

## Kombinasi Aloe Vera Dan Edukasi Self-Care Kulit dalam Penurunan Pruritus pada Pasien Psoriasis: Studi Kasus

### *The Combination of Aloe Vera and Skin Self-Care Education in Reducing Pruritus in Psoriasis Patients: A Case Study*

Zakiya Fajri Wahyudi<sup>1\*</sup>, Edi Purwanto<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Jurusan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Malang, Indonesia

#### INFO ARTIKEL

Submitted:  
31 April 2026  
Accepted:  
28 Mei 2026  
Publish Online:  
31 Mei 2026

#### Kata Kunci:

psoriasis, pruritus, Aloe vera, Self-care kulit, sPGA, 12-PSS

#### Keywords:

psoriasis, pruritus, Aloe vera, skin Self-care, sPGA, 12-PSS.

This is an open access article under the [CC BY-SA](#) license



#### Abstrak

**Latar belakang:** Psoriasis merupakan penyakit kulit inflamasi kronis yang sering disertai pruritus sehingga mengganggu kenyamanan dan kualitas hidup pasien. Aloe vera dan edukasi Self-care kulit dapat digunakan sebagai terapi komplementer untuk membantu mengurangi keluhan pruritus. **Tujuan:** Studi kasus ini bertujuan mendeskripsikan perubahan tingkat pruritus pada pasien psoriasis setelah pemberian Aloe vera dan edukasi self-care kulit selama tiga minggu. **Metode:** Penelitian studi kasus dengan pendekatan one-subject pre-post intervention pada seorang perempuan usia 43 tahun dengan psoriasis dan pruritus. Intervensi berupa aplikasi gel Aloe vera 3 kali sehari dan edukasi Self-care kulit selama 3 minggu. Evaluasi menggunakan Self-care Diary, NRS, 12-PSS, dan sPGA. **Hasil:** Setelah intervensi, skor pruritus NRS menurun dari 7 (gatal berat) menjadi 2 (gatal ringan). Skor 12-PSS menurun dari 24 (sedang) menjadi 13 (ringan). Skor sPGA juga menurun dari 4 (marked) menjadi 1 (almost clear), yang menunjukkan adanya perbaikan klinis pada lesi kulit. Selain itu, terjadi peningkatan kualitas tidur, penurunan frekuensi garukan, serta meningkatnya kepatuhan pasien dalam melakukan self-care kulit. **Kesimpulan:** Kombinasi pemberian Aloe vera dan edukasi self-care kulit menunjukkan penurunan skor pruritus dan perbaikan kondisi klinis pasien psoriasis dalam waktu relatif singkat, sehingga berpotensi menjadi terapi komplementer dalam asuhan keperawatan.

#### Abstract

**Background:** Psoriasis is a chronic inflammatory skin disease often accompanied by pruritus, thus disrupting the comfort and quality of life of patients. Aloe vera and skin self-care education can be used as complementary therapy to help reduce pruritus complaints. **Objective:** This case study aims to describe changes in the level of pruritus in psoriasis patients after administration of Aloe vera and skin self-care education for three weeks. **Method:** A case study study with a one-subject pre-post intervention approach in a 43-year-old woman with psoriasis and pruritus. The intervention was the application of Aloe vera gel 3 times a day and skin self-care education for 3 weeks. Evaluation used Self-care Diary, NRS, 12-PSS, and sPGA. **Results:** After the intervention, the NRS pruritus score decreased from 7 (severe itching) to 2 (mild itching). The 12-PSS score decreased from 24 (moderate) to 13 (mild). The sPGA score also decreased from 4 (marked) to 1 (almost clear), indicating clinical improvement in skin lesions. Furthermore, there was improved sleep quality, decreased scratching frequency, and increased patient compliance with skin self-care practices. **Conclusion:** The combination of Aloe vera and skin self-care education showed a decrease in pruritus scores and improvement in the clinical condition of psoriasis patients in a relatively short time, thus potentially becoming a complementary therapy in treatment.

#### ✉ Corresponding Author:

Edi Purwanto  
Faculty of Health Sciences, Universitas Muhammadiyah Malang, Indonesia.  
Telp. 081216122117  
Email: purwa\_edi@umm.ac.id

## PENDAHULUAN

Psoriasis merupakan penyakit inflamasi kronis yang dimediasi oleh sistem imun dan ditandai dengan adanya peradangan kulit, hiperproliferasi keratinosit, serta pembentukan plak eritematosa bersisik (Rodriguez-Le Roy et al., 2022). Penyakit ini tidak hanya berdampak pada

kulit, tetapi juga berkaitan dengan peningkatan risiko komorbiditas seperti artritis psoriatik, sindrom metabolik, dan penyakit kardiovaskular. Selain itu, psoriasis sering menimbulkan keluhan subjektif berupa pruritus, rasa tidak nyaman, gangguan tidur, serta gangguan psikososial yang pada akhirnya menurunkan kualitas hidup pasien secara signifikan (Dyah et al., 2021).

Berdasarkan studi systematic review dan meta-analysis, sekitar 81% negara di dunia belum memiliki data epidemiologi psoriasis yang memadai. Insidensi psoriasis pada populasi dewasa menunjukkan variasi yang luas, yaitu berkisar antara 30,3 per 100.000 orang per tahun di Taiwan hingga 321,0 per 100.000 orang per tahun di Italia (Parisi et al., 2020). Prevalensi psoriasis juga bervariasi antar wilayah, dengan angka terendah di Asia Timur sebesar 0,14% dan tertinggi di Australia sebesar 1,99%. Selain itu, prevalensi relatif tinggi juga ditemukan di Eropa Barat (1,92%), Eropa Tengah (1,83%), Amerika Utara (1,50%), serta Amerika Latin Selatan berproduksi tinggi (1,10%). Variasi ini menunjukkan bahwa psoriasis lebih sering ditemukan di negara dengan tingkat ekonomi tinggi dan populasi usia lanjut (Mohammed Ibrahim et al., 2024).

Di Indonesia, data terkait psoriasis masih terbatas dan belum terlaporkan secara menyeluruh. Namun, studi yang dilakukan di Poliklinik Kulit dan Kelamin RSUD Bali Mandara Denpasar periode 2020–2022 menunjukkan bahwa psoriasis vulgaris merupakan tipe yang paling banyak ditemukan dengan proporsi sebesar 85,5%, diikuti oleh guttate psoriasis (7,2%), seborrheic psoriasis (6,0%), dan pustular psoriasis (1,2%) (Margha & Rinawati, 2023). Psoriasis paling sering terjadi pada kelompok usia produktif hingga lanjut (20–60 tahun), dengan distribusi kejadian yang relatif seimbang antara laki-laki dan perempuan. Hal ini menunjukkan bahwa psoriasis berpotensi memberikan dampak besar terhadap produktivitas dan kualitas hidup masyarakat (Norlin et al., 2020). Selain terapi farmakologis, diperlukan intervensi komplementer yang aman, mudah diterapkan, dan ekonomis untuk membantu mengurangi keluhan pruritus pada pasien psoriasis. Aloe vera diketahui memiliki efek antiinflamasi, melembapkan kulit, serta membantu mengurangi iritasi dan rasa gatal (Strober et al., 2025). Sementara itu, edukasi Self-care kulit penting untuk meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan pasien dalam menjaga kelembapan kulit, menghindari faktor pencetus, serta melakukan perawatan kulit secara mandiri dan berkelanjutan. Kombinasi kedua intervensi ini penting diteliti karena tidak hanya berfokus pada perbaikan gejala fisik, tetapi juga mendukung perubahan perilaku perawatan diri pasien (Dyah et al., 2021). Hingga saat ini, penelitian maupun studi kasus yang mengkaji kombinasi pemberian Aloe vera dan edukasi Self-care kulit pada pasien psoriasis, khususnya di Indonesia masih terbatas, sehingga diperlukan kajian lebih lanjut untuk mengetahui efektivitasnya lebih dalam (Jales et al., 2022).

Gejala utama yang paling sering dikeluhkan oleh pasien psoriasis adalah pruritus. Pruritus yang tidak terkontrol dapat menyebabkan pasien sering menggaruk, sehingga memperparah kerusakan kulit, meningkatkan risiko infeksi sekunder, serta memperlambat proses penyembuhan (Tominaga & Takamori, 2022). Selain itu, pruritus juga berkontribusi terhadap gangguan tidur, kelelahan, serta stres psikologis yang memperburuk kondisi penyakit melalui mekanisme neuroimunologis (Ko et al., 2023). Oleh karena itu, penatalaksanaan psoriasis perlu dilakukan secara komprehensif, tidak hanya berfokus pada terapi farmakologis, tetapi juga melalui pendekatan nonfarmakologis yang aman, mudah diterapkan, dan berkelanjutan (Novena & Ariani, 2021). Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan adalah pemanfaatan Aloe vera (Srivastav et al., 2024). Tanaman ini diketahui memiliki kandungan antiinflamasi, antipruritus, serta kemampuan dalam meningkatkan hidrasi kulit, sehingga dapat membantu mengurangi rasa gatal dan memperbaiki kondisi lesi psoriasis (Maharani et al., 2025).

Edukasi Self-care kulit juga berperan penting dalam keberhasilan terapi, meliputi penggunaan pelembap, menghindari garukan, pemilihan pakaian yang nyaman, serta pengendalian faktor pencetus seperti stres, rokok, dan pola makan (Mohammed Ibrahim et al., 2024). Oleh karena itu, kombinasi pemberian Aloe vera dan edukasi Self-care kulit dipandang sebagai pendekatan komprehensif yang berpotensi efektif dalam menurunkan pruritus serta memperbaiki kondisi klinis pasien psoriasis. Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas kombinasi intervensi tersebut pada pasien psoriasis (Yosepina et al., 2024).

## METODE

### Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain studi kasus dengan pendekatan *one-subject pre-post intervention*, yaitu pengamatan terhadap satu subjek sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Desain ini digunakan untuk mendeskripsikan perubahan tingkat pruritus dan kondisi klinis lesi kulit pada pasien psoriasis setelah pemberian kombinasi Aloe vera dan edukasi self-care kulit. Penelitian ini bersifat deskriptif, sehingga hasil yang diperoleh tidak dimaksudkan untuk menggeneralisasi efektivitas intervensi pada seluruh pasien psoriasis, melainkan untuk menggambarkan perubahan klinis pada satu kasus yang diamati.

### Waktu dan Tempat

Penelitian dilaksanakan pada tanggal 18 Oktober hingga 8 November 2025 di Desa Bunut Wetan, Kecamatan Pakis, Kabupaten Malang.

### Populasi dan Sampel

Subjek dalam studi kasus ini adalah seorang pasien perempuan berusia 43 tahun dengan diagnosis medis psoriasis vulgaris disertai keluhan pruritus dermatologis. Pasien mengeluhkan gatal pada area siku kanan dan kulit kepala, disertai bercak kemerahan, plak menebal, dan skuama putih yang telah dirasakan kurang lebih selama enam bulan. Diagnosis psoriasis ditegakkan oleh tenaga medis berdasarkan hasil anamnesis dan pemeriksaan fisik klinis, dengan gambaran plak eritematosa berbatas tegas disertai skuama putih tebal pada area lesi.

Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi pasien dewasa dengan diagnosis psoriasis disertai pruritus, mampu berkomunikasi dengan baik, bersedia mengikuti seluruh rangkaian penelitian, dan tidak sedang menjalani terapi farmakologis selama periode intervensi. Kriteria eksklusi meliputi pasien yang memiliki riwayat alergi terhadap Aloe vera, mengalami infeksi kulit aktif, atau tidak mengikuti intervensi secara penuh.

