



HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU NIFAS TENTANG PERAWATAN PAYUDARA DAN TEKNIK MENYUSUI DENGAN KEJADIAN BENDUNGAN ASI DI PMB MARTINI BANDAR LAMPUNG

Psiari Kusuma Wardani¹, Mareza Yolanda Umar²

Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah Pringsewu

psiarikusumawardani@gmail.com¹, marezaumar@gmail.com²

ABSTRAK

Proses menyusui bisa jadi terhambat karena adanya beberapa masalah salah satunya adalah terjadinya payudara bengkak. Pembengkakan payudara disebabkan oleh pengeluaran ASI yang tidak efisien akibat perawatan payudara dan teknik menyusui yang buruk. Masih lemahnya monitoring dan evaluasi tenaga kesehatan terhadap pasien dalam melaksanakan perawatan payudara dan teknik menyusui serta kesadaran pasien tentang pentingnya persiapan payudara sebelum menyusui masih rendah sehingga kejadian bendungan ASI sering terjadi. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara dan teknik menyusui dengan kejadian bendungan ASI di PMB Martini Bandar Lampung tahun 2021.

Jenis penelitian kuantitatif, desain analitic dengan pendekatan cross sectional. Dalam penelitian ini yang dijadikan populasi adalah semua ibu nifas di PMB Martini sebanyak 33 ibu nifas, tehnik sampel menggunakan Accidental Sampling.

Hasil analisis menunjukkan terdapat hubungan tingkat pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara yang benar dengan kejadian bendungan ASI dengan p-value $0.004 < 0.05$ dan terdapat hubungan tingkat pengetahuan ibu nifas tentang teknik menyusui yang benar dengan kejadian bendungan ASI dengan p-value $0.000 < 0.05$. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan ibu nifas mengenai cara melakukan perawatan payudara dan teknik menyusui yang benar sehingga ibu terhindar dari bendungan ASI.

Kata kunci: *Pengetahuan, Teknik Menyusui, Bendungan ASI*

I. PENDAHULUAN

Makanan yang terbaik bagi bayi adalah air susu ibu (ASI). Bayi yang tidak mendapatkan ASI, maka kurang mendapatkan nutrisi dan kolesterol yang cukup untuk pertumbuhan otak sehingga kurang mendapatkan antibodi yang melindungi tubuh dari infeksi pada saluran pencernaan yaitu diare. (Sugiyantoro, 2014). Menyusui atau

dalam bahasa asing disebut breasting adalah pemberian air susu ibu sebagai makanan alami yang disediakan untuk bayi. Menyusui banyak manfaatnya bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi, diantaranya adalah melatih refleks rooting, refleks menghisap dan refleks menelan sebagai awal bayi dalam memenuhi kebutuhan dasarnya. Namun proses menyusui bisa jadi terhambat karena adanya beberapa

masalah salah satunya adalah terjadinya payudara bengkak. (WHO, 2015).

Payudara yang mengalami pembengkakan atau bendungan ASI tersebut sangat sukar disusu oleh bayi karena payudara lebih menonjol, puting lebih datar, dan sukar di hisap oleh bayi, bila keadaan sudah demikian, payudara akan mengkilat ibu merasa demam dan payudara terasa nyeri yang dapat menjadi mastitis. (Moody, 2006). Mastitis adalah peradangan payudara yang dapat disertai atau tidak disertai infeksi. Infeksi terjadi melalui luka pada puting susu, tetapi mungkin juga melalui peredaran darah. Infeksi ini biasanya menyertai laktasi, sehingga disebut juga mastitis laktasional atau mastitis puerpuraalis. (WHO, 2015).

Pembengkakan payudara disebabkan oleh pengeluaran ASI yang tidak efisien akibat perawatan payudara dan teknik menyusui yang buruk. (WHO, 2015). Adapun faktor yang mempengaruhi bendungan ASI seperti teknik menyusui yang kurang benar, pengosongan mammae yang tidak sempurna dan hisapan bayi yang tidak efektif. (Saleha, 2009).

