



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

SKRIPSI

ESTI AWALIAH NUGRAHA PUTRI

2210711091

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA

2026



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

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Keperawatan**

**ESTI AWALIAH NUGRAHA PUTRI
2210711091**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
2026**

LEMBAR ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan semua sumber yang dikutip
maupun dirujuk telah saya nyatakan benar

Nama : Esti Awaliah Nugraha Putri

NIM : 2210711091

Tanggal : 29 Desember 2025

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan
ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang
berlaku.

Jakarta, 29 Desember 2025

Yang menyatakan,



(Esti Awaliah Nugraha Putri)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta,
saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Esti Awaliah Nugraha Putri

NIM : 2210711091

Fakultas : ilmu Kesehatan

Program Studi : Keperawatan Program Sarjana

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (Non-exclusive Royalty Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul: Pengaruh Terapi Kompres Gel *Aloe Vera* Terhadap Bendungan ASI dan Nyeri Payudara Pada Ibu Postpartum Spontan.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap menyantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 29 Desember 2025

Yang Menyatakan



(Esti Awaliah Nugraha Putri)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Esti Awaliah Nugraha Putri
NIM : 2210711091
Program Studi : SI Keperawatan
Judul : Pengaruh Terapi Kompres Gel *Aloe Vera* Terhadap
Bendungan ASI Dan Nyeri Payudara Pada Ibu Postpartum
Spontan

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Keperawatan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.

Jakarta, 29 Desember 2025
Penguji I


Ns. Dora Samaria, M.Kep
NIP. 198807202018032001

Penguji II


Desmawati, S.Kp., M.Kep, Sp.Kep.Mat., Ph.D
NIP. 197602142021212005

Penguji III


Ns. Lina Ayu Marcelina, M.Kep, Sp. Kep. Mat
NIP. 199003292025212051

Mengetahui,

Koordinator Program Studi
Keperawatan Program Sarjana



Dr. Ir. Henry Binsar Hamonangan Sitorus, S.T., M.T.
NIP. 197212191999031002


Ns. Gamya Tri Utami, S.Kep., M.Kep
NIP. 198105202008122003

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*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi ini yang berjudul “Pengaruh Terapi Kompres Gel *Aloe Vera* Terhadap Bendungan ASI Dan Nyeri Payudara Pada Ibu Postpartum Spontan” dengan baik dan tepat waktu. Proposal skripsi ini dapat diselesaikan berkat bimbingan dan masukkan kepada penulis, untuk itu penulis mengucapkan terimakasih kepada Prof. Dr. Anter Venus, MA, Comm selaku Rektor UPN Veteran Jakarta, Dr. Ir. Henry Binsar Hamonangan Sitorus, S.T., M.T. selaku Plt Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan, Ns. Cut Sarida Pompey, MNS selaku ketua Jurusan Keperawatan, Ns. Gamy Tri Utami, S.Kep., M.Kep selaku ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana, Ns. Dora Samaria., M.Kep selaku dosen penguji 1, Desmawati, SKp., M.Kep., Sp.Mat., PhD selaku dosen penguji 2, serta Ns. Lina Ayu Marcelina., M.Kep, Sp. Kep. Mat selaku dosen penguji 3 sekaligus dosen pembimbing yang telah membimbing penulis dengan penuh ketelitian.

Selain itu, ucapan terimakasih saya sampaikan kepada ibu, bapak, adik, serta teman-teman yang tidak henti hentinya memberikan penulis semangat dan doa.

Jakarta, 14 Desember 2025

Penulis

Esti Awaliah Nugraha Putri

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI.....	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR SKEMA	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
 BAB I PENDAHULUAN	 1
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Rumusan Masalah	5
I.3 Tujuan	6
I.4 Manfaat	6
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	 8
II.1 Konsep Postpartum	8
II.2 Bendungan ASI	13
II.3 Nyeri Payudara.....	16
II.5 Kompres Gel <i>Aloe Vera</i>	19
II.7 Penelitian Terdahulu	24
 BAB III METODE PENELITIAN.....	 29
III.1 Kerangka Konsep.....	29
III.2 Hipotesis Penelitian.....	30
III.3 Definisi Operasional.....	30
III.4 Desain Penelitian.....	32
III.5 Populasi dan Sampel Penelitian	32
III.6 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	34
III.7 Instrumen Penelitian.....	34
III.8 Metode Pengumpulan Data	35
III.9 Uji Validitas dan Reliabilitas	40
III.10 Analisa Data	41
III.11 Etika Penelitian	42
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	 44
IV.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	44
IV.2 Proses Penelitian	44
IV.3 Hasil Penelitian	45
IV.4 Pembahasan.....	49

BAB V PENUTUP	56
V.1 Kesimpulan.....	56
V.2 Saran.....	56
DAFTAR PUSTAKA.....	58
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Kandungan dan Manfaat Gel Aloe vera	19
Tabel 2	Penelitian Terdahulu.....	24
Tabel 3	Definisi Operasional.....	30
Tabel 4	Analisis Univariat.....	41
Tabel 5	Analisis Bivariat	42
Tabel 6	Hasil Uji Normalitas.....	45
Tabel 7	Distribusi Frekuensi karakteristik responden berdasarkan usia (n=32) 46	
Tabel 8	Distribusi Frekuensi karakteristik responden berdasarkan pendidikan (n=32)	46
Tabel 9	Distribusi Frekuensi karakteristik responden berdasarkan Pekerjaan (n=32)	47
Tabel 10	Distribusi Frekuensi karakteristik responden berdasarkan Paritas (n=32)	47
Tabel 11	Hasil Uji Wilcoxon Pengaruh Terapi kompres gel aloe vera terhadap Bendungan ASI pada ibu postpartum spontan sebelum dan sesudah intervensi.....	48
Tabel 12	Hasil Uji Wilcoxon Pengaruh Terapi kompres gel aloe vera terhadap nyeri payudara pada ibu post partum spontan sebelum dan sesudah intervensi.....	48

DAFTAR SKEMA

Skema 1	Kerangka Teori.....	23
Skema 2	Kerangka Konsep	29
Skema 3	Alur Intervensi.....	38

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Six Point Engorgement Scale(Humenick, 1994).....	17
Gambar 2	Numeric Rating Scale	18
Gambar 3	Alat dan Bahan kompres Gel Aloe Vera	21
Gambar 4	Gel Aloe Vera Alami.....	36
Gambar 5	Gel Aloe Vera Siap Pakai.....	36

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Persetujuan Sidang Skripsi
- Lampiran 2 Surat Izin Penelitian dan Pengambilan Data Puskesmas
- Lampiran 3 Surat Izin Rekomendasi KESBANGPOL
- Lampiran 4 Surat Izin Dinas Kesehatan
- Lampiran 5 Lembar Penjelasan Sebelum Persetujuan
- Lampiran 6 Informed Consent
- Lampiran 7 Kuesioner Demografi
- Lampiran 8 Kuesioner Six Point Engorgement Scale
- Lampiran 9 Kuesioner Numeric Rating Scale
- Lampiran 10 Permohonan izin penggunaan instrument Penelitian Six Point
Engorgment Scale
- Lampiran 11 SOP Terapi Kompres Gel Aloe Vera
- Lampiran 12 Ethical Clereance
- Lampiran 13 Hasil Analisis Data
- Lampiran 14 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 15 Kartu Monitoring Bimbingan
- Lampiran 16 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 17 Hasil Uji Turnitin