

# **Hubungan Perawatan Payudara Dengan Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pembengkakan Payudara Ibu Menyusui Di BPM Hj. Kiptiyah, SST Kecamatan Pakong, Kabupaten Pamekasan**

**Lianita Primi Octaviana**  
Akademi Kebidanan Aifa Husada  
[lianita.primi@gmail.com](mailto:lianita.primi@gmail.com)

## **ABSTRAK**

bendungan ASI adalah suatu keadaan dimana payudara mengalami distensi, terasa penuh, berat, panas dan keras dan ada peningkatan aliran limfe vena pada payudara pada proses laktasi. Pembengkakan pada payudara di sebabkan oleh faktor pengosongan mammae yang kurang sempurna, puting susu datar, postur menyusui yang kurang tepat serta hisapan bayi yang kurang aktif serta tidak dilakukan perawatan payudara secara rutin. Desain penelitian yang dipakai yaitu desain korelasional. Populasi yang diteliti yaitu seluruh ibu menyusui yang ada pada BPM Hj. Kiptiyah, SST tahun 2020. Sampel yang diteliti yaitu ibu yang mempunyai gangguan berupa payudara bengkak pada BPM Hj. Kiptiyah, SST. Penentuan sampel menggunakan teknik sampel jenuh yaitu keseluruhan populasi ibu menyusui yang ada di BPM Hj. Kiptiyah, SST yang berjumlah 30 responden. Studi ini memakai variabel meliputi variabel dependen berupa bendungan ASI, serta variabel independen adalah perawatan payudara dan teknik menyusui. Pengukuran data dilaksanakan menggunakan instrumen kuisioner untuk perawatan payudara dan bendungan ASI. Uji hipotesis penelitian ini menggunakan uji statistik *Sparman Rank (rho)*. Hasil analisis yang didapatkan adalah ada hubungan diantara perawatan payudara terhadap menurunnya intensitas nyeri pada payudara bengkak ibu menyusui di BPM Hj. Kiptiyah, SST

**Kata Kunci: Perawatan payudara dan Bendungan ASI.**

## **ABSTRACT**

Breast milk retention is a condition in which the breast is distended, feels full, heavy, hot, and hard and there is increased venous flow from lymph in the breast to prepare itself for lactation. Swelling of the breasts is caused by incomplete emptying of the mother, flat nipples, inactive baby suction, and improper breastfeeding position, and no routine breast care. The design used in this research is a correlational design. The population in this study were all breastfeeding mothers in the BPM Hj. Kiptiyah, SST. The sample in this study were mothers who experienced breast engorgement at BPM Hj. Kiptiyah, SST. The sampling technique in this study was the total population, namely all breastfeeding mothers in BPM Hj. Kiptiyah, SST, amounting to 30 respondents. The variable used in this study the dependent variable was the Breast milk retention while the independent variable was breast care and breastfeeding technique. The measuring instrument used was a questionnaire for breast care and Breast milk retention. Measuring instrument used was a questionnaire for the treatment of breast, breastfeeding techniques and dam checklist ASI. The research hypothesis testing using statistical test *Sparman Rank (rho)*. The analysis result obtained is a link between breast care and feeding techniques in nursing mothers in the BPM Hj. Kiptiyah, SST

**Keywords : breast feeding and Breast milk retention**

## PENDAHULUAN

Perubahan fisiologi yang salah satunya perubahan dalam organ-organ reproduksi. Menurut Nengah dan Surinati (2013), dalam periode nifas fenomena yang terjadi selain berubahnya involusi uterus diantaranya munculnya laktasi. Proses laktasi merupakan kegiatan menyusui seorang bayi sejak Air Susu Ibu (ASI) dihasilkan hingga aktivitas bayi menghisap serta menelannya. Ambarwati & Wulandari (2010) mengungkapkan, salah satu masalah yang biasa timbul selama proses menyusui diantaranya *Engorgement* atau payudara bengkak.

*Engorgement* atau pembengkakan pada payudara timbul dikarenakan proses menyusui bayi yang tidak adekuat dan tepat oleh bayi yang menyebabkan cairan ASI berkumpul di sistem duktus dan mengaibatkan timbulnya payudara bengkak pada ibu nifas (Bahiyatun, 2009).

permasalahan yang umumnya terjadi dalam periode waktu menyusui antara lain penyumbatan jalur susu, pembengkakan payudara dikarenakan berkumpulnya cairan susu pada kelenjar air susu pada payudara yang dalam waktu lama bisa menimbulkan penyumbatan kelenjar laktasi sehingga produksi susu rendah serta muncul bendungan cairan susu (Weny, 2012). Berdasarkan studi di tahun 2014 dari Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan RI mengungkapkan di Indonesia gangguan terbenyungnyu air susu banyak dialami golongan ibu pekerja dengan persentase

16% daripada keseluruhan ibu dalam periode menyusui (Kementerian kesehatan, 2015). Kasus ibu yang menghadapi gangguan terbenyungnyu ASI di tahun 2014 yaitu 7198 kasus daripada total 10.764 ibu menyusui, selanjutnya di tahun 2015 jumlah ibu dengan kasus pembengkakan payudara yaitu 6543 kasus daripada total 9.862 ibu menyusui (WHO, 2015). Berdasarkan studi dari ASEAN, persentase lingkup kasus gangguan terbenyungnyu ASI ibu menyusui di tahun 2013 adalah 107.654 kasus, di tahun 2014 jumlah ibu menyusui yang menderita gangguan pembengkakan payudara yaitu 95.698 kasus, dan di tahun 2015 kasus pembengkakan payudara pada ibu menyusui adalah 76.543 kasus. Depkes RI (2014) mengungkapkan, fenomena tersebut dikarenakan rendahnya pemahaman seseorang untuk mendukung kesadaran pemberian ASI. Hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia mengungkapkan jika di tahun 2015 jumlah ibu menyusui yang menderita pembengkakan payudara adalah 15,60% (35.985) kasus, sedangkan di tahun 2016 kasus pembengkakan payudara pada ibu menyusui sebesar 37,12% (77.231) (SDKI, 2015). Menurut Depkes Jawa Timur tahun 2010 angka kejadian infeksi pada ibu nifas termasuk pembengkakan payudara mencapai 6,9%. Observasi pra penelitian yang dilaksanakan pada BPM Hj. Kiptiyah, SST memperoleh data dari 30 orang ibu nifas terdapat 20 ibu nifas yang

mengeluh nyeri dan bengkak pada payudaranya.

Penyebab terjadinya pembengkakan di sebabkan oleh tiga faktor diantaranya karena faktor frekuensi menyusui yang tidak teratur, dikarenakan puting payudara terluka dan dikarenakan cara menyusui yang tidak tepat. Dari data tersebut dapat disimpulkan masih terdapat masalah pembengkakan payudara pada ibu menyusui, sehingga dapat berdampak kurangnya asupan ASI pada bayi. Salah satu yang mempengaruhi produksi ASI yaitu, penggunaan bra terlalu sesak, cenderung menggunakan satu sisi disaat memberi ASI yang menyebabkan saluran payudara kurang optimal serta terhambatnya jalur ASI. Apabila frekuensi menyusui yang kurang teratur dan postur atau cara menyusui kurang tepat, hal tersebut juga bisa mengakibatkan puting payudara terluka, pembengkakan payudara, penyumbatan jalur susu, kurang optimalnya ASI yang keluar dan berpengaruh pada produksi cairan susu, mastitis, bayi enggan menyusu, serta bayi mengalami kembung. Putting payudara yang tidak nyaman dikarenakan adanya perlekatan yang kurang benar serta dan tidak tepatnya gaya menyusui, namun hal tersebut bukanlah bagian dari rangkaian peristiwa yang diderita sesudah menyusui. Perbaiki posisi saat menyusui dan perlekatan yang tepat dapat mengurangi nyeri pada payudara. Namun Varney (2009) mengungkapkan, berkurangnya

rasa nyeri tersebut baru bisa dirasakan ketika kulit yang lecet telah pulih.

