



**PEMBERIAN TEKNIK MARMET TERHADAP KELANCARAN ASI
PADA IBU POSTPARTUM**

**INTERVENTION OF MARMET TECHNIQUES TO SMOOTHNESS
THE BREAST MILK IN POSTPARTUM WOMEN**

Cut Mutiah^{1*}, Abdurrahman²

^{1*}Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Aceh

²Jurusan Farmasi, Poltekkes Kemenkes Aceh

*E-mail: thea.kusnady@gmail.com

ARTICLE INFO

Kata Kunci :

Air Susu Ibu;
Postpartum; Teknik
Marmet

Keywords :

Breastmilk; Postpartum;
Marmet Techniques

History:

Submitted 27/03/2023

Revised 11/04/2023

Accepted 28/04/2023

Published 01/06/2023

Penerbit



Politeknik Kesehatan Aceh
Kementerian Kesehatan RI

ABSTRAK

Latar Belakang: Air susu ibu adalah makanan yang terbaik untuk bayi karena mengandung semua nutrisi yang dibutuhkan bayi dan zat pelindung dari berbagai kuman. Ibu sering mengalami masalah dalam pemberian ASI eksklusif, salah satu kendala utamanya yakni produksi ASI yang tidak lancar. Salah satu tindakan yang dapat dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI adalah dengan teknik marmet. **Tujuan:** untuk mengidentifikasi pengaruh tehnik marmet terhadap kelancaran ASI Pada Ibu Postpartum. **Metode:** Jenis penelitian ini bersifat quasi eksperiment dengan rancangan single group pretest-posttest desain, dengan sampel sebanyak 28 orang ibu postpartum hari ke 1-3 di Wilayah Kerja Puskesmas Langsa Kota. Untuk analisa data menggunakan uji *Wilcoxon test*. **Hasil:** Hasil Penelitian didapatkan pada saat petest ibu mengalami ASI tidak lancar sebesar 100% dan setelah pemberian tehnik marmet (posttest) ibu mengalami ASI lancar sebesar 100%. Hasil uji didapatkan ada pengaruh pemberian tehnik marmet terhadap kelancaran ASI pada ibu postpartum. **Kesimpulan:** pemberian tehnik marmet berpengaruh terhadap kelancaran ASI ibu postpartum.

ABSTRACT

Background: Breast milk is the best nutrition for babies because it contains all the nutrients babies need and protects against various germs. Mothers often experience problems in exclusive breastfeeding, one of the main obstacles is milk production which is not smoothness. One of the way that can be taken to increase milk production is the marmet technique. **Purpose:** to identify the effect of the marmet technique on the smoothness of breastfeeding in postpartum mothers. **Methods:** This research is quasi-experimental with a single group pretest-posttest design, with a sample of 28 postpartum mothers on days 1-3 in the Langsa City Health Center Work Area. For data analysis using the *Wilcoxon test*. **Results:** The results of the study were obtained that during the petest the mother experienced 100% non-fluent breastfeeding and after intervention the marmet technique (posttest) the mother experienced 100% smooth breastfeeding. The test results found that there was an effect of intervention the marmet technique on the smoothness of breastfeeding in postpartum mothers. **Conclusion:** Intervention of marmet techniques affects the smoothness of breastfeeding for postpartum mothers.

PENDAHULUAN

Air susu ibu (ASI) adalah makanan yang terbaik untuk bayi karena mengandung semua nutrisi yang dibutuhkan bayi dan zat pelindung dari berbagai kuman. Air susu ibu juga dapat membantu pertumbuhan bayi sehingga menjadikan bayi lebih sehat dan cerdas (Rahmawati & Saidah, 2020). Seorang ibu sering mengalami masalah dalam pemberian ASI eksklusif, salah satu kendala utamanya yakni produksi ASI yang tidak lancar (Yulianto et al., 2022).

Fenomena yang ditemukan di lapangan bahwa kelancaran Air Susu Ibu (ASI) yang sedikit pada hari pertama setelah melahirkan menjadi kendala dalam pemberian ASI secara dini (Saragih et al., 2021). Berkurangnya kelancaran ASI pada hari pertama sesudah melahirkan dapat disebabkan oleh kurangnya rangsangan hormon prolaktin dan oksitosin yang sangat berperan dalam kelancaran produksi ASI (Angriani et al., 2018; Yushida & Zahara, 2021). Hal ini akan menjadi faktor penyebab rendahnya cakupan pemberian ASI kepada bayi baru lahir sehingga memiliki dampak pada tumbuh kembang bayi (Rahmi & Merleni, 2019).

