

## Hubungan Perah ASI, Perawatan Payudara dan Teknik Menyusui dengan Kejadian Bendungan ASI pada Ibu Nifas

Wulan Maharani<sup>1</sup>, Ageng Septa Rini<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan  
Universitas Indonesia Maju

Jln. Harapan No. 50, Lenteng Agung, Jakarta Selatan. 12610, Indonesia

Email: wulanmaharanineng@gmail.com<sup>1</sup>

### Abstrak

**Latar Belakang:** Menurut WHO tahun 2015 di Amerika Serikat persentase perempuan menyusui yang mengalami bendungan ASI rata-rata mencapai 87,05%. Perah ASI adalah ASI yang didapatkan dengan cara diperah dari payudara untuk kemudian disimpan dan nantinya diberikan pada bayi. Perawatan payudara merupakan perawatan payudara yang dilakukan pada ibu pasca melahirkan/nifas untuk melancarkan sirkulasi darah dan mencegah tersumbatnya saluran susu sehingga memperlancar pengeluaran ASI. Teknik menyusui yang benar adalah cara memberikan ASI kepada bayi dengan perlekatan dan posisi ibu dan bayi dengan benar.

**Tujuan:** Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan perah ASI, perawatan payudara dan teknik menyusui dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas.

**Metode:** Metodologi Penelitian ini termasuk penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan *cross-sectional*, sampel dalam penelitian ini diambil menggunakan *total sampling* yaitu sebanyak 50 orang. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Data di olah dengan menggunakan SPSS 18 dengan uji statistik *chi-square test*.

**Hasil:** Hasil uji statistik *Chi-square* variabel perah ASI ( $P\text{-value} = 0,012$ ), perawatan payudara ( $P\text{-value} = 0,005$ ), dan teknik menyusui ( $P\text{-value} = 0,002$ ).

**Kesimpulan:** Ada hubungan perah ASI, perawatan payudara dan teknik menyusui dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas di BPM Bidan M Mangunreja tahun 2021.

**Kata kunci:** bendungan asi, ibu nifas, perah asi, perawatan payudara, teknik menyusui

Editor: TMH

Hak Cipta:

©2024 Artikel ini memiliki akses terbuka dan dapat di distribusikan berdasarkan ketentuan Lisensi Atribusi Creative Commons, yang memungkinkan penggunaan, distribusi dan reproduksi yang tidak dibatasi dalam media apa pun, asalkan nama penulis dan sumber asli disertakan. Karya ini dilisensikan dibawah **Lisensi Creative Commons Attribution Share Alike 4.0 Internasional**.

### Pendahuluan

Masa setelah persalinan atau sering disebut masa nifas (*puerperium*) merupakan masa yang dimulai setelah kelahiran plasenta dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil. Asuhan masa nifas diperlukan karena masa ini merupakan masa kritis bagi ibu maupun bayinya karena pada masa ini ibu dan bayi sangat memerlukan perhatian yang lebih karena rentan sekali timbulnya penyulit dan penyulit yang sering dialami kebanyakan ibu nifas diantaranya adalah perdarahan, infeksi dan depresi masa nifas, bendungan asi, mastitis.<sup>1</sup>

Salah satu masalah pada masa nifas diantaranya adalah payudara bengkak atau bendungan 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 kesaluran air susu ibu sehingga terjadinya peningkatan aliran vena dan limfe yang menyebabkan payudara bengkak. *Breast Engorgment* (bendungan ASI) kebanyakan terjadi pada hari kedua sampai hari kesepuluh postpartum. Sebagian besar keluhan pasien adalah payudara bengkak, keras dan terasa panas.<sup>2</sup> Bendungan ASI adalah terjadinya pembengkakan pada payudara karena peningkatan aliran vena dan limfe sehingga menyebabkan bendungan ASI dan rasa nyeri disertai kenaikan suhu badan. Bendungan ASI dapat terjadi karena adanya penyempitan duktus laktiferus pada payudara ibu dan dapat terjadi bila ibu memiliki kelainan puting susu misalnya puting susu datar, terbenam dan cekung.<sup>3</sup> Kejadian ini biasanya disebabkan karena air susu yang terkumpul tidak segera dikeluarkan sehingga menjadi sumbatan. Gejala yang sering muncul pada saat terjadi bendungan ASI antara lain payudara bengkak, payudara terasa panas dan keras, payudara terasa nyeri saat ditekan, payudara berwarna kemerahan dan suhu tubuh ibu sampai 38°C. apabila kejadian ini berkelanjutan dapat mengakibatkan terjadinya mastitis dan abses payudara. Bendungan ASI tersebut dapat dicegah dengan cara perawatan payudara yang dapat dilakukan oleh ibu. Selain perawatan payudara dapat mencegah terjadinya bendungan ASI juga dapat memperlancar proses laktasi.<sup>3</sup>