Dampak makro yang dapat terjadi karena payudara yang jarang dipakai menyusui dengan adekuat akan mengakibatkan terjadinya mastitis. Sedangkan, dampak mikro pembengkakan payudara yaitu menyebabkan penekanan intraduktal dan berpengaruh terhadap bagian-bagian payudara termasuk pada pembuluh limfe, hal tersebut menyebabkan peningkatan tekanan semua payudara, akhirnya payudara umumnya berasa tegang, nyeri, dan penuh (WHO), meskipun tidak diselingi demam. Keadaan ini dapat muncul karena terdapat penyumbatan di saluran payudara (Bahiyatun 2009).

Salah satu upaya untuk mencegah terjadinya pembengkakan payudara adalah dengan pelayanan antenatal terfokus, melakukan perawatan payudara secara teratur, memberikan ASI *on demand feeding* dan memberikan ASI eksklusif. Intervensi strategis yang dilakukan untuk mengatasi pembengkakan payudara yaitu melakukan kompres panas dan kompres dingin juga dengan perawatan payudara dengan masalah (pembengkakan payudara), tetap melakukan pengosongan ASI, makan-makanan yang bergizi dan pemberian terapi antipiretik bila diperlukan (Purwoastuti, 2015).

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti hendak mengkaji mengenai pengaruh perawatan payudara dengan

penurunan intensitas nyeri pembengkakan payudara ibu menyusui di BPM Hj. Kiptiyah, SST Desa bicorong, kecamatan Pakong, Kabupaten Pamekasan.

## METODE PENELITIAN

### Rancangan penelitian

Rancangan yang di gunakan jenis *pre experimental* dengan tipe *pre post test one group design*, dimana peneliti melaksanakan studi bersamaan dengan pemberian *treatment* kemudian melakukan penilaian dan pengukuran dampak *treatment* yang dilakukan. Penelitian yang dilakukan tergolong jenis rancangan penelitian pra-eksperimental. Sumber data penelitian tergolong jenis primer.

### Populasi dan sampel penelitian

Populasi yang diteliti yaitu seluruh ibu yang menyusui dan menderita gangguan payudara bengkak pada BPM Hj. Kiptiyah, SST sebanyak 45 responden. Sampel yang digunakan untuk penelitian yaitu sebesar 30 orang yang sesuai dengan syarat inklusi

### Analisis Data

Dalam rangka mengidentifikasi ada ataupun tidak adanya pengaruh diantara dua variabel yang diteliti, maka akan dilakukan pengujian statistik *Wilcoxon*, dengan taraf signifikan ( $\alpha$ ) = 0,05 pada data yang sudah dikumpulkan.

### Waktu dan tempat

Waktu pelaksanaan penelitian ini dilakukan tahun 2019 dan dilakukan di BPM Hj. Kiptiyah SST, Kecamatan Pakong, Kabupaten Pamekasan

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Identifikasi perawatan payudara pada ibu menyusui di BPM Hj. Kiptiyah, SST

Tabel 1. Tabel distribusi frekuensi berdasarkan perawatan payudara pada ibu menyusui di BPM Hj. Kiptiyah, SST

| Payudara        | Jumlah | Presentasi |
|-----------------|--------|------------|
| Melakukan       | 15     | 50%        |
| Tidak melakukan | 15     | 50%        |
| Jumlah          | 30     | 100%       |

Sumber : Data primer 2019

Dari tabel 1. dapat diinterpretasikan jika setengah daripada sampel (50%) melaksanakan perawatan payudara. Perawatan payudara merupakan suatu terapi yang bertujuan memperlancarkan pengeluaran ASI, utamanya di periode menyusui (nifas) (Saleha, 2009).

Kegiatan *Post natal breast care* yang dilakukan ibu menyusui merupakan perawatan pada payudara yang dilaksanakan seorang wanita setelah anaknya baru lahir dengan tujuan memperlancar peredaran darah, sebagai pencegahan terjadinya penyumbatan jalur air susu sehingga melancarkan keluarnya ASI. Penerapan *Post natal breast care* atau perawatan payudara dapat di mulai sedini mungkin yaitu pada 1-2 hari sesudah bayinya lahir dengan dilaksanakan sebanyak dua kali dalam satu hari. Merawat payudara bagi ibu menyusui menjadi suatu bantuan ibu nifas dalam rangka pemberian ASI eksklusif pada bayinya.

Untuk itu perawatan payudara sangat penting untuk dilakukan. Dari hasil penelitian di BPM Hj. Kiptiyah, SST bahwa hampir

seluruhnya ibu menyusui melakukan perawatan payudara. Hal ini merupakan hal yang positif yang harus ditingkatkan bagi seluruh ibu menyusui agar tidak terjadi Pembengkakan Payudara. Apabila perawatan payudara tidak dilakukan maka akan menyebabkan Pembengkakan Payudara. Pembengkakan Payudara tidak boleh terjadinya karena akan berdampak buruk bagi ibu maupaun bayi seperti akan terjadi mastitis hingga kanker payudara dan bayi tidak mendapat asupan makan yang baik

#### Hubungan perawatan payudara dengan terjadinya Pembengkakan Payudara pada ibu menyusui di BPM Hj. Kiptiyah, SST

Tabel 2. Tabulasi silang uji korelasi *Spearman's Rho* hubungan antara perawatan payudara dengan terjadinya Pembengkakan Payudara di BPM HJ. Kiptiyah, SST

|                |                         | Correlations       |               |
|----------------|-------------------------|--------------------|---------------|
|                |                         | Perawatan_payudara | Bendungan_ASI |
| Spearman's rho | Perawatan_payudara      |                    |               |
|                | Correlation Coefficient | 1,000              | ,495**        |
|                | Sig. (2-tailed)         | .                  | ,005          |
|                | N                       | 30                 | 30            |
|                | Bendungan_ASI           |                    |               |
|                | Correlation Coefficient | ,495**             | 1,000         |
|                | Sig. (2-tailed)         | ,005               | .             |
|                | N                       | 30                 | 30            |

Berdasarkan tabel 2 dapat diinterpretasikan bahwa hasil uji statistik berdasarkan uji korelasi *Spearman's Rho* antara perawatan payudara pada ibu menyusui dengan terjadinya Pembengkakan Payudara di BPM Hj. Kiptiyah, SST.” adalah  $P\text{value}=0,005$  maka perawatan payudara mempunyai korelasi yang signifikan dengan variabel penurunan intensitas nyeri pada pembengkakan payudara ataupun  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima  $p=(0.005<0,05)$  berarti ada hubungan antara perawatan payudara pada ibu menyusui

terhadap terjadinya pembengkakan payudara di BPM Hj. Kiptiyah, SST

Menurut Agrainni (2010) salah satu perawatan masa nifas lebih dominan pada perawatan payudara karena perawatan tersebut bisa dilakukan pada masa kehamilan maupun nifas karena dapat menghasilkan ASI yang cukup dan banyak bagi buah, sehingga perlu perawatan yang baik. Perawatan payudara pada masa nifas dapat mencegah berbagai masalah pada payudara antara lain payudara bengkak atau bendungan ASI.

Perawatan payudara bertujuan mencegah tersumbatnya aliran susu, melancarkan sirkulasi darah dan melancarkan keluarnya ASI dan menghindari munculnya gangguan payudara bengkak atau bendungan serta kondisi sulit menyusui.

Selain memperlancar produksi ASI, perawatan payudara dapat menjaga kebersihan sehingga tidak terjadi infeksi akibat lecet yang dialami selama menyusui. Tahapan-tahapan untuk melaksanakan perawatan pada payudara seharusnya diterapkan dengan urut dan benar. Kegiatan merawat payudara ini dapat dilakukan dengan memakai teknik pembasuhan air dingin dan hangat yang dijalankan secara berurutan untuk menurunkan rasa nyeri akibat bendungan payudara atau mastitis yang dialami oleh ibu nifas. Perawatan payudara yang baik dapat menaikkan produksi ASI dengan baik. Namun jika perawatan pada payudara tidak dilaksanakan secara benar, hal tersebut menyebabkan produksi ASI menurun, kurang lancarnya produksi ASI dan akan terjadi bendungan ASI.

