

Terapi Teknik Marmet untuk Meningkatkan Produksi ASI pada Ibu Postpartum Di RSUD Syekh Yusuf Kabupaten Gowa.

Marmet Technique Therapy to Increase Breast Milk Production in Postpartum Mothers at Syekh Yusuf Regional Hospital, Gowa Regency.

Nur Wahyuni^{*}, Subriah¹, Syaniah Umar¹, Andi Syinta Ida¹

¹ Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Makassar

*Corresponding author: nur_wahyuni211@poltekkes-mks.ac.id

ABSTRACT

Mother's milk (ASI) is the best food for babies which has many positive benefits for development, growth and health, so mothers are advised to give breast milk to their babies as early as possible. However, in reality, breastfeeding mothers can experience many problems, one of which is experiencing problems with breast milk production. One effort that can be made is to provide marmet technique therapy which aims to increase breast milk production. This research uses a quasi-experimental method with a one-group pretest posttest without control design, namely research where there is only one research group that is measured before and after treatment without any comparison group. The sample in this study consisted of 23 post partum mothers who met the inclusion criteria using a purposive sampling technique. Based on the bivariate results of statistical tests using the Wilcoxon Signed Rank test, the P value was obtained = 0.000 > α (0.05) thus H₀ is rejected and H_a is accepted so it is concluded that marmet technique therapy is effective in increasing breast milk production in post partum mothers at Syekh Yusuf Regional Hospital, Gowa Regency.

Keywords : Mother's Milk (ASI); Marmet Techniqu; Breast Milk Production.

ABSTRAK

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan terbaik untuk bayi yang memiliki banyak manfaat positif untuk pertumbuhan dan perkembangan, serta kesehatannya sehingga ibu dianjurkan memberikan ASI pada bayinya sedini mungkin. Namun pada kenyataannya banyak permasalahan yang bisa dialami oleh ibu menyusui salah satunya mengalami tidak lancar pengeluaran ASI. Untuk mengatasi masalah tersebut adalah dengan memberikan terapi teknik marmet yang bertujuan untuk meningkatkan produksi ASI. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pemberian terapi teknik marmet dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum. Pada penelitian ini menggunakan metode *pre eksperiment* dengan desain *one-group pretest posttest without control design* (tanpa ada kelompok kontrol). Sampel dalam penelitian ini berjumlah 23 orang ibu postpartum yang memenuhi kriteria inklusi dengan *teknik purposive sampling*. Berdasarkan hasil *bivariat* dari hasil uji statistik dengan *uji Wilcoxon Signed Rank* diperoleh nilai *P value* = 0,000 > α (0,05) dengan demikian *H₀* ditolak dan *H_a* diterima sehingga disimpulkan bahwa terapi teknik marmet efektif dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum di RSUD Syekh Yusuf Kabupaten Gowa.

Kata kunci : Air Susu Ibu (ASI); Teknik Marmet; Produksi ASI.

PENDAHULUAN

Di Indonesia cakupan ASI eksklusif masih rendah walaupun sudah menunjukkan peningkatan dari tahun sebelumnya yaitu tercatat cakupan ASI eksklusif di Indonesia pada tahun 2013 berkisar 30,2% dan mengalami peningkatan pada tahun 2018 yaitu menjadi 37,3%.¹ Untuk meningkatkan cakupan ASI eksklusif ini pemerintah sudah melaksanakan beberapa program terkait ASI.²

Proporsi bayi yang mendapat ASI eksklusif yaitu dengan kisaran 56,9% pada tahun 2021. Proporsi tersebut melampaui harapan dari program yang telah ditetapkan pada tahun tersebut sebesar 40%. Nusa Tenggara Barat mencatat angka tertinggi dengan 82,4% bayi menerima ASI eksklusif, sementara Maluku memiliki capaian angka terendah dengan hanya mencapai 13,0%. Sayangnya, lima provinsi yang tidak berhasil mencapai target program pada tahun 2021 adalah Maluku, Papua, Gorontalo, Papua Barat, dan Sulawesi Utara, dengan Sulawesi mencatat angka 45,4%.³