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.<sup>4</sup> Menurut data *Association of Southeast Asian Nations* (ASEAN) pada tahun 2014 disimpulkan bahwa presentase cakupan kasus bendungan ASI pada ibu nifas di 10 negara yaitu Indonesia, Thailand, Malaysia, Singapura, Filipina, Brunei Darussalam, Vietnam, Laos, Myanmar dan Kamboja tercatat 107.654 ibu nifas, pada tahun 2015 terdapat ibu nifas yang mengalami bendungan ASI sebanyak 95.698 (66,87%) ibu nifas, serta pada tahun 2016 ibu yang mengalami bendungan ASI sebanyak 76.543 (71,10%) dengan angka tertinggi terjadi di Indonesia (37,12 %).<sup>5</sup>

Peningkatan kejadian Bendungan ASI sangat berpengaruh terhadap masa nifas karena ketidak berhasilan dalam memberikan ASI kepada bayinya. Salah satu tidak tercapainya ASI eksklusif yaitu bayi tidak mendapat ASI yang cukup serta produksi ASI meningkat, terlambat menyusukan, hubungan dengan bayi (*bonding*) kurang baik, dan dapat pula karena adanya pembatasan waktu menyusui hingga dapat terjadinya peradangan pada payudara ibu dan secara palpasi terasa keras, kadang terasa nyeri serta seringkali disertai peningkatan suhu badan ibu, dan terdapat tanda-tanda kemerahan dan demam.<sup>6</sup>

Perah ASI dan teknik menyusui yang kurang tepat dapat mengakibatkan masalah-masalah pada payudara yang terjadi selama proses menyusui yang disebabkan oleh bayi tidak menyusui sampai ke areola. Teknik menyusui merupakan faktor penting dibandingkan faktor resiko lainnya yang dapat meningkatkan terjadinya bendungan ASI. Posisi dan perlekatan bayi pada payudara ibu secara tepat dalam teknik menyusui akan mengurangi kemungkinan terjadi masalah dalam proses menyusui seperti lecet pada puting dan bendungan pada ibu.<sup>7</sup> Perah ASI adalah ASI yang didapatkan dengan cara diperah dari payudara untuk kemudian disimpan dan nantinya diberikan pada bayi. Memerah bisa secara manual menggunakan tangan atau menggunakan alat bantu pompa ASI atau bisa juga menggunakan keduanya secara bergantian tergantung kondisi. Penelitian yang

telah dilakukan oleh Sripina Ulandari pada tahun 2019. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif, jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 30 orang. Hasil analisis data menunjukkan bahwa nilai thitung variabel (X1) Perah ASI, (Y) bendungan ASI pada ibu nifas yaitu  $2,437 > t_{0,05} (2,048)$ . Maka ada hubungan yang signifikan dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas. Nilai F-hitung yaitu  $58,088 > \text{nilai } F_{0,05} (3,340)$  membuktikan bahwa variabel bebas berpengaruh secara signifikan dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas. Nilai *R-Square* sebesar 0,811 (81,1%).<sup>7</sup>

Perawatan payudara merupakan perawatan payudara yang dilakukan pada ibu pasca melahirkan. Penelitian yang telah dilakukan oleh Elis Pitria pada tahun 2018. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif analitik dengan rancangan penelitian *cross-sectional* yaitu yaitu suatu metode pengambilan data yang dilakukan pada suatu waktu yang bersamaan. Ibu postpartum yang mengalami bendungan ASI sebanyak 56,3% dan hanya 43,7% yang tidak mengalami bendungan ASI. Ibu yang melakukan perawatan payudara dengan kategori terbanyak kurang baik (62,5%) dan sedikit pada kategori baik (37,5%). Dari hasil uji Chi-square menggunakan SPSS diperoleh nilai  $X^2$  hitung lebih besar dari  $X^2$  tabel ( $12,2 > 3,8$ ), dengan demikian maka hipotesis diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara Perawatan Payudara dengan Kejadian Bendungan ASI pada Ibu Post Partum di Ruang Kebidanan di RSUD Kota Kendari Tahun 2018.<sup>8</sup>

Teknik yang salah dalam menyusui dapat mengakibatkan puting susu menjadi lecet dan menimbulkan rasa nyeri pada saat menyusui. Akibat ibu tidak mau menyusui bayinya dan terjadi bendungan ASI. Penelitian yang telah dilakukan oleh Rafita Dewi pada tahun 2017. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan teknik menyusui dan praktik breast care terhadap kejadian bendungan ASI di BPS Ponirah Margorejo Kecamatan Metro Selatan Kota Metro Tahun 2017. Pengambilan sampel pada penelitian ini adalah Sampling Jenuh. Metode pengumpulan data adalah observasi dengan menggunakan alat bantu *checklist*. Analisa data yang digunakan yaitu analisis univariat dan analisis bivariat dengan uji statistik *chi-square*. Hasil penelitian didapatkan karakteristik responden rata-rata berusia 20-30 tahun dan rata-rata paritas yaitu paritas satu. Analisis univariat didapatkan hasil yang mengalami bendungan ASI 14 responden dan sebanyak 23 (65,7%) responden telah melakukan teknik menyusui dengan benar. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara teknik menyusui terhadap kejadian bendungan ASI melalui uji *chi-square* diperoleh  $p\text{-value } 0,004 < \alpha, (\alpha=0,05)$ .<sup>9</sup>

Dampak bendungan ASI yaitu statis pada pembuluh limfe akan mengakibatkan tekanan intraduktal yang akan mempengaruhi berbagai segmen pada payudara, sehingga tekanan seluruh payudara meningkat, akibatnya payudara sering terasa penuh, tegang, dan nyeri walaupun tidak disertai dengan demam. Pada ibu yang mengalami bendungan ASI menyusui pun akan terhambat karena ibu merasa sakit dan nyeri pada payudara sehingga ibu takut atau malas untuk menyusui. Hal itu mengakibatkan bayi tidak disusui secara adekuat, sehingga ASI terkumpul pada duktus laktiferus yang mengakibatkan terjadinya pembengkakan. Bendungan ASI yang tidak disusukan secara adekuat akhirnya terjadi mastitis.<sup>10</sup>

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah peneliti lakukan pada 10 ibu nifas di BPM Bidan M Mangunreja pada 12 April 2021, didapatkan 7 ibu mengatakan bahwa payudara terasa bengkak, keras dan panas, dari 10 responden terdapat 6 ibu yang mengatakan bekerja di luar rumah dan kurang teratur untuk memompa ASI, sehingga payudara menjadi mengeras atau menimbulkan rasa

nyeri. Diantara 10 ibu ada 8 ibu yang mengatakan tidak pernah mengompres payudara, membersihkan puting dengan kasa atau memijat payudara. Serta 7 dari 10 ibu mengatakan bahwa tidak menyusui dengan benar karena kadang putting terasa nyeri dan mulut bayi bunyi saat menghisap.

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan tersebut penulis tertarik melakukan penelitian mengenai hubungan perah ASI, perawatan payudara dan teknik menyusui dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas di BPM Bidan M Mangunreja tahun 2021. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan perah ASI, perawatan payudara dan teknik menyusui dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas di BPM Bidan M Mangunreja tahun 2021.

## Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan metode penelitian deskriptif analitik.<sup>11</sup> Penelitian ini menggunakan rancangan *cross-sectional* atau potong lintang. Penelitian ini dilakukan di BPM Bidan M Mangunreja. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini ialah kuesioner yaitu teknik pengumpulan data yang dikerjakan dengan cara memberi seperangkat pernyataan tertulis pada responden untuk dijawabnya.<sup>12</sup> Responden dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas di BPM Bidan M Mangunreja bulan Agustus-September tahun 2021. Populasi penelitian ialah keseluruhan obyek penelitian, atau disebut juga universe.<sup>13</sup> Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas di BPM Bidan M Mangunreja bulan Agustus-September tahun 2021 yaitu sebanyak 50 responden. Sampel penelitian ialah sebagian yang diambil dari keseluruhan obyek yang diteliti yang dianggap mewakili terhadap seluruh populasi dan diambil dengan memakai teknik tertentu.<sup>13</sup> Sampel dalam penelitian ini diambil menggunakan *total sampling* yaitu semua populasi yang ada dijadikan sebagai sampel penelitian yaitu seluruh ibu nifas di BPM Bidan M Mangunreja bulan Agustus-September tahun 2021.

