



HUBUNGAN PERAWATAN PAYUDARA DENGAN BENDUNGAN ASI PADA IBU MENYUSUI DI WILAYAH UPTD PUSKESMAS JEULINGKE KECAMATAN SYIAH KUALA KOTA BANDA ACEH

Syarifah Ayu Diana¹, Kiki Rezeki Amalia², Nia Hairu Novita³

^{1,2,3} Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Abulyatama,
Jl. Blangbintang Lama, Aceh Besar, Indonesia

* Email korespondensi: [syarifayahayudiana@gmail.com](mailto:syarifahayudiana@gmail.com)

Diterima 7 Januari 2023; Disetujui 16 April 2023; Dipublikasi 29 April 2023

Abstract: *The postpartum period is the most vulnerable period to pain. The incidence of breast milk dams in Indonesia is highest in working mothers as much as 16%. The wrong way of feeding can lead to milk dams. Other causes are poor breast suction, restriction of the frequency or duration of breastfeeding and lack of knowledge to do breast care during pregnancy. Narrowing of the active duct in the breast can also occur if the mother has nipple abnormalities (for example, flat, immersed and long nipples). This study aims to determine the factors of breast care with breast milk dam in the working area of UPTD Community Health Center Jeulingke District Jeulingke Banda Aceh City in 2023. This type of research is with a cross sectional approach carried out in July 2023. The population in this study was all breastfeeding mothers in the UPTD Puskesmas Jeulingke area. The sampling technique in this study is a total sampling of 53 samples. The data was analyzed by performing a chi-square analysis test. The results showed that 22 respondents (41.50%) experienced breast milk dams. The test results on the breast care factor ($p = 0.008$), that the p value < 0.05 means that there is a relationship between independent factors and breast milk dams. There is a relationship between the factors studied with the ASI dam in the working area of UPTD Puskesmas Jeulingke, Syiah Kuala District, Banda Aceh City, it is expected that the research site will improve the quality of health services and carry out health promotion as an effort to prevent breast milk dams through counseling by health workers owned*

Keywords: Milk Dams, Breastfeeding Mothers, Breast Care

Abstrak: Periode *postpartum* merupakan masa paling rentan terjadinya angka kesakitan. Kejadian bendungan ASI di Indonesia terbanyak pada ibu-ibu bekerja sebanyak 16%. Cara menyusui yang salah dapat menyebabkan bendungan ASI. Penyebab lain yaitu hisapan yang buruk pada payudara, pembatasan frekuensi atau durasi menyusui dan kurangnya pengetahuan untuk melakukan perawatan payudara selama kehamilan. Penyempitan duktus laktiferus pada payudara dapat pula terjadi bila ibu memiliki kelainan puting susu (misalnya puting susu datar, terbenam dan panjang). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor perawatan payudara dengan bendungan ASI di wilayah kerja UPTD Puskesmas Jeulingke Kecamatan Jeulingke Kota Banda Aceh tahun 2023. Jenis penelitian ini adalah dengan pendekatan *cross sectional* dilaksanakan pada bulan Juli 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu menyusui di wilayah UPTD Puskesmas Jeulingke. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah total sampling yaitu 53 sampel. Data dianalisis dengan melakukan uji analisis *chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 22 responden (41,50%) mengalami bendungan ASI. Hasil uji terhadap faktor perawatan payudara ($p = 0,008$), bahwa nilai $p < 0,05$ dapat diartikan ada hubungan faktor independen dengan bendungan ASI. Ada hubungan faktor yang diteliti dengan bendungan ASI di wilayah kerja UPTD Puskesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Kota Banda Aceh diharapkan kepada tempat penelitian untuk meningkatkan mutu pelayanan kesehatan serta melakukan promosi kesehatan sebagai upaya pencegahan bendungan ASI melalui penyuluhan oleh tenaga kesehatan yang dimiliki.

Kata Kunci: Bendungan ASI, Ibu Menyusui, Perawatan Payudara

PENDAHULUAN

Masa nifas (*puerperium*) dimulai setelah plasenta lahir dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil. Masa nifas berlangsung selama kira-kira 6 minggu atau 42 hari, namun secara keseluruhan akan pulih dalam waktu 3 bulan (Wilujeng and Hartati, 2018). Pada masa nifas, ibu akan melewati fase menyusui, salah satu cara dalam memberikan makanan yang ideal bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi yang sehat. Menyusui tidak selamanya dapat berjalan dengan normal, tidak sedikit ibu mengeluh seperti adanya pembengkakan payudara akibat penumpukan ASI, karena pengeluaran ASI yang tidak lancar atau pengisapan yang kurang baik oleh bayi. Masalah pada masa nifas masih banyak terjadi pada ibu postpartum salah satunya bendungan ASI (Yanti, 2017).

Bendungan air susu terjadi yaitu karena penyempitan *duktus laktiferi* atau oleh kelenjar-kelenjar yang tidak dikosongkan dengan sempurna, atau karena kelainan pada puting susu. Keluhan yang dirasakan antara lain payudara bengkak, keras, nyeri. Penanganan sebaiknya dimulai selama hamil dengan perawatan payudara untuk mencegah terjadinya kelainan-kelainan dan tetap berlanjut sampai masa nifas.

Menurut data WHO terbaru pada tahun 2019 di Amerika Serikat persentase perempuan menyusui yang mengalami bendungan ASI rata-rata sebanyak 7.345 (87,05%) dari 15.760 ibu nifas, pada tahun 2018 ibu yang mengalami bendungan ASI sebanyak 8.821 (66,87%) dari

12.474 ibu nifas, dan pada tahun 2017 terdapat ibu yang mengalami bendungan ASI sebanyak 8.623 (66,34%) dari 10.243 ibu nifas (WHO, 2019).

Payudara yang terbenjeng membesar, membengkak, dan sangat nyeri. Payudara dapat terlihat mengkilat dan edema dengan daerah eritema difus. Puting susu teregang menjadi rata, ASI tidak mengalir dengan mudah, dan bayi sulit mengenyut untuk menghisap ASI. Wanita kadang-kadang menjadi demam (Neyda, 2017). Berdasarkan penelitian Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan RI pada tahun 2019 kejadian bendungan ASI di Indonesia terbanyak terjadi pada ibu-ibu bekerja sebanyak 16% dari ibu menyusui (Kemenkes, 2020).

Survey Sosial Ekonomi Daerah (2019), kejadian bendungan ASI pada ibu menyusui 13% terjadi di perkotaan dan 2-13% terjadi di pedesaan Peningkatan kejadian bendungan ASI sangat berpengaruh terhadap ketidak berhasilan dalam memberikan ASI kepada bayinya. Menurut data Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2019 menyebutkan bahwa terdapat ibu nifas yang mengalami bendungan ASI sebanyak 35.985 orang (15,60%) , serta pada tahun 2020 Ibu nifas yang mengalami bendungan ASI sebanyak 77.231 orang (37,12%).

Cakupan pelayanan ibu nifas cenderung berfluktuasi, dimana tahun 2021 dengan cakupan sebesar 77% mengalami penurunan jika dibandingkan dengan tahun 2020 yaitu sebesar 78%, Kemungkinan besar rendahnya cakupan pelayanan ibu nifas dipengaruhi oleh masih

rendahnya kesedaran Ibu nifas untuk memeriksakan dirinya ke pelayanan kesehatan karena tidak ada keluhan (Profil Dinkes Aceh, 2021).

Berdasarkan data cakupan ibu nifas di wilayah kerja UPTD Puskesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Kota Banda Aceh pada periode 2022 didapatkan ada 362 ibu nifas dan yang 135 sebesar (37,2%) ibu mengalami bendungan ASI, pada periode Januari sampai dengan April 2023 dengan jumlah ibu nifas 53 didapatkan ada 19 ibu nifas sebesar (33,9%) dengan bendungan ASI. (UPTD Puskesmas Jeulingke, 2022).

Berdasarkan hasil survey awal pada 5 orang ibu menyusui mengatakan dengan kondisi 3 ibu menyusui mengeluh payudara bengkak, dan nyeri saat dihisap, bayi tidak mau menyusu, 1 ibu dengan putting susu lecet, dan 1 ibu mengatakan menyusui saat bayi terbangun saja. sehingga, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini dengan tujuan untuk mengetahui hubungan perawatan payudara dengan bendungan ASI pada ibu menyusui di wilayah UPTD Puskesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Kota Banda Aceh Tahun 2023

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan dari bulan mei sampai dengan bulan Juli tahun 2023 di wilayah kerja UPTD Puskesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Kota Banda Aceh. Penelitian ini merupakan penelitian *observasional analitik* dengan pendekatan *cross sectional* dengan tujuan untuk mengetahui hubungan perawatan payudara dengan bendungan ASI pada ibu menyusui di

wilayah UPTD Puskesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Kota Banda Aceh Tahun 2023