Menurut data World Health Organization (WHO) terbaru pada tahun 2013 di Amerika Serikat presentase perempuan menyusui yang mengalami bendungan ASI rata-rata sebanyak 8242 (87,05%) dari 12.765 ibu nifas, pada tahun 2014 ibu yang mengalami bendungan ASI sebanyak 7198 (66,87%) dari 10.764 ibu nifas dan pada tahun 2015 terdapat ibu yang mengalami bendungan ASI sebanyak 6543 (66,34%) dari 9.862 ibu nifas. (WHO, 2015). Menurut Data Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia tahun 2014 menyebutkan bahwa terdapat ibu nifas yang mengalami kasus bendungan ASI tercatat sebanyak 35.985 (15,60%) ibu nifas, serta pada tahun 2015 ibu nifas yang mengalami bendungan ASI sebanyak 77,231 (37,12%) ibu nifas. (SDKI, 2015).

Akibat meningkatnya kasus bendungan ASI sehingga pelaksanaan ASI Eksklusif tidak mencapai target menurut WHO cakupan ASI Eksklusif di dunia yaitu 36% selama periode 2007-2014. Berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2018 cakupan ASI Eksklusif di Indonesia

sebesar 58,2%. Cakupan bayi mendapatkan ASI Eksklusif di Provinsi Lampung tahun 2012 sebesar 29,24% dimana angka ini masih ada dibawah target yang diharapkan yaitu 60%. (Profil Dinkes, 2012). Sedangkan pencapaian ASI Eksklusif di Kota Bandar Lampung pada tahun 2011 sebesar 65,1%. Tahun 2012 mencapai 67,93% namun ditahun 2013 mengalami penurunan yaitu sebanyak 64,55%. Hasil ini bila dibandingkan dengan target Nasional masih dibawah dari target yang diinginkan (80%). (Dinkes Kota Bandar Lampung, 2013).

Upaya nakes untuk mencegah terjadinya bendungan ASI yaitu pada saat antenatal, dimana ibu diberikan penyuluhan tentang perawatan payudara pada saat trimester II dan III, perawatan pada ibu hamil sampai dengan saat menyusui perlu dilakukan. Namun masih lemahnya monitoring dan evaluasi nakes terhadap pasien dalam melaksanakan perawatan payudara dan teknik menyusui dirumah, serta kesadaran pasien tentang pentingnya persiapan payudara sebelum menyusui masih rendah sehingga kejadian bendungan ASI sering terjadi. Hasil pra survey bendungan ASI di PMB Martini berdasarkan dokumentasi PMB didapatkan data bulan Januari – Oktober 2020 terdapat 262 ibu yang bersalin di PMB Martini dan yang mengalami kejadian bendungan ASI sebanyak 56 (21%) ibu yang bersalin di PMB Martini dan dilakukan pra survey wawancara terhadap 10 responden pada bulan Januari didapatkan hasil 60% bendungan ASI disebabkan oleh teknik menyusui yang tidak benar dan 40% bendungan ASI disebabkan oleh perawatan payudara yang tidak benar. Dilakukan perbandingan kejadian bendungan ASI di PMB Santi berdasarkan dokumentasi PMB didapatkan data bulan Januari – Oktober 2020 terdapat sebanyak 201 ibu yang bersalin di PMB Santi dan yang mengalami kejadian bendungan ASI sebanyak 34 (17%) ibu yang bersalin di PMB Santi. Berdasarkan data tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan tingkat pengetahuan ibu tentang perawatan payudara dan teknik menyusui dengan kejadian

bendungan ASI di PMB Martini Bandar Lampung tahun 2021.

II. METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif yaitu penelitian ilmiah yang sistematis terhadap bagian-bagian dan fenomena serta hubungan-hubungannya. Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan pendekatan *crosssectional*.

Penelitian dilakukan di PMB Martini Amd.Keb Bandar Lampung pada bulan Februari 2021 populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu nifas di PMB Martini dengan tafsiran persalinan pada bulan Februari 2021 sejumlah 33 orang. Metode sampling dalam penelitian ini menggunakan total sampling dengan *Accidental Sampling*.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Penelitian

a. Karakteristik Responden

1) Umur

Karakteristik umur dikategorikan menjadi produktif dan tidak produktif, diperoleh hasil distribusi yang dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 1. Karakteristik umur ibu nifas di PMB Martini Bandar Lampung Tahun 2021

Umur	Frekuensi	Persen (%)
Produktif	20	66.6
Tidak Produktif	10	33.4
Total	30	100.0

Berdasarkan tabel 1 dari jumlah 30 responden, didapatkan sebagian besar ibu nifas dengan usia produktif yaitu sebanyak 20(66.6%).

