

## MANFAAT KOMPRES ALOE VERA UNTUK MENGURANGI NYERI PEMBENGGKAKAN PAYUDARA PADA IBU MENYUSUI

Siti Marfuah<sup>1</sup> Winarni<sup>2</sup> [202322243.students@aiska-university.ac.id](mailto:202322243.students@aiska-university.ac.id)

[Bunda.aya06@aiska-university.ac.id](mailto:Bunda.aya06@aiska-university.ac.id)

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

### RINGKASAN

**Latar belakang:** Pembengkakan payudara merupakan suatu kondisi fisiologis yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan pembengkakan dan nyeri pada payudara yang terjadi akibat peningkatan volume ASI, penundaan pemberian ASI, perlekatan yang kurang baik saat menyusui, kurang sering menyusui dan pembatas pemberian ASI. Salah satu cara yang dapat mengurangi nyeri pembengkakan payudara yaitu dengan kompres aloe vera yang memiliki khasiat obat. Dalam lidah buaya memiliki kandungan antrakuinon yang mengandung aloin dan emodin sebagai analgetik pereda nyeri, kandungan air yang sangat banyak dan saponin sebagai antipiretik untuk menurunkan demam dan salisilat untuk meredakan peradangan. **Tujuan:** Pembuatan media KIE bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu nifas tentang nyeri pembengkakan payudara dan cara penanganannya secara non farmakologis dengan menggunakan jel lidah buaya. **Metode:** Menggunakan media buku saku untuk memberikan pendekatan Komunikasi Informasi dan Edukasi (KIE) yang dibuat menggunakan aplikasi Canva. **Hasil:** Dalam uji coba yang dilakukan, menunjukkan bahwa buku saku ini sangat bermanfaat untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang manfaat kompres aloe vera untuk mengurangi nyeri pembengkakan payudara. **Kesimpulan:** Penggunaan media buku saku ini dibuat agar dapat bermanfaat sebagai media edukasi dan menjadi sumber pengetahuan bagi ibu nifas tentang manfaat kompres aloe vera untuk mengurangi nyeri pembengkakan payudara.

**Kata Kunci:** Ibu Nifas, Kompres Lidah Buaya, Pembengkakan Payudara.