

## HUBUNGAN PERAWATAN PAYUDARA DENGAN KEJADIAN BENDUNGAN (*ENGORGEMENT*) ASI PADA IBU NIFAS

*The Relation Between Breast Care And The Incidence Of Breast Milk Dams  
(Engorgement) In Postpartum Mothers*

**TITIN NOVAYANTI DEY<sup>1</sup>, DWI HANDAYANI<sup>2</sup>, SITI SARAH BINTANG<sup>3</sup>,  
NURVIZA ARIANTI AZMA<sup>4</sup>**

<sup>1,2,3,4</sup>INSTITUT KESEHATAN MEDISTRA LUBUK PAKAM  
Jalan Sudirman No.38 Lubuk Pakam Kabupaten Deli Serdang  
Email: [titinnovayantidey123@gmail.com](mailto:titinnovayantidey123@gmail.com)

DOI:

### **Abstrak**

Menyusui adalah proses pemberian ASI kepada seorang bayi setelah proses persalinan bagi seorang perempuan serta mempunyai manfaat untuk ibu dan bayi. Masalah yang terkadang muncul pada masa menyusui yaitu payudara bengkak atau disebut juga dengan bendungan ASI, kejadian ini disebabkan karena aliran vena dan limfetik yang berada di sekitar payudara tersumbat sehingga terjadi penumpukan air susu yang pengeluarannya tidak maksimal, kurangnya informasi dan layanan yang diberikan tenaga kesehatan mengenai perawatan payudara. Tujuan penelitian untuk mengetahui Hubungan Perawatan Payudara dengan Kejadian Bendungan (*Engoregement*) ASI Pada Ibu Nifas di Klinik Pratama Nining Pelawati Kec. Lubuk Pakam Kab. Deli Serdang Tahun 2022. Metode dalam penelitian ini adalah *Cross Sectional* dengan jenis *Deskriptif Analitik*. Populasi penelitian berjumlah 41 ibu nifas. Sampel penelitian sebanyak 37 ibu nifas, pengambilan sampel menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Data di analisis menggunakan uji *Chi-Square*. Hasil Penelitian dari 37 responden mayoritas melakukan perawatan payudara kurang baik sebanyak 26 orang (70,3%) ibu nifas, mayoritas ibu nifas yang mengalami bendungan ASI sebanyak 24 orang (64,9%). Ada hubungan perawatan payudara dengan kejadian bendungan (*engoregement*) ASI terhadap ibu nifas diperoleh *p-value*  $0,003 < 0,05$ . Ibu nifas sudah mengetahui tentang informasi mengenai perawatan payudara diharapkan kepada ibu nifas juga lebih rajin melakukan perawatan payudara setelah melahirkan dan ibu nifas lebih menambah wawasan dan pengetahuan tentang perawatan payudara untuk mencegah terjadinya bendungan ASI.

**Kata Kunci :** Perawatan Payudara, Bendungan ASI, Ibu Nifas

### **Abstract**

*Breastfeeding is the process of giving breast milk to a baby after childbirth for a woman and has benefits for both mother and baby. Problems that sometimes arise during breastfeeding are swollen breasts or also known as ASI dams, this incident is caused by blocked venous and lymphatic flow around the breasts resulting in swelling of milk which is not maximally released, lack of information and services provided by health workers regarding breast Care. The aim of this study was to determine the relationship*

*between breast care and breast milk engorgement in postpartum mothers at the Nining Pelawati Primary Clinic, Kec. Lubuk Pakam, Deli Serdang Regency in 2022. The method in this research is Cross Sectional with Analytical Descriptive type. The study population consisted of 41 postpartum mothers. The research sample was 37 postpartum mothers, the sample was taken using purposive sampling technique. Data were analyzed using the Chi-Square test. Results of the study from 37 respondents, the majority of breast care was not good as many as 26 people (70.3%) postpartum mothers, the majority of postpartum mothers who experienced milk dams were 24 people (64.9%). There is a relationship between breast care and the incidence of breast milk engorgement in postpartum mothers, with a p-value of 0.003 <0.05. Postpartum mothers already know about information regarding breast care, it is hoped that postpartum mothers will also be more diligent in doing breast care after delivery and postpartum mothers will add more insight and knowledge about breast care to prevent breast milk retention.*

**Keywords: Breast Care, Breast Milk Dam, Postpartum Mother**

## 1. PENDAHULUAN

Menyusui merupakan peristiwa alamiah yang terjadi setelah proses persalinan dan mempunyai banyak manfaat bagi ibu khususnya bagi bayi. Bayi sehat adalah bayi yang terpenuhi kebutuhan gizinya serta dapat terlindung dari serangan penyakit apabila mendapatkan kolustrum, ASI eksklusif dan proses menyusui dengan benar. ASI yaitu makanan utama bagi bayi sehingga sangat penting untuk diberikan (Prawihardjo dan Sarwono 2016).

Masalah menyusui sering terjadi selama masa nifas atau laktasi yaitu pembengkakan payudara atau disebut juga bendungan ASI. Bendungan ASI terjadi karena penyempitan duktus laktiferus ataupun kelejar-kelenjar yang belum dikosongkan dengan sempurna. Selain itu peningkatan aliran vena serta limfe juga dapat menyebabkan bedungan air susu dan nyeri diiringi dengan kenaikan suhu tubuh pada ibu (Ariendha, 2019).

Menurut hasil laporan Kesehatan Ibu dan Anak Provinsi Sumatera Utara, data ibu postpartum tahun 2018-2019

terdapat 292.875 orang dengan angka kejadian pembengkakan payudara ada 185.238 orang.

ASI eksklusif seharusnya sangat dianjurkan untuk bayi yang sudah dilahirkan, seharusnya peran ibu juga dibutuhkan dalam memberikan ASI eksklusif akan tetapi menjadi salah satu penyebab tidak tercapainya ASI eksklusif karena bayi tidak mendapat ASI yang cukup karena masalah dalam menyusui yaitu engorgement atau bendungan ASI. Pembengkakan payudara atau bendungan ASI tentu menimbulkan ketidaknyamanan saat menyusui karena payudara yang bengkak, puting yang datar, dan sukar untuk dihisap oleh bayi nya (Impartina, 2017).

Memberikan konseling, informasi dan edukasi (KIE) adalah beberapa upaya yang bisa dilakukan dalam pencegahan bendungan ASI. Perawatan pada payudara dilakukan dengan tujuan melancarkan sirkulasi darah serta mencegah saluran ASI tidak tersumbat agar pengeluaran ASI menjadi lancar. Rangsangan taktil pada saat perawatan payudara dapat membantu menstimulus pengeluaran

hormon prolactin dan juga oksitosin yang berperan penting dalam produksi ASI (Gustirini and Anggraini, 2020).

Berdasarkan hasil survey pendahuluan yang telah peneliti dapatkan dari wawancara di Klinik Pratama Nining Pelawati, yang peneliti lakukan pada tanggal 11 februari 2022 terdapat 41 orang ibu yang bersalin di Klinik Pratama Nining Pelawati Kec. Lubuk Pakam Kab. Deli Serdang dari periode bulan april, mei dan juni tahun 2021. Dan di dapatkan ibu nifas yang mengalami bendungan ASI kurang lebih dari periode 3 bulan tersebut sebanyak 18 orang. Sebagian dari ibu nifas juga minim dari pengetahuan serta kurang tau cara perawatan payudara setelah melahirkan dan juga sangat penting di lakukan, ibu nifas juga lebih rajin memberikan susu formula dibandingkan dengan memberi ASI nya sendiri. Didapatkan juga informasi mengenai kelainan puting susu pada ibu nifas, pada masa kehamilan banyak dijumpai kelainan puting susu akan tetapi Bidan Nining tersebut sudah mengajarkan para ibu melakukan cara merawat puting susu yang mengalami kelainan supaya menonjol.

## 2. METODE

Jenis penelitian ini adalah Deskriptif Analitik dengan metode *Cross Sectional*. Penelitian dilakukan di Klinik Pratama Nining Pelawati Kec. Lubuk Pakam Kab. Deli Serdang. Populasi dalam penelitian Penelitian ini sejumlah 41 orang dan Sampel sejumlah 37 orang dengan menggunakan *Purposive Sampling* sesuai dengan kriteria yang ditentukan peneliti.

## 3. HASIL

### a. Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu Nifas di Klinik Pratama Nining Pelawati

Karakteristik Ibu Nifas	Frekuensi (F)	Persentase (%)
<b>1. Usia</b>		
< 25 tahun	16	43,2
25-28 tahun	15	40,5
> 28 tahun	6	16,2
<b>Total</b>	<b>37</b>	<b>100</b>
<b>2. Pendidikan</b>		
SD	11	29,7
SMP	21	56,8
SMA	3	8,1
Akademi/PT	2	5,4
<b>Total</b>	<b>37</b>	<b>100</b>
<b>3. Pekerjaan</b>		
Bekerja	23	62,2
Tidak bekerja	14	37,8
<b>Total</b>	<b>37</b>	<b>100</b>
<b>4. Mendapat informasi</b>		
Ya	11	29,7
Tidak	26	70,3
<b>Total</b>	<b>37</b>	<b>100</b>

