
PENGARUH TEKNIK MARMET TERHADAP KELANCARAN PENGELUARAN ASI PADA IBU POST PARTUM

Oleh;

Harismayanti ¹⁾, Amalia Fajarini Latief ²⁾

- ¹⁾ Dosen Universitas Muhammadiyah Gorontalo, Email: Harismayanti@umgo.ac.id
²⁾ Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gorontalo, Email: amlfjrlnlatief@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Kendala yang sering terjadi pada ibu pasca proses persalinan salah satunya produksi ASI yang tidak lancar. Masalah pada ibu menyusui seperti ASI tidak keluar di awal kelahiran sering ditemukan, upaya yang dapat dilakukan adalah memerah atau memompa ASI hingga bayi dapat menyusui. Hasil survey awal dari bagian progam pemegang KIA di wilayah kerja Puskesmas Gorontalo pada bulan Mei sampai dengan bulan Juli 2024 terdapat 199 ibu postpartum di Puskesmas Limboto mendapatkan bahwa 6 dari 10 ibu postpartum bermasalah dalam pemberian ASI dengan adanya keluhan ASI tidak lancar dan ibu postpartum tidak membersihkan puting susu setelah menyusui, belum mengerti tentang pentingnya pemberian ASI. Tujuan Penelitian untuk menganalisa pengaruh teknik Marmet terhadap kelancaran ASI pada ibu postpartum

Metode: Desain penelitian menggunakan metode kuantitatif *Quasy-Eksperiment*. Subjek pada penelitian ini sebanyak 15 ibu post partum yang termasuk dalam inklusi dengan menggunakan teknik pengambilan sampel purposive sampling dengan menerapkan *edvidence based nursing practice*

Hasil: Teknik Marmet memberikan pengaruh yang bermakna terhadap kelancaran ASI setelah diberikan intervensi pada hari pertama, ketiga dan hari ke tujuh.

Kesimpulan: teknik marmet dibutuhkan untuk memberikan asuhan keperawatan pada ibu post partum untuk meningkatkan kelancaran ASI

Kata Kunci : Kelancaran ASI, Postpartum, Teknik Marmet

The Effect of the Marmet Technique on Breast Milk Production in Postpartum Mothers

By;

Harismayanti ¹⁾, Amalia Fajarini Latief ²⁾

¹⁾ Lecture Universitas Muhammadiyah Gorontalo, Email: Harismayanti@umgo.ac.id

²⁾ Universitas Muhammadiyah Gorontalo Student, Email: amlfjrinlatief@gmail.com

ABSTRACT

Background: *The common challenge faced by mothers after childbirth is the difficulty in breastfeeding, particularly when milk production is not smooth. Issues such as delayed milk production at the beginning of breastfeeding are frequently encountered. One approach to address this is to manually express or pump breast milk until the baby is able to nurse. A preliminary survey conducted by the Maternal and Child Health (MCH) program at the Gorontalo Health Center, covering the period from May to July 2024, found that out of 199 postpartum mothers at the Limboto Health Center, 6 out of 10 experienced breastfeeding problems, including complaints of insufficient milk production and failure to clean the nipple after breastfeeding. Additionally, many mothers were unaware of the importance of breastfeeding. The purpose of this study is to analyze the impact of the Marmet technique on the smoothness of breast milk production in postpartum mothers*

Method: *The research design uses a quantitative quasi-experimental method. The subjects of this study were 15 postpartum mothers who met the inclusion criteria, selected using purposive sampling technique, and applying evidence-based nursing practice.*

Result: *The Marmet technique has a significant impact on the smoothness of breast milk production after intervention on the first, third, and seventh days.*

Conclusion: *The Marmet technique is essential in providing nursing care to postpartum mothers to improve the smoothness of breast milk production.*

Keyword : *Breast Milk Smoothness, Postpartum, Marmet Technique*

PENDAHULUAN

Permasalahan yang umum terjadi pada ibu postpartum antara lain perdarahan, infeksi, lochea (dari vagina) yang berbau busuk, subinvolusi rahim, nyeri perut dan panggul, preeklamsia/eklamsia, pusing dan lemas berlebihan, sakit kepala dan pandangan kabur, suhu tubuh. Ibu naik > 38°C, payudara menjadi merah bengkak panas dan nyeri, pembengkakan pada wajah dan ekstremitas serta depresi pasca melahirkan (Wahyuni W, et al.,2020). Masalah-masalah tersebut merupakan tanda-tanda abnormal yang berpotensi menjadi serius bila terjadi pada ibu pasca melahirkan jika tidak ditangani dengan baik (Rumaini, 2023).

