

HUBUNGAN PERAWATAN PAYUDARA DENGAN TERJADINYA BENDUNGAN AIR SUSU IBU (ASI) PADA IBU NIFAS DI PUSKESMAS PARUGA KOTA BIMA NUSA TENGGARA BARAT

Mardiaturrahmah¹, Wibisono Soesanto¹

¹Stikes Insan Unggul Surabaya, Jl. Raya Kletek No.4, Menyanggong, Kletek, Taman, Kabupaten Sidoarjo, Jawa Timur 61257

Abstrak

Latar Belakang: Perawatan payudara adalah suatu tindakan untuk merawat payudara terutama pada masa nifas (masa menyusui) untuk memperlancar pengeluaran ASI. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di Puskesmas Paruga Kota Bima-NTB, ternyata masih banyak ibu nifas yang tidak melakukan perawatan payudara sehingga produksi ASI juga banyak yang tidak lancar.

Tujuan penelitian: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan perawatan payudara dengan terjadinya bendungan ASI pada ibu nifas di Puskesmas Paruga Kota Bima-NTB.

Metode Penelitian: Desain penelitian ini adalah survei analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasinya adalah ibu nifas sebanyak 50 orang rata-rata sebulan di Puskesmas Paruga Kota Bima-NTB, dengan menggunakan teknik *random sampling*, maka besar sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 33 orang. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi dan menggunakan uji statistik *Chi Square*.

Hasil penelitian: Penelitian ini menunjukkan bahwa 20 ibu nifas (61%) yang tidak melakukan perawatan payudara dan 22 ibu nifas (67%) yang mengalami bendungan ASI. Setelah dianalisis, maka diperoleh $p=0,017$ dengan derajat kemaknaan ($\alpha=0,05$). Sehingga didapatkan hasil bahwa ada hubungan antara perawatan payudara dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas di Puskesmas Paruga Kota Bima-NTB.

Kesimpulan: Penelitian ini menunjukkan bahwa perawatan payudara pada ibu masa nifas memiliki hubungan dengan kejadian bendungan ASI.

Kata kunci : Perawatan Payudara, Bendungan ASI

THE RELATION BETWEEN BREAST CARE TREATMENT AND THE CASES OF BREAST ENGORGEMENT AMONG POSTPARTUM MOTHER AT PUSKESMAS PARUGA KOTA BIMA-NTB

Abstract

Background: Breast care is a treatment that help post partum mother in the success of breastfeeding. This treatment can prevent several breastfeeding problem, one of them is the breast engorgement. We found that many post partum mother did not performed the breast care treatment properly in Puskesmas Paruga Kota Bima-NTB, thus it caused the number of breastfeeding problem.

Objectives: In this research, we want to analyzed the relationship between breast care treatment and the case of breast engorgement among postpartum mother at Puskesmas Paruga Kota Bima-NTB.

Methods: We used the analytical survey with approximation cross sectional for this study. From about 50 post partum mothers as our population, 33 post partum mothers were selected based on the random sampling technique as our sample of experiment. The observation sheet was used for collecting the data, then analyzed by using the chi-square test.

Results: We found that 20 postpartum mother (61%) did not performed the breast care treatment and around 22 postpartum mothers (67%) suffered the breast engorgement. The statistical analysis showed $p=0,017$ with meaning degree ($\alpha=0,05$). Penelitian ini menunjukkan bahwa perawatan payudara pada ibu masa nifas memiliki hubungan dengan kejadian bendungan ASI.

Conclusion: We conclude that there was a relationship between the breast care treatment with the cases of breast engorgement at Puskesmas Paruga Kota Bima-NTB.

Keyword : Breast Care Treatment, Breast Engorgement

PENDAHULUAN

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 orang¹. SDKI (2012) menjelaskan tentang menyusui yang merupakan salah satu yang terbaik untuk bayi karena dengan menyusui kebutuhan gizi bayi akan terpenuhi, namun diusia lebih dari 25 tahun sepertiga wanita di dunia (38%) disepakati tidak menyusui bayinya.

Perawatan payudara merupakan suatu cara untuk merawat payudara yang dilakukan pada saat kehamilan dan masa nifas untuk merangsang produksi ASI. Perawatan payudara (*Breast Care*) adalah suatu tindakan untuk merawat payudara terutama pada masa nifas (masa menyusui) untuk memperlancar pengeluaran ASI. Selain itu juga perawatan payudara penting untuk kebersihan payudara dan perawatan pada bentuk puting susu yang masuk kedalam atau datar. Permasalahan puting susu sering kali menjadi kendala bagi para ibu dalam menyusui, oleh karena itu sejak

awal akan, ibu harus memiliki persiapan dalam melakukan perawatan agar puting susu tidak memiliki kendala pada saat menyusui nantinya². Bendungan ASI (*engorgement*) terjadi karena penyempitan duktus lakteferi atau oleh kelenjar-kelenjar tidak dikosongkan dengan sempurna atau karena kelainan pada puting susu³.

Kejadian bendungan ASI yang disebabkan oleh pengeluaran air susu yang tidak lancar, karena bayi tidak sering menyusui pada ibunya. Gangguan ini dapat menjadi lebih parah apabila ibu jarang menyusukan bayinya, akibatnya bayi tidak mendapatkan ASI secara eksklusif, dan apabila tidak segera ditangani maka akan menyebabkan *engorgement*, hal ini terjadi karena penyempitan duktus lakteferi atau oleh kelenjar-kelenjar tidak dikosongkan dengan sempurna atau karena kelainan pada puting susu sehingga terjadinya pembengkakan pada payudara karena peningkatan aliran vena dan *limfe* mengakibatkan timbulnya rasa nyeri disertai kenaikan suhu badan. Pembengkakan ini akan mengakibatkan rasa nyeri pada ibu bahkan tidak jarang ibu merasakan demam, oleh karena itu para ibu dianjurkan untuk melakukan perawatan payudara agar tidak terjadi komplikasi seperti bendungan ASI⁴.

Salah satu solusi untuk mencegah masalah yang sering terjadi

pada ibu menyusui adalah perawatan payudara, perawatan payudara bertujuan untuk melancarkan sirkulasi darah dan mencegah penyumbatan saluran susu, sehingga pengeluaran ASI lancar dan perawatan payudara sebelum hamil sudah mulai dilakukan selain untuk memperlancar pengeluaran ASI juga dapat membentuk payudara yang ideal. Setiap wanita pasti menginginkan bentuk payudara yang ideal dan menarik, maka tidak jarang kita mendengarkan beberapa wanita memilih untuk tidak menyusui bayinya dikarenakan khawatir payudaranya menjadi kendur. Keinginan ibu untuk menyusui bayinya sering kali terhambat oleh ketidaknyamanan yang timbul saat proses menyusui, seperti bayi sulit menghisap ASI, puting susu lecet dan lain-lain⁵.

Perawatan payudara tidak hanya dilakukan sebelum melahirkan, tetapi juga dilakukan setelah melahirkan. Perawatan yang dilakukan terhadap payudara bertujuan melancarkan sirkulasi darah dan mencegah tersumbatnya saluran air susu sehingga memperlancar pengeluaran ASI. Pelaksanaan perawatan payudara hendaknya dimulai sedini mungkin yaitu 1-2 hari setelah bayi dilahirkan dan dilakukan 2 kali sehari. Bendungan ASI biasanya sering terjadi pada ibu nifas atau setelah melahirkan, oleh sebab itu pada masa ini disebut juga sebagai masa

rawan terjadinya pembengkakan payudara, sehingga ibu diminta untuk benar-benar melakukan perawatan payudara serta mengetahui bagaimana cara atau teknik menyusui yang baik dan benar. Perawatan payudara dilakukan sebelum hamil agar memperlancar pengeluaran ASI serta dapat membentuk payudara yang ideal⁶.