### Instrumen penelitian

Pengukuran pruritus dilakukan menggunakan Numeric Rating Scale (NRS) dan 12-Item Pruritus Severity Scale (12-PSS). NRS menggunakan skala 0–10, di mana skor lebih tinggi menunjukkan intensitas gatal yang lebih berat (Chow et al., 2022). Sedangkan 12-PSS terdiri dari 12 item dengan skala 0–4, dengan total skor 0–48, di mana skor lebih tinggi menunjukkan tingkat pruritus yang lebih berat. Pada penelitian ini, instrumen 12-PSS menggunakan versi terjemahan bahasa Indonesia yang diadaptasi dari karya ilmiah Andri Dharmawan (2025) berjudul *Penerapan Terapi Aloe Vera pada Pasien Chronic Kidney Disease (CKD) dengan Masalah Keperawatan Gangguan Integritas Kulit/Jaringan di Rumah Sakit Amal Sebat Wonogiri*. Instrumen tersebut dipilih karena mudah digunakan, sederhana, dapat menggambarkan tingkat keparahan pruritus secara menyeluruh, serta mencakup aspek intensitas gatal, gangguan tidur, aktivitas sehari-hari, dan dampak emosional yang

juga sering dialami pasien psoriasis. Selain itu, instrumen ini dinilai praktis untuk digunakan dalam pemantauan klinis harian selama periode intervensi. Namun demikian, instrumen ini sebelumnya lebih banyak digunakan pada konteks pruritus kronis pasien CKD/hemodialisis, sehingga penerapannya pada pasien psoriasis dalam penelitian ini tetap mempertimbangkan keterbatasan validitas spesifik populasi.

Penilaian kondisi klinis lesi psoriasis dilakukan menggunakan *Static Physician's Global Assessment* (sPGA) yang telah banyak digunakan dalam evaluasi keparahan psoriasis dengan rentang skor 0–5. Penilaian sPGA dilakukan oleh peneliti yang telah memahami kriteria penilaian sPGA berdasarkan karakteristik eritema, ketebalan plak, dan skuama pada lesi psoriasis. Pengukuran dilakukan sebelum intervensi (minggu ke-0) dan setelah intervensi (minggu ke-3), disertai pemantauan harian menggunakan Self-care Diary untuk memonitor kepatuhan dan faktor pencetus yang dapat memengaruhi kondisi pasien. Namun demikian, karena penilaian sPGA dilakukan oleh peneliti dan bukan oleh dokter spesialis kulit, maka hal ini menjadi salah satu keterbatasan penelitian yang berpotensi menimbulkan bias subjektivitas dalam pengukuran kondisi klinis lesi psoriasis.

### Proses Pengumpulan Data

Intervensi diberikan selama 3 minggu dengan frekuensi harian menggunakan prosedur yang telah distandarkan untuk menjaga konsistensi pelaksanaan. Sebelum penelitian dilakukan, pasien telah diberikan penjelasan mengenai tujuan, prosedur, manfaat, serta risiko penelitian dan menyetujui keikutsertaan melalui informed consent. Kerahasiaan identitas dan data pasien dijaga selama penelitian berlangsung.

Intervensi yang diberikan berupa kombinasi pemberian gel Aloe vera dan edukasi self-care kulit. Aloe vera yang digunakan berasal dari gel alami 100% yang diperoleh dari daging daun Aloe vera segar, bukan produk komersial. Daun Aloe vera dicuci bersih menggunakan air mengalir, dikupas untuk memisahkan bagian kulit luar, kemudian gel bening dihaluskan dan ditempatkan dalam wadah steril sebelum digunakan. Gel disimpan pada suhu ruang dalam kondisi tertutup dan higienis untuk menjaga stabilitas dan kebersihan sediaan. Sebelum aplikasi pertama, dilakukan uji sensitivitas (patch test) pada area kulit kecil selama  $\pm 15$  menit untuk memastikan tidak terdapat reaksi alergi atau iritasi seperti kemerahan, rasa panas, gatal bertambah, atau dermatitis kontak.

Sebelum pengolesan Aloe vera, area lesi terlebih dahulu dibersihkan menggunakan NaCl 0,9% dan dikeringkan perlahan menggunakan kasa steril agar kulit tetap bersih dan mengurangi risiko iritasi. Gel Aloe vera kemudian dioleskan secara tipis dan merata pada area plak psoriasis atau area yang mengalami pruritus sebanyak kurang lebih 1–2 mL setiap aplikasi, disesuaikan dengan luas lesi kulit pasien. Pemberian dilakukan 2–3 kali sehari (pagi, siang/sore, dan malam). Gel didiamkan selama 15–20 menit agar meresap optimal dan tidak dibilas setelah aplikasi. Selama periode intervensi, pasien tetap diperbolehkan menggunakan pelembap tanpa pewangi sesuai edukasi self-care kulit, namun penggunaannya diberikan jeda setelah aplikasi Aloe vera untuk menghindari pencampuran langsung pada area lesi.

Frekuensi pemberian 2–3 kali sehari dipilih karena dinilai mampu mempertahankan kelembapan kulit, memberikan efek antiinflamasi dan antipruritus yang lebih optimal, serta sesuai dengan prosedur intervensi nonfarmakologis topikal pada perawatan kulit psoriasis (Mahboub et al., 2021; Herculano et al., 2023; Zhu et al., 2024). Selama periode intervensi tidak ditemukan efek samping bermakna dan pasien tidak melaporkan keluhan iritasi, kemerahan berat, rasa perih, maupun reaksi alergi setelah penggunaan Aloe vera.

Edukasi self-care kulit diberikan oleh peneliti sebanyak 4 sesi, yaitu pada tahap awal

sebelum intervensi dan dilanjutkan secara berkala setiap minggu selama periode penelitian dengan durasi sekitar 20–30 menit setiap sesi. Materi edukasi meliputi kebersihan kulit, penggunaan pelembap, pencegahan garukan, pemilihan pakaian yang nyaman, penghindaran faktor pencetus flare-up, serta pemantauan gejala secara mandiri melalui self-care diary. Evaluasi pemahaman dilakukan menggunakan metode teach-back untuk memastikan pasien memahami dan mampu menerapkan perawatan kulit secara mandiri. Kepatuhan penggunaan Aloe vera dan penerapan self-care diverifikasi melalui observasi langsung, catatan harian pasien pada self-care diary, serta evaluasi mingguan oleh peneliti selama periode intervensi.

