

The Effect of Compress Kol (*Brassica Oleracea* Var. *Capitata*) and Warm Compression On The Pain of Breast Swallowing In Post Partum Women In The Teratai Room Arifin Achmad Hospital, Riau Province

Meriani¹, Ani Laila², Yanti²

Alumni Prodi D-IV Kebidanan¹, Dosen Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Riau²

Email :meriani221979@gmail.com

Article Info

Article history

Received date:

Revised date:

Accepted date:

Abstract

Breastfeeding problems that can arise during the postpartum period are breast engorgement pain. The pain in the breast can make the mother and baby feel uncomfortable. Non-pharmacological methods that can be used to reduce the pain of swelling of the breast are cabbage compresses and warm compresses. The purpose of this study is to determine The effect of cabbage compresses and warm compresses to reduce pain intensity in breast engorgement. The study was conducted in March 2019 - June 2019 in the Teratai Room of Arifin Achmad Hospital, Riau Province. This type of research is quasi-experimental with a pretest-posttest two group design. post partum which was treated in the Teratai Room of the Arifin Achmad Hospital, Riau Province with a sample of 10 respondents in the cabbage compress group and 10 respondents in the warm compress group who were taken by purposive sampling technique. Collecting data using an observation sheet containing a pain scale Numeric Rating Scale (NRS). The results showed that the average pain intensity before the cabbage compress and before the warm compress was 5.7 (SD 1.34) and after being given treatment the results were obtained on the cabbage compress 2. , 9 (SD 1.10) and warm compresses 4.1 (SD 1.28). The results of statistical tests showed that there was a difference in the pain intensity of breast swelling after being treated between hot compresses and warm compresses in the Teratai room of Arifin Achmad Hospital, Riau Province ($p = 0.042$), cabbage compresses were more effective in reducing pain than warm compresses. It is suggested to the management of Arifin Achmad Hospital to consider giving cabbage compresses as an effective and economical non-pharmacological method in reducing the pain of breast swelling in post partum mothers.

Keywords

Breast Swelling Pain, Compress Kol, Warm Compress

Abstrak

Masalah menyusui yang dapat timbul pada masa *postpartum* adalah nyeri pembengkakan payudara. Rasa nyeri pada payudara dapat membuat ketidaknyamanan yang dirasakan ibu maupun bayi. Metode non-farmakologi yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri pembengkakan payudara adalah dengan kompres kol dan kompres hangat. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh kompres kol dan kompres hangat untuk menurunkan intensitas nyeri pada pembengkakan payudara. Penelitian dilaksanakan pada bulan Maret 2019 – Juni 2019 di Ruang Teratai RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau. Jenis penelitian *quasi eksperimen* dengan desain *pretest-posttest two group design*. Populasi penelitian ini adalah ibu post partum yang dirawat di Ruang Teratai RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau dengan sampel sebanyak 10 responden kelompok kompres kol dan 10 responden kelompok kompres hangat yang diambil dengan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan lembar observasi yang berisi skala nyeri *Numeric Rating Scale* (NRS). Hasil penelitian menunjukkan rata-rata intensitas nyeri sebelum kompres

kol dan sebelum kompres hangat sebesar 5,7 (SD 1,34) dan sesudah diberikan perlakuan didapatkan hasil pada kompres kol 2,9 (SD 1,10) dan kompres hangat 4,1 (SD 1,28). Hasil uji statistik menunjukkan terdapat perbedaan intensitas nyeri pembengkakan payudara setelah diberi perlakuan antara kompres koldan kompres hangat di ruang Teratai RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau($p=0,042$) kompres kol lebih efektif mengurangi nyeri dibandingkan kompres hangat. Disarankan kepada manajemen RSUD Arifin Achmad untuk mempertimbangkan pemberian kompres kol sebagai salah satu metode nonfarmakologi yang efektif serta ekonomis dalam mengurangi nyeri pembengkakan payudara pada ibu *post partum*.

