JIDAN
JURNAL ILMIAH KEBIDANAN
E-ISSN 2774-4671
Vol 6 Nomor 2
Tahun 2026
Hal. 536-545

HUBUNGAN PERLEKATAN MENYUSUI DAN PERAWATAN PAYUDARA DENGAN KEJADIAN BENDUNGAN ASI DI PUSKESMAS KECAMATAN CAKUNG

Zhara Natzwa Makhdalena[1*], Tetty Oktavia[2], Manggiasih Dwiayu[3]

[1,2,3] Program Studi Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan RSPAD Gatot Soebroto, Jakarta
Email: [1*] makgdalenazahranatzwa@gmail.com , [2] tettylimbong28@gmail.com , [3] md.larasati85@gmail.com

Abstrak

Penyumbatan ASI menjadi kondisi umum yang dialami oleh ibu menyusui selama periode nifas, khususnya pada minggu-minggu awal setelah persalinan, disebabkan oleh penumpukan ASI yang tidak dikeluarkan dengan maksimal, yang kemudian memicu pembesaran, rasa sakit, dan ketidaknyamanan. Situasi tersebut bisa mengganggu aktivitas menyusui, mengurangi tingkat keberhasilan pemberian ASI eksklusif, serta menambah risiko terjadinya komplikasi. Kajian ini dimaksudkan untuk mengidentifikasi kaitan antara cara bayi melekat saat menyusui dan praktik perawatan payudara dengan insiden penyumbatan ASI di Puskesmas Kecamatan Cakung. Kajian ini menerapkan pendekatan kuantitatif dengan rancangan observasional analitik dan metode cross-sectional. Pelaksanaan kajian berlangsung dari September 2025 hingga Januari 2026 terhadap 57 ibu menyusui yang memiliki bayi berusia 0–6 bulan, yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Pengumpulan informasi dilakukan dengan menggunakan angket perawatan payudara serta lembar pengamatan cara melekat saat menyusui dan kejadian penyumbatan ASI. Analisis informasi dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-Square dengan taraf signifikansi α = 0,05. Temuan kajian mengungkapkan adanya keterkaitan bermakna antara cara melekat saat menyusui dan perawatan payudara dengan insiden penyumbatan ASI. Ibu yang memiliki cara melekat saat menyusui yang tidak ideal dan perawatan payudara yang tidak optimal berisiko lebih besar mengalami penyumbatan ASI.

Kata Kunci : Perlekatan Menyusui, Perawatan Payudata, Bendungan ASI

Abstract

Breast milk engorgement is a common condition experienced by breastfeeding mothers during the postpartum period, particularly in the initial weeks after childbirth, caused by the accumulation of breast milk that is not expelled optimally, which then triggers swelling, pain, and discomfort. This situation can disrupt the breastfeeding process, reduce the success rate of exclusive breastfeeding, and increase the risk of complications. This study aims to identify the relationship between breastfeeding attachment and breast care practices with the incidence of breast milk engorgement at the Puskesmas Kecamatan Cakung. This study employs a quantitative approach with an analytical observational design and a cross-sectional method. The study was conducted from September 2025 to January 2026 on 57 breastfeeding mothers with infants aged 0–6 months, selected using purposive sampling technique. Data collection was carried out using a breast care questionnaire as well as observation sheets for breastfeeding attachment and the incidence of breast milk engorgement. Data analysis was performed univariately and bivariately using the Chi-Square test with a significance level of α = 0.05. The study findings reveal a significant relationship between breastfeeding attachment and breast care practices with the incidence of breast milk engorgement. Mothers with improper breastfeeding attachment and inadequate breast care practices have a higher risk of experiencing breast milk engorgement.

JIDAN
JURNAL ILMIAH KEBIDANAN
E-ISSN 2774-4671
Vol 6 Nomor 2
Tahun 2026
Hal. 536-545

Keywords : Breastfeeding Latch, Breast Care, Breast Engorgement

Pendahuluan

Penyumbatan ASI adalah kondisi umum yang oleh ibu setelah melahirkan karena saluran ASI yang tersumbat, payudara yang tidak dikosongkan sepenuhnya, atau puting dengan bentuk tidak standar (Hutahaean, 2023), dan biasanya muncul pada minggu pertama, khususnya dari hari ketiga hingga terhenti, seiring dengan tambahan produksi ASI yang tidak seimbang dengan pengosongan payudara yang optimal akibat frekuensi menyusui yang tidak cukup, teknik menyusui yang salah, serta menunggu awal proses menyusui (Setiani & Nikmatur Rosidah, 2025). ASI berfungsi sebagai nutrisi utama bayi yang kaya akan zat penting dan harus diberikan secara eksklusif selama enam bulan awal hidup (Widiastuti, 2021), namun praktik ini sering terganggu oleh kurangnya kepercayaan diri ibu dalam menyusui dengan tepat (Rifka et al., 2024). Di Indonesia, sekitar 37,2% ibu baru melahirkan menghadapi penyumbatan ASI, yang menjadi salah satu rintangan utama dalam mencapai target ASI eksklusif (Suwarno et al., 2024). Secara internasional, kejadian penyumbatan ASI tetap tinggi, mencapai 66–87%, dengan Indonesia sebagai negara dengan angka tertinggi di Asia Tenggara, serta berpotensi menimbulkan rasa sakit, mastitis, dan abses karena perlekatan serta posisi menyusui yang tidak ideal serta minimnya perawatan payudara.

Menurut informasi dari WHO, ASEAN, serta UNICEF, penyumbatan ASI dan berbagai kendala menyusui tetap menjadi isu kesehatan yang cukup signifikan di tingkat dunia dan kawasan, dengan persentase kejadian penyumbatan ASI pada ibu nifas melebihi 66% dan cenderung naik, serta Indonesia tercatat sebagai negara dengan angka paling tinggi di Asia Tenggara (37,12%). Di skala internasional, jutaan ibu menyusui menghadapi masalah seperti puting yang terluka, penyumbatan ASI, sumbatan ASI, mastitis, bahkan abses payudara, yang pada akhirnya membuat sebagian ibu berhenti menyusui. Di Indonesia, sekitar 30% ibu mengalami kesulitan dalam menyusui, dengan kejadian penyumbatan ASI lebih sering terjadi pada ibu yang bekerja, dan salah satu penyebab utama adalah rendahnya pengetahuan ibu tentang merawat payudara. Penyumbatan ASI menjadi hambatan besar dalam pemberian ASI karena memicu pembengkakan, rasa sakit, mastitis, dan penurunan produksi ASI; di Jakarta Timur tercatat 35,8% ibu nifas mengalami penyumbatan ASI antara Januari hingga Maret 2023, angka yang lebih tinggi dari tahun sebelumnya, dan secara nasional ada 77.231 kasus pada tahun 2020 yang sebagian besar disebabkan oleh bentuk puting, teknik menyusui yang salah, serta kurangnya perawatan payudara.

Permasalahan dari penyumbatan ASI yang berlebihan pada ibu dapat menciptakan tekanan dalam saluran susu, yang kemudian mempengaruhi berbagai bagian payudara. Jika tidak segera diperbaiki, situasi ini dapat memicu komplikasi yang lebih serius seperti puting susu yang rusak, mastitis, atau abses payudara, yang semakin menakutkan bagi kondisi kesehatan ibu (Afriana & Widiawati, 2024). Meski tidak selalu disertai demam, jika kondisi ini tidak segera teratasi, ia bisa menimbulkan masalah yang lebih parah seperti mastitis (6%) dan abses payudara (5%) (Saragih & Zulfa, 2025). Di Indonesia, persentase ibu yang menghadapi penyumbatan ASI bervariasi dari 4% hingga 71,10%. Angka tersebut menunjukkan perlunya inisiatif untuk meningkatkan pemahaman ibu tentang teknik menyusui yang ideal, perawatan payudara, serta frekuensi menyusui agar dapat mencegah penyumbatan ASI secara maksimal (Yuliandini dkk, 2024). Selain posisi, elemen cara bayi melekat pada payudara juga memiliki pengaruh besar. Perlekatan yang tidak benar membuat bayi hanya menghisap puting tanpa melibatkan areola, sehingga tidak hanya

JIDAN
JURNAL ILMIAH KEBIDANAN
E-ISSN 2774-4671
Vol 6 Nomor 2
Tahun 2026
Hal. 536-545

menimbulkan rasa sakit dan luka pada puting, tetapi juga menghambat keluarnya ASI, yang menunjukkan adanya kaitan kuat antara perlekatan yang buruk dengan meningkatnya kejadian penyumbatan ASI. (Oktober dkk., 2023)

Kajian sebelumnya mengindikasikan bahwa aspek perilaku menyusui serta perawatan payudara memainkan peran krusial dalam kejadian penyumbatan ASI. Studi Andini dkk. (2024) membuktikan keterkaitan bermakna antara teknik menyusui, cara melekat, dan perawatan payudara dengan munculnya penyumbatan ASI. Temuan mirip juga diungkapkan oleh Kuryani dkk. (2024) yang menyatakan bahwa posisi menyusui, intensitas menyusui, serta kondisi puting susu memiliki hubungan yang signifikan dengan penyumbatan ASI. Lebih lanjut, Solihah dkk. (2023) menemukan bahwa tidak melakukan inisiasi menyusu dini (IMD), frekuensi menyusui yang rendah, dan perawatan payudara yang tidak maksimal berkaitan dengan kejadian penyumbatan ASI. Namun, penelitian Tifanni dkk. (2023) dan Elpinaria dkk. (2025) menunjukkan bahwa posisi menyusui tidak memiliki hubungan signifikan dengan penyumbatan ASI, sementara perawatan payudara dan pengetahuan ibu terbukti memiliki hubungan yang bermakna. Perbedaan temuan ini menunjukkan adanya variasi dalam hasil terkait risiko faktor penyumbatan ASI, sehingga diperlukan kajian lebih lanjut terutama mengenai perlekatan saat menyusui dan perawatan payudara.

Melalui perlekatan yang optimal, bayi mampu menghisap dengan lebih efisien dan menghindari pembentukan sumbatan (Oktober et al., 2023). Merawat payudara memegang peran krusial dalam mencegah penyumbatan ASI. Untuk menghindari munculnya masalah penyumbatan ASI, langkah yang dapat diambil adalah mengadakan sesi edukasi bagi ibu hamil dan menyampaikan informasi tentang teknik menyusui yang ideal. Dengan metode menyusui yang tepat, ASI akan mengalir dengan lancar, sehingga bayi dapat memperoleh ASI eksklusif sesuai dengan keperluannya. Misalnya, memberikan ASI kepada bayi segera setelah lahir, dalam batas waktu maksimal 30 menit, menyusui bayi berdasarkan permintaan tanpa batasan jadwal, serta memberikan ASI jika produksinya melebihi kebutuhan bayi. Oleh karena itu, fokus penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi kaitan antara cara bayi melekat saat menyusui dan melakukan perawatan payudara dengan kejadian penyumbatan ASI pada ibu menyusui di Puskesmas Kecamatan Cakung.

Metode Penelitian

Kajian ini menerapkan metode kuantitatif dengan rancangan observasional analitik melalui pendekatan *cross-sectional*, yang dimaksudkan untuk menganalisis keterkaitan antara cara bayi melekat saat menyusui dan melakukan perawatan payudara dengan kejadian penyumbatan ASI pada ibu menyusui di area pelayanan Puskesmas Kecamatan Cakung. Pendekatan *cross-sectional* dipilih karena seluruh variabel diukur secara bersamaan tanpa menghitung perubahan seiring waktu. Kajian dilakukan di Puskesmas Kecamatan Cakung mulai bulan September 2025 hingga Januari 2026. Populasi dalam kajian ini mencakup semua ibu nifas yang memiliki bayi berusia 0–6 bulan dan melakukan pemeriksaan atau kunjungan ke Puskesmas Kecamatan Cakung. Sampel penelitian terdiri dari 50 peserta yang dipilih dengan teknik *non-probability* sampling melalui metode purposive sampling, yaitu pemilihan berdasarkan kriteria spesifik yang sesuai dengan target penelitian. Kriteria inklusi meliputi ibu menyusui yang tinggal di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Cakung, ibu nifas dengan bayi berusia 0–6 bulan, ibu yang

JIDAN
JURNAL ILMIAH KEBIDANAN
E-ISSN 2774-4671
Vol 6 Nomor 2
Tahun 2026
Hal. 536-545

memberikan ASI secara langsung, setuju menjadi partisipan dengan menandatangani informed consent, serta dalam kondisi fisik yang baik. Kriteria eksklusi meliputi ibu yang menolak berpartisipasi, ibu dengan masalah kesehatan yang mengganggu proses menyusui, ibu dengan bayi yang memiliki cacat bawaan pada rongga mulut, serta ibu yang menggunakan susu formula sebagai nutrisi utama bayi.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah perlekatan menyusui dan perawatan payudara, sedangkan variabel dependen adalah kejadian bendungan ASI. Perlekatan menyusui didefinisikan sebagai cara ibu dan bayi berposisi serta cara mulut bayi melekat pada payudara selama proses menyusui. Perawatan payudara merupakan tindakan ibu dalam menjaga kebersihan dan kesehatan payudara selama masa menyusui. Kejadian bendungan ASI adalah kondisi penumpukan ASI di dalam payudara yang ditandai dengan pembengkakan, rasa nyeri, kemerahan, dan payudara terasa penuh atau kencang. Pengumpulan data menggunakan data primer yang diperoleh secara langsung dari responden. Instrumen penelitian terdiri dari kuesioner tertutup dengan skala Likert tiga pilihan (Sangat Setuju, Setuju, dan Tidak Setuju) untuk mengukur variabel perawatan payudara, serta lembar observasi untuk menilai perlekatan menyusui dan kejadian bendungan ASI. Lembar observasi perlekatan menyusui terdiri dari delapan indikator, yaitu keselarasan posisi kepala dan tubuh bayi, arah wajah bayi ke payudara, kedekatan tubuh bayi dengan ibu, cara ibu mendekap bayi, mulut bayi terbuka lebar, dagu bayi menempel pada payudara, tampilan areola, dan posisi bibir bayi. Lembar observasi kejadian bendungan ASI terdiri dari indikator pembengkakan payudara, rasa nyeri tekan, kemerahan atau panas lokal, payudara terasa kencang, kelancaran aliran ASI, serta peningkatan suhu tubuh.

Instrumen penelitian disusun dengan Merujuk pada observasi teori dan penelitian sebelumnya, lalu dilakukan pengujian validitas dan reliabilitas. Pengujian validitas kuesioner menggunakan korelasi Pearson Product Moment, sedangkan pengujian reliabilitas menggunakan *Cronbach's Alpha*. Alat dinyatakan reliabel jika nilai *Cronbach's Alpha* $\geq 0{,}70$. Lembar observasi perlekatan menyusui dan bendungan ASI dievaluasi melalui validitas isi oleh ahli kebidanan dan reliabilitas antar-pengamat. Data yang dikumpulkan melalui kuesioner dan observasi kemudian diproses melalui editing, coding, entry, cleaning, dan tabulasi. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik responden serta distribusi masing-masing variabel penelitian dalam bentuk frekuensi dan persentase. Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan antara perlekatan menyusui dan perawatan payudara dengan kejadian bendungan ASI menggunakan uji *Chi-Square*. Tingkat kemaknaan statistik yang ditetapkan pada $\alpha = 0{,}05$, dengan kriteria bahwa nilai p value $< 0{,}05$ menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara variabel independen dan variabel dependen.

JIDAN
JURNAL ILMIAH KEBIDANAN
E-ISSN 2774-4671
Vol 6 Nomor 2
Tahun 2026
Hal. 536-545

Hasil dan Pembahasan

Hasil Analisis Univariat

Distribusi frekuensi karakteristik responden di Puskesmas Kecamatan Cakung Tahun 2025 dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Kriteria	Kategori	Frekuensi (N)	Presentanse (%)
Usia	21 -26	22	44
	22-27	20	40
	33-38	8	16
Pekerjaan	IRT	30	60
	Karyawan Swasta	19	38
	Guru	1	2
Perawatan Payudara	Baik	20	40.0
	Cukup	18	36.0
	Kurang	12	24.0
Perlekatan Menyusui	Benar	38	76.0
	Salah	12	24.0
Bendungan ASI	Tidak mengalami	35	70.0
	Mengalami	15	30.0

Berdasarkan Tabel 1, mayoritas partisipan berusia 21–26 tahun dengan jumlah 22 orang (44,0%), disusul usia 27–32 tahun sebanyak 20 orang (40,0%) dan usia 33–38 tahun sebanyak 8 orang (16,0%). Sebagian besar partisipan adalah ibu rumah tangga dengan angka 30 orang (60,0%), diikuti karyawan swasta 19 orang (38,0%) dan guru 1 orang (2,0%). Dari segi perawatan payudara, partisipan dengan kategori baik sebanyak 20 orang (40,0%), cukup 18 orang (36,0%), dan kurang 12 orang (24,0%). Mayoritas partisipan memiliki perlekatan menyusui yang baik sebanyak 38 orang (76,0%), sedangkan 12 orang (24,0%) kurang. Di samping itu, sebagian besar partisipan tidak mengalami penyumbatan ASI sebanyak 35 orang (70,0%), dan yang mengalami sebanyak 15 orang (30,0%).

Hasil Analisis Bivariat

Data analisa dalam penelitian ini menggunakan uji statistik *Chi Square* untuk mencari hubungan perlekatan menyusui dan perawatan payudara dengan kejadian bendungan ASI yang disajikan dalam bentuk tabel 2.

Tabel 2. Hubungan Perawatan Payudara dengan Kejadian Bendungan ASI

Perawatan payudara	Bendungan Asi				Total	
	Tidak Mengalami		Mengalami		%	
	F	%	F	%		
Baik	18	90,0	2	10,0	100,0	*P-VALUE* 0,041
Cukup	10	55,6	8	44.4	100,0	
Kurang	7	58,3	5	41,7	100,0	
Total	35	70,0	15	30,0	100,0	

JIDAN
JURNAL ILMIAH KEBIDANAN
E-ISSN 2774-4671
Vol 6 Nomor 2
Tahun 2026
Hal. 536-545

Berdasarkan Tabel 2, dari total 50 partisipan diketahui bahwa ibu dengan praktik merawat payudara yang optimal sebagian besar tidak mengalami penyumbatan ASI (90,0%), sedangkan yang mengalami hanya 10,0%. Pada kategori perawatan payudara cukup, lebih dari setengah partisipan tidak mengalami penyumbatan ASI (55,6%) dan 44,4% mengalami penyumbatan ASI. Di sisi lain, pada kategori perawatan payudara kurang, 58,3% tidak mengalami penyumbatan ASI dan 41,7% mengalami penyumbatan ASI. Secara keseluruhan, praktik perawatan payudara yang lebih baik cenderung diiringi dengan penurunan kejadian penyumbatan ASI.

Tabel 3. Hubungan Perlekatan Menyusui dengan Kejadian Bendungan ASI

Perlekatan Menyusui	Bendungan Asi				Total	
	Tidak Mengalami		Mengalami		%	
	F	%	F	%		
Benar	30	78,9	8	21,0	100,0	0,014
Salah	5	41,7	7	58,3	100,0	
Total	35	70,0	15	30,0	100,0	

Tabel 3 mengungkapkan bahwa dari total 50 partisipan, sebagian besar ibu menyusui tergolong dalam kategori perlekatan menyusui yang tepat, dengan 30 orang (78,9%) tidak mengalami penyumbatan ASI, sedangkan 8 orang (21,0%) mengalami penyumbatan ASI. Untuk kategori perlekatan menyusui yang salah, 5 orang (41,7%) tidak mengalami penyumbatan ASI, dan 7 orang (58,3%) mengalami penyumbatan ASI.

Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Ibu Di Puskesmas Kecamatan Cakung Tahun 2025

Berdasarkan Tabel 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Ibu di Puskesmas Kecamatan Cakung, dari total 50 partisipan, mayoritas berada dalam rentang usia 21–26 tahun, dengan jumlah 22 orang (44,0%), disusul oleh usia 22–27 tahun sebanyak 20 orang (40,0%), dan usia 33–38 tahun sebanyak 8 orang (16,0%).

Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar ibu menyusui berada pada usia reproduksi yang stabil dan produktif. Usia reproduksi adalah periode yang secara biologis dan psikologis telah siap untuk menghadapi kehamilan, persalinan, dan menyusui, sehingga ibu lebih siap menerima informasi kesehatan serta mengimplementasikan praktik menyusui yang ideal, termasuk perawatan payudara dan posisi menyusui. Hal ini selaras dengan teori yang menyatakan bahwa usia ibu memengaruhi kesiapan fisik dan mental dalam proses menyusui. Ibu pada usia reproduksi biasanya memiliki kemampuan adaptasi yang lebih kuat terhadap perubahan fisiologis pascapersalinan, sehingga dapat mendukung kelancaran pengeluaran ASI dan mengurangi risiko munculnya penyumbatan ASI (Maharani & Rini, 2021)

Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan Ibu Di Puskesmas Kecamatan Cakung Tahun 2025

JIDAN
JURNAL ILMIAH KEBIDANAN
E-ISSN 2774-4671
Vol 6 Nomor 2
Tahun 2026
Hal. 536-545

Berdasarkan Tabel 1 Distribusi Responden Berdasarkan Pekerjaan di Puskesmas Kecamatan Cakung, dari total 50 partisipan, mayoritas adalah ibu rumah tangga (IRT) dengan angka 30 orang (60,0%), disusul oleh karyawan swasta sebanyak 19 orang (38,0%), dan guru sebanyak 1 orang (2,0%). Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar ibu menyusui tidak terikat dengan pekerjaan formal, sehingga memiliki waktu yang lebih lentur untuk melaksanakan praktik menyusui dan perawatan payudara. Ibu rumah tangga biasanya memiliki kesempatan lebih luas untuk memberikan ASI langsung kepada bayi dan menjalankan perawatan payudara secara konsisten dibandingkan ibu yang bekerja. Di sisi lain, ibu yang memiliki pekerjaan sering kali mengalami keterbatasan waktu untuk menyusui dan merawat payudara, sehingga pengosongan payudara bisa kurang optimal. Kondisi ini berpotensi menambah risiko munculnya penyumbatan ASI akibat penumpukan ASI di dalam payudara. Hal ini sejalan dengan teori laktasi yang menyatakan bahwa frekuensi menyusui dan pengosongan payudara yang tidak maksimal dapat menyebabkan akumulasi ASI dan memicu terjadinya penyumbatan ASI pada ibu menyusui (Sari et al., 2022).

Hubungan Perawatan Payudara Dengan Kejadian Bendungan ASI Di Puskesmas Kecamatan Cakung

Dari temuan evaluasi bivariat mengenai kaitan antara praktik merawat payudara dengan insiden penyumbatan ASI pada ibu menyusui di area pelayanan Puskesmas Kecamatan Cakung, didapatkan nilai p-value = 0,000 ($p < 0,05$). Temuan ini mengindikasikan adanya hubungan yang signifikan secara statistik antara perawatan payudara dengan kejadian penyumbatan ASI, sehingga hipotesis kajian diterima. Secara teori, praktik merawat payudara berperan dalam menjaga kelancaran aliran ASI dan menghindari munculnya penyumbatan ASI. Praktik perawatan payudara yang dilakukan secara teratur dapat memperbaiki peredaran darah di jaringan payudara dan mencegah penyumbatan pada saluran ASI (Hutahaean, 2023). Peningkatan peredaran darah tersebut memiliki peran krusial dalam mendukung pengeluaran ASI yang optimal.

Selain itu, praktik merawat payudara juga memiliki fungsi dalam memicu refleks oksitosin. Stimulasi fisik pada payudara bisa mendorong produksi hormon oksitosin yang bertugas menarik sel mioepitel di sekitar alveoli agar ASI didorong keluar ke arah duktus laktiferus dan puting (Sari et al., 2022). Jika refleks oksitosin tidak terpicu dengan baik, ASI akan terjebak di dalam payudara dan menambah risiko munculnya penyumbatan ASI. Ibu yang tidak menjalankan perawatan payudara secara maksimal cenderung menghadapi pengosongan payudara yang tidak optimal, sehingga terjadi akumulasi ASI di dalam payudara yang ditunjukkan oleh pembesaran, rasa sakit, dan payudara yang terasa padat (Rohmah et al., 2021). Situasi tersebut jika tidak diatasi dengan tepat bisa berkembang menjadi mastitis dan mengganggu kesuksesan menyusui. Oleh karena itu, temuan kajian ini selaras dengan teori dan hasil studi sebelumnya yang menyatakan bahwa praktik perawatan payudara memiliki peran krusial dalam menghindari penyumbatan ASI melalui mekanisme perbaikan peredaran darah, stimulasi hormon oksitosin, dan pengosongan payudara yang maksimal (Hutahaean, 2023; Sari et al., 2022).

JIDAN
JURNAL ILMIAH KEBIDANAN
E-ISSN 2774-4671
Vol 6 Nomor 2
Tahun 2026
Hal. 536-545

Hubungan Perlekatan Menyusui Dengan Kejadian Bendungan ASI Di Puskesmas Kecamatan Cakung

Dari hasil evaluasi bivariat mengenai kaitan antara perlekatan dengan insiden penyumbatan ASI pada ibu menyusui di area pelayanan Puskesmas Kecamatan Cakung, didapatkan nilai p-value = 0,000 (p < 0,05). Temuan ini mengindikasikan adanya hubungan yang signifikan secara statistik antara perlekatan dengan kejadian penyumbatan ASI, sehingga hipotesis kajian diterima. Dalam konteks teori, perlekatan (latch on) adalah elemen krusial untuk kesuksesan menyusui. Perlekatan yang optimal ditunjukkan oleh masuknya mayoritas areola ke dalam rongga mulut bayi, bibir bayi yang membuka ke arah luar, serta dagu bayi yang menempel erat pada payudara ibu. Situasi tersebut memfasilitasi hisapan bayi yang efisien, sehingga ASI bisa dikeluarkan secara maksimal dari payudara ibu (Okviani et al., 2022).

Perlekatan yang optimal memainkan peran krusial dalam mekanisme pengosongan payudara. Hisapan bayi yang efisien akan memicu produksi hormon oksitosin, yang bertugas menarik sel-sel mioepitel di sekitar alveoli payudara agar ASI didorong keluar ke arah duktus laktiferus. Pengosongan payudara yang maksimal mampu menghindari akumulasi ASI yang merupakan faktor utama penyumbatan ASI (Rohmah et al., 2021). Di sisi lain, perlekatan yang kurang ideal membuat hisapan bayi menjadi lemah dan tidak efisien. Hisapan yang tidak efektif menyebabkan ASI tidak mengalir sepenuhnya dan terjebak di dalam payudara. Akumulasi ASI yang terus berlanjut bisa membuat payudara membengkak, terasa padat, dan sakit, yang menandai munculnya penyumbatan ASI (Okviani et al., 2022).

Selain itu, perlekatan yang tidak benar juga bisa menimbulkan masalah pada puting, seperti luka dan rasa sakit selama menyusui. Situasi ini dapat menciptakan ketidaknyamanan bagi ibu sehingga ibu cenderung mengurangi intensitas menyusui. Penurunan intensitas menyusui membuat pengosongan payudara tidak maksimal dan menaikkan risiko munculnya penyumbatan ASI (Wulandari et al., 2020). Oleh karena itu, temuan kajian ini selaras dengan teori dan hasil studi sebelumnya yang menyatakan bahwa perlekatan yang optimal memiliki peran penting dalam mencegah penyumbatan ASI melalui peningkatan efisiensi hisapan bayi dan pengosongan payudara yang maksimal (Okviani et al., 2022; Rohmah et al., 2021).

