

**EFEKTIVITAS KOMPRES *ALOE VERA* DAN DAUN KUBIS  
TERHADAP NYERI PEMBENGGAKAN PAYUDARA  
PADA IBU NIFAS DI KECAMATAN BOGOR  
BARAT KOTA BOGOR**

**SKRIPSI**



**Oleh :**

**DARSINI SUWARNO**

**235401457123**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS NASIONAL  
JAKARTA  
2024**

**EFEKTIVITAS KOMPRES *ALOE VERA* DAN DAUN KUBIS  
TERHADAP NYERI PEMBENGGAKAN PAYUDARA  
PADA IBU NIFAS DI KECAMATAN BOGOR  
BARAT KOTA BOGOR**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Kebidanan pada  
Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Nasional Jakarta



Oleh :

**DARSINI SUWARNO**

**235401457123**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS NASIONAL  
JAKARTA  
2024**

**SKRIPSI**

**EFEKTIVITAS KOMPRES *ALOE VERA* DAN DAUN KUBIS  
TERHADAP NYERI PEMBENGGAKAN PAYUDARA  
PADA IBU NIFAS DI KECAMATAN BOGOR  
BARAT KOTA BOGOR**

Oleh :

DARSINI SUWARNO

235401457123

Telah dipertahankan di hadapan penguji skripsi

Program Studi Sarjana Kebidanan

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Nasional

Pada Tanggal 8 Agustus 2024

Pembimbing 1

Pembimbing 2

   
(Dr. Bdn. Vivi Silawati, S.ST.,SKM.,M.KM.) (Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si.)

Mengesahkan,  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



(Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si)

**Halaman Persetujuan Sebelum Maju Sidang**

Judul Skripsi : Efektivitas Kompres *Aloe Vera* dan Daun Kubis terhadap  
Nyeri Pembengkakan Payudara pada Ibu Nifas Di  
Kecamatan Bogor Barat Kota Bogor


Nama Mahasiswa : Darsini Suwarno


NPM : 235401457123

Menyetujui,

UNIVERSITAS NASIONAL

Pembimbing 1 Pembimbing 2

  
(Dr. Bdn. Vivi Silawati, S.ST.,SKM.,M.KM.)

  
(Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si.)

**Halaman Persetujuan Setelah Maju Sidang**

Judul Skripsi : Efektivitas Kompres *Aloe Vera* dan Daun Kubis terhadap  
Nyeri Pembengkakan Payudara pada Ibu Nifas Di

Kecamatan Bogor Barat Kota Bogor

Nama Mahasiswa : Darsini Suwarno

NPM : 235401457123

Menyetujui,

Penguji 1 : Dr. Bdn. Rukmaini, SST., M.Keb.

Penguji 2 : Dr. Bdn. Vivi Silawati, S.ST.,SKM.,M.KM. .

Penguji 3 : Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si. .

## PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama Mahasiswa : Darsini Suwarno

NPM : 235401457123

Judul Skripsi : Efektivitas Kompres *Aloe Vera* dan Daun Kubis terhadap Nyeri Pembengkakan Payudara pada Ibu Nifas Di Rumah Sehat Aisyah Semplak Bogor

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan yang lain atau di perguruan tinggi lain. Sepanjang pengetahuan saya, juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar pustaka.

Jakarta, 1 Juli 2024



## Kata pengantar

Segala puji dan syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan penulisan Skripsi yang berjudul “Efektivitas Kompres *Aloe Vera* dan Daun Kubis terhadap Nyeri Pembengkakan Payudara pada Ibu Nifas Di Kecamatan Bogor Barat Kota Bogor”.

Dalam penulisan skripsi ini saya banyak mendapat bimbingan, arahan, dan dukungan moril dari berbagai pihak. Oleh karena itu perkenankanlah saya mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional dan juga selaku pembimbing II dalam penyusunan Skripsi ini yang telah memberikan waktu dan dukungannya.
2. Ibu Bdn. Putri Azzahroh, S. ST, M., Kes, selaku Ketua Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional.
3. Dr. Bdn. Vivi Silawati, S.ST.,SKM.,M.KM sebagai dosen pembimbing I yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, arahan dan motivasi dalam pembuatan skripsi ini.
4. Seluruh staff dan dosen Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional yang telah memberikan bantuan dan bimbingan selama menempuh pendidikan.
5. Kecamatan Bogor Barat Kota Bogor, selaku tempat penelitian yang telah memberikan izin dan kesempatan untuk melaksanakan penelitian.