Fakta di lapangan menunjukkan produksi ASI pada hari-hari pertama setelah melahirkan menjadi hambatan dalam pemberian ASI dini. Pemberian ASI di jam-jam pertama kelahiran jika tidak dilakukan oleh ibu akan menyebabkan proses menyusui tertunda, apabila proses menyusui tertunda akan berdampak pada pengeluaran hormon prolaktin sebagai stimulasi produksi ASI pada ibu selama menyusui. Kurangnya pemberian ASI oleh ibu terhadap bayi dapat menyebabkan masalah ketidakefektifan pemberian ASI (Widiastuti, Arifah and Rachmawati, 2020).

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) dan Dana Anak Internasional Perserikatan

Bangsa-Bangsa(UNICEF)

merekomendasikan agar ibu menyusui dalam satu jam pertama setelah melahirkan hanya memberikan ASI tanpa menggunakan botol atau dot, tambahan cairan dan tidak ada makanan lain kecuali ASI sampai usia 6 bulan (Niar, Dinengsih and Siauta, 2021). Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) merilis informasi mengenai tingkat pemberian ASI secara universal meningkat. Meskipun sudah terjadi peningkatan, namun angka tersebut belum meningkat secara signifikan, yaitu hanya sekitar 44% anak usia 0-6 bulan di seluruh dunia yang telah mendapatkan ASI eksklusif selama beberapa waktu saja. Tujuan pemberian ASI ini setengah selektif pada tahun 2015-2020 (WHO, 2019). Cakupan ASI eksklusif di seluruh dunia sejumlah 41% sedangkan target WHO (World Health Organization) untuk ASI eksklusif di dunia sebesar 70% (Nur Aini Maulida Sareng, Irma Mustika Sari and Fitria Purnamawati, 2023).

Pemerintah juga menegaskan tentang pemberian ASI eksklusif yang tertuang dalam Peraturan Pemerintah Pada tahun 2012 telah terbit Peraturan Pemerintah (PP) nomor 33 tentang Pemberian ASI Eksklusif yang menyatakan bahwa setiap ibu yang melahirkan harus memberikan ASI eksklusif kepada bayi yang dilahirkannya (Republik Indonesia, 2012). Dan telah diikuti dengan diterbitkannya 2 (dua)

Peraturan Menteri Kesehatan yaitu : Permenkes Nomor 15 Tahun 2013 tentang Tata Cara Penyediaan Fasilitas Khusus Menyusui Dan/Atau Memerah Air Susu Ibu (Kementrian Kesehatan RI, 2013)

Hasil survey awal yang dilakukan oleh peneliti dari bagian progam pemegang KIA di wilayah kerja Puskesmas Gorontalo pada bulan Mei sampai dengan bulan Juli 2024 terdapat 199 ibu postpartum di Puskesmas Limboto dan kemudian melalui metode wawancara mendapatkan bahwa 6 dari 10 orang ibu postpartum bermasalah dalam pemberian ASI dengan adanya keluhan 2 orang ibu post partum belum mengerti tentang pentingnya pemberian ASI pada bayi dan ingin memberikan susu formula pada bayinya dan 4 orang ibu postpartum mengatakan ASI tidak lancar dan ibu postpartum tidak membersihkan puting susu setelah menyusui, sedangkan ibu menyatakan bayi menyusui tidak lebih dari 8 kali dan juga mengatakan setelah menyusui payudara masih terasa tegang.

Berdasarkan wawancara dengan ibu postpartum bahwa keseluruhan menyatakan tidak mengetahui teknik *marmet* dan belum pernah melakukan teknik *marmet*. Berdasarkan uraian di atas, peneliti melakukan penelitian ini dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh teknik *Mermet* terhadap kelancaran anda kecukupan ASI pada ibu postpartum di Puskesmas Limboto.

METODE

Dalam penelitian ini metode yang digunakan merupakan metode kuantitatif *Quasy Eksperiment* dengan menggunakan pendekatan studi kasus dekriptif. Metode ini menggunakan pengukuran yang diberikan sebelum dan sesudah melakukan perlakuan atau eksperimen. Peneliti menerapkan *edvidence based nursing practice*, hal yang dimaksud adalah penerapan Teknik *marmet* untuk kelancaran ASI ibu post partum yang ada di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto yang dilakukan pada bulan Juli sampai dengan bulan Agustus 2024. Pada penelitian ini populasi 45 orang, dikarenakan tidak semuanya memiliki kriteria sesuai fenomena yang diteliti maka partisipan dalam penelitian ini berjumlah 15 responden yang didapatkan sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Dengan menggunakan uji statistic Friedman. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan lembar observasi yang berisi pertanyaan seputar kelancaran pengeluaran ASI.

Kelancaran pengeluaran ASI merupakan jumlah produksi ASI yang keluar dari payudara ibu yang dilakukan secara langsung sebelum dan sesudah diberikan perlakuan dengan aspek penilaian lancar bila skor >5 dan tidak lancar bila skor <5, dan Proses pengeluaran ASI pada ibu post partum dengan cara memijat dan

memerah panyudara dengan menerapkan Standar Operasional Prosedur (SOP) sehingga penerapannya sesuai dengan standar yang berlaku. Responden akan diberikan intervensi teknik marmet selama tiga kali pada hari pertama, hari ketiga dan hari ketujuh seraya mengobservasi kelancaran pengeluaran ASI.

HASIL

Pembagian responden dalam penelitian ini berdasarkan data yang diperoleh dari kuisioner. Karakteristik responden meliputi umur, pendidikan, pekerjaan, dan paritas. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 15 responden ibu post partum didapatkan bahwa sebagian besar berumur 20-35 tahun 12 responden (80.0%). Untuk pendidikan yang mendominasi adalah SMA sebanyak 8 responden (53.3%). Sementara itu untuk pekerjaan mayoritas IRT sebanyak 12 responden (80.0%). Dan untuk kelompok

paritas kebanyaakan Multipara sebanyak 8 responden (53.3%).

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa pada 15 responden sebelum diberikan intervensi teknik marmet mempunyai kelancaran pengeluaran ASI pada pre test hari pertama dengan nilai mean 1.40 dan setelah diberikan intervensi teknik marmet pada hari ke tiga niali mean meningkat menjadi 1.60 sementara itu untuk hari ke tujuh setelah perlakuan teknik marmet nilai mean menjadi 1.93. diketahui bahwa terjadi peningkatan kelancaran ASI pada tiga kelompok interval setelah dilakukan perlakuan. Setelah dilakukan uji menggunakan uji Friedman didapatkan nilai ρ value sebesar 0,000 dengan tingkat signifikansi ($< \alpha = 0,05$), Hal ini mengindikasikan bahwa ada pengaruh intervensi Teknik marmet terhadap kelancaran ASI pada ibu post partum di wilayah kerja Puskesmas Limboto

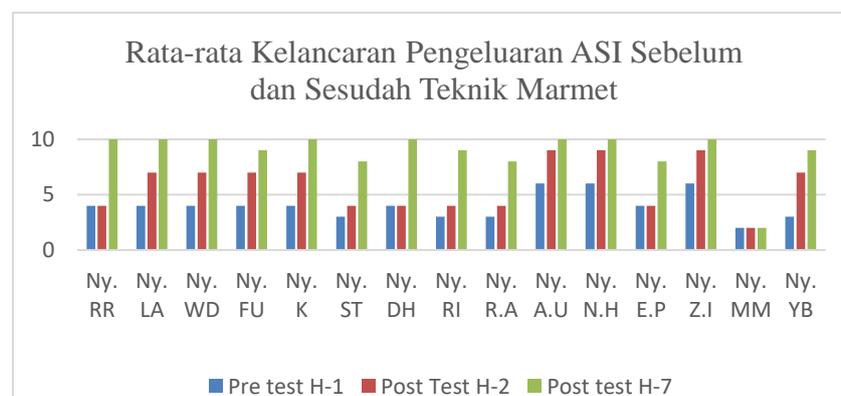
Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi	Presentase
Umur		
<20 tahun	2	12.3%
20-35 tahun	12	80.0%
>35 tahun	1	6.7%
Total	15	100%
Pendidikan		
SD	2	13.3%

