

## HUBUNGAN TEKNIK MENYUSUI DENGAN KEJADIAN BENDUNGAN ASI PADA IBU NIFAS

HANIFA ZAINI. S, MEKAR ZENNI RADHIA, TRIYA YULIANTI

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Sumatera Barat,  
hanifazaini92@gmail.com, mekarzenniradhia2@gmail.com, triyayulianti70265@gmail.com

**Abstract:** *A breastfeeding problem that can arise postpartum is breast milk dams. The breastfeeding phase is one way to provide ideal food for the healthy growth and development of the baby. According to the Indonesian Health Research and Development Agency in 2019, the highest incidence of breast milk dams in Indonesia occurred between 20% to 85% and usually occurred on the 3rd and 4th days after delivery. The aim of this research was to find out "The relationship between breastfeeding techniques and breast milk dams in Postpartum Mothers in the Mekar Baru Community Health Center Work Area in 2023." This research is quantitative research with descriptive analysis methods. The design used in this research is cross sectional. The population in this study were all post partum mothers in the Mekar Baru Community Health Center area in August – September 2023, namely 30 people and samples taken from the entire population or total sampling. The results of the study showed that more than half of the 19 respondents (63.3%) had correct breastfeeding techniques in breastfeeding their babies and more than half of the mothers did not experience breast milk dams, namely 18 respondents (60%). Chi square test results with p value 0.003 means there is a relationship between the mother's breastfeeding technique and breast milk supply. The conclusion of this research is that there is a relationship between the mother's breastfeeding technique and breast milk supply. Mekar Baru Community Health Center and other health facilities are advised to further improve health promotion by implementing consistent education and counseling regarding breastfeeding techniques.*

**Keywords:** *Breastfeeding techniques, breast milk Reading*

**Abstrak:** Masalah menyusui yang dapat timbul pada masa nifas adalah bendungan ASI. Fase menyusui yaitu salah satu cara dalam memberikan makanan yang ideal bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi yang sehat. Menurut Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan RI pada tahun 2019 kejadian bendungan ASI di Indonesia terbanyak terjadi antara 20% sampai dengan 85% dan biasanya terjadi pada hari-hari 3 dan ke 4 pasca persalinan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui “Hubungan Teknik Menyusui dengan Bendungan ASI Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Mekar Baru tahun 2023”. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif analisis. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu post partum di wilayah Puskesmas Mekar Baru pada Agustus – September Tahun 2023 yaitu sebanyak 30 orang dan sampel diambil seluruh populasi atau total sampling. Hasil penelitian memperlihatkan bahwa lebih separoh 19 responden (63,3%) Teknik menyusui ibu benar dalam menyusui bayinya dan lebih dari separoh ibu tidak mengalami bendungan ASI yaitu 18 responden (60%). Hasil uji Chi square dengan p value 0,003 artinya ada hubungan Teknik menyusui ibu dengan bendungan ASI. Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat hubungan Teknik menyusui ibu dengan bendungan ASI. Kepada puskesmas Mekar Baru dan faskes lainnya, disarankan untuk lebih meningkatkan promosi kesehatan dengan penerapan penyuluhan dan konsling secara konsisten tentang teknik menyusui.

**Kata Kunci:** Teknik Menyusui, Bendungan.

### A. Pendahuluan

Pada masa nifas, ibu akan melewati fase menyusui yaitu salah satu cara yang dalam memberikan makanan yang ideal bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi yang sehat. Akan tetapi, 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 satu masalah yang sering terjadi adalah bendungan ASI, hal akan mengganggu proses pemberian ASI kepada bayi (Yanti, 2019). World Health Organization (WHO) merekomendasikan bahwa semua bayi harus mendapat Air Susu Ibu (ASI) secara eksklusif sejak lahir, sesegera mungkin sejak lahir sampai usia 6 bulan, karena ASI memberi segala yang dibutuhkan bayi, baik secara imunologi, gizi maupun psikologi. Di Indonesia saat ini perilaku pemberian ASI eksklusif belum seperti yang diharapkan, berdasarkan pemantauan pemberian ASI eksklusif tahun 2019 cakupan ASI baru mencapai 39,60% (Kemenkes, 2021).

