



HUBUNGAN PERAWATAN PAYUDARA DENGAN KEJADIAN BENDUNGAN AIR SUSU IBU (ASI) DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SAKRA

Apriani Susmita Sari¹, Suhaemi¹, Himayatul Izzati²

^{1,2} Staf Pengajar di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hamzar Lombok Timur,

² Mahasiswa Program Studi Diploma III Kebidanan STIKes Hamzar Lombok Timur

Corresponding Author: Apriani Susmita Sari, Prodi S1 Ilmu Keperawatan, STIKes Hamzar Lombok Timur.

E-Mail: aprianisusmita442@gmail.com

Received Januari 02, 2020; **Accepted** Januari 04, 2020; **Online Published** Januari 06, 2021

Abstrak

Latar Belakang: Salah satu masalah pada masa nifas adalah payudara bengkak atau bendungan Air Susu Ibu (ASI). Perawatan payudara dan puting sangat penting dalam proses laktasi terutama untuk mencegah terjadinya bendungan ASI. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan Perawatan Payudara dengan Kejadian ASI di Wilayah Kerja Puskesmas Sakra. **Metode penelitian:** Jenis penelitian yang di gunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan *Cross Sectional*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 45 ibu menyusui umur bayi 0-6 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Suela. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Analisa data yang digunakan adalah uji statistic *Spearman Rank*. **Hasil:** Terdapat hubungan antara, perawatan payudara dengan bendungan ASI dengan nilai *P-value* = 0,000. **Kesimpulan:** ada hubungan antara perawatan payudara dengan kejadian bendungan ASI di Wilayah Kerja Puskesmas Sakra.

Keywords : Perawatan Payudara, Bendungan ASI

PENDAHULUAN

Salah satu masalah pada masa nifas adalah payudara bengkak atau bendungan Air Susu Ibu (ASI). Penyebab terjadinya bendungan ASI adalah ASI yang tidak segera dikeluarkan yang menyebabkan penyumbatan pada aliran *Vena* dan *Limfe* sehingga aliran susu menjadi terhambat dan tertekan sehingga menyebabkan payudara bengkak.

Banyak ibu masih beranggapan bahwa aktifitas menyusui kerap dihubungkan dengan keindahan payudara. Sesungguhnya bukan menyusui yang mengubah bentuk payudara, tapi proses kehamilanlah yang menyebabkan perubahan tersebut. Namun itu bukan berarti tidak

ada cara membuat payudara indah dan kencang. Apalagi setelah persalinan dan di saat menyusui selain terlihat indah, perawatan payudara yang dilakukan dengan benar dan teratur akan memudahkan si kecil mengkonsumsi ASI (Riksani, 2012).

Perawatan payudara dan puting sangat penting dalam proses laktasi. Ke dua perawatan ini seringkali menjadi “penyelamat” bagi ibu dalam melewati masa-masa awal menyusui yang kadang terasa sangat berat. Misalnya jika terjadi puting lecet, seringkali lecetnya ringan saja. Awal yang baik niscaya membuat proses selanjutnya berjalan dengan baik pula. Dari awal yang baik tersebut tidak terlepas dari pengetahuan

ibu sendiri dalam merawat payudaranya. Demikian halnya dengan menyusui, ibu yang lebih tahu tentang perawatan payudara maka cenderung mempunyai keinginan lebih besar dalam menyusui (Riksani, 2012).

Menurut data *World Health Organization* (WHO) terbaru pada tahun 2015 di Amerika Serikat persentase perempuan menyusui yang mengalami bendungan ASI rata-rata mencapai 87,05 % atau sebanyak 8242 ibu nifas dari 12.765 orang, pada tahun 2014 ibu yang mengalami bendungan ASI sebanyak 7198 orang dari 10.764 orang dan pada tahun 2015 terdapat ibu yang mengalami bendungan ASI sebanyak 6543 orang dari 9.862 orang (WHO, 2015).

