

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Dasar Bendungan ASI

2.1.1 Pengertian bendungan ASI

Bendungan ASI diartikan sebagai pembengkakan pada payudara karena peningkatan aliran vena dan limfe. Bendungan ASI terjadi sejak hari ketiga sampai hari keenam setelah persalinan, ketika ASI secara normal dihasilkan. Hal ini bersifat fisiologis dan dengan penghisapan yang efektif dan pengeluaran ASI oleh bayi, rasa penuh tersebut pulih dengan cepat. Namun keadaan ini bisa menjadi bendungan, pada bendungan payudara terisi sangat penuh dengan ASI dan cairan jaringan. Aliran vena dan limfotik tersumbat, aliran susu menjadi terlambat dan tekanan pada saluran ASI dan alveoli meningkat. Payudara yang terbungkus membesar, membengkak, dan sangat nyeri. Payudara dapat terlihat mengkilat dan edema dengan daerah eritema difus. Puting susu tergang menjadi rata, ASI tidak mengalir dengan mudah, dan bayi sulit mengenyut untuk menghisap (Oriza, 2019).

Bendungan ASI adalah pembendungan air susu karena penyempitan duktus laktiferi atau oleh kelenjar yang tidak dikosongkan dengan sempurna atau karena kelainan pada puting susu. Payudara bengkak terjadi karena hambatan aliran darah vena atau saluran kelenjar getah bening akibat ASI terkumpul dalam payudara. Kejadian ini timbul karena produksi yang berlebih, sementara kebutuhan bayi pada hari pertama lahir masih sedikit. (Munawaroh et al., 2019)

2.1.2 Faktor Penyebab Bendungan ASI

Faktor penyebab bendungan ASI menurut (Lubis, 2018) yaitu

1) Pengosongan mammae yang tidak sempurna

Dalam masa laktasi, terjadi peningkatan produksi ASI pada ibu yang berlebihan. Apabila bayi sudah kenyang dan selesai menyusui dan payudara tidak dikosongkan, maka terdapat sisa ASI di dalam payudara. Hal ini dapat menjadi penyebab bendungan ASI karena terjadi penumpukan ASI.

2) Inisiasi Menyusui Dini

Inisiasi menyusui dini dilakukan setelah bayi lahir hal ini dilakukan untuk memudahkan bayi mencari puting dan merangsang produksi pengeluaran hormone oksitosin sehingga produksi ASI dapat tersalurkan dengan baik dan jika inisiasi menyusui dini tidak terlaksana maka dapat menjadi penyebab bengkak dan nyeri pada payudara selama proses menyusui.

3) Faktor hisapan bayi yang tidak aktif (Lama dan frekuensi menyusui)

Pada masa laktasi, bila ibu tidak menyusukan bayinya sesering mungkin tanpa membatasi jumlah menyusui dalam satu hari dan bayi tidak sampai kenyang atau jika bayi tidak aktif menghisap maka akan ada penimbunan ASI di payudara.

4) Faktor posisi menyusui bayi yang tidak benar

Teknik yang salah dalam menyusui dapat mengakibatkan puting susu menjadi lecet dan menimbulkan rasa nyeri pada saat bayi menyusui. Akhirnya ibu tidak mau menyusui bayinya.

5) Puting susu terbenam

Puting susu yang terbenam akan menyulitkan bayi dalam menyusui. Karena bayi tidak dapat menghisap puting dan aerola, bayi tidak mau menyusui.

6) Puting susu terlalu panjang

Puting susu yang panjang menimbulkan kesulitan pada saat menyusui karena bayi tidak dapat menghisap aerola dan merangsang sinus laktiferus untuk mengeluarkan ASI.

Menurut hasil penelitian (Junistiani, 2017) menyatakan bahwa penyebab terjadinya pembengkakan payudara adalah produksi ASI yang berlebih (Hyperlactation), terlambat memulai menyusui, perlekatan kurang baik, pengosongan ASI tidak sering, adanya pembatasan lama menyusui, ukuran payudara yang kecil, kontak ibu bayi yang minim.

Jika terdapat hal-hal seperti di atas maka dapat dilakukan bayi disusui, sehingga mengurangi rasa membengkak, setiap kali menyusui payudara harus sampai kosong, gunakan BH yang dapat menopang dengan nyaman, kompres dingin dapat mengurangi rasa tidak enak, rasa nyeri dapat juga dikurangi dengan obat analgesik, ASI dapat diperas sedikit dengan tangan, frekuensi pengeluaran harus lebih sering, beritahu ibu bahwa dalam waktu 1-2 hari keluhan akan reda.

Jika ibu menyusui dan bayi tidak menetek, bantulah memerah air susu dengan tangan dan pompa. Jika ibu menyusui dan bayi mampu menetek maka bantu ibu agar meneteki lebih sering pada kedua payudara tiap kali meneteki, berikan penyuluhan cara meneteki yang baik, mengurangi nyeri sebelum meneteki, berikan kompres hangat pada dada sebelum meneteki atau mandi air

hangat, pijat punggung dan leher, memeras susu cara manual sebelum menetek dan basahi puting agar bayi mudah menetek. Adapun cara untuk mengurangi nyeri setelah menetek yaitu: gunakan bebat atau kutang., kompres dingin pada dada untuk mengurangi bengkak dan terapi parasetamol 500 mg per oral (Lubis, 2018).

Jika ibu tidak menetek maka berikan bebat dan kutang ketat, kompres dingin pada dada untuk mengurangi bengkak dan nyeri, hindari pijat atau kompres hangat, berikan parasetamol 500 mg per oral dan evaluasi 3 hari.

2.1.3 Patofisiologi

Sesudah bayi dan plasenta lahir, kadar Estrogen dan Progesteron turun dalam 2-3 hari. Dengan ini faktor dari hipotalamus yang menghalangi keluarnya prolaktin waktu hamil, dan sangat dipengaruhi estrogen, tidak dikeluarkan lagi, dan terjadi sekresi prolaktin oleh hypopisis. Hormon ini menyebabkan alveolus alveolus kelenjar mammae terisi dengan air susu, tetapi untuk mengeluarkannya dibutuhkan refleksi yang menyebabkan kontraksi sel-sel mioepitelial yang mengelilingi alveolus dan duktus kecil kelenjar-kelenjar tersebut.

Pada permulaan nifas apabila bayi belum mampu menyusui dengan baik, atau kemudian apabila terjadi kelenjar-kelenjar tidak dikosongkan dengan sempurna, terjadi pembendungan air susu. Kadang-kadang pengeluaran susu juga terhalang sebab duktuli laktiferi menyempit karena pembesaran vena serta pembuluh limfe.

2.1.4 Tanda dan gejala

Perlu dibedakan antara payudara bengkak dan payudara penuh. Pada payudara bengkak: payudara odem, sakit, puting susu kencang, kulit mengkilat walau tidak merah, dan ASI tidak keluar kemudian badan menjadi demam setelah 24 jam. Sedangkan pada payudara penuh: payudara terasa berat, panas dan keras. Bila ASI dikeluarkan tidak ada demam.

Adapun tanda dan gejala bendungan ASI, yaitu: buah dada penuh, berat, nyeri dan bengkak, sakit 3-5 hari pada masa nifas, puting susu kencang, kulit mengkilat warnanya kemerahan, suhu tubuh mencapai 38°C, payudara panas serta keras, pada perabaan dan nyeri dan ASI keluar tidak lancar (Sarlis, 2020).

2.1.5 Pencegahan

a. Inisiasi Menyusui Dini (IMD)

Inisiasi menyusui dini dilakukan setelah bayi lahir hal ini dilakukan untuk memudahkan bayi mencari puting dan merangsang produksi pengeluaran hormone oksitosin sehingga produksi ASI dapat tersalurkan dengan baik dan mencegah terjadinya pembengkakan pada payudara selama proses menyusui. Oleh sebab itu gerakan Inisiasi menyusui dini sangat dianjurkan oleh pemerintah untuk keberhasilan ASI Eksklusif dan hal ini terpulang kembali kepada bidan sebagai ujung tombak kesehatan ibu dan anak serta dokter spesialis kandungan dalam mengani proses kelahiran bayi secara bedah cesar.

b. Perawatan Payudara

Perawatan payudara menurut (Sholeha et al., 2019) yaitu

1. Cara Perawatan Payudara

Perawatan Payudara pasca persalinan merupakan kelanjutan perawatan payudara semasa hamil, yang mempunyai tujuan sebagai berikut: 1). Untuk menjaga kebersihan payudara sehingga terhindar dari infeksi. 2). Untuk mengenyalkan puting susu, supaya tidak mudah lecet. 3). Untuk menonjolkan puting susu. 4). Menjaga bentuk buah dada tetap baik. 5). Untuk mencegah terjadinya penyumbatan. 6). Untuk memperbanyak produksi ASI. 7). Untuk mengetahui adanya kelainan. 8). Pelaksanaan perawatan payudara pasca persalinan dimulai sedini mungkin yaitu 1 – 2 hari sesudah bayi dilahirkan. Hal itu dilakukan 2 kali sehari.

2. Pelaksanaan Perawatan Payudara

Ada beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam melaksanakan perawatan payudara pasca persalinan, yaitu:

- a) Puting susu dikompres dengan kapas minyak selama 3-4 menit, kemudian bersihkan dengan kapas minyak tadi.
- b) Pengenyalan yaitu puting susu dipegang dengan ibu jari dan jari telunjuk diputar kedalam 20 kali keluar 20 kali.
- c) Penonjolan puting susu yaitu: 1). Puting susu cukup ditarik sebanyak 20 kali. 2). Dirangsang dengan menggunakan ujung waslap. 3). Memakai pompa puting susu.
- d) Pengurutan payudara: 1). Telapak tangan petugas diberi baby oil kemudian diratakan. 2). Peganglah payudara lalu diurut dari pangkal ke puting susu sebanyak 30 kali. 3). Pijatlah puting susu pada daerah areola

mammae untuk mengeluarkan colostrums. 4). Bersihkan payudara dengan air bersih memakai waslap.

2.1.6 Teknik Menyusui Yang Benar

Teknik menyusui dengan benar menurut (Sholeha et al., 2019) yaitu :

1. Posisi dan pelekatan menyusui

Ada berbagai macam posisi menyusui. Cara menyusui yang tergolong biasa dilakukan adalah dengan duduk, berdiri, atau berbaring. Ada posisi khusus yang berkaitan dengan situasi tertentu seperti ibu pasca operasi sesar. Bayi diletakkan disamping kepala ibu dengan kaki diatas. Menyusui bayi kembar dengan cara seperti memegang bola. Kedua bayi disusui bersamaan, di payudara kiri dan kanan. Pada ASI yang memancar (penuh) bayi ditengkurapkan diatas dada ibu, tangan ibu sedikit menahan kepala bayi, dengan posisi ini maka bayi tidak akan tersedak.

2. Langkah-langkah menyusui yang benar

- a. Sebelum menyusui, ASI dikeluarkan sedikit kemudian dioleskan pada puting susu dan areola sekitarnya. Cara ini mempunyai manfaat sebagai desinfektan dan menjaga kelembaban puting susu.
- b. Bayi diletakkan menghadap perut ibu/payudara.
- c. Ibu duduk dan berbaring santai. Bila duduk lebih baik menggunakan kursi yang rendah agar kaki ibu tidak tergantung dan punggung ibu bersandar pada sandaran kursi.

- d. Bayi dipegang dengan satu lengan, kepala bayi terletak pada lengkung siku ibu. dan bokong bayi terletak pada lengan. Kepala bayi tidak boleh tertengadah dan bokong bayi ditahan dengan telapak tangan ibu.
- e. Satu tangan bayi diletakkan dibelakang badan ibu dan yang satu didepan.
- f. Perut bayi menempel badan ibu, kepala bayi menghadap payudara (tidak hanya membelokkan kepala bayi)
- g. Telinga dan lengan bayi terletak pada satu garis lurus.
- h. Ibu menatap bayi dengan kasih sayang.
- i. Payudara dipegang dengan ibu jari diatas dan jari yang lain menopang dibawah. Jangan menekan puting susu atau areolanya saja.
- j. Bayi diberi rangsangan untuk membuka mulut (rooting reflex) dengan cara:
 - 1) Menyentuh pipi dengan puting susu.
 - 2) Menyentuh sisi mulut bayi
 - 3) Setelah bayi membuka mulut dengan cepat kepala bayi didekatkan ke payudara ibu dengan puting serta areola dimasukkan kemulut bayi.
 - 4) Usahakan sebagian besar areola dapat masuk kedalam mulut bayi sehingga puting susu berada dibawah langit-langit dan lidah bayi akan menekan ASI keluar dari tempat penampungan ASI yang terletak dibawah areola.
 - 5) Setelah bayi mulai menghisap, payudara tak perlu dipegang atau disangga bayi.

k. Melepas isapan bayi

Setelah menyusui pada satu payudara sampai terasa kosong, sebaiknya ganti menyusui pada payudara yang lain. cara melepas isapan bayi: 1). Jari kelingking ibu dimasukkan ke mulut bayi melalui sudut mulut. 2). Daggu bayi ditekan kebawah.

l. Menyusui berikutnya mulai dari payudara yang belum terkosongkan (yang dihisap terkahir)

m. Setelah elesai menyusui, ASI dikeluarkan sedikit kemudian dioleskan pada puting susu dan areola sekitarnya. Biarkan kering dengan sendirinya.

n. Menyendawakan bayi adalah mengeluarkan udara dari lambung supaya bayi tidak muntah (gumoh) setelah menyusui. Cara menyendawakan bayi adalah:

1). Bayi digendong tegak dengan bersandar pada bahu ibu kemudian punggungnya ditepuk perlahan-lahan.

2). Bayi tidur tengkurap dipangkuan ibu, kemuadian punggungnya ditepuk perlahan-lahan

3. Cara Pengamatan Teknik Menyusui yang Benar

Menyusui dengan teknik yang tidak benar dapat mengakibatkan puting susu menjadi lecet, ASI tidak keluar optimal sehingga mempengaruhi produksi ASI selanjutnya atau bayi enggan menyusui. Untuk mengetahui bayi telah menyusu dengan teknik yang benar, perhatikan : 1). Bayi tampak tenang. 2). Badan bayi menempel pada perut ibu. 3). Mulut bayi terbuka lebar. 4). Daggu bayi menempel pada payudara ibu. 5). Sebagian besar areola masuk kedalam

mulut bayi, areola bagian bawah lebih banyak yang masuk. 6). Bayi nampak mengisap kuat dengan irama perlahan. 7). Puting susu ibu tidak terasa nyeri. 8). Telinga dan lengan bayi terletak pada satu garis lurus. 9). Kepala agak menengadah. Pengisapan yang buruk dapat mengakibatkan: 1). Puting susu menjadi luka dan sakit. 2). Air susu tidak mencukupi. 3). Bayi menolak untuk menyusui.

2.1.7 Penatalaksanaan

Mastitis dan abses payudara sangat mudah dicegah, bila menyusui dilakukan dengan baik sejak awal untuk mencegah keadaan yang meningkatkan stasis ASI, dan bila tanda dini seperti bendungan, sumbatan saluran payudara, dan nyeri puting susu diobati dengan cepat. Hal ini dibutuhkan sebagai bagian dari perawatan kehamilan dan sebagai bagian yang berkelanjutan pada fasilitas perawatan berbasis komunikasi untuk ibu dan anak.

Upaya pencegahan untuk bendungan ASI adalah :

- 1) Menyusui dini, susui bayi sesegera mungkin (setelah 30 menit) setelah dilahirkan
- 2) Susui bayi tanpa jadwal atau ondemand
- 3) Keluarkan ASI dengan tangan atau pompa, bila produksi melebihi kebutuhan bayi
- 4) Perawatan payudara pasca persalinan

Upaya pengobatan untuk bendungan ASI adalah :

- 1) Kompres hangat payudara agar menjadai lebih lembeh

- 2) Keluarkan sedikit ASI sehingga puting lebih mudah dtongkap dan dihisap oleh bayi
- 3) Sesudah bayi kenyang keluarkan sisa ASI
- 4) Untuk mengurangi rasa sakit pada payudara, berikan kompres dingin
- 5) Untuk mengurangi statis divena dn pembuluh getah bening lakukan pengurutan (masase) payudara yang dimulai dari puting kerah korpu.

2.1.8 Frekuensi Menyusui Dalam Sehari

Susui bayi sesering mungkin sesuai kebutuhannya, sedikitnya 8 kali dalam 24 jam. Awalnya bayi menyusui sangat sering, tetapi pada usia 2 minggu frekuensi menyusui akan berkurang. Susui pula bayi pada malam hari. Menyusui pada malam hari membantu mempertahankan suplai ASI karena hormon prolaktin dikeluarkan terutama pada malam hari. Bayi yang puas menyusui akan melepaskan payudara dengan sendirinya.

2.1.9 Lama Menyusui

Lama menyusui berbeda-beda tiap periode menyusui. Rata-rata bayi menyusui selama 5-15 menit, terkadang lebih. Bayi dapat mengukur sendiri kebutuhannya. Bila proses menyusui berlangsung sangat lama (lebih dari 30 menit) atau sangat cepat (kurang dari 5 menit), mungkin ada masalah. Pada hari-hari pertama atau pada bayi berat lahir rendah (kurang dai 2.500 gram), proses menyusui terkadang sangat lama dan ini merupakan hal yang wajar. Sebaiknya bayi menyusui pada satu payudara sampai selesai (sekitar 10-15 menit), kemudian bila bayi masih ingin menyusui, dapat diberikan pada payudara

yan satu lagi sehingga kedua payudara mendapat stimulasi yang sma untuk menghasilkan ASI.

2.1.10 Kenyutan Pada Payudara

Pentingnya kenyutan bayi yang baik pada payudara untuk mengeluarkan ASI yang efektif pertama kali oleh Gunther. Kenyutan yang buruk sebagai penyebab pengeluaran ASI yang tidak efisien saat ini dianggap sebagai faktor predisposisi utama mastitis. Nyeri puting dan puting pecah-pecah sering ditemukan bersama dengan mastitis. Penyebab nyeri dan trauma puting yang sering adalah kenyutan yang buruk pada payudara, kedua kondisi ini dapat terjadi bersama-sama sebagian karena mereka mempunyai asal mekanik yang sama selain itu, nyeri puting akan menyebabkan ibu menghindari menyusui pada payudara yang sakit dan karena itu mencestuskan statis ASI dan bendungan.

Agar dapat mengisap secara efektif, bayi harus mengamil cukup banyak puting susu ke dalam mulutnya agar lidahnya dapat memeras sinus laktoferus. Bayi harus menarik keluar atau memeras jaringan payudara sehingga membentuk “puting buatan/DOT” yang bentuknya lebih panjang dari puting susu. Puting susu sendiri hanya membentuk sepertiga dar “puting buatan/DOT”. Hal ini dapat dilihat saat bayi selesai menyusui. Dengan cara inilah, bayi mengeluarkan ASI dari payudara. Isapan efektif tercapai bila bayi mengisap dengan isapan dalam dan lambat. Bayi terlihat menghentikan sejenal isapannya dan kita dapat mendengar suara ASI yang ditelan.

2.2 Laktasi

2.2.1 Pengertian Laktasi

Laktasi merupakan keseluruhan proses menyusui yang di mulai dari Air Susu Ibu (ASI) di produksi sampai proses bayi menghisap dan menelan ASI. ASI adalah suatu emulsi lemak dalam larutan protein, laktose dan garam organik yang disekresi oleh kedua belah kelenjar payudara ibu, sebagai makanan utama bagi bayi (Miftahudin, 2021).

2.2.2 Fisiologis Laktasi

Laktasi atau menyusui mempunyai dua pengertian, yaitu produksi dan pengeluaran ASI. Payudara mulai dibentuk sejak embrio berumur 18-19 minggu, dan baru selesai ketika nilai menstruasi, dengan terbentuknya hormon estrogen dan progesteron yang berfungsi untuk maturasi alveoli. Sedangkan hormon prolaktin adalah hormon yang berfungsi untuk produksi ASI disamping hormon lain seperti insulin, oksitosin, dan sebagainya.

Lama kehamilan, hormon prolaktin dari plasenta meningkat tetapi ASI biasanya belum keluar karena masih dihambat oleh kadar estrogen yang tinggi. Pada hari kedua atau ketiga pascapersalinan, kadar estrogen dan progesteron turun drastis sehingga pengaruh prolaktin lebih dominan dan saat inilah mulai terjadi sekresi ASI. Dengan menyusunkan sehingga sekresi ASI makin lancar. Dua refleks aliran timbul akibat perangsangan puting susu oleh hisapan bayi (Mufdillah et al., 2019).

1. Refleks Prolaktin

Akhir kehamilan hormon prolaktin memegang peranan untuk membuat kolostrum, tetapi jumlah kolostrum terbatas dikarenakan aktivitas prolaktin dihambat oleh estrogen dan progesteron yang masih tinggi. Pasca persalinan, yaitu saat lepasnya plasenta dan berkurangnya fungsi korpus luteum maka estrogen dan progesteron juga berkurang. Hisapan bayi akan merangsang puting susu dan kalang payudara, karena ujung-ujung saraf sensoris yang berfungsi sebagai reseptor mekanik. Rangsangan ini dilanjutkan ke hipotalamus melalui medulla spinalis hipotalamus dan akan menekan pengeluaran faktor penghambat sekresi prolaktin dan sebaliknya merangsang pengeluaran faktor pemacu sekresi prolaktin.

Faktor pemacu sekresi prolaktin akan merangsang hipofise anterior sehingga keluar prolaktin. Hormon ini merangsang sel-sel alveoli yang berfungsi untuk membuat air susu. Kadar prolaktin pada ibu menyusui akan menjadi normal 3 bulan setelah melahirkan sampai penyapihan anak dan pada saat tersebut tidak akan ada peningkatan prolaktin walau ada isapan bayi, namun pengeluaran air susu tetap berlangsung. Pada ibu nifas yang tidak menyusui, kadar prolaktin akan menjadi normal pada minggu ke 2 – 3. Sedangkan pada ibu menyusui prolaktin akan meningkat dalam keadaan seperti: stress atau pengaruh psikis, anestesi, operasi dan rangsangan puting susu.

2. Refleks Aliran (*Let Down Reflex*)

Rangsangan puting susu tidak hanya diteuskan sampai ke kelenjar depan, tetapi juga ke kelenjar bagian belakang yang mengeluarkan hormon oksitosin. Hormon ini berfungsi memacu kontraksi otot polos yang ada di dinding alveolus

dan dinding saluran, sehingga ASI dipompa keluar. Makin sering menyusui, pengosongan alveolus dan saluran akan makin lancar. Saluran Asi yang mengalami bendungan tidak hanya mengganggu penyusuan, tetapi juga berakibat mudah terkena infeksi.

Oksitosin juga memacu kontraksi otot rahim sehingga involusi rahim makin cepat dan baik. Tidak jarang perut ibu terasa mules yang sangat pada hari-hari pertama menyusui dan ini adalah mekanisme alamiah untuk kembalinya rahim ke bentuk semula.

Tiga refleks yang penting dalam mekanisme hisapan bayi, adalah reflek menangkap (*rooting reflex*), refleks menghisap, dan refleks menelan (Widayanti, 2019).

a. Refleks menangkap (*rooting reflex*)

Timbul bila bayi baru lahir tersentuh pipinya, bayi akan menoleh kearah sentuhan. Dan bila bibirnya dirangsang dengan papila mammae, maka bayi akan membuka mulut dan berusaha untuk menangkap puting susu.

b. Refleks menghisap

Refleks ini timbul apabila langit-langit mulut bayi tersentuh, biasanya oleh puting. Supaya puting mencapai bagian belakang palatum, maka sebagian besar areola harus tertangkap mulut bayi. Dengan demikian, maka sinus lactiferus yang berada dibawah areola akan tertekan antara gusi, lidah, dan palatum, sehingga ASI terperas keluar.

c. Refleks menelan

Bila mulut bayi terisi ASI, isakan akan menelanya mekanisme menyusui pada payudara berbeda dengan mekanisme minum dari botol, karena dot keretnya panjang dan tidak perlu dregangkan, maka bayi tidak perlu menghisap kuat. Bila bayi telah biasa minum dari botol/dot akan timbul kesulitan bila bayi menyusui pada puting, pada keadaan ini ibu dan bayi perlu batuan untuk belajar menyusui dengan baik dan benar.

Kemampuan laktasi setiap ibu berbeda-beda. Sebagian mempunyai kemampuan yang lebih besar dibandingkan mempunyai kemampuan yang lebih besar dibandingkan yang lain. Dari segi fisiologi, kemampuan laktasi mempunyai hubungan dengan makanan, faktor endokrin dan faktor fisiologi.

Laktasi mempunyai dua pengertian berikut ini.

- a. Pembentukan/produksi air susu
- b. Pengeluaran air susu

Pada masa hamil terjadi perubahan payudara, terutama mengenai besarnya. Hal ini disebabkan oleh berkembangnya kelenjar payudara karena proliferasi sel-sel kelenjar pembuatan air susu ibu. Proses proliferasi dipengaruhi oleh hormon yang dihasilkan plasenta, yaitu laktogen, prolaktin, kariogonadotropin, estrogen, dan progesteron. Selain itu, perubahan tersebut juga disebabkan bertambah lancarnya peredaran darah pada payudara.

Pada kehamilan lima bulan atau lebih, kadang-kadang dari ujung puting susu keluar cairan yang disebut kolostrum. Sekresi (keluarnya) cairan tersebut karena pengeluaran hormon laktogen dari plasenta dan hormon prolaktin dari hipofise, keadaan tersebut adalah normal, meskipun cairan yang dihasilkan tidak

berlebihan sebab meskipun kadar prolaktin cukup tinggi, pengeluaran air susu juga dihambat oleh hormon estrogen.

2.2.3 Masalah Dalam Laktasi

Masalah dalam Laktasi Menurut Bahiyatun (2009), masalah yang sering terjadi dalam pemberian ASI antara lain :

1) Puting Susu Lecet

Dapat disebabkan oleh karena teknik menyusui yang salah atau perawatan yang tidak betul pada payudara. Infeksi monilia dapat mengakibatkan lecet pada puting susu.

2) Payudara Bengkak

Pembengkakan payudara terjadi karena pengeluaran ASI tidak disusui dengan adekuat, sehingga sisa ASI terkumpul pada system ductus yang mengakibatkan terjadinya pembengkakan.

3) Saluran Susu Tersumbat / Bendungan ASI

Disebabkan ASI yang terkumpul tidak segera dikeluarkan, sehingga menimbulkan sumbatan pada ductus laktiferus.

4) Mastitis

Mastitis adalah suatu proses infeksi menyebabkan radang payudara yang disebabkan oleh payudara bengkak yang tidak disusui secara adekuat yang akhirnya terjadi mastitis.

2.2.4 Manfaat menyusui

Menyusui adalah suatu cara yang tidak ada duanya dalam memberikan makanan yang ideal bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi yang sehat serta mem[unyai pengaruh biologis dan kejiwaan yang unik terhadap kesehatan ibu dan bayi. Menyusui merupakan proses alamiah yang keberhasilannya tidak diperlukan alat-alat khusus dan baa mahal. Tetapi membutuhkan kesabaran, waktu, dan pengetahuan tentang menyusui serta dukungan dari lingkungan keluarga terutama suami (Hendrik, 2019).

1. Manfaat menyusui bagi ibu

- a. Mengurangi perdarahan setelah melahirkan. Jika bayi disusui segera setelah dilahirkan maka kemungkinan terjadinya perdarahan setelah melahirkan (postpartum) akan berkurang
- b. Menjarangkan kehamilan. Menyusui merupakan cara kontrasepsi yang aman, murah, dan cukup berhasil. Selama memberikan ASI dan belum haid, 98% tidak akan hamil pada enam bulan pertama setelah melahirkan, dan 96% tidak akan hamil sampai bayi berusia 12 bulan.
- c. Menempelkan segera bayi pada payudara membantu pengeluaran plasenta, karena isapan bayi merangsang kontraksi rahim sehingga menurunkan risiko perdarahan pasca-persalinan

- d. Memberikan ASI segera (dalam waktu 60 menit) membantu meningkatkan produksi ASI dan proses laktasi.
- e. Isapan puting yang segera membantu mencegah payudara bengkak.
- f. Pemberian ASI membantu mengurangi beban kerja ibu karena ASI tersedia kapan dan dimana saja. ASI selalu bersih, sehat, dan tersedia dalam suhu yang cocok.
- g. Menurunkan risiko kanker payudara.
- h. Aspek psikologis, yaitu memberikan kepuasan bagi ibu. Keuntungan menyusui bukan hanya bermanfaat untuk bayi, tetapi juga untuk ibu. Ibu akan merasa bangga dan diperlukan rasa sayang yang dibutuhkan oleh anaknya.

2. Manfaat menyusui bagi bayi :

- a. Air susu ibu (ASI) adalah makanan yang sempurna dan berisi segala nutrisi yang diperlukan untuk tumbuh dan berkembang selama sekurang-kurangnya enam bulan pertama.
- b. Selain mudah dicerna, ASI membantu melindungi bayi dari masalah, seperti infeksi dada, demam, sakit telinga, diare, dan muntah, juga mengurangi risiko alergi.
- c. ASI juga berubah supaya sesuai dengan tahap pertumbuhan bayi.

3. Manfaat menyusui bagi keluarga

- a. Peningkatan status kesehatan, gizi ibu dan bayinya.
- b. Penghematan biaya

4. Manfaat menyusui bagi masyarakat

- a. Berkontribusi untuk pembangunan ekonomi.

- b. Melindungi lingkungan (botol bekas, dot, kemasan susu bekas lainnya).
- c. Menghemat sumber dana yang terbatas dan kelangkaan pangan.
- d. Berkontribusi dalam penghematan devisa negara.

2.2.5 Manfaat pemberian ASI

1. Manfaat bagi Bayi

Ada sepuluh manfaat ASI bagi bayi :

- a. Pemberian ASI pada bayi akan meningkatkan perlindungan terhadap penyakit seperti radang otak dan diabetes.
- b. ASI juga membantu melindungi dari penyakit-penyakit biasa seperti infeksi telinga, diare, demam, dan melindungi dari sudden Infant Death Syndrome (SIDS) atau kematian mendadak pada bayi.
- c. Ketika bayi yang sedang menyusui sakit, mereka perlu perawatan rumah sakit jauh lebih kecil dibandingkan bayi yang minum susu botol.
- d. Air susu ibu memberikan zat nutrisi yang paling baik dan paling lengkap bagi pertumbuhan bayi.
- e. Komponen air susu ibu akan berubah sesuai perubahan nutrisi yang diperlukan bayi ketika ia tumbuh.
- f. Air susu ibu akan melindungi bayi terhadap alergi makanan, jika makanan yang dikonsumsi sang ibu hanya mengandung sedikit makanan yang menyebabkan alergi.
- g. Pemberian ASI akan menghemat pengeluaran keluarga yang digunakan untuk membeli susu formula dan segala perlengkapannya.

- h. Air susu ibu sangat cocok dan mudah, tidak memerlukan botol untuk mensterilisasi, dan tidak perlu campur formula.
 - i. Menyusui merupakan kegiatan eksklusif bagi ibu dan bayi. Kegiatan ini akan meningkatkan kedekatan antara anak dan ibu.
 - j. Risiko terjadinya kanker ovarium dan payudara pada wanita yang memberikan ASI bagi bayinya lebih kecil dari pada wanita yang tidak menyusui.

2. Manfaat ASI bagi ibu

- a. Mencegah pendarahan pascapersalinan
- b. Mempercepat involusi uterus
- c. Mengurangi anemia
- d. Mengurangi risiko kanker ovarium & payudara
- e. Memberikan rasa dibutukan
- f. Mempercepat kembali ke berat semula
- g. Sebagai metoda KB sementara

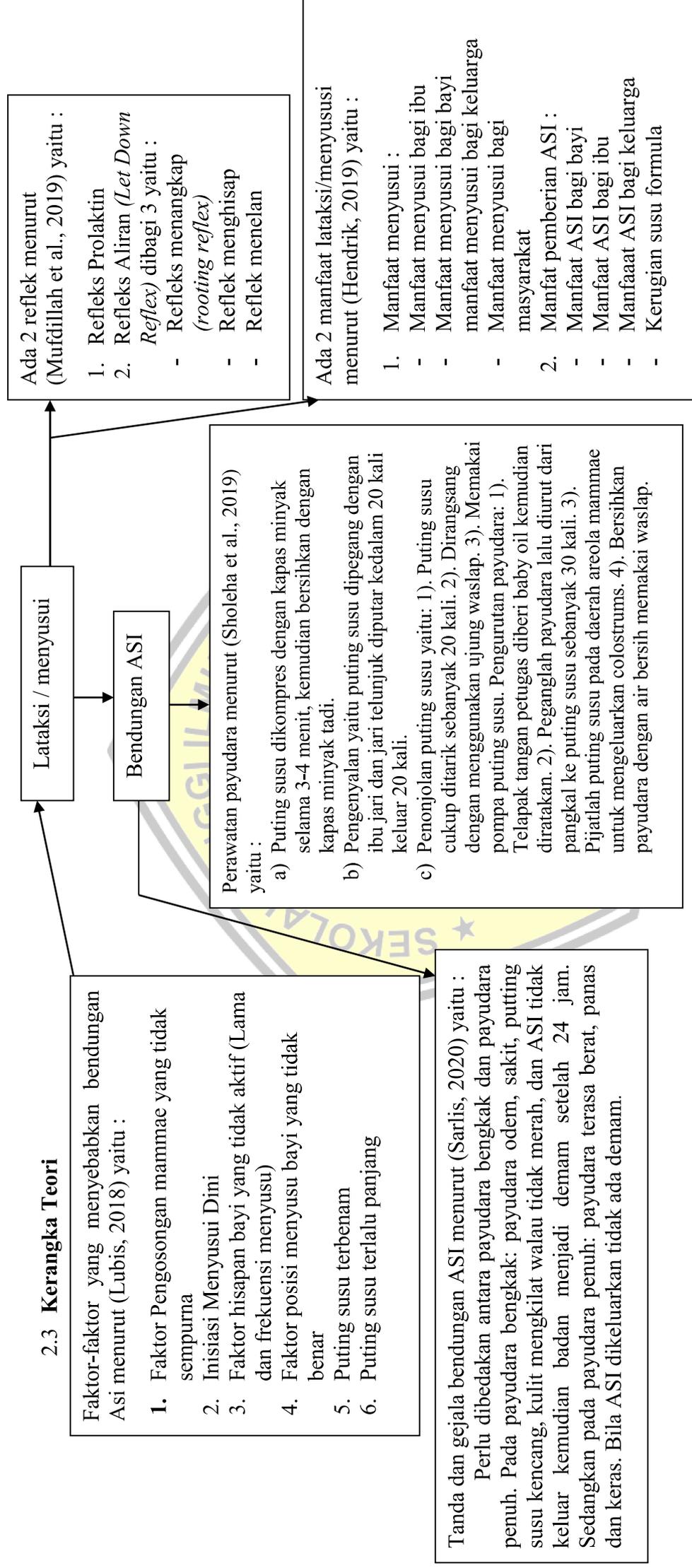
Produksi hormon prolaktin akan menekan fungsi ovulasi dari folikel ovarium, sehingga selama pemberian ASI eksklusif yang benar, akan tidak terjadi proses ovulasi sehingga saat itu ibu tidak mengalami masa subur, tidak mengalami haid.

3. Manfaat ASI bagi keluarga :

- a. Mudah pemberiannya
- b. Menghemat biaya
- c. Anak sehat, jarang sakit

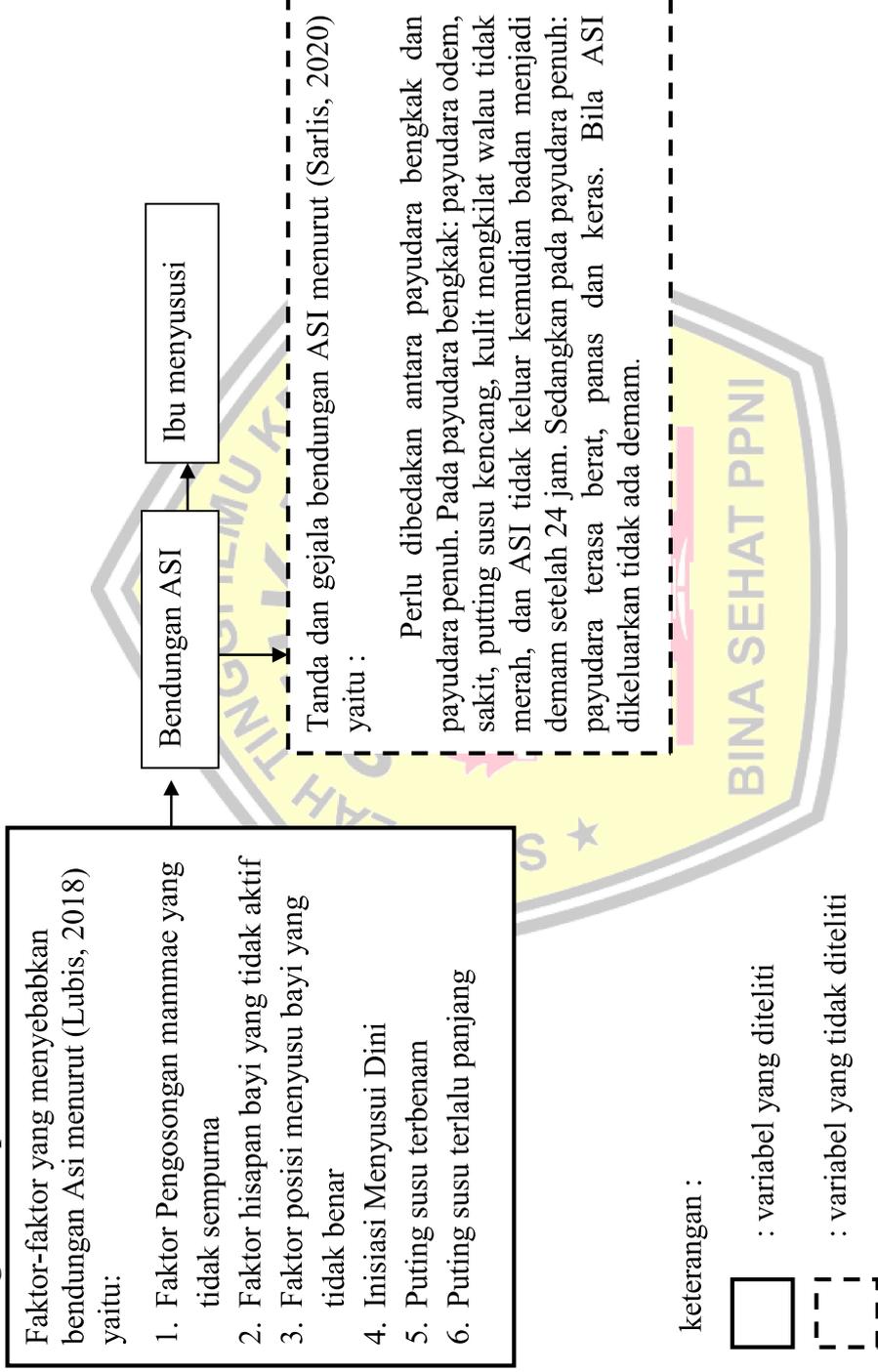
4. Kerugian susu formula
 - a. Komposisi tda sesuai
 - b. Tidak praktis
 - c. Tidak ekonomis
 - d. Menambah polusi
 - e. Mudah terkontaminasi
 - f. Mudah terjadi salah pengenceran.





Gambar 2.1 Kerangka Teori Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Bendungan ASI Pada Ibu Menyusui

2.4 Kerangka konsep



Gambar 2.2 Kerangka konsep Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Bendungan ASI Pada Ibu Menyusui