

Original Research Article

THE EFFECT OF BREAST CARE ON BREAST ENGORGEMENT AMONG IN POSTPARTUM MOTHERS AT AULIA GENERAL HOSPITAL, BLITAR REGENCY

Handayani ^{1*}, Mar'atus Sholichah Fitriah Hajar Kusnianto ¹, Raden Roro Dewi Rahmawaty Aktyani Putri ², Anita Rahmawati ², Feri Sulistyowati ¹

¹ Program Studi Pendidikan Bidan STIKes Patria Husada Blitar

² Program Studi Pendidikan Ners STIKes Patria Husada Blitar

*Correspondence:

Handayani

Program Studi Pendidikan Bidan STIKes Patria Husada Blitar

Email:

handayaniketut123@gmail.com

Article Info:

Received: June 24, 2026

Accepted: August 10, 2026

DOI:

<https://doi.org/10.60050/pwh.v7i2.151>

Abstract

Background: A common problem for breastfeeding mothers is breast milk engorgement. According to the WHO in 2021, 36.12% of breastfeeding mothers experienced breast milk engorgement. One contributing factor is increased prolactin hormone levels. Breast milk engorgement can be prevented through proper breast care.

Objectives: The purpose of this study was to determine the effectiveness of breast care intervention in reducing breast engorgement at Aulia General Hospital, Blitar Regency.

Methods: The research design was the one group pretest-posttest design without using a control group. The number of research samples was 25 respondents using the Total Sampling method. The research instrument used a demographic data questionnaire, breast care SOP and breast engorgement observation sheet. The intervention was carried out for 2 days, twice daily, by health workers. Data analysis used the Wilcoxon Signed Rank Test.

Results: The statistical test results obtained a p value = 0.001 where $p < 0.05$ alpha, which indicated that before treatment 56% were in the moderate engorgement category and 44% were in the severe category. After treatment, 100% of breast milk engorgement was absent. The analysis concluded that breast care had an effect on breast engorgement in postpartum mothers at Aulia General Hospital, Blitar Regency.

Conclusion: Based on the research results and discussions conducted regarding the effect of breast care on breast milk engorgement in postpartum mothers at Aulia General Hospital, Blitar Regency, it can be concluded that 100% of postpartum mothers were categorized as having no engorgement after receiving breast care intervention.

Keywords: Postpartum Mothers, Breast Care, Breast Milk Dams.

PENDAHULUAN

ASI merupakan makanan yang telah disiapkan untuk calon bayi saat ibu mengalami kehamilan. Selama kehamilan, payudara akan mengalami perubahan untuk menyiapkan produksi ASI. Manfaat pemberian ASI bagi ibu dapat mencegah perdarahan pasca persalinan, mempercepat involusi uterus, mengurangi risiko anemia, mengurangi risiko kanker ovarium dan payudara, memperkuat ikatan batin antara ibu dan bayi yang dilahirkan, mempercepat kembali ke berat badan semula dan sebagai salah satu metode KB sementara (Zubaida *et al.*, 2024).

Salah satu masalah pada menyusui adalah payudara bengkak atau bendungan ASI. Penyebab terjadinya pembengkakan payudara atau bendungan ASI adalah ASI yang tidak segera dikeluarkan yang kemudian menyebabkan penyumbatan pada aliran vena dan limfe sehingga aliran susu menjadi terhambat dan tertekan ke saluran ASI sehingga terjadinya peningkatan aliran vena dan limfe yang menyebabkan payudara bengkak (Maulani Nurul; Nababan Loli, 2022).

Dampak bendungan ASI pada ibu mengakibatkan tekanan intraduktal yang akan mempengaruhi berbagai segmen pada payudara, sehingga tekanan seluruh payudara meningkat, akibatnya payudara sering terasa penuh, tegang, dan nyeri, walaupun tidak disertai dengan demam. Selain itu dampak pada bayi yaitu, bayi sukar menghisap, bayi tidak disusui secara adekuat sehingga bayi tidak mendapatkan ASI secara eksklusif akibatnya kebutuhan nutrisi bayi akan kurang terpenuhi karena kurangnya asupan yang didapatkan oleh bayi. (Anggraini, 2020) dalam (Suryanti et al., 2022).

Menurut data WHO tahun 2021 dalam (Pemiliana et al., 2023) presentase perempuan menyusui yang mengalami bendungan ASI rata-rata mencapai 36,12% dari 17.230.142 juta jiwa dan berdasarkan data Survei demografi dan kesehatan Indonesia tahun 2019 menyebutkan bahwa terdapat ibu nifas yang mengalami bendungan ASI sebanyak 35.985 atau 15,60% ibu nifas. Menurut penelitian Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan RI terjadi bendungan ASI di Indonesia terbanyak terjadi pada ibu-ibu bekerja sebanyak 16% dari ibu menyusui (Kesehatan, 2019).

Berdasarkan survei yang dilakukan peneliti pada bulan April 2025 di RSUD Aulia Blitar terdapat sekitar 20 ibu nifas, lebih dari 50% ibu nifas pada awal pemberian ASI mengeluhkan ASI sulit keluar atau tidak lancar. Ada beberapa penyebab yang menjadi tidak lancarnya ASI yaitu ibu belum tahu cara pemberian ASI yang baik, posisi menyusui yang tidak tepat, kondisi payudara yang kurang bersih atau siap untuk menyusui, sehingga sering menyebabkan ASI tidak bisa keluar maksimal dan menyebabkan bendungan ASI.

Perawatan payudara bertujuan untuk melancarkan sirkulasi darah dan mencegah risiko tersumbatnya saluran produksi ASI sehingga nantinya pengeluaran ASI menjadi lebih lancar. Menurut (Gustirini Ria; Anggraini, 2020), adanya rangsangan taktil saat perawatan payudara dapat menstimulasi hormone oksitosin dan prolactin yang diketahui dapat membantu bayi memperoleh ASI. Proses perawatan payudara dapat memperlancar proses laktasi, dimana gerakan yang ada pada perawatan payudara dapat memperlancar reflek pengeluaran ASI, disisi lain juga mencegah terjadinya bendungan pada payudara.

Berdasarkan permasalahan yang menjadi latar belakang penelitian tersebut, maka peneliti bermaksud melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Bendungan ASI pada Ibu Nifas di RSUD Aulia Kabupaten Blitar”

METODE

Desain Studi

Jenis dan desain penelitian adalah kuantitatif dengan desain analitik eksperimental jenis pre eksperimental dengan pendekatan pretest-posttest one group design. Populasi ibu nifas 25 responden dengan teknik total sampling.

Pengaturan

Penelitian dilakukan di RSUD Aulia Kabupaten Blitar. Waktu penelitian pada bulan Oktober 2025.

Subjek Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas di RSUD Aulia Blitar berjumlah 25 orang ibu nifas. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu nifas berjumlah 25 orang dengan rumus total sampling. Dalam penelitian ini tidak menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi dengan alasan menggunakan rumus total sampling dengan artian seluruh 25 responden mendapatkan perawatan payudara.

Instrumen

Penelitian ini menggunakan instrument kuesioner, SOP perawatan payudara dan lembar observasi bendungan ASI.

Intervensi

Intervensi yang diberikan pada penelitian ini yaitu perawatan payudara pada ibu nifas. Langkahnya yaitu meminta persetujuan responden, mengobservasi bendungan ASI sebelum diberikan perawatan payudara dengan lembar observasi. Memberikan intervensi perawatan payudara dengan menggunakan SOP perawatan payudara. Mengidentifikasi bendungan ASI dengan lembar observasi. Perawatan payudara dilakukan 2 kali dalam sehari dengan total waktu 2 hari selama masa perawatan di rumah sakit yang dilakukan oleh tenaga kesehatan sesuai dengan standart.

Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan Wilcoxon Signed Rank untuk melihat pengaruh perawatan payudara terhadap bendungan ASI.

Pertimbangan Etis

Persetujuan komite etik diperoleh dari STIKes Patria Husada Blitar dengan Nomor: 06/PHB/KEPK/360/12.25.

HASIL

Tabel 1. Distribusi responden berdasarkan usia, pendidikan dan pekerjaan.

Usia	Jumlah	Presentase (%)
17 – 25	12	48
26 – 35	13	52
Jumlah	25	100%
Pendidikan	Jumlah	Presentase (%)
SD	1	4
SMP	3	12
SMA	18	72
Perti	3	12
Jumlah	25	100
Pekerjaan	Jumlah	Presentase (%)
IRT	17	68
Swasta	8	32
Wiraswasta	0	0
Jumlah	25	100

Diketahui bahwa hampir setengah responden berusia 26 – 35 tahun yaitu sebanyak 13 responden (52%), sebagian besar responden berpendidikan SMA yaitu sebanyak 18 responden (72%), sebagian besar responden bekerja sebagai IRT yaitu sebanyak 17 responden (68%).