Kata Kunci

Nyeri Pembengkakan Payudara, Kompres Kol, Kompres hangat

PENDAHULUAN

Kesuksesan dalam menyusui diperlukan penanganan dan perhatian khususnya oleh tenaga kesehatan karena keterlambatan serta frekuensi menyusui yang tidak optimal dapat mengakibatkan pengosongan payudara tidak efektif yang akan menimbulkan masalah (Pollard, 2016). Masalah menyusui yang dapat timbul pada masa pasca persalinan dini (masa nifas atau laktasi) adalah pembengkakan payudara. Payudara akan terasa panas, sakit, nyeri pada perabaan, tegang, bengkak yang terjadi pada hari ketiga sampai hari keenam setelah persalinan (Muniarti & dkk, 2012). Rasa nyeri pada payudara akibat pembengkakan payudara dapat membuat ketidak nyamanan yang dirasakan ibu dan bayi. Kejadian tersebut dapat membuat bayi kesulitan melakukan perlekatan, sehingga menyebabkan pemberian ASI menjadi tidak optimal. Menurut Ebrahim dan Esmat tahun 2018, terdapat 72% hingga 82% kasus pembengkakan payudara yang dialami oleh ibu menyusui di rumah bersalin Ain Sham Egypt. Prevalensi ibu yang mengalami pembengkakan payudara di Pekanbaru belum diketahui secara pasti, sehingga peneliti melakukan studi pendahuluan pada bulan September–November 2018 di Ruang Teratai yang merupakan salah satu ruang rawat fetomaternal di RSUD Arifin Achmad, yang merawat ibu post partum normal maupun post operasi. Pada tiga bulan terakhir dari 161 orang ibu post partum, didapatkan 29 orang (18%) mengalami pembengkakan payudara, sedangkan di Rumah Sakit Petala Bumi dalam tahun 2018 ini hanya ada 1 orang dari 449 orang (0.22 %) mengalami pembengkakan payudara, pada tiga bulan terakhir ini tidak ada kasus pembengkakan payudara. Berdasarkan hasil wawancara kepada bidan yang bertugas diruangan teratai, sering dijumpai ibu yang mengeluh payudara bengkak dan terasa nyeri, khususnya

pada pagi hari yang terjadi pada masa nifas hari ketiga sampai kelima. Hasil wawancara yang dilakukan di RSUD Arifin Achmad penanganan nyeri pembengkakan payudara dengan menggunakan kompres hangat belum teratasi.

Berdasarkan penelitian dari Runiari N dan Surinati (2012) penanganan untuk mengatasi nyeri pembengkakan payudara ialah dengan menggunakan kompres hangat kepada ibu post partum. Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Novita (2011) di PK. Sint carolus dan RSIA Hermina Jatinegara di Jakarta, kandungan sulfur yang tinggi pada kol dapat mengurangi nyeri pembengkakan payudara. Penelitian yang sama dilakukan Masoud (2018) di Rumah Sakit Benha University bahwa daun kubis sangat efektif untuk mengurangi rasa nyeri pembengkakan payudara dan meningkatkan produksi ASI.

Belum adanya penelitian mengenai perawatan payudara pada ibu masa nifas khususnya dalam menangani nyeri pembengkakan payudara menggunakan kompres kol. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh kompres kol (*Brassica Oleracea Var. Capitata*) dan kompres hangat terhadap intensitas nyeri pembengkakan payudara pada ibu post partum diruang teratai RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan Jenis penelitian *Quasi Eksperiment* dengan desain *pretest-posttest two group design*. Populasi penelitian ini adalah ibu post partum yang dirawat di Ruang Teratai RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau dengan sampel sebanyak 10 responden kelompok kompres kol dan 10 responden kelompok kompres hangat yang diambil dengan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan lembar observasi yang

berisiskala nyeri *Numeric Rating Scale* (NRS). Pengolahan dan analisis data menggunakan komputerisasi (SPSS). Analisis data menggunakan uji *Mann-Whitney* dengan derajat kepercayaan 95%.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada 2 kelompok intervensi, 10 orang responden kelompok kompres kol dan 10 orang responden kelompok kompres hangat untuk menilai intensitas nyeri pembengkakan payudara terhadap ibu post partum.

Tabel 1
Rata-Rata Intensitas Nyeri Pembengkakan Payudara pada Ibu Post Partum yang dilakukan kompres kol (*Brassica Oleracea Var. Capitata*) dan kompres hangat di ruang Teratai RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau April 2019

Kelompok	n	Mean	SD	Min-Max
Pretest:				
Komp. kol	10	5.7	1.34	4-8
Komp. hangat	10	5.7	1.34	4-8
Post test:				
Kompres kol	10	2.9	1.10	2-5
Kompres hangat	10	4.1	1.28	2-6

Tabel 1 menunjukkan bahwa hasil rata-rata intensitas nyeri pembengkakan payudara sebelum dilakukan perlakuan pada kelompok kompres kol dan kelompok kompres hangat adalah berada pada tingkat nyeri yang sama, yaitu 5.7. dengan standar deviasi juga sama yaitu 1.34.

Rata-rata intensitas nyeri pembengkakan payudara sesudah dilakukan perlakuan pada kelompok kompres kol 2.9 (SD 1.10) sedangkan pada kelompok kompres hangat adalah 4.1 (SD 1.28).

Tabel 2
Pengaruh Kompres Kol dan Kompres Hangat terhadap Intensitas Nyeri pada Ibu Post Partum yang Mengalami Nyeri Pembengkakan Payudara di Ruang Teratai RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau April 2019

Intensitas Nyeri	N	Mean	SD	Mean Rank	p value
Pre Test:					
Komp. Kol	10	5,70	1,337	10,50	1,000
Komp. Hangat	10	5,70	1,337	10,50	
Post Test:					
Komp. Kol	10	2.90	1.101	7.90	0.042
Komp. Hangat	10	4.10	1.287	13.10	

Pada tabel 5.2 dapat dilihat bahwa hasil uji statistik *Mann Whitney* dengan taraf signifikansi 95% tidak ada perbedaan rata-rata intensitas nyeri pembengkakan payudara sebelum diberi perlakuan pada kelompok kompres kol dan kelompok kompres hangat (1,000) dan ada perbedaan rata-rata intensitas nyeri pembengkakan payudara sesudah diberi perlakuan pada kelompok kompres kol dan kompres hangat (0,042) di Ruang Teratai RSUD Arifin Achmad Propinsi Riau.

2. PEMBAHASAN

Hasil penelitian didapatkan rata-rata intensitas nyeri sebelum dilakukan kompres kol dan kompres hangat berada pada tingkat nyeri yang sama adalah 5.7 (SD 1.34) sedangkan setelah perlakuan kompres

kol adalah 2.9 (SD 1.10) dan pada kompres hangat 4.1(SD 1.28).

Berdasarkan hasil uji statistik *Mann Whitney* tidak ada perbedaan intensitas nyeri sebelum dilakukan perlakuan pada kedua kelompok ($p > 1,000$) sedangkan setelah diberi perlakuan terdapat perbedaan intensitas nyeri pada kedua kelompok ($p = 0.042$).

Dilihat dari hasil uji statistik penurunan intensitas nyeri lebih banyak dari kelompok kompres kol dari 5,7 menjadi 2,9 sedangkan pada kompres hangat dari 5,7 menjadi 4,1. Pada kelompok kompres kol hasil *mean rank* adalah 7,90 sedangkan pada kompres hangat adalah 13,10 artinya bahwa intensitas nyeri pada kelompok kompres kol lebih rendah daripada kelompok kompres hangat setelah diberikan intervensi.

Setelah diberikan intervensi kompres kol pada 10 responden ibu *post partum* yang mengalami nyeri pembengkakan payudara, didapatkan rata-rata intensitas nyeri responden turun dari 5.7 menjadi 2.9. Hal tersebut menunjukkan bahwa terjadi penurunan intensitas nyeri pada ibu *post partum* yang mengalami nyeri pembengkakan payudara sebelum dan sesudah dilakukan kompres kol. Daun kol yang digunakan dalam pengompresan ini adalah daun kol yang segar sampai daun kol tersebut menjadi layu dan membutuhkan waktu selama 20 menit (Davis, 2009).

Setelah diberikan intervensi kompres hangat pada 10 responden ibu *post partum* yang mengalami nyeri pembengkakan payudara, didapatkan rata-rata intensitas nyeri responden turun dari 5.7 menjadi 4.1. Hal tersebut menunjukkan bahwa terjadi penurunan intensitas nyeri pada ibu *post partum* yang mengalami nyeri pembengkakan payudara sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat. Pada penelitian ini kompres hangat dilakukan selama 2 menit sesuai dengan SOP yang dilakukan di Rumah Sakit, dari segi waktu

kompres hangat lebih efisien dalam menurunkan nyeri, namun rasa panas dari efek kompres hangat tersebut akan mudah hilang secara cepat dan untuk mempertahankan suhu maka perlu mengganti kompres agar suhu tetap stabil.

Hasil uji statistik pada penelitian ini menunjukkan ada perbedaan intensitas nyeri pembengkakan payudara antara kelompok yang diberikan kompres kol dan kompres hangat pada ibu *post partum* di ruangan teratai RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau ($p = 0,042$).

Penelitian kompres kol ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Wong *et al* (2017) yang berjudul "*Application of cabbage leaves compared to gel packs for mothers with breast engorgement: Randomised controlled trial*" yang menyatakan bahwa ibu yang diberikan kompres kol mengalami penurunan nyeri pembengkakan payudara yang signifikan dibandingkan dengan kelompok kontrol ($p < 0.005$).

Penelitian lain terkait tentang kompres kol adalah penelitian yang dilakukan oleh Lim *et al* (2015) yang berjudul "*Cabbage compression early breast care on breast engorgement in primiparous women after cesarean birth: a controlled clinical trial*" yang menyatakan bahwa kompres payudara menggunakan kol direkomendasikan sebagai intervensi dalam menurunkan nyeri payudara dan pembengkakan payudara pada ibu *postpartum* ($p = 0.001$).

Penelitian yang dilakukan oleh Runiari, N. & Surinati (2012) yang berjudul "*Pengaruh pemberian kompres panas terhadap intensitas nyeri pembengkakan payudara pada ibu post partum di wilayah kerja Puskesmas Pembantu Dauh Puri*" yang menyatakan bahwa ibu yang diberikan kompres panas mengalami penurunan nyeri pembengkakan payudara dibandingkan dengan kelompok kontrol ($p < 0.043$).

Penelitian kompres hangat lainnya dilakukan oleh Andreinie (2016) yang berjudul

“Analisis efektivitas kompres hangat terhadap penurunan nyeri persalinan” yang menyatakan bahwa ibu yang diberikan kompres hangat dengan menggunakan handuk dapat menurunkan nyeri pada persalinan yang signifikan dengan ($p < 0,002$).

Secara teori dapat dijelaskan bahwa kompres kol dan kompres hangat sama-sama menurunkan rasa nyeri dan sudah banyak penelitian yang membuktikan hal tersebut. Kedua metode ini merupakan efek dari stimulasi kutaneus yang merangsang serabut-serabut saraf perifer untuk mengirimkan impuls melalui *dorsal horn* pada *medulla spinalis*, saat impuls yang dibawa oleh A-Beta mendominasi maka mekanisme gerbang akan menutup sehingga impuls nyeri tidak dihantarkan ke otak (Prasetyo, 2010).

Pada penelitian ini kompres kol lebih efektif menurunkan nyeri kemungkinan karena kandungan sulfur pada kol bermanfaat dalam proses oksidasi-reduksi atau pernafasan jaringan dan dapat menetralkan radikal bebas (Marmi, 2013). Selain itu, kandungan minyak mustard dalam kol efektif dalam mengurangi nyeri dan pembengkakan (Purba, G.N, 2018). Kandungan magnesium dalam kol juga dapat membantu mengurangi retensi cairan, yang mengurangi nyeri dan pembengkakan pada payudara (Arsono, B, 2017). Kol juga mengandung asam amino glutamine, vitamin A, C dan K yang diyakini dapat mengobati semua jenis peradangan salah satunya radang payudara, serta dapat melebarkan pembuluh kapiler. Kol (*Brassica Oleracea Var.Capitata*) juga dapat digunakan untuk pemakaian luar seperti kompres yang digunakan untuk mengompres bagian tubuh yang memar dan membengkak (Davis, 2009 dalam Novita, 2011). Sehingga menghilangkan pembengkakan dan peradangan serta memungkinkan ASI keluar dengan lancar (Newman, 2008).