Pada tahun 2019 di Amerika Serikat persentase perempuan menyusui yang mengalami bendungan ASI rata-rata sebanyak 8242 (87,05%) dari 12.765 ibu nifas, pada tahun 2020 ibu yang mengalami bendungan ASI sebanyak 7198 2 (66,87%) dari 10.764 ibu nifas dan pada tahun 2021 terdapat ibu yang mengalami bendungan ASI sebanyak 6543 (66,34%) dari 9.862 ibu nifas (WHO, 2021). Menurut Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan RI pada tahun 2019 kejadian bendungan ASI di Indonesia terbanyak terjadi antara 20% sampai dengan 85% dan biasanya terjadi pada hari-hari 3 dan ke 4 pasca persalinan. Sebanyak 10% wanita mengalami nyeri berat hingga 14 hari post partum dan seperempat sampai setengah dari wanita tersebut mengkonsumsi analgesik untuk meredakan nyeri payudara. Kejadian bendungan ASI 43,4% dari ibu nifas lebih tinggi pada primipara (Kemenkes, 2020). Jumlah ibu nifas yang mengalami bendungan ASI di Puskesmas mekar baru adalah sebanyak 71 kasus. Pada periode April -Juni 2023.

Masalah menyusui yang dapat timbul pada masa pasca persalinan dini (masa nifas atau laktasi) adalah bendungan ASI. Bendungan ASI merupakan pembendungan air susu karena penyempitan duktus laktiferus atau oleh kelenjar-kelenjar yang tidak dikosongkan dengan sempurna.2 payudara akan terasa sakit, panas, nyeri pada perabaan, tegang, bengkak yang terjadi pada hari ketiga sampai hari keenam setelah persalinan, ketika ASI secara normal dihasilkan (marni, 2019). Rata-rata keadaan demikian dapat disebabkan salah satunya masalah pada pemberian ASI itu sendiri. Seorang ibu dengan bayi pertamanya mungkin akan mengalami berbagai masalah karena tidak mengetahui cara-cara menyusui yang sebenarnya Sangat sederhana seperti misalnya cara menaruh 3 bayi pada payudara, isapan bayi yang salah dapat mengakibatkan puting terasa nyeri dan pemberian ASI yang tidak optimal dan adekuat sehingga mengakibatkan bendungan ASI. Bendungan ASI bila tidak segera ditangani dapat mengakibatkan infeksi (Musriah, 2019).

Menurut Penelitian Halina (2020) mengatakan bahwat cara menyusui yang tidak benar dapat mengakibatkan puting susu menjadi lecet dan ASI tidak keluar secara optimal sehingga mempengaruhi produksi ASI selanjutnya atau bayi enggan menyusu. Peneliti berasumsi dengan mencegah terjadinya puting lecet dapat mengurangi resiko terjadinya bendungan ASI, karena puting yang tidak lecet membuat ibu dan bayi mau menyusui dengan nyaman sehingga tidak menghambat pengeluaran ASI Berdasarkan survey awal yang peneliti lakukan di wilayah kerja Puskesmas mekar baru, 7 dari 10 ibu nifas primigravida hari ke 4 mengalami bendungan ASI. Berdasarkan data dan fenomena diatas maka Peneliti bermaksud untuk Melakukan penelitian tentang “Hubungan Teknik Menyusui dengan Kejadian bendungan ASI Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Mekar Baru tahun 2023”.

## **B. Metodologi Penelitian**

Penelitian ini menggunakan studi korelasi yaitu suatu penelitian atau penelaah hubungan antara dua variabel pada suatu situasi atau sekelompok subjek. Dengan pendekatan cross-sectional yaitu mencari hubungan antara variabel dengan mengobservasi/ mengukur dalam waktu y yang bersamaan (Nursalam,2016). Penelitian ini telah dilakukan pada bulan Agustus – September di wilayah kerja Puskesmas Mekar baru tahun 2023. Populasi adalah keseluruhan objek yang diteliti. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas di wilayah kerja puskesmas mekar baru tahun 2023 yaitu sebanyak 30 orang. Sampel adalah bagian dari populasi yang menjadi objek penelitian. Jumlah Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 30 orang, Teknik sampel adalah total sampling. Jenis data dalam penelitian ini adalah data prrimer dan data sekunder. Data primer diperoleh dari secara langsung dari responden

