

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

- 1) Nilai rata-rata skala nyeri pembengkakan payudara ibu nifas sebelum diberikan kompres aloe vera sebesar 7,06 dan sesudah diberikan kompres aloe vera sebesar 5,06.
- 2) Nilai rata-rata skala nyeri pembengkakan payudara ibu nifas sebelum diberikan kompres kubis sebesar 7,33 dan sesudah diberikan kompres kubis sebesar 5,46.
- 3) Perbedaan nilai rata rata skala nyeri pembengkakan payudara sebelum dan sesudah diberikan kompres aloe vera sebesar 2,00. Perbedaan nilai rata rata skala nyeri pembengkakan payudara sebelum dan sesudah diberikan kompres kubis sebesar 1,87.
- 4) Penurunan nilai rata rata skala nyeri pembengkakan payudara sebelum dan sesudah diberikan kompres aloe vera lebih besar dibandingkan kompres kubis sehingga pemberian kompres aloe vera lebih efektif untuk mengurangi skala nyeri pembengkakan payudara pada ibu nifas.
- 5) Terdapat perbedaan nyeri pembengkakan payudara pada kompres aloe vera dan kubis dengan nilai *p-value* 0,016.

## 5.2 Saran

- 1) Bidan dapat memberikan asuhan komplementer pada ibu nifas dengan Nyeri Pembengkakan payudara dengan kompres aloe vera pada payudara selama 20 menit di lakukan 3 kali sehari dalam 14 hari. Kompres kubis 30 enit dilaukan 3 kali sehari selama 14 hari.
- 2) Bidan dapat memberikan penyuluhan pada ibu nifas mengenai pencegahan nyeri bengkak payudara dan cara mengatasi nyeri bengkak payudara baik dengan kompres aloe vera maupun dengan kompres kubis.
- 3) Untuk penelitian selanjutnya dapat mengembangkan keilmuan agar tercipta terapi komplementer lain yang dapat menurunkan pembengkakan payudara ibu nfas.

