

PENGARUH PERAWATAN PAYUDARA TERHADAP BENDUNGAN ASI PADA IBU NIFAS

Yenny Aulya¹, Yeki Supriaten²

^{1,2} Prodi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional
Jl. Harsono RM No.1 Ragunan, Jakarta Selatan 12550

e-mail : yenny.aulya@civitas.unas.ac.id

ABSTRAK

Latar belakang : Ada beberapa hal yang menghambat terjadinya bendungan ASI, diantaranya rendahnya pengetahuan ibu dalam melakukan perawatan payudara, kurangnya pelayanan konseling tentang cara perawatan payudara dari petugas kesehatan kurangnya keinginan ibu untuk melakukan perawatan payudara. Data profil dinas kesehatan provinsi Bengkulu tahun 2018 angka kejadian bendungan ASI pada ibu nifas sebanyak 8.375 (22,70%) dari 37.018 ibu nifas sedangkan di Puskesmas Ulu Talo pada tahun 2018 terdapat 32 (31,37%) ibu yang mengalami bendungan ASI dari 102 ibu nifas.. **Tujuan** : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh perawatan payudara dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas di puskesmas Ulu talo kota Bengkulu pada kelompok kasus dan kelompok kontrol. **Metodelogi** : Desain penelitiannya adalah *quasi-eksperimen* ini menggunakan rancangan analitik,, populasi dan sampelnya adalah semua ibu nifas sebanyak 30 responden yang diberikan perlakuan sebanyak 15 orang dan 15 tidak diberikan perlakuan, sampling yang digunakan adalah *non probability sampling*, Instrumen penelitian terdiri dari cheklis untuk perawatan payudara dan lembar observasi untuk bendungan ASI, Data di analisis menggunakan uji *Independent Sample T test*. **Hasil penelitian**: Hasil uji *Independent Samples Test* terhadap perbedaan rata-rata bendungan ASI pada kelompok yang diberikan perawatan payudara dan tidak diberikan perawatan payudara pada ibu nifas di puskesmas Ulu Talo kota Bengkulu tahun 2019 diperoleh nilai P Value = 0,047 < 0,05). **Kesimpulan dan Saran**: Ada Pengaruh Perawatan payudara terhadap Bendungan ASI. Perawatan Payudara yang dilakukan secara baik dan teratur mampu mengurangi terjadinya bendungan ASI pada ibu nifas serta melancarkan produksi AS, maka perlu diadakan peningkatan sosialisasi tentang perawatan payudara dan sebagai bahasan rujukan untuk penelitian berikutnya.

Kata Kunci : pelaksanaan perawatan payudara, bendungan asi dan ibu nifas

ABSTRACT

Background: There are several things that prevent the occurrence of a breast engorgement, including lack of knowledge of women about breast care, lack of counseling services on how to care for breasts from health workers lack the desire of women to do breast care. Based on data from the health service profile of Bengkulu province in 2018, the incidence breast engorgement among postpartum women was 8,375 (22.70%) out of 37,018 postpartum women while in Ulu Talo Health Center in 2018 there were 32 (31.37%) women who experienced breast engorgement were 102 postpartum women. **Objectives:** This study aims to determine the effect of breast care with the incidence of breast engorgement among post partum women in Ulu Talo Health Centre in Bengkulu city in a case and control group. **Methodology:** This quasi-experimental study uses analytic design, and by using a case control approach, the population and sample are all postpartum women which were 30 respondents, the sampling used is non-probability sampling, the research instrument consists of cheklis for breast care and observation sheets for the ASI dam, data were analyzed using the Independent Samples Test. **Results:** The results showed that there was an effect of breast care on the incidence of breast engorgement in the group treated for breast care and not treated with breast care ($p < 0.05$). **Conclusions and Recommendation:** breast care that is done properly and regularly can reduce the occurrence of breast milk dams in postpartum mothers and accelerate US production, it is necessary to increase socialization about breast care and as a reference for future research.

