

# **PENGARUH TEKNIK MARMET TERHADAP KELANCARAN PENGELUARAN ASI PADA IBU POST PARTUM DI RUANG NIFAS UPTD. PUSKESMAS ABIANSEMAL I**

***Ni Wayan Tatik Wahyuni<sup>1</sup>, Putu Mastiningsih<sup>2</sup>, Ni Made Risna Sumawati<sup>3</sup>, Ni Putu Mirah Yunita Udayani<sup>4</sup>***

*<sup>1234</sup>Program Studi Sarjana Kebidanan, STIKES Bina Usada Bali*

*tatik.wahyuni984@gamil.com*

## **ABSTRACT**

Breast Milk (ASI) is considered the optimal natural nutrition for infants during the first six months of life. However, some mothers face challenges in breastfeeding due to initial low milk production and ejection, which can lead to a reluctance to breastfeed. The marmet technique, a manual breast milk expression method, aims to stimulate the Milk Ejection Reflex and increase milk supply. This study investigates the impact of the marmet technique on breast milk expression in postpartum mothers at the Abiansemal I Public Health Center's postnatal room. The primary objective of this research is to assess the effect of the marmet technique on the smoothness of breast milk expression in postpartum mothers. This study employs a quasi-experimental research design with a nonequivalent control group. The sample consists of 40 postpartum mothers who were selected through purposive sampling. Data analysis is conducted using the Mann-Whitney test to determine the impact of the marmet technique on breast milk expression. The statistical analysis, conducted using the Mann-Whitney test, yielded a p-value of 0.005 ( $p < 0.05$ ), indicating the rejection of the null hypothesis ( $H_0$ ). This result implies that the marmet technique has a significant effect on improving the smoothness of breast milk expression in postpartum mothers at the Abiansemal I Public Health Center. In conclusion, this study demonstrates that the marmet technique is an effective method to enhance the smoothness of breast milk expression in postpartum mothers. It is recommended that postpartum mothers consider adopting the marmet technique to facilitate breastfeeding and improve milk supply.

**Keywords:** Marmet Technique, Breast Milk Smoothness, Postpartum Mothers

## **PENDAHULUAN**

Air Susu Ibu (ASI) merupakan nutrisi alami yang terbaik untuk bayi karena mengandung kebutuhan energi dan zat yang dibutuhkan selama enam bulan pertama kehidupan bayi. Namun pada kenyataannya ada seorang ibu mengalami masalah dalam pemberian ASI. Kendala yang utama adalah karena produksi ASI tidak lancar (Saleha, 2019). *World Health Organization* (WHO) melaporkan bahwa secara global rata-rata angka pemberian ASI eksklusif di dunia pada tahun 2018 hanya sebesar 38%, WHO menargetkan pada tahun 2025 angka pemberian ASI eksklusif pada usia enam bulan pertama kelahiran meningkat setidaknya 50% (WHO, 2018).

Profil Kesehatan Indonesia pada tahun 2019, secara nasional cakupan bayi mendapat ASI eksklusif sebesar 67,74%. Angka tersebut sudah melampaui target Renstra tahun 2019 yaitu 50%. Berdasarkan data dari Profil Kesehatan Provinsi Bali pada tahun 2020 cakupan pemberian ASI eksklusif sebesar 76,7%. Kabupaten/Kota dengan capaian terendah yaitu Kota Denpasar sebesar (64,5%) dan Kabupaten Tabanan sebesar (69,7%). Kabupaten Jembrana sebesar (74,8%), Kabupaten Badung sebesar (74,6%), Kabupaten Klungkung sebesar (71,1%). Kabupaten/Kota yaitu Kabupaten Bangli sebesar (89,3%), Kabupaten Gianyar sebesar (80,3%), kabupaten Buleleng sebesar (79,0%), dan Kabupaten Karangasem sebesar (78,0%) (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2020).

Kementerian Kesehatan telah menerbitkan surat keputusan Menteri Kesehatan nomor: 450/Menkes/SK/IV/2004 tentang Pemberian ASI secara eksklusif pada bayi di Indonesia. Pada tahun 2012 telah terbit Peraturan Pemerintah (PP) nomor 33 tentang Pemberian ASI Eksklusif 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 dan Permenkes Nomor 39 Tahun 2013 tentang Susu Formula Bayi dan Produk Bayi Lainnya (Depkes gizi, 2018).

Proses menyusui dapat dilakukan segera setelah bayi dilahirkan, pada jam- jam pertama, bayi relatif tenang dan memiliki keinginan untuk menyusu. Namun, kenyataan di lapangan menunjukkan banyak ibu yang mengalami ketidakefektifan proses menyusui karena produksi dan ejeksi ASI yang sedikit di hari-hari pertama sehingga ibu enggan untuk menyusui bayinya. Jika menyusui di periode awal kelahiran tidak dapat dilakukan, upaya yang dapat dilakukan sebagai alternative terbaik berikutnya adalah memerah atau memompa ASI selama 10 - 20 menit tiap dua sampai tiga jam sekali hingga bayi dapat menyusu. Tindakan ini dapat membantu memaksimalkan reseptor prolaktin dan meminimalkan efek samping dari tertundanya proses menyusui pada bayi (Roesli, 2018).

Dari 100 ibu bersalin, hanya dua ibu yang benar-benar memiliki produksi ASI sedikit dan yang lainnya memiliki produksi ASI yang banyak. Ibu perlu mendapatkan penatalaksanaan dini supaya ibu dapat memahami hal-hal penting yang dapat meningkatkan produksi ASI serta upaya agar pengaliran ASI dapat berhasil dengan baik (Roesli, 2018). Salah satu upaya yang bisa dilakukan adalah dengan melakukan teknik marmet.

Teknik marmet mengeluarkan ASI secara manual dan membantu refleks pengeluaran susu (*Milk Ejection Reflex*). Rangsangan *let down refleks* diawal proses memerah yang dapat

menghasilkan ASI sebanyak dua sampai tiga kali lipat dibanding tanpa menggunakan teknik ini. Teknik marmet mengembangkan metode pijat dan stimulasi untuk membantu kunci reflek keluarnya ASI. Keberhasilan dari teknik ini adalah kombinasi dari metode pijat dan pengeluaran ASI. Teknik ini efektif dan tidak menimbulkan masalah (Titisari, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Linda Puspita,dkk (2019) dengan judul Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Kelancaran ASI di BPM Dwi Astuti Pringsewu Tahun 2019, menunjukkan bahwa rata – rata Pengaruh Teknik Marmet terhadap Kelancaran ASI sesudah dilakukan Teknik Marmet mendapat nilai 0.57. Berdasarkan uji statistic menggunakan uji t berpasangan (paired t test) diperoleh p-value = 0.001 ( $p < 0, 05$ ) berarti ada pengaruh yang signifikan maka  $H_a$  diterima sehingga dapat disimpulkan adanya Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Kelancaran ASI di BPM Dwi Astuti Pringsewu Tahun 2019 Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Ruang Nifas UPTD. Puskesmas Abiansemal I pada Bulan Juni 2023 data persalinan didapatkan dari buku register persalinan sebanyak 50 orang. Peneliti melakukan wawancara langsung kepada Ibu Post Partum bahwa 8 orang dari 10 orang ibu *post partum* bermasalah dalam pemberian ASI dengan keluhan ASInya tidak lancar, dan 2 orang ibu post partum belum mengerti tentang pentingnya ASI pada bayi baru lahir, serta tidak mengerti teknik *marmet* dapat melancarkan pengeluaran ASI. Berdasarkan pemikiran tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI pada Ibu Post Partum di Ruang Nifas UPTD. Puskesmas Abiansemal I.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian *Quasy eksperiment*. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *nonequivalent control group design*, dimana pada design penelitian ini kelompok intervensi maupun kelompok kontrol tidak dipilih secara random melainkan secara kriteria tertentu. Akan mengukur kelancaran ASI ibu post partum sebelum dan setelah dilakukan teknik marmet (Arikunto, 2019). Pengambilan sampel penelitian ini pada dua kelompok berpasangan dengan teknik pengambilan sampel secara *purposive sampling* .Data dianalisis menggunakan analisa menggunakan uji *Man Whitney*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Karakteristik responden berdasarkan umur, pendidikan, pekerjaan dan paritas