2) Pendidikan

Karakteristik pendidikan dikategorikan menjadi SD, SMP, SMA dan D3/S1, diperoleh hasil distribusi yang dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 2. Karakteristik pendidikan ibu nifas di PMB Martini Bandar Lampung Tahun 2021

Umur	Frekuensi	Persen (%)
SD	6	20.0
SMP	14	46.6
SMA	8	26.6
D3/S1	2	6.8
Total	30	100.0

Berdasarkan tabel 2 dari jumlah 30 responden, didapatkan sebagian besar ibu nifas dengan pendidikan SMP yaitu sebanyak 14 (46.6%).

3) Jumlah Anak

Karakteristik jumlah anak dikategorikan menjadi >2 dan ≤ 2 , diperoleh hasil distribusi yang dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 3. Karakteristik jumlah anak ibu nifas di PMB Martini Bandar Lampung Tahun 2021

Jumlah Anak	Frekuensi	Persen (%)
>2	8	26.7
≤ 2	22	73.3
Total	30	100.0

Berdasarkan tabel 3 dari jumlah 30 responden, didapatkan sebagian besar ibu nifas memiliki anak ≤ 2 yaitu sebesar 22 (73.3%).

4) Pekerjaan

Karakteristik pekerjaan dikategorikan menjadi Wiraswasta, Petani, Guru dan IRT, diperoleh hasil distribusi yang dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4. Karakteristik pekerjaan ibu nifas di PMB Martini Bandar Lampung Tahun 2021

Pekerjaan	Frekuensi	Persen (%)
Wiraswasta	4	13.3
Petani	2	6.6
Guru	1	3.5
IRT	23	76.6
Total	30	100.0

Berdasarkan tabel 4 dari jumlah 30 responden, didapatkan sebagian besar ibu nifas dengan pekerjaan Ibu Rumah Tangga (IRT) yaitu sebesar 23 (76.6%)

b. Analisis Univariat

1) Bendungan ASI

Dari variabel bendungan ASI dikategorikan menjadi payudara bengkak dan payudara tidak bengkak, diperoleh hasil distribusi yang dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 5. Distribusi frekuensi ibu nifas yang mengalami bendungan ASI

Pengetahuan	Frekuensi	Persen (%)
Payudara Bengkak	9	30.0
Payudara Tidak Bengkak	21	70.0
Total	30	100.0

Berdasarkan tabel 4.5 dari jumlah 30 responden, didapatkan sebagian besar ibu nifas tidak mengalami bendungan ASI dengan ditandai payudara tidak bengkak sebesar 21 (70%).

2) Tingkat Pengetahuan Perawatan Payudara

Dari variabel pengetahuan perawatan payudara dikategorikan menjadi kurang, cukup dan baik, diperoleh hasil distribusi yang dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 6. Distribusi frekuensi tingkat pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara

Pengetahuan	Frekuensi	Persen (%)
Kurang	16	53.3
Cukup	10	33.3
Baik	4	13.3
Total	30	100.0

Berdasarkan tabel 6 dari jumlah 30 responden, didapatkan sebagian besra ibu nifas dengan pengetahuan kurang yaitu sebesar 16 (53.3%).

3) Tingkat Pengetahuan Teknik Menyusui

Dari variabel pengetahuan teknik menyusui dikategorikan menjadi kurang, cukup dan baik, diperoleh hasil distribusi yang dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 7. Distribusi frekuensi tingkat pengetahuan ibu nifas tentang teknik menyusui

Pengetahuan	Frekuensi	Persen (%)
Kurang	9	30.0
Cukup	14	46.7
Baik	7	23.3
Total	30	100.0

Berdasarkan tabel 7 dari jumlah 30 responden, didapatkan sebagian besar ibu nifas dengan pengetahuan cukup yaitusebesar 14 (46.7%).

c. Analisis Bivariat

1) Hubungan tingkat pengetahuan perawatan payudara dengan kejadian Bendungan ASI

Analisis bivariat untuk hubungan tingkat pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara dengan kejadian bendungan ASI di PMB Martini Tahun 2021, adalah sebagai berikut:

Tabel 8. Hubungan tingkat pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara dengan kejadian bendungan ASI di PMB Martini Tahun 2021

Pengetahuan Perawatan Payudara	Bendungan ASI				Total		P-value
	Payudara Bengkak		Payudara Tidak Bengkak		F	%	
	F	%	F	%			
Kurang	9	56.2	7	43.8	16	100	0.004
Cukup	0	0.00	10	100	10	100	
Baik	0	0.00	4	100	4	100	
Jumlah	9	30.0	21	70	30	100	

Dari hasil analisis pada tabel 4.8 mengenai hubungan tingkat pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara dengan kejadian bendungan ASI, didapatkan Pvalue 0,004 (<0.05) yang berarti ada hubungan tingkat pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara yang benar dengan kejadian bendungan ASI.