6. Teristimewa kepada suami tercinta Ali Shobirin, SH yang telah memberikan dukungan, doa, semangat, pengertian, dan kasih sayangnya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi.

Demikianlah skripsi ini dibuat, kiranya dapat bermanfaat bagi penulis khususnya bagi para pembaca. Saya menyadari skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan baik materi maupun teknik penulisannya. Oleh sebab itu, saya mengharapkan saran dan kritik yang membangun agar di kemudian hari dapat menjadi lebih baik.



Bogor, 8 Agustus 2024

A handwritten signature in black ink, appearing to be "Darsini Suwarno".

(Darsini Suwarno)



## Abstrak

### EFEKTIVITAS KOMPRES *ALOE VERA* DAN DAUN KUBIS TERHADAP NYERI PEMBENGGKAKAN PAYUDARA PADA IBU NIFAS DI KECAMATAN BOGOR BARAT KOTA BOGOR

**Latar belakang :** Data ASEAN tahun 2022 menyatakan sebanyak 76.543 ibu nifas mengalami bendungan asi. 17,2 juta ibu nifas di seluruh dunia mengalami masalah nyeri payudara pada saat menyusui. Di Indonesia kejadian ibu menyusui yang mengalami bendungan asi mencapai angka tertinggi 37,2% dan 16% dari ibu menyusui yang bekerja mengalami bendungan ASI. Pembengkakan payudara diartikan aliran peningkatan aliran vena dan limfe pada payudara dalam rangka mempersiapkan diri untuk laktasi. Hal ini disebabkan overdiatensi dari saluran laktasi sehingga menyebabkan nyeri pembengkakan payudara dan bendungan asi disertai kenaikan suhu tubuh.

**Tujuan :** Membandingkan efektivitas kompres aloe vera dan daun kubis terhadap nyeri pembengkakan payudara pada ibu nifas di Kecamatan Bogor Barat Kota Bogor.

**Metodologi :** Penelitian menggunakan quasi eksperimen dengan rancangan *pretest posttest two group design*. Sampel berjumlah 30 responden ibu nifas yang mengalami nyeri pembengkakan payudara, dan dibagi dalam 2 kelompok intervensi yaitu kompres aloe vera dan kompres kubis, intervensi dilakukan selama 14 hari. Instrumen yang digunakan adalah Visual Analogue Scale (VAS). Data dianalisis menggunakan uji *Paired T-Test* dan *Independent T-Test*.

**Hasil :** Pada uji *Independent Sample T-Test* didapatkan nilai *p-value* skala VAS kelompok aloe vera sebesar  $0,019 < 0,05$  dengan rerata skor 2,0 dan skala VAS kelompok kubis sebesar  $0,037 < 0,05$  dengan rerata skor 1,87.

**Kesimpulan :** Ada pengaruh pemberian kompres aloe vera dan kubis terhadap penurunan nyeri pembengkakan payudara. Pemberian kompres aloe vera lebih efektif untuk mengatasi nyeri pembengkakan payudara pada ibu nifas.

**Saran :** Bidan diharapkan dapat memberi penyuluhan atau seminar pada ibu nifas agar dapat mencegah terjadinya nyeri pembengkakan payudara dan mengatasinya dengan kompres aloe vera sesuai dengan SOP yang telah di teliti.

**Kata kunci :** Aloe Vera, Ibu Nifas , Kubis, Pembengkakan Payudara.

**Referensi :** 44 (2019-2024)

## ABSTRACT

### THE EFFECTIVENESS OF ALOE VERA AND CABBAGE LEAF COMPRESSES ON BREAST ENGORGEMENT PAIN ON AMONG POST PARTUM WOMEN IN WEST BOGOR DISTRICT BOGOR CITY

**Background:** ASEAN data for 2022 states that 76,543 postpartum mothers experienced breast engorgement. 17.2 million postpartum mothers worldwide experience breast pain problems while breastfeeding. In Indonesia, the incidence of breastfeeding mothers experiencing breast milk dams reached the highest rate of 37.2% and 16% of working breastfeeding mothers experienced breast milk dams. Breast engorgement is defined as increased venous and lymph flow in the breasts in order to prepare for lactation. This is caused by overdistension of the lactation channels, causing pain, swelling of the breasts and breast milk dams accompanied by an increase in body temperature.