pada waktu penelitian dan data sekunder diperoleh dari puskesmas mekar baru. Teknik pengumpulan data : mengajukan surat izin penelitian dan pengumpulan data, menentukan responden yang akan diteliti, setelah mendapatkan calon responden, peneliti melakukan pendekatan kepada calon responden untuk memberikan penjelasan mengenai tujuan, manfaat, dan prosedur penelitian, apabila responden bersedia mengikuti kegiatan penelitian, maka responden dipersilahkan untuk menandatangani lembar pernyataan persetujuan menjadi responden, peneliti menggunakan 20 item pernyataan (checklist) yaitu mengenai cara-cara yang digunakan oleh responden dalam melakukan cara menyusui, penilaian kejadian bendungan ASI didasarkan pada pengamatan langsung pada kondisi responden saat penelitian pada saat kunjungan rumah dan kontrol nifas. Analisis univariat dilakukan untuk mendapat gambaran mengenai distribusi frekuensi pada variabel yang diteliti dan variasi tiap-tiap variabel. Variabel yang diteliti yaitu teknik menyusui dan risiko terjadinya pembengkakan payudara pada ibu menyusui. Hasil analisis univariat ditampilkan dalam bentuk tabel frekuensi dan narasi. Analisis bivariat dilakukan untuk menghubungkan variabel independen (teknik menyusui) dan variabel dependen (bendungan ASI pada ibu menyusui) menggunakan uji statistik Chi Square. Untuk membuktikan ada tidaknya hubungan tersebut dilakukan uji statistik Chi Square dengan derajat kepercayaan 95% ( $\alpha = 0,05$ ). Dalam penelitian ini pengolahan data statistik menggunakan komputer untuk memperoleh nilai p. nilai p akan dibandingkan dengan nilai  $\alpha$ . Dasar penentu adanya hubungan penelitian berdasarkan pada nilai signifikan (nilai P), yaitu : 1. Jika nilai  $p > 0,05$ , maka tidak terdapat hubungan yang signifikan 2. Jika nilai  $p < 0,05$ , maka terdapat hubungan yang signifikan

### **C.Hasil dan Pembahasan**

#### **1.Distribusi Frekuensi Teknik Menyusui pada Ibu Nifas**

Berdasarkan tabel 5.1 menunjukkan bahwa lebih dari separoh 19 responden (63,3%) Teknik menyusui ibu benar dalam menyusui bayinya. Teknik menyusui yang benar adalah cara memberikan ASI kepada bayi dengan perlekatan dan posisi ibu dan bayi dengan benar. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurhabibah 2019 dengan judul hubungan Teknik menyusui dengan bendungan ASI dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan teknik menyusui kurang baik sebanyak 32 orang (66,7%) dan hasil bivariat menunjukkan ada hubungan Teknik menyusui dengan bendungan ASI. Penilaian ini juga sejalan dengan Penelitian yang dilakukan Nur azimah, 2018 dengan judul Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian bendungan ASI dengan hasil analisis statistik menggunakan uji Fisher's Exact Test diperoleh nilai probabilitas ( $p$ -Value) = 0,006 ( $p < \alpha = 0,05$ ). Maka hipotesis diterima, yang artinya ada hubungan posisi menyusui dengan kejadian bendungan ASI.

Indikator dalam proses menyusui yang efektif meliputi posisi ibu dan bayi yang benar (*body position*), perlekatan bayi yang tepat (*latch*), keefektifan hisapan bayi pada payudara (*effective sucking*). 28 Teknik menyusui yang benar akan mendorong keluarnya ASI secara maksimal sehingga keberhasilan menyusui bisa tercapai sedangkan menyusui dengan teknik yang salah menimbulkan masalah seperti bayi dapat mengalami regurgitasi, puting susu menjadi lecet sehingga ASI tidak keluar secara optimal sehingga mempengaruhi produksi ASI hal ini menyebabkan kebutuhan ASI bayi tidak tercukupi (Mulyani, 2015).

Menurut analisa peneliti dari hasil olah kuesioner didapat Ibu memposisikan bayi (perut) menempel pada badan ibu, telinga dan lengan bayi terletak pada satu garis lurus banyak yang kurang bisa dan Ibu memasukkan seluruh puting susu dan sebagian besar aerola ke dalam mulut bayi juga banyak yang salah hal ini bisa menjadi penyebab bendungan ASI. Diharapkan bu bidan terus memberikan arahan dan bimbingan kepada ibu agar ibu bisa melakukan Teknik menyusui yang benar.