Hubungan tingkat pengetahuan teknik menyusui dengan kejadian Bendungan ASI

Analisis bivariat untuk hubungan tingkat pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara dengan kejadian bendungan ASI di PMB Martini Tahun 2021, adalah sebagai berikut:

Tabel 9. Hubungan tingkat pengetahuan ibu nifas tentang teknik menyusui dengan kejadian bendungan ASI di PMB Martini Tahun 2021

Pengetahuan Teknik Menyusui	Bendungan ASI				Total		P-value
	Payudara		Payudara Tidak		F	%	
	Bengkak		Bengkak				
	F	%	F	%	F	%	
Kurang	9	100	0	0.00	9	100	0.000
Cukup	0	0.00	14	100	14	100	
Baik	0	0.00	7	100	7	100	
Jumlah	9	30.0	21	70	30	100	

Dari hasil analisis pada tabel 4.9 mengenai hubungan tingkat pengetahuan ibu nifas tentang teknik menyusui dengan kejadian bendungan ASI, didapatkan Pvalue 0,000 (<0.05) yang berarti ada hubungan tingkat pengetahuan ibu nifas tentang teknik menyusui yang benar dengan kejadian bendungan ASI.

2. Pembahasan

a. Analisis Univariat

1) Tingkat Pengetahuan Perawatan Payudara

Berdasarkan hasil penelitian pada 30 pasien, didapatkan 16 (53.3%) dengan pengetahuan kurang, 10 (33.3%) dengan pengetahuan cukup dan 4 (13.3) dengan pengetahuan baik. Dapat disimpulkan sebagian besar responden dengan pengetahuan kurang.

Sejalan dengan teori pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui penciuman manusia, yakni indra penglihatan dan pendengaran manusia, yakni indra penglihatan, pedengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2014).

Pengetahuan tentang post natal breast care adalah perawatan payudara yang dilakukan pada ibu post partum. Perawatan payudara sangat penting dilakukan selama hamil sampai masa menyusui, hal ini karena payudara merupakan satu-satunya penghasil ASI yang baru dilakukan sedini mungkin (Dewi Tri, 2012).

Sejalan dengan hasil penelitian Marettta dan Chusnul (2017) dengan judul hubungan tingkat

pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara dengan kejadian bendungan ASI di RS Suko Asih Sukoharjo. Hasil penelitian sebagian besar ibu yaitu 66% ibu memiliki pengetahuan kurang tentang perawatan payudara.

Asumsi peneliti adalah banyaknya responden dengan pengetahuan kurang karena kurangnya sumber informasi yang didapatkan tentang cara melakukan perawatan payudara masih sedikit, ditambah dengan tidak adanya penyuluhan yang dilakukan secara umum tentang perawatan payudara selama masa kehamilan. Responden tidak dengan mudah mendapatkan informasi kesehatan karena jarak yang jauh dengan fasilitas kesehatan, kurang aktif nya responden dalam bertanya tentang kesehatan terutama setelah bersalin.

Beberapa responden telah memiliki pengalaman melahirkan sebelumnya sehingga responden merasa mampu untuk melakukan perawatan sendiri, karena dari persalinan yang lalu responden tidak mengalami masalah apapun terutama tentang perawatan payudara. Pada tenaga kesehatan kurangnya melakukan penyuluhan untuk mencegah terjadinya bendungan ASI yaitu pada saat antenatal, tenaga kesehatan tidak melakukan monitoring dalam melaksanakan perawatan payudara dan teknik menyusui setelah proses persalinan.

2) Tingkat Pengetahuan Teknik Menyusui

Berdasarkan hasil penelitian pada 30 pasien, didapatkan 9 (30%) dengan pengetahuan kurang, 14 (46.7%) dengan pengetahuan cukup dan 7 (23.3) dengan pengetahuan baik. Dapat

disimpulkan sebagian besar pengetahuan responden dengan kategori cukup.

Sejalan dengan teori pengetahuan merupakan hasil dari "tahu" dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yaitu : indera penglihatan, penciuman, perasa dan perabaan. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga, sehingga hal yang dapat dipahami karena pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya sikap seseorang (Notoatmojo, 2014).