Prevalensi pemberian ASI eksklusif di Indonesia hanya tercatat sebanyak 67,96% pada tahun 2022, meningkat dari 69,7% pada tahun 2021, hal ini menunjukkan bahwa diperlukan dukungan yang lebih intensif untuk meningkatkan prevalensi tersebut.⁴ Di sisi lain, observasi di ruang bersalin dan nifas RSUD Syekh Yusuf Kabupaten Gowa menunjukkan bahwa ibu kurang maksimal memberikan ASI pada bayinya di RS tersebut. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor antara lain pengetahuan ibu, sikap dan motivasi dari bidan, serta dukungan suami, keluarga dan masyarakat karena mengingat menyusui memiliki banyak manfaat.

Kegagalan dalam menyusui seringkali terjadi akibat berbagai permasalahan yang dapat berdampak negatif terhadap ibu dan bayinya. Bagi sebagian ibu yang belum menyadari masalah ini, tidak memberikan ASI seringkali seolah menjadi satu-satunya masalah bagi anak. Hal ini menyebabkan ibu takut dan tidak mau menyusui bayinya.

Kecemasan ibu mempengaruhi rangsangan hipofisis sehingga menurunkan hormon progesteron dan mencegah kolostrum keluar dengan cepat.⁵

Penurunan produksi ASI pada hari pertama pasca persalinan oleh karena kurangnya stimulasi terhadap hormon prolaktin dan oksitosin yang memiliki peran krusial dalam pengeluaran ASI. Kurangnya rangsangan sekresi oksitosin oleh kelenjar pituitari juga menghambat produksi ASI. Salah satu upaya yang bisa diterapkan untuk melancarkan aliran ASI adalah terapi pijat marmet. Penelitian Murdiningsih dkk (2021) dari BPM Kota Palembang menyatakan bahwa penerapan teknik marmet meningkatkan kelancaran ASI sebelum dan sesudah teknik marmet dilakukan.⁶

Penelitian Maryam dkk (2020) mengatakan bahwa pijat marmet merupakan solusi yang bisa diberikan kepada ibu postpartum dengan masalah produksi ASI selama menyusui.⁷ Teknik Marmet merupakan teknik yang direkomendasikan untuk memerah ASI dengan menggunakan *Metode Chloe Marmet* atau dikenal juga dengan teknik marmet yang memadukan teknik pemompaan dan pemijatan. Apabila metode ini dilakukan dengan benar dan akurat maka tidak akan ada masalah pada sekresi ASI.⁸

Menurut Pillierri dan Budiati (2010) indikator pada bayi dan ibu dapat digunakan untuk mengetahui apakah produksi ASI berjalan lancar, antara lain : bayi berkemih dengan frekuensi >6 kali perhari, bayi tertidur pulas 2-3 jam, BAB dengan frekuensi 2-5 kali perhari, payudara terasa tegang, ibu merasa rileks, refleks menelan bayi baik, menyusui >8 kali sehari, puting tidak lecet, dan bayi disusui tanpa jadwal.⁹ Berdasarkan uraian tersebut maka peneliti ingin menganalisis tentang pemberian terapi teknik marmet dalam peningkatan produksi ASI pada ibu postpartum di RSUD Syekh Yusuf Gowa.

MATERI DAN METODE

Pada penelitian ini menggunakan metode *pre-eksperiment* dengan desain *one-group pretest posttest without control design* (tanpa ada kelompok kontrol). Populasi adalah seluruh ibu postpartum. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 23 orang ibu post partum yang memenuhi kriteria inklusi dengan *teknik purposive sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah semua ibu post partum dengan kriteria postpartum dalam 24 jam pertama dengan riwayat persalinan normal yang bersedia menyusui dan memberikan ASI-nya kepada bayinya di RSUD Syekh Yusuf Gowa berjumlah 23 orang yang dipilih dengan *teknik purposive sampling* berdasarkan jumlah minimal yang diperoleh dari perhitungan sampel minimal dengan menggunakan rumus Slovin. Data penelitian dinalisis secara deskriptif dan menggunakan uji *wilcoxon signed rank test* untuk analisis *bivariat*.