Berdasarkan hasil dari tabel di atas diketahui usia ibu nifas di Klinik Pratama Nining Pelawati, yaitu ibu yang berusia < 25 tahun sebanyak 16 orang (43,2%), ibu yang berusia 25-28 tahun sebanyak 15 orang (40,5%), dan ibu yang berusia >29 tahun sebanyak 6 orang (16,2%). Pendidikan ibu nifas di Klinik Pratama Nining Pelawati, yaitu ibu berpendidikan SD sebanyak 11 orang (29,7%), berpendidikan SMP sebanyak 21 orang (56,8%), berpendidikan SMA sebanyak 3 orang (8,1%) dan berpendidikan Akademik/PT sebanyak 2 orang (5,4). Pekerjaan Ibu nifas di Klinik Nining Pratama, yaitu ibu nifas yang bekerja sebanyak 23 orang (62,2%), dan ibu nifas yang tidak bekerja sebanyak 14 orang (37,8). Ibu nifas yang mendapatkan informasi tentang perawatan payudara di Klinik Pratama Nining Pelawati, yaitu yang mendapatkan informasi sebanyak 11 orang (29,7) dan tidak mendapatkan informasi sebanyak 26 orang (70,3%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Perawatan Payudara pada Ibu Nifas di Klinik Pratama Nining Pelawati

Perawatan Payudara	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Baik	11	29,7
Kurang baik	26	70,3
Total	37	100,0

Berdasarkan hasil dari tabel diatas diketahui bahwa dari 37 ibu nifas terdapat 11 orang (29,7%) dengan perawatan payudara baik, sedangkan ibu nifas perawatan payudara kurang baik terdapat sebanyak 26 orang (70,3%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Perawatan Payudara pada Ibu Nifas di Klinik Pratama Nining Pelawati

Kejadian Bendungan (Engoregement) ASI	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Ya	24	64,9
Tidak	13	35,1
Total	37	100,0

Berdasarkan hasil dari tabel diatas diketahui bahwa dari 37 ibu nifas terdapat 13 orang (35,1%) yang mengalami bendungan ASI, sedangkan ibu nifas yang tidak mengalami bendungan ASI sebanyak 24 orang (64,9%).

#### b. Analisis Bivariat

Tabel 4.4. Tabulasi Silang Antara Hubungan Perawatan Payudara dengan Kejadian Bendungan (Engoregement) ASI pada Ibu Nifas di Klinik Pratama Nining Pelawati

Perawatan Payudara	Kejadian Bendungan ASI				Total	P-value
	Tidak		Ya			
	n	%	n	%		
Baik	8	72,7	3	27,3	100,0	0,003
Kurang baik	5	19,2	21	80,8	100,0	
Total	13	40,5	24	59,5	100,0	

Berdasarkan hasil analisis diatas diketahui hubungan antara perawatan payudara dengan kejadian bendungan (engoregement) ASI pada ibu nifas di Klinik Pratama Nining Pelawati diperoleh bahwa sebanyak 8 orang (72,7%) ibu yang perawatan payudara

baik tidak mengalami bendungan ASI, sedangkan ibu nifas dengan perawatan payudara kurang baik tidak mengalami bendungan ASI sebanyak 5 orang (19,2%). Ibu nifas diperoleh sebanyak 3 orang (27,3%) dengan perawatan payudara baik dan mengalami bendungan ASI sedangkan ibu nifas sebanyak 21 orang (80,3%) dengan perawatan payudara kurang baik mengalami bendungan ASI.

#### 4. PEMBAHASAN

Berdasarkan beberapa hasil penelitian Semakin dewasa seseorang secara umur maka akan semakin banyak juga pengalaman yang dipunya. Menurut penelitian Rina Setyaningsih (2020) hasil penelitian mayoritas umur 20-25 tahun (65%) umur ibu berpengaruh terhadap produksi ASI. Umur memiliki kaitan yang mudah terkait sulitnya untuk seseorang memahami informasi yang disampaikan.

Penelitian yang dilakukan Yuliana (2017) bahwa semakin tinggi tingkat Pendidikan seseorang maka akan semakin mudah juga dalam menerima berbagai informasi dan begitu pula sebaliknya.

Hasil penelitian pada pekerjaan ibu nifas dapat diketahui melalui lembar kuesioner, dimana mayoritas ibu yang bekerja sebanyak 24 orang ibu nifas (62,2%). Ibu yang sibuk akan merasa tidak memiliki waktu dalam melakukan perawatan serta jarang menyusui dibanding ibu yang di rumah secara *full time*.

