



SKRIPSI

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN *BREAST MASK*
EKSTRAK ALOE VERA DAN EKSTRAK KUBIS
UNTUK MENGURANGI PEMBENGKAKAN
PAYUDARA PADA IBU POST PARTUM DI RSUD
DR. SOEKARDJO KOTA TASIKMALAYA TAHUN 2025**

Desy Agustini
NIM: P20624324083

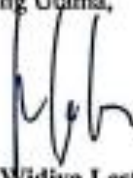
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN

**JURUSAN KEBIDANAN
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
2025**

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing untuk dipresentasikan.

Pembimbing Utama,



Dr. Meti Widiya Lestari, SST, M.Keb.
NIP. 198112222002122001

Tanggal : 17 NOVEMBER 2025

Pembimbing Pendamping,



Dita Eka Mardiani, SST, M.Keb
NIP. 199010252014022002

Tanggal : 24 NOVEMBER 2025

LEMBAR PENGESAHAN

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN *BREAST MASK* EKSTRAK ALOE
VERA DAN EKSTRAK KUBIS UNTUK MENGURANGI
PEMBENGKAKAN PAYUDARA PADA IBU POST
PARTUM DI RSUD DR. SOEKARDJO KOTA
TASIKMALAYA TAHUN 2025**

**Desy Agustini
NIM.P20.62.43.24.083**

Skripsi ini dipertahankan di hadapan Tim Penguji pada tanggal, 03 Desember 2025

Ketua Penguji,



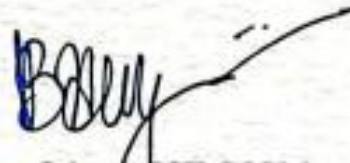
**Dr. Meti Widiya Lestari, SST, M. Keb
NIP. 198112222002122001**

Anggota Penguji I



**Yanti Cahyati, S. Kep, Ners, M. Kep
NIP. 197605251998030001**

Anggota Penguji II



**Bayu Irianti, SST, M.Keb
NIP. 198702262019022001**

Disahkan,

Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Tasikmalaya,



**Dede Gantini, SST., M. Keb
NIP. 198010202002122003**

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya penulis sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah penulis nyatakan dengan benar.

Nama : Desy Agustini

NIM : P20624324083

Tanda Tangan : 

Tanggal : 10 Desember 2025

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai Sivitas Akademika Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya, saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Desy Agustini

NIM : P2.06.24.3.24.083

Prodi : Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Alih Jenjang

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalti Free Right*) atas Skripsi saya yang berjudul:

Efektivitas Pemberian Breast Mask Ekstrak Aloe Vera dan Ekstrak Kubis untuk Mengurangi Pembengkakan Payudara pada Ibu Post Partum di RSUD Dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya Tahun 2025

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini, Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya berhak menyimpan, mengalihmedia/memformatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta/inventor.

Tasikmalaya,
Yang Menyatakan,


Desy Agustini

EFEKTIVITAS PEMBERIAN BREAST MASK EKSTRAK ALOE VERA DAN EKSTRAK KUBIS UNTUK MENGURANGI PEMBENGKAKAN PAYUDARA PADA IBU POST PARTUM DI RSUD DR. SOEKARDJO KOTA TASIKMALAYA TAHUN 2025

Desy Agustini
Politeknik Kesehatan Tasikmalaya
Jurusan Kebidanan Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan

Email:

INTISARI

Pembengkakan payudara pada ibu post partum merupakan masalah umum yang dapat menimbulkan rasa nyeri, ketidaknyamanan, hingga menghambat kelancaran pemberian ASI, namun penanganan yang efektif dan aman masih sering diabaikan. Di RSUD Dr. Soekardjo, kasus pembengkakan payudara masih dijumpai pada ibu nifas, yang menunjukkan perlunya intervensi non-farmakologis dalam mendukung manajemen laktasi. Penggunaan breast mask ekstrak Aloe vera dan kubis dipandang sebagai metode alternatif alami yang mudah diaplikasikan, aman, serta berpotensi efektif dalam menurunkan pembengkakan payudara pada ibu post partum.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pemberian *Breast Mask* ekstrak aloe vera dan ekstrak kubis untuk mengurangi nyeri akibat pembengkakan payudara pada ibu post partum di RSUD Dr. Soekardjo Tahun 2025.

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan desain *quasi experiment* dengan *with control group pretest-posttest design*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria inklusi dan eksklusi didapatkan jumlah sample 50 orang.