### Analisis Data

Evaluasi dilakukan secara berkala melalui pencatatan Self-care Diary untuk memantau kepatuhan dan perkembangan kondisi pasien selama penelitian. Pengolahan data dilakukan dengan pencatatan raw data skor NRS, 12-PSS, dan sPGA menggunakan Microsoft Excel. Selanjutnya, analisis perubahan skor sebelum dan sesudah intervensi dilakukan secara deskriptif untuk melihat perbedaan tingkat pruritus dan kondisi klinis lesi. Hasil kemudian diinterpretasikan berdasarkan kategori masing-masing instrumen untuk menentukan efektivitas kombinasi pemberian Aloe vera dan edukasi Self-care kulit dalam menurunkan pruritus pada pasien psoriasis.

## HASIL

### Karakteristik Sampel

Subjek penelitian adalah Ny. S, perempuan berusia 43 tahun dengan diagnosis medis psoriasis vulgaris disertai pruritus dermatologis. Pasien mengeluhkan gatal pada siku dan kulit kepala disertai bercak kemerahan bersisik putih yang telah dirasakan kurang lebih selama 6 bulan. Awalnya keluhan muncul berupa kemerahan pada siku yang terasa gatal, kemudian lesi menjadi menebal dan bersisik putih menyerupai kerak. Keluhan serupa juga muncul pada kulit kepala disertai sisik dan penipisan rambut pada area tertentu. Gatal dirasakan hilang timbul dan memberat saat pasien menggaruk area lesi. Diagnosis psoriasis vulgaris ditegakkan berdasarkan gambaran klinis berupa plak eritematosa berbatas tegas disertai skuama putih tebal pada area siku dan kulit kepala, serta adanya keluhan pruritus kronis. Penegakan diagnosis dilakukan oleh tenaga medis berdasarkan hasil anamnesis dan pemeriksaan fisik klinis pasien. Area lesi utama ditemukan pada siku kanan dan kulit kepala dengan estimasi luas lesi terbatas ( $<10\%$  body surface area/BSA), sehingga termasuk kategori psoriasis ringan–sedang. Tanda-tanda vital pasien dalam batas normal dan tidak ditemukan riwayat penyakit penyerta yang bermakna.

Pasien sebelumnya pernah berobat ke puskesmas dan mendapatkan terapi salep topikal, namun pasien tidak mengingat nama obat yang diberikan. Pengobatan tidak dilanjutkan secara rutin karena pasien merasa keluhan hanya membaik sementara dan kurang memahami pentingnya terapi berkelanjutan pada psoriasis. Berdasarkan hasil wawancara, pasien tidak memiliki riwayat alergi terhadap bahan topikal tertentu, tidak memiliki riwayat konsumsi alkohol maupun merokok, serta tidak ditemukan riwayat infeksi akut sebelum munculnya keluhan. Namun, pasien mengaku keluhan gatal cenderung memberat saat mengalami kelelahan dan stres. Selama penelitian berlangsung, dokumentasi kondisi lesi sebelum dan sesudah intervensi dilakukan sebagai bagian dari evaluasi klinis dengan persetujuan pasien untuk menjaga aspek etik dan kerahasiaan data. Penelitian ini menggunakan desain studi kasus dengan pendekatan one subject pre–post intervention untuk menilai perubahan pruritus pada pasien psoriasis sebelum dan sesudah intervensi. Subjek penelitian adalah Ny. S, perempuan berusia 43 tahun dengan diagnosis medis psoriasis vulgaris disertai pruritus dermatologis. Pasien mengeluhkan gatal pada siku dan kulit kepala disertai bercak kemerahan bersisik putih

yang telah dirasakan kurang lebih selama 6 bulan. Awalnya keluhan muncul berupa kemerahan pada siku yang terasa gatal, kemudian lesi menjadi menebal dan bersisik putih menyerupai kerak. Keluhan serupa juga muncul pada kulit kepala disertai sisik dan penipisan rambut pada area tertentu. Gatal dirasakan hilang timbul dan memberat saat pasien menggaruk area lesi.

Diagnosis psoriasis vulgaris ditegakkan berdasarkan gambaran klinis berupa plak eritematosa berbatas tegas disertai skuama putih tebal pada area siku dan kulit kepala, serta adanya keluhan pruritus kronis. Penegakan diagnosis dilakukan oleh tenaga medis berdasarkan hasil anamnesis dan pemeriksaan fisik klinis pasien. Area lesi utama ditemukan pada siku kanan dan kulit kepala dengan estimasi luas lesi terbatas ( $<10\%$  body surface area/BSA), sehingga termasuk kategori psoriasis ringan–sedang. Tanda-tanda vital pasien dalam batas normal dan tidak ditemukan riwayat penyakit penyerta yang bermakna.

Pasien sebelumnya pernah berobat ke puskesmas dan mendapatkan terapi salep topikal, namun pasien tidak mengingat nama obat yang diberikan. Pengobatan tidak dilanjutkan secara rutin karena pasien merasa keluhan hanya membaik sementara dan kurang memahami pentingnya terapi berkelanjutan pada psoriasis. Berdasarkan hasil wawancara, pasien tidak memiliki riwayat alergi terhadap bahan topikal tertentu, tidak memiliki riwayat konsumsi alkohol maupun merokok, serta tidak ditemukan riwayat infeksi akut sebelum munculnya keluhan. Namun, pasien mengaku keluhan gatal cenderung memberat saat mengalami kelelahan dan stres. Selama penelitian berlangsung, dokumentasi kondisi lesi sebelum dan sesudah intervensi dilakukan sebagai bagian dari evaluasi klinis dengan persetujuan pasien untuk menjaga aspek etik dan kerahasiaan data. Foto dokumentasi hasil intervensi (Minggu 1-3) di Desa Bunut Wetan, Kecamatan Pakis, Kabupaten Malang Tahun 2026, digambarkan pada foto berikut :