Data *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2016 cakupan ASI eksklusif hanya sekitar 36%. Berdasarkan laporan *Global Breastfeeding Scorecard* data menyusui dari 193 negara, sebanyak 170 negara tidak mencukupi ASI eksklusif dan 23 negara mencukupi pemberian ASI eksklusif (Indrasari, 2019).

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) terjadi peningkatan data cakupan ASI eksklusif dari tahun 2019 sampai 2021. Pada tahun 2021 meningkat menjadi 71,58%. Daerah yang menjadi peringkat tiga terbawah cakupan ASI eksklusif yaitu Gorontalo sebesar 52,75%, Kalimantan Tengah sebesar 55,98%

dan Sumatera Utara sebesar 57,83% (BPS, 2022). Berdasarkan data dari Profil Kesehatan Aceh diketahui cakupan ASI eksklusif menurut Kabupaten/Kota tahun 2021 diketahui Kota Langsa dengan cakupan tertinggi yaitu sebesar 84% dan terendah Kabupaten Aceh Utara sebesar 33% (Dinas Kesehatan Provinsi Aceh, 2021).

Menurut data dari Dinas Kesehatan Kota Langsa tahun 2020 bayi usia <6 bulan yang diberi ASI eksklusif cakupan paling rendah di wilayah kerja Puskesmas Langsa Kota sebanyak 604 orang (50%), wilayah kerja Puskesmas Langsa Barat sebanyak 460 orang (69%), wilayah kerja Puskesmas Langsa Timur sebanyak 239 orang (73%), wilayah kerja Puskesmas Langsa Baro sebanyak 744 orang (78%) dan wilayah kerja Puskesmas Langsa Lama sebanyak 507 orang (84%) (Bakri et al., 2022).

Salah satu faktor penghambat dalam pemberian ASI adalah produksi ASI itu sendiri. Produksi ASI yang kurang dan lambat keluar dapat menyebabkan ibu tidak memberikan ASI pada bayinya dengan cukup (Ningsih et al., 2022). Selain hormone prolaktin, proses laktasi juga bergantung pada hormon oksitosin, yang dilepas dari hipofisis posterior sebagai reaksi terhadap penghisapan putting (Alyensi et al., 2017).

Salah satu tindakan yang dapat dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI adalah dengan teknik marmet, dimana teknik merupakan kombinasi pijat yang bertujuan melancarkan keluarnya ASI secara manual dan membantu refleksi pengeluaran susu (*Milk Ejection Reflex*) (Munthe et al., 2018) (Pujiati et al., 2021).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Puspita et al., (2019) tentang pengaruh tehnik marmet terhadap kelancaran ASI pada ibu postpartum. Tehnik marmet diberikan selama 3 hari, hasil yang didapatkan kelancaran ASI didapatkan nilai

signifikan sebesar 0,001 yang berarti bahwa pemberian tehnik marmet berpengaruh kepada kelancaran ASI pada ibu postpartum.

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk meneliti tentang Pengaruh Tehnik Marmet Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Postpartum Di Wilayah Kerja Puskesmas Langsa Kota.

METODE

Penelitian ini bersifat *quasi eksperiment* dengan rancangan *single group pretest-posttest design*. Penelitian ini hanya memakai satu kelompok yaitu kelompok intervensi (Hidayat, 2014).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Pendidikan dan Pekerjaan

Karakteristik	Jumlah	
	f	%
Usia		
20-35 tahun	24	85.7
>35 tahun	4	14.3
Pendidikan		
SMA	12	43
Perguruan Tinggi (PT)	16	57
Pekerjaan		
Bekerja	19	68
Tidak bekerja	9	33
Total	28	100%

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa, pada variabel usia sebagian besar berada pada kategori 20-35 tahun yaitu sebanyak 24 orang dengan persentase 85.7%. Pada karakteristik pendidikan ibu, sebagian besar berada pada pendidikan perguruan tinggi yaitu sebanyak 16 orang dengan persentase 57%.

Pada karakteristik pekerjaan ibu, sebagian besar berada pada kategori bekerja yaitu sebanyak 19 orang dengan persentase 68%.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kelancaran ASI Pretest dan Posttest Pemberian Tehnik Marmet Pada Ibu Postpartum

Kelancaran ASI	Pretest		Posttest	
	f	%	f	%
Lancar	0	0	28	100
Tidak Lancar	28	100	0	0
Total	28	100%	28	100%

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa, kelancaran ASI pada saat sebelum perlakuan (pretest) seluruhnya ibu berada pada ASI tidak

lancar 100% setelah diberikan perlakuan tehnik marmet (posttest) kelancaran ASI ibu semuanya lancar 100%.