Perawatan payudara untuk ibu nifas yang menyusui merupakan salah satu upaya dukungan terhadap pemberian ASI bagi bayi agar payudara bersih dan terhindar dari infeksi⁷. Perawatan payudara yang dilakukan selama masa nifas sangat berguna bagi ibu untuk mencegah kekenduran payudara selama menyusui. Payudara adalah “aset” berharga seorang ibu bagi bayinya, dengannya ibu bisa memberikan makanan terbaik dan berkualitas bernama ASI. Layaknya aset yang berharga lain yang membutuhkan perawatan terbaik, payudara pun sama. Demi keberlangsungan proses menyusui, payudara harus dirawat dengan baik dan tepat agar terhindar dari gangguan serta penyakit yang mungkin akan menimpa selama proses laktasi⁸.

Dinas Kesehatan Kota Bima pada tahun 2013 menunjukkan jumlah ibu nifas sebanyak 3.131, presentase ibu yang mengalami bendungan ASI sebesar 59,9%. Sedangkan pada Puskesmas Paruga Kota Bima jumlah ibu nifas pada

tahun 2013 sebesar 641 orang, presentase ibu yang mengalami bendungan ASI sebesar 40,5%. Dari uraian latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Hubungan Perawatan Payudara Dengan Terjadinya Bendungan Air Susu Ibu (ASI) Pada Ibu Nifas Di Puskesmas Paruga Kota Bima Nusa Tenggara Barat karena bendungan ASI masih dianggap biasa, masih banyak ibu- ibu yang belum paham tentang gejala itu, serta banyaknya wanita pekerja sehingga kurang di perhatikan pada pemberian ASI, baik waktu maupun tehnik dalam menyusui bayinya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian survei analitik. Desain penelitian yang digunakan adalah *crossectional*⁹. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu nifas yang ada di Puskesmas Paruga Kota Bima sebanyak 50 orang ibu nifas rata- rata dalam sebulan pada tahun 2016. Sampel yang diperoleh dari perhitungan rumus diperoleh jumlah sampel sebanyak 33 responden.. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan *Simple Random Sampling*. Variabel independennya adalah perawatan payudara dan variabel dependennya adalah bendungan ASI. Analisis univariat dilakukan untuk mengetahui distribusi frekuensi karakteristik responden dan distribusi

persentase tiap variabel, dan analisis bivariat digunakan untuk mengetahui interaksi dua variabel dengan uji statistik *Chi Square* dengan *p-value* <0,05.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

No	Usia	Frekuensi	Persentase (%)
1.	< 20 tahun	15	45,5
2.	20-30 tahun	10	30,3
3.	> 30 tahun	8	24,2

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 33 ibu nifas hampir setengahnya berusia < 20 tahun sebanyak 15 orang (45,5%), dan yang berusia lebih dari 30 tahun sebanyak 8 orang (24,2%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Perawatan Payudara

No	Perawatan Payudara	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Melakukan	13	39
2.	Tidak Melakukan	20	61

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 33 ibu nifas sebagian besar yang tidak melakukan perawatan payudara sebanyak 20 orang (61%) dan yang melakukan perawatan payudara sebanyak 13 orang (39%).

Tabel 3. Hubungan Perawatan Payudara dengan Bendungan ASI Pada Ibu Nifas

No.	Perawatan Payudara	Bendungan ASI				Total	
		Ada		Tidak Ada		n	%
		n	%	n	%		
1.	Melakukan	5	27	8	73	13	100
2.	Tidak Melakukan	17	77	3	20	20	100
Total		22	67	11	33	33	100

Tabel 3 menunjukkan bahwa bahwa dari 33 ibu nifas di Puskesmas Paruga yang mengalami bendungan ASI didapatkan tidak melakukan perawatan payudara sebanyak 17 orang (77%), lebih besar dibandingkan ibu nifas yang melakukan perawatan payudara sebanyak 5 orang (27%). Sedangkan ibu nifas yang tidak mengalami bendungan ASI didapatkan melakukan perawatan payudara sebanyak 8 orang (73%) lebih besar dibandingkan ibu nifas yang tidak melakukan perawatan payudara sebanyak 3 orang (20%). Hasil uji statistik menggunakan uji *Chi Square/ Koefisien Kontingensi* diperoleh hasil $p = 0,017$ dengan *contingency coefficient* 0,434, sehingga $p < \alpha$ yang menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima yang artinya

ada hubungan perawatan payudara dengan terjadinya bendungan ASI pada ibu nifas di Puskesmas Paruga Kota Bima Nusa Tenggara Barat.