Sampel adalah objek yang akan diteliti dan dapat mewakili dari keseluruhan populasi. Sampel dalam penelitian ini adalah semua ibu yang menyusui yang berdomisili di wilayah kerja UPTD Puskesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Kota Banda Aceh Tahun 2023 dengan jumlah 53 orang ibu nifas sampai kunjungan nifas ke empat atau 6 minggu setelah persalinan. Teknik pengambilan sampel yang digunakan *total sampling*, yaitu jumlah pengambilan sampel sama dengan jumlah populasi. Analisa data yang digunakan pada penelitian ini adalah Analisa *Univariat* dan Analisa *Bivariat*.

HASIL PENELITIAN

A. Karakteristik Responden

Responden dalam penelitian ini adalah seluruh ibu menyusui, bersedia menjadi responden yang berada di wilayah kerja UPTD Puskesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Kota Banda Aceh Tahun 2023. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 53 orang. Distribusi frekuensi karakteristik responden (umur, dan status pekerjaan) disajikan pada Tabel 1 sebagai berikut.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Umur di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Kota Banda Aceh Tahun 2023

Umur Responden	f	Persentase (%)
<25 tahun	8	15,09
25 – 30 tahun	13	24,52
>30 tahun	32	60,37
Jumlah	53	100

Dari Tabel 1 di atas dapat dilihat bahwa frekuensi umur tertinggi sebanyak 32 responden (60,37%) berusia antara 31- 45 tahun, sebanyak

13 responden (24,37%) berusia antara 25-30 tahun dan sebanyak 8 responden (15,09%) berusia antara >25 tahun.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Pekerjaan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Kota Banda Aceh Tahun 2023

Pekerjaan	f	Persentase (%)
Bekerja	17	32,07
Tidak bekerja	36	67,94
Jumlah	53	100

Dari tabel 2 di atas dapat dilihat bahwa frekuensi responden berdasarkan pekerjaan sebanyak 36 responden (67,92%) adalah ibu rumah tangga atau tidak bekerja sedangkan sebanyak 17 responden (32,07%) bekerja.

B. Analisa Univariat

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Perawatan Payudara di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Kota Banda Aceh Tahun 2023

No	Perawatan Payudara	f	Persentase (%)
1	Baik	21	39,62
2	Kurang	32	56,50
	Jumlah	53	100

Dari tabel 3 di atas juga dapat dilihat bahwa sebanyak 32 responden (56,50%) ibu kurang melakukan perawatan payudara, sementara sebanyak 21 responden (39,62%) ibu melakukan perawatan payudaranya.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Bendungan ASI di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Kota Banda Aceh Tahun 2023

No	Bendungan ASI	f	Persentase (%)
1	Mengalami	22	41,50
2	Tidak mengalami	31	58,49
	Jumlah	53	100

Dari Tabel 4 di atas juga dapat dilihat ibu menyusui mengalami bendungan ASI sebanyak 22 responden (41,50%) dan sebanyak 31 responden (58,49%) tidak mengalami bendungan ASI selama menyusui.

C. Analisa Bivariat

Tabel 5. Hubungan perawatan payudara dengan bendungan ASI di Wilayah Kerja Puskesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Kota Banda Aceh tahun 2023 sebagai berikut:

No	Perawatan Payudara	Bendungan ASI				Jumlah		Nilai value
		Mengalami		Tidak mengalami		f	%	
		f	%	f	%	f	%	
1	Kurang	28	52,83	4	7,54	32	60,37	0,008
2	Baik	7	13,20	14	26,41	21	39,62	

Berdasarkan tabel 5 di atas hasil tabulasi silang antara perawatan payudara dengan bendungan ASI diperoleh data dari 53 responden terdapat 32 responden (60,37%) termasuk dalam kategori kurang dalam melakukan perawatan payudara, 28 responden (52,83%) mengalami bendungan ASI dan 4 responden (7,54%) tidak mengalami bendungan ASI. Hasil analisa statistik dengan menggunakan uji *chi-square* diperoleh nilai *probability* 0,008 atau $p < 0,05$ dapat diartikan bahwa ada hubungan perawatan payudara dengan bendungan ASI.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan dari 53 responden bahwa perawatan payudara dengan kategori kurang sebanyak 32 responden (56,50%), terdapat 4 responden (7,54%) yang tidak mengalami bendungan ASI dan sebanyak 28 responden (52,83%) mengalami bendungan ASI. Sementara untuk kategori perawatan

