

Hubungan Kondisi Nutrisi Saat Nifas dan Tingkat Kecukupan Nutrisi Pada Usia Neonatus Dengan Kejadian Bendungan Asi Pada Ibu Nifas di PMB Syamsiar Syam Malang

Dewi Asnat Dappa¹, Reny Retnaningsih²

^{1,2} Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Institut Sains dan Teknologi Kesehatan RS dr. Soepraoen, Malang, Indonesia

Email Korespondensi: dewiasnat@gmail.com

ABSTRAK

Bendungan ASI adalah keadaan dimana payudara mengalami pembengkakan sehingga menimbulkan rasa nyeri dan umumnya terjadi karena meningkatnya aliran darah serta produksi ASI. Studi ini dilakukan dengan tujuan untuk mengkaji hubungan antara keadaan nutrisi pada masa nifas dan tingkat kecukupan gizi pada bayi baru lahir dengan insiden bendungan ASI. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan desain potong lintang dan teknik pengambilan sampel total. Selanjutnya, analisis data dilakukan dengan menggunakan statistik deskriptif dan regresi linear berganda. Temuan yang diperoleh menunjukkan bahwa kondisi nutrisi ibu saat nifas berpengaruh signifikan terhadap kejadian bendungan ASI ($t = 7,149$), demikian pula tingkat kecukupan nutrisi neonatus ($t = 6,175$). Secara simultan, kedua variabel juga berpengaruh signifikan ($F = 34,082$) dengan kontribusi sebesar 71,6%. Temuan ini menegaskan bahwa status nutrisi ibu dan neonatus berperan penting dalam kejadian bendungan ASI.

Kata Kunci: *Nutrisi Saat Nifas, Kecukupan Nutrisi Neonatus, Bendungan ASI, Ibu Nifas, PMB Syamsiar Syam Malang*

ABSTRACT

Breast engorgement is a condition in which the breasts become swollen, causing pain, and is generally caused by increased blood flow and milk production. The purpose of this study was to analyze the relationship between postpartum nutritional status and neonatal nutritional adequacy with the incidence of breast engorgement. The method used in this study was quantitative with a cross-sectional design and total sampling technique. Then, data analysis was conducted using descriptive statistics and multiple linear regression. The findings showed that maternal nutritional status during postpartum significantly influenced the incidence of breast engorgement ($t = 7.149$), as did the level of neonatal nutritional adequacy ($t = 6.175$). Simultaneously, both variables also had a significant effect ($F = 34.082$) with a contribution of 71.6%. These findings confirm that maternal and neonatal nutritional status play an important role in the incidence of breast engorgement.

Keywords: *Nutrition During Postpartum Period, Adequate Nutrition for Neonates, Breast Milk Supply, Postpartum Mothers, PMB Syamsiar Syam Malang*

PENDAHULUAN

Masa nifas atau puerperium dimulai setelah plasenta dilahirkan dan berakhir ketika organ reproduksi kembali ke keadaan sebelum hamil. Secara khusus, fase ini mulai berlangsung dua jam setelah plasenta lahir hingga enam minggu (42 hari) setelahnya (Dewi Vivian Tri, 2011). Bendungan ASI atau breast engorgement adalah pembengkakan payudara yang menyebabkan payudara terasa nyeri dan keras. Bendungan ASI terjadi terutama karena adanya peningkatan aliran darah dan suplai ASI di payudara. Biasanya kondisi ini dialami pada hari-hari pertama setelah melahirkan. Untuk mencegah terjadinya pembengkakan ASI, penting untuk melakukan pemeriksaan dan perawatan payudara sebelum melahirkan. Penanganannya sebaiknya dimulai sebelum melahirkan dengan merawat payudara agar tidak terjadi masalah pada bagian tersebut (Mochtar, 2012).

Dengan mengkonsumsi tambahan kalori setiap hari dapat mendukung kecukupan nutrisi pada ibu nifas. Makanan yang dimakan oleh ibu memiliki peran untuk mendukung berbagai aktivitas, proses metabolisme, penyimpanan energi di dalam tubuh, serta proses pembuatan ASI yang akan diberikan kepada bayi guna mendukung pertumbuhan dan perkembangan mereka. (Anggreni, 2015). Menerapkan pola hidup seimbang melalui konsumsi makanan diet berimbang yang kaya akan protein, mineral, dan vitamin serta Memenuhi kebutuhan cairan dengan mengonsumsi 7-8 gelas air setiap hari dapat berkontribusi pada kesehatan tubuh. Selain itu, mengonsumsi makanan sehat dan bergizi serta menjaga pola tidur yang baik juga penting, mengompres dan memijat bagian payudara, menghindari stres dan banyak pikiran juga berperan penting dalam menjaga kesehatan tubuh.

Menurut informasi dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2016), terdapat 76. 543 (71,10%) ibu di Indonesia mengalami masalah Bendungan ASI, dengan proporsi tertinggi mencapai 37,12%. Terhitung di tahun 2016, hampir 52% ibu menyusui mengalami Bendungan ASI. Jika dilihat berdasarkan studi yang telah dilakukan sebelumnya di “PMB Syamsiar Syam - Malang”, ditemukan terdapat sebanyak 30 ibu nifas yang dimana 16 diantaranya mengatakan bahwa mereka sering mengalami nyeri, tegang pada payudara, dan payudara terasa panas, dan 10 diantaranya mengalami kekurangan nutrisi sehingga ibu merasa lelah dan pusing. Berdasarkan kasus yang diuraikan diatas peneliti tertarik dan perlu dilakukan studi untuk mengetahui “Hubungan Kondisi Nutrisi Saat Nifas Dan Tingkat Kecukupan Nutrisi Pada Usia Neonatus Dengan Kejadian Bendungan ASI Pada Ibu Nifas Di PMB Syamsiar Syam - Malang”.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam studi ini adalah kuantitatif-deskriptif dengan pendekatan cross-sectional. Adapun penggunaan variabelnya terdiri dari variabel bebas dan terikat. Hubungan antara kedua variabel tersebut dapat ditentukan setelah karakteristik masing-masing variabel yang diperoleh atau diukur secara bersamaan pada satu waktu tertentu. Ini berarti bahwa para responden hanya diamati sekali dan pengukurannya adalah terhadap kondisi karakter atau variabel mereka ketika pemeriksaan. Dengan demikian, tidak semua peserta akan diperiksa pada hari atau waktu yang sama (Notoatmodjo, 2005). Penelitian ini berlangsung di PMB Syamsiar Syam - Malang dengan rentang waktu pelaksanaan dari Agustus 2025 hingga selesai.

Variabel bebas memiliki peran dalam memengaruhi variabel terikat, dalam studi ini variabel bebas sesuai dengan pendapat Sugiyono (2013). Variabel bebas pada penelitian ini meliputi keadaan nutrisi saat masa nifas (x1) dan tingkat kecukupan nutrisi pada bayi baru lahir (x2). Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau menjadi konsekuensi dari variabel bebas. Berdasarkan Sugiyono (2013), dalam penelitian ini, variabel terikat yang dimaksud adalah peristiwa Bendungan ASI (Y).

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Tingkat Usia Responden

Tingkat usia responden dapat dilihat pada tabel 1 berikut:

Tabel 1. Usia Berdasarkan Karakteristik Responden

No	Umur (Tahun)	Frekuensi (F)	Persentase (%)
1	< 20	3	10

2	20-35	17	56,7
3	> 35	10	33,3
	Jumlah	30	100

Sumber: Diolah Peneliti, 2025

B. Tingkat Pendidikan Responden

Jenjang Pendidikan para responden dapat dilihat pada tabel 2 dibawah ini.

Tabel 2. Tingkat Pendidikan Berdasarkan Karakteristik Responden

No.	Pendidikan	Jumlah (orang)	Persentase (%)
1	Tidak Sekolah	3	10
2	SMP	6	20
3	SMA	17	56,7
4	Perguruan Tinggi	4	13,3
	Jumlah	30	100

Sumber: Diolah Peneliti, 2025

C. Pekerjaan Responden

Pekerjaan para responden dapat dilihat pada tabel 3 dibawah ini.

Tabel 3. Pekerjaan Berdasarkan Karakteristik Responden

No.	Pekerjaan	Jumlah (orang)	Persentase (%)
1	Ibu Rumah Tangga	21	70
2	Wiraswasta	5	16,7
3	PNS	4	13,3
	Jumlah	30	100

Sumber: Diolah Peneliti, 2025

D. Nilai Rata-Rata

Nilai Kondisi Nutrisi Saat Nifas (X_1), Tingkat Kecukupan Nutrisi pada Usia Neonatus (X_2), dan Kejadian Bendungan ASI (Y) dapat dilihat pada tabel 4 dibawah ini.

Variabel	N	Nilai		
		Terendah	Tertinggi	Rata-rata
Kondisi Nutrisi Saat Nifas (X_1)	30	4	6	4,73
Tingkat Kecukupan Nutrisi pada Usia Neonatus (X_2)	30	5	10	6,30
Kejadian Bendungan ASI (Y)	30	4	7	4,80

Sumber: Diolah Peneliti, 2025

E. Analisis Ragam Regresi

Tabel 5 berikut ini menunjukkan Analisis Ragam Regresi Hubungan Kondisi Nutrisi Saat Nifas (X_1), dan Tingkat Kecukupan Nutrisi pada Usia Neonatus (X_2), dengan Kejadian Bendungan ASI (Y).

Sumber Variasi	Derajat Bebas	Jumlah Kuadran	Jumlah kuadran Tengah	Fhitung	F _{0,05}
Regresi	19,196	2	9,598	34,082	3,35
Galat	7,604	27	0,282		
Total	26,800	29			

Sumber: Diolah Peneliti, 2025

F. Hasil Analisis Penelitian

Tabel 6 berikut ini menunjukkan Analisis Koefisien Regresi Hubungan Kondisi Nutrisi Saat Nifas (X_1), dan Tingkat Kecukupan Nutrisi pada Usia Neonatus (X_2), dengan Kejadian Bendungan ASI (Y).

Variabel	Koefisien Regresi (R^2)	Standar Error	t_{hitung}	$t_{0,05}$
Variabel (X_1), (X_2) kejadian (Y)	0,716	0,709	14,865	2,051
Variabel X_1 terhadap (Y)		0,114	7,149	
Variabel X_2 terhadap (Y)		0,062	6,175	

Sumber: Diolah Peneliti, 2025

Pembahasan

Hasil analisis data dalam studi ini menunjukkan bahwa nilai t_{hitung} untuk variabel kondisi nutrisi pada masa nifas (X_1) adalah 7,149, yang lebih besar dari t_{tabel} 2,051. Ini menandakan adanya pengaruh yang signifikan antara kondisi nutrisi saat nifas (X_1) dan terjadinya bendungan ASI (Y). Selanjutnya, untuk variabel tingkat kecukupan nutrisi pada usia neonatus (X_2), didapatkan nilai t_{hitung} sebesar 6,175, yang juga lebih besar dari t_{tabel} 2,051. Ini menunjukkan adanya dampak yang cukup signifikan antara tingkat kecukupan nutrisi pada usia neonatus (X_2) dan kejadian bendungan ASI (Y).

Nilai F_{hitung} mencapai 34,082 yang lebih besar daripada F_{tabel} yang hanya 3,35, menunjukkan adanya dampak yang cukup signifikan antara variabel kondisi nutrisi pasca melahirkan (X_1) dan tingkat kecukupan nutrisi pada bayi baru lahir (X_2) terhadap kejadian bendungan ASI (Y). Koefisien regresi (R^2) sebesar 0,716 menunjukkan bahwa kondisi nutrisi pasca melahirkan dan kecukupan nutrisi pada bayi baru lahir memengaruhi kejadian bendungan ASI sebesar 71,6%. Sementara itu, sebesar 28,4% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti. Berdasarkan hubungan antara kedua variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y), dapat ditarik kesimpulan bahwa variabel X_1 (kondisi nutrisi pasca melahirkan) memiliki pengaruh yang lebih besar terhadap kejadian bendungan ASI (Y), yang terlihat dari nilai t_{hitung} yang sebesar 7,149 lebih besar dari t_{tabel} yaitu 2,051..

Hasil temuan dalam penelitian ini dapat dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sianete Lefmanut pada tahun 2018 di puskesmas Bululawang dengan judul "Hubungan kondisi nutrisi saat nifas dan tingkat kecukupan nutrisi pada usia neonatus dengan terjadinya Bendungan ASI pada ibu nifas." Dari hasil survei yang dilakukan di puskesmas Bululawang, diperoleh data bahwa selama periode Agustus hingga November 2018, terdapat 70 ibu nifas yang mengalami Bendungan ASI. Dari jumlah tersebut, 30 ibu nifas mengalami Bendungan ASI, di mana 15 di antaranya memiliki riwayat Bendungan ASI, sementara 16 ibu nifas tidak memiliki pengetahuan tentang nutrisi yang diperlukan selama masa nifas, aktivitas, dan berbagai hal lainnya dan 10 ibu nifas tidak mengetahui tentang Bendungan ASI. Sehingga dapat disimpulkan penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui "Hubungan kondisi nutrisi saat nifas dan tingkat kecukupan nutrisi pada usia neonatus dengan Kejadian Bendungan ASI pada ibu nifas".

Dengan berlandaskan evaluasi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa studi ini telah sejalan dengan teori yang sudah ada sebelumnya dan juga sesuai dengan tujuan penulis, yakni untuk memberikan bukti bahwa adanya korelasi antara status nutrisi selama masa nifas dan tingkat

kecukupan gizi pada usia neonatus dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas yang dilakukan di PMB Syamsiar Syam - Malang.

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis statistik yang dilakukan, terungkap adanya pengaruh signifikan antara keadaan nutrisi selama masa nifas dan frekuensi terjadinya bendungan ASI, yang terlihat pada nilai t_{hitung} untuk variabel X_1 yang mencapai 7,149, melebihi t_{tabel} 2,051. Dalam penelitian ini juga terdapat hubungan yang cukup signifikan terkait kecukupan nutrisi pada usia neonatus dengan frekuensi bendungan ASI, yang terlihat dari nilai t_{hitung} variabel X_2 yang berada di angka 6,175, lebih besar dari t_{tabel} 2,051. Angka F_{hitung} yang tercatat sebesar 34,082 lebih tinggi dari F_{tabel} 3,35, menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang cukup signifikan secara bersama antara kondisi nutrisi saat nifas (X_1) dan kecukupan nutrisi pada usia neonatus (X_2) dengan frekuensi bendungan ASI (Y). Koefisien regresi (R^2) yang bernilai 0,716 menunjukkan bahwa kondisi nutrisi pada masa nifas dan tingkat kecukupan nutrisi neonatus berkontribusi terhadap terjadinya bendungan ASI sebesar 71,6%. Sementara itu, sisanya yakni 28,4% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak dianalisis. Melihat hubungan antar variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y), dapat ditarik kesimpulan bahwa variabel X_1 (kondisi nutrisi saat nifas) memiliki pengaruh yang lebih besar terhadap kejadian bendungan ASI (Y), yang ditunjukkan dengan nilai t_{hitung} 7,149 yang juga lebih tinggi dari t_{tabel} 2,051.

SARAN

Adapun rekomendasi yang dapat disampaikan dari temuan penelitian ini antara lain: Untuk para responden, diharapkan penelitian ini bisa memberikan manfaat dalam menyampaikan informasi mengenai keadaan nutrisi selama masa nifas serta tingkat kecukupan gizi pada usia nenonatus agar bisa mencegah terjadinya pembengkakan ASI. Untuk kalangan akademis, penelitian ini dapat menjadi kontribusi pemikiran ilmiah yang didasarkan pada teori dan fakta antara kondisi nutrisi saat nifas dan tingkat kecukupan nutrisi pada usia nenonatus yang terkait dengan kejadian pembengkakan ASI pada ibu nifas. Untuk tenaga kesehatan, penelitian ini dapat menjadi salah satu acuan dalam memberikan layanan kesehatan, terutama dalam perawatan pasca melahirkan. Untuk peneliti di masa depan, dapat menjadi bahan perbandingan untuk melanjutkan studi yang lebih mendalam dalam upaya untuk mengembangkan pengetahuan, khususnya di bidang kesehatan.

REFERENSI

- Almatsier. 2010. *Prinsip Dasar Gizi*. Jakarta.
Badan Pusat Statistik. 2013. *Kejadian Bendungan ASI tahun 2013*. Badan Pusat Statistik, Jakarta.
Bahiyatun. 2011. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas*. EGC, Jakarta.
Budiyanto, M.A.K. 2012. *Gizi Dan Kesehatan*. Bayu Media, Malang.

- Dimas Tari KA. 2016. *Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Dengan Pencegahan Bendungan ASI Di Klinik Bunda Fatimah Medan*.
- E, R. 2017. *Hubungan Perawatan Payudara Pada Ibu Nifas Dengan Bendungan Asi*. EGC, Jakarta.
- Infodatin. 2014. *Situasi dan Analisa ASI Eksklusif*. Pusat Data dan Informasi Kementrian Kesehatan RI.
- Maryanti, D. 2011. *Buku Ajar Neonatus, Bayi dan Balita*. Jakarta.
- Murniati R, Kusumawati E. 2013. *Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Bendungan ASI Dengan Praktik Pencegahan Bendungan Asi (Breast Care) Di Rb Nur Hikmah Kwaron Gubug*. J Kebidanan.
- Pd, Y. 2017. *Hubungan Pengetahuan Sikap Ibu Dengan Bendungan ASI*. Dipuskesmas Sidomulyo.
- Saleha. 2010. *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Salemba Medika, Jakarta.
- Statistik, B. P. 2013. *Kejadian Bendungan ASI*. Jakarta.
- Suhemi. 2011. *Perawatan Masa Nifas*. Fitramaya, Yogyakarta.
- Tengah, D. K. 2012. *Kejadian Bendungan ASI*. Rineka Cipta, Jakarta.
- Yanti PD. 2017. *Hubungan pengetahuan, Sikap Ibu Dengan Bendungan ASI di Puskesmas Sidomlyo Pekanbaru*. Jurnal Kebidanan, Akad Pekanbaru Helv.
- Yanti, Sundawati. 2014 *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. PT Refika Aditama, Bandung.