PEMBAHASAN

Penelitian ini didapatkan bahwa terdapat hubungan perawatan payudara dengan bendungan ASI dimana nilai *p-value* 0,017 dengan *contingency coefficient* 0,434, sehingga $p < \alpha$. Perawatan payudara merupakan suatu cara merawat payudara yang dilakukan pada saat kehamilan atau masa nifas untuk produksi ASI, selain itu untuk kebersihan payudara dan bentuk puting susu yang masuk ke dalam atau datar. Puting susu demikian sebenarnya bukanlah halangan bagi ibu untuk menyusui dengan baik dengan mengetahui sejak awal, ibu mempunyai waktu untuk mengusahakan agar puting susu lebih mudah sewaktu menyusui¹. Perawatan payudara bertujuan untuk menjaga kebersihan payudara sehingga mencegah terjadinya penyumbatan dan terhindar dari infeksi. Teori ini sejalan dengan penelitian

yang dilakukan oleh¹⁰, yang berjudul *breast that is in flamed suggests* terdapat hubungan antara perawatan payudara dengan kejadian bendungan ASI, sesuai teori yang ada bahwa dengan melakukan perawatan payudara maka semakin kecil pula terjadinya bendungan ASI.

Keluhan ibu tentang bendungan ASI menurut Prawirohardjo (2010) adalah payudara bengkak, keras, panas dan nyeri¹¹. Penanganan sebaiknya dimulai selama hamil dengan perawatan payudara untuk mencegah terjadinya kelainan. Bila terjadi juga, maka berikan terapi simptomatis untuk sakitnya (analgetika), kosongkan payudara, sebelum menyusui pengurutan dulu atau dipompa, sehingga sumbatan hilang. Kalau perlu berikan stilbestrol atau lynoral tablet 3 kali sehari selama 2-3 hari untuk membendung sementara produksi ASI. Sejalan dengan penelitian Dewi (2015), bahwa pentingnya merawat payudara akan mengurangi resiko terjadinya Bendungan ASI, mastitis, dan Abses Payudara¹².

Penelitian yang dilakukan oleh Justine, S (2011) yang berjudul *A breast*

that is in flamed suggests that the taste of the milk dimana hasil penelitiannya mengatakan bahwa terdapat hubungan antara perawatan payudara dengan bendungan ASI sesuai dengan teori yang ada bahwa semakin ASI diberikan kepada bayi ataupun dikosongkan secara sempurna maka akan menghindari terjadinya bendungan ASI¹³.

Penanganan bendungan ASI sebaiknya dimulai sejak hamil yang dimulai dengan membersihkan puting susu dari kerak dan kotoran namun tidak boleh massase payudara. Perawatan payudara ini bertujuan untuk menjaga kebersihan payudara sehingga mencegah penyumbatan dan terhindar dari infeksi. Pada saat mandi hindari penggunaan sabun yang bisa membuat bagian puting kering, karena jika kering menyebabkan lapisan puting mengelupas dan muncul rasa sakit ketika menyusui¹⁴.

Hasil penelitian ini di dukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Fauziah, dkk (2015) yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden berdasarkan sikap ibu nifas tentang waktu perawatan

payudara adalah dalam kategori cukup¹⁵. Hal ini dikarenakan responden tanggap kapan waktu yang tepat dalam melakukan perawatan payudara dan dapat mengaplikasikannya. Dalam teori waktu pelaksanaan perawatan payudara pasca persalinan dimulai sedini mungkin yaitu 1-2 hari sesudah bayi dilahirkan dilakukan 2 kali sehari setelah mandi. Ini bisa menjadi rekomendasi untuk perubahan sikap responden ke arah yang lebih positif¹⁶.

KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini terdapat hubungan perawatan payudara dengan bendungan ASI. Perawatan payudara ini bertujuan untuk melancarkan sirkulasi darah dan mencegah tersumbatnya saluran air susu, menjaga kebersihan payudara sehingga mencegah penyumbatan, memperlancar pengeluaran ASI, dan terhindar dari infeksi. Semakin ASI diberikan kepada bayi ataupun dikosongkan secara sempurna maka akan menghindari terjadinya bendungan ASI. Pada ibu nifas sebaiknya melakukan perawatan payudara

secara teratur. Penanganan sebaiknya dimulai selama hamil dengan perawatan payudara untuk mencegah terjadinya kelainan melancarkan sirkulasi darah dan mencegah tersumbatnya saluran air susu sehingga memperlancar pengeluaran ASI.

Diharapkan para tenaga kesehatan (khususnya bidan) lebih meningkatkan dalam memberikan penyuluhan dan informasi yang benar, mudah dimengerti khususnya tentang perawatan payudara dan masalah bendungan ASI atau pembengkakan payudara, untuk mempersiapkan produksi ASI agar produksi ASI lancar pada masa nifas. Diharapkan bagi ibu untuk melakukan perawatan payudara sejak masa kehamilan sehingga mencegah bendungan ASI.

DAFTAR PUSTAKA

1. World Health Organization. 2015. *World Health Statistics*. https://www.who.int/gho/publications/world_health_statistics/2015/en/
2. Rustam, Mochtar. 2013. *Sinopsis Obstetri Fisiologi dan Patologi edisi 3*. EGC: Jakarta.
3. Manuaba, Ida Bagus Gde. 2010. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan KB untuk Pendidikan Bidan edisi 2*. EGC: Jakarta.

4. Heryani, R. 2012. Asuhan Kebidanan Ibu Nifas dan Menyusui. Jakarta: Trans Info media.
5. Penti, Dora. 2017. *Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu dengan Bendungan ASI di Puskesmas Sidomulyo Pekan Baru*. Journal Endurance. DOI: <http://doi.org/10.22216/jen.v2i1.1675>
6. Proverawati, A. 2010. Kapita Selekta ASI dan Menyusui. Nuha Medika
7. Pillitteri, A. 2010. Buku Saku Asuhan Ibu dan Anak. Jakarta: EGC.
8. Riksani, Ria. 2012. Keajaiban ASI (Air Susu Ibu). Dunia Sehat : Jakarta.
9. Notoadmojo, Soekidjo. 2010. *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. PT. Rineka Cipta: Jakarta.
10. Yooufi, Yohanes. 2013. *Breast that is inflamed suggest*. [http:// Pubmed.com](http://Pubmed.com). diakses pada tanggal 12 Mei 2016. Pukul 12.00 WITA.
11. Prawirohardjo, Sarwono. 2010. Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal. Jakarta : PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
12. Dewi, dkk. 2011. *Asuhan Kebidanan pada Ibu Nifas*. Jakarta. Salemba Medika.
13. Justin, Sheilla. 2011. *A breast that is in- flamed suggests that the teste of the milk*. <http://Pubmed.com> diakses pada tanggal 12 mei 2016. Pukul 12.00 WITA.
14. Pertiwi, S. &, Praktek, B., & Bps, S. 2014. Hubungan Antara Post Natal Breast Care Dengan Terjadinya Bendungan ASI Di Bidan Praktek Swasta (BPS) Wilayah Kerja Puskesmas Wuriyantoro Wonogiri, VI(1), 43–56. Retrieved from <http://journal.stikeseub.ac.id/index.php/jkeb/article/view/130/129>
15. Faiziah, A., dkk. 2015. Gambaran sikap ibu nifas tentang perawatan payudara di rb an-nissa surakarta tahun 2012., 40–58.
16. Meihartati Tuti. 2017. *Hubungan antara Perawatan Payudara dengan kejadian Bendungan ASI (engorment) pada Ibu Nifas*. Jurnal Kebidanan dan Keperawatan.