Tabel 2. Distribusi tabulasi pretest dan posttest pada ibu post partum sebelum dan sesudah diberikan perlakuan.

Kategori bendungan	Pre-test		Post-test	
	F	%	F	%
Tidak ada bendungan	0	0	25	100
Bendungan ringan	0	0	0	0
Bendungan sedang	14	56	0	0
Bendungan berat	11	44	0	0
Jumlah	25	100	25	100

Diketahui responden dengan kategori bendungan sedang sebanyak 14 responden (56%), kategori bendungan berat sebanyak 11 responden (44%). Setelah diberikan perlakuan perawatan payudara, kategori tidak ada bendungan sebanyak 25 responden (100%).

Tabel 3. Pengaruh perawatan payudara terhadap bendungan ASI pada ibu nifas.

Breast care pre and post	
Z	-4.393 ^b
Asymp.Sig. (2-tailed)	.000

Hasil uji wilcoxon signed rank test diperoleh nilai Z sebesar -4.393^b dengan nilai Asymp.Sig (2-tailed) sebesar .000 ($p < 0,05$), sehingga H_0 ditolak H_1 diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh perawatan payudara terhadap bendungan ASI pada ibu nifas.;

PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 1 diketahui karakteristik usia, sebagian responden berada pada rentang usia 26 – 35 tahun. Usia 26 – 35 tahun dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang, bertambahnya usia seseorang dapat berpengaruh pada bertambahnya pengetahuan yang diperoleh. Semakin tinggi usia seseorang, tingkat pengetahuan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bertindak dibandingkan dengan umur yang lebih muda. Hal ini dikarenakan usia dalam rentang tersebut baik dalam mengembangkan pengetahuannya sendiri termasuk pengetahuan tentang perawatan payudara (Rosita, 2017).

Segi pendidikan mayoritas responden berpendidikan SMA. Tingkat pendidikan berpengaruh terhadap pemahaman yang lebih tinggi dibandingkan tingkat SD ataupun SMP serta memungkinkan ibu nifas mendapatkan banyak informasi tentang perawatan payudara (Rosita, 2017). Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang semakin baik pula pengetahuannya dan perlu ditekankan bahwa orang yang berpendidikan rendah tidak berarti pengetahuannya rendah pula. Selain itu, pekerjaan ibu juga berpengaruh pada bendungan ASI. Ibu yang bekerja berhubungan dengan penyediaan waktu sehingga perlu mendapatkan dukungan dari keluarga ataupun tempat kerja.

Berdasarkan uji wilcoxon diperoleh $p = (0,000) < \alpha (0,05)$ artinya H_0 ditolak, H_a diterima maka disimpulkan bahwa ada Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Bendungan ASI pada Ibu Nifas di RSUD Aulia Kabupaten Blitar.

Bendungan ASI adalah bendungan air susu karena penyempitan ductus laktiferi atau kelenjar yang tidak dikosongkan dengan sempurna atau karena kelainan puting susu. Payudara terjadi karena hambatan aliran darah vena atau saluran kelenjar getah bening akibat ASI terkumpul dalam payudara (Asih et al, 2019). Sedangkan Perawatan payudara (*breast care*) adalah tindakan atau usaha yang dilakukan oleh ibu hamil maupun ibu menyusui untuk menjaga kesehatan payudara, melancarkan sirkulasi darah, mencegah terjadinya bendungan ASI, merangsang kelenjar payudara agar produksi ASI optimal, serta mempersiapkan payudara untuk menyusui bayi (Varney, 2015; Sulistyawati, 2016).

Perawatan payudara terhadap bendungan asi dengan metode ceramah serta demonstrasi dapat mengurangi bendungan asi karena dengan melihat sekaligus mempraktikkan secara langsung akan mudah dipahami dan diingat oleh responden sehingga dapat mengurangi bendungan asi serta dapat dipraktikkan secara mandiri oleh ibu nifas. Pemberian perlakuan perawatan payudara dilakukan kepada ibu nifas yang sudah memberikan persetujuan pada lembar informed consent sebagai responden. Sebelum diberikan perlakuan ibu nifas mengisi lembar observasi pre-test tentang bendungan ASI untuk mengukur kategori bendungan ASI dengan metode ceramah dan demonstrasi diperoleh hasil 56% bendungan sedang dan 44% bendungan berat. Ibu nifas yang memiliki 56% kategori bendungan sedang dan 44% kategori bendungan berat dikarenakan belum mengetahui tentang perawatan payudara terhadap bendungan ASI. Hal ini dapat mempengaruhi pengetahuan ibu nifas tentang perawatan pada bendungan ASI. Pada waktu pemberian perlakuan perawatan payudara dengan metode demonstrasi, ibu nifas cenderung fokus mendengarkan serta melihat sekaligus mempraktekan secara langsung apa yang saat itu disampaikan. Berdasarkan lembar observasi post-test yang sudah diisi, diperoleh hasil 100% ibu nifas dalam kategori tidak ada bendungan. Dari hasil tersebut diketahui bahwa terdapat penurunan kategori bendungan asi dari ibu nifas. Yang dalam pengisiannya, ibu nifas mengisi jawaban post-test dengan mudah dan cepat dibandingkan dengan pengisian pre-test.

