

**ANALISIS FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KEJADIAN BENDUNGAN
ASI PADA IBU POSTPARTUM DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
KECAMATAN TAMAN SARI
JAKARTA**

Nurma Amalia Ulfah^{1*}, Resi Galaupa²

¹⁻²Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara

Email Korespondensi: nurmaamalialulfah@yahoo.com

Disubmit: 09 Agustus 2024

Diterima: 16 Februari 2025

Diterbitkan: 01 Maret 2025

Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v5i3.16847>

ABSTRACT

At the beginning of the postpartum period, if the baby does not breastfeed well and the breast glands are not emptied completely, this can cause breast milk dams. Symptoms of breast milk dams include a feeling of heat, hardness and pain in the breasts. Flat nipples can also make it difficult for babies to breastfeed. In addition, sometimes narrowing of the lactiferous duct can occur due to enlargement of veins and lymph vessels. To analyze the factors that influence the incidence of breast milk dams in post partum mothers at the Taman Sari District Health Center. Research Method: quantitative descriptive research with a cross sectional study approach, the sample in this study was 30 people, chi square statistical analysis test. There is an influence of knowledge ($p=0.030$), breastfeeding position ($p=0.017$), frequency of breastfeeding ($p=0.007$), and nipple shape (0.045) on the incidence of breast milk dams in the Taman Sari District Health Center, Jakarta. Research results This can be used as a source of information to understand factors that can increase the risk of breast milk dams, such as knowledge about breast care, frequency of breastfeeding, nipple condition, and inappropriate breastfeeding techniques.

Keywords: *Knowledge, Breastfeeding Position, Frequency of Breastfeeding, Nipple Shape, Breast Milk Dam*

ABSTRAK

Pada awal masa nifas, jika bayi tidak menyusui dengan baik dan kelenjar payudara tidak dikosongkan sepenuhnya, hal ini bisa menyebabkan bendungan ASI. Gejala bendungan ASI meliputi perasaan panas, keras, dan nyeri pada payudara. Puting susu yang datar juga dapat menyulitkan bayi dalam menyusui. Selain itu, terkadang penyempitan duktus laktiferus dapat terjadi akibat pembesaran vena dan pembuluh limfe. Untuk menganalisis faktor - faktor yang mempengaruhi kejadian bendungan ASI pada ibu post partum di Puskesmas Kecamatan Taman Sari. jenis penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional study*, sampel pada penelitian ini berjumlah 30 orang, uji analisis statistik *chi square*. Terdapat pengaruh pengetahuan ($p=0.030$), posisi menyusui ($p=0.017$), frekuensi menyusui ($p=0.007$), dan bentuk putting (0.045) terhadap kejadian bendungan ASI di Puskesmas Kecamatan Taman Sari Jakarta. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber informasi untuk memahami faktor-faktor yang

dapat meningkatkan risiko bendungan ASI, seperti pengetahuan tentang perawatan payudara, frekuensi menyusui, kondisi puting susu, serta teknik menyusui yang tidak tepat.

Kata Kunci: Pengetahuan, Posisi Menyusui, Frekuensi Menyusui, Bentu Puting, Bendungan ASI

PENDAHULUAN

Pada awal masa nifas, jika bayi tidak menyusu dengan baik dan kelenjar tidak dikosongkan sepenuhnya, bisa menyebabkan bendungan ASI. Tandanya adalah perasaan panas, keras, dan nyeri pada payudara. Puting susu yang datar juga dapat menyulitkan bayi dalam menyusui. Terkadang, penyempitan duktus laktiferi terjadi karena pembesaran vena dan pembuluh limfe. (Zubaydah, 2021). Menurut data WHO tahun 2019 di Amerika Serikat persentase perempuan menyusui yang mengalami bendungan ASI rata-rata sebanyak 7.345 (87,05%) dari 15.760 ibu nifas, pada tahun 2019 ibu yang mengalami bendungan ASI sebanyak 8.821 (66,87%) dari 12.474 ibu nifas dan pada tahun 2019 terdapat ibu yang mengalami bendungan ASI sebanyak 8.623 (66,34%) dari 10.243 ibu nifas (WHO, 2019). Di Indonesia angka kejadian bendungan ASI terbanyak terjadi pada ibu-ibu bekerja sebanyak 16% dari ibu menyusui (Kemenkes RI, 2018).

Selama 24 hingga 48 jam pertama setelah terlihatnya sekresi lakteal, payudara sering mengalami distensi, menjadi keras, dan berbenjol-benjol. Kondisi ini dikenal sebagai bendungan air susu atau "caked breast", yang sering menyebabkan nyeri yang signifikan dan mungkin disertai dengan kenaikan suhu. Ini disebabkan oleh aliran darah vena yang berlebihan dan pembengkakan limfatik dalam payudara, yang merupakan persiapan normal untuk laktasi. Ini bukan karena sistem lakteal yang

terlalu diisi oleh air susu (Lubis, 2018). Bendungan air susu dapat terjadi pada hari ke-2 atau ke-3 ketika payudara telah memproduksi air susu. Bendungan disebabkan oleh pengeluaran air susu yang tidak lancar, karena bayi tidak cukup untuk menyusui, produksi meningkat, terlambat menyusukan, hubungan dengan bayi (bonding) kurang baik, dan dapat pula karena adanya pembantasan waktu menyusui. Salah satu penyebab bendungan ASI yaitu puting susu yang terbenam (Prawirohardjo, 2018).

Dampak bendungan ASI yaitu statis pada pembuluh limfe akan 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. Terlihat kalang payudara lebih lebar sehingga sukar dihisap oleh bayi. Bendungan ASI yang tidak disusukan secara adekuat akhirnya terjadi mastitis (Prawirohardjo, 2018). Penelitian yang dilakukan oleh Ariandini et al (2022) berdasarkan 37 Responden didapatkan hasil bahwa ibu nifas yang beresiko mengalami bendungan ASI lebih besar pada kelompok posisi menyusui tidak benar yaitu 24 orang (73.9%), pada kelompok pengetahuan kurang baik sebanyak 17 orang (84.4%), pada kelompok tidak melakukan perawatan sebanyak 20 orang (90.0%), pada kelompok frekuensi menyusunya tidak benar ternyata lebih besar

yaitu 20 orang (90.0%). Hasil statistik menunjukkan terdapat hubungan antara frekuensi pemberian ASI ($p=0.004$) dan perawatan payudara ($p=0.004$) pada ibu nifas dengan kejadian bendungan ASI, serta tidak ada hubungan antara posisi menyusui ($p=0.534$) dan pengetahuan ($p=0.138$) ibu nifas dengan kejadian bendungan ASI.

Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Tarigan (2019) menunjukkan bahwa hasil uji terhadap faktor yang diteliti yakni faktor pengetahuan ($p=0,003$), faktor frekuensi menyusui ($p=0,001$), faktor posisi menyusui ($p=0,008$) dan faktor bentuk puting ($p=0,008$), bahwa nilai $p < 0,05$ dapat diartikan ada hubungan faktor independen dengan bendungan ASI. Survei awal yang dilakukan di PMB Maiselamah dengan mewawancarai 10 orang ibu post partum diperoleh hasil ada 5 orang ibu post partum yang mengalami bendungan ASI. Berdasarkan hasil wawancara langsung dengan responden diketahui bahwa responden jarang sekali menyusui bayinya disebabkan karena responden bekerja sebanyak 2 orang, ada 1 orang responden yang mengalami puting susu yang terbenam, dan 2 orang responden menyatakan bahwa ASI nya tidak keluar dengan lancar sehingga ibu menggantinya dengan susu formula.

Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai "Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Bendungan ASI Pada Ibu Post Partum Di Puskesmas Kecamatan Taman Sari Jakarta Tahun 2024".

TINJAUAN PUSTAKA

Bendungan Air Susu Ibu adalah terjadinya pembengkakan pada payudara karena peningkatan aliran vena dan limfe sehingga menyebabkan bendungan ASI dan

rasa nyeri di sertai kenaikan suhu badan (Prawihardjo, 2005). Bendungan ASI dikarenakan penyempitan duktus laktiferus atau oleh kelenjar-kelenjar yang tidak dikosongkan dengan sempurna atau karena kelainan pada puting susu. Bendungan air susu adalah selama 24-48 jam pertama sesudah terlihatnya sekresi lakteal payudara sering mengalami distensi menjadi keras dan berbenjol-benjol (Afriana, 2022).

Laktasi atau menyusui mempunyai dua pengertian, yaitu produksi dan pengeluaran ASI. Payudara mulai dibentuk sejak embrio berumur 18-19 minggu, dan baru selesai ketika mulai menstruasi dengan terbentuknya hormon estrogen dan progesteron yang berfungsi maturasi alveoli, sedangkan hormon prolaktin adalah hormon yang berfungsi untuk memproduksi ASI. Selama masa kehamilan hormon prolaktin dari placenta meningkat, tetapi ASI biasanya belum keluar karena masih dihambat oleh kadar estrogen yang tinggi.

Selama kehamilan, hormon estrogen dan progesteron menginduksi perkembangan alveolus dan duktus laktiferus di dalam mammae, disamping merangsang produksi kolostrum (Wahyuni, 2024).

Namun demikian saat itu belum ada produksi ASI. Sesudah bayi dilahirkan, disusul kemudian terjadinya peristiwa penurunan kadar hormon estrogen. Penurunan kadar estrogen ini mendorong naiknya kadar prolaktin. Naiknya kadar prolaktin, mendorong produksi ASI. Maka dengan naiknya kadar prolaktin tersebut, mulailah aktivitas produksi ASI berlangsung dan ketika bayi mulai menyusui pada ibunya, aktivitas bayi menyusui pada mammae ini menstimulasi terjadinya produksi prolaktin yang terus

menerus secara berkesinambungan (Natalia, 2019).

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian analitik kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional study*, dimana data

variabel bebas dan variabel terikat dikumpulkan dalam waktu yang bersamaan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu postpartum di Puskesmas Kecamatan Taman Sari Periode Mei 2023 sebanyak 30 orang. Uji statistik menggunakan *chi square*.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Bendungan ASI, Pengetahuan, Posisi Menyusui, Frekuensi Menyusui Dan Keadaan Putting Di Puskesmas Kecamatan Taman Sari Jakarta

Variabel	f	%
Bendungan ASI		
Ya	20	66.7
Tidak	10	33.3
Pengetahuan		
Kurang	21	70.0
Baik	9	30.0
Posisi Menyusui		
Tidak benar	13	43.3
Benar	17	56.7
Frekuensi Menyusui		
Kurang	22	73.3
Baik	8	26.7
Keadaan Putting		
Tidak normal	20	66.7
Normal	10	33.3
Total	30	100

Berdasarkan data pada Tabel 1 dilihat dari distribusi responden menunjukkan bahwa mayoritas ibu mengalami bendungan ASI sebanyak 20 orang (66.7%), pengetahuan ibu mayoritas kurang sebanyak 21 orang

(70.0%), posisi menyusui mayoritas benar sebanyak 17 orang (56.7%), frekuensi menyusui mayoritas kurang yaitu 22 orang (73.3%), keadaan putting ibu mayoritas tidak normal sebanyak 20 orang (66.7%).

Tabel 2. Pengaruh Pengetahuan dengan Bendungan ASI Di Puskesmas Kecamatan Taman Sari

Pengetahuan	Bendungan ASI						P value
	Ya		Tidak		Total		
	f	%	f	%	f	%	
Kurang	17	81.0	4	19.0	21	100	0.030
Baik	3	33.0	6	66.7	9	100	
Total	20	66.7	10	33.3	30	100	

Berdasarkan table 2 bahwa dari 21 responden yang memiliki pengetahuan kurang, mayoritas mengalami bendungan ASI sebanyak 17 orang (81.0%). Dari 9 responden yang memiliki pengetahuan baik, mayoritas tidak mengalami bendungan ASI sebanyak 6 orang

(66.7%). Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi square*, diperoleh hasil perhitungan *p-value* $0.030 < 0.05$, maka dapat di simpulkan bahwa terdapat pengaruh pengetahuan dengan bendungan ASI di Puskesmas Kecamatan Taman Sari tahun 2024.

Tabel 3. Pengaruh Posisi Menyusui dengan Bendungan ASI Di Puskesmas Kecamatan Taman Sari

Posisi Menyusui	Bendungan ASI						<i>P value</i>
	Ya		Tidak		Total		
	f	%	f	%	f	%	
Tidak benar	12	92.3	1	7.7	13	100	0.017
Benar	8	47.1	9	52.9	17	100	
Total	20	66.7	10	33.3	30	100	

Berdasarkan table 3 bahwa dari 13 responden dengan posisi menyusui tidak benar, mayoritas mengalami bendungan ASI sebanyak 12 orang (92.3%). Dari 17 responden dengan posisi menyusui benar, mayoritas tidak mengalami bendungan ASI sebanyak 9 orang

(52.9%). Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi square*, diperoleh hasil perhitungan *p-value* $0.017 < 0.05$, maka dapat di simpulkan bahwa terdapat pengaruh posisi menyusui dengan bendungan ASI di Puskesmas Kecamatan Taman Sari tahun 2024.

Tabel 4. Pengaruh Frekuensi Menyusui dengan Bendungan ASI Di Puskesmas Kecamatan Taman Sari

Frekuensi Menyusui	Bendungan ASI						<i>P value</i>
	Ya		Tidak		Total		
	f	%	f	%	f	%	
Kurang	18	81.8	4	18.2	22	100	0.007
Baik	2	25.0	6	75.0	8	100	
Total	20	66.7	10	33.3	30	100	

Berdasarkan table 4 bahwa dari 22 responden dengan frekuensi menyusui kurang, mayoritas mengalami bendungan ASI sebanyak 18 orang (81.8%). Dari 8 responden dengan frekuensi menyusui baik, mayoritas tidak mengalami bendungan ASI sebanyak 6 orang

(75.0%). Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi square*, diperoleh hasil perhitungan *p-value* $0.007 < 0.05$, maka dapat di simpulkan bahwa terdapat pengaruh frekuensi menyusui dengan bendungan ASI di Puskesmas Kecamatan Taman Sari tahun 2024.

Tabel 5. Pengaruh Keadaan Putting dengan Bendungan ASI Di Puskesmas Kecamatan Taman Sari

Keadaan Putting	Bendungan ASI						P value
	Ya		Tidak		Total		
	f	%	f	%	f	%	
Tidak Normal	16	80	4	20	20	100	0.045
Normal	4	40	6	60	10	100	
Total	20	66.7	10	33.3	30	100	

Berdasarkan table 5 bahwa dari 20 responden dengan keadaan putting tidak normal, mayoritas mengalami bendungan ASI sebanyak 16 orang (80%). Dari 10 responden dengan keadaan putting normal, mayoritas tidak mengalami bendungan ASI sebanyak 6 orang

(60%). Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi square*, diperoleh hasil perhitungan *p-value* $0.045 < 0.05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh keadaan putting dengan bendungan ASI di Puskesmas Kecamatan Taman Sari tahun 2024.

Tabel 6. Hasil Uji Regresi Logistik Faktor paling dominan yang mempengaruhi Bendungan ASI di Puskesmas Kecamatan Taman Sari

Variabel	B	Sig.	Exp (B)	95% CI	
				Lower	Upper
Pengetahuan	1.344	0.367	3.835	.207	71.034.
Posisi menyusui	2.062	0.161	7.862	.440	140.496
Frekuensi Menyusui	.813	0.633	2.255	.080	63.160
Keadaan putting	.261	0.894	1.298	.028	60.306

Berdasarkan table 6 hasil analisis multivariat menunjukkan bahwa pengetahuan, posisi menyusui, frekuensi menyusui dan keadaan putting bukan faktor paling

dominan yang berpengaruh terhadap kejadian bendungan ASI di Puskesmas Kecamatan Taman Sari Tahun 2024.

PEMBAHASAN

Pengaruh Pengetahuan dengan Bendungan ASI

Pada penelitian ini diperoleh hasil perhitungan *p-value* $0.030 < 0.05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pengetahuan dengan bendungan ASI di Puskesmas Kecamatan Taman Sari Jakarta. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tarigan (2019) mengenai faktor yang berhubungan dengan bendungan ASI pada ibu postpartum hasil uji statistik menunjukkan ada hubungan antara pengetahuan dengan

bendungan ASI.

Faktor-faktor yang menyebabkan bendungan ASI antara lain frekuensi menyusui, isapan bayi yang kurang aktif, motivasi ibu untuk menyusui, perawatan payudara, teknik menyusui, memberikan susu formula untuk bayi, dan penggunaan pompa payudara tanpa indikasi. Hal ini dapat menyebabkan suplai ASI berlebih yang kemudian berkembang menjadi bendungan, di mana payudara terasa penuh dengan ASI dan cairan jaringan. Sumbatan pada aliran vena dan limfatik

menghambat aliran susu, meningkatkan tekanan pada saluran ASI dan alveoli, serta menyebabkan payudara bengkak dan edematous. Oleh karena itu, penting bagi ibu untuk melakukan perawatan payudara yang tepat dan memahami cara menyusui yang baik dan benar (Wulandari & Rahayu, 2020).

Pengetahuan adalah hasil dari proses pengamatan terhadap suatu objek, yang terjadi setelah seseorang menggunakan indranya, seperti penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui pengamatan dengan mata dan pendengaran (Notoatmodjo, 2020). Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu yang memiliki pengetahuan yang baik dan mengimplementasikannya mampu mengantisipasi terjadinya bendungan ASI. Keterampilan dalam mencegah bendungan ASI sangat terkait dengan tingkat pengetahuan yang dimiliki oleh ibu.

Pengaruh Posisi Menyusui dengan Bendungan ASI

Hasil penelitian diperoleh nilai $p\text{-value}$ $0.017 < 0.05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan pengetahuan dengan bendungan ASI di Puskesmas Kecamatan Taman Sari Jakarta. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tarigan (2019) bahwa secara statistik ada hubungan antara posisi menyusui dengan bendungan ASI.

Posisi menyusui merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi produksi ASI. Posisi yang tidak benar dapat menyebabkan bendungan ASI dan membuat ibu enggan menyusui bayinya karena rasa nyeri dan bengkak yang timbul. Hal ini dapat mengakibatkan bayi tidak mendapatkan ASI yang cukup selama menyusui sehingga akan mempengaruhi produksi ASI ibu di

masa mendatang (Suryanti et al, 2023).

Posisi menyusui sangat penting dalam memulai proses menyusui. Ibu pada minggu pertama setelah persalinan mengalami sensitivitas yang tinggi dan membutuhkan pendampingan untuk memulai menyusui dengan benar. Penelitian Siswatiningsih (2022) menunjukkan bahwa sebagian besar responden (61,7%) tidak menggunakan posisi menyusui yang tepat, sedangkan hanya 38,3% responden menggunakan posisi menyusui yang tepat dalam memberikan ASI.

Pengaruh Frekuensi Menyusui dengan Bendungan ASI

Hasil uji statistik diperoleh nilai $p\text{-value}$ $0.007 < 0.05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh frekuensi menyusui dengan bendungan ASI di Puskesmas Kecamatan Taman Sari Jakarta. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tarigan (2019) bahwa secara statistik ada hubungan antara frekuensi menyusui dengan bendungan ASI. Salah satu masalah yang sering terjadi mengenai bendungan ASI, yang disebabkan oleh pengeluaran air susu yang tidak lancar karena bayi jarang menyusui pada ibunya. Gangguan ini dapat memburuk jika bayi tidak menyusui secara cukup sering, menyebabkan bayi tidak mendapatkan ASI secara eksklusif. Jika tidak ditangani dengan cepat, kondisi ini dapat menyebabkan engorgement karena penyempitan duktus laktiferi atau karena kelenjar tidak dikosongkan dengan sempurna, atau akibat kelainan pada putting susu. Hal ini mengakibatkan pembengkakan pada payudara karena peningkatan aliran vena dan limfe, yang sering disertai dengan rasa nyeri dan kenaikan suhu badan (Pertwi, 2017).

Insiden bendungan ASI dapat dikurangi hingga separuhnya jika

menyusui dilakukan secara on demand. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa menyusui dengan jadwal tertentu dapat meningkatkan risiko bendungan ASI, mastitis, dan kegagalan laktasi.

Pengaruh Keadaan Putting dengan Bendungan ASI

Pada penelitian ini diperoleh hasil perhitungan p -value $0.045 < 0.05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh keadaan putting dengan bendungan ASI di Puskesmas Kecamatan Taman Sari Jakarta. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tarigan (2019) mengenai faktor yang berhubungan dengan bendungan ASI pada ibu postpartum hasil uji statistik menunjukkan ada hubungan antara bentuk putting dengan bendungan ASI.

Ada hubungan antara keadaan putting susu dengan kejadian bendungan ASI karena kelainan pada putting susu. Jika ibu mengalami puting terbenam atau lecet, hal ini dapat mempengaruhi niat ibu untuk menyusui bayinya. Lecet pada puting membuat menyusui terasa nyeri dan tidak nyaman, sehingga ibu cenderung mengurangi frekuensi dan durasi menyusui. Sementara itu, puting terbenam membuat bayi kesulitan mencari puting ibu dan menghisap air susu dengan baik. Kesulitan dalam menyusui akibat kondisi putting yang buruk dapat menyebabkan penumpukan air susu (Anita, 2019).

Menurut asumsi peneliti bahwa kondisi puting susu merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kejadian bendungan ASI pada ibu nifas. Kondisi puting yang baik dapat mencegah terjadinya bendungan ASI karena puting yang normal memudahkan bayi saat menyusui, memungkinkan gerakan puting yang bebas sehingga bayi dapat menyusui dengan mudah tanpa hambatan.

Sebaliknya, bentuk puting yang masuk ke dalam (inverted) dapat mempengaruhi pemberian ASI karena mulut bayi mungkin tidak dapat menghisap dengan baik.

KESIMPULAN

Mayoritas ibu mengalami bendungan ASI sebanyak 20 orang (66.7%), pengetahuan ibu mayoritas kurang sebanyak 21 orang (70.0%), posisi menyusui mayoritas benar sebanyak 17 orang (56.7%), frekuensi menyusui mayoritas kurang yaitu 22 orang (73.3%), keadaan putting ibu mayoritas tidak normal sebanyak 20 orang (66.7%). Terdapat pengaruh pengetahuan dengan bendungan ASI nilai $p=0.030$. Terdapat pengaruh posisi menyusui dengan bendungan ASI nilai $p=0.017$. Terdapat pengaruh frekuensi menyusui dengan bendungan ASI nilai $p=0.007$. Terdapat pengaruh keadaan putting dengan bendungan ASI nilai $p=0.045$.

DAFTAR PUSTAKA

- Aliya. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Afiana, A., & Widiawati, W. (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), 537-548.
- Asrul, & Pratiwi, D. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Bendungan Asi Di Klinik Kasih Ibu Deli Serdang. *Jurnal Midwifery Update (Mu)*, E-Issn:268.
- Aulya, Y., & Supriaten, Y. (2021). Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Bendungan Asi Pada Ibu Nifas. *Menara Medika*, 3(2).

- Delpina Br Tarigan. 2019. Faktor Yang Berhubungan Dengan Bendungan Asi Pada Ibu Post Partum Di Wilayah Kerja Puskesmas Binaji Serbangan Kecamatan Air Joman Kabupaten Asahan Tahun 2019
- Faizah, E. F. (2019). *Pengaruh Pijat Oketani Terhadap Kejadian Bendungan Asi Di Puskesmas Pembantu Sumpersuko Kecamatan Wagir Kabupaten Malang* (Doctoral Dissertation, Poltekkes Rs Dr. Soepraen).
- Gustirini, R. (2021). Perawatan Payudara Untuk Mencegah Bendungan Asi Pada Ibu Post Partum. *Midwifery Care Journal*, 2(1), 9-14.
- Magfiroh, N., Saudah, N., & Lukita Dewi, C. P. (2022). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Bendungan Asi Pada Ibu Menyusui* (Doctoral Dissertation, Perpustakaan Universitas Bina Sehat).
- Manuaba Iac. 2018. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan Dan Keluarga Berencana Untuk Pendidikan Bidan. Ed.2.* Jakarta: Egic.
- Natalia, I. (2019). *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Di Rsu Haji Medan Tahun 2019* (Doctoral Dissertation, Institut Kesehatan Helvetia).
- Notoatmodjo Soekidjo. 2018. *Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku.* Jakarta : Rineka Cipta
- Nurhayati, N., & St, S. (2021). *Cortisol: Bendungan Asi Dan Maternity Blues.* Media Nusa Creative (Mnc Publishing).
- Nursalam. 2020. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis Edisi 5.* Jakarta Selatan : Salemba Medika.
- Perangin Angin, S. A. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Bendungan Asi Pada Ibu Nifas Di Bpm Fatimah. *Journal Of Midwifery Senior*, 3(1).
- Pohan, R. A. (2022). *Pengantar Asuhan Kebidanan Kehamilan, Persalinan, Nifas Dan Bayi Baru Lahir.* Pt Inovasi Pratama Internasional.
- Sugiyono. 2019. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D.* Bandung : Alfabeta
- Syafitri, E., Mardha, M. S., & Agustina, W. (2021). Hubungan Frekuensi Menyusui, Teknik Menyusui, Dan Perawatan Payudara Dengan Bendungan Asi Pada Ibu Menyusui Di Pos Kesehatan Kelurahan Medan Marelان. *Jurnal Maternitas Kebidanan*, 7(2). <https://doi.org/10.34012/Jumkep.V7i2.301>
- Wahyuni, E., Yorita, E., Efriani, R., & Sholihat, S. (2024). *Konsep Dasar Laktasi Untuk Mahasiswa Kebidanan.* Penerbit Nem.
- Wiknjosastro, Hanifa. 2018. *Ilmu Kebidanan.* Jakarta : Ybp-Sp.