serta analisis data bersifat statistik dengan tujuan menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono. (2022))

Rancangan penelitian yang digunakan adalah analitik dengan pendekatan cross sectional. Pendekatan cross sectional merupakan penelitian yang dilakukan pada satu waktu tertentu untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dan variabel dependen secara bersamaan.

Dalam penelitian ini, peneliti ingin mengetahui hubungan pengetahuan ibu tentang kompres daun kubis dengan bendungan ASI pada ibu nifas di Klinik Juliana Dalimunthe tahun 2026. Variabel independen dalam penelitian ini adalah pengetahuan ibu tentang kompres daun kubis, sedangkan variabel dependen adalah bendungan ASI pada ibu nifas.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner yang diberikan kepada responden sesuai dengan kriteria penelitian. Data yang diperoleh kemudian dianalisis untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara pengetahuan ibu tentang kompres daun kubis dengan bendungan ASI pada ibu nifas.

Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah seluruh subjek atau objek yang memiliki karakteristik tertentu yang akan diteliti oleh peneliti. Populasi dalam penelitian merupakan keseluruhan sumber data yang sesuai dengan kriteria penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas yang mengalami bendungan ASI di Klinik Juliana Dalimunthe tahun 2026 sebanyak 30 responden

2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi yang digunakan sebagai subjek penelitian. Sampel diambil untuk mewakili seluruh populasi dalam penelitian. Menurut Sugiyono, sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Dalam penelitian ini, jumlah sampel yang digunakan sebanyak 30 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling, yaitu seluruh populasi dijadikan sampel penelitian. Teknik total sampling digunakan apabila jumlah populasi relatif kecil sehingga semua anggota populasi dapat dijadikan responden.

Dengan demikian, sampel dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas yang mengalami bendungan ASI di Klinik Juliana Dalimunthe tahun 2026 sebanyak 30 responden.

Teknik Pengumpulan Data

1. Data Primer

Data primer yang terdiri nama, umur, pendidikan, dan pekerjaan yang diperoleh melalui pengisian, setelah selesai menjawab seluruh pertanyaan, kuesioner dikumpulkan kembali untuk diperiksa kelengkapan jawaban responden. Dalam penelitian ini, data primer diperoleh dari ibu nifas mengenai pengetahuan tentang kompres daun kubis dan kejadian bendungan ASI di Klinik Juliana Dalimunthe tahun 2026.

2. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh dari catatan, laporan, atau dokumentasi yang berkaitan dengan penelitian. Data sekunder dalam penelitian ini diperoleh dari data jumlah ibu nifas di Klinik Juliana Dalimunthe serta sumber pustaka yang mendukung penelitian.

3. Cara Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan kuesioner tertutup yang berisikan item-item yang berhubungan dengan masalah yang akan diteliti, masing-masing item akan diberi skor jika, jawaban benar skor diberi 1 dan jika jawaban salah diberikan skor 0 penilaian.

a. Pengetahuan

Untuk kategori pengetahuan yang akan diidentifikasi berdasarkan tingkat pengetahuan responden, pengetahuan baik dan kurang baik sebagai berikut. Jumlah pertanyaan sebanyak 10 soal, dengan pilihan jawaban a, b, c, d. Jika menjawab benar nilai 1, jika jawaban salah nilai 0. Nilai tertinggi 10 dan nilai terendah 0

- Kategori pengetahuan baik (76-100%) apabila responden mendapat skor 8 – 10
- Kategori pengetahuan cukup (56-75%) apabila responden mendapat skor 6 – 7.
- Kategori pengetahuan kurang (<56%) apabila responden mendapat skor 0 – 5

b. Kompres daun kubis Dengan bendungan asi

Jumlah pertanyaan sebanyak 10 soal, dengan pilihan jawaban Ya / Tidak. Jika menjawab Ya nilai 1, jika jawaban Tidak nilai 0. Nilai tertinggi 10 dan nilai terendah 0.

Instrumen penelitian

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaan lebih mudah dan hasilnya lebih baik, cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah (Notoatmodjo, 2018). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner, yaitu sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh

informasi dari responden tentang hal-hal yang diketahuinya.

Dalam penelitian ini instrumen penelitian terdiri dari dua bagian, yaitu kuesioner pengetahuan ibu tentang kompres daun kubis dan lembar observasi bendungan ASI pada ibu nifas. Sebelum digunakan, instrumen penelitian ini telah disusun berdasarkan tinjauan pustaka yang relevan dan dikonsultasikan kepada dosen pembimbing menjelaskan pengertian instrumen penelitian, jenis instrumen yang digunakan (kuesioner dan lembar observasi), dan tujuannya.

Kuesioner Pengetahuan - penjelasan lengkap: bentuk soal pilihan ganda, 10 butir pertanyaan, indikator yang diukur, sistem penilaian (skor 0-1), rumus persentase ($P = F/N \times 100\%$), dan kategori Baik/Cukup/Kurang.

Lembar Observasi Bendungan ASI - penjelasan lengkap: 10 pernyataan gejala klinis, sistem penilaian Ya/Tidak, dan kategori Mengalami/Tidak Mengalami.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini dilakukan terhadap 30 responden ibu nifas yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Hasil penelitian disajikan dalam dua bagian, yaitu analisis univariat yang menggambarkan distribusi frekuensi masing-masing variabel, dan analisis bivariat yang menggambarkan hubungan antara variabel pengetahuan ibu tentang kompres daun kubis dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas.

Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk menggambarkan distribusi frekuensi karakteristik responden serta masing-masing variabel penelitian, yaitu pengetahuan ibu tentang kompres daun kubis dan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
< 20 tahun	4	13,3 %
20 – 35 tahun	22	73,3 %
> 35 tahun	4	13,3 %

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Total	30	100,0 %

Berdasarkan Tabel 1, dari 30 responden ibu nifas, sebagian besar berada pada kelompok usia 20–35 tahun, yaitu sebanyak 22 responden (73,3%). Responden yang berusia kurang dari 20 tahun dan lebih dari 35 tahun masing-masing sebanyak 4 orang (13,3%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada usia reproduktif yang optimal.

Tabel 2. *Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan*

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
SD	2	6,7 %
SMP	5	16,7 %
SMA / Sederajat	14	46,7 %
Perguruan Tinggi	9	30,0 %
Total	30	100,0 %

Berdasarkan Tabel 2, tingkat pendidikan responden terbanyak adalah SMA/Sederajat sebanyak 14 responden (46,7%), diikuti Perguruan Tinggi sebanyak 9 responden (30,0%), SMP sebanyak 5 responden (16,7%), dan SD sebanyak 2 responden (6,7%). Tingkat pendidikan yang relatif tinggi pada sebagian besar responden berpotensi memengaruhi kemampuan dalam menerima dan memahami informasi kesehatan, termasuk teknik kompres daun kubis.

Tabel 3. *Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu tentang Kompres Daun Kubis*

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik (76–100%)	15	50,0 %
Cukup (56–75%)	10	33,3 %
Kurang (< 56%)	5	16,7 %
Total	30	100,0 %

Berdasarkan Tabel 3, dari 30 responden, sebagian besar memiliki pengetahuan dalam kategori baik tentang kompres daun kubis, yaitu sebanyak 15 responden (50,0%). Responden dengan pengetahuan cukup sebanyak 10 orang (33,3%), dan pengetahuan kurang sebanyak 5 orang (16,7%). Hal ini menunjukkan bahwa secara umum responden telah memiliki pemahaman yang baik mengenai pengertian, manfaat, dan cara penggunaan kompres daun kubis sebagai metode nonfarmakologis untuk mengatasi bendungan ASI.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kejadian Bendungan ASI pada Ibu Nifas

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Ada Bendungan ASI	12	40,0 %
Tidak Ada Bendungan ASI	18	60,0 %
Total	30	100,0 %

Berdasarkan Tabel 4, dari 30 responden, sebagian besar tidak mengalami bendungan ASI, yaitu sebanyak 18 responden (60,0%), sedangkan yang mengalami bendungan ASI sebanyak 12 responden (40,0%). Rendahnya kejadian bendungan ASI ini sejalan dengan tingginya proporsi responden yang berpengetahuan baik mengenai kompres daun kubis sebagai upaya pencegahan dan penanganan bendungan ASI.

Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan ibu tentang kompres daun kubis dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas. Uji statistik yang digunakan adalah uji Chi-Square (Chi Kuadrat) dengan tingkat kemaknaan (α) = 0,05. Hubungan dinyatakan bermakna secara statistik apabila nilai $p < 0,05$.

Tabel 5. Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Kompres Daun Kubis dengan Kejadian Bendungan ASI pada Ibu Nifas

Pengetahuan	Ada Bendungan ASI		Tidak Ada Bendungan ASI		Total	
	N	%	n	%	n	%
Baik	2	13,3%	13	86,7%	15	100,0%

Pengetahuan	Ada Bendungan ASI		Tidak Ada Bendungan ASI		Total	
	N	%	n	%	n	%
Cukup	5	50,0%	5	50,0%	10	100,0%
Kurang	5	100,0%	0	0,0%	5	100,0%
Total	12	40,0%	18	60,0%	30	100,0%

(Uji Chi-Square, $\chi^2 = 12,361$; $df = 2$; $p = 0,002$)

Berdasarkan Tabel 4.5, dari 15 responden dengan pengetahuan baik, sebanyak 2 responden (13,3%) mengalami bendungan ASI dan 13 responden (86,7%) tidak mengalami bendungan ASI. Dari 10 responden dengan pengetahuan cukup, sebanyak 5 responden (50,0%) mengalami bendungan ASI dan 5 responden (50,0%) tidak mengalami bendungan ASI. Sementara itu, dari 5 responden dengan pengetahuan kurang, seluruhnya (100,0%) mengalami bendungan ASI.

Hasil uji statistik Chi-Square diperoleh nilai χ^2 hitung sebesar 12,361 dengan derajat bebas (df) = 2 dan nilai p (p -value) sebesar 0,002. Karena nilai p ($0,002$) < α ($0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara pengetahuan ibu tentang kompres daun kubis dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas. Dengan demikian, hipotesis penelitian (H_a) yang menyatakan terdapat hubungan antara pengetahuan ibu tentang kompres daun kubis dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas dapat diterima.

Kecenderungan yang terlihat dari tabel di atas menunjukkan pola yang konsisten, yaitu semakin baik tingkat pengetahuan ibu tentang kompres daun kubis, semakin rendah kejadian bendungan ASI yang dialami. Sebaliknya, ibu dengan pengetahuan kurang memiliki risiko yang jauh lebih tinggi untuk mengalami bendungan ASI. Hal ini sejalan dengan teori bahwa pengetahuan merupakan faktor predisposisi (*predisposing factor*) yang memengaruhi perilaku kesehatan seseorang. Ibu yang memiliki pengetahuan baik mengenai kompres daun kubis cenderung lebih memahami pentingnya manajemen laktasi yang tepat, termasuk teknik menyusui yang benar, frekuensi menyusui, serta penanganan dini apabila timbul tanda-tanda bendungan ASI, sehingga risiko terjadinya bendungan ASI dapat diminimalkan.

Hasil penelitian ini juga memperkuat pentingnya peran tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi mengenai kompres daun kubis kepada ibu nifas sejak masa kehamilan maupun segera setelah

persalinan, sebagai salah satu upaya promotif dan preventif dalam menurunkan angka kejadian bendungan ASI serta mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

Pembahasan

Pengetahuan Ibu tentang Kompres Daun Kubis pada Ibu Nifas

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 30 responden ibu nifas, sebagian besar memiliki pengetahuan dalam kategori baik tentang kompres daun kubis, yaitu sebanyak 15 responden (50,0%), kategori cukup sebanyak 10 responden (33,3%), dan kategori kurang sebanyak 5 responden (16,7%).

Pengetahuan merupakan hasil dari proses penginderaan seseorang terhadap suatu objek tertentu, yang terjadi melalui panca indra yang dimilikinya, baik melalui melihat, mendengar, maupun merasakan secara langsung. Pengetahuan menjadi domain kognitif yang sangat penting karena merupakan dasar bagi terbentuknya sikap dan tindakan seseorang, termasuk dalam hal menjaga kesehatan diri pada masa nifas. Pengetahuan ibu tentang kompres daun kubis mencakup pemahaman mengenai pengertian, manfaat, kandungan zat aktif, cara pemilihan dan penyiapan daun kubis, teknik pengompresan yang benar, serta waktu dan durasi pelaksanaan kompres yang tepat.

Tingginya proporsi responden dengan pengetahuan baik dalam penelitian ini kemungkinan dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain tingkat pendidikan responden yang relatif tinggi, di mana sebagian besar responden berpendidikan SMA dan Perguruan Tinggi. Tingkat pendidikan yang lebih tinggi memungkinkan ibu untuk lebih mudah menyerap, memahami, dan mengaplikasikan informasi kesehatan yang diterima. Selain itu, paparan informasi dari tenaga kesehatan selama masa kehamilan dan persalinan, dukungan keluarga, serta kemudahan akses informasi kesehatan melalui media cetak maupun media digital pada era sekarang turut berkontribusi terhadap baiknya pengetahuan responden.

Meskipun demikian, masih terdapat 5 responden (16,7%) yang berada pada kategori pengetahuan kurang. Kelompok ini perlu menjadi perhatian khusus, karena ketidaktahuan mengenai manfaat dan cara penggunaan kompres daun kubis dapat menyebabkan ibu tidak mampu melakukan upaya pencegahan maupun penanganan secara mandiri apabila mengalami tanda-tanda awal bendungan ASI.

Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Kompres Daun Kubis dengan Bendungan ASI pada Ibu Nifas

Hasil uji statistik Chi-Square pada penelitian ini diperoleh nilai χ^2 hitung sebesar 12,361 dengan

derajat bebas (df) = 2 dan nilai p sebesar 0,002. Oleh karena nilai p (0,002) lebih kecil dari nilai α (0,05), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara pengetahuan ibu tentang kompres daun kubis dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas. Dengan demikian, hipotesis alternatif (H_a) dalam penelitian ini diterima, yang berarti pengetahuan ibu berhubungan secara signifikan dengan kejadian bendungan ASI.

Hasil tabulasi silang menunjukkan pola hubungan yang konsisten dan berbanding terbalik antara tingkat pengetahuan dengan kejadian bendungan ASI. Dari 15 responden dengan pengetahuan baik, hanya 2 responden (13,3%) yang mengalami bendungan ASI, sedangkan 13 responden (86,7%) lainnya tidak mengalami bendungan ASI. Pada kelompok pengetahuan cukup, dari 10 responden terdapat 5 responden (50,0%) yang mengalami bendungan ASI dan 5 responden (50,0%) yang tidak. Sementara pada kelompok pengetahuan kurang, seluruh responden, yaitu 5 dari 5 orang (100,0%), mengalami bendungan ASI. Pola ini menunjukkan bahwa semakin baik pengetahuan ibu, semakin rendah risiko terjadinya bendungan ASI, dan sebaliknya semakin kurang pengetahuan ibu, semakin tinggi risiko terjadinya bendungan ASI.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori Lawrence Green yang menjelaskan bahwa pengetahuan merupakan salah satu faktor predisposisi (predisposing factor) yang memengaruhi perilaku kesehatan seseorang. Ibu yang memiliki pengetahuan baik tentang kompres daun kubis cenderung lebih memahami pentingnya manajemen laktasi yang tepat sejak awal masa nifas, seperti menyusui sesegera mungkin setelah melahirkan, menyusui dengan posisi dan pelekatan yang benar, menyusui secara on demand, serta mengeluarkan ASI secara rutin baik melalui menyusui langsung maupun memerah ASI apabila diperlukan. Pemahaman ini membuat ibu lebih mampu mencegah terjadinya penumpukan ASI dalam payudara yang menjadi penyebab utama bendungan ASI, serta lebih sigap dalam mengenali tanda-tanda awal bendungan ASI sehingga dapat segera melakukan tindakan pencegahan.