#### **2.Distribusi Ferekuensi Bendungan Asi Pada Ibu Nifas**

Berdasarkan table 5.2 diperoleh bahwa lebih dari separoh ibu tidak mengalami bendungan ASI yaitu 18 responden (60%). Ibu yang tidak mengalami bendungan ASI disebabkan karena teknik menyusui yang benar. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Apriyani, tahun 2019 bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara teknik menyusui

dengan kejadian bendungan ASI, dimana semakin baik teknik 29 menyusui ibu maka kejadian bendungan ASI semakin berkurang. Penelitian Aeni, 2018 menunjukkan bahwa ada hubungan cara menyusui dengan kejadian bendungan ASI, dimana semakin baik kemampuan cara menyusui ibu akan mengurangi kejadian bendungan ASI.

Bendungan ASI disebabkan oleh air susu tidak disusukan dengan adekuat akhirnya menyebabkan payudara bengkak. Bendungan ASI adalah Payudara terasa membengkak atau penuh. Hal ini terjadi karena edema ringan oleh hambatan vena atau saluran limfe akibat ASI yang menumpuk di dalam payudara. Kejadian seperti ini jarang terjadi kalau pemberian ASI sesuai dengan kemauan bayi. Faktor-faktor lain yang menyebabkan payudara bengkak adalah : bayi tidak menyusui dengan kuat, posisi bayi pada payudara salah sehingga proses menyusui tidak benar, payudara yang membengkak ini biasanya terjadi sesudah melahirkan pada hari ketiga atau keempat. Hal ini dapat dicegah dengan memastikan bayi melekat dengan baik sedari awal menyusui (Wiji, 2019).

Menurut analisa peneliti mengenai posisi menyusui dengan kejadian bendungan ASI adalah bahwa ketika posisi menyusui bayi benar dengan posisi seluruh puting payudara ibu berada di dalam mulut bayi maka bayi akan dengan mudah menghisap air susu ibu, sentuhan antara aerola ibu dengan langit-langit di dalam mulut bayi maka sentuhan tersebut akan merangsang reflex penghisapan bayi. Posisi menyusui yang benar akan merangsang pengeluaran air susu 30 ibu sehingga ASI akan keluar dengan lancer, pengosongan mammae akan sempurna dan bendungan ASI dapat di hindari. Posisi menyusui akan mempengaruhi keaktifan bayi untuk menghisap air susu ibu, dan bayi yang aktif menghisap air susu ibu maka pengosongan mammae akan sempurna sehingga bendungan ASI dapat dihindari. Menyusui dengan posisi dan teknik yang salah akan mengakibatkan puting susu menjadi lecet, ASI tidak keluar dengan optimal sehingga mempengaruhi produksi ASI dan bayi juga akan enggan untuk menyusui.

### **3. Hubungan antara Teknik menyusui dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas**

Berdasarkan table 5.3 tabulasi silang dapat dilihat responden yang Teknik menyusunya benar paling banyak tidak mengalami bendungan ASI yaitu 18 responden (60%) Berdasarkan hasil uji chi-square menggunakan aplikasi SPSS menunjukan nilai p-value 0,003 ( $< 0,05$ ) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan Teknik menyusui dengan bendungan ASI Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Aitul Impartina, 2019 mengenai hubungan pengetahuan ibu nifas tentang teknik menyusui dengan kejadian bendungan ASI diperoleh bahwa 76,7% ibu nifas kurang mengetahui tentang teknik menyusui dan sebanyak 73,3% responden pernah mengalami kejadian bendungan ASI. Hasil analisis menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu nifas tentang teknik menyusui dengan kejadian bendungan ASI p value 0,000.