SMP	4	26.7%
SMA	8	53.3%
PT	1	6.7%
Total	15	100%
Pekerjaan		
IRT	12	80.0%
PNS	0	0.00%
Wiraswasta	3	20.0%
Total	15	100%
Paritas		
Primipara	5	33.3%
Multipara	8	53.3%
Grendemultipara	2	13.3%
Total	15	100%

Tabel 2. Hasil Uji Friedman

Kelancaran ASI	n	Mean	Mean Rank	<i>p</i> value
Pre test Hari 1	15	1.20	1.40	
Post test Hari 3	15	1.60	2.10	0,000
Post test Hari 7	15	1.93	2.50	



Gambar 1. Data Senjang Kasus

PEMBAHASAN**Kelancaran pengeluaran ASI sebelum dilakukan Teknik marmet**

Untuk menentukan kelancaran dan jumlah produksi ASI ada beberapa kriteria atau tanda-tanda yang menjadi tolak ukur untuk menentukan lancar atau tidaknya jumlah ASI yang mengalir, yaitu: ASI dapat keluar melalui puting dalam jumlah banyak, Payudara terasa kencang sebelum menyusui. Setiap kali ibu menyusui, payudara ibu terasa lembut dan kosong, Bayi menyusu minimal 8 sampai 10 kali dalam 24 jam, Setiap kali bayi disusui, ibu mungkin akan merasakan sensasi kesemutan akibat keluarnya ASI, Ibu mungkin mendengar suara menelan yang lembut saat bayi menelan ASI. Berat badan bayi bertambah Setelah menyusu, bayi tidur/istirahat selama 3-4 jam. Bayi buang air kecil minimal 6-8 kali sehari. Bayi mengeluarkan urin berwarna kuning muda, mirip dengan jerami, bayi buang air besar minimal sehari sekali dan warna tinja bayi kuning pucat (Efrida, 2021)

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa responden ibu postpartum yang mengalami ketidاكلancaran ASI mengeluhkan bayi tidak kuat menyusu, bayi hanya menyusu sebentar, bayi sering rewel kalau ASI yang keluar hanya sedikit ASI tidak menetes atau memancar, mengeluhkan pancaran ASI yang keluar lemah, ibu tidak dapat merasakan aliran

ASI pada saat menyusui, payudara terasa lembek, bayi sering rewel setelah menyusui, Ibu tidak menyusui bayinya pada kedua payudaranya secara bergantian, sebelum disusukan payudara terasa lembek, dan bayi kurang BAK minimal 8x sehari.

Hasil yang senada juga disampaikan oleh (Efrida, 2021) dengan hasil penelitian yang didapatkan dari 30 responden menunjukkan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu post partum pre test sebelum dilakukannya teknik marmet menunjukkan pengeluaran ASI tidak lancar sebanyak 19 ibu post partum (63,3%) dan lancar hanya sebanyak 11 ibu post partum (36,7%).

Salah satu fenomena yang sering muncul pada ibu menyusu selepas bersalin ialah susu ibu tidak mengalir dengan lancar sehingga bayi berasa tidak puas selepas setiap kali menyusu, bayi kerap menangis atau bayi enggan menyusu, payudara tidak membesar yang mengakibatkan kegagalan memberikan susu ibu kepada bayi. Pengeluaran susu ibu yang rendah disebabkan oleh tidak menyusu atau memerah payudara dengan kerap; teknik lampiran yang salah; gangguan endokrin ibu (jarang berlaku); jaringan payudara hipoplastik; Keabnormalan dalam metabolisme atau pencernaan bayi, mengakibatkan ketidakupayaan untuk mencerna susu ibu dan kekurangan nutrisi

untuk ibu (Niar, Dinengsih and Siauta, 2021)