HASIL

Karakteristik responden

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden di RSUD Syekh Yusuf Gowa

Karakteristik	Frekuensi	Presentase (%)
Umur		
<20 tahun	2	8,7
20-35 tahun	19	82,6
> 35 tahun	2	8,7
Pendidikan		
SD	4	17,4
SMP	6	26,1
SMA	10	43,5
Diploma/Sarjana	3	13,0
Pekerjaan		
IRT	19	82,6
PNS	2	8,7
Wiraswasta	1	4,3
Dosen	1	4,3
Paritas		
Primipara	6	26,1
Multipara	15	65,2
Grandemultipara	2	8,7

Tabel 1 diatas menunjukkan karakteristik 23 responden menurut umur. Pada kategori usia 20 hingga 35 tahun mayoritas sebesar 19 (82,6%), menurut pendidikan mayoritas SMA sebesar 10 (43,5%), menurut pekerjaan ibu rumah tangga mayoritas sebesar 19 (82,6%), sedangkan menurut paritas mayoritas *multipara* sebesar 15 (65,2%).

Analisis univariat

Tabel 2. Distribusi Produksi ASI Sebelum Intervensi Teknik Marmet di RSUD Syekh Yusuf Gowa

Produksi ASI	Pre Test Teknik Marmet	
	F	N
Lancar	13	56,5
Tidak Lancar	10	43,5
Total	23	100

Sumber : data primer tahun 2024

Tabel 2. diatas menunjukkan bahwa Produksi ASI ibu nifas sebelum diberikan intervensi terapi teknik marmet produksi ASI lancar sebesar 13 responden (56,5%) dan produksi ASI tidak lancar sebesar 10 responden (43,5%).

Tabel 3. Distribusi Produksi ASI Setelah Intervensi Teknik Marmet di RSUD Syekh Yusuf Gowa

Produksi ASI	Post Test Teknik Marmet	
	F	N
Lancar	23	100
Tidak Lancar	0	0
Total	23	100

Sumber : data primer tahun 2024

Tabel 3. diatas menunjukkan bahwa Produksi ASI ibu nifas sesudah diberikan intervensi terapi teknik marmet produksi ASI mayoritas lancar sebesar 23 (100%).

Analisis bivariatTabel 4 Uji normalitas data dengan uji *Shapiro-wilk Sign*

Variabel	Statistic	df	P value
Pretest Teknik Marmet_Produksi ASI	,634	23	,000
Posttest Teknik Marmet_Produksi ASI		23	

Sumber : Uji normalitas data *Shapiro-wilk Sign* for SPSS

Tabel 4. diatas menunjukkan bahwa dari hasil uji normalitas dari dengan uji *Shapiro-wilk Sign* diperoleh nilai $P\text{ value } 0,00 < \alpha = 0,05$ sehingga disimpulkan bahwa data tidak berdistribusi normal sehingga ditetapkan uji non parametrik *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk analisis bivariat.

Tabel 5 Hasil Uji Statistik Terapi Teknik Marmet untuk Meningkatkan Produksi ASI pada Ibu Postpartum di RSUD Syekh Yusuf Kabupaten Gowa Tahun 2024

Wilcoxon Signed Rank Test					
		N	Mean Rank	Sum of Ranks	P value
Post Test Teknik Marmet_Produksi ASI - Pre Test Teknik Marmet_Produksi ASI	Negative Ranks	0 ^a	,00	,00	,000
	Positive Ranks	23 ^b	12,00	276,00	
	Ties	0 ^c			
	Total	23			

Sumber : Uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test* for SPSS

Tabel 5. diatas menunjukkan hasil *uji Wilcoxon Signed Rank* diperoleh nilai $P\text{ value} = 0,000 > \alpha (0,05)$ dengan demikian H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga disimpulkan bahwa terapi teknik marmet efektif dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum di RSUD Syekh Yusuf Kabupaten Gowa.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat 13 (56,5%) responden yang memiliki produksi ASI lancar sebelum mendapatkan terapi teknik marmet, sedangkan 10 (43,5%) responden diketahui memiliki produksi ASI yang tidak lancar.