Hasil penelitian menunjukkan rata-rata skor pembengkakan payudara pada ibu post partum sebelum diberikan breast mask ekstrak aloe vera dan kubis adalah 2,64, kemudian menurun menjadi 1,20 setelah intervensi. Sementara itu, rata-rata skor sebelum diberikan kompres hangat adalah 3,20, dan menurun menjadi 1,48 setelah intervensi. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan bahwa kedua intervensi tersebut efektif dalam menurunkan pembengkakan payudara dengan $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$. Selain itu, hasil uji Mann-Whitney menunjukkan adanya perbedaan efektivitas antara breast mask ekstrak aloe vera dan kubis dengan kompres hangat dalam menurunkan pembengkakan payudara pada ibu post partum dengan $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$.

Breast mask ekstrak aloe vera dan kubis terbukti lebih efektif dibandingkan kompres hangat dalam menurunkan pembengkakan payudara pada ibu post partum, karena kombinasi kandungan anti-inflamasi dan efek menenangkan mampu mengurangi nyeri, memberikan rasa nyaman, serta mendukung keberhasilan menyusui secara optimal.

Kata Kunci: Aloe vera, Breast mask, Kubis, Pembengkakan payudara

***THE EFFECTIVENESS OF BREAST MASK WITH ALOE VERA AND
CABBAGE EXTRACTS IN REDUCING BREAST ENGORGEMENT AMONG
POSTPARTUM MOTHERS AT DR. SOEKARDJO GENERAL HOSPITAL,
TASIKMALAYA, 2025***

Desy Agustini
Tasikmalaya Ministry of Health Polytechnic
Midwifery Department Applied Undergraduate Study Program

Email:

ABSTRACT

Breast engorgement is a common problem experienced by postpartum mothers, causing pain, discomfort, and even hindering the success of breastfeeding. However, effective and safe management is often overlooked. At Dr. Soekardjo General Hospital, breast engorgement cases are still frequently found among postpartum mothers, indicating the need for non-pharmacological interventions to support lactation management. The application of a breast mask with Aloe vera and cabbage extracts is considered a natural, safe, and practical alternative method that has the potential to reduce breast engorgement.

This study aimed to determine the effectiveness of breast mask with Aloe vera and cabbage extracts in reducing pain due to breast engorgement among postpartum mothers at Dr. Soekardjo General Hospital in 2025. The research used a quantitative approach with a quasi-experimental design, namely a pretest-posttest with control group design. A purposive sampling technique was applied with inclusion and exclusion criteria, resulting in a total of 50 respondents.

The results showed that the mean score of breast engorgement before the intervention with Aloe vera and cabbage breast mask was 2.64, which decreased to 1.20 after the intervention. Meanwhile, the mean score before warm compress was 3.20, decreasing to 1.48 after the intervention. Wilcoxon test revealed that both interventions were effective in reducing breast engorgement with a $p\text{-value} = 0.000 < 0.05$. Furthermore, the Mann-Whitney test indicated a significant difference in effectiveness between Aloe vera and cabbage breast mask and warm compress, with a $p\text{-value} = 0.000 < 0.05$.

The findings conclude that breast mask with Aloe vera and cabbage extracts is more effective than warm compress in reducing breast engorgement among postpartum mothers, as its combination of anti-inflammatory properties and soothing effects helps relieve pain, provides comfort, and supports the success of exclusive breastfeeding.

Keywords: Aloe vera, Breast mask, Breast engorgement, Cabbage, Postpartum mothers

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah Rabbil'aalamiin, dengan segala kerendahan hati, penulis panjatkan puji dan syukur ke Hadirat Allah SWT, karena atas Rahmat serta Hidayah-Nya, penulis telah menyelesaikan skripsi yang berjudul “Efektivitas Pemberian *Breast Mask* Aloe Vera untuk Mengurangi Nyeri Akibat Pembengkakan Payudara pada Ibu Post Partum di RSUD Dr. Soekardjo Tahun 2025”.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi ketentuan kegiatan penyusunan skripsi sebagai syarat memperoleh gelar Sarjana Terapan Kebidanan pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Alih Jenjang. skripsi ini terwujud atas bimbingan, arahan dan bantuan dari berbagai pihak yang tak bisa disebutkan satu persatu. Pada kesempatan ini, penulis menyampaikan penghargaan dan terimakasih kepada:

1. Dr. Dini Mariani, S.Kep.,Ners.,M.Kep selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya;
2. Dr. Yati Budiarti, SST.,M.Keb selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya;
3. Dede Gantini, SST.,M.Keb selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan dan Profesi Kebidanan;
4. Dr. Meti Widiya Lestari, SST, M.Keb selaku Pembimbing Utama yang telah memberikan bimbingan, arahan dan masukan kepada penulis.
5. Dita Eka Mardiani, SST, M.Keb selaku Pembimbing Pendamping yang telah memberikan bimbingan, arahan dan masukan kepada penulis.

Penulis menyadari skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan masukan, kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak.