Sebaliknya, ibu dengan pengetahuan kurang cenderung tidak memahami pentingnya pengeluaran ASI secara teratur maupun cara penanganan yang tepat ketika mengalami tanda-tanda awal bendungan ASI. Ketidaktahuan ini menyebabkan ibu terlambat dalam melakukan tindakan pencegahan maupun penanganan, sehingga ASI yang menumpuk dalam payudara semakin banyak dan kondisi bendungan ASI yang dialami menjadi lebih berat, sebagaimana terlihat pada kelompok pengetahuan kurang yang seluruhnya mengalami bendungan ASI.

Temuan ini memberikan implikasi penting bagi pelayanan kesehatan, khususnya bagi tenaga kesehatan seperti bidan dan perawat, untuk memberikan edukasi yang lebih intensif mengenai

manajemen laktasi dan metode nonfarmakologis seperti kompres daun kubis kepada ibu hamil maupun ibu nifas, terutama bagi kelompok ibu dengan tingkat pendidikan rendah yang berisiko memiliki pengetahuan kurang, guna menurunkan angka kejadian bendungan ASI dan mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

Hubungan Kompres Daun Kubis dengan Bendungan ASI pada Ibu Nifas

Bendungan ASI merupakan suatu kondisi pada payudara yang terjadi akibat penumpukan ASI karena tidak dikeluarkan secara optimal, sehingga menimbulkan rasa nyeri, pembengkakan, dan ketegangan pada payudara, yang umumnya terjadi pada hari ke-2 hingga ke-5 setelah persalinan. Apabila tidak ditangani dengan tepat, kondisi ini dapat berkembang menjadi mastitis dan mengganggu keberlangsungan pemberian ASI eksklusif. Salah satu upaya nonfarmakologis yang dapat dilakukan untuk mencegah dan mengatasi bendungan ASI adalah kompres daun kubis (*Brassica oleracea*).

Daun kubis diketahui mengandung senyawa aktif seperti sinigrin dan alilisotiosianat yang memiliki sifat antiinflamasi atau anti radang. Selain itu, daun kubis yang didinginkan memiliki efek dingin (*cold therapy*) yang dapat menyebabkan vasokonstriksi pembuluh darah pada area payudara, sehingga membantu mengurangi aliran darah berlebih dan menurunkan rasa nyeri serta pembengkakan. Daun kubis juga memiliki kemampuan untuk menarik cairan berlebih dari jaringan payudara yang membengkak melalui proses osmosis, sehingga dapat mengurangi ketegangan pada payudara akibat bendungan ASI.

Penelitian ini menunjukkan bahwa pada kelompok responden yang memiliki pengetahuan baik mengenai cara penggunaan kompres daun kubis, sebagian besar (86,7%) tidak mengalami bendungan ASI. Hal ini mengindikasikan bahwa penerapan kompres daun kubis yang tepat — baik dari segi pemilihan daun, cara penyiapan (*pendinginan*), teknik penempelan pada payudara, maupun durasi pengompresan — berkontribusi terhadap pencegahan dan pengurangan kejadian bendungan ASI. Sebaliknya, pada kelompok dengan pengetahuan kurang yang kemungkinan tidak menerapkan kompres daun kubis secara tepat atau bahkan tidak menerapkannya sama sekali, seluruh responden (100,0%) mengalami bendungan ASI.

Temuan ini memperkuat bukti empiris bahwa kompres daun kubis efektif sebagai metode pencegahan dan penanganan bendungan ASI yang mudah dilakukan secara mandiri oleh ibu di rumah, dengan bahan yang murah, mudah diperoleh, dan minim efek samping dibandingkan dengan penanganan farmakologis. Oleh karena itu, kompres daun kubis dapat menjadi salah satu intervensi

keperawatan/kebidanan mandiri yang direkomendasikan sebagai bagian dari perawatan payudara pada masa nifas, khususnya untuk mencegah dan mengatasi bendungan ASI sejak dini.

Hubungan antara penerapan kompres daun kubis dengan rendahnya kejadian bendungan ASI dalam penelitian ini juga sejalan dengan beberapa penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa kompres daun kubis dingin dapat menurunkan derajat bendungan ASI secara signifikan dibandingkan dengan ibu yang tidak melakukan kompres tersebut. Hal ini menegaskan pentingnya sosialisasi dan edukasi mengenai manfaat serta cara penggunaan kompres daun kubis kepada ibu nifas secara lebih luas, sebagai salah satu upaya promotif dan preventif dalam pelayanan kesehatan ibu dan anak.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan pengetahuan ibu tentang kompres daun kubis Dengan bendungan ASI pada ibu nifas di Klinik Juliana Dalimunthe tahun 2026 dengan jumlah responden sebanyak 30 orang, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Dari 30 responden, sebagian besar ibu nifas memiliki pengetahuan baik tentang kompres daun kubis yaitu sebanyak 15 orang (50%), pengetahuan cukup sebanyak 10 orang (33,3%), dan pengetahuan kurang sebanyak 5 orang (16,7%).
2. Dari 30 responden, ibu nifas yang mengalami bendungan ASI sebanyak 12 orang (40%), sedangkan yang tidak mengalami bendungan ASI sebanyak 18 orang (60%).
3. Terdapat hubungan antara pengetahuan ibu tentang kompres daun kubis Dengan bendungan ASI pada ibu nifas dengan hasil uji statistik diperoleh nilai $p = 0,002$ ($p \leq 0,05$).
4. Terdapat hubungan antara sikap ibu tentang kompres daun kubis Dengan bendungan ASI pada ibu nifas. Ibu dengan sikap positif cenderung lebih mampu mencegah dan mengatasi bendungan ASI dibandingkan ibu dengan sikap negatif.

SARAN

1. Bagi Responden

Diharapkan ibu nifas dapat meningkatkan pengetahuan mengenai manfaat dan teknik kompres daun kubis sehingga dapat melakukan penanganan bendungan ASI secara tepat dan mandiri.

2. Bagi Tempat Penelitian

Diharapkan Klinik Juliana Dalimunthe dapat meningkatkan edukasi dan penyuluhan kepada ibu nifas mengenai penanganan bendungan ASI menggunakan kompres daun kubis.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi dan sumber pembelajaran mengenai penanganan bendungan ASI secara nonfarmakologis pada ibu nifas.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian selanjutnya dapat mengembangkan penelitian dengan jumlah responden yang lebih banyak serta menggunakan variabel lain yang berhubungan dengan bendungan ASI pada ibu nifas.

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. 2022. *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Andriyani, R., & Aska, A. 2021. *Penatalaksanaan Bendungan ASI pada Ibu Menyusui dengan Menggunakan Kompres Daun Kubis*. Prosiding Hang Tuah Pekanbaru.
- Aulia, Y. 2021. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*. Jakarta: Salemba Medika.
- Khairatun Nazira., & Rita Riyanti K. 2023. *Pengaruh Pemberian Kompres Daun Kubis (Brassica Oleracea Var Capitata L.) Dengan Penurunan Bendungan ASI*. Jurnal Medika Nusantara.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2021. *Pedoman Pelayanan Kesehatan Ibu dan Nifas*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Maryunani, A. 2020. *Asuhan Ibu Nifas dan Asuhan Ibu Menyusui*. Jakarta: Trans Info Media.
- Notoatmodjo, S. 2021. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Soekidjo Notoatmodjo. 2021. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Putri, P. D. A., & Humairati, F. 2025. *Efektivitas Kompres Daun Kubis Dingin untuk Menangani Bendungan ASI pada Ibu Post Partum*. Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak.
- Sugiyono. 2022. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Walyani, E. S., & Purwoastuti, E. 2021. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Zaleha, S., & Ardhiyanti, Y. 2021. *Pemberian Kompres Daun Kubis dalam Mengatasi Bendungan ASI pada Ibu Nifas*. JUBIDA Jurnal Kebidanan.