Pemberian kompres hangat pada nyeri pembengkakan payudara memberikan rasa hangat pada daerah tertentu dapat memperlancarkan sirkulasi darah, mengurangi rasa sakit, merangsang peristaltik usus, dan pengeluaran getah radang menjadi lancar serta memberikan ketenangan dan kenyamanan pada pasien sehingga terjadi penurunan intensitas nyeri (Isticomah, 2007). Pemakaian kompres hangat menjadikan pembuluh darah akan melebar sehingga peredaran darah menjadi lancar ke jaringan tersebut. Aktivitas sel yang akan meningkat dapat mengurangi rasa nyeri sehingga menunjang penyembuhan luka dan proses peradangan (Andarmoyo, 2013).

SIMPULAN

1. Rata-rata intensitas nyeri pembengkakan payudara pada ibu post partum sebelum dilakukan kompres kol (*brassica oleracea var.capitata*) adalah 5,7 (SD 1,34) dan sebelum dilakukan kompres hangat adalah 5.7 (SD 1,34)
2. Rata-rata intensitas nyeri pembengkakan payudara pada ibu post partum sesudah dilakukan kompres kol (*brassica oleracea var.capitata*) adalah 2.9 (1,10) dan setelah dilakukan kompres hangat 4,1 (SD 1,28).
3. Tidak terdapat perbedaan intensitas nyeri pembengkakan payudara sebelum diberi perlakuan antara ibu dengan kompres kol dan kompres hangat ($p \text{ value} = 1,000$)
4. Terdapat perbedaan intensitas nyeri pembengkakan payudara setelah diberikan perlakuan antara ibu dengan kompres kol (*brassica oleracea var.capitata*) dan kompres hangat ($p \text{ value} = 0.042$) yaitu kompres kol (*brassica oleracea var.capitata*) lebih efektif mengurangi nyeri dibanding kompres hangat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Pimpinan RSUD Arifin Achmad Pekanbaru serta kepada seluruh responden

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Andreinie,Ria.2016.*Analisis Efektifitas Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri* .
[http://www.neliti.com/id/publication s/176114/analisis-efektifitas-kompres-hangat-terhadap-penurunan-nyeri-persalinan](http://www.neliti.com/id/publication/s/176114/analisis-efektifitas-kompres-hangat-terhadap-penurunan-nyeri-persalinan). Tanggal 18 Juni 2019
- [2] Andarmoyo,S. 2013.Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri, Ar- Ruzz, Yogyakarta:Ar- Ruzz
- [3] Arsono, B. 2017.10 Cara Alami Mengatasi Nyeri Payudara di Rumah.Jakarta Utara.<https://www.atmago.com>. Diakses pada 04 Mei 2019.
- [4] Astutik, R. Y. 2014. *Payudara dan Laktasi*.Jakarta; Salemba Medika
- [5] Bahiyatun 2009.*Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Normal*. Jakarta EGC
- [6] Bangun, A. 2012.*Dari alam untuk kecantikan*. Bandung: Indonesia Publishing House
- [7] Bobak, dkk. 2004. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Jakarta: EGC
- [8] Davis, M. 2009. *Engorgement: the cabbage cure*. Diakses dari <http://www.lactationconsultant.info/cabbagecure.html> tanggal 2 Desember 2018
- [9] Duton. L. A. 2010. *A Pocket Guide to Clinical Midwifery*.Canada : Jones and Berlett Publisher Internasional
- [10] Ebrahim, R. M., Esmat, O. M. 2018. *Effect of Educational Program on Mother' Using For Non-pharmacological Therapies to Alleviate Breast Engorgement after Cesarean Section*.Fakulty of Nursing Ain Shams University. Diakses dari <http://www.noveltyjournals.com> tanggal 3 Januari 2009
- [11] Hartati S & Anik Maryunani.2015. *Asuhan Keperawatan Ibu Post Partum Seksio Sesaria*.Cetakan 1.Jakarta Timur.CV. Trans Info Media
- [12] Ich, S,Xylander, S. V. 2012. *Mastitis: Penyebab Dan Penatalaksanaan*. Jakarta:Widya Medika
- [13] Istiqomah. 2007.*Pengaruh Teknik Pemberian Kompres Terhadap Perubahan Skala Nyeri Pada Klien Kontusio di RSUD Sleman*.<http://www.lontar.ui.ac.id//opac/themes/libri2/detail.jsp?id=125279&lokasi=12>. Tanggal 18 Juni 2019
- [14] Judha, M. S. 2012. *Teori Pengukuran Nyeri dan Nyeri Persalinan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- [15] Kozier, B. 2009.*Fundamental of Nursing*.California : Copyright by. Addist Asley Publishing Company
- [16] Lapau, B. 2013.*Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Yayasan Pustaka Obor
- [17] Maritalia, D. 2012. *Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- [18] Marmi. 2013. *Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- [19] Masoud, A. A. M. 2018. *The Effect of Cabbage Leaves on Relief Breast Engorgement among Postpartum Women*.Faculty of Nursing Benha University. Thesis
- [20] Muniarti, R., Suprawati & Kusumawati, E. 2016.*Hubungan pengetahuan Ibu Nifas Tentang Bendungan Asi dengan Praktik Pencegahan Bendungan Asi (Breast Care) di RB Nur Hikmah Kwaron*

- Gubug. Universitas Muhammadiyah Semarang
- [21] Newman, Jack., et al,. 2008. *The Ultimate Breastfeeding Book of Answers (Terjemahan)*. Tangerang: Lantera Hati
- [22] Notoatmodjo, S2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- [23] Novita, R. V. t. 2011. *Efektifitas Paket Bunda Ceria Terhadap Rasa Nyeri dan Pembengkakan Payudara Serta Produksi Asi Pada Ibu Postpartum di Jakarta*.
[Http://lib.ui.ac.id/1file?file=digital/20282205-T Regina VT Novita.pdf](http://lib.ui.ac.id/1file?file=digital/20282205-T Regina VT Novita.pdf) diakses pada 15 Desember 2018
- [24] Nurani ,A. 2013. *7 Jurus Sukses Menyusui*. Jakarta: Elex Media Koputindo
- [25] Pollard, M. 2014. *ASI Asuhan Berbasis Bukti*. Jakarta: EGC
- [26] Potter, P.A & Perry. 2012. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan : Konsep, Proses, dan Praktik*. Jakarta: EGC
- [27] Purba, G. N. 2018. *Lima Manfaat Minyak Mustard bagi Kesehatan Tubuh*. Jakarta. <http://www.medcom.id>. Diakses pada 04 Mei 2019
- [28] Prasetyo, S.N. 2010. *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- [29] Rofiqoh, Anis dan Dwi Kartika Rukmi. 2017. *Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dysmenorehea Pada Mahasiswa STIKes Jendral Achmad Yani Yogyakarta*. <http://repository.unjaya.ac.id/2234/>. Tanggal 18 Juni 2019
- [30] Runiari, N dan Surinati. 2012. *Pengaruh Pemberian Kompres Panas terhadap Intensitas Nyeri Pembengkakan Payudara pada Ibu Postpartum di Wilayah Kerja Puskesmas Pembantu Dauh Puri*. Bali: Program Studi Ilmu keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Udayana
- [31] Saifuddin, Abdul Bari, dkk. 2009. *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- [32] Saini, p., Saini, R. 2014. *Cabbage Leaves and Breast engorgement*. Depertemen of Community Healt Nursing. Diakses melalui <http://www.ijpn.in> pada 29 Desember 2018
- [33] Saleha, Sitti. 2009. *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas*. Jakarta: Salemba Medika
- [34] Sinclair, C. 2010. *Buku Saku Kebidanan*. Jakarta: EGC
- [35] Setiadi. 2013. *Konsep & Penulisan Riset Keperawatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- [36] Smeltzer, Suzanne C. 2015. *Buku Ajar Keperawatan Medikal-Bedah Brunner Suddart*. Jakart: EGC.
- [37] Sugiyono. 2014. *Statistik Nonparametris untuk Peneliti*. Bandung: Alfabeta.
- [38] Sumastri, H. 2012. *Hubungan Antara Frekuensi Menyusui Dengan Inisiasi menstruasi pada Ibu yang Mempunyai Bayi di Wilayah Kerja Puskesmas Ariodillah Palembang*
- [39] Swastika, A. 2014. *Kitab Khasiat Buah dan Sayur Tumpas Segala Penyakit*. Yogyakarta: Shira Media
- [40] Varney, Helen, Jan M. Kriebs, Carolyn L. Gregor. 2007. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Edisi 4 Volume 2*. Jakarta: EGC.
-