Menurut data ASEAN tahun 2014 disimpulkan bahwa presentase cakupan kasus bendungan ASI pada ibu nifas tercatat 107.654 ibu nifas, pada tahun 2014 terdapat ibu nifas yang mengalami bendungan ASI sebanyak 95.698 orang. Hal ini disebabkan karena kesadaran masyarakat dalam mendorong peningkatan pemberian ASI masih relatif rendah (Depkes RI, 2014).

Berdasarkan survei pendahuluan, data yang diperoleh dari Wilayah Kerja Puskesmas Sakra. Jumlah ibu nifas pada tahun 2019 dari bulan Januari-April sebanyak 235 ibu nifas. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan kepada 10 orang ibu menyusui, enam orang mengatakan bahwa ASInya tidak keluar dengan lancar dan empat orang mengatakan ASInya keluar dengan lancar. Ke enam orang tersebut

menyatakan bahwa mereka mengalami bendungan ASI. Hal tersebut menunjukkan bahwa adanya bendungan ASI menyebabkan tidak keluarnya ASI dengan lancar yang dapat berakibat kepada bayi tidak dapat menyusui, dehidrasi, lesu dan jarang buang air kecil.

Berdasarkan data di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “hubungan Perawatan Payudara dengan Kejadian Bendungan ASI di Wilayah Kerja Puskesmas Sakra . Karena di wilayah kerja Puskesmas Sakra belum ada penelitian tentang hubungan Perawatan Payudara dengan Kejadian bendungan air susu ibu (ASI).

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan adalah *cross sectional*. *Cross sectional* adalah jenis penelitian yang menekankan pada waktu pengukuran / observasi data variabel independen dan dependen hanya satu kali pada satu saat (Nursalam, 2011). Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Sakra pada bulan Januari Februari 2020. Populasi dalam penelitian ini adalah sejumlah 235 ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Sakra tahun 2019. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 45 ibu menyusui dimana umur bayi 0-6 bulan. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrument penelitian dalam bentuk kuesioner yang terdiri dari dua kuesioner, yakni kuesioner tentang Paham terkait Perawatan Payudara dan kuesioner tentang paham terkait Bendungan ASI.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian tentang Hubungan Perawatan Payudara dengan Kejadian Bendungan air susu ibu (ASI) Di Wilayah Kerja Puskesmas Suela ini dilakukan dengan memperoleh data dari data primer, yaitu data yang didapatkan dengan menggunakan kuesioner yang dibagikan kepada sampel yaitu ibu yang memiliki umur bayi 0-6 bulan. Data yang telah diperoleh tersebut kemudian dianalisa dengan menggunakan analisa univariat dan analisa bivariat.

a. Analisa Univariat

1. Tabel 4.1 Distrtribusi Frekuensi Perawatan Payudara

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	12	26.7
Cukup	24	53.3
Kurang	9	20.0
Total	45	100.0

Sumber: Data Primer Penelitian, 2019

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa dari 45 responden yang melakukan perawatan payudara yaitu dengan kategori baik 12 orang (20.0%), kategori cukup 24 orang (53.3%), dan kategori kurang 9 orang (26.7%).

2. Kejadian Bendungan ASI

Tabel 4.2 Distrtribusi Frekuensi Kejadian Bendungan ASI

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Tinggi	11	24.4
Sedang	21	46.7
Rendah	13	28.9
Total	45	100.0

Sumber: Data Primer Penelitian, 2019

Tabel 4.2 menunjukkan bahwa dari 45 responden yang mengalami kejadian bendungan ASI yaitu dengan kategori tinggi 11 orang (24.4%), kategori sedang 21 orang (46.7%), dan kategori rendah 13 orang (28.9%).

b. Analisa Bivariat

1) Tabel 4.3 : Hasil Tabulasi silang Hubungan Perawatan payudara dengan kejadian Bendungan ASI di wilayah kerja puskesmas suela.

