

PENGARUH TERAPI KOMPRES GEL *ALOE VERA* TERHADAP BENDUNGAN ASI DAN NYERI PAYUDARA PADA IBU POSTPARTUM SPONTAN

Esti Awaliah Nugraha Putri

Abstrak

Bendungan ASI dan Nyeri payudara merupakan masalah umum yang dijumpai di kalangan ibu postpartum, khususnya saat awal menyusui yang dapat menimbulkan rasa kurang nyaman dan menghambat proses menyusui. Terapi kompres gel *aloe vera* merupakan salah satu teknik non farmakologis yang dapat diaplikasikan untuk masalah bendungan ASI dan nyeri payudara. Penelitian dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui efektifitas kompres gel *aloe vera* dalam menurunkan skala bendungan ASI dan nyeri payudara pada ibu postpartum spontan. Metode penelitian menggunakan *Quasi Eksperiment* dengan desain *one group pre post test* yang melibatkan 32 responden. Penurunan skala bendungan ASI ditunjukkan dengan rata-rata *pretest* dan *posttest* dari 4,50 menjadi 1,91. Penurunan skala nyeri juga terlihat dari hasil rata-rata *pretest* dan *posttest* dari 4,88 menjadi 1,22. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai *p* value 0,001 ($p < 0,005$) yang mengindikasikan terdapat pengaruh secara signifikan terapi kompres gel *aloe vera* terhadap bendungan ASI dan Nyeri payudara. Diharapkan ibu postpartum dapat mengaplikasikan terapi kompres gel *aloe vera* sebagai tindakan untuk mengurangi bendungan ASI dan nyeri payudara.

Kata Kunci: Bendungan ASI, Kompres gel *aloe vera*, Nyeri payudara, Postpartum

THE EFFECT OF ALOE VERA GEL COMPRESS THERAPY ON BREAST ENGORGEMENT AND BREAST PAIN IN SPONTANEOUS POSTPARTUM MOTHER

Esti Awaliah Nugraha Putri

Abstract

Breast engorgement and breast pain are common problems encountered among postpartum mothers, especially during early breastfeeding which can cause discomfort and hinder the breastfeeding process. Aloe vera gel compress therapy is one non pharmacological technique that can be applied to treat breast engorgement and breast pain. This study was conducted to determine the effectiveness of aloe vera gel compresses in reducing the scale of breast engorgement and breast pain in spontaneous postpartum mothers. The research method used a quasi experimental design with a one group pre post test involving 32 respondents. The reduction in the breast engorgement scale was shown by the average pretest and posttest scores from 4,50 to 1,91 (p value). A decrease in the pain scale was also seen from the average pretest and posttest results from 4,88 to 1,22 (p value). The Wilcoxon test results showed a p value of 0,001 ($p < 0,005$) indicating that there was a significant effect of aloe vera gel compress therapy on breast engorgement and breast pain. Hopefully, postpartum mothers can apply aloe vera gel compress therapy as a measure to reduce breast engorgement and breast pain.

Keywords: *Aloe vera gel compress, breast engorgement, breast pain, postpartum*