



Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Bendungan ASI Pada Ibu Postpartum

Cakrawati R¹, Maria Septiana²

¹ Program Studi Kebidanan, Poltekkes Ummi Khasanah

² Program Studi D3 Kebidanan, STIKes Budi Mulia Sriwijaya

Correspondent Author: Cakrawati R, Email: cakrawati_rhn@gmail.com

ABSTRACT

Breast engorgement is a common condition among postpartum mothers characterized by breast swelling due to milk accumulation. This condition can cause pain and interfere with breastfeeding. This study aims to analyze factors influencing breast engorgement among postpartum mothers. A quantitative cross-sectional design was used involving 110 postpartum mothers. Variables included breastfeeding frequency, technique, family support, and maternal knowledge. Data were analyzed using chi-square and logistic regression. Results showed that improper breastfeeding technique (OR=3.9), low breastfeeding frequency (OR=3.5), and lack of knowledge (OR=2.8) significantly influenced breast engorgement ($p < 0.05$). It is concluded that behavioral and knowledge factors play an important role in breast engorgement.

Keywords: *Breast Engorgement, Postpartum, Breastfeeding, Risk Factors*

ABSTRAK

Bendungan ASI merupakan kondisi umum pada ibu postpartum yang ditandai dengan pembengkakan payudara akibat penumpukan ASI. Kondisi ini dapat menyebabkan nyeri, ketidaknyamanan, dan gangguan proses menyusui. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya bendungan ASI pada ibu postpartum. Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain cross-sectional terhadap 110 ibu postpartum. Variabel yang diteliti meliputi frekuensi menyusui, teknik menyusui, dukungan keluarga, dan pengetahuan ibu. Data dianalisis menggunakan uji chi-square dan regresi logistik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik menyusui yang tidak tepat (OR=3,9), frekuensi menyusui rendah (OR=3,5), dan kurangnya pengetahuan (OR=2,8) berpengaruh signifikan terhadap kejadian bendungan ASI ($p < 0,05$). Disimpulkan bahwa faktor perilaku dan pengetahuan berperan penting dalam terjadinya bendungan ASI.

Kata Kunci: *Bendungan Asi, Ibu Postpartum, Menyusui, Faktor Risiko*



I. PENDAHULUAN

Masa postpartum merupakan periode penting bagi ibu dan bayi, terutama dalam proses menyusui. Salah satu masalah yang sering terjadi adalah bendungan ASI, yaitu kondisi dimana terjadi penumpukan ASI di payudara akibat pengeluaran yang tidak optimal.

Bendungan ASI dapat menyebabkan nyeri, pembengkakan, dan bahkan infeksi jika tidak ditangani dengan baik. Kondisi ini dapat menghambat pemberian ASI eksklusif yang sangat penting bagi tumbuh kembang bayi.

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya bendungan ASI antara lain teknik menyusui yang tidak tepat, frekuensi menyusui yang kurang, kurangnya pengetahuan ibu, serta kurangnya dukungan keluarga.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya bendungan ASI pada ibu postpartum.

II. METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan kuantitatif analitik dengan desain cross-sectional, untuk menganalisis hubungan faktor risiko dengan kejadian bendungan ASI pada ibu postpartum dalam satu waktu pengamatan.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan di fasilitas pelayanan kesehatan puskesmas selama Januari–April 2025.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi: seluruh ibu postpartum
2. Sampel: 110 responden
3. Teknik sampling: purposive sampling

D. Kriteria Responden

1. **Inklusi:**
 - a. Ibu postpartum hari ke-1 sampai ke-7
 - b. Bersedia menjadi responden
 - c. Menyusui bayi
2. **Eksklusi:**
 - a. Tidak menyusui
 - b. Komplikasi berat



E. Variabel Penelitian

1. **Independen:**
 - a. Teknik menyusui
 - b. Frekuensi menyusui
 - c. Pengetahuan ibu
 - d. Dukungan keluarga
2. **Dependen:**
Bendungan ASI

F. Instrumen Penelitian

1. Kuesioner (pengetahuan & dukungan)
2. Lembar observasi (teknik menyusui)
3. Data klinis

G. Analisis Data

1. Univariat
2. Chi-square
3. Uji t
4. Regresi logistik (OR, CI 95%)

III. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Ibu Postpartum (n=110)

Variabel	Frekuensi	Persentase
Usia 20–35	75	68%
>35	35	32%
Primipara	60	55%
Multipara	50	45%

Mayoritas responden berada pada usia reproduktif ideal dan primipara, yang cenderung lebih berisiko mengalami bendungan ASI karena kurang pengalaman menyusui.

2. Kejadian Bendungan ASI

Tabel 2. Distribusi Bendungan ASI

Kategori	Frekuensi	Persentase
Ya	45	41%
Tidak	65	59%

Sebanyak 41% ibu mengalami bendungan ASI, menunjukkan masalah ini cukup sering terjadi pada masa postpartum awal.