Dalam penelitian ini menggunakan uji *Chi-square* karena variabel yang dihubungkan terdiri dari variabel independen dalam bentuk kategorik dan variabel dependen dalam bentuk kategorik. Pengolahan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *SPSS Statistic For Windows Versi 18*. Yang hasilnya meliputi deskriptif data (univariat) dan bivariat. Analisis univariat adalah analisis yang dilakukan terhadap tiap variabel dari hasil penelitian. Setelah itu dilakukan analisis bivariat.<sup>14</sup> Melalui uji statistik *Chi-Square* akan di peroleh nilai *P-value* dimana didalam penelitian ini menggunakan tingkat kemaknaan 5% (0,05). Untuk melihat ada tidaknya hubungan antara variabel dependen dengan variabel independen serta apakah hubungan yang dihasilkan tersebut bermakna atau tidak, jika kedua variabel tersebut mempunyai nilai *P-value* < 0,05 artinya terdapat hubungan yang bermakna antara kedua variabel tersebut maka H0 ditolak dan Ha diterima, jika nilai *P-value* > 0,05 maka tidak ada hubungan yang bermakna antara variabel tersebut yang artinya H0 diterima dan Ha ditolak dan untuk mengetahui besarnya peluang yaitu dapat dilihat dari nilai *Odds Ratio* (OR).

## Hasil

### Analisis Univariat

**Tabel 1.** Distribusi frekuensi kejadian bendungan ASI pada ibu nifas, perah ASI, perawatan payudara dan teknik menyusui

Variabel	Frekuensi (F)	Persentase (%)
<b>Kejadian Bendungan ASI</b>		
Tidak Mengalami	23	46,0
Mengalami	27	56,0
<b>Perah ASI</b>		
Melakukan	22	44,0
Tidak Melakukan	28	56,0
<b>Perawatan Payudara</b>		
Melakukan	21	42,0
Tidak Melakukan	29	58,0
<b>Teknik Menyusui</b>		
Baik	20	40,0
Tidak Baik	30	60,0

Berdasarkan tabel 1 distribusi frekuensi kejadian bendungan ASI pada ibu nifas di BPM Bidan M Mangunreja tahun 2021, menunjukkan bahwa dari 50 responden dapat diketahui bahwa sebagian besar responden mengalami bendungan ASI yaitu sebanyak 27 responden (56,0%), sedangkan responden yang tidak mengalami bendungan ASI yaitu sebanyak 23 responden (46,0%). Distribusi frekuensi perah ASI di BPM Bidan M Mangunreja tahun 2021, menunjukkan bahwa dari 50 responden terdapat sebagian besar responden tidak melakukan perah ASI yaitu sebanyak 28 responden (56,0%), sedangkan responden yang melakukan perah ASI yaitu sebanyak 22 responden (44,0%). Distribusi frekuensi perawatan payudara di BPM Bidan M Mangunreja tahun 2021, menunjukkan bahwa dari 50 responden sebagian besar responden tidak melakukan perawatan payudara yaitu sebanyak 29 responden (58,0%), sedangkan responden yang melakukan perawatan payudara yaitu sebanyak 21 responden (42,0%). Distribusi frekuensi teknik menyusui di BPM Bidan M Mangunreja tahun 2021, menunjukkan bahwa dari 50 responden sebagian besar responden dengan teknik menyusui tidak baik yaitu sebanyak 30 responden (60,0%), sedangkan responden dengan teknik menyusui baik yaitu sebanyak 20 responden (40,0%).

### Analisis Bivariat

**Tabel 2.** Hubungan perah ASI, perawatan payudara dan teknik menyusui dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas di BPM Bidan M Mangunreja tahun 2021

Variabel Penelitian	Kejadian Bendungan ASI pada Ibu Nifas				Total		P-Value	OR
	Tidak Mengalami		Mengalami					
	N	%	N	%	N	%		
Perah ASI								
Melakukan	15	68,2	7	31,8	22	100	0,012	5.357
Tidak Melakukan	8	28,6	20	71,4	28	100		
Perawatan Payudara								
Melakukan	15	71.4	6	28.6	21	100	0.005	6.563



Tidak Melakukan	8	27,6	21	72,4	29	100		
<b>Teknik Menyusui</b>								
Baik	15	75,0	5	25,0	20	100	0,002	8,250
Tidak Baik	8	26,7	22	73,3	30	100		

Berdasarkan tabel 2 analisis hubungan perah ASI dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas di BPM Bidan M Mangunreja tahun 2021, diperoleh bahwa dari 28 responden yang tidak melakukan perah ASI yang mengalami bendungan ASI yaitu sebanyak 20 responden (71,4%), dan yang tidak mengalami bendungan ASI sebanyak 8 responden (28,6%). Sedangkan dari 22 responden yang melakukan perah ASI yang tidak mengalami bendungan ASI yaitu sebanyak 15 responden (68,2%) dan yang mengalami bendungan ASI yaitu sebanyak 7 responden (31,8%).