**Tabel 5.1.** Hasil Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Pendidikan, Pekerjaan dan Paritas pada Ibu Post Partum di UPTD. Puskesmas Abiansemal I

Karakteristik	Kelompok Kontrol		Kelompok Intervensi	
	Frekuensi (f)	Persentase (%)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
<b>Umur</b>				
Terlalu Muda (<20 Tahun)	4	20,0	6	30,0
Usia Reproduksi Sehat (20-35 Tahun)	14	70,0	12	60,0
Terlalu Tua (>35 Tahun)	2	10,0	2	10,0
<b>Pendidikan</b>				
SD	0	0,0	0	0,0
SMP	0	0,0	0	0,0
SMA/SMK	14	70,0	16	80,0
Perguruan Tinggi	6	30,0	4	20,0
<b>Pekerjaan</b>				
IRT	11	55,0	11	55,0
Karyawan Swasta	7	35,0	6	30,0
PNS	2	10,0	3	15,0
<b>Paritas</b>				
Primipara	16	80,0	17	85,0
Multipara	4	20,0	3	15,0
Grandemultipara	0	0,0	0	0,0
<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>100</b>	<b>20</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 5.1 didapatkan dari 20 responden pada kelompok kontrol sebagian besar responden memiliki usia reproduksi sehat 20-35 tahun sebanyak 14 (70,0%) dengan sebagian besar berpendidikan SMA/SMK sebanyak 14 (70,0%), sebagian besar responden memilih tidak bekerja (IRT) sebanyak 11 (55,0%) dan paritas sebagian besar berada pada primipara

sebanyak 16 (80,0%). Sedangkan pada kelompok intervensi sebagian besar responden memiliki usia reproduksi sehat 20-35 tahun sebanyak 12 (60,0%) dengan sebagian besar berpendidikan SMA/SMK sebanyak 16 (80,0%), sebagian besar responden tidak bekerja (IRT) sebanyak 11 (55,0%) dan paritas sebagian besar berada pada primipara sebanyak 17 (85,0%).

**2. Kelancaran pengeluaran ASI pada ibu post partum sebelum dilakukan teknik marmet pada kelompok kontrol dan intervensi**

**Tabel 5.2.** Analisis Kelancaran Pengeluaran ASI pada Ibu Post Partum Antara Kelompok Kontrol dan Intervensi Sebelum Dilakukan Teknik Marmet

<b>Kelancaran</b>	<b>Pretest</b>		<b>Pretest</b>	
	<b>Kelompok Kontrol</b>		<b>Kelompok Intervensi</b>	
<b>Pengeluaran ASI</b>	Frekuensi (f)	Persentase (%)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Lancar	2	10,0	0	0,0
Tidak Lancar	18	90,0	20	100,0
<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>100</b>	<b>20</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan bahwa intensitas kelancaran pengeluaran ASI yang dialami oleh ibu post partum pada kelompok kontrol dan intervensi sebelum dilakukan teknik marmet sebagian besar memiliki intensitas kelancaran pengeluaran ASI tidak lancar, pada kelompok kontrol didapatkan sebanyak 18 (90,0%) dan pada kelompok intervensi sebanyak 20 (100,0%) responden.

**3. Kelancaran pengeluaran ASI pada ibu post partum setelah dilakukan teknik marmet pada kelompok kontrol dan intervensi**

**Tabel 5.3.** Analisis Kelancaran Pengeluaran ASI pada Ibu Post Partum Antara Kelompok Kontrol dan Intervensi Setelah Dilakukan Teknik Marmet

	<b>Post test</b>	<b>Post test</b>
--	------------------	------------------

Kelancaran ASI	Pengeluaran	Kelompok Kontrol		Kelompok Intervensi	
		Frekuensi (f)	Persentase (%)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Lancar		6	30,0	15	75,0
Tidak Lancar		14	70,0	5	25,0
<b>Total</b>		<b>20</b>	<b>100</b>	<b>20</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 5.3 menunjukkan bahwa intensitas kelancaran pengeluaran ASI yang dialami oleh ibu post partum setelah dilakukan teknik marmet, didapatkan bahwa pada kelompok kontrol sebagian besar responden memiliki intensitas kelancaran pengeluaran ASI dengan kategori tidak lancar sebanyak 14 (70,0%) dan pada kelompok intervensi sebagian besar responden memiliki intensitas kelancaran pengeluaran ASI dengan kategori lancar sebanyak 15 (75,0%).