Keywords : implementation of breast care, asi dam and postpartum women

PENDAHULUAN

Mortalitas dan morbiditas pada wanita hamil dan bersalin merupakan masalah besar di Negara berkembang. Pada tahun 2014, *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa wanita hamil lebih banyak terdapat di negara-negara berkembang. Sebanyak 289.000 wanita yang meninggal disebabkan oleh persalinan (99%) dari seluruh kematian ibu. Penyebab kematian ibu 80% adalah perdarahan, infeksi, preeklamsia, dan aborsi yang tidak aman, sedangkan 20% lainnya disebabkan oleh malaria dan HIV/AIDS selama kehamilan (WHO, 2014).

Berdasarkan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) Tahun 2012, Angka Kematian Ibu di Indonesia mengalami penurunan sebesar 345 per 100.000 Kelahiran Hidup. Sedangkan target global SDGS (*Sustainable Development Goals*) adalah menurunkan angka kematian ibu (AKI) menjadi kurang dari 70 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2030. Mengacu dari kondisi saat ini, potensi untuk mencapai target SDGS global untuk menurunkan AKI adalah *off track*, artinya diperlukan kerja keras dan sungguh-sungguh untuk mencapainya (SDKI, 2012).

Beberapa penyebab kematian ibu, yaitu pada saat kehamilan sebesar 23,89%, persalinan sebesar 26,99%, dan nifas sebesar 40,12%. Penyebab kematian ibu paling banyak adalah pada masa nifas, yaitu karena perdarahan persalinan, eklamsia, infeksi, mastitis dan *postpartum blues*.

Berdasarkan survei kematian ibu yang paling banyak terjadi pada masa nifas, oleh karena itu ibu masa nifas memerlukan pemantauan yang ketat sehingga dapat mengurangi angka kematian ibu (Depkes RI, 2016).

Masa nifas (*puerperium*) adalah masa setelah keluarnya plasenta sampai alat-alat reproduksi pulih seperti sebelum hamil dan secara normal masa nifas

berlangsung selama 6 minggu atau 42 hari (Andriani dan Pitriani, 2014). Sejak hari ketiga sampai hari keenam setelah persalinan merupakan saat pemenuhan ibu secara fisiologis, ketika ASI secara normal dihasilkan, payudara menjadi sangat penuh tetapi apabila ASI yang dihasilkan tidak segera dikeluarkan maka hal inilah yang dapat menyebabkan bendungan ASI. Pengeluaran ASI dan penghisapan yang efektif oleh bayi maka rasa penuh pada payudara ibu akan pulih dengan cepat (Eva, 2010).

Salah satu hak bayi baru lahir adalah mendapatkan ASI dari ibu kandungnya, apabila setelah melahirkan dan selama masa nifas ibu tidak menyusui bayinya maka akan menyebabkan bendungan ASI. Bendungan ASI dapat terjadi karena adanya penyempitan *duktus laktiferus* pada payudara ibu dan dapat terjadi apabila ibu memiliki kelainan puting susu misalnya puting susu datar, terbenam dan cekung. 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 di tekan, payudara berwarna kemerahan dan suhu tubuh ibu sampai 38⁰C. Bendungan ASI tersebut dapat dicegah dengan cara perawatan payudara yang dilakukan oleh ibu itu sendiri (Jannah, 2011).

Perawatan payudara merupakan suatu tindakan yang sangat penting untuk merawat payudara terutama untuk memperlancar ASI. Perawatan payudara sangat penting salah satunya menjaga kebersihan payudara, terutama kebersihan puting susu agar terhindar dari infeksi, melunakkan serta memperbaiki bentuk puting susu sehingga bayi dapat menyusui dengan baik, merangsang kelenjar-kelenjar dan hormon prolaktin dan oksitosin untuk meningkatkan produksi ASI lancar (Meilirianta, 2014).

Almeida dan Kitaty (2009) melaporkan bahwa 13 % wanita postpartum mengalami demam akibat bendungan air susu dan berkisar antara 37,8°C sampai 39°C yang biasanya berlangsung antara empat sampai enam belas jam. Umumnya setelah melahirkan, payudara ibu membesar, terasa panas, keras, dan tidak nyaman. Pembesaran tersebut dikarenakan peningkatan suplai darah ke payudara bersamaan dengan terjadinya produksi air susu. Biasanya hal ini berlangsung selama beberapa hari. Kondisi ini bersifat normal dan tidak perlu dikhawatirkan. Namun, terkadang pembesaran itu terasa menyakitkan sehingga ibu tidak leluasa mengenakan kutang/bra/ bh (*buster hounder*) ataupun membiarkan benda apapun menyentuh payudaranya (Dewi, 2011).

