

Pengaruh Edukasi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Bendungan ASI Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Paleleh

Nurhaida Hi Husin¹, Sri Mulyaningsih², Siskawati Umar³, Fidyawati Aprianti A. Hiola⁴

¹ Universitas Muhammadiyah Gorontalo

Email: husinnurhaida@gmail.com ¹, srimulyaningsih@umgo.ac.id ², Siskawatiumar@umgo.ac.id ³, fidyahiola@umgo.ac.id ⁴

Email Penulis Korespondensi: husinnurhaida@gmail.com

Article History:

Received Dec 24th, 2025

Accepted Feb 8th, 2026

Published Feb 11th, 2026

Abstrak

Bendungan ASI merupakan salah satu masalah laktasi yang sering terjadi pada masa nifas dan dapat mengganggu proses menyusui apabila tidak ditangani dengan baik. Pengetahuan ibu nifas merupakan salah satu faktor penting dalam mencegah terjadinya bendungan ASI. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain quasi-eksperimental menggunakan pendekatan one group pretest-posttest. Pengambilan sampel dilakukan dengan total sampling terhadap 30 responden ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Paleleh. Intervensi berupa pendidikan kesehatan menggunakan media booklet. Data dikumpulkan melalui kuesioner tertutup sebelum dan sesudah intervensi, kemudian dianalisis menggunakan uji statistik Wilcoxon Signed Rank Test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi, sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan rendah (60%), sedangkan setelah diberikan edukasi, mayoritas responden meningkat ke kategori pengetahuan baik (70%). Hasil uji statistik menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan ($p < 0,05$) antara pendidikan kesehatan dan peningkatan pengetahuan tentang bendungan ASI. Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu nifas tentang bendungan ASI.

Kata kunci: Bendungan ASI, Ibu Nifas, Pengetahuan

Abstract

Breast milk dam is one of the lactation problems that commonly occur during the postpartum period and can interfere with the breastfeeding process if not handled properly. The knowledge of postpartum mothers is one of the important factors in preventing the occurrence of breast milk dams. This research is a type of quantitative research. Using a quasi-experimental design with a one group pretest-posttest approach. Sampling was a total sampling of 30 postpartum women respondents in the work area of the Paleleh Health Center. The intervention is in the form of health education using booklet media. Data was collected through a closed questionnaire before and after the intervention, then analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test statistical test. The results showed that before being given education, most of the respondents had a low level of knowledge (60%), while after being given education, the majority of respondents increased to the category of good knowledge (70%). The results of statistical tests showed a significant influence ($p < 0.05$) between health education and increased knowledge about breast milk dams. The conclusion of the results of this study shows that health education is effective in increasing the knowledge of postpartum mothers about breast milk dams.

Keywords: Breast Milk Dam, Postpartum Mother, Knowledge

1. PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan nutrisi esensial bagi bayi yang mudah dicerna melalui proses laktasi. Komponen-komponen yang terkandung dalam ASI berperan penting dalam menjaga daya tahan tubuh bayi, sedangkan nutrisi dalam ASI mencakup hampir 200 unsur zat makanan termasuk lemak, protein, hidrat arang, vitamin dan mineral dalam jumlah yang proporsional serta mengandung growth factor yang berguna untuk perkembangan dan pertumbuhan bayi (Gustirini et al., 2025).

Air susu ibu (ASI) merupakan makanan terbaik bagi bayi karena mengandung zat gizi lengkap yang dibutuhkan bayi di enam bulan pertama kehidupan (Septina & Rulianti, 2022). Meskipun ASI merupakan makanan terbaik bagi bayi dan mudah untuk didapatkan namun ada saja hambatan atau masalah yang sering dialami ibu nifas dalam pemberian ASI diawal-awal menyusui. Salah satu hambatan dalam pemberian ASI eksklusif adalah masalah pada payudara, seperti adanya pembengkakan payudara (bendungan ASI). Payudara yang mengalami pembengkakan atau bendungan ASI sangat sukar disusu oleh bayi karena pada kasus ini keadaan payudara lebih menonjol, putting lebih datar, dan sukar di hisap oleh bayinya (Sari et al., 2023).

Bendungan ASI merupakan masalah yang sering dialami oleh ibu nifas, banyak diantaranya mengalami nyeri dan pembengkakan di payudara. Pembengkakan dan nyeri payudara terjadi 3 sampai 6 hari postpartum. Dengan pemberian ASI yang jarang akan beresiko terjadinya bendungan ASI dikarenakan produksi ASI yang masih berlanjut namun tidak seimbang dengan pengeluarannya, hal ini menyebabkan payudara terasa penuh dan nyeri (Susanti & Hety, 2024)

WHO merekomendasikan pemberian ASI harus dimulai pada jam pertama kelahiran, bayi harus diberikan ASI eksklusif selama enam bulan pertama dan terus menyusui hingga usia dua tahun atau lebih (Herdianto et al., 2023).

Menurut data WHO (World Health Organization) (2020), sebanyak 136,7 juta bayi lahir diseluruh dunia dan hanya 32,6% dari mereka yang disusui secara eksklusif dalam 6 bulan pertama. Sementara itu di Negara berkembang hanya 39% ibu yang memberikan ASI eksklusif. Sedangkan berdasarkan data WHO (2021) dalam 5 tahun terakhir Negara-negara yang memberikan ASI eksklusif hanya 42% dan ditargetkan meningkat mencapai 75% pada tahun 2030 (Almianti et al., 2024).

Bedasarkan data yang diperoleh dari profil kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah secara rata-rata presentase cakupan bayi usia kurang dari 6 bulan yang mendapat ASI eksklusif di Provinsi Sulawesi Tengah dari tahun 2020 sampai tahun 2023 mengalami tren kenaikan yang tidak terlalu signifikan dari tahun ke tahun, pada tahun 2020 sebesar 61,9%, menurun di tahun 2021 menjadi 53,5% kemudian tahun 2022 naik menjadi 54% dan tahun 2023 tetap 54%. Target RPJMN untuk bayi usia kurang dari 6 bulan yang mendapat ASI eksklusif yaitu 75%. Sementara untuk Kabupaten Buol dimana merupakan salah satu kabupaten dari 13 kabupaten yang ada di Sulawesi Tengah mendapat urutan kedua terendah dalam capaian ASI eksklusif yaitu hanya 37,8% (Apriani et al., 2023).

Berdasarkan survei awal di puskesmas Paleleh peneliti mendapatkan beberapa ibu nifas dengan keluhan pembengkakan payudara / bendungan ASI pada awal-awal menyusui. Sejalan dengan data yang diperoleh dari dinas kesehatan capaian ASI di wilayah kerja Puseksmas paleleh di tahun 2024 masih sangat rendah yaitu hanya 44,7%.

Angka kejadian bendungan ASI sampai saat ini tidak diketahui secara pasti. Fakta menunjukan terdapat 40% wanita yang tidak menyusui bayinya karena banyak yang mengalami nyeri dan pembengkakan payudara (Susanti & Hety, 2024).

Pengetahuan atau kognitif merupakan faktor yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Pengetahuan yang didasari dengan pemahaman yang tepat akan menumbuhkan perilaku baru yang diharapkan, khususnya kemandirian dalam pemberian ASI eksklusif (Septina & Rulianti, 2022). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Musdalifah dkk (2023) menunjukan adanya

hubungan antara tingkat pengetahuan ibu dan pemberian ASI eksklusif, semakin tinggi pengetahuan ibu semakin besar kecenderungan untuk memberikan ASI eksklusif pada bayi (Musdalifa, 2023).

Salah satu strategi untuk mengubah perilaku adalah pemberian informasi melalui penyuluhan atau edukasi untuk meningkatkan pengetahuan sehingga menimbulkan kesadaran untuk mengubah perilaku sesuai dengan pengetahuannya. Pendidikan kesehatan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi sikap dan perilaku seseorang untuk mencapai kesehatan yang optimal. Peran petugas kesehatan salah satunya adalah sebagai educator yang memberikan pendidikan kesehatan kepada pasiennya, dimana pendidikan kesehatan merupakan salah satu tindakan promotif ataupun preventif yang dilakukan untuk meningkatkan pemahaman dan pengetahuan klien (Junalia & Malkis, 2022).

Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Edukasi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Bendungan ASI pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Paleleh”

2. METODOLOGI PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi eksperimen* dengan pendekatan Kuantitatif. Desain penelitian menggunakan desain *One Group Pretest Posttest* yang mana sebelum diberi perlakuan terlebih dahulu diberi tes awal (*pretest*) dan setelah diberi perlakuan dites kembali dengan soal tes yang sama sebagai tes akhir (*posttest*).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas yang berada di wilayah kerja puskesmas Paleleh pada bulan Maret-April 2025 yang berjumlah 30 orang ibu Nifas dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Penelitian ini menggunakan total sampling. Instrumen pada penelitian adalah dengan menggunakan lembar kuesioner tertutup yang digunakan sebagai alat ukur dalam menentukan tingkat pengetahuan ibu nifas, serta booklet yang digunakan sebagai alat bantu dalam pemberian edukasi kesehatan.

Analisis data dilakukan dengan cara Analisis Univariat dan Analisis Bivariat. Analisis univariat digunakan untuk menentukan rata-rata pengetahuan ibu nifas terkait bendungan ASI sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Analisis Bivariat adalah tehnik analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis dalam penelitian apakah ada pengaruh atau tidak. Analisis bivariat menggunakan Uji Wilcoxon Test. Teknik analisis data menggunakan computer program SPSS.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Karakteristik responden

Table 1. Distribusi Frekuensi Responden

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia		
20-35 tahun	24	80
>35 tahun	6	20
Total	30	100

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Pendidikan		
SD	6	20
SMP	8	26,7
SMA	15	50
Perguruan Tinggi	1	3,3
Total	30	100
Pekerjaan		
IRT	29	99,7
PNS	1	3,3
Total	30	100
Paritas		
Primipara	10	33,3
Multipara	20	66,7
Total	30	100

Berdasarkan tabel 1 dari hasil penelitian diperoleh umur responden terbanyak pada rentan usia 20-35 tahun yaitu sebanyak 24 responden (80%), untuk karakteristik pendidikan responden terbanyak adalah tingkat sekolah menengah atas (SMA) yaitu sebanyak 15 responden (50%), pada karakteristik pekerjaan responden yang ditemui hampir keseluruhan IRT yakni 29 responden (96,7%) dan pada karakteristik paritas terbanyak adalah pada multipara sebanyak 20 responden (66,7%).

Analisis Univariat

Tabel 2. Distribusi Frekuensi pengetahuan bendungan ASI pada ibu nifas sebelum diberikan edukasi kesehatan

Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	6	20
Cukup	10	33,3
Kurang	14	46,7
Total	30	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu nifas sebelum diberikan edukasi kesehatan dengan kategori kurang sebanyak 14 responden (46,7%) dan kategori baik sebanyak 6 responden (20%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi pengetahuan terhadap bendungan ASI sesudah diberikan edukasi kesehatan

Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	21	70
Cukup	8	26,7
Kurang	1	3,3
Total	30	100

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu nifas setelah diberikan edukasi kesehatan dengan kategori kurang sebanyak 1 responden (3,3%) dan ibu nifas dengan kategori baik yaitu 21 responden (70%).

Table 4. Distribusi Frekuensi pengaruh edukasi kesehatan terhadap pengetahuan bendungan ASI

Pengetahuan	Mean (SD)	Selisih Mean (CI 95%)	Min-Max	<i>p value</i>
<i>Pretest</i>	10,07 (2,212)	3,43	7-15	0,001
<i>Posttest</i>	13,50 (1,996)		9-17	

Berdasarkan tabel 4 hasil penelitian di dapatkan hasil uji statistik (uji wilcoxon) menunjukkan bahwa pada pretes diperoleh nilai rata-rata (*Mean*) yaitu 10,07, nilai SD (Standar Deviation) yaitu 2,212, nilai minimum 7 dan nilai maksimum 15. Setelah dilakukan intervensi dan dilakukan posttes diperoleh nilai rata-rata (*Mean*) yaitu 13,50, nilai SD (Standar Deviation) yaitu 1,996, nilai minimum 9 dan maksimum 17. Untuk selisih mean yaitu 3,43, nilai P-value yaitu 0,001. Karena $P \text{ value} = (0,001) < \alpha (0,05)$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya ada pengaruh yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan edukasi kesehatan terhadap pengetahuan bendungan Asi pada ibu nifas.

Pembahasan

Analisis Univariat

Dari hasil penelitian yang dilakukan sebelum dilakukan edukasi kesehatan diperoleh terbanyak berada pada kategori kurang yaitu 14 responden (46,7%), dan terdapat 6 reponden (20%) dengan kategori baik. Berdasarkan hasil penelitian ini peneliti berasumsi bahwa tingkat pendidikan seseorang tidak berpengaruh mutlak terhadap tingkat pengetahuan seseorang, terbukti dengan adanya responden dengan berpendidikan SD mampu berada pada kategori baik sebelum diberikan edukasi kesehatan.

