



Hubungan Frekuensi Menyusui terhadap Bendungan ASI di TPMB Sahabat Bidanta' Gowa

Nur Rahmi*

Jurusan Kebidanan, Universitas Kurnia Jaya Persada, Indonesia

*E-mail: nurrahmi@ukjp.ac.id

<i>Received date</i> 20-03-2026	<i>Revised date</i> 08-04-2026	<i>Accepted date :</i> 26-04-2026
------------------------------------	-----------------------------------	--------------------------------------

Abstrak

Bendungan ASI merupakan salah satu masalah laktasi yang sering terjadi pada ibu postpartum akibat ketidakseimbangan antara produksi dan pengeluaran ASI. Salah satu faktor yang diduga berhubungan dengan kejadian tersebut adalah frekuensi menyusui. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan frekuensi menyusui terhadap kejadian bendungan ASI pada ibu postpartum di TPMB Sahabat Bidanta' Gowa. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan analitik observasional *cross sectional*. Sampel penelitian berjumlah 30 ibu postpartum yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner dan lembar observasi mengenai frekuensi menyusui serta tanda dan gejala bendungan ASI. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Fisher's Exact Test dengan tingkat kemaknaan p -value $< 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki frekuensi menyusui kategori kurang baik sebesar 60,0%, durasi menyusui kurang baik sebesar 56,7%, dan mengalami bendungan ASI sebesar 63,3%. Hasil uji statistik menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi menyusui dengan kejadian bendungan ASI ($p=0,001$) serta durasi menyusui dengan kejadian bendungan ASI ($p=0,000$). Disimpulkan bahwa praktik menyusui yang meliputi frekuensi dan durasi berhubungan dengan kejadian bendungan ASI sehingga diperlukan edukasi dan pendampingan laktasi yang berkelanjutan bagi ibu postpartum.

Kata Kunci: Bendungan ASI, Frekuensi Menyusui, Ibu Postpartum, Laktasi

Abstract

Breast engorgement is a common lactation issue among postpartum mothers, resulting from an imbalance between breast milk production and removal. Breastfeeding frequency is one factor suspected to be associated with this condition. This study aimed to analyze the relationship between breastfeeding frequency and the incidence of breast engorgement among postpartum mothers in "Sahabat Bidanta" Independent Midwifery Practice, Gowa. A quantitative research design with a cross-sectional observational analytic approach was employed. The study sample consisted of 30 postpartum mothers selected using total sampling. Data were collected via questionnaires and observation sheets covering breastfeeding frequency and the signs and symptoms of breast engorgement. Data analysis involved univariate and bivariate methods using Fisher's Exact Test, with a significance level of $p < 0.05$. The results showed that the majority of respondents fell into the "poor" category for breastfeeding frequency (60.0%) and breastfeeding duration (56.7%), while 63.3% experienced breast engorgement. Statistical analysis revealed a significant relationship between breastfeeding frequency and breast engorgement ($p = 0.001$), as well as between breastfeeding duration and breast engorgement ($p = 0.000$). It is concluded that breastfeeding practices—specifically frequency and duration—are associated with the incidence of breast engorgement; therefore, continuous education and lactation support for postpartum mothers are essential.

Keywords: Breast Engorgement, Breastfeeding Frequency, Lactation, Postpartum Mothers



PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi utama yang bersifat dinamis dan kaya komponen bioaktif, sehingga berperan penting dalam mendukung pertumbuhan, perkembangan, pembentukan mikrobiota usus, dan pematangan sistem imun bayi pada awal kehidupan (Perrella et al., 2021). Organisasi Kesehatan Dunia merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan pertama, dilanjutkan dengan makanan pendamping yang adekuat sambil meneruskan menyusui hingga usia 2 tahun atau lebih (Meek & Noble, 2022). Bagi ibu, proses menyusui juga mendukung adaptasi dan pemulihan pascapersalinan melalui pelepasan oksitosin yang berperan dalam ejeksi ASI, kontraksi uterus, dan penurunan perdarahan postpartum (Ekström-Bergström et al., 2020).

Bendungan ASI (breast engorgement) merupakan salah satu masalah menyusui yang sering terjadi pada masa awal nifas, terutama dalam beberapa hari pertama hingga minggu pertama setelah persalinan (Huda et al., 2021). Kondisi ini terjadi ketika produksi ASI meningkat tetapi pengeluarannya tidak adekuat, sehingga payudara mengalami overfilling, hambatan aliran vena dan limfe, serta peningkatan tekanan pada duktus dan alveoli (Fitriani et al., 2026). Secara klinis, bendungan ASI menyebabkan payudara terasa penuh, keras, bengkak, nyeri, hangat, dan pada sebagian ibu dapat disertai peningkatan suhu tubuh ringan atau milk fever (Gavhale & Moon, 2021).

Kejadian bendungan ASI masih menjadi masalah kesehatan maternal yang cukup sering ditemukan pada ibu postpartum di

berbagai negara, terutama pada beberapa hari pertama hingga minggu pertama setelah persalinan (Indrani & Sowmya, 2019). Angka kejadiannya bervariasi cukup lebar, dengan beberapa sumber melaporkan sekitar 20%–75% pada awal laktasi, sementara studi lain melaporkan kisaran 65%–75% pada ibu menyusui dan laporan pengetahuan postnatal menyebut 72%–85% ibu dapat terdampak, sehingga variasi ini tampak dipengaruhi oleh perbedaan populasi, waktu pengukuran, dan metode penilaian (S et al., 2020).

Salah satu faktor yang berperan terhadap terjadinya bendungan ASI adalah frekuensi menyusui (Rahmadani, 2025). Pengeluaran ASI yang tidak adekuat akibat frekuensi menyusui yang rendah dapat menyebabkan ASI menumpuk di alveoli payudara sehingga meningkatkan risiko terjadinya bendungan. Bayi yang menyusu dengan frekuensi cukup akan memberikan stimulasi terhadap refleks prolaktin dan oksitosin sehingga produksi serta pengeluaran ASI menjadi lebih efektif. Sebaliknya, pemberian ASI yang jarang, pembatasan waktu menyusui, atau jadwal menyusui yang tidak sesuai kebutuhan bayi dapat menyebabkan pengosongan payudara tidak optimal (Tarisa et al., 2026).

Frekuensi menyusui pada masa awal postpartum memiliki variasi antaribu (Maisyaro et al., 2025). Beberapa rekomendasi menyebutkan bahwa bayi baru lahir umumnya menyusu sebanyak 8–12 kali dalam 24 jam sesuai tanda lapar bayi. Namun, dalam praktiknya masih ditemukan ibu yang menyusui kurang dari frekuensi tersebut karena berbagai faktor seperti kurangnya pengetahuan mengenai tanda lapar bayi, persepsi bahwa ASI belum keluar, nyeri pada



puting, kelelahan setelah persalinan, serta kurangnya dukungan dari tenaga kesehatan maupun keluarga. Faktor-faktor tersebut dapat menghambat proses menyusui efektif dan meningkatkan risiko terjadinya masalah payudara (Lestari, 2026).

Berbagai penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa bendungan ASI merupakan kondisi multifaktorial yang berhubungan dengan praktik menyusui, faktor ibu dan bayi, pengetahuan, dukungan keluarga maupun tenaga kesehatan, serta kondisi sistem layanan (Mpho et al., 2026). Beberapa studi secara khusus menemukan bahwa frekuensi menyusui yang rendah berhubungan signifikan dengan meningkatnya kejadian bendungan ASI, termasuk studi yang melaporkan frekuensi menyusui rendah sebagai faktor bermakna dengan OR 3,5, serta tinjauan yang menempatkan frekuensi menyusui dan pengeluaran ASI yang tidak adekuat sebagai faktor yang paling konsisten dikaitkan dengan bendungan ASI (Prajapati & Patel, 2025). Namun, hasil penelitian tidak sepenuhnya seragam karena faktor lain juga tampak berperan kuat, seperti teknik menyusui yang tidak tepat, perlekatan bayi yang kurang baik, kondisi puting, perawatan payudara yang tidak adekuat, keterlambatan inisiasi menyusui, serta keterbatasan edukasi dan dukungan profesional (Hasnidar, 2021).

Kesenjangan penelitian tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara frekuensi menyusui dan bendungan ASI masih perlu dikaji lebih lanjut, terutama pada kelompok ibu postpartum dengan karakteristik pelayanan kesehatan dan budaya menyusui yang berbeda. Sebagian besar

penelitian sebelumnya lebih banyak mengkaji faktor penyebab bendungan ASI secara umum tanpa menempatkan frekuensi menyusui sebagai faktor utama yang dianalisis. Oleh karena itu, penelitian mengenai hubungan frekuensi menyusui terhadap bendungan ASI diperlukan untuk memberikan bukti empiris mengenai pentingnya praktik menyusui yang adekuat dalam mencegah komplikasi laktasi pada ibu nifas. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara frekuensi menyusui dengan kejadian bendungan ASI pada ibu postpartum.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain analitik observasional melalui pendekatan cross sectional. Desain ini dipilih karena penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan antara frekuensi menyusui sebagai variabel independen dengan kejadian bendungan ASI sebagai variabel dependen, yang diukur pada waktu yang sama. Penelitian dilaksanakan di TPMB Sahabat Bidanta' Gowa pada bulan Juni sampai Agustus 2026. Variabel frekuensi menyusui dalam penelitian ini didefinisikan sebagai jumlah pemberian ASI yang dilakukan ibu kepada bayi selama 24 jam, sedangkan bendungan ASI diidentifikasi berdasarkan adanya tanda dan gejala berupa payudara terasa penuh, keras, bengkak, nyeri, tegang, serta pengeluaran ASI yang tidak lancar akibat akumulasi ASI yang tidak dikeluarkan secara optimal.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu postpartum yang sedang menyusui di TPMB Sahabat Bidanta' Gowa.



Berdasarkan data pelayanan kesehatan ibu dan anak yang diperoleh dari Puskesmas Sepa, jumlah ibu postpartum pada bulan April sebanyak 14 orang dan bulan Mei sebanyak 16 orang, dengan jumlah ibu postpartum yang masih aktif menyusui sebanyak 30 orang. Sampel penelitian ditentukan menggunakan teknik total sampling, yaitu seluruh anggota populasi dijadikan sebagai responden penelitian. Dengan demikian, jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 30 ibu postpartum yang memenuhi kriteria penelitian. Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi ibu postpartum yang berada dalam masa menyusui, memiliki bayi usia awal postpartum, bersedia menjadi responden, serta menandatangani lembar persetujuan penelitian (*informed consent*). Responden yang tidak dapat mengikuti seluruh proses pengumpulan data atau tidak mengisi instrumen penelitian secara lengkap akan dikeluarkan dari penelitian.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan instrumen berupa kuesioner terstruktur dan lembar observasi yang disusun berdasarkan indikator frekuensi menyusui dan tanda klinis bendungan ASI. Data frekuensi menyusui diperoleh melalui wawancara mengenai jumlah rata-rata bayi menyusu dalam waktu 24 jam, kemudian dikategorikan menjadi frekuensi menyusui baik apabila ≥ 8 kali dalam 24 jam dan kurang baik apabila < 8 kali dalam 24 jam. Data kejadian bendungan ASI diperoleh melalui observasi dan wawancara berdasarkan keluhan serta tanda klinis yang dialami ibu, kemudian dikategorikan menjadi terjadi bendungan ASI apabila ditemukan tanda dan gejala bendungan ASI, sedangkan kategori

tidak terjadi apabila tidak ditemukan tanda tersebut. Data yang terkumpul selanjutnya dilakukan proses editing, coding, entry, dan tabulasi sebelum dianalisis. Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan distribusi karakteristik responden dan masing-masing variabel penelitian, serta analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square untuk mengetahui hubungan antara frekuensi menyusui dengan kejadian bendungan ASI. Tingkat kemaknaan statistik ditetapkan pada nilai $p\text{-value} < 0,05$ dengan tingkat kepercayaan 95%. Penelitian ini juga memperhatikan prinsip etika penelitian, meliputi pemberian penjelasan kepada responden, persetujuan menjadi responden (*informed consent*), menjaga kerahasiaan identitas (*confidentiality*), serta memberikan hak kepada responden untuk mengikuti atau menghentikan partisipasi dalam penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan di TPMB Sahabat Bidanta' Gowa, yang merupakan fasilitas pelayanan kesehatan dalam memberikan pelayanan kesehatan dasar, termasuk pelayanan kesehatan ibu dan anak (KIA), pemeriksaan kehamilan, persalinan, masa nifas, serta pendampingan menyusui. Kondisi geografis wilayah menjadi salah satu tantangan dalam pemberian pelayanan kesehatan, terutama dalam memastikan ibu postpartum memperoleh edukasi dan pemantauan menyusui secara optimal. Oleh karena itu, peningkatan edukasi mengenai teknik menyusui, frekuensi menyusui, serta pencegahan masalah laktasi seperti bendungan ASI menjadi bagian penting



dalam mendukung keberhasilan pemberian ASI.

Tabel 1. Karakteristik responden (n=30)

Karakteristik	n	%
Umur		
22 Tahun	4	13,3
23 Tahun	2	6,7
24 Tahun	1	3,3
25 Tahun	1	3,3
27 Tahun	3	10,0
28 Tahun	2	6,7
29 Tahun	4	13,3
31 Tahun	2	6,7
32 Tahun	3	10,0
33 Tahun	2	6,7
36 Tahun	2	6,7
38 Tahun	4	13,3
Pendidikan		
SMA	14	46,7
D-3	5	16,7
S1	11	36,7
Pekerjaan		
IRT	25	83,3
Pegawai	5	16,7
Frekuensi Menyusui		
Baik	12	40,0
Kurang Baik	18	60,0
Durasi Menyusui		
Baik	13	43,3
Kurang Baik	17	56,7
Kejadian Bendungan ASI		
Ya	19	63,3
Tidak	11	36,7

Sebagian besar responden merupakan ibu postpartum pada rentang usia reproduksi sehat dengan karakteristik pendidikan terbanyak SMA (46,7%) dan mayoritas berstatus sebagai ibu rumah tangga (83,3%). Hasil analisis menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki praktik menyusui yang belum optimal, ditandai dengan frekuensi menyusui kategori kurang baik sebesar 60,0% dan durasi menyusui kurang baik sebesar 56,7%. Kondisi tersebut sejalan dengan tingginya kejadian bendungan ASI, yaitu sebanyak 63,3% responden mengalami

bendungan ASI. Temuan ini menunjukkan bahwa praktik menyusui yang belum adekuat, terutama terkait frekuensi dan durasi pengosongan payudara, berpotensi meningkatkan risiko terjadinya penumpukan ASI yang menyebabkan bendungan ASI. Oleh karena itu, diperlukan peningkatan edukasi dan pendampingan laktasi kepada ibu postpartum mengenai frekuensi menyusui yang sesuai kebutuhan bayi serta teknik menyusui yang efektif untuk mencegah komplikasi laktasi (**Tabel 1**).

Tabel 2. Hubungan frekuensi menyusui terhadap bendungan ASI

Variabel	Bendungan ASI				p-value
	Ya	Tidak			
	n	%	n	%	
Frekuensi Menyusui					
Baik	12	40,0	0	0,0	0,001
Kurang Baik	7	23,3	11	36,7	
Durasi Menyusui					
Baik	13	43,3	0	0,0	0,000
Kurang Baik	6	20,0	11	36,7	

Berdasarkan hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara praktik menyusui dengan kejadian bendungan ASI. Pada variabel frekuensi menyusui, hasil uji Fisher's Exact Test menunjukkan nilai p-value = 0,001 (<0,05), sehingga terdapat hubungan signifikan antara frekuensi menyusui dengan kejadian bendungan ASI. Selain itu, durasi menyusui juga memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian bendungan ASI berdasarkan hasil Fisher's Exact Test dengan nilai p-value = 0,000 (<0,05). Temuan ini menunjukkan bahwa aspek menyusui, baik frekuensi maupun durasi, berperan dalam proses pengeluaran ASI dan berhubungan dengan risiko terjadinya bendungan ASI.



Oleh karena itu, praktik menyusui yang tepat perlu menjadi perhatian dalam upaya pencegahan bendungan ASI pada ibu postpartum melalui edukasi mengenai menyusui sesuai kebutuhan bayi, pengosongan payudara yang optimal, serta teknik menyusui yang benar (**Tabel 2**).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki frekuensi menyusui dalam kategori kurang baik, yaitu sebanyak 18 responden (60,0%). Kondisi ini menunjukkan bahwa masih terdapat ibu postpartum yang belum menyusui bayi secara optimal sesuai kebutuhan bayi. Frekuensi menyusui yang cukup berperan dalam menjaga kelancaran produksi dan pengeluaran ASI melalui stimulasi hormon prolaktin dan oksitosin. Apabila bayi jarang menyusu atau pengosongan payudara tidak dilakukan secara teratur, ASI dapat tertahan dalam jaringan payudara dan meningkatkan risiko terjadinya bendungan ASI. Tingginya proporsi frekuensi menyusui yang kurang baik dalam penelitian ini dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti kurangnya pengetahuan ibu mengenai konsep menyusui sesuai permintaan bayi (*on demand*), pengalaman menyusui sebelumnya, serta kebiasaan sebagian ibu yang masih menerapkan pola menyusui berdasarkan jadwal tertentu (Khusniyati & Purwati, 2024).

Selain frekuensi menyusui, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki durasi menyusui dalam kategori kurang baik, yaitu sebanyak 17 responden (56,7%). Durasi menyusui yang cukup diperlukan agar bayi dapat memperoleh ASI secara optimal dan payudara mengalami pengosongan yang lebih

sempurna. Proses pengosongan payudara yang tidak maksimal akibat waktu menyusui yang terlalu singkat dapat menyebabkan sisa ASI tertahan dalam saluran payudara. Kondisi tersebut secara fisiologis dapat memicu rasa penuh, keras, nyeri, hingga pembengkakan pada payudara (Geddes et al., 2021). Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian responden belum sepenuhnya menerapkan praktik menyusui efektif, baik dari aspek frekuensi maupun lama waktu menyusui setiap kali pemberian ASI.

Kejadian bendungan ASI pada penelitian ini menunjukkan angka yang cukup tinggi, yaitu sebanyak 19 responden (63,3%) mengalami bendungan ASI. Bendungan ASI terjadi ketika produksi ASI lebih besar dibandingkan kemampuan payudara untuk mengeluarkannya secara efektif. Kondisi ini tidak hanya disebabkan oleh jumlah produksi ASI, tetapi juga berkaitan dengan pola menyusui, teknik pelekatan bayi, posisi menyusui, serta kemampuan bayi dalam melakukan hisapan (Pemiliana et al., 2023). Tingginya kejadian bendungan ASI pada penelitian ini sejalan dengan masih banyaknya responden yang memiliki frekuensi dan durasi menyusui kurang optimal. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan dan keterampilan menyusui sejak masa kehamilan hingga postpartum perlu menjadi perhatian dalam pelayanan kesehatan ibu.

Hasil analisis hubungan antara frekuensi menyusui dengan kejadian bendungan ASI menunjukkan adanya hubungan yang bermakna secara statistik dengan nilai $p\text{-value} = 0,001$ ($<0,05$) berdasarkan uji Fisher's Exact Test. Temuan ini menunjukkan bahwa



frekuensi menyusui memiliki keterkaitan dengan kejadian bendungan ASI pada ibu postpartum di wilayah kerja Puskesmas Sepa. Secara fisiologis, semakin sering bayi menyusui maka semakin sering pula payudara mengalami pengosongan sehingga risiko penumpukan ASI dapat dikurangi (Yulianto et al., 2022). Sebaliknya, jarak menyusui yang terlalu lama menyebabkan ASI tetap diproduksi namun tidak segera dikeluarkan, sehingga meningkatkan tekanan pada jaringan payudara dan memicu terjadinya bendungan ASI (Herwawan et al., 2023). Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menunjukkan adanya hubungan antara frekuensi menyusui dengan bendungan ASI pada ibu nifas (Solihah et al., 2023; Ariandini et al., 2023).

Namun, hubungan antara frekuensi menyusui dan bendungan ASI tidak selalu menunjukkan hasil yang sama pada setiap penelitian. Beberapa penelitian melaporkan tidak terdapat hubungan signifikan antara kedua variabel tersebut. Perbedaan hasil tersebut dapat dipengaruhi oleh karakteristik responden, jumlah sampel, metode pengukuran, serta faktor lain yang berperan dalam proses menyusui (Fatimah et al., 2017; Leiwakabessy & Azriani, 2020). Frekuensi menyusui bukan merupakan satu-satunya faktor yang menentukan terjadinya bendungan ASI, karena faktor seperti teknik pelekatan bayi, perawatan payudara, dukungan keluarga, kondisi psikologis ibu, serta keberhasilan inisiasi menyusui dini juga dapat memengaruhi kelancaran pengeluaran ASI (Siregar et al., 2024).

Berdasarkan hasil analisis hubungan durasi menyusui dengan kejadian bendungan

ASI diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,000 (<0,05)$, sehingga terdapat hubungan yang bermakna antara durasi menyusui dengan kejadian bendungan ASI. Durasi menyusui yang adekuat memungkinkan bayi memperoleh ASI secara efektif sekaligus membantu proses pengosongan payudara. Sebaliknya, durasi menyusui yang terlalu singkat dapat menyebabkan ASI masih tersisa di dalam payudara sehingga meningkatkan kemungkinan terjadinya bendungan (Nuraini, 2026). Hasil penelitian ini mendukung konsep fisiologi laktasi bahwa pengeluaran ASI yang optimal merupakan faktor penting dalam menjaga keseimbangan antara produksi dan pengeluaran ASI (Tarigan et al., 2026).

KESIMPULAN

Terdapat hubungan yang bermakna antara frekuensi menyusui dan durasi menyusui dengan kejadian bendungan ASI pada ibu postpartum di TPMB Sahabat Bidanta' Gowa. Praktik menyusui yang belum optimal dapat meningkatkan risiko terjadinya penumpukan ASI yang menyebabkan bendungan ASI.

SARAN

Penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan jumlah sampel yang lebih besar, menggunakan desain penelitian longitudinal, serta mempertimbangkan faktor lain yang dapat memengaruhi bendungan ASI seperti teknik pelekatan bayi, posisi menyusui, perawatan payudara, kondisi psikologis ibu, dan dukungan keluarga maupun tenaga kesehatan.



REFERENSI

1. Ariandini, S., Kusmiati, M., Yusnia, N., & Rahmawati, A. (2023). Faktor-faktor yang mempengaruhi bendungan ASI pada ibu nifas. *Journal of Public Health Innovation*, 3(2), 157–163.
2. Ekström-Bergström, A., Buckley, S., Massarotti, C., Pajalić, Z., Luegmair, K., Kotłowska, A., Lengler, L., Olza, I., Grylka-Baeschlin, S., Leahy-Warren, P., Hadjigeorgiou, E., Villarme, S., & Dencker, A. (2020). Maternal plasma levels of oxytocin during breastfeeding: A systematic review. *PLOS ONE*, 15, Article e0235806. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0235806>
3. Fatimah, S., Purnamaningrum, Y. E., & Estiawidani, D. (2017). *Hubungan karakteristik dan pengetahuan ibu dengan pemberian ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Turi Tahun 2017* (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta).
4. Fitriani, N. R., Mose, J., Prasetyo, D., Rahayuningsih, S. E., Anwar, R., & Adnani, Q. (2026). Mapping risk factors associated with breast engorgement among postpartum mothers: A scoping review. *Contagion: Scientific Periodical Journal of Public Health and Coastal Health*, 8(1). <https://doi.org/10.30829/contagion.v8i1.28520>
5. Gavhale, P., & Moon, S. H. (2021). To evaluate the effectiveness of lactational counseling on prevention of breast engorgement among postnatal mothers. *Journal of Evolution of Medical and Dental Sciences*. <https://doi.org/10.14260/jemds/2021/143>
6. Geddes, D. T., Gridneva, Z., Perrella, S. L., Mitoulas, L. R., Kent, J. C., Stinson, L. F., Lai, C. T., Sakalidis, V., Twigger, A. J., & Hartmann, P. E. (2021). 25 years of research in human lactation: From discovery to translation. *Nutrients*, 13(9), 3071. <https://doi.org/10.3390/nu13093071>
7. Huda, M. H., Chipojola, R., Lin, Y. M., Lee, G. T., Shyu, M. L., & Kuo, S. Y. (2021). The influence of breastfeeding educational interventions on breast engorgement and exclusive breastfeeding: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Human Lactation*, 38, 156–170. <https://doi.org/10.1177/08903344211029279>
8. H. (2021). Health services of breast engorgement on the postpartum mothers at Bone Regency South Sulawesi. *International Journal of Science and Healthcare Research*. <https://doi.org/10.52403/ijshr.20211047>
9. Indrani, D., & Sowmya, M. (2019). A study to find the prevalence of breast engorgement among lactating mothers. *Indian Journal of Public Health Research & Development*. <https://doi.org/10.24966/rmgo-2574/100023>
10. Khusniyati, E., & Purwati, H. (2024). Analisis faktor yang mempengaruhi kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 13(1), 15–24.
11. Leiwakabessy, A., & Azriani, D. (2020). Hubungan umur, paritas dan frekuensi menyusui dengan produksi air susu ibu: Association of age, parity and frequency of breastfeeding on the production of mother's milk. *Journal of Midwifery Science and Women's Health*, 1(1), 27–33.
12. Maisyaro, M., Besmaya, B. M., Ifayanti, H., & Veronica, S. Y. (2025). Pengaruh kompres daun kubis terhadap bendungan ASI pada ibu nifas menyusui di wilayah kerja Puskesmas Sribawono Kabupaten



- Lampung Timur. *Innovative: Journal of Social Science Research*, 5(1), 4595–4611.
13. Meek, J., & Noble, L. (2022). Policy statement: Breastfeeding and the use of human milk. *Pediatrics*, 150(1), Article e2022057988.
<https://doi.org/10.1542/peds.2022-057988>
14. Mpho, N., Raliphaswa, N. S., & Nelly, R. T. (2026). The experiences of breastfeeding mothers with engorged breasts in selected clinics of Vhembe District, Limpopo Province: A systematic literature review. *F1000Research*.
<https://doi.org/10.12688/f1000research.186401.1>
15. Nuraini, D. C. (2026). Pengaruh inisiasi menyusui dini terhadap keberhasilan pemberian ASI eksklusif: Literatur review. *Jurnal Kebidanan*, 1(1), 27–35.
16. Pemiliana, P. D., Rambe, K. S., Purwana, R., Novianti, W., & Harahap, M. C. (2023). Hubungan frekuensi menyusui dan teknik menyusui dengan bendungan ASI pada ibu nifas di Klinik Alisha Medan. *Journal of Pharmaceutical and Sciences*, 225–233.
17. Perrella, S., Gridneva, Z., Lai, C., Stinson, L., George, A., Bilston-John, S. H., & Geddes, D. (2021). Human milk composition promotes optimal infant growth, development and health. *Seminars in Perinatology*, 45(2), Article 151380.
<https://doi.org/10.1016/j.semperi.2020.151380>
18. Prajapati, J., & Patel, K. (2025). A study to assess the effectiveness of reverse pressure softening technique on the level of breast engorgement and breastfeeding among postnatal mothers admitted in NAMO Hospital, Silvassa. *International Journal for Multidisciplinary Research*.
<https://doi.org/10.36948/ijfmr.2025.v07i05.58954>
19. Rahmadani, F. (2025). Faktor yang menyebabkan terjadinya bendungan ASI pada ibu postpartum. *Mega Buana Journal of Nursing*, 4(1), 31–37.
20. S., T., S., A., & R., R. (2020). A study to assess the knowledge regarding breast engorgement and its associated risk factors among postnatal mothers. *International Journal of Obstetrics and Gynaecological Nursing*, 2(2), 53–57.
<https://doi.org/10.33545/26642298.2020.v2.i2b.53>
21. Siregar, M., Panggabean, H. W. A., & Siregar, S. (2024). *Hypnobreastfeeding terhadap produksi ASI pada ibu nifas*. Selat Media.
22. Solihah, S., Yolandia, R. A., & Ciptiasrini, U. (2023). 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), 4401–4413.
23. Tarigan, R. A., Sentoso, A. B., & Siregar, W. W. (2026). Hubungan pola istirahat terhadap produksi ASI pada ibu menyusui di Klinik OS Medika Tahun 2025. *Jurnal Kedokteran STM (Sains dan Teknologi Medik)*, 9(2), 184–192.
24. Tarisa, T., Dewi, R., Riski, M., & Aisyah, S. (2026). Hubungan perawatan payudara, frekuensi menyusui, dan pola istirahat terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu nifas. *Jurnal Kesehatan Saelmakers PERDANA (JKSP)*, 9(2), 916–931.
25. Yulianto, A., Safitri, N. S., Septiasari, Y., & Sari, S. A. (2022). Frekuensi menyusui dengan kelancaran produksi air susu ibu. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 7(2), 68–76.