Perawatan Payudara	Bendungan ASI								p-value
	Tinggi		Sedang		Rendah		Total		
	f	%	f	%	f	%	f	%	
Kurang	6	13,3	2	4,4	1	2,2	9	20,0	
Cukup	7	15,6	13	28,9	4	8,9	24	53,3	0,000
Baik	0	0	6	13,3	6	13,3	12	26,7	
Total	13	28,9	21	46,7	11	24,4	45	100	

Sumber: Data Primer Penelitian, 2019

Hasil Perhitungan uji statistik dengan menggunakan uji *Spearman Rank* didapatkan nilai signifikan *P - value* = 0,000 atau lebih rendah dari standar signifikan yaitu $\alpha = 0,2876$ (0,05) yang berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan Perawatan Payudara dengan Kejadian Bendungan ASI di Wilayah Kerja Puskesmas Suela.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian ini responden yang melakukan perawatan payudara dalam kategori cukup yaitu sebanyak 24 orang (53.3%), kategori baik yaitu sebanyak 12 orang (26.7%), dan kategori kurang sebanyak 9 orang (20.0%). Menurut Rustam (2009), perawatan payudara adalah suatu cara merawat payudara yang dilakukan pada saat kehamilan atau masa nifas untuk produksi ASI, selain itu untuk kebersihan payudara dan bentuk puting susu yang masuk ke dalam atau datar. Puting susu demikian sebenarnya bukanlah halangan bagi ibu untuk menyusui dengan baik dengan mengetahui sejak awal, ibu mempunyai waktu untuk mengusahakan agar puting susu lebih mudah sewaktu menyusui.

Disamping itu juga sangat penting memperhatikan kebersihan personal hygiene. Perawatan Payudara pasca persalinan merupakan kelanjutan perawatan payudara semasa hamil, menurut Notoadmodjo (2008), perawatan payudara bertujuan untuk menjaga kebersihan payudara sehingga mencegah terjadinya penyumbatan dan terhindar dari infeksi.

b. Bendungan ASI

Berdasarkan hasil penelitian ini diketahui bahwa dari 45 responden ibu menyusui yang mengalami kejadian bendungan ASI dengan kategori sedang yaitu 21 orang (46,7%), kategori rendah 13 orang (28,9%), dan kategori tinggi yaitu 11 orang (24,4%).

Menurut Handajani (2006) Bendungan ASI atau *Engorgement of the breast* adalah menumpuknya ASI didalam payudara. Produksi ASI merupakan suatu proses yang

berkesinambungan sehingga bila tidak dikeluarkan saat ASI terbentuk, maka volume ASI dalam payudara akan melebihi kapasitas *alveoli* untuk menyimpan ASI, bila tidak diatasi kondisi ini dapat menyebabkan bendungan ASI.

Bendungan ASI terjadi sejak hari ketiga sampai hari keenam persalinan, ketika ASI secara normal dihasilkan, payudara menjadi sangat penuh. Payudara yang terbungung membesar, membengkak, dan sangat nyeri. Payudara dapat terlihat mengkilat dan edema dengan daerah eritema difus. Putting susu teregang menjadi rata, ASI tidak mengalir dengan mudah, dan bayi sulit mengenyut untuk menghisap ASI.

c. Hubungan Perawatan Payudara dengan Kejadian Bendungan ASI Di Wilayah Kerja Puskesmas Suela

Hasil perhitungan statistik menggunakan uji *Spearman Rank*, diperoleh *p-value* sebesar $0,000 < 0,2876$ atau ($p < \alpha$), yang berarti data H_0 di tolak dan H_1 diterima maka dapat di simpulkan bahwa ada hubungan antara perawatan payudara dengan kejadian bendungan ASI di wilayah kerja Puskesmas Suela.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Penelitian yang dilakukan oleh Justine, S (2011). Pada hasil penelitiannya bahwa terdapat hubungan antara perawatan payudara dengan bendungan ASI sesuai dengan teori yang ada bahwa semakin memberikan ASI on demand dan mengosongkan ASI secara sempurna maka akan menghindari terjadinya bendungan ASI.