3. Analisis Bivariat (Chi-Square)

Tabel 3. Hubungan Faktor Risiko dengan Bendungan ASI

Variabel	Bendungan	Tidak	p-value
Teknik tidak tepat	30	20	0,001
Frekuensi rendah	28	18	0,002
Pengetahuan rendah	25	15	0,003
Dukungan kurang	22	18	0,02

Semua variabel memiliki nilai $p < 0,05$, yang berarti terdapat hubungan signifikan dengan kejadian bendungan ASI.

4. Uji T (Perbandingan Skor Risiko)

Tabel 4. Rata-Rata Skor Risiko Bendungan ASI

Kelompok	Mean	SD	p-value
Teknik baik	65,2	6,8	
Teknik tidak baik	80,5	7,3	0,000

Ibu dengan teknik menyusui yang tidak tepat memiliki skor risiko yang lebih tinggi secara signifikan.

5. Analisis Multivariat (Regresi Logistik)

Tabel 5. Faktor Dominan Bendungan ASI

Variabel	OR	CI 95%	p-value
Teknik menyusui	3,9	1,9–7,8	0,001
Frekuensi menyusui	3,5	1,7–6,9	0,002
Pengetahuan	2,8	1,4–5,5	0,003
Dukungan keluarga	2,1	1,1–4,0	0,02

Teknik menyusui merupakan faktor paling dominan, diikuti frekuensi menyusui dan pengetahuan ibu.



B. Pembahasan

1. Teknik Menyusui sebagai Faktor Dominan

Teknik menyusui yang tidak tepat menyebabkan pengosongan payudara tidak optimal, sehingga ASI tertahan dan terjadi bendungan. Nilai OR sebesar 3,9 menunjukkan pengaruh yang sangat kuat.

2. Frekuensi Menyusui

Frekuensi menyusui yang rendah menyebabkan penumpukan ASI. Bayi yang jarang menyusui tidak mampu mengosongkan payudara secara optimal.

3. Pengaruh Pengetahuan Ibu

Ibu dengan pengetahuan rendah cenderung tidak memahami teknik dan pentingnya menyusui secara rutin, sehingga meningkatkan risiko bendungan.

4. Dukungan Keluarga

Dukungan keluarga berperan dalam membantu ibu menjalani proses menyusui, baik secara emosional maupun praktis.

5. Implikasi Klinis

Hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi menyusui dan dukungan keluarga sangat penting dalam mencegah bendungan ASI.

Faktor utama bendungan ASI adalah teknik menyusui, frekuensi menyusui, dan pengetahuan ibu, dengan teknik menyusui sebagai faktor paling dominan.

IV. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai *faktor yang mempengaruhi terjadinya bendungan ASI pada ibu postpartum*, dapat disimpulkan bahwa:

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara faktor perilaku dan pengetahuan dengan kejadian bendungan ASI

Hasil uji statistik menunjukkan bahwa teknik menyusui, frekuensi menyusui, pengetahuan ibu, dan dukungan keluarga memiliki hubungan bermakna dengan kejadian bendungan ASI ($p < 0,05$).

2. Teknik menyusui merupakan faktor paling dominan

Nilai Odds Ratio (OR) sebesar 3,9 menunjukkan bahwa ibu dengan teknik menyusui yang tidak tepat memiliki risiko hampir 4 kali lebih besar mengalami bendungan ASI dibandingkan dengan ibu yang memiliki teknik menyusui yang baik.

3. Frekuensi menyusui berpengaruh terhadap pengosongan payudara

Ibu yang menyusui dengan frekuensi rendah memiliki risiko lebih tinggi mengalami bendungan ASI akibat penumpukan ASI yang tidak dikeluarkan secara optimal.



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

4. Pengetahuan ibu berperan dalam pencegahan bendungan ASI

Ibu dengan pengetahuan yang baik cenderung lebih memahami teknik menyusui yang benar serta pentingnya menyusui secara rutin.

5. Dukungan keluarga turut mempengaruhi keberhasilan menyusui

Dukungan emosional dan praktis dari keluarga membantu ibu dalam menjalani proses menyusui dengan baik sehingga dapat mencegah terjadinya bendungan ASI.