Hasil uji statistik *Chi-square* diperoleh nilai  $P\text{-value} = 0,012$  dimana nilai  $P\text{-value} < \alpha$  (0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara perah ASI dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas di BPM Bidan M Mangunreja tahun 2021. Nilai  $P\text{-value}$  didapatkan dari *Continuity Correction* karena berdasarkan hasil pengolahan program SPSS didapatkan keterangan dari tabel 2x2 tidak terdapat nilai *expected count* kurang dari 5, dan memiliki nilai *Odds Ratio* sebesar 5.357 artinya responden yang tidak melakukan perah ASI memiliki peluang 5 kali untuk mengalami bendungan ASI dibandingkan dengan responden yang melakukan perah ASI.

Berdasarkan tabel 2 analisis hubungan perawatan payudara dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas di BPM Bidan M Mangunreja tahun 2021, diperoleh bahwa dari 29 responden yang tidak melakukan perawatan payudara yang mengalami bendungan ASI yaitu sebanyak 21 responden (72,4%), dan yang tidak mengalami bendungan ASI sebanyak 8 responden (27,6%). Sedangkan dari 21 responden yang melakukan perawatan payudara yang tidak mengalami bendungan ASI yaitu sebanyak 15 responden (71,4%) dan yang mengalami bendungan ASI yaitu sebanyak 6 responden (28,6%). Hasil uji statistik *Chi-square* diperoleh nilai  $P\text{-value} = 0,005$  dimana nilai  $P\text{-value} < \alpha$  (0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara perawatan payudara dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas di BPM Bidan M Mangunreja tahun 2021. Nilai  $P\text{-value}$  didapatkan dari *Continuity Correction* karena berdasarkan hasil pengolahan program SPSS didapatkan keterangan dari tabel 2x2 tidak terdapat nilai *expected count* kurang dari 5, dan memiliki nilai *Odds Ratio* sebesar 6.563 artinya responden yang tidak melakukan perawatan payudara memiliki peluang 7 kali untuk mengalami bendungan ASI dibandingkan dengan responden yang melakukan perawatan payudara.

Berdasarkan tabel 2 analisis hubungan teknik menyusui dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas di BPM Bidan M Mangunreja tahun 2021, diperoleh bahwa dari 30 responden dengan teknik menyusui tidak baik yang mengalami bendungan ASI yaitu sebanyak 22 responden (73,3%), dan yang tidak mengalami bendungan ASI sebanyak 8 responden (26,7%). Sedangkan dari 20 responden dengan teknik menyusui baik yang tidak mengalami bendungan ASI yaitu sebanyak 15 responden (75,0%) dan yang mengalami bendungan ASI yaitu sebanyak 5 responden (25,0%). Hasil uji statistik *Chi-square* diperoleh nilai  $P\text{-value} = 0,002$  dimana nilai  $P\text{-value} < \alpha$  (0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara teknik menyusui dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas di BPM Bidan M Mangunreja tahun 2021. Nilai  $P\text{-value}$  didapatkan dari *Continuity Correction* karena berdasarkan hasil pengolahan program SPSS didapatkan keterangan dari tabel 2x2 tidak terdapat nilai *expected count* kurang dari 5, dan memiliki nilai *Odds Ratio* sebesar 8.250 artinya responden dengan teknik menyusui tidak

baik memiliki peluang 8 kali untuk mengalami bendungan ASI dibandingkan dengan responden dengan teknik menyusui baik.

### **Pembahasan**

#### **Hubungan Perah ASI dengan Kejadian Bendungan ASI pada Ibu Nifas di BPM Bidan M Mangunreja tahun 2021**

Berdasarkan hasil analisis bivariat hubungan perah ASI dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas di BPM Bidan M Mangunreja tahun 2021, diperoleh nilai hasil dari uji statistik *Chi-square* yang mana *P-Value* 0,012 dimana nilai *P-value*  $< \alpha$  (0,05) yang berarti  $H_0$  ditolak yang artinya terdapat hubungan yang bermakna antara perah ASI dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas di BPM Bidan M Mangunreja tahun 2021.