Penurunan produksi ASI pada ibu menyusui pasca melahirkan dapat disebabkan oleh kurangnya rangsangan terhadap hormon prolaktin dan oksitosin yang berperan penting dalam kelancaran produksi ASI. Jika ibu tidak bisa menyusui pada beberapa jam pertama setelah melahirkan, maka proses menyusui akan tertunda. Alternatifnya adalah dengan memeras ASI selama 10 hingga 20 menit hingga bayi siap menyusu. Tindakan ini dapat membantu memaksimalkan reseptor prolaktin dan meminimalkan efek samping penundaan pemberian ASI pada bayi (Mendoza *et al.*, 2020)

Ketidaklancaran ASI secara umum dikarenakan produksi ASI yang sedikit, teknik menyusui yang masih salah, kurangnya rangsangan hormon prolaktin dan oksitosin yang sangat berperan dalam kelancaran produksi ASI menyebabkan bayi rewel atau menolak menyusu karena kurangnya ASI yang keluar. Oleh karena itu, pemberian bantuan melalui teknik pemijatan dan memerah payudara menggunakan metode marmet yang dapat merangsang hormon prolaktin dan oksitosin sangat penting untuk mendukung kelancaran pengeluaran ASI.

Kelancaran ASI setelah dilakukan Teknik marmet

Hasil penerapan intervensi teknik marmet pada 15 responden ibu post partum yang berfokus pada kelancaran pengeluaran ASI terdapat 1 responden yang sudah diberikan intervensi memerah payudara selama 5-7 menit kemudian memijat (*massage*), mengusap dengan lembut (*stroke*), dan mengguncang (*shake*) payudara secara bergantian tetapi ada perbedaan hasil yang dimana responden masih saja mengalami ketidaklancaran pengeluaran ASI. Diketahui dari hasil observasi yang dilakukan setelah intervensi kelancaran ASI yang menunjukkan bahwa skor kelancaran ASI <5 didapatkan bahwa saat areola payudara ditekan kedepan tidak ada ASI yang keluar, ASI tidak keluar walaupun sudah dilakukan pemijatan pada payudara, Ibu tidak merasakan ada aliran ASI dan payudara terasa lembek, bayi sudah dicoba disusukan di payudara tetapi ASI tidak keluar.

Kelancaran pengeluaran ASI setelah dilakukan Teknik marmet terbanyak dalam penelitian ini dengan interval usia ibu postpartum 20-35 tahun dan yang mengalami ASI tidak lancar berada pada usia >35 tahun. Hasil penelitian mendapatkan ada 1 responden yang mengalami ketidaklancaran ASI yang dimana umur sudah >35 tahun dan paritas grandemultipara. Penelitian ini sejalan dengan yang dikemukakan oleh (Ariani, 2022) bahwasannya umur ibu sangat

menentukan kesehatan maternal karena berkaitan dengan kondisi kehamilan, persalinan dan nifas, serta cara mengasuh. Usia ibu memegang peranan penting dalam menentukan kesehatan maternal karena terkait langsung dengan keaddan kehamilan, selepas bersalin atau nifas, serta cara merawat dan menyusui bayi. Ibu yang berada dalam masa reproduksi yang sehat memiliki produksi ASI yang cukup karena sistem reproduksinya masih berfungsi dengan baik. Sebaliknya, ibu yang berusia di atas 35 tahun dianggap berisiko tinggi dan berbahaya, karena baik organ reproduksi maupun organ tubuh lainnya telah mengalami penurunan fungsi, sehingga meningkatkan kemungkinan komplikasi yang tinggi pada kehamilan, persalinan, dan menyusui.

Hasil ini tidak sejalan dengan yang dilakukan oleh (Ningsih, 2024) dimana hasil penelitian didapatkan bahwa seluruh responden 100% yang diberikan teknik marmet mendapatkan produksi ASI yang cukup dibandingkan dengan yang tidak diberikan Teknik marmet setelah dilakukan intervensi teknik marmet menunjukkan rata-rata kelancaran ASI pada responden mengalami peningkatan

Hasil penelitian ini diperkuat dengan yang dikemukakan (Jannah and Astuti, 2019) Intervensi pada ibu nifas setelah saat ingin menyusui dapat dilakukan dengan menggunakan teknik

Marmet yang dapat membantu memudahkan pengeluaran susu ibu dari payudara. Dengan mengosongkan susu ibu dari rongga susu di bawah areola menggunakan teknik Marmet dapat merangsang pembebasan hormon prolaktin, yang kemudiannya merangsang alveoli payudara untuk menghasilkan susu ibu. Lebih banyak susu ibu dikeluarkan atau dikosongkan daripada payudara, semakin banyak pula ASI yang dihasilkan diproduksi. Kelancaran ASI tersebut dibuktikan dari banyaknya keluar ASI pada ibu sesudah diberikan teknik marmet. Selanjutnya penelitian lain yang dilakukan (Juliarni Wenty, dkk, 2023) menunjukkan bahwa sebelum intervensi teknik marmet, lebih dari separuh responden (52,9%) mengalami ASI tidak lancar. Setelah menggunakan teknik Marmet terlihat adanya peningkatan kelancaran ASI yaitu (47,1%) ibu merasa menyusui lancar dan 52,9% ibu merasa ASI lancar.

Perlakuan teknik marmet menyebabkan adanya perubahan kelancaran ASI sebelum dan sesudah dilakukan tehnik marmet untuk memperlancar dan meningkatkan produksi ASI kuncinya dengan dikeluarkan atau dikosongkan dari payudara sesering mungkin maka akan semakin banyak ASI akan diproduksi dikelenjar payudara, sehingga tidak banyak ASI yang

terakumulasi dalam payudara di selang waktu ibu menyusui.

Pengaruh Teknik mermet terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu post partum

Intervensi Teknik marmet dalam penelitian ini dilakukan selama tiga hari dan dilakukan satu kali sehari selama 20-30 menit. Teknik Marmet adalah teknik memerah ASI dengan jari. Teknik ini sangat praktis dan menyiapkan peralatannya tidak harus merepotkan, hanya menyiapkan tangan yang bersih dan wadah untuk memeras ASI. Memijat area areola dapat merangsang pelepasan prolaktin. Pelepasan hormon prolaktin merangsang kantung payudara untuk memproduksi ASI. Jadi ketika alveoli terstimulasi, sel-sel dalam sistem saluran memproduksi ASI. Refleks pengeluaran ASI (LDR) menggunakan teknik ini, ASI mengalir dengan lancar dari payudara ibu. Dengan teknik Marmet, areola dan puting susu dipijat secara manual dan refleks pengeluaran ASI dirangsang, sehingga ASI yang dihasilkan banyak. Teknik Marmet merupakan kombinasi teknik pemerahan dan pemijatan. Keuntungan memompa dengan tangan dan jari adalah tekanan negatifnya dapat disesuaikan. Lebih praktis dan ekonomis karena cukup mencuci tangan dan jari hingga bersih sebelum memerah ASI (Marmi. A, 2016)

Hasil penelitian ini sesuai dengan pernyataan yang kemukakan oleh (Widiya Ningrum and Yuandari, 2023) Teknik memijat dan memerah yang disebut mermet ini dapat meningkatkan pengeluaran air susu ibu. Dikarenakan memerah dan mengurut payudara merangsang hormon prolaktin yang berfungsi dalam pengeluaran produksi ASI dan hormon oksitosin yang membuat payudara berkontraksi sehingga ASI mengalir keluar dengan lancar. Lebih sering pijatan mermet dilakukan, lebih lancar pengeluaran air susu pada ibu selepas bersalin yang pada akhirnya mengoptimalkan refleks pengeluaran ASI.

Fakta ini didukung oleh penelitian tentang pemberian intervensi teknik marmet terhadap kelancaran ASI yang pernah dilakukan sebelumnya. oleh (Alyensi, Sartika and Marngatun, 2017) Hasil dari Peneliti pada ibu post partum menggunakan teknik Marmet. Dari 15 responden yang mendapat intervensi, 9 orang mempunyai kelancaran ASI (60%).