**Gambar 1.** Foto dokumentasi hasil intervensi (Minggu 1 pre-intervensi)



**Gambar 2.** Foto dokumentasi hasil intervensi (Minggu 2-3 post-intervensi)

**Perubahan Skor Pruritus**

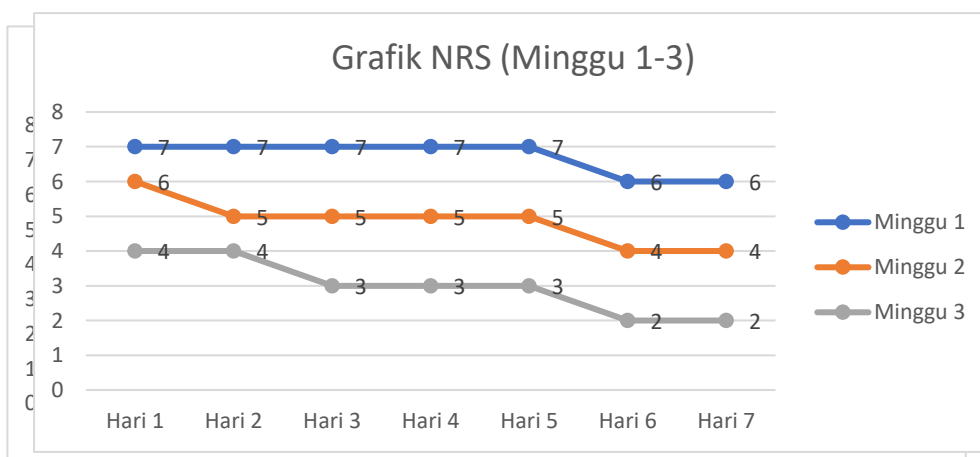
Pengukuran tingkat pruritus dilakukan menggunakan Numeric Rating Scale (NRS) dan 12-Item Pruritus Severity Scale (12-PSS) dengan metode pre–post intervention selama 3 minggu. Pengukuran awal dilakukan sebelum intervensi, sedangkan evaluasi lanjutan dilakukan setiap minggu melalui Self-care Diary untuk memantau perkembangan kondisi pasien. Pada pengukuran awal, skor NRS menunjukkan nilai 7 (gatal berat), sedangkan skor 12-PSS sebesar 24 yang termasuk kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa pruritus yang dialami pasien cukup signifikan dan memerlukan intervensi. Setelah 3 minggu intervensi, hasil post-intervention menunjukkan penurunan skor 12-PSS menjadi 13 yang termasuk kategori ringan.

Minggu	Skor NRS	Interpretasi	Skor sPGA	Interpretasi	Intervensi
1	7	Gatal Berat	4	Marked	Pemberian <i>Aloe vera</i> 3x/hari, edukasi <i>Self-care</i> kulit
2	5	Gatal Sedang	3	Moderate	Lanjutan intervensi, monitoring kepatuhan
3	2	Gatal Ringan	1	Almost clear	Evaluasi akhir dan edukasi lanjutan

Minggu pertama, intervensi telah diberikan. Pasien masih mengalami gatal berat dengan skor NRS rata-rata 7. Berdasarkan Self-care Diary, pasien belum konsisten menggunakan pelembap dan masih sering menggaruk area lesi hingga menyebabkan iritasi dan perdarahan ringan. Pada hari ke-3 hingga ke-5, pasien melaporkan rasa gatal pada area kulit kepala masih sangat mengganggu dan kebiasaan menggaruk masih sering terjadi, terutama saat malam hari. Selain itu, pasien beberapa kali lupa menggunakan pelembap secara rutin.

Memasuki minggu kedua, terjadi penurunan skor NRS menjadi rata-rata 5 (gatal sedang), disertai perbaikan kondisi lesi dengan penurunan skor sPGA menjadi 3. Pasien mulai menunjukkan peningkatan kepatuhan terhadap intervensi, seperti penggunaan *Aloe vera* dan pelembap yang lebih rutin. Berdasarkan catatan Self-care Diary, pada hari ke-5 pasien melaporkan frekuensi garukan berkurang menjadi sekitar 2–3 kali per hari dibandingkan minggu sebelumnya. Pasien juga mulai mampu menghindari beberapa faktor pencetus, meskipun masih terdapat keluhan kulit kering dan bekas luka garukan pada beberapa area kulit.

Gambaran trend grafik NRS mingguan (Minggu 1-3) di Desa Bunut Wetan, Kecamatan Pakis, Kabupaten Malang Tahun 2026, digambarkan pada grafik berikut :



**Gambar 1.** Tren Grafik NRS Minggu 1-3 Tahun 2026 di Desa Bunut Wetan, Kecamatan Pakis, Kabupaten Malang

Pada minggu ketiga, diikuti penurunan skor NRS menjadi rata-rata 2 (gatal ringan) dan skor sPGA menjadi 1 (almost clear). Pasien melaporkan gatal sudah sangat berkurang dan hanya sesekali muncul, terutama pada area kulit kepala. Berdasarkan Self-care Diary, pasien mulai jarang menggaruk dan lebih konsisten dalam melakukan perawatan kulit, seperti penggunaan pelembap, mandi dengan sabun lembut, serta menghindari faktor pencetus. Lesi pada area siku hampir tidak menunjukkan tanda peradangan, dan kulit tampak lebih baik dibandingkan minggu sebelumnya. Selain itu, hasil pengukuran 12-Item Pruritus Severity Scale (12-PSS) setelah intervensi menunjukkan penurunan skor menjadi 13 (kategori ringan), yang mengindikasikan perbaikan signifikan pada frekuensi, intensitas, serta dampak pruritus terhadap aktivitas sehari-hari dan kualitas tidur pasien.

Secara keseluruhan, hasil pengkajian menunjukkan bahwa kombinasi pemberian Aloe vera dan edukasi Self-care kulit memberikan dampak positif terhadap penurunan pruritus dan perbaikan kondisi klinis pasien psoriasis. Hal ini ditandai dengan penurunan skor NRS, 12-PSS, dan sPGA secara bertahap selama 3 minggu intervensi, serta peningkatan kenyamanan dan kualitas hidup pasien.