Perah ASI adalah ASI yang didapatkan dengan cara diperah dari payudara untuk kemudian disimpan dan nantinya diberikan pada bayi. Memerah bisa secara manual menggunakan tangan atau menggunakan alat bantu pompa ASI atau bisa juga menggunakan keduanya secara bergantian tergantung kondisi. Teknik menyusui merupakan faktor yang penting posisi dan perlekatan bayi pada payudara ibu akan mengurangi kemungkinan terjadinya masalah.<sup>7</sup> ASI diperah secara rutin minimal setiap 2-3 jam dan tidak menunggu payudara terasa penuh. Akan lebih sulit untuk memerah ASI jika payudara sudah bengkak dan terasa nyeri serta akan menyebabkan penurunan produksi ASI.<sup>15</sup>

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Sripina Ulandari pada tahun 2019. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif, jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 30 orang. Hasil analisis data menunjukkan bahwa nilai thitung variabel (X1) Perah ASI, (Y) bendungan ASI pada ibu nifas yaitu  $2,437 > t_{0,05} (2,048)$ . Maka ada hubungan yang signifikan dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas. Nilai F-hitung yaitu  $58,088 > \text{nilai } F_{0,05} (3,340)$  membuktikan bahwa variabel bebas berpengaruh secara signifikan dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas. Nilai *R-Square* sebesar 0,811 (81,1%).<sup>7</sup>

Menurut asumsi peneliti perah ASI adalah metode yang cocok untuk memberikan ASI eksklusif kepada bayi meskipun ibu bekerja di luar rumah, ASI didapatkan dengan cara diperah dari payudara ibu untuk kemudian disimpan dan nantinya diberikan pada bayi. ASI dapat diperah dengan tangan, pompa ASI manual, ataupun pompa ASI elektrik. Jika ibu bekerja di luar rumah dan kurang teratur untuk memompa ASI, sering terjadi kondisi dimana payudara menjadi mengeras atau menimbulkan rasa nyeri, hal ini disebut dengan kondisi bendungan ASI.

#### **Hubungan Perawatan Payudara dengan Kejadian Bendungan ASI pada Ibu Nifas di BPM Bidan M Mangunreja tahun 2021**

Berdasarkan hasil analisis bivariat hubungan perawatan payudara dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas di BPM Bidan M Mangunreja tahun 2021, diperoleh nilai hasil dari uji statistik *Chi-square* yang mana *P-Value* 0,005 dimana nilai *P-value*  $< \alpha$  (0,05) yang berarti  $H_0$  ditolak yang artinya terdapat hubungan yang bermakna antara perawatan payudara dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas di BPM Bidan M Mangunreja tahun 2021.

Perawatan payudara merupakan suatu tindakan untuk merawat payudara terutama pada masa nifas untuk memperlancar pengeluaran ASI.<sup>16</sup> Perawatan payudara tidak hanya dilakukan sebelum melahirkan, tetapi dilakukan setelah melahirkan. Perawatan yang dilakukan terhadap

payudara bertujuan melancarkan sirkulasi darah dan mencegah sumbatan saluran susu sehingga memperlancar pengeluaran ASI.<sup>17</sup> Tujuan perawatan payudara diantaranya: memperbaiki sirkulasi darah, menjaga kebersihan payudara, terutama kebersihan puting susu agar terhindar dari infeksi, menguatkan alat payudara, memperbaiki bentuk puting susu sehingga bayi menyusui dengan baik, dapat merangsang kelenjar air susu, sehingga produksi ASI menjadi lancar, untuk mengetahui secara dini kelainan pada puting susu ibu dan melakukan usaha untuk mengatasinya, mempersiapkan psikologis ibu untuk menyusui dan mencegah pembendungan ASI.<sup>18</sup>

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Elis Pitria pada tahun 2018. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif analitik dengan rancangan penelitian *cross-sectional* yaitu yaitu suatu metode pengambilan data yang dilakukan pada suatu waktu yang bersamaan. Ibu postpartum yang mengalami bendungan ASI sebanyak 56,3% dan hanya 43,7% yang tidak mengalami bendungan ASI. Ibu yang melakukan perawatan payudara dengan kategori terbanyak kurang baik (62,5%) dan sedikit pada kategori baik (37,5%). Dari hasil uji *Chi-square* menggunakan SPSS diperoleh nilai  $X^2$  hitung lebih besar dari  $X^2$  tabel ( $12,2 > 3,8$ ), dengan demikian maka hipotesis diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara Perawatan Payudara dengan Kejadian Bendungan ASI pada Ibu Post Partum di Ruang Kebidanan di RSUD Kota Kendari Tahun 2018.<sup>8</sup>

Menurut asumsi peneliti perawatan payudara pada ibu nifas merupakan perawatan payudara yang dilakukan pada ibu pasca melahirkan/nifas untuk melancarkan sirkulasi darah dan mencegah tersumbatnya saluran susu sehingga memperlancar pengeluaran ASI. Teknik pemijatan dan rangsangan pada puting susu yang dilakukan pada perawatan payudara merupakan latihan semacam efek hisapan bayi sebagai pemicu pengeluaran ASI. Sedangkan gerakan pada perawatan payudara bermanfaat melancarkan reflek pengeluaran ASI. Jika tidak dilakukan perawatan payudara maka dapat menyebabkan pengeluaran ASI tidak lancar dan terjadi bendungan ASI.