Pembahasan yang diuraikan, peneliti menyimpulkan bahwa perawatan payudara terhadap bendungan asi dengan metode ceramah serta demonstrasi dapat mengurangi bendungan asi karena dengan melihat sekaligus mempraktikkan secara langsung akan mudah dipahami dan diingat oleh responden sehingga dapat mengurangi bendungan asi serta dapat dipraktikkan secara mandiri oleh ibu nifas.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan diskusi yang dilakukan mengenai pengaruh perawatan payudara terhadap pembengkakan ASI pada ibu pascapersalinan di Rumah Sakit Umum Aulia, Kabupaten Blitar, dapat disimpulkan bahwa 100% ibu pascapersalinan dikategorikan tidak mengalami pembengkakan setelah menerima intervensi perawatan payudara.

SARAN

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai acuan dalam memberikan edukasi guna meningkatkan pengetahuan perawatan payudara pada ibu nifas. Sehingga dapat mencegah terjadinya bendungan ASI.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada RSUD Aulia Blitar yang telah mendukung penelitian ini.

PERNYATAAN KEPENTINGAN YANG BERTENTANGAN

Penulis menyatakan tidak ada konflik kepentingan dalam penelitian dan penyusunan artikel ini.

PENDANAAN

Penelitian ini tidak menerima pendanaan khusus dari Lembaga manapun, baik Lembaga pemerintah, swasta maupun organisasi nirlaba.

DAFTAR PUSTAKA

- Aulya, Y., & Supriaten, Y. (2021). PENGARUH PERAWATAN PAYUDARA TERHADAP BENDUNGAN ASI PADA IBU NIFAS. 3(2), 169–175.
- Gustirini Ria; Anggraini. (2020). Combination of Breast Care and Oxytocin Massage of Breastfeeding Mothers in Infant Weight Gain. *Jurnal Kesehatan Prima*, 14.
- Kesehatan, K. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia 2018*.
- Kumalasari, U., Sari, T. P., Kebidanan, A., & Auni, B. (2024). Pengaruh Perawatan Payudara terhadap Bendungan ASI pada Ibu Menyusui Literature Review. 2(3).
- Mahendra, D., Jaya, I. M. M., & Lumban, A. M. R. (2019). Buku Ajar Promosi Kesehatan. In *Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Fakultas Vokasi UKI. Universitas Kristen Indonesia*.
- Maulani Nurul; Nababan Loli. (2022). Pengaruh Kompres Daun Sirih Hijau (Piper Betle L) Terhadap Penurunan Pembengkakan Payudara pada Ibu Pasca Seksio Sesarea di Wilayah Puskesmas Jalan Gedang. *Journal of Midwifery*, 10(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.37676/jm.v10i1.2315>
- Pemiliana, P. D., Rambe, K. S., Purwana, R., Novianti, W., & Harahap, M. C. (2023). *Hubungan frekuensi menyusui dan teknik menyusui dengan bendungan asi pada ibu nifas di klinik Alisha Medan*. 1, 225–233.
- Rosita, E. (2017). HUBUNGAN PERAWATAN PAYUDARA PADA IBU NIFAS DENGAN BENDUNGAN ASI. 13(6), 1–7.
- Suryanti, Y., Rizkia, R., & Utami, R. (2022). *Perawatan payudara terhadap bendungan asi*. 9.
- WHO. (2018). World Breasfeeding Week. <https://www.who.int/news-room/commentaries/detail/world-breastfeeding-week-2018>
- Zubaida, A., Immawati, & Dewi, T. K. (2024). PENERAPAN PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG ASI EKSKLUSIF PADA IBU MENYUSUI DI PUSKESMAS IRINGMULYO METRO TIMUR. 4, 194–200.