Penelitian Yanti, 2017 juga sama diperoleh dari analisis statistik menggunakan uji Fisher's Exact Test diperoleh nilai probabilitas (p-Value) = 0,006 ( $\rho < \alpha = 0,05$ ), yang menyatakan bahwa ada hubungan posisi menyusui dengan kejadian bendungan ASI di Kelurahan Beting Kuala Kapias Kecamatan Teluk Nibung Tahun 2018. Mayoritas responden menyusui dengan posisi salah sebanyak 18 orang (60%). Menyusui adalah keterampilan yang dipelajari oleh ibu dan bayi, dimana keduanya membutuhkan waktu dan kesabaran untuk pemenuhan nutrisi pada bayi selama 6 bulan. Cara atau teknik menyusui yang benar adalah cara memberikan ASI kepada bayi dengan perlekatan dan posisi ibu dan bayi dengan benar (Rini dan Kumala, 2017). Manfaat dari teknik menyusui yang benar yaitu putting susu tidak lecet, perlekatan menyusui pada bayi kuat, bayi menjadi tenang dan tidak terjadi gumoh (Wahyuningsih, 2019). Bendungan ASI adalah pembendungan air susu karena penyempitan duktus lakteferi atau oleh kelenjar-kelenjar yang tidak dikosongkan dengan sempurna atau karena kelainan pada puting susu. Bendungan ASI diartikan peningkatan aliran vena dan limfe pada payudara dalam rangka mempersiapkan diri untuk laktasi. Hal ini bukan disebabkan overdistensi dari saluran laktasi sehingga menyebabkan bendungan ASI dan rasa nyeri disertai kenaikan suhu badan (Roesli, 2019).

Menurut analisa peneliti Kejadian Bendungan ASI dapat dikurangi dengan teknik menyusui yang benar. Teknik menyusui yang benar diantaranya perut bayi menempel pada

perut ibu dan kepala bayi menghadap ke payudara, saat bayi membuka mulut masukkan puting serta sebagian areola kedalam mulut bayi, sehingga puting susu menghadap ke langit - langit serta lidah bayi akan menekan ASI yang terletak dibawah areola setelah disusui bayi disendawakan

#### **D.Penutup**

Berdasarkan hasil penelitian yang peneliti lakukan, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut: 1) Lebih dari separoh 19 responden (63,3%) Teknik menyusui ibu benar dalam menyusui bayinya. 2) Lebih dari separoh ibu tidak mengalami bendungan ASI yaitu 18 responden (60%). 3) Berdasarkan hasil uji chi-square menggunakan aplikasi SPSS menunjukan nilai p-value 0,003 ( $< 0,05$ ) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan Teknik menyusui dengan bendungan ASI

#### **Daftar Pustaka**

- Apriyani, Nia., Kristiyanti, Rini., dan Susiatmi, Sandi Ari. (2019). Pengetahuan Ibu Nifas tentang Teknik Menyusui dengan Kejadian Puting Susu Lecet. *Jurnal Ilmu Kesehatan (JIK)*, Vol VI No.1.
- Kementrian Kesehatan RI. (2020). *Data dan Informasi Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*. Jakarta : Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kristiyansari. (2019). *ASI: Menyusui dan Sadari*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Lowdermilk, Perry, dan Cashion. (2018). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Jakarta: EGC.
- Mansyur, Nurliana dan Dahlan A. Kasrida. (2015). *Buku Ajar: Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Malang: Selaksa Media.
- Mochtar, Rustam. (2018). *Sinopsis Obstetri*. Jakarta: EGC.
- Mulyani, N.S. (2015). *ASI dan Pedoman Ibu Menyusui*. Cetakan ke 2. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Norma, N., & Dwi, M. (2018). *Asuhan Kebidanan Patologi Teori dan Tinjauan Kasus (3<sup>rd</sup> ed.)*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Notoatmodjo, S. (2016). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Proverawati, Atikah dan Rahmawati, Eni. (2020). *Kapita Selektasi ASI dan Menyusui*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Rinata, Evi. (2015). Teknik Menyusui yang Benar Ditinjau dari Usia Ibu, Paritas, Usia Gestasi, dan Berat Badan Lahir di RSUD Sidoarjo. *Jurnal Midwifery*, Vol. 1 No.1.
- Reeder, Martin, dan Griffin, Koniak. (2011). *Keperawatan Maternitas Kesehatan Wanita, Bayi, & Keluarga*. Jakarta: EGC
- Sastroasmoro, Soedigdo. (2019). *Dasar-dasar Metodologi Penelitian Klinis*. Jakarta: Bina Rupa Aksara.
- Sukarni, Icemi dan Wahyu. (2017). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Yanti, Damai dan Sundawati, Dian. (2018). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Yogyakarta : Nuha Medika.