payudara baik dari 21 responden (39,62%), terdapat 14 responden (26,41%) tidak mengalami bendungan ASI dan 7 orang responden (13,20%) mengalami bendungan ASI.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Shinta Anggraeni tahun 2016 tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan terjadinya pembengkakan payudara pada ibu *post partum* di Rumah Sakit Pondok Indah Jakarta bahwa responden yang terjadi pembengkakan payudara lebih tinggi pada kondisi puting susu yang lecet sebanyak 89,4% (42 responden) dibandingkan dengan pembengkakan payudara pada kondisi puting susu yang tidak lecet 22,2% (10 responden). Hasil uji chi square didapatkan ada hubungan antara perawatan payudara dengan terjadinya pembengkakan payudara di Rumah Sakit Pondok Indah ($p\text{-value}= 0,000; \alpha= 0,05$).

Pada masa nifas perawatan payudara yang dilaksanakan, oleh pasien maupun dibantu orang lain yang dilaksanakn mulai hari pertama setelah melahirkan bertujuan untuk melancarkan sirkulasi darah dan mencegah tersumbatnya aliran susu sehingga memperlancar pengeluaran ASI, serta menghindari terjadinya pembekakan dan kesulitan menyusui, selain itu juga menjaga kebersihan payudara agar tidak mudah terkena infeksi.

Berdasarkan asumsi peneliti bahwa perawatan payudara bermanfaat melancarkan reflek pengeluaran ASI, sehingga tidak terjadi bendungan ASI. Ibu yang rutin melakukan perawatan payudara seperti membersihkan puting dengan air hangat setiap habis mandi untuk menjaga kebersihannya, menghindari penggunaan sabun yang bisa membuat bagian puting kering, lapisan puting mengelupas dan muncul rasa sakit ketika menyusui. Sebagian ibu

masih berpengetahuan kurang, mereka tidak mengetahui perawatan payudara tidak hanya melakukan masase saja, tetapi mengompres payudara dengan minyak 3-4 menit, pengenyalan putting susu, dan penonjolan putting susu ditarik sebanyak 20 x juga penting untuk dilakukan.

PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah peneliti lakukan di wilayah kerja UPTD Puskesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Kota Banda Aceh Tahun 2023 maka dapat disimpulkan bahwa bendungan ASI terjadi pada 24 responden (45,28%) dengan perawatan payudara yang kurang terdapat 32 responden (56,50%) mengalami bendungan ASI dengan hasil uji statistik menggunakan uji *chi square* dengan tingkat kepercayaan 95% dengan $\alpha = 0,05$ diperoleh nilai $p < 0,05$ menunjukkan bahwa ada hubungan antara perawatan payudara dengan bendungan ASI.

Saran

Adapun saran dari peneliti untuk ibu menyusui agar menambah pengetahuan tentang faktor-faktor bendungan ASI dan untuk Puskesmas Jeulingke agar hasil penelitian ini dapat menjadi bahan acuan dan evaluasi agar dapat meningkatkan pelayanan kebidanan khususnya pada studi factor yang berhubungan dengan bendungan ASI pada ibu menyusui di wilayah kerja UPTD Puskesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Kota Banda Aceh Tahun 2023.

DAFTAR PUSTAKA

- Dinkes Aceh. 2021. *Profil Kesehatan Aceh 2020*. 148, 193.
- Kepmenkes, RI. 2020. *Tentang Standar Profesi Bidan*. Jakarta: Kepmenkes RI
- Nevyda RA. *Hubungan Frekuensi dan Durasi Pemberian ASI dengan Kejadian Bendungan ASI pada Ibu Nifas* [Internet]. Mojokertp;2017.Available from: <http://repository.poltekkesmajapahit.ac.id/index.php/PUBKEB/article/view/310>
- WHO (*World Health Organization*). 2017. World Health Statistics.
- Yanti. 2021. *Asuhan Kebidanan Ibu Nifas Dengan Bendungan Asi Di Tempat Praktik Mandiri Bidan Desa Sriminosari Labuhan Maringgai Lampung Timur* (Doctoral dissertation, Poltekkes Tanjungkarang).
- Wilujeng, R. D. and Hartati, A. (2018) '*Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas*', Akademi Kebidanan Griya Husada Surabaya, p. 82