Menurut Indarti (2007) cara meningkatkan kualitas ASI selain perawatan

payudara juga diperlukan minum 8-12 gelas perhari, daun pucuk katuk dan sayur asin membuat air susu lebih banyak keluar, faktor jiwa pun penting, ibu yang hidup tenang lebih banyak mengeluarkan susu dari pada ibu yang sedang dalam kesedihan, dengan obat-obatan sesuai petunjuk dokter. Cara yang terbaik untuk menjamin pengeluaran air susu ibu ialah bagaimana mengusahakan agar setiap kali menyusui buah dada betul-betul kosong, karena pengosongan buah dada dengan waktu tertentu itu merangsang kelenjar buah dada untuk membuat susu lebih banyak. Sebab buah dada akan terisap habis antara lain disebabkan bayi lemah, puting susu lecet, produksi susu berlebihan. Dalam hal buah dada belum kosong betul sehabis menyusui, biasanya harus dikosongkan dengan jalan memompa atau mengurut. Susu yang diperas itu boleh diberikan pada bayi.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa responden ditempat penelitian sebagian besar melakukan perawatan payudara. Hal ini menunjukkan bahwa responden menyadari dan mengerti tentang pentingnya perawatan payudara. Perawatan payudara ini dilakukan untuk mencegah tersumbatnya saluran susu dan memperlancar pengeluaran ASI sehingga kebutuhan ASI bayi dapat tercukupi. Dengan ini ibu menyusui yang melakukan perawatan payudara selama menyusui berdampak baik yaitu tidak terjadinya bendungan ASI. Hal ini dikarenakan gerakan pada perawatan payudara akan melancarkan reflek pengeluaran ASI, serta dapat mencegah dan mendeteksi dini kemungkinan adanya bendungan ASI dapat diperlancar.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang Hubungan Perawatan Payudara dengan Kejadian Bendungan air susu ibu (ASI) dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Hasil penelitian yang dilakukan pada 45 responden, di wilayah kerja puskesmas suela menunjukkan bahwa perawatan payudara mayoritas pada kategori cukup yaitu (53,3%).
2. Kejadian bendungan ASI di wilayah kerja puskesmas suela menunjukkan bahwa responden tergolong dalam kategori sedang yaitu (46,7%).
3. Ada hubungan dukungan perawatan payudara dengan kejadian bendungan ASI di wilayah kerja puskesmas suela p -value 0,000

DAFTAR PUSTAKA

- Adlercreutz, H., Bannwart, C., Wahalasn, K., et al. (1995). *Inhibition of humanaromatase by mammalian lignans and isoflavonoid and phytoestrogen. J Steroid Biochem MolBiol*; 44: 147-53.
- Anggraini Yeti. (2010). *Asuhan Kebidanan MasaNifas*. Yogyakarta: Pustaka Rihama
- Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekayan Praktik*. Jakarta: Rieneka Cipta
- Arikunto, Suharsimi. (2010). *Manajemen Penelitian*. Jakarta :RinekaCipta.
- Bahiyatun,(2008). *Asuhan Kebidanan Bendungan ASI*. Jakarta. ECG
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2014). *Profil Kesehatan Departemen Kesehatan RI*.(2014).
- Haeriaty, Nita. (2010). *Hubungan Perawatan Payudara dengan Produksi ASI pada Ibu Nifasdi RSUD Sinjai*. Skripsi.Fakultas Ilmu Kesehatan. UIN Alauddin Makassar.
- Hardika Mufida.,D (2016). *Hubungan Perawatan Payudara pada Ibu Nifas dengan Kelancaran ASI di BPM Atika, Amd.Keb, Kab Madiun*.