Tabel 3. Pengaruh Pemberian Tehnik Marmet Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Postpartum

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest-Pretest Tehnik Marmet	Negative Ranks	0	0,00	0.00
	Positive Ranks	28	14.50	406.00
	Ties	0		
	Total	28		
Test Statistics				
Asymp. Sig (2-tailed)				0,000

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa, pada negative rank ibu yang mengalami penurunan kelancaran ASI tidak ada sebanyak 0 orang. Pada *positive ranks* terdapat peningkatan kelancaran ASI sebanyak 28 orang dengan *mean rank* 14.50 dan sum of rank 406,00. Pada tabel ties terdapat nilai 0 berarti tidak ada responden nilai kelancaran ASI sama antara sebelum dan sesudah intervensi. Pada *test statistics* didapat nilai Sig 0,000, bahwa pemberian tehnik marmet berpengaruh pada kelancaran ASI pada ibu postpartum.

Pengaruh Pemberian Tehnik Marmet Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Postpartum

Hasil penelitian didapat, pada negative rank ibu yang mengalami penurunan kelancaran ASI tidak ada sebanyak 0 orang. Pada *positive ranks* terdapat peningkatan kelancaran ASI sebanyak 28 orang dengan *mean rank* 14.50 dan *sum of rank* 406,00. Pada

tabel *ties* terdapat nilai 0 berarti tidak ada responden nilai kelancaran ASI sama antara sebelum dan sesudah intervensi. Pada *test statistics* didapat nilai Sig 0,000, bahwa pemberian tehnik marmet berpengaruh pada kelancaran ASI pada ibu postpartum.

Pijat Marmet merupakan kombinasi antara cara pemerah ASI dan memijat payudara sehingga reflek keluarnya ASI dapat optimal. Teknik pemerah ASI dengan cara marmet ini pada prinsipnya bertujuan untuk mengosongkan ASI dari sinus laktiferus yang terletak di bawah areola sehingga diharapkan dengan pengosongan ASI pada daerah sinus laktiferus ini akan merangsang pengeluaran hormon prolaktin (Nurbayani, 2020). Pengeluaran hormon prolaktin ini selanjutnya akan merangsang *mammary alveoli* untuk memproduksi ASI. Semakin banyak ASI yang dikeluarkan atau dikosongkan dari payudara maka akan semakin banyak ASI yang akan diproduksi (Roesli, 2014).

Keberhasilan dari teknik ini adalah kombinasi dari metode pijat dan pengeluaran ASI yang membantu refleksi pengeluaran susu (*Milk Ejection Reflex*) sehingga ibu menyusui yang sebelumnya hanya mampu mengeluarkan ASI sedikit atau tidak sama sekali, mendapatkan hasil yang sangat baik dengan teknik ini (Saraswati, 2021).

Penelitian dari (Alyensi et al., 2017), hasil penelitian didapatkan ibu dengan teknik marmet 60% produksi ASI lancar sedangkan ibu dengan pijat oksitosin 53,3% produksi ASI lancar. Hasil uji statistik terdapat perbedaan kelancaran produksi ASI pada ibu postpartum yang dilakukan teknik marmet dan pijat oksitosin dengan *p value* (0,032).

Selanjutnya penelitian dari (Dahlan, 2018), ada pengaruh teknik Marmet terhadap kelancaran ASI pada ibu menyusui setelah diberikan perlakuan (ρ -Value = 0,027 < 0,05).

Penelitian dari (Pujiati et al., 2021), hasil penelitian didapatkan bahwa ada pengaruh teknik marmet terhadap kelancaran ASI pada ibu post partum dengan nilai ρ 0,000. Teknik marmet efektif dilaksanakan untuk melancarkan ASI pada ibu post partum dan teknik marmet dapat merangsang peningkatan hormon prolaktin dan oksitosin berefek relaksasi pada ibu post partum.

KESIMPULAN DAN SARAN

Pemberian tehnik marmet berpengaruh terhadap kelancaran ASI pada ibu postpartum. Tehnik marmet merangsang pengeluaran hormon prolaktin yang bermanfaat untuk memproduksi ASI, sehingga produksi ASI menjadi lancar.

DAFTAR PUSTAKA

Anugerah, A., Abidin, A. Z., & 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 Tahun 2017. *Jurnal Ibu Dan Anak*, 5(2), 110–120.

Angriani, R., Sudaryati, E., & Lubis, Z. (2018). Hubungan Frekuensi Menyusui Dengan Kelancaran Produksi Asi Ibu Post Partum Di Wilayah Kerja Puskesmas Peusangan Selatan Kabupaten Bireuen Provinsi Aceh Tahun 2017. *Jurnal Muara Sains, Teknologi, Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan*, 2(1), 299–304.