Sementara itu terdapat 2 orang responden yang mendapat intervensi pada hari kedua dan pengeluaran susu ibu mereka lancar dan tiga orang responden mempunyai pengeluaran susu ibu yang teratur pada hari ketiga. 6 responden (40%) ASI tidak keluar dengan lancar. Ini dipengaruhi oleh faktor pemakanan dan asupan cairan, faktor psikologi ibu dan

dukungan keluarga, contohnya tidak menyokong ibu untuk memberikan penyusuan susu ibu secara eksklusif atau wujudnya tradisi yang sangat kuat dalam keluarga yang menyokong penyusuan. Pengeluaran susu ibu pada ibu selepas bersalin. Secara teorinya, faktor ini merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pengeluaran ASI.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan (Efrida, 2021) dimana hasil penelitian dari 30 responden, sebelum diberikan perlakuan teknik marmet yang mempunyai kelancaran pengeluaran ASI pada hari pertama mendapatkan nilai mean 4,067, setelah diberikan intervensi teknik marmet kelancaran pengeluaran ASI pada hari ke 3 nilai mean 5,833 dan hari 7 nilai mean 8,967, menggunakan uji statistik nonparametric Friedman didapatkan nilai p value sebesar 0,000 ($< \alpha = 0,05$) diketahui bahwa ada perbedaan rata-rata peningkatan kelancaran ASI pada ketiga kelompok interval waktu pengukuran. Penelitian ini sejalan dengan hasil kajian (Fifi Ria Ningsih Safari, Eliza Bestari Sinaga and Khairani Purba, 2023) yang berjudul “Pengaruh Teknik Marmet terhadap Kelancaran Asi pada Ibu Nifas di Uptd Puskesmas Sidodadi”, ibu nifas dalam keadaan normal saat melahirkan saat diberikan intervensi perlakuan Teknik marmet selama hari ke 2-4 berturut-turut diikuti dengan pengukuran ASI pada Ibu

Nifas dengan waktu intervensi 30 menit sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan intervensi apapun . Hasil penelitian mendapatkan Dari 15 ibu nifas yang dilakukan teknik marmet, terdapat 13 orang (76,5%) dengan produksi ASI lancar dan 2 orang (15,4%) dengan produksi ASI tidak lancar. Dengan hasil uji statistic nilai Fisher test $t_{hitung} = 17,875$ dengan p -value 0,03. Lebih kecil dari 0,05, hasil penelitian nilai $p = 0,03$ yang berarti $p < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa teknik marmet memiliki pengaruh signifikan dengan kelancaran produksi ASI.

KESIMPULAN

Kelancaran pengeluaran ASI dapat meningkat dengan cara memberikan asuhan keperawatan dengan menggunakan Teknik marmet

SARAN

Teknik marmet diharapkan dapat digunakan untuk meningkatkan pelayanan kesehatan bagi ibu dan bayi dengan memberikan asuhan keperawatan menggunakan teknik marmet pada ibu post partum untuk meningkatkan kelancaran ASI

DAFTAR PUSTAKA

- Alyensi, F., Sartika, Y. and Marngatun (2017) 'Perbedaan Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Yang Dilakukan Teknik Marmet Dan Pijat Oksitosin Di Bidan Praktek Mandiri (Bpm) Ernita Kota Pekanbaru Tahun 2017', *Jurnal Ibu dan Anak*, 5(2), pp. 110–120. Available at: <https://jurnal.pkr.ac.id/index.php/JIA/article/view/215/145>.
- Ariani, P. (2022) 'Hubungan Umur, Paritas, dan Frekuensi Menyusui Dengan Produksi Air Susu Ibu (ASI) Di Klinik ANdri Kotabangun Tahun 2021', *Best Journal*, 5(1), pp. 243–248. doi: <https://doi.org/10.36082/jmswh.v1i1.162>
- Efrida, L. (2021) 'PENGARUH TEKNIK MARMET TERHADAP KELANCARAN PENGELUARAN ASI PADA IBU POST PARTUM DI PUSKESMAS HANOPAN KECAMATAN ARSE KABUPATEN TAPANULI SELATAN TAHUN 2021'.
- Fifi Ria Ningsih Safari, Eliza Bestari Sinaga and Khairani Purba (2023) 'Pengaruh Teknik Marmet terhadap Kelancaran Asi pada Ibu Nifas di Uptd Puskesmas Sidodadi', *Health Care: Jurnal Kesehatan*, 12(1), pp. 112–118. doi: 10.36763/healthcare.v12i1.353.
- Jannah, V. A. M. and Astuti, Y. (2019) 'Penerapan Teknik Marmet Untuk Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di Rumah Sakit TK III 04.06.02 Bhakti Wira Tamtama Semarang', *Jurnal kesehatan*, 4(2), pp. 1–7. doi: <https://doi.org/10.55606/sisthana.v4i2.52>.
- Juliarni Wenty, AnaRofika, I. (2023) 'Article Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Menyusui Di Puskesmas Kayu Kunyit Kabupaten Bengkulu Selatan', pp. 83–90. doi: <https://doi.org/10.36089/nu.v14i3.1285>
- Kementrian Kesehatan RI (2013) *Peraturan Menteri Kesehatan Permenkes Nomor 15 Tahun 2013 tentang Tata Cara Penyediaan Fasilitas Khusus Menyusui Dan/Atau Memerah Air Susu Ibu*.
- Marmi. A (2016) *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas "peuperium care"*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Mendoza, S. D. et al. (2020) 'Pengaruh

- Teknik Marmet Terhadap Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu PosPartum Di Klinik Ny Tyas Edi Di Jember Tahun', *Nature Microbiology*, 3(1), p. 641. Available at: <http://dx.doi.org/10.1038/s41421-020-0164-0><https://doi.org/10.1016/j.solener.2019.02.027><https://www.golder.com/insights/block-caving-alternative/><http://dx.doi.org/10.1038/s41467-020-15507-2><http://dx.doi.org/10.1038/s41587-020-05>.
- Niar, A., Dinengsih, S. and Siauta, J. (2021) 'Factors Affecting the Production of Breast Milk Breastfeeding Mother at Harifa RSB, Kolaka District Southeast Sulawesi Province', *Jurnal Kebidanan Midwiferia*, 7(2), pp. 10–19. doi: 10.21070/midwiferia.v7i2.1288.
- Ningsih, D. I. (2024) 'Pengaruh Teknik Marmet terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas di RSUD DR', *Mojokerto.[Karya Tulis Ilmiah]. Surabaya: RSUD Dr. Wahidin Sudiro*, 2(2), pp. 119–128.
- Nur Aini Maulida Sareng, Irma Mustika Sari and Fitria Purnamawati (2023) 'Penerapan Teknik Marmet Untuk Meningkatkan Dan Memperlancar Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di Ruang Ponek RSUD dr. Soeratto Gemolong', *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan*, 2(2), pp. 133–145. doi: 10.55606/jurrikes.v2i2.1748.
- Republik Indonesia (2012) *Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 33 Tahun 2012 tentang pemberian ASI Eksklusif*. indonesia.
- Rumaini, R. (2023) 'Efektifitas Teknik Marmet terhadap Tanda Kecukupan ASI pada Ibu Postpartum di Klinik Utama Siti Chadidjah', *Open Access Jakarta Journal of Health Sciences*, 2(3), pp. 599–606. doi: 10.53801/oajjhs.v2i3.115.
- Wahyuni W, Mustar M, Yanti I, Sulfiyanti S, Indryani I, Winarso SP, et al (2020) *Kebidanan Komunitas*. Yayasan Kita Menulis.
- WHO (2019) *World Health Organization Global Breastfeeding*.
- Widiastuti, A., Arifah, S. and Rachmawati, W. R. (2020) 'Pengaruh Teknik Marmet terhadap Kelancaran Air Susu Ibu dan Kenaikan Berat Badan Bayi', *Kesmas: National Public Health Journal*, 9(4), p. 315. doi: 10.21109/kesmas.v9i4.737.