Didukung dengan teori tidak semua ibu dapat menyusui bayinya dengan teknik yang benar. Seorang ibu menyusui mungkin akan mengalami berbagai masalah seperti tidak memahami teknik menyusui yang baik seperti misalnya menaruh bayi pada payudara ketika menyusui. Jika ibu menaruh bayinya kurang tepat akan berpengaruh pada isapan bayi yang kurang pas sehingga pengeluaran ASI kurang maksimal, sehingga dapat menyebabkan puting susu terasa nyeri dan dapat terjadinya bendungan ASI (Soetjningsih, 2007).

Terlebih pada minggu pertama setelah persalinan, seorang ibu lebih peka dalam emosi, untuk itu ibu membutuhkan seseorang yang dapat membimbing dalam merawat bayi termasuk dalam menyusui seperti suami, keluarga atau kerabat dekat atau kelompok ibu-ibu pendukung ASI dan dokter atau tenaga kesehatan sampai pada suatu saat ibu dapat menyusui bayinya dengan baik (Soetjningsih, 2007).

Sejalan dengan hasil penelitian Atiul (2017) dengan judul hubungan pengetahuan ibu nifas tentang teknik menyusui dengan kejadian bendungan ASI. Hal ini dapat diasumsikan, bahwa ibu nifas yang mempunyai pengetahuan yang baik tentang teknik menyusui yang benar tidak terjadi bendungan ASI sebaliknya ibu nifas yang mempunyai pengetahuan kurang tentang teknik menyusui yang benar terjadi bendungan ASI. Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 76,7% ibu nifas kurang.

Asumsi peneliti adalah banyaknya responden dengan pengetahuan cukup karena responden sebagian besar telah diberikan edukasi melalui buku KIA tentang teknik menyusui, namun edukasi tersebut juga ditambahkan oleh orang tua mereka yang merasa sudah memiliki pengalaman sebelumnya, sehingga terdapat dua

sudut pandang yang mempengaruhi hasil kuesioner.

3) Bendungan ASI

Berdasarkan hasil pengolahan data didapatkan ibu nifas yang mengalami bendungan ASI dengan payudara bengkak sebesar 9 (30%) dan ibu yang tidak mengalami bendungan ASI dengan ditandai payudara tidak bengkak sebesar 21 (70%).

Sejalan dengan teori bendungan ASI terjadi karena menyusui yang tidak kontinue sehingga sisa ASI terkumpul pada daerah duktus. Hal ini terjadi karena antara lain produksi ASI meningkat, terlambat menyusukan dini, perlekatan kurang baik, mungkin kurang sering ASI dikeluarkan, dan mungkin juga ada pembatasan waktu menyusui. Hal ini dapat terjadi pada hari ketiga setelah melahirkan. Selain itu, penggunaan bra yang ketat serta keadaan puting susu yang tidak bersih dapat menyebabkan sumbatan pada duktus. (Dewi Tri, 2012).

Sejalan dengan hasil penelitian Evi Rosita tahun (2017) di Desa Jolotundo dan Desa Kupang Kecamatan Jetis Kabupaten Mojokerto dapat diketahui bahwa 18 67% ibu tidak mengamami bendungan ASI.

Asumsi peneliti sebagian besar responden yang tidak mengalami bendungan ASI karena sudah melakukan perawatan ketika ASI mulai penuh, yaitu dengan cara di pompa dan ASI disimpan selain itu, ibu menyusui bayinya sesering mungkin dan membuat ASI tidak terkumpul terlalu lama. Beberapa responden pada kehamilan sebelumnya pernah mengalami bendungan ASI sehingga saat kelahiran ini mereka lebih waspada dan lebih hati-hati agar tidak terjadi bendungan ASI kembali.

b. Analisis Bivariat

1) Hubungan tingkat pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara yang benar dengan kejadian bendungan ASI

Berdasarkan hasil pengolahan data didapatkan ada hubungan tingkat pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara yang benar dengan kejadian bendungan ASI dengan p-value 0.004 <0.05 Didukung dengan teori tentang bendungan ASI terjadi karena menyusui yang tidak kontinue sehingga sisa ASI terkumpul pada daerah duktus.

Hal ini terjadi karena antara lain produksi ASI meningkat, terlambat menyusukan dini, perlekatan kurang baik, mungkin kurang sering ASI dikeluarkan, dan mungkin juga ada pembatasan waktu menyususi. Dampak dari bendungan ASI adalah Mastitis. Mastitis adalah peradangan pada payudara. Payudara menjadi merah, bengkak kadangkala diikuti rasa nyeri dan panas, suhu tubuh meningkat.

Di dalam terasa ada masa padat (lump), dan diluarnya kulit mencari merah. Kejadian masa nifas 1-3 minggu setelah persalinan diakibatkan oleh sumbatan aliran susu yang berlanjut. Dapat juga karena kebiasaan menekan payudara dengan jari atau karena tekanan baju. Dampak yang lain adalah abses payudara, bilamana penanganan mastitis tidak sempurna, maka infeksi akan makin berat sehingga terjadi abses. Ditandai dengan payudara berwarna lebih merah mengkilat dari sebelumnya saat baru terjadi radang, ibu merasa lebih sakit, benjolan lebih lunak karena berisi nanah. Jika sudah terjadi abses maka payudara tidak boleh disusukan (Dewi Tri, 2012).

Salah satu faktor yang mempengaruhi bendungan ASI adalah perawatan payudara atau disebut post natal breast care adalah perawatan payudara yang dilakukan pada ibu post partum. Perawatan payudara sangat penting dilakukan selama hamil sampai masa menyusui, hal ini karena payudara merupakan satu-satunya penghasil ASI yang baru dilakukan sedini mungkin. Bila seorang ibu tidak melakukan perawatan payudara dengan baik maka akan sering dijumpai kasus-kasus yang akan merugikan ibu seperti terjadinya pengeluaran ASI kurang lancar, payudara bengkak, bahkan mastitis (Dewi Tri, 2012).

Sejalan dengan hasil penelitian Marettta dan Chusnul (2017) dengan judul hubungan tingkat pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara dengan kejadian bendungan ASI di RS Suko Asih Sukoharjo. Terdapat hubungan anatara hubungan tingkat pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara dengan kejadian bendungan ASI dengan p-value 0.001 <0.05.

Asumsi peneliti pada hasil penelitian ibu dengan pengetahuan kurang yang mengalami payudara bengkak karena ibu tidak tahu cara melakukan perawatan serta ibu juga belum memiliki pengetahuan sebelumnya rata-rata ibu yang mengalami payudara bengkak adalah ibu yang baru pertama kali menyusui/anak pertama, hal

ini dikarenakan sumber informasi yang responden dapat tentang perawatan payudara masih kurang. Ibu yang memiliki pengetahuan kurang baik namun tidak mengalami payudara bengkak karena ibu telah memiliki pengalaman yang didapatkan dari persalinan sebelumnya ataupun dari orang tua, sehingga dapat mencegah sejak dini kejadian bendungan ASI. Pengetahuan ibu yang kurang baik dapat dipengaruhi dari pendidikan yang rendah dimana sebagian besar ibu dengan pendidikan SMP, pada masa pendidikan SMP tentu belum adanya pelajaran atau informasi yang menyangkut tentang perawatan payudara, kemudian dengan pendidikan yang rendah secara otomatis membuat ibu kurang peduli terhadap informasi, kurang aktif dalam menambah pengetahuan tentang perawatan payudara.

2) Hubungan tingkat pengetahuan ibu nifas tentang teknik menyusui yang benar dengan kejadian bendungan ASI

Berdasarkan hasil pengolahan data didapatkan ada hubungan tingkat pengetahuan ibu nifas tentang teknik menyusui yang benar dengan kejadian bendungan ASI dengan p-value 0.000 <0.05 Didukung dengan teori tentang bendungan ASI terjadi karena menyusui yang tidak kontinue sehingga sisa ASI terkumpul pada daerah duktus. Hal ini terjadi karena antara lain produksi ASI meningkat, terlambat menyusukan dini, perlekatan kurang baik, mungkin kurang sering ASI dikeluarkan, dan mungkin juga ada pembatasan waktu menyususi. Dampak dari bendungan ASI adalah Mastitis. Mastitis adalah peradangan pada payudara. Payudara menjadi merah, bengkak kadangkala diikuti rasa nyeri dan panas, suhu tubuh meningkat. Di dalam terasa ada masa padat (lump), dan diluarnya kulit mencari merah. Kejadian masa nifas 1-3 minggu setelah persalinan diakibatkan oleh sumbatan aliran susu yang berlanjut. Dapat juga karena kebiasaan menekan payudara dengan jari atau karena tekanan baju. Dampak yang lain adalah abses payudara, bilamana penanganan mastitis tidak sempurna, maka infeksi akan makin berat sehingga terjadi abses. Ditandai dengan payudara berwarna lebih merah mengkilat dari sebelumnya saat baru terjadi radang, ibu merasa lebih sakit, benjolan lebih lunak karena berisi

nanah. Jika sudah terjadi abses maka payudara tidak boleh disusukan (Dewi Tri, 2012).

Salah satu faktor yang mempengaruhi bendungan ASI adalah teknik menyusui. Tidak semua ibu dapat menyusui bayinya dengan teknik yang benar. Seorang ibu menyusui mungkin akan mengalami berbagai masalah seperti tidak memahami teknik menyusui yang baik seperti misalnya menaruh bayi pada payudara ketika menyusui. Jika ibu menaruh bayinya kurang tepat akan berpengaruh pada isapan bayi yang kurang pas sehingga pengeluaran ASI kurang maksimal, sehingga dapat menyebabkan puting susu terasa nyeri dan dapat terjadinya bendungan ASI (Soetjiningsih, 2007).

Terlebih pada minggu pertama setelah persalinan, seorang ibu lebih peka dalam emosi, untuk itu ibu membutuhkan seseorang yang dapat membimbing dalam merawat bayi termasuk dalam menyusui seperti suami, keluarga atau kerabat dekat atau kelompok ibu-ibu pendukung ASI dan dokter atau tenaga kesehatan sampai pada suatu saat ibu dapat menyusui bayinya dengan baik (Soetjiningsih, 2007).

Sejalan dengan hasil penelitian Hasil penelitian Atiul (2017) dengan judul hubungan pengetahuan ibu nifas tentang teknik menyusui dengan kejadian bendungan ASI. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan pengetahuan ibu nifas tentang teknik menyusui dengan kejadian bendungan ASI dengan p-value $0.000 < 0.05$.

Asumsi peneliti pada hasil penelitian ibu dengan pengetahuan bengkak yang mengalami payudara bengkak karena ibu tidak tahu cara teknik menyusui yang benar sehingga mengakibatkan puting lecet dan ibu malas menyusui bayinya. Responden dengan pengetahuan cukup karena responden sebagian besar telah diberikan edukasi melalui buku KIA tentang teknik menyusui, namun edukasi tersebut juga ditambahkan oleh orang tua mereka yang merasa sudah memiliki pengalaman sebelumnya, sehingga terdapat dua sudut pandang yang mempengaruhi hasil kuesioner.

Pengetahuan responden dapat juga dipengaruhi dari jumlah anak yang pernah dilahirkan, dimana responden dengan jumlah anak lebih dari 1 atau multipara pasti telah memiliki pengalaman sebelumnya tentang cara atau teknik menyusui, namun belum tentu pengalaman tersebut dapat

menunjang pengetahuan yang benar tentang teknik menyusui. Ibu hanya merasa nyaman dengan teknik yang dilakukan ketika menyusui tanpa memperhatikan teknik yang baik dan benar. Ditunjang juga dengan pekerjaan ibu yang rata-rata ibu rumah tangga, sehingga membuat ibu terbatas dalam penerimaan informasi kesehatan. Ibu akan lebih banyak berbagi cerita dengan tetangga atau orang yang lebih tua dari pada mencari tahu informasi yang benar dari petugas kesehatan.

V. KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

- Terdapat hubungan tingkat pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara yang benar dengan kejadian bendungan ASI dengan p-value $0.004 < 0.05$.
- Terdapat hubungan tingkat pengetahuan ibu nifas tentang teknik menyusui yang benar dengan kejadian bendungan ASI dengan p-value $0.000 < 0.05$.

2. Saran

a) Bagi Responden

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan ibu nifas mengenai cara melakukan perawatan payudara dan teknik menyusui yang benar sehingga ibu terhindar dari bendungan ASI.

b) Bagi PMB

Bagi bidan di PMB Martini Bandar Lampung Secara praktis hasil penelitian dapat sebagai masukan pelaksana dan tempat penelitian program perawatan ibu nifas dan diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai bahan informasi dalam menentukan kebijakan sebagai upaya meningkatkan pelayanan pendidikan kesehatan tentang teknik menyusui yang benar. Kemudian diharapkan pada tenaga kesehatan melakukan penyuluhan untuk mencegah terjadinya bendungan ASI terutama pada saat antenatal, serta melakukan monitoring dalam melaksanakan perawatan payudara dan teknik menyusui setelah proses persalinan.