Kesimpulan

Dari temuan kajian mengenai kaitan antara cara bayi melekat saat menyusui dan praktik merawat payudara dengan insiden penyumbatan ASI di Puskesmas Kecamatan Cakung yang dievaluasi melalui analisis univariat dan bivariat, dapat ditarik kesimpulan bahwa masih ada ibu menyusui yang menerapkan posisi atau perlekatan menyusui yang tidak ideal, sehingga berisiko membuat pengosongan payudara tidak maksimal dan menaikkan kemungkinan terjadinya penyumbatan ASI. Lebih jauh, praktik perawatan payudara di kalangan ibu menyusui juga

menunjukkan perbedaan, di mana beberapa ibu belum menjalankan perawatan payudara secara teratur dan sesuai panduan, yang bisa mengganggu kelancaran aliran ASI dan mendorong munculnya penyumbatan ASI. Hasil evaluasi bivariat mengungkapkan adanya keterkaitan bermakna antara perlekatan menyusui dengan insiden penyumbatan ASI (p value = 0,000 < 0,05), serta adanya keterkaitan bermakna antara perawatan payudara dengan insiden penyumbatan ASI (p value = 0,049 < 0,05). Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa perlekatan menyusui dan perawatan payudara adalah elemen yang terkait dengan kejadian penyumbatan ASI pada ibu menyusui di Puskesmas Kecamatan Cakung.

Referensi

Afriana, & Widiawati. (2024). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Bendungan ASI pada Ibu Menyusui di Desa Bineh Blang Kabupaten Aceh Besar. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, *10*(1), 2615–109.

Andini, D., Indrawati, D., & Situmeang, I. F. (2024). Hubungan Posisi Menyusui, Perlekatan dan Perawatan Payudara dengan Kejadian Bendungan ASI pada Ibu Menyusui. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, *15*(1), 44–50.

Dey, T. N., Handayani, D. W. I., & Bintang, S. S. (2023). *Hubungan Perawatan Payudara dengan Kejadian Bendungan (Engorgement) ASI pada Ibu Nifas*. *5*(2), 254–259.

Elpinaria, G., Yosali, M. A., Salsalina, Y. G., Reny, S., & Rizka, S. (2025). *Breast Care Behavior with the Incidence of Breast Milk Dam in Post- Partum Mothers at North Bogor Community Health Center*. *12*(January), 77–82.

Hutahaean, R. L. (2023). Perawatan Payudara, Tekhnik Menyusui dan Motivasi Ibu serta Hubungannya dengan Kejadian Bendungan ASI. *Open Access Jakarta Journal of Health Sciences*, *2*(12), 1010–1017. https://doi.org/10.53801/oajjhs.v2i12.209.

Maharani, Wulan, and Ageng Septa Rini. "Hubungan Perah ASI, Perawatan Payudara dan Teknik Menyusui dengan Kejadian Bendungan ASI pada Ibu." Indonesia Journal of Midwifery Sciences 3.2 (2024): 398-407.

Oktober, N., Kejadian, T., Asi, B., Ibu, P., Di, N., Puskesmas, K., Kabupaten, C., & Tahun, T. (2023). *SENTRI : Jurnal Riset Ilmiah*. *2*(10), 4401–4413.

Prihantiningsih, A., & Anggraeni, S. M. (2024). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pengetahuan Ibu Menyusui 0-6 Bulan tentang Cara Meningkatkan Produksi Asi*. *1*(01), 26–37.

Rifka Alkhilyatul Ma'rifat, I Made Suraharta, I. I. J. (2024). *No Title 済無No Title No Title No Title*. *2*(2), 306–312.

Setiani, I. F., & Nikmatur Rosidah. (2025). Edukasi Pijat Laktasi Pada Ibu Hamil Dan Menyusui Untuk Meningkatkan Produksi Asi Di Desa Torjun Kabupaten Sampang. *JURPIKAT (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, *6*(2), 1092–1102.

https://doi.org/10.37339/jurpikat.v6i2.2378.

Solihah, Solihah, Rita Ayu Yolandia, and Uci Ciptiasrini. "Hubungan Imd, Frekuensi Menyusui Dan Perawatan Payudara Terhadap Kejadian Bendungan Asi Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Cikalong Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2023." SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah 2.10 (2023): 4401-4413.

Widiastuti, Y. P. (2021). Identifikasi Tingkat Pengetahuan Ibu Menyusui Tentang Upaya Untuk Meningkatkan Kesehatan Dan Produksi Asi Selama Pandemi. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, *10*(3), 234. https://doi.org/10.31596/jcu.v10i3.839.