## PEMBAHASAN

Temuan utama penelitian ini menunjukkan bahwa kombinasi pemberian Aloe vera dan edukasi Self-care kulit memberikan efek penurunan pruritus yang bermakna pada pasien psoriasis, yang ditunjukkan oleh penurunan skor Numeric Rating Scale (NRS) dari 7 (gatal berat) menjadi 2 (gatal ringan), serta penurunan skor 12-Item Pruritus Severity Scale (12-PSS) dari 24 (kategori sedang) menjadi 13 (kategori ringan). Selain itu, terjadi perbaikan kondisi klinis lesi yang ditunjukkan dengan penurunan skor Static Physician's Global Assessment (sPGA) dari 4 (marked) menjadi 1 (almost clear). Temuan ini tidak hanya menunjukkan penurunan skor secara kuantitatif, tetapi juga mencerminkan adanya perubahan melalui mekanisme fisiologis dan perilaku yang saling berkaitan (Wollina et al., 2020).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Jales et al., 2022), yang menunjukkan bahwa penggunaan Aloe vera mucilaginous-based hydrogel efektif dalam membantu memperbaiki lesi psoriasis melalui efek antiinflamasi, peningkatan hidrasi kulit, dan perbaikan barier kulit. Pada penelitian tersebut, Aloe vera berperan dalam mengurangi inflamasi dan mempercepat regenerasi jaringan kulit sehingga membantu menurunkan gejala psoriasis, termasuk pruritus. Pada penelitian ini, penurunan skor NRS dari 7 menjadi 2 menunjukkan perbaikan klinis yang cukup besar dalam waktu tiga minggu. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kombinasi Aloe vera dengan edukasi Self-care kulit berpotensi memberikan manfaat yang lebih optimal dibandingkan penggunaan terapi topikal saja, karena pasien juga didorong untuk menghindari faktor pencetus, menjaga kelembapan kulit, dan mengurangi kebiasaan menggaruk. Secara fisiologis, pruritus pada psoriasis berkaitan dengan proses inflamasi kronis yang melibatkan pelepasan mediator seperti sitokin proinflamasi dan aktivasi serabut saraf sensorik di kulit (Winanti & Br Gultom, 2024).

Kondisi ini menyebabkan sensasi gatal yang persisten serta memicu siklus "gatal-garuk" yang memperburuk kerusakan kulit. Pemberian Aloe vera berperan sebagai agen antiinflamasi dan antipruritus alami yang membantu menekan respons inflamasi serta meningkatkan hidrasi kulit (Tominaga & Takamori, 2022). Kandungan seperti polisakarida dan glikoprotein dalam Aloe vera dapat mempercepat regenerasi jaringan dan memperbaiki barier kulit, sehingga rangsangan terhadap reseptor gatal menjadi berkurang. Hal tersebut terlihat dari penurunan skor NRS yang

terjadi secara bertahap selama periode intervensi, bukan secara instan (Jales et al., 2022). Hasil penelitian ini juga perlu dipertimbangkan dengan hati-hati karena kemungkinan adanya efek plasebo yang dapat memengaruhi persepsi pasien terhadap penurunan pruritus. Pasien mengetahui bahwa dirinya mendapatkan intervensi berupa pemberian Aloe vera dan edukasi Self-care kulit, sehingga harapan terhadap keberhasilan terapi dapat meningkatkan respons subjektif terhadap rasa gatal. Di samping itu, adanya monitoring harian melalui Self-care Diary dan interaksi rutin dengan peneliti juga berpotensi meningkatkan kepatuhan pasien dalam perawatan diri serta memberikan efek psikologis positif yang turut berkontribusi terhadap perbaikan gejala. Edukasi yang diberikan secara berkala memungkinkan pasien lebih sadar dalam menjaga kebersihan kulit, menghindari garukan, dan mengenali faktor pencetus, sehingga perubahan perilaku tersebut dapat menjadi salah satu faktor penting yang memengaruhi hasil penelitian.

Selain faktor fisiologis, keberhasilan intervensi juga dipengaruhi oleh peningkatan perilaku Self-care dan aspek psikologis pasien (Mohammed Ibrahim et al., 2024). Berdasarkan Self-care Diary, pada minggu pertama pasien masih sering menggaruk dan belum rutin menggunakan pelembap. Namun, memasuki minggu kedua dan ketiga, kepatuhan pasien meningkat, frekuensi garukan berkurang, serta pasien lebih konsisten menghindari faktor pencetus. Perubahan perilaku ini membantu memutus siklus “gatal–garuk” yang sering memperparah inflamasi pada psoriasis (Baharvand et al., 2021; Strober et al., 2025). Selain itu, edukasi Self-care juga meningkatkan pemahaman dan kontrol diri pasien terhadap kondisinya, sehingga persepsi terhadap rasa gatal menjadi lebih ringan. Aspek psikologis berperan penting karena stres dan kecemasan dapat meningkatkan sensitivitas saraf terhadap rangsangan gatal (Miyagi et al., 2022). Hal ini terlihat dari penurunan skor 12-PSS yang tidak hanya mencerminkan berkurangnya intensitas gatal, tetapi juga perbaikan kualitas tidur, aktivitas sehari-hari, dan kondisi emosional pasien (Imafuku et al., 2021).

Perbaikan kondisi pasien juga dapat dipengaruhi oleh fenomena regresi menuju rata-rata (*regression toward the mean*), yaitu kondisi ketika gejala yang awalnya berada pada tingkat berat secara alami cenderung menurun pada pengukuran berikutnya. Psoriasis sendiri merupakan penyakit kronis dengan pola fluktuatif yang ditandai periode eksaserbasi dan remisi, sehingga kemungkinan terjadinya perbaikan alami selama periode observasi tidak dapat sepenuhnya dikesampingkan. Dengan demikian, penurunan skor NRS, 12-PSS, dan sPGA pada penelitian ini belum sepenuhnya dapat diatribusikan hanya pada intervensi Aloe vera dan edukasi Self-care kulit tanpa adanya kelompok pembanding. Penelitian ini belum mengontrol secara spesifik berbagai faktor eksternal yang dapat memengaruhi kondisi psoriasis dan pruritus, seperti pola makan, tingkat stres, suhu lingkungan, penggunaan sabun atau sampo tertentu, pelembap tambahan, kualitas tidur, maupun paparan faktor pencetus lainnya. Faktor-faktor tersebut diketahui dapat memengaruhi inflamasi kulit dan persepsi gatal pada pasien psoriasis, sehingga berpotensi menjadi variabel perancu terhadap hasil penelitian. Oleh karena itu, perubahan kondisi klinis pasien kemungkinan merupakan hasil kombinasi antara intervensi, perubahan perilaku pasien, serta pengaruh faktor lingkungan dan psikologis lainnya.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Desain penelitian tanpa kelompok kontrol menyebabkan pengaruh intervensi tidak dapat dibandingkan secara langsung dengan terapi standar atau tanpa intervensi. Selain itu, penelitian hanya melibatkan satu subjek sehingga hasil belum dapat digeneralisasikan pada populasi pasien psoriasis secara luas. Adanya kemungkinan placebo effect juga tidak dapat sepenuhnya dihindari, karena pasien mengetahui intervensi yang diberikan. Durasi intervensi yang relatif singkat, yaitu selama tiga minggu, turut membatasi pengamatan terhadap efektivitas jangka panjang terapi kombinasi Aloe

vera dan edukasi Self-care kulit. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain dengan kelompok kontrol, jumlah sampel yang lebih besar, serta periode observasi yang lebih panjang agar diperoleh hasil yang lebih kuat dan komprehensif. Penilaian kondisi lesi menggunakan skor sPGA juga memiliki keterbatasan apabila tidak dilakukan oleh dermatolog atau penilai yang telah terlatih secara khusus, karena interpretasi tingkat keparahan lesi dapat bersifat subjektif dan berpotensi menimbulkan variasi hasil pengukuran. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain dengan kelompok kontrol, jumlah sampel yang lebih besar, serta periode observasi yang lebih panjang agar diperoleh hasil yang lebih kuat dan komprehensif.

### KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, pemberian kombinasi Aloe vera dan edukasi Self-care kulit efektif dalam menurunkan pruritus serta memperbaiki kondisi klinis pasien psoriasis. Intervensi ini bekerja melalui perbaikan kondisi kulit dan perubahan perilaku perawatan mandiri, sehingga dapat direkomendasikan sebagai terapi komplementer dalam asuhan keperawatan untuk meningkatkan kenyamanan dan kualitas hidup pasien. Namun, intervensi ini tidak dimaksudkan untuk menggantikan terapi medis standar, melainkan sebagai pelengkap (complementary therapy) yang mendukung keberhasilan pengobatan utama pada pasien psoriasis.

Selain itu, diperlukan penelitian lanjutan dengan desain kuasi-eksperimen atau menggunakan kelompok kontrol serta jumlah subjek yang lebih besar agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan secara lebih luas. Penelitian selanjutnya juga dapat mengeksplorasi efektivitas Aloe vera dalam jangka panjang maupun kombinasi dengan intervensi nonfarmakologis lainnya pada pasien psoriasis.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pasien dan keluarga yang telah bersedia berpartisipasi serta kooperatif selama proses pemberian intervensi dan pengumpulan data penelitian. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada pembimbing akademik, perawat ruangan, serta seluruh pihak yang telah memberikan dukungan, arahan, dan bantuan selama pelaksanaan penelitian ini sehingga penelitian dapat terselesaikan dengan baik.

### DAFTAR PUSTAKA

- Andri Dharmawan. (2025). Karya Ilmiah Penerapan Terapi Aloe Vera Pada Pasien Chronic Kidney Disease (Ckd) Dengan Masalah Keperawatan Gangguan Integritas Kulit/Jaringan.
- Baharvand, P., Esmaceli, A., & Abbasi, M. R. (2021). Validity And Reliability Of A Persian Version Of The 12-Item Pruritus Severity Scale In Hemodialysis Patients With Uremic Pruritus. *Iranian Journal Of Dermatology*, 24(2), 73–79. <https://doi.org/10.22034/Ijd.2021.221589.1036>
- Chow, C., Simpson, M. J., Luger, T. A., Chubb, H., & Ellis, C. N. (2022). Comparison Of Three Methods For Measuring Psoriasis Severity In Clinical Studies (Part 1 Of 2): Change During Therapy In Psoriasis Area And Severity Index, Static Physician's Global Assessment And Lattice System Physician's Global Assessment. *Journal Of The European Academy Of Dermatology And Venereology*, 29(7), 1406–1414. <https://doi.org/10.1111/Jdv.13132>
- Dyah, F., Dewi, K., Dokter, P., Kedokteran, F., & Lampung, U. (2021). Non-Pharmacological Therapy For Psoriasis Patients. *Jurnal Medika Hutama*. <http://jurnalmedikahutama.com>
- Eka Mareta Winanti, D., & Br Gultom, F. (2024). Pembuatan Sabun Padat Dari Minyak Kelapa Dengan Penambahan Gel Lidah Buaya (Aloe Vera) Menggunakan Metode Cold Process.

1program Studi D3 Laboratorium Sains, Fakultas Matematika Dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Bengkulu, Bengkulu, Indonesia 38371.