Tasikmalaya, Desember 2025

Penulis

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
INTISARI	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian	5
1. Tujuan Umum	5
2. Tujuan Khusus	5
D. Manfaat Penelitian	6
1. Aspek Teoritis	6
2. Aspek Praktis	6
E. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II	10

KAJIAN TEORI	10
A. Kajian Pustaka	10
1. Ibu Post Partum.....	10
2. Pembengkakan Payudara (<i>Breast Engorgement</i>).....	13
3. <i>Breast Mask</i>	20
4. Ekstrak Aloe Vera	24
5. Ekstrak Kubis (<i>Brassica oleracea</i>)	28
6. Kombinasi <i>Breast Mask</i> dengan Ekstrak Aloe Vera dan Kubis	32
B. Kerangka Teori	36
C. Kerangka Konsep.....	36
D. Hipotesis	37
BAB III.....	38
METODE PENELITIAN	38
A. Jenis dan Desain Penelitian	38
B. Subjek Penelitian.....	39
1. Populasi	39
2. Sampel.....	39
C. Waktu dan Tempat Penelitian	41
D. Variabel Penelitian.....	42
1. Variabel Independen	42
2. Variabel Dependen.....	42
E. Definisi Operasional.....	42
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	43
1. Data primer.....	43
2. Data Sekunder	43

G. Alat Ukur atau Instrumen.....	44
H. Langkah-Langkah Penelitian.....	45
1. Persiapan Penelitian	45
2. Pelaksanaan Penelitian	46
3. Tahap Akhir Penelitian	47
I. Teknik Pengelolaan Data.....	48
J. Analisa Data.....	50
K. Etika Penelitian	52
BAB IV	54
HASIL DAN PEMBAHASAN	54
A. Hasil Penelitian.....	54
1. Analisis Univariat	54
2. Analisis Bivariat.....	56
B. Pembahasan	60
1. Pembengkakan Payudara Sebelum Dan Sesudah Diberikan Breast Mask Ekstrak Aloe Vera Dan Ekstrak Kubis Pada Ibu Post Partum di RSUD Dr. Soekardjo	60
2. Pembengkakan Payudara Sebelum Dan Sesudah Diberikan Kompres Hangat Pada Ibu Post Partum di RSUD Dr. Soekardjo	62
3. Efektivitas Pemberian Breast Mask Ekstrak Aloe Vera Dan Ekstrak Kubis Dalam Menurunkan Pembengkakan Payudara Pada Ibu Post Partum di RSUD Dr. Soekardjo.....	64
4. Efektivitas Pemberian Kompres Hangat Dalam Menurunkan Pembengkakan Payudara Pada Ibu Post Partum di RSUD Dr. Soekardjo.....	67
5. Perbandingan Efektivitas Antara Breast Mask Ekstrak Aloe Vera Dan Ekstrak Kubis Dengan Kompres Hangat Dalam Menurunkan Pembengkakan Payudara Pada Ibu Post Partum di RSUD Dr. Soekardjo.....	70

BAB V.....	74
KESIMPULAN DAN SARAN	74
A. Kesimpulan	74
B. Saran	75
DAFTAR PUSTAKA.....	77
LAMPIRAN.....	82

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1. Keaslian Penelitian.....	8
Tabel 3. 1. Definisi Operasional	42
Tabel 4. 1. Distribusi Frekuensi data Pembengkakan Payudara Sebelum Dan Sesudah Diberikan Breast Mask Ekstrak Aloe Vera Dan Ekstrak Kubis	55
Tabel 4. 2. Distribusi Frekuensi data Pembengkakan Payudara Sebelum Dan Sesudah Diberikan Kompres Hangat	56
Tabel 4. 3. Hasil Analisis Uji Wilcoxon Efektivitas Pemberian Breast Mask Ekstrak Aloe Vera Dan Ekstrak Kubis Dalam Menurunkan Pembengkakan Payudara	57
Tabel 4. 4. Hasil Analisis Uji Wilcoxon Efektivitas Pemberian Kompres Hangat Dalam Menurunkan Pembengkakan Payudara	58
Tabel 4. 5. Hasil Analisis Uji Man Witney Perbandingan Efektivitas Antara Breast Mask Ekstrak Aloe Vera Dan Ekstrak Kubis Dengan Kompres Hangat Dalam Menurunkan Pembengkakan Payudara	59

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori.....	36
Gambar 2. Kerangka Konsep	36

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Permohonan Izin Penelitian
- Lampiran 2. Surat Balasan Izin Penelitian
- Lampiran 3. Surat Izin Etik Penelitian
- Lampiran 4. Lembar Bimbingan Skripsi
- Lampiran 5. *Informed Consent*
- Lampiran 6. SOP
- Lampiran 7. Master Tabel
- Lampiran 8. Output SPSS
- Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian