

**ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN KOMPRES KUBIS DINGIN TERHADAP
PENURUNAN NYERI PAYUDARA PADA IBU POST PARTUM
DI KECAMATAN CIPAYUNG
JAKARTA TIMUR**

Fitri Madaniah

191fk08005

Universitas Bhakti Kencana Jakarta

ABSTRAK

Post partum adalah keluarnya bayi dan plasenta dengan masa pemulihan 6 minggu dan organ reproduksi akan kembali ke keadaan sebelum hamil. Angka kelahiran normal dipuskesmas kecamatan cipayung mencapai 313 jiwa pada tahun 2021. Tujuan penelitian ini menggambarkan asuhan keperawatan dengan kompres kubis dingin terhadap penurunan nyeri payudara pada ibu post partum di kecamatan cipayung. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan asuhan keperawatan. Subjek penelitian 2 responden yaitu ny. v dan ny. n. Penelitian dilakukan di kecamatan cipayung selama 7 hari. Instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara, observasi, skala penilaian nyeri, serta pemeriksaan fisik. Waktu pelaksanaan kompres kubis dingin sekitar 15 menit, hasil studi kasus pada ny. v sebelum dilakukan kompres kubis skala nyeri 5 setelah dilakukan tindakan skala nyeri 2. Ny.N sebelum dilakukan skala nyeri 4 setelah dilakukan tindakan skala nyeri 2. Kompres kubis dingin dapat mengurangi pembengkakan dan rasa nyeri di payudara hal ini karena kubis memiliki kandungan sulfur dan asam amino glutamine yang dapat mengobati semua jenis peradangan, dapat digunakan untuk mengompres bagian tubuh yang memar, membengkak atau nyeri karena kandungan zat tersebut membantu memperlebar pembuluh darah kapiler, sehingga dapat meningkatkan aliran darah untuk keluar masuk daerah tersebut, sehingga kompres kubis dingin dapat digunakan sebagai alternatif terapi komplementer.

Kata kunci: Kubis dingin, Nyeri, Post partum.

Nursing Care With Cold Cabbage Compress To Reduce Breast Pain In Post Partum Mothers In Cipayung District, East Jakarta

Fitri Madaniah

191fk08005

Bhakti Kencana University

ABSTRACT

Post partum is the expulsion of the baby and placenta with a recovery period of 6 weeks and the reproductive organs will return to their pre-pregnancy state. The normal birth rate at the Cipayung District Health Center reaches 313 people in 2021. The purpose of this study is to describe nursing care with cold cabbage compresses to reduce breast pain in post partum mothers in Cipayung District. This study uses a descriptive method with a nursing care approach. Research subjects 2 respondents, namely ny. v and ny. n. The research was conducted in Cipayung district for 7 days. The data collection instruments used were interviews, observations, pain rating scales, and physical examinations. The implementation time of cold cabbage compresses is about 15 minutes, the results of a case study on ny. v before doing cabbage compresses pain scale 5 after pain scale action 2. Mrs.N before pain scale 4 after pain scale action 2. Cold cabbage compresses can reduce swelling and pain in the breast this is because cabbage contains sulfur and acid amino glutamine which can treat all types of inflammation, can be used to compress bruised, swollen or painful body parts because these substances help widen capillary blood vessels, so that it can increase blood flow in and out of the area, so cold cabbage compresses can be used as an alternative. complementary therapy

Keywords: Cold cabbage, Pain, Post partum.