Menurut (Musdalifa, 2023) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa pengetahuan seseorang dapat dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Informasi dari berbagai sumber seperti pendidikan formal, nonformal, dan media massa memiliki pengaruh langsung pada peningkatan pengetahuan (Musdalifa, 2023)

Dalam penelitiannya Viddiyah 2022 menyatakan bahwa faktor internal terdiri dari umur, pendidikan, pekerjaan dan graviditas / paritas (Viddiyah, 2022). Teori ini sejalan dengan hasil penelitian dimana dari keenam responden dengan kriteria baik yang berpendidikan SD adalah dengan paritas multipara (3 anak), usia berkisar 20-30 tahun (usia produktif).

Berdasarkan penelitian Gustirini et al., (2025) menyebutkan bahwa seseorang yang memiliki paritas lebih dari satu cenderung lebih baik dalam pemberian Asi karena ibu tersebut sudah mempunyai pengalaman pada anak-anak sebelumnya. Pengalaman menyusui sebelumnya tersebut juga mempengaruhi sikap ibu dalam memberikan Asi terutama dalam menghadapi masalah-masalah saat menyusui (Gustirini et al., 2025).

Selain itu pada rentang usia 20-35 tahun merupakan usia produktif, ibu nifas dalam rentang usia tersebut mempunyai tingkat kematangan yang cukup, sehingga mereka lebih mudah menerima dan mengaplikasikan informasi yang didapatkan. Sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa usia produktif memiliki kecenderungan lebih cepat mengadopsi informasi terbaru dari pada usia tua yang memiliki kecenderungan untuk menghindari (Oktaviana, 2022).

Setelah dilakukan edukasi kesehatan diperoleh hasil dengan kriteria berpengetahuan baik terbanyak yaitu 70% responden. Meski telah diberikan edukasi kesehatan namun tetap saja ada

responden dengan kriteria kurang yaitu 1 responden. Menurut asumsi peneliti faktor yang menyebabkan hal tersebut diantaranya yaitu tingkat pendidikan responden seperti yang telah dijelaskan sebelumnya, pada penelitian ini responden tersebut berpendidikan SD. Menurut Notoatmodjo bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang adalah pendidikan (Febryani et al., 2021).

Analisis Bivariat

Uji bivariat dilakukan untuk mengetahui adakah pengaruh edukasi kesehatan dengan media booklet terhadap tingkat pengetahuan bendungan Asi pada ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Paleleh. Pemilihan serta penggunaan media edukasi merupakan hal penting dalam menyampaikan informasi kepada responden (Nipsi et al., 2020)

Ibu nifas sangat membutuhkan informasi yang cukup untuk mengetahui tentang pencegahan terjadinya bendungan Asi sehingga harapan dalam pemberian Asi eksklusif setiap ibu dapat terwujud.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nur Viddiyah Wati et al., (2022) menyatakan bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan melalui media booklet terhadap pengetahuan ibu postpartum dengan bendungan Asi. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nipsi (2020) juga menunjukkan hasil serupa, yaitu pendidikan kesehatan menggunakan media booklet berpengaruh terhadap pengetahuan ibu nifas mengenai perawatan masa nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Basuki Rahmad, Kota Bengkulu. Hasil penelitian tersebut menemukan adanya peningkatan rata-rata pengetahuan ibu sebelum dan sesudah diberikan intervensi pendidikan kesehatan dengan media booklet.

Pada penelitian ini terbukti penggunaan media booklet memberikan pengaruh positif terhadap pengetahuan bendungan Asi pada ibu nifas khususnya ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Paleleh dimana keberhasilan media booklet pada pretest hanya 20% meningkat menjadi 70% setelah posttes. Media booklet selain dapat memberikan manfaat sebagai media yang efektif dalam menyediakan pendidikan kesehatan sehingga dapat meningkatkan pengetahuan ibu nifas tentang bendungan ASI, meningkatkan kemandirian ibu nifas tanpa ketergantungan dengan petugas kesehatan, juga mempermudah petugas kesehatan dalam memperluas cakupan edukasi.

Menurut asumsi peneliti meningkatnya tingkat pengetahuan responden disebabkan karena bertambahnya pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan berupa pemberian informasi melalui media booklet. Dalam penelitian ini peneliti berusaha memilih media yang mudah dibawa dan mudah dipelajari oleh semua ibu nifas tanpa harus didampingi oleh petugas kesehatan saat mempelajarinya, sebab peneliti sadar bahwa media merupakan salah satu komponen penting dalam penyampaian informasi opini dan kepercayaan orang dan terbukti melalui penelitian bahwa pemilihan media informasi yang tepat dapat mempengaruhi pengetahuan ibu nifas.

4. KESIMPULAN

Penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu nifas tentang bendungan ASI meningkat setelah diberikan edukasi kesehatan, dengan sebagian besar responden berpindah ke kategori baik. Hasil uji statistik membuktikan terdapat pengaruh yang signifikan antara sebelum dan sesudah edukasi kesehatan ($p\text{-value} = 0,001 < 0,05$), sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi ibu nifas dalam meningkatkan pengetahuan tentang bendungan ASI serta cara mengatasinya, menjadi bahan evaluasi bagi peneliti dalam meningkatkan keterampilan dan memilih metode serta media yang tepat sesuai kebutuhan ibu

nifas, serta mendorong tenaga kesehatan khususnya bidan di Puskesmas Paleleh untuk meningkatkan intensitas dan kualitas edukasi kesehatan.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Almianti, Nurbaya, S., & Sastika Sumi, S. (2024). *HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN POLA MAKAN TERHADAP KELANCARAN PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BATUI PROVINSI SULAWESI TENGAH*. 4, 130–136.
- Apriani, W., Amsal, Ariyanti, Naslam, D. S., Zulaeha, Fadilah, & Halidah. (2023). PROFIL KESEHATAN PROVINSI SULAWESI TENGAH 2023. In *Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah*.
- Febryani, D., Rosalina S, E., & Susilo, W. H. (2021). Hubungan Antara Pengetahuan, Usia, Tingkat Pendidikan Dan Pendapatan Kepala Keluarga Dengan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Tatanan Rumah Tangga Di Kecamatan Kalideres Jakarta Barat. *Carolus Journal of Nursing*, 3(2), 170–180. <https://doi.org/10.37480/cjon.v3i2.74>
- Gustirini, R., Andriani, R., & Anggarini, I. A. (2025). *Edukasi teknik menyusui dapat meningkatkan keberhasilan laktasi pada ibu postpartum*. 10(1), 14–19.
- Herdianto, Krisna, K., Puji Astutu, S., & Susanti. (2023). *PROFIL STATISTIK 2023* (7th ed.). Badan Pusat Statistik.
- Junalia, E., & Malkis, Y. (2022). Edukasi Upaya Pencegahan Bullying Pada Remaja Di Sekolah Menengah Pertama Tirtayasa Jakarta. *Journal Community Service and Health Science*, 1(3), 15–20.
- Musdalifa. (2023). Pengetahuan Ibu tentang Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi Berumur 0-6 Bulan. *Jurnal Fenomena Kesehatan*, 6(2), 40–45.
- Nipsi, Y., Shyilvia, M., & Wewet, S. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Media Booklet Terhadap Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Masa Nifas. *Jurnal Kebidanan Besurek*, 5(1), 1–5. <http://ojs.stikessaptabakti.ac.id/index.php/jkb/article/view/154/136>
- Oktaviana, et al. (2022). Pengaruh Edukasi Booklet Tentang Perawatan Luka Perineum Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Di PMB Hj. Dahlia Balikpapan Tahun 2022. *Jurnal Medical Science Ilmu Kesehatan Akademi Kebidanan*, 16, 1–13.
- Sari, E. N., Yuliawati, E., & Seffryna, B. (2023). Hubungan Perawatan Payudara Dengan Bendungan ASI pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Koto Baru Kabupaten Dharmasraya Tahun 2022. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(3), 3722–3727.
- Septina, Y., & Rulianti, F. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Dengan Pemberian Asi Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Banjar Kabupaten Pandeglang. *Journal of Health Research Science*, 2(01), 47–56. <https://doi.org/10.34305/jhrs.v2i01.448>
- Susanti, I. Y., & Hety, D. S. (2024). PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG PERAWATAN PAYUDARA DALAM MENCEGAH KEJADIAN BENDUNGAN ASI PADA IBU NIFAS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MOJOSARI TAHUN 2024. *Hospital Majapahit*, 223–233.
- Viddiyah, N. (2022). Pengaruh Media Booklet Tentang Bendungan Asi Terhadap Pengetahuan Ibu Post Partum Di Pmb Susetyaningsih Klaten. *Concept and Communication*, 000(23), 301–316.