#### 4. Uji Normalitas

**Tabel 5.4.** Hasil Uji Normalitas

Kelancaran Pengeluaran ASI	<i>Saphiro-Wilk</i>			Keterangan
	<i>Pre</i>	<i>n</i>	<i>P</i>	
Kelompok Kontrol	<i>Pre</i>	20	0,000	Tidak Normal
	<i>Post</i>	20	0,000	Tidak Normal
Kelompok Intervensi	<i>Pre</i>	20	0,000	Tidak Normal
	<i>Post</i>	20	0,000	Tidak Normal

Berdasarkan tabel 5.5 uji normalitas dengan menggunakan uji *Saphiro-Wilk* didapatkan empat variabel dengan data berdistribusi tidak normal ( $p < 0,05$ ), oleh karena data tidak berdistribusi normal, maka analisis bivariat dengan menggunakan uji non parametrik.

**Tabel 5.5.** Hasil Uji *Mann Whitney* Perbedaan Pemberian Teknik Marmet Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI pada Ibu Post Partumantara Kelompok Kontrol dan Kelompok Intervensi di UPTD. Puskesmas Abiansemal I

Variabel	Kelompok	Mean±SD	P Value
Kelancaran ASI	Intervensi	1,40±0,503	0,005
	Kontrol	2,40±0,503	

Berdasarkan tabel 5.5 dari hasil uji statistik yang telah dilakukan didapatkan nilai  $p=0,005$  ( $p<0,05$ ) yang berarti  $H_0$  ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh teknik marmet terhadap kelancaran ASI pada ibu post partum di ruang nifas UPTD. Puskesmas Abiansemal I

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah di uraikan diatas maka penulis dapat menyimpulkan bahwa adanya Pemberian Teknik Marmet Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI pada Ibu Post Partum antara Kelompok Kontrol dan Kelompok Intervensi di UPTD. Puskesmas Abiansemal I

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Arikunto, S. (2019). *Prosedur penelitian : suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Alyensi, F., Sartika, Y., & 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. *Jurnal Ibu Dan Anak*, 5 (2), 110–120.
- Andi Kasrida, (2020) Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Menyusui. *Jurnal Voice Of Midwifery*. Vol 6 Hal 17-30
- Anggraeni, Y. (2019). *Asuhan kebidanan masa nifas*. Yogyakarta: Pustaka Rihana
- Astuti, Sri et al. (2020). *Asuhan Kebidanan, Nifas dan Menyusui*. Bandung : Penerbit Erlangga\
- Chandra, I. L., Kurniati, D., & Novelia, S. (2020). Pengaruh Teknik Marmet Dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Delima*, 3 (1), 66–77.
- Dahlan, A. K. (2017). Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Menyusui. *Jurnal Voice Of Midwifery*, 06 (08), 17–30.