Ibu nifas yang mengalami Bendungan ASI sebanyak 35.985 atau (15,60 %) ibu nifas. Serta pada tahun 2015 ibu nifas yang mengalami bendungas ASI sebanyak 77.231 atau (37,12%) (SDKI 2015). Berdasarkan data Profil Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu tahun 2018 Angka Kejadian Bendungan ASI pada masa nifas sebanyak 8.375 (22,70%) dari 37.018 ibu nifas. Sedangkan pada tahun 2017. Angka Kejadian Bendungan ASI pada masa nifas sebanyak 7.375 (20,05%) dari 37.998 ibu nifas (Dinkes Provinsi Bengkulu, 2017, 2018). Berdasarkan data yang di dapatkan pada tahun 2018 di Puskesmas Sukamerindu Kota Bengkulu terdapat 60 (38,46%) ibu yang mengalami bendungan ASI dari 156 ibu nifas. Puskesmas Lingkar Timur pada tahun 2018 terdapat 47 (39,16%) ibu yang mengalami bendungan ASI dari 120 ibu nifas. Sedangkan data yang di dapatkan pada tahun 2018 Puskesmas Sukamerindu 41 (36,28%) ibu yang mengalami bendungan ASI dari 113 ibu nifas. Puskesmas Lingkar Timur pada tahun 2018 terdapat 32 (31,37%) ibu yang mengalami bendungan ASI dari 102 ibu nifas.

Berdasarkan hasil penelitian Rinche tahun 2017 di Puskesmas Sukamerindu terdapat 16 (76,19%) ibu yang mengalami Bendungan ASI dari 21 ibu nifas. di Puskesmas Ulu Talo terdapat 11 (91,66%) ibu yang mengalami Bendungan ASI dari 18 ibu nifas

Berdasarkan latar belakang di atas karena masih tingginya angka kejadian Bendungan ASI maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh perawatan payudara dengan kejadian Bendungan ASI Pada Ibu Nifas di Puskesmas Ulu Talo Kota Bengkulu Tahun 2019”.

METODE

Desain penelitian ini menggunakan desain *Quasi Eksperimen* dengan menggunakan rancangan *control group design*. Populasi pada penelitian ini adalah ibu Postpartum di wilayah kota Bengkulu pada bulan Mei – Juni 2019 adalah 30 orang. Kelompok kasus dalam penelitian ini adalah ibu postpartum yang dilakukan perawatan payudara di Puskesmas Ulu Talo yaitu sebanyak 15 ibu postpartum, sedangkan kelompok kontrol dalam penelitian ini adalah ibu postpartum yang tidak dilakukan perawatan payudara di puskesmas Ulu Talo sebanyak 15 ibu postpartum dengan perbandingan 1 : 1. Total sampling dalam penelitian ini adalah 30 ibu postpartum. Penelitian ini menggunakan uji Independent T-test.

HASIL

Analisis Univariat

Analisis univariat dalam penelitian ini yang dilakukan di Puskesmas Ulu Talo Kota Bengkulu yaitu untuk mengetahui distribusi frekuensi perawatan payudara dan bendungan ASI.

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Ibu Nifas Berdasarkan Bendungan ASI di Puskesmas Ulu Talo Kota Bengkulu Tahun 2019

Bendungan ASI	Jumlah	Persentase (%)
Mengalami	20	66,7
Tidak Mengalami	10	33,3
Total	30	100

Analisis Bivariat.