**Objective:** To compare the effectiveness of aloe vera and cabbage leaf compresses on breast engorgement pain among postpartum women in West Bogor District, Bogor City.

**Methodology:** The research used a quasi-experiment with a pretest post test two group design. The sample consisted of 30 postpartum mothers who experienced breast swelling pain, and were divided into 2 intervention groups, aloe vera compress and cabbage compress, the intervention was carried out for 14 days. The instrument used is the Visual Analogue Scale (VAS). Data were analyzed using Paired T-Test and Independent T-Test.

**Results:** In the Independent Sample T-Test, the p-value of the VAS scale for the aloe vera group was  $0.019 < 0.05$  with a mean score of 2.0 and the VAS scale for the cabbage group was  $0.037 < 0.05$  with a mean score of 1.87.

**Conclusion:** There is an effect of giving aloe vera and cabbage compresses to reduce breast engorgement pain. Giving aloe vera compresses is more effective in treating breast engorgement pain in postpartum mothers.

**Suggestion:** Midwives are expected to provide counselling or seminars to postpartum mothers so that they can prevent breast swelling pain and overcome it with aloe vera compresses according to the SOP that has been researched.

**Keywords:** aloe vera, postpartum mothers, cabbage, breast swelling.

**References :** 44 (2019-2024)



## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL .....	i
HALAMAN JUDUL .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
HALAMAN PERNYATAAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK .....	ix
ABSTRACT .....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR SINGKATAN.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	6
1.3 Tujuan .....	6
1.4 Manfaat .....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	7
2.1 Landasan Teori.....	7
2.2 Kerangka Teori.....	8
2.3 Kerangka Konsep.....	40
2.4 Hipotesis.....	41
BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....	42
3.1 Desain Penelitian.....	42
3.2 Populasi dan Sampel .....	43
3.3 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	45
3.4 Variabel Penelitian .....	47
3.5 Definisi Operasional.....	47
3.6 Instrumen Penelitian.....	47
3.7 Uji Validitas dan Reliabilitas.....	48
3.8 Prosedur Pengumpulan data .....	48

3.9 Pengolahan Data.....	49
3.10 Analisa Data .....	49
3.11 Etika Penelitian.....	50
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>51</b>
4.1 Hasil .....	54
4.2 Pembahasan.....	58
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>58</b>
5.1 Simpulan .....	58
5.2 Saran .....	59
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>66</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>69</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Design Penelitian.....	35
Tabel 3.2 Definisi Operasional.....	38
Tabel 4.1 Analisis Skala Nyeri Pembengkakan Payudara.....	42
Tabel 4.2 Uji Normalitas Data.....	43
Tabel 4.3 Efektifitas Kompres Aloe Vera.....	44
Tabel 4.4 Efektifitas Kompres Kubis.....	45
Tabel 4.5 Rata-Rata Nilai Nyeri Pembengkakan Payudara.....	46



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Skala Pembengkakan Payudara .....	22
Gambar 2.2 Aloe Vera.....	23
Gambar 2.3 Kubis.....	27
Gambar 2.4 Kerangka Teori .....	33
Gambar 2.5 Kerangka Konsep .....	34



## DAFTAR SINGKATAN

ASI	: Air Susu Ibu
ASEAN	: <i>Association of Southeast Asian Nations</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>
RI	: Republik Indonesia
TFU	: Tinggi Fundus Uteri
PRH	: <i>Prolactin-Releasing Hormone</i>
VAS	: <i>Visual analog scale</i>
ML	: Mililiter
MPASI	: Makanan Pendamping ASI
PH	: <i>Potential of Hydrogen</i>



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Konsultasi / Bimbingan Skripsi

Lampiran 2 Surat Izin Penelitian dari Fakultas

Lampiran 3 Surat Balasan Penelitian dari Instansi

Lampiran 4 *Informed Consent* (Lembar Persetujuan)

Lampiran 5 Instrumen Penelitian

Lampiran 6 Master Data Penelitian

Lampiran 7 Hasil *Output* Analisis Data

Lampiran 8 Bukti Foto Kegiatan Penelitian

Lampiran 9 Uji Etik Penelitian

Lampiran 10 Biodata Penulis