Pada tinjauan teori menyebutkan faktor-faktor yang mempengaruhi produksi ASI menurut Lestari (2021), setelah melahirkan, secara alami setiap wanita menghasilkan ASI yang cukup untuk memenuhi kebutuhan nutrisi bayinya. Namun banyak ibu pasca melahirkan yang mengalami penurunan produksi ASI sehingga kebutuhan ASI bayi tidak dapat terpenuhi. kondisi tersebut dapat dipengaruhi beberapa faktor, salah satunya adalah asupan nutrisi ibu.¹¹

Pada penelitian ini diketahui jika mayoritas responden produksi ASI nya tidak lancar. Beberapa keluhan yang dirasakan oleh responden saat menjawab kuesioner yang telah diberikan bahwa pada pertanyaan payudara ibu terasa kencang atau tegang saat puting dihisap bayi, payudara ibu terasa lembut dan kosong setiap kali selesai menyusui, ibu merasakan aliran ASI pada saat menyusui, ibu merasakan ASI yang merembes ketika puting susu dihisap bayi, ASI ibu keluar dengan deras, bayi lebih sering BAK minimal 8 kali dalam satu hari dengan jawaban tidak.

Bukti empiris menunjukkan bahwa produksi ASI pada periode awal setelah melahirkan menjadi hambatan dalam memberikan ASI secara dini. Apabila seorang ibu tidak menyusui dalam satu jam pertama setelah melahirkan, akan terjadi keterlambatan dalam proses laktasi yang mengakibatkan penurunan hormon prolaktin. Pemberian ASI yang tidak memadai oleh ibu dapat mengakibatkan ketidakefektifan dalam memberikan ASI, dan jika tidak dikelola dengan baik, dapat menimbulkan masalah pada perkembangan bayi terutama pada masa pertumbuhan.

Dengan demikian, menurut asumsi peneliti sangat dibutuhkan perawatan komplementer untuk membantu produksi ASI pada ibu nifas, karena penyebab kegagalan menyusui yang paling sering terjadi adalah kurangnya sekresi ASI. Teknik marmet dapat menjadi pilihan metode komplementer yang dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan untuk membantu memperlancar ASI.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh responden (100%) mengalami produksi ASI lebih lancar pada ibu nifas yang mendapat terapi teknik marmet

Metode marmet ialah memadukan cara memerah ASI dengan pijat payudara untuk memastikan refleksi menyusui yang optimal. Prinsipnya adalah mengalirkan ASI dari rongga payudara menuju areola, mengeluarkan ASI ke area rongga payudara dengan merangsang sekresi hormon prolaktin, sehingga menyebabkan terbukanya folikel susu dan memicu untuk menghasilkan ASI.⁸

Penelitian ini konsisten dengan penelitian Sareng dkk. (2023) yang mengatakan bahwa penggunaan metode teknik marmet tiga kali sehari akan menstimulasi produksi ASI. Sebelum menggunakan metode teknik marmet, aliran ASI masih lemah, produksi ASI yang sedikit kurang dari 50 ml dan payudara saya terasa lembut. Namun setelah menggunakan metode teknik marmet, produksi ASI lebih banyak, aliran ASI terasa lebih deras, keluarnya ASI ± 50 ml dan payudara terasa lebih kencang.¹²

Peningkatan produksi ASI setelah diberikan terapi teknik marmet selama 3 hari berturut-turut sebanyak 2 kali sehari pada pagi dan sore hari dapat dilihat dari hasil kuesioner dimana keseluruhan responden memberikan jawaban ya pada kuesioner yang telah diberikan pada 10 indikator kelancaran ASI pada ibu. Menurut teori, ibu nifas umumnya melakukan pijat nifas pada hari pertama hingga hari ke-14 setelah melahirkan, namun rata-rata ibu nifas melakukan pijat nifas selama tiga hari. Sedangkan prosedurnya dilakukan dua kali sehari, setelah mandi pagi dan sore, dengan jangka waktu berbeda sekitar 10-15 menit atau 30-60 menit pada setiap sesi pemijatan.¹³

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh nilai P sebesar 0,000 setelah dilakukan *uji statistik dengan menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Tes*. $P > \alpha (0,05)$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang menunjukkan bahwa terapi teknik marmet efektif meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas di RSUD Syekh Yusuf Kabupaten Gowa pada tahun 2024.