- Imafuku, S., Kanai, Y., Murotani, K., Nomura, T., Ito, K., Ohata, C., Yamazaki, F., Miyagi, T., Takahashi, H., Okubo, Y., Saeki, H., Honma, M., Tada, Y., Mabuchi, T., Higashiyama, M., Kobayashi, S., Hashimoto, Y., Seishima, M., & Kakuma, T. (2021). Utility Of The Dermatology Life Quality Index At Initiation Or Switching Of Biologics In Real-Life Japanese Patients With Plaque Psoriasis: Results From The Prologue Study. *Journal Of Dermatological Science*, 101(3), 185–193. <https://doi.org/10.1016/j.jdermsci.2021.01.002>
- Jales, S. T. L., Barbosa, R. De M., De Albuquerque, A. C., Duarte, L. H. V., Da Silva, G. R., Meirelles, L. M. A., Da Silva, T. M. S., Alves, A. F., Viseras, C., Raffin, F. N., & Moura, T. F. A. De L. (2022). Development And Characterization Of Aloe Vera Mucilaginous-Based Hydrogels For Psoriasis Treatment. *Journal Of Composites Science*, 6(8). <https://doi.org/10.3390/jcs6080231>
- Ko, M.-J., Peng, Y.-S., & Wu, H.-Y. (2023). Uremic Pruritus: Pathophysiology, Clinical Presentation, And Treatments. *Kidney Research And Clinical Practice*, 42(1), 39–52. <https://doi.org/10.23876/j.krcp.21.189>
- Margha, N. P. T. M., & Rinawati, N. W. W. (2023). Incidence And Profile Of Psoriasis In The Dermatology-Venereology Department Bali Mandara General Hospital, Denpasar During 2020-2022. *International Journal Of Research In Medical Sciences*, 11(9), 3235–3238. <https://doi.org/10.18203/2320-6012.Ijrms20232773>
- Miyagi, T., Kanai, Y., Murotani, K., Okubo, Y., Honma, M., Kobayashi, S., Seishima, M., Mizutani, Y., Kitabayashi, H., & Imafuku, S. (2022). Itch As A Critical Factor In Impaired Health-Related Quality Of Life In Patients With Plaque Psoriasis Achieving Clear Or Almost-Clear Skin: Analysis Of The Single-Arm, Open-Label, Multicenter, Prospective Prologue Study. *Jaad International*, 8, 146–153. <https://doi.org/10.1016/j.jdin.2022.06.013>
- Mohammed Ibrahim, Mostafa Ragheb, Hamed Mahmoud, & Ali Ibrahim. (2024). Effectiveness Of An Educational Program On Self-Care Practices And Functional Status Among Patients With Psoriasis. In *Journal Of Nursing Science-Benba University* (Number 4).
- Norlin, J. M., Nilsson, K., Persson, U., & Schmitt-Egenolf, M. (2020). Complete Skin Clearance And Psoriasis Area And Severity Index Response Rates In Clinical Practice: Predictors, Health-Related Quality Of Life Improvements And Implications For Treatment Goals. *British Journal Of Dermatology*, 182(4), 965–973. <https://doi.org/10.1111/bjd.18361>
- Novena, O. D., & Ariani, N. G. P. R. (2021). Pruritus Dan Modalitas Terapi Terkini: Sebuah Tinjauan Pustaka. *Intisari Sains Medis*, 12(3), 694–698. <https://doi.org/10.15562/ism.v12i3.1128>
- Parisi, R., Iskandar, I. Y. K., Kontopantelis, E., Augustin, M., Griffiths, C. E. M., & Ashcroft, D. M. (2020). National, Regional, And Worldwide Epidemiology Of Psoriasis: Systematic Analysis And Modelling Study. *The Bmj*, 369. <https://doi.org/10.1136/bmj.M1590>
- Rodriguez-Le Roy, Y., Ficheux, A.-S., Misery, L., & Brenaut, E. (2022). Efficacy Of Topical And Systemic Treatments For Atopic Dermatitis On Pruritus: A Systematic Literature Review And Meta-Analysis. *Frontiers In Medicine*, 9. <https://doi.org/10.3389/fmed.2022.1079323>
- Srivastav, A., Srivastav, Y., Hameed, A., & Ahmad, Mohd. I. (2024). Prevention And Cure Of Dermatology Disorders Using Herbal Medications: Summary. *International Journal Of Indigenous Herbs And Drugs*, 1–14. <https://doi.org/10.46956/ijihd.v9i1.568>
- Stępień, K., & Reich, A. (2020). The 12-Item Pruritus Severity Scale – Determining The Severity Bands. *Frontiers In Medicine*, 7. <https://doi.org/10.3389/fmed.2020.614005>
- Strober, B. E., Blauvelt, A., Van De Kerkhof, P. Cm., González-Cantero, Á., El-Kalioby, M., Gonzalez, C., Matlock, B. H., Rob, F., Asawanonda, P., Chandra, R., Maul, J.-T., Torres, T., & Skov, L. (2025). International Psoriasis Council Psoriasis Disease Severity Reclassification: Update On Validity, Acceptance, And Implementation. *Journal Of The American Academy Of Dermatology*, 93(4), 1154–1157. <https://doi.org/10.1016/j.jaad.2025.05.1445>

- Syarah Nurfala Maharani, Danny Putri Sulistyaningrum, & Dwi Fitriyant. (2025). The Difference Between Giving Virgin Coconut Oil And Aloe Vera To Pruritus In Patients Undergoing Hemodialysis. *Global Nursung And Public Health*.
- Tominaga, M., & Takamori, K. (2022). Peripheral Itch Sensitization In Atopic Dermatitis. *Allergology International*, 71(3), 265–277. <https://doi.org/10.1016/j.alit.2022.04.003>
- Wollina, U., França, K., Lotti, T., & Tirant, M. (2020). Adjuvant Treatment Of Chronic Plaque Psoriasis In Adults By A Herbal Combination: Open German Trial And Review Of The Literature. *Dermatologic Therapy*, 33(4). <https://doi.org/10.1111/dth.12624>
- Yosepina Meliana, & Maria Lambertina Barek Aran. (2024). Pengaruh Penerapan Terapi Lidah Buaya Terhadap Tingkat Keparahan Pruritus Pada Lansia Dermatitis Atopik Di Seksi Kesejahteraan Sosial Paduwau Maumere. *Termometer: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran*, 2(2), 41–48. <https://doi.org/10.55606/termometer.v2i2.3439>