- Damanik, S., & Suwardi, S. (2023). Teknik Marmet Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Post Partum. *Journal Of Midwifery Science*, 7 (1), 49–58.
- Dinkes Provinsi Bali. (2020). Profil Kesehatan Provinsi Bali Tahun 2020 : Dinkes Provinsi Bali.
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2019). Asuhan Bayi Baru Lahir Dan Penatalaksanaan Bayi Baru Lahir Dengan Asfiksia. Jakarta : JNPK
- Kementrian Kesehatan RI. (2019). Buku Saku Pelayanan Kesehatan Dasar dan Rujukan, Jakarta: Kemenkes RI
- Khasanah, Nur, (2018). Panduan lengkap seputar ASI dan susu formula. Jogjakarta: Flashbooks
- Mastiningsih putu et al., (2019). buku ajar asuhan kebidanan pada ibu nifas dan menyusui. bogor: penerbit in media.
- Maryunani A. (2019) Inisiasi Menyusu Dini, ASI Eksklusif dan Manajemen Laktasi. Jakarta: CV. Trans Info Media.
- Marmi. (2018) Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas “Puerperium Care.” Yogyakarta: Pustaka Pelajar; 2018. 1-10 p.
- Mansyur N, et al., (2019) Buku Ajar Asuhan Kebidanan MASA Nifas. Malang: Cita Intrans Selaras.
- Moleong, Lexy J. (2018). Metode Penelitian Kualitatif. Edisi Revisi. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Nursalam. (2020). Konsep dan penerapan metodologi penelitian. Jakarta: Salemba Medika
- Notoatmodjo, S. (2019) Metodologi Penelitian : Pendekatan Praktis. (P. P. Lestari, Ed.) (4th ed.). Jakarta: Salemba Medika.
- Ningrum Dwi A., (2020). Pengaruh Pemberian Teknik Marmet Terhadap Produksi ASI pada Ibu Postpartum Di Bpm Wilayah Kerja Puskesmas Sukorame Kota Kediri, *Jurnal Kesehatan Indonesia* Vol 5 No2
- Pollard, M. (2018). ASI Asuhan Berbasis Bukti. Jakarta: EGC.
- Pujiati, W., Sartika, L., Wati, L., & Ramadinta, R. A. (2021). Teknik Marmet Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Post Partum. *Wiraja Medika: Jurnal Kesehatan*, 11 (2), 78–85.
- Puspita, L. (2019). Pengaruh Teknik Marmet terhadap Kelancaran ASI pada Ibu Post Partum di BPM Dwi Astuti Pringsewu Tahun 2019. *Wellness and Healthy Magazine*.

- Rahayu, R., & Andriyani, A. (2014). Metode Memperbanyak Produksi ASI Pada Ibu Post Sectio Caesarea Dengan Teknik Marmet Dan Breast Care Di RSUD Karanganyar. *GASTER*, 11 (2), 56–68.
- Rini Hariani Ratih. (2020). Pengetahuan Dan Sikap Ibu Nifas Tentang Perawatan Luka Perineum. 2, –43. <https://doi.org/https://doi.org//10.31539/jka.v2il.592>
- Roesli U. (2018) Mengenal ASI Eksklusif Jakarta: PT. Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara
- Saleha S. (2019) Asuhan Kebidanan 3. Yogyakarta: Rhineka Cipta
- Sari P. (2018) Asuhan Kebidanan Masa Nifas Postnatal Care. Jakarta Timur: Cv.Trans Info Media.
- Titisari.,et al., (2020). Perbandingan Efektifitas Kombinasi Tehnik Marmet Dan Pijat Oksitosin Dengan Breastcare Terhadap Produksi ASI Pada Ibu post Partum.Jurnal Ilmu Kesehatan.5.(1)
- Vidayati, L. A. (2021). Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Kelancaran Produksi Asi. Jurnal Ilmiah Obsgin : Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan & Kandungan P-ISSN
- Wiji, R.N. (2020). ASI dan Pedoman Ibu Menyusui. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Wasis, Pujiati, et al., (2021). Teknik Marmet terhadap kelancaran ASI pada Ibu Post Partum.Wiraraja Medika : Jurnal Kesehatan Vol. 11.No 2. tahun 2021 Hal.78-85.
- Wahyuni, E. T., & Purnami, R. W. (2020). Kombinasi Massage Nape dan Teknik Marmet terhadap Percepatan Pengeluaran ASI pada Ibu Post Partum. *Jurnal Kesehatan*, 11 (2), 236–242.
- Wenty, J., Rofika, A., & Fitjannah, I. (2023). Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Menyusui Di Puskesmas Kayu Kunyit Kabupaten Bengkulu Selatan. *Jurnal Nursing*, 14 (3), 83–90.
- World Health Organization (WHO). (2018). Exclusife Breastfeeding. [online].Tersedia:[http://www.who.int/nutrition/topics/exclusive\\_breastfeeding/en/](http://www.who.int/nutrition/topics/exclusive_breastfeeding/en/)
- Yustianti, D., Susilawati, & Hermawan, D. (2020). Pijat Teknik Marmet Pada Post Partum Dan Produksi ASI. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 14 (3), 338–345.