Bakri, S. F. M., Nasution, Z., Safitri, M. E., & Wulan, M. (2022). Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi Di Desa Daulat Kecamatan Langsa Kota Tahun 2021. *Miracle Journal*, 2(1), 178–192.

BPS. (2022). *Presentase Bayi Usia Kurang Dari 6 Bulan Yang Mendapatkan ASI Eksklusif Menurut Provinsi (Persen) Tahun 2019-2021*. Badan Pusat Statistik. <https://www.bps.go.id/indicator/30/1340/1/persentase-bayi-usia-kurang-dari-6-bulan-yang-mendapatkan-asi-eksklusif-menurut-provinsi.html>

Dahlan, A. K. (2018). Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Menyusui. *Voice of Midwifery*, 6(08), 17–30. <https://doi.org/10.35906/vom.v6i08.20>

Dinas Kesehatan Provinsi Aceh. (2021). Profil Kesehatan Aceh tahun 2021. *Aceh, Dinas Kesehatan*, 1–193.

Firdaus, & Zamzam, F. (2018). *Aplikasi Metodologi Penelitian*. Group Penerbitan CV BUDI UTAMA.

- Hidayat, A. A. (2014). *Metode Penelitian Kebidanan Dan Teknik Analisa Data*. Salemba Medika.
- Indrasari, N. (2019). Meningkatkan Kelancaran ASI dengan Metode Pijat Oksitoksin pada Ibu Post Partum. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 15(1), 48. <https://doi.org/10.26630/jkep.v15i1.1325>
- Munthe, N. B. G., Ginting, D. Y., & Saragih, K. S. (2018). Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Post Sectio Caesarea Di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam. *Jurnal Penelitian Kebidanan & Kespro*, 1(1), 23–26.
- Ningsih, N., Wahyutri, E., & Syukur, N. A. (2022). *The Effect of Marmet Mechanical Massage on Breast Milk Production and Pain in Post Partum Mothers at Kartika Jaya Samarinda Clinic*. 10(1), 1–52. <https://doi.org/10.21608/pshj.2022.250026>
- Nurbayani, E. (2020). *Analisis Pengaruh Massage Payudara Dengan Teknik Marmet Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Nifas*. [https://repo.stikesicme-jbg.ac.id/id/eprint/4454%0Ahttp://repo.stikesicme-jbg.ac.id/4454/1/ARTIKEL ETIKA \(1\) \(1\).rtf](https://repo.stikesicme-jbg.ac.id/id/eprint/4454%0Ahttp://repo.stikesicme-jbg.ac.id/4454/1/ARTIKEL%20ETIKA%20(1)%20(1).rtf)
- Pujiati, W., Sartika, L., Wati, L., & Alya Ramadinta, R. (2021). Teknik Marmet terhadap Kelancaran Asi pada Ibu Post Partum. *Wiraraja Medika: Jurnal Kesehatan*, 11(2), 78–85. <https://doi.org/10.24929/fik.v11i2.1596>
- Puspita, L., Umar, M. Y., & Wardani, P. K. (2019). Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Post Partum. *Wellness and Healthy Magazine*, 1(1), 87–92.
- Rahmawati, S. D., & Saidah, H. (2020). Hubungan Antara Status Gizi Dan PARitas Dengan Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Post Partum DI Wilayah Kerja Puskesmas Cipanas Kabupaten Garut. *Repository Stikes Dharmas Husada Bandung*, 55–63.
- Rahmi, N., & Merleni. (2019). Analisis Faktor Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelancaran ASI Pada Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja Puskesmas Lhoong Kabupaten Aceh Besar Analysis Of Factors Associated with Smooth Breastfeeding in Breastfeeding Mothers in the Lhoong Community Health Center. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 5(2), 297–307.
- Saragih, F. M., Siregar, S. A., Angkat, S. I. S., Rachmayantii, D., Aprilia, S., & Prasasti, E. (2021). Pengaruh Pemberian Paket Sukses Asi Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Nifas. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(September), 647–651.
- Saraswati, F. (2021). Pengaruh Tehnik Marmet Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Post Partum (Litertur Review). *Skripsi Universitas Dr. Soebandi Jember*, 1(69), 5–24.
- 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. <https://doi.org/10.52822/jwk.v7i2.416>
- Yushida, Y., & Zahara, E. (2021). Efektifitas pijat oksitoksin dengan penyuluhan teknik menyusui menggunakan leaflet terhadap produksi ASI pada ibu post partum primipara. *Jurnal SAGO Gizi dan Kesehatan*, 2(2), 136–141.