- Penelitian Dosen. Akademi Kebidanan Muhammadiyah Madiun.
- Hidayat, (2009). *Etika dalam pelaksanaan penelitian ilmiah keperawatan*. <http://digilib.unimus.ac.id/files/disk1>, diakses pada Tanggal 20 Maret (2018), pukul 12. 18 WIB
- Hipgrave, D. B., Assefa, F., Winoto, A. & Sukotjo, S., (2011). *Donated breast milk substitutes and incidence of diarrhoea among infants and young children after the May (2006) earthquake in Yogyakarta and Central Java*. *Public Health Nutrition*, 15(2), pp.307–315.
- Hullyana.(2007). *Produksi ASI dan Faktor Yang Mempengaruhinya*. <http://www.dinkesjateng.org/profil2005/bab5.htm>. Diakses : 22 Mei (2018).
- Indah Nugrahani (2015). *Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas tentang Perawatan Payudara di BPM Mulia Petirsari Paricimantoro Wonigiri*. Salemba Medika.
- Justin, Sheilla. (2011) *A breast that is inflamed suggests thst the teste of the milk*. <http://pubmed.com>. Diakses pada tanggal 1 Agustus (2018).
- Manuaba, IBG. (2010). *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan keluarga Berencana Untuk Pendidikan Bidan*. Jakarta: EGC.
- Meihartati Tuti. (2017). *Hubungan antara Perawatan Payudara dengan kejadian Bendungan ASI (engorment) pada Ibu Nifas*. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*.
- Mochtar, R. (2011). *Sinopsis Obstetri*. Jakarta: EGC.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta :Rineka Cipta.
- Nursalam, (2011). *Metodologi riset keperawatan, (Eds) pendekatan peraktis*, Jakarta. CV. Infomedika (2011). *Manajmen Keperawatan. edisi 3*. Jakarta: Salemba Medika.
- Prawirohardjo, Sarwono. (2007). *Acuan Nasional Pelayanan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: Yayasan BinaPustaka.
- Pillitteri, A. (2010). *Buku Saku Asuhan Ibu dan Anak*. Jakarta: EGC.
- Ransjo Arvidson. (2001). *Agar ASI Lancar Dimasa Menyusui* <http://www.asi.blogsome.com>.
- Retnowati (2011). *Tingkat Pengetahuan tentang Perawatan Payudara pada ibu nifas di RB Puskesmas Kebak Kramat I*. Jakarta. ECG
- Riksani, Ria. (2012). *Keajaiban ASI (Air Susu Ibu)*. Dunia Sehat : Jakarta.
- Rulina, (2009). *Asuhan kebidanan Perawatan payudara pada ibu hamil*. Jakarta ECG
- Rustam, Mochtar. (2009). *Sinopsis Obstetri Fisiologi dan Patologi* edisi 2 Jakarta: EGC.
- Safitri, Hanum Dwi. (2010). *Hubungan Teknik Menyusui dengan Kejadian bendungan ASI di BPS Amalia Sidoarjo*”. University of Nahdlatul Ulama Surabaya. Jurnal
- Saleha, Sitti. (2009). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Jakarta :Salemba Medika.
- Saryono. (2011). *Kumpulan Instrumen Penelitian Kesehatan*. Nuha Medika: Jogjakarta.
- Soetjningsih. (1997). *ASI Petunjuk untuk Tenaga Kesehatan*. EGC : Jakarta.
- Subana, (2015). *Dasar-dasar penelitian ilmiah*, Bandung. CV. Pustaka setia
- Suherni., Widyasih., Rahmawati. (2009). *Perawatan Masa Nifas*. Yogyakarta: Fitramaya.
- Sugiyono.(2011). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono, (2014). *Metode Penelitian-Umy Repository*, <http://repository.umy.ac.id>, diakses pada tanggal 20 Maret (2018), pukul 11. 42 WIB
- Surrinah. (2007). *ASI Menyelamatkan Jiwa Bayi*. From: <http://www.kompas.com>.
- Verralls, Sylvia. (2003). *Anatomi & Fisiologi Terapan dalam Kebidanan*. Jakarta: EGC.
- Winkjosastro. (2008). *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal Neonatal*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo. (2010). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- WHO, (2015). *Data Profil Dunia*. [Http//www.who.com](http://www.who.com) diakses pada tanggal 12 Mei 2016. Pukul 12.00 WITA.
- Widyasari, DF & Anika, C (2010), *Pengaruh Pendidikan tentang Perawatan payudara dan Kelancaran Menyusui di Desa Makamhaji Kartasura Sukoharjo*.
- Yanti, Penti, Dora (2017). *Hubungan Pengetahuan, Sikap Ibu dengan Bendungan ASI di*

Puskesmas Sidomulyo Pekanbaru. Salemba:
Jakarta. ECG.

Yukianti, (2010). *Kejadian Bendungan ASI*
<http://www.kompas.com>.