Terdapat beberapa tahapan untuk melaksanakan perawatan payudara yang tepat, diantaranya: melakukan kompres pada dua puting menggunakan *baby oil* dalam waktu 2 sampai 3 menit, melakukan pembersihan pada puting, memberikan pemijatan menggunakan pergerakan memutar dilakukan kurang lebih 20 sampai 30 kali untuk setiap payudara, pemijatan dilakukan memakai sisi jari kelingking kurang lebih 20 sampai 30 kali di setiap payudara, pemijatan memakai posisi tangan mengepal dilakukan kurang lebih 20 sampai 30 kali di setiap payudara, selanjutnya dilakukan pengompresan memakai air hangat terlebih dahulu kemudian dilanjutkan memakai air dingin, dan tahap terakhir yaitu mengerinkang payudara memakai handuk bersih dan kering (Kristiyansari, 2010).

Berdasarkan hasil penelitian dikaitkan dengan teori maka perawatan payudara sangatlah penting untuk dilakukan. Hal ini dilakukan karena perawatan payudara sangat berhubungan dengan Pembengkakan Payudara. Berdasarkan hasil penelitian mengenai perawatan payudara sebagian ibu yang melakukan payudara dan sebagian ibu yang tidak melakukan perawatan payudara. Sebagian ibu yang melakukan perawatan payudara tidak di temukan mengalami Pembengkakan Payudara sedangkan ibu yang tidak melakukan perawatan payudara di temukan mengalami Pembengkakan Payudara. Ada beberapa ibu yang tidak melakukan perawatan payudara dan mengalami Pembengkakan Payudara beranggapan bahwa untuk melakukan perawatan payudara butuh waktu yang banyak dan langkah-langkahnya

sangat rumit. Mereka tidak menyadari bahwa apabila tidak melakukan perawatan payudara secara baik dan rutin maka akan mengakibatkan Pembengkakan Payudara. Pembengkakan Payudara harus ditangani dengan tepat dan segera karena jika tidak segera di atasi maka akan menyebabkan kanker hingga kematian.

## PENUTUP

Dari penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan perawatan payudara dengan penurunan intensitas nyeri pada pembengkakan payudara di BPM Hj. Kiptiyah, SST kecamatan Pakong, Kabupaten Pamekasan

## DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, E. R., & Wulandari, D. 2009. Asuhan Kebidanan(Nifas). Yogyakarta: Mitra Cendekia Offset.
- Anggraini, Y. 2010. Asuhan kebidanan masa nifas. Yogyakarta: Pustaka Rihana
- Badan Pusat Statistik, Depkes RI. Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia. 2014. Jakarta
- Bahiyatun. 2009. Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Normal. Jakarta: EGC.
- Dinkes Provinsi DIY. Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI). Jakarta: Depkes RI; 2012
- Departemen Kesehatan RI. Profil Kesehatan Indonesia 2015. Jakarta: Departemen Kesehatan RI; 2016.
- Kristiananingsih, Weni. 2009. ASI, menyusui dan Sadari. Nuha Medika. Yogyakarta

- Nengah, & Surinati. 2013. Pengaruh Pemberian Kompres Panas Terhadap Intensitas Nyeri Pembengkakan Payudara Pada Ibu Post Partum di Wilayah Kerja Puskesmas Pembantu Dauh Puri
- Organization WH, Unicef. Trends in maternal mortality: 1990-2015: estimates from WHO, UNICEF, UNFPA, World Bank Group and the United Nations Population Division. World Health Organization; 2015
- Purwoastuti dan walyani. 2015. Asuhan kebidanan nifas dan menyusui. Yogyakarta: Pustaka baru Press
- Saleha, Siti. 2009. Asuhan kebidanan Pada Masa Nifas. Jakarta: Salemba Medika
- Sugeng, Jitowiyono dan Weni Kristiyanasari. 2012. Asuhan Keperawatan Post Operasi, Yogyakarta: Nuha Medika
- Varney, Helen. 2009. Buku Ajar Asuhan Kebidanan Edisi 4. Jakarta : EGC