Sejalan dengan penelitian Dariani, dkk (2021) bahwa ada perbedaan perawatan payudara dengan teknik marmet terhadap produksi ASI ibu nifas dengan nilai $P\text{ value} = 0,046$ dari indikator ibu dan dari indikator bayi $p\text{ value} = 0,034$. Hal ini disebabkan karena semakin seringnya pijat marmet diberikan oleh petugas kesehatan akan semakin baik pula produksi ASI yang dihasilkan oleh ibu.¹⁴

Sesuai hasil penelitian bahwa nilai *negatif ranks* yang berkaitan dengan adanya penurunan produksi ASI setelah intervensi terapi pijat marmet, temuan menunjukkan bahwa tidak ada responden yang mengalami pengurangan (penurunan) nilai. Nilai "0a" pada kolom "*Negative Ranks*" mengindikasikan bahwa tidak ada perbedaan (negatif) antara produksi ASI sebelum dan sesudah intervensi terapi teknik marmet.

Penelitian Nursitasari, dkk (2023) dimana mengkombinasikan teknik marmet dan pijat oksitosin terjadi peningkatan jumlah ASI yang diproduksi pada 12 dari 13 ibu nifas, dengan hasil uji *independent T-test* dengan interval kepercayaan 95% dan *P Value* 0,015 sehingga disimpulkan bahwa dengan menggunakan teknik marmet dan pijat oksitosin secara bersama-sama menghasilkan produksi ASI lebih banyak.¹⁵

Selanjutnya, dalam kategori "*Positive Ranks*," yang menggambarkan peningkatan nilai atau produksi ASI, dengan hasil bahwa sebanyak 23 responden mengalami peningkatan produksi ASI setelah diberikan intervensi terapi teknik marmet. Angka "23b" pada kolom "*Positive Ranks*" mencerminkan bahwa jumlah responden yang mengalami peningkatan produksi ASI mencapai 23 responden. Rata-rata *mean ranks* sebesar 12,00 menggambarkan peningkatan rata-rata pengetahuan pada responden. Selain itu, total *sum of ranks* sebesar 276.00 mencerminkan akumulasi perubahan produksi ASI yang positif pada responden.

Untuk nilai yang sama "*ties*" tidak ada situasi di mana terdapat nilai kesamaan (*Ties*) antara produksi ASI sebelum dan setelah intervensi terapi teknik marmet. Hal ini menegaskan bahwa hasil analisis mampu dengan jelas mengidentifikasi perubahan produksi ASI tanpa ada nilai yang sama antara keduanya.

Ketiadaan nilai kesamaan (*Ties*) juga mengindikasikan bahwa intervensi terapi teknik marmet secara efektif merangsang perubahan produksi ASI pada responden. Dalam situasi di mana tidak ada nilai yang sama, hal ini mencerminkan efektivitas intervensi terapi teknik marmet yang dilakukan oleh peneliti dapat terjadi peningkatan produksi ASI yang signifikan pada ibu nifas.

Menurut asumsi peneliti terapi teknik marmet merupakan pilihan alternatif pada ibu menyusui untuk meningkatkan produksi ASI demi memenuhi kebutuhan nutrisi pada bayi secara optimal dimana teknik marmet ini dapat merangsang sekresi hormon prolaktin dan oksitosin.

KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menyimpulkan : 1) Produksi ASI ibu nifas sebelum diberikan intervensi terapi teknik marmet produksi ASI sebagian besar tidak lancar. 2) Setelah diberikan intervensi terapi teknik marmet produksi ASI pada semua responden menjadi lancar. 3) Terapi teknik marmet efektif dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu post partum. Adapun yang menjadi saran yaitu hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar dan acuan bagi peneliti lanjutan tentang terapi teknik marmet dengan memperluas cakupan sampel, melibatkan wilayah yang lebih luas, atau menggunakan metode penelitian dengan melibatkan kelompok kontrol, melengkapi kuesioner untuk menilai volume ASI ibu untuk memperkuat dan melengkapi hasil penelitian ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Dosen pembimbing atas arahan dan bimbingan selama jalannya penelitian ini, kepada subjek penelitian atas kerjasamanya dan partisipasinya sehingga penelitian ini berjalan dengan baik, serta kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Depkes RI. Laporan Rischesdas 2018 Nasional.pdf. Lembaga Penerbit Balitbangkes. 2018. p. 156.
2. Najahah, S.ST, M. K. I., Irmayani, S.ST, M. K., & Mawaddah, S.ST MK. Peningkatan Pengetahuan ASI Eksklusif melalui Media E-Booklet. Nasruddin M, editor. PT Nasya Expanding Management (NEM); 2022.
3. Kemenkes RI. Pelatihan, Modul Konseling, Pelatih RI. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2022.
4. World Health Organization. 2023.
5. Mintaningtyas, S.Si.T, M.Tr.Keb, S. I., & Isnaini, S.ST, M.Keb YS. Pijat Oksitosin Untuk Meningkatkan Produksi Asi Eksklusif. Pekalongan; 2022.
6. Nurul Alfianti A, Nurrohmah A. Penerapan Teknik Marmet terhadap Kelancaran ASI pada Ibu Post Partum di Kelurahan Gedangan Kabupaten Boyolali. *Indogenius*. 2022;1(3):104–12.
7. Maryam B, Sastrawan S, Menap M. Pijat Marmet Sebagai Solusi Produksi Asi Ibu Menyusui Di Kecamatan Sikur Kabupaten Lombok Timur. *JISIP (Jurnal Ilmu Sos dan Pendidikan)*. 2020;4(3):32–4.
8. Setyawandari, S. M. K., & Ningrum, SST. M.Kes NP. Tingkatkan Produksi Asi Dengan Teknik Marmet Dan Pijat Oksitosin. Cilacap: Wijaya Kusuma Press.; 2020.
9. Zubaidah, Iis Pusparina, Rusdiana RN. Asuhan Keperawatan Nifas. Sleman: Deepublish; 2021.
10. Lestari, SST, M.Kes P, Fatimah, SST MK, Ayuningrum MkLD. PIJAT OKSITOSIN LAKTASI LANCAR BAYI TUMBUH SEHAT. Yogyakarta: Elmatara; 2021.
11. Lestari, SST, M.Kes, P., Fatimah, SST, M. K., & Ayuningrum MKLD. Pijat Oksitosin Laktasi Lancar Bayi Tumbuh Sehat. Yogyakarta: Elmatara Publishing CV; 2021.
12. Prabasari MQ, Aksari ST, Didik N, Imanah N, Sukmawati E. Penerapan Teknik Marmet Guna Memperlancar Pengeluaran ASI. *J Mhs Ilmu Farm dan Kesehat*. 2023;1(4):2987–2898.
13. Puteri V.D., Putri R.Y. BM. Bunga Rampai Perawatan Masa Nifas Berbasis Budaya Lokal. Cilacap: Media Pustaka Indo; 2024 p.

14. Dariani L, Khadijah S. Perbedaan Efektifitas Breast Care dan Teknik Marmet terhadap Kelancaran Air Susu Ibu pada Ibu Post Partum. J Kesehat Med Saintika [Internet]. 2021;12(1):96–102. Available from: <https://jurnal.syedzasaintika.ac.id/index.php/medika/article/view/875/pdf>
15. Chandra IL, Kurniati D, Novelia S. Pengaruh Teknik Marmet Dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Postpartum. J Ilm Kesehat Delima. 2023;3(1):66–77.