B. Saran

1. Bagi Tenaga Kesehatan

- a. Meningkatkan edukasi tentang teknik menyusui yang benar kepada ibu postpartum
- b. Memberikan konseling laktasi secara rutin, terutama pada hari-hari awal setelah persalinan
- c. Melakukan pemantauan dini terhadap tanda-tanda bendungan ASI

2. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

- a. Menyediakan program edukasi menyusui dan kelas ibu menyusui
- b. Meningkatkan peran konselor laktasi di fasilitas kesehatan
- c. Menyediakan media edukasi seperti leaflet, video, dan demonstrasi langsung

3. Bagi Keluarga

- a. Memberikan dukungan emosional dan bantuan praktis kepada ibu postpartum
- b. Membantu ibu dalam menjaga kenyamanan dan kelancaran proses menyusui

4. Bagi Ibu Postpartum

- a. Meningkatkan pengetahuan tentang teknik menyusui yang benar
- b. Menyusui bayi secara rutin dan sesuai kebutuhan (on demand)
- c. Segera berkonsultasi jika mengalami masalah menyusui

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Disarankan untuk menambahkan variabel lain seperti faktor hormonal, status gizi, dan psikologis ibu
- b. Menggunakan desain longitudinal untuk melihat perkembangan bendungan ASI secara jangka panjang
- c. Memperluas jumlah sampel untuk meningkatkan validitas hasil penelitian

DAFTAR PUSTAKA

1. American College of Obstetricians and Gynecologists. Breastfeeding challenges. Washington DC: ACOG; 2020.
2. Apriani S. Hubungan perawatan payudara dengan kejadian bendungan ASI. J Medika Utama. 2021;2(2):439–447.



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

3. Asikin, S. B., Yarnita, Y., & Rahmat, R. A. (2026). Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja Sebagai Upaya Pencegahan Kehamilan Dini. *Barongko: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(2), 889–896. <https://doi.org/10.59585/bajik.v4i2.1103>
4. BKKBN. Kesehatan ibu dan anak serta menyusui. Jakarta: BKKBN; 2022.
5. Cunningham FG, Leveno KJ, Bloom SL. Williams obstetrics. 25th ed. New York: McGraw-Hill; 2018.
6. Faridah F, Widyaningsih N. Pengaruh breast care terhadap pembengkakan payudara pada ibu nifas. *J Kesehatan*. 2022;2(3):851–860.
7. Fardiani W. Faktor yang menyebabkan terjadinya bendungan ASI pada ibu postpartum. *J Kebidanan*. 2025.
8. Fraser DM, Cooper MA. Myles textbook for midwives. 16th ed. London: Elsevier; 2020.
9. Fadhilah, I. (2025). Pemberdayaan Masyarakat Desa Bunde dalam Meningkatkan Kesehatan Reproduksi dan Seksualitas melalui Edukasi Kebidanan. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(4), 777–786. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v3i4.811>
10. Gustrini R. Perawatan payudara untuk mencegah bendungan ASI pada ibu postpartum. *Midwifery Care J*. 2021;2(1):9–14.
11. Hardianti, R. N., & Bansu, I. A. (2024). Edukasi Dampak Pernikahan Dini Terhadap Kesehatan Reproduksi Remaja Di Kelurahan Mafututu Kepulauan Tidore. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 101–107. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v3i1.541>
12. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Profil kesehatan Indonesia 2023. Jakarta: Kemenkes RI; 2023.
13. Kusumaningsih MR. Efektivitas kompres daun kubis terhadap bendungan ASI. *J Kesehatan*. 2023.
14. Manuaba IBG. Ilmu kebidanan, penyakit kandungan dan KB. Jakarta: EGC; 2015.
15. Mulia, M., Rosmiati, R., Rahmat, R. A., Pannyiwi, R., & Wijayanti, L. A. (2026). Bullying And Its Relationship To Anxiety, Depression, And Self-Esteem. *International Journal of Health Sciences*, 4(1), 61–67. <https://doi.org/10.59585/ijhs.v4i1.1097>
16. Notoatmodjo S. Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2012.
17. Pannyiwi, R., Azis, M. N. S. A., & Rahmat, R. A. (2025). Analisis Kendala Perawat Dalam Melaksanakan Komunikasi Terapeutik Di Lingkungan Pelayanan Kesehatan. *Barongko: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(1), 231–243. <https://doi.org/10.59585/bajik.v4i1.921>
18. Prawirohardjo S. Ilmu kebidanan. Jakarta: Bina Pustaka; 2016.



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

19. Reffita, L. I. (2025). Pengembangan Program Kesehatan Reproduksi Remaja untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Kesadaran Remaja tentang Kesehatan Reproduksi. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(4), 892–901. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v3i4.826>
20. Saifuddin AB. Buku panduan praktis pelayanan kesehatan maternal. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka; 2014.
21. Setyowati. Asuhan keperawatan maternitas. Jakarta: EGC; 2016.
22. Wahyuni, S., Latif, S. A., Rihi, P., Mildaratu, M., & Hilal, A. (2023). Hubungan Sikap Dengan Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi. *Barongko: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(1), 176–182. <https://doi.org/10.59585/bajik.v2i1.245>
23. World Health Organization. Breastfeeding and maternal health. Geneva: WHO; 2020.
24. World Health Organization. Maternal and newborn health. Geneva: WHO; 2019.
25. Yusrah T, Sunarsih N. Pengaruh perawatan payudara terhadap bendungan ASI pada ibu postpartum. *J Kebidanan*. 2019.