Tabel 4.3 Perbedaan bendungan ASI pada kelompok yang melakukan perawatan payudara dan tidak melakukan perawatan payudara pada ibu nifas di puskesmas Ulu Talo

Berdasarkan analisis perbedaan bendungan ASI pada kelompok yang melakukan perawatan payudara dan kelompok yang tidak melakukan perawatan payudara diperoleh nilai rata-rata kelompok yang tidak melakukan perawatan payudara adalah 3,67, dan standar deviasi sebesar 1,175. Adapun pada kelompok yang tidak melakukan perawatan payudara diperoleh nilai rata-rata 2,73, dan standar deviasi sebesar 1,280.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden (66,7%) mengalami bendungan ASI dan hampir setengahnya (33,3%) Responden tidak mengalami Bendungan ASI. Bendungan ASI adalah terjadinya pembengkakan pada payudara karena peningkatan aliran *vena* dan *limfe* sehingga menyebabkan bendungan ASI dan rasa nyeri disertai kenaikan suhu badan (Sarwono, 2010).

Hasil analisis pengaruh perawatan payudara dengan kejadian bendungan ASI di peroleh bahwa dari responden yang tidak melakukan perawatan payudara mempunyai rata-rata skor Bendungan ASI sebesar 3,67 kemudian Responden yang melakukan perawatan payudara mempunyai rata-rata skor Bendungan ASI sebesar 2,73. Hasil

analisis data menggunakan uji *Independent Samples Test* menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada perbedaan bendungan ASI pada kelompok yang diberikan perawatan payudara dan tidak diberikan perawatan payudara pada ibu nifas di puskesmas kota Bengkulu tahun 2019.

Dari hasil yang dilakukan oleh peneliti sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa perawatan payudara bermanfaat melancarkan pengeluaran ASI, selain itu juga meningkatkan volume asi sehingga kebutuhan Produksi ASI untuk bayi terpenuhi serta dengan lancarnya pengeluaran ASI bisa mencegah terjadinya

Kelompok Perawatan Payudara	Mi n	Ma x	Me an	SD	SE	P value
Tidak Melakukan	1	5	3,6	1,17	0,3	
Melakukan	1	5	7	5	03	0,04
			2,7	1,28	0,3	7
			3	0	30	

bendungan ASI.

Penelitian ini didukung oleh Yetty (2014), yang berjudul Hubungan antara perawatan payudara pada Ibu *Post Partum* Dengan Bendungan ASI di Rumah Bersalin Ratih kabupaten Kudus, Jawa Tengah sesuai dengan teori yang ada bahwa terjadinya pembendungan air susu karena penyempitan duktus *lakteferi* atau oleh kelenjar-kelenjar tidak dikosongkan dengan sempurna atau karena kelainan pada puting susu.

Hasil penelitian ini juga pula dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Indah (2015), yang berjudul Hubungan perawatan payudara dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas di klinik Bersalin Nadiyah, Bandung, Jawa Barat yang pada hasil penelitiannya bahwa terdapat ibu yang tidak melakukan perawatan payudara.

Penelitian ini didukung oleh penelitian Sastika (2012), yang berjudul Hubungan perawatan payudara dengan kejadian Bendungan ASI pada ibu nifas di klinik Bersalin Sally Kecamatan Medan Tembung dari penelitian tersebut terdapat hubungan antara perawatan payudara dengan kejadian bendungan ASI pada ibu

nifas, sesuai dengan teori yang ada bahwa melakukan perawatan payudara akan mengurangi resiko terjadinya Bendungan ASI.

Penelitian ini didukung oleh penelitian Endah (2015), yang berjudul Hubungan Antara Perawatan Payudara dengan Kejadian Mastitis Pada Ibu Nifas Minggu ke 3-4 di BPM Sulistianingsih, Amd.Keb Desa barokah Kecamatan Simpang Empat Kabupaten Tanah Bumbu sesuai dengan Teori bahwa pentingnya merawat payudara akan mengurangi resiko terjadinya Bendungan ASI, *mastitis*, dan *Abses* Payudara.

Jadi menurut Peneliti berdasarkan penelitian sebelumnya tersebut, seluruhnya menunjukkan bahwa ibu nifas yang melakukan perawatan payudara secara baik dan teratur dapat mengurangi kejadian bendungan ASI dan bisa memenuhi produksi ASI untuk si bayi sedangkan yang tidak melakukan perawatan payudara bisa berisiko mengalami bendungan ASI, jadi dari penelitian yang telah dilakukan kedua

variabel tersebut memiliki hubungan yang erat. Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah peneliti lakukan diduga semakin tidak melakukan perawatan payudara maka akan mengalami resiko terjadinya bendungan ASI.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian berdasarkan analisa data menunjukkan bahwa sebagian besar responden (60 %) mengalami bendungan ASI. Rata-rata ada pengaruh bendungan ASI terhadap penurunan bendungan ASI pada ibu nifas di puskesmas Ulu talo tahun 2019.

Saran

Diharapkan agar ibu nifas dapat lebih mengetahui bagaimana perawatan payudara yang baik dan dapat mengetahui tindakan apa yang harus dilakukan untuk mengatasi masalah yang terjadi pada masa nifas.

KEPUSTAKAAN

- Aisyah, S., 2009, *Perkembangan dan Konsep Dasar Pengembangan Anak*, EGC, Jakarta.
- Aiyeyeh, R., dkk., 2010, *Asuhan Kebidanan IV (Patologi Kebidanan)*, Trans Info Media, Jakarta
- Aiyeyeh, R., dkk., 2011, *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*, Trans Info Media, Jakarta
- Aiyeyeh, R., dkk., 2013, *Asuhan Kebidanan Kehamilan*, Trans Info Media, Jakarta.
- Ambarwati, E., 2008, *Asuhan Kebidanan Nifas*, Nuha Medika, Yogyakarta.
- Anik, dkk., 2009, *Asuhan Kegawatan dan Penyulit pada Neonatus*, Trans Info Medika, Jakarta.
- Bobak dkk., 2014, *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. EGC, Jakarta.
- Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu, 2017, *Profil Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu*, <http://www.depkes.go.id>, diakses 18 Mei 2018
- Manuaba, 2012, *Pengantar Kuliah Obstetri*, EGC, Jakarta.
- Maryunani, A., 2009, *Asuhan Pada Ibu dalam Masa Nifas*, Trans Info Media, Jakarta
- Nany, V.L.D., dkk., 2011, *Asuhan Kebidanan pada Ibu Nifas*, Salemba Medika, Jakarta.
- Notoatmojo, S., 2012, *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Rineka Cipta, Jakarta.
- Nursalam, dkk., 2008, *Asuhan Keperawatan Bayi dan Anak (untuk perawat dan bidan) Edisi 1*. Salemba Medika, Jakarta.

- Saleha. 2009, *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*, Salemba Medika, Jakarta
- Saifuddin, A.B., 2007, *Kesehatan Maternal dan Neonatal*, Yayasan Bina Pustaka, Jakarta.
- Sartika, D., 2011, *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*, Rineka Cipta, Jakarta
- Sulastri, 2016, *Buku Ajar Kesehatan Ibu dan Anak*, Nuha Medika, Jakarta
- Suherni, 2009, *Perawatan Masa [Nifas](#)*, Nuha Medika, Yogyakarta.
- Suradi, 2009, *Manfaat ASI dan Menyusui*, Salemba Medika, Jakarta
- Simkin, P., dkk., 2008, *Panduan Lengkap Kehamilan, Melahirkan dan Bayi*, ARCAN, Jakarta.
- Rinche, F., 2017, Pengaruh Perawatan Payudara (Breast Care) terhadap Volume ASI pada Ibu Nifas di Puskesmas Kampung Bali Bengkulu, *Skripsi*, Program Studi Ilmu Terapan Kebidanan Universitas Nasional, Jakarta.
- Roesli, 2008, *Inisiasi Menyusui Dini dan ASI Eksklusif*. Trubus Agriwidya, Jakarta.
- Rustam, 2009, *Sinopsis Obstetri*, EGC, Jakarta
- Varneya, dkk., 2007, *Buku Ajar Asuhan Kebidanan ed.4 vol1*, EGC, Jakarta
- Vita, A., 2017, *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui Teori dalam praktek Kebidanan Profesional*. Pustaka Baru, Yogyakarta
- Wiknjosastro, 2007, *Ilmu Kebidanan*, YBPSP, Jakarta