### **Hubungan Teknik Menyusui dengan Kejadian Bendungan ASI pada Ibu Nifas di BPM Bidan M Mangunreja tahun 2021**

Berdasarkan hasil analisis bivariat hubungan teknik menyusui dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas di BPM Bidan M Mangunreja tahun 2021, diperoleh nilai hasil dari uji statistik *Chi-square* yang mana *P-Value* 0,002 dimana nilai *P-value*  $< \alpha$  (0,05) yang berarti  $H_0$  ditolak yang artinya terdapat hubungan yang bermakna antara teknik menyusui dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas di BPM Bidan M Mangunreja tahun 2021.

Teknik menyusui merupakan faktor penting dibandingkan factor resiko lainnya yang dapat meningkatkan terjadinya bendungan ASI. Posisi dan perlekatan bayi pada payudara ibu secara tepat dalam teknik menyusui akan mengurangi kemungkinan terjadi masalah dalam proses menyusui seperti lecet pada puting dan bendungan pada ibu. Teknik menyusui yang benar yaitu sebelum menyusui, ibu harus cuci tangan terlebih dahulu, payudara dibersihkan dengan kapas basah supaya bersih dari debu dan keringat, ASI dikeluarkan sedikit untuk membasahi puting dan areola, posisi ibu duduk bersandar pada kursi yang rendah sehingga punggung ibu bersandar di sandaran kursi sehingga ibu bisa duduk nyaman dalam menyusui, bayi digendong dengan satu lengan, posisi kepala bayi berada di lengkung siku ibu dan bokong bayi disangga dengan telapak tangan ibu, posisi tangan bayi, satu dibelakang badan ibu dan satu di depan, perut bayi dan perut



ibu menempel, kepala bayi menghadap ke payudara ibu, lengan dan telinga bayi harus lurus atau sejajar, ibu melihat bayi dengan tatapan penuh kasih sayang, ibu jari memegang payudara bagian atas, dan jari yang lain memegang payudara bagian bawah. Sehingga membentuk huruf “C”, sentuhkan puting susu ibu ke pipi bayi, ini adalah cara merangsang bayi untuk membuka mulutnya, setelah mulut bayi terbuka, kepala bayi didekatkan ke payudara ibu, kemudian puting dan areola dimasukkan ke mulut bayi, ketika menyusui bayi, usahakan hampir semua bagian areola masuk ke mulut bayi, menyusui dengan bergantian, payudara satu dengan payudara satunya lagi, selesai bayi menyusui, hisapan bayi dilepas dengan cara menekan dagu bayi ke bawah, agar bayi bisa bersendawa dapat dilakukan dengan cara, bayi digendong tegak dan bersandar pada bahu ibu, atau ditengkurapkan di pangkuan ibu sambil ditepuk pelan-pelan punggungnya.<sup>7</sup>

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Rafita Dewi pada tahun 2017. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan teknik menyusui dan praktik breast care terhadap kejadian bendungan ASI di BPS Ponirah Margorejo Kecamatan Metro Selatan Kota Metro Tahun 2017. Pengambilan sampel pada penelitian ini adalah Sampling Jenuh. Metode pengumpulan data adalah observasi dengan menggunakan alat bantu checklist. Analisa data yang digunakan yaitu analisis univariat dan analisis bivariat dengan uji statistik *Chi-square*. Hasil penelitian didapatkan karakteristik responden rata-rata berusia 20-30 tahun dan rata-rata paritas yaitu paritas satu. Analisis univariat didapatkan hasil yang mengalami bendungan ASI 14 responden dan sebanyak 23 (65,7%) responden telah melakukan teknik menyusui dengan benar. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara teknik menyusui terhadap kejadian bendungan ASI melalui uji *chi-square* diperoleh  $P\text{-value } 0,004 < \alpha, (\alpha=0,05)$ .<sup>9</sup>

Menurut asumsi peneliti teknik menyusui adalah cara memberikan ASI kepada bayi dengan perlekatan dan posisi ibu dan bayi dengan benar, apabila teknik menyusui yang salah atau faktor posisi menyusui bayi yang tidak benar, dapat mengakibatkan puting susu menjadi lecet dan menimbulkan rasa nyeri pada saat bayi menyusui, sehingga ibu tidak mau menyusui bayinya dan terjadi bendungan ASI.

## Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis disimpulkan bahwa terdapat hubungan perah ASI dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas di BPM Bidan M Mangunreja tahun 2021, dengan nilai  $P\text{-Value } 0,012$ . Terdapat hubungan perawatan payudara dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas di BPM Bidan M Mangunreja tahun 2021, dengan nilai  $P\text{-Value } 0,005$ . Terdapat hubungan teknik menyusui dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas di BPM Bidan M Mangunreja tahun 2021, dengan nilai  $P\text{-Value } 0,002$ .

## Konflik Kepentingan

Peneliti menyatakan bahwa penelitian ini terbebas dari konflik kepentingan dari pihak manapun.

## Ucapan Terima Kasih

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu peneliti baik secara moriil maupun materiil.

## Pendanaan

Pendaan penelitian ini dibiayai oleh dana peneliti.

## Daftar Pustaka

1. Safitri Y. Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Motivasi terhadap Kemandirian Ibu Nifas Dalam Perawatan Diri Selama Early Postpartum. Semarang: Diponegoro University; 2016.
2. Rutiani C E A. Gambaran Bendungan ASI pada Ibu Nifas dengan Seksio Sesarea Berdasarkan Karakteristik di Rumah Sakit Sariningsih Bandung. Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia. 2016;2(2).
3. Nuryanti. Hubungan Puting Susu Terbenam dengan Kejadian Bendungan Asi Pada Ibu Nifas di Rumah Sakit Umum Dewi Sartika Kota Kendari tahun 2019. Kendari: Politeknik Kesehatan Kendari; 2019.
4. Izzati H. Hubungan Perawatan Payudara dengan Kejadian Bendungan Air Susu Ibu (ASI) di Wilayah Kerja Puskesmas Sakra. Jurnal Medika Utama. 2021;2(2).
5. Depkes RI. Panduan manajemen laktasi: Diet Gizi Masyarakat. Jakarta: Depkes RI; 2017.
6. Manuaba I B G. Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan & Keluarga Berencana. Jakarta: In EGC; 2016.
7. Ulandari S. Hubungan Perah ASI dan Teknik Menyusui dengan Kejadian Bendungan ASI pada Ibu Nifas di Puskesmas Pamotan Kabupaten Malang. Malang: Akademi Kebidanan Wira Husada Nusantara Malang; 2019.
8. Pitria E. Hubungan Perawatan Payudara dengan Kejadian Bendungan ASI pada Ibu Post Partum di Ruang Kebidanan di RSUD Kota Kendari Tahun 2018. Kendari: Politeknik Kesehatan Kendari; 2018.
9. Dewi R. Hubungan Teknik Menyusui dan Praktek Breast Care dengan Kejadian Bendung ASI. Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai. 2017;X(1).
10. Nurhayati F dan Suratni A. Hubungan Pengetahuan Ibu Postpartum Tentang Tehnik Menyusui Dengan Terjadinya Bendungan ASI di Wilayah Kerja PKM Melong Asih Kota Cimahi Periode Juni- Agustus 2016. Jurnal Ilmiah Bidan. 2017;II(1).
11. Wibowo A. Metodologi penelitian praktis bidang kesehatan. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada; 2014.
12. Sugiyono. Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta; 2016.
13. Taniredja T. Penelitian kuantitatif. Bandung: Alfabeta; 2012.
14. Notoadmodjo S. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2012.
15. Astuti Y W. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Pekerja di Kecamatan Gondokusuman Kota Yogyakarta. Yogyakarta: Poltekkes Kemenkes Yogyakarta; 2019.
16. Kumalasari I. Panduan Praktik Laboratorium dan Klinik Perawatan Antenatal, Intranatal, Postnatal Bayi Baru Lahir dan Kontrasepsi. ed. Aklia Susila. Jakarta: Salemba Medika; 2015.
17. Trisnawati N K. Gambaran Asuhan Keperawatan Prosedur Perawatan Payudara untuk Mengatasi Menyusui Tidak Efektif pada Ibu Post Seksio Sesaria di Ruang Dara RSUD Wangaya Tahun 2019. Denpasar: Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar Jurusan Keperawatan; 2019.
18. Maryunani A. Asuhan Ibu Nifas dan Asuhan Ibu Menyusui. Bogor: In Media; 2015.