c) Bagi Universitas Aisyah Pringsewu

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah informasi dan pengembangan ilmu pengetahuan tentang perawatan payudara dan teknik menyusui yang benar untuk mencegah terjadinya bendungan ASI serta dapat menambah daftar kepustakaan dan referensi baru bagi mahasiswa Prodi Kebidanan Universitas Aisyah Pringsewu.

d) Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat wahana untuk menerapkan ilmu yang didapat, menambah wawasan serta menambah pengetahuan penulis tentang perawatan payudara dan teknik menyusui yang benar untuk mencegah terjadinya bendungan ASI dengan menambah variabel lain dengan responden lebih banyak dan metodologi penelitian yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Alimul Hidayat, Aziz. 2011. Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data. Jakarta: Salemba Medika
- [2] Ariawan. 2012. Besar dan Metode Sampel pada Penelitian Kesehatan. Jakarta: Jurusan Biostatistik dan Kependudukan Fakultas Kesehatan Masyarakat
- [3] Arikunto, S., 2014. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik, Ed Revisi, Jakarta: Penerbit PT Rineka Cipta.
- [4] Badan Pusat Statistik, Depkes RI. 2015. Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia. Jakarta: BPS
- [5] Dahlan, Sopiudin. 2014. Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan , Edisi Enam. Jakarta: Salemba Medika
- [6] Dewi, Vivian N.L., & Sunarsih, Tri. (2012). Asuhan Kebidanan pada Ibu Nifas. Jakarta: Salemba Medika
- [7] Dinkes Provinsi Lampung, 2016. Profil Kesehatan Provinsi Lampung Tahun 2016. Bandar Lampung
- [8] Dinas Kesehatan Kota Bandar Lampung. 2013. Profil Kesehatan Kota Bandar Lampung 2013
- [9] JNPK-KR. 2008. Buku Acuan Pelatihan Klinik Asuhan Persalinan Normal : Asuhan Esensial, Bagi Ibu Bersalin dan Bayi Baru Lahir Serta Penatalaksanaan Komplikasi Segera Pasca Persalinan Dan Nifas. Revisi: 6. Jakarta : Depkes RI
- [10] Hastono, Susanto. 2007. Analisa Data Kesehatan. Jakarta: Universitas Indonesia
- [11] Indahsari, Chusnul Chotimah. 2017. Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Dengan Kejadian Bendungan ASI di RB Suko Asih Sukoharjo. IJMS. Vol 4 No 2: 183-188
- [12] Impartina Atiu. 2017. Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Teknik Menyusui Dengan Kejadian Bendungan ASI. Jurnal Ilmiah Ilmi Kesehatan. Vol 15 No 3: 156-160
- [13] Moody H. L. B. 2006. The Teaching of Literature. London: Longman
- [14] Notoatmodjo, Soekidjo. 2010. Ilmi Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- [15] Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- [16] Notoadmodjo, Soekidjo. 2014. Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Jakarta : Rineka Cipta
- [17] Notoatmodjo, Soekidjo. 2014. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta
- [18] Riskesdas. Badan Penelitian Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI 2018. Riset Kesehatan Daerah. Jakarta: Riskesdas
- [19] Rukiyah, Aiyeyeh, Lia Yulianti, Meida Liana. 2011. Asuhan Kebidanan III (Nifas). Jakarta: Trans Info Medika
- [20] Rosita Evi. 2017. Hubungan Perawatan Payudara pada Ibu Nifas Dengan Bendungan ASI DI Desa Jolotundo dan Desa Kupang Kec. Jetis Kab. Mojokerto. Midwifery Journal of STIKes Insan Cendikia Medika Jombang. Vol 13 No 1: 1-7
- [21] Saleha, Siti. 2009. Buku Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas. Jakarta : Salemba Medika
- [22] Sarwono. 2009. Ilmu Kebidanan Edisi Keempat. Jakarta: Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo

- [23] Soetjiningsih. 2014. ASI Petunjuk Untuk Tenaga Kesehatan. Jakarta: EGC
- [24] Sugiyono. 2017. Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta
- [25] Widuri, Hesti. 2008. Cara Mengenal ASI Eksklusif. Yogyakarta: Gosyen Publishing
- [26] World Health Organization (WHO), 2015. Angka Kematian Ibu dan Bayi. Amerika: WHO.