Hasil penelitian dalam mendapatkan informasi ibu nifas dapat diketahui melalui lembar kuesioner, dimana mayoritas ibu yang tidak mendapatkan informasi 24 orang ibu nifas (62,2%). Peran tenaga kesehatan adalah memberikan konseling dan

Informasi edukasi khususnya perawatan payudara selama masa nifas.

Selama proses laktasi maka akan terjadi produksi ASI yang terus menerus pada ibu. Jika ibu jarang menyusui dan tidak melakukan perawatan payudara maka berpotensi untuk mengalami bendungan ASI yang akan menjadi sukar disusui oleh bayi karena payudara membengkak dan puting susu tidak terbentuk maksimal dan jika ini terjadi maka ASI akan menumpuk kemudian mengkilat serta ibu akan merasakan nyeri diiringi demam (Impartina, 2017).

Menurut asumsi peneliti Gerakan yang diberikan pada saat dilakukan perawatan payudara dapat memperlancar reflek pengeluaran ASI. Perawatan payudara yang baik dan benar serta dilakukan secara rutin dapat mencegah terjadinya bendungan ASI serta sekaligus dapat menjaga kebersihan payudara khususnya di sekitar aerola yang tentu baik untuk bayi saat menyusui. Namun dalam penelitian ini ibu yang melakukan perawatan payudara masih sering dipengaruhi dengan latar belakang faktor ekonomi yang tidak memungkinkan ibu untuk memenuhi kebutuhan nutrisi dan gizi selama masa nifas dimana dapat menjadi faktor lain dalam produksi ASI, selain itu kebiasaan ataupun pengetahuan ibu yang masih memberikan susu formula pada bayi sebagai asupan utama untuk bayi.

Penelitian ini juga dapat didukung dengan penelitian dari Yeni Aulya (2021) tentang pengaruh perawatan payudara terhadap bendungan ASI.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ria Gustrini (2021) terkait Perawatan Payudara Dengan Kejadian Bendungan ASI Pada Ibu Post Partum di Praktik

mandiri Bidan (PMB) menunjukkan bahwa ibu nifas yang melakukan perawatan payudara lebih sedikit mengalami bendungan ASI dibandingkan ibu nifas yang tidak melakukan perawatan payudara.

## 5. KESIMPULAN

Kesimpulan pada penelitian ini bahwa ibu yang mengalami bendungan ASI dapat melakukan perawatan payudara dengan dibantu tenaga Kesehatan atau sendiri setelah melahirkan dilakukan 2 kali sehari, menjaga kebersihan payudara, menggunakan bra yang menopang, memenuhi nutrisi gizi, posisi menyusui atau perlekatan yang baik saat menyusui, tidak selalu memberikan susu formula, dan lebih menambah wawasan dan pengalaman mengenai perawatan payudara. Sehingga dengan begitu, tidak ada masalah pada ibu nifas dan mencegah terjadinya bendungan ASI. Selain itu diharapkan pula kepada tenaga kesehatan memberikan Komunikasi, Edukasi dan Informasi (KIE) mengenai layanan tentang perawatan payudara, serta upaya ibu nifas mau belajar dan mau melakukan perawatan payudara rutin, karena memiliki manfaat yang sangat baik untuk mencegah bendungan ASI dan memperlancar ASI.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aulya, Y. (2021). Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Bendungan ASI Pada Ibu Nifas. <https://jurnal.umsb.ac.id/index.php/menamedika/article/view/2418>
- Ariendha, DSR. (2019). Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Tentang Manajemen Laktasi Dengan Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif. <https://uit.e-journal.id/JF/article/view/530>



- Gustrini, R. (2021). Perawatan Payudara untuk Mencegah bendungan ASI Pada Ibu Post Partum  
<https://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/micajo/article/view/6653>
- Impartina, A. (2017). Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Teknik Menyusui Dengan Kejadian Bendungan ASI.  
<https://jurnalnasional.ump.ac.id/index.php/medisains/article/view/2080>
- Prawirohardjo, Sarwono. (2016). Ilmu Kebidanan. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Rosita, E. (2017). Hubungan Perawatan Payudara Pada Ibu Nifas Dengan Bendungan Asi.  
<http://repository.poltekkes-kdi.ac.id/503/1/SKRIPSI%20LENGKAP.pdf>
- Setyaningsih, R. (2020). Efektifitas Teknik Breast Care Terhadap Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Dengan Seksio Sesaria.  
<https://studentjournal.umpo.ac.id/index.php/HSJ/article/view/75>
- Yuliana. (2017). Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Nifas Dengan Sikap Dalam Melakukan Perawatan Payudara Di Rumah Sakit Kartika Husada Kabupaten Kubu Raya.  
<http://jurnal.akpb-pontianak.ac.id/index.php/123akpb/article/view/62>