

**PENGARUH TEHNIK MARMET TERHADAP KELANCARAN ASI PADA IBU  
POSTPARTUM DI PUSKESMAS SEI BEROMBANG KECAMATAN PANAI HILIR**Irmawati<sup>1\*</sup>, Rotua Lenawati Tindaon<sup>2</sup>, Haswani<sup>3</sup>, Haziyah<sup>4</sup><sup>1-4</sup>Universitas Prima Indonesia, Medan, Indonesia

Email Korespondensi: rotualenawatitindaon@unprimdn.ac.id

Disubmit: 04 Oktober 2022

Diterima: 14 November 2022

Diterbitkan: 01 Februari 2023

DOI: <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i2.8008>**ABSTRACT**

*Breast milk (ASI) is the best food for babies because it contains all the nutrients that babies need and protective substances from various germs. The purpose of this study was to determine the effect of the marmet technique on the smoothness of breastfeeding in postpartum mothers at the Sei Berombang Health Center, Panai Hilir District. This type of research is a quasi-experimental design with one group pretest-posttest design. The population of this study was postpartum mothers on the 2nd day using a total sampling technique with a total sample of 16 postpartum mothers. The results of this study used the Wilcoxon test. Based on the Wilcoxon test, the p-value was 0.000 (<0.05), meaning that there was an effect of the marmet technique on the smoothness of breastfeeding in postpartum mothers. The conclusion of this study is that there is an effect of the marmet technique on the smoothness of breast milk in postpartum mothers and it can be applied to accelerate the release of breast milk, milk production and smooth breast milk. Suggestions from this study are expected that the marmet technique process can be used as an alternative in accelerating breastfeeding so that breastfeeding becomes smooth and exclusive breastfeeding can be carried out.*

**Keywords:** *Marmet Technique, Smooth Breastfeeding, Postpartum***ABSTRAK**

Air susu ibu (ASI) merupakan makanan yang terbaik untuk bayi karena mengandung semua nutrisi yang dibutuhkan bayi dan zat pelindung dari berbagai kuman. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui adanya pengaruh tehnik marmet terhadap kelancaran asi pada ibu postpartum di Puskesmas Sei Berombang Kecamatan Panai Hilir. Jenis penelitian ini adalah *quasi eksperiment* dengan desain *one group pretest-posttest desain*. Populasi dari penelitian ini adalah ibu postpartum hari ke2 menggunakan teknik *total sampling* dengan jumlah sampel 16 orang ibu postpartum. Hasil penelitian ini menggunakan uji wilcoxon. Berdasarkan uji wilcoxon didapatkan nilai p-value 0,000 (< 0,05), berarti ada pengaruh tehnik marmet terhadap kelancaran asi pada ibu postpartum. Kesimpulan dari penelitian ini yaitu ada pengaruh tehnik marmet terhadap kelancaran asi pada ibu postpartum dan dapat diaplikasikan untuk mempercepat pengeluaran ASI, produksi ASI dan kelancaran ASI. Saran dari penelitian ini diharapkan proses tehnik marmet dapat dijadikan alternatif

dalam mempercepat pengeluaran ASI sehingga ASI menjadi lancar dan ASI eksklusif dapat terjalani.

**Kata Kunci:** Tehnik Marmet, Kelancaran ASI, Postpartum

## PENDAHULUAN

*World Health Organization* (WHO) menganjurkan bayi baru lahir sampai usia bayi 6 bulan hanya mengkonsumsi ASI tanpa cairan atau makanan lain (Dahlan, 2018). Data 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 (Pujiati et al., 2021).

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 Sumatra Utara sebesar 57,83% (BPS, 2022). Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Sumatra Utara Tahun 2018, cakupan ASI eksklusif dari tahun 2012 sampai 2017 cenderung meningkat kecuali pada tahun 2016 terjadi penurunan yang sangat drastis sebesar 16,09%. Capaian tahun 2017 sebesar 45,31% telah mencapai target Nasional sebesar 40%. (Dinkes Provinsi Sumatra Utara, 2018). Berdasarkan data dari Puskesmas Sei Berombang Kecamatan Panai hilir Kabupaten Labuhan batu Sumatera Utara pada bulan Februari tahun 2022 jumlah bayi usia 0-5 bulan sebanyak 284 orang yang mendapatkan ASI eksklusif sebanyak 94 orang dan yang tidak mendapatkan ASI eksklusif sebanyak 190 orang. Hal ini disebabkan karena

kurangnya produksi ASI (ASI tidak lancar), pekerjaan, pengetahuan, nutrisi pada ibu menyusui.

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 refleks pengeluaran susu (*Milk Ejektion 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.

Dari hasil survey pendahuluan yang dilakukan dengan 6 ibu menyusui yang memiliki bayi usia 0 bulan dan yang memberikan susu formula kepada bayinya, mengatakan bahwa memberikan bayinya susu formula dikarenakan produksi ASI yang kurang sehingga ASI sedikit keluar.

Berdasarkan pembahasan diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang pengaruh pemberian tehnik marmet terhadap kelancaran ASI pada ibu postpartum di Puskesmas Sei Berombang Kecamatan Panai hilir.

## KAJIAN PUSTAKA

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 (Linda, 2019). Seorang ibu sering mengalami masalah dalam pemberian ASI eksklusif, salah satu kendala utamanya yakni produksi ASI yang tidak lancar (Musrifa, 2018).

#### METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah *quasi eksperiment* dengan desain *one group pretest-posttest desain*, Penelitian ini hanya menggunakan satu kelompok yaitu kelompok intervensi, untuk melihat pengaruh kelancaran ASI sebelum dan setelah diberikan tehnik marmet pada ibu postpartum di Puskesmas Sei Berombang Kecamatan Panai hilir.

Tehnik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah total

populasi yaitu seluruh ibu postpartum hari kedua yang berjumlah 16 orang.

Pengumpulan pada penelitian ini menggunakan lembar observasi yang terdiri dari 3 bagian. Bagian pertama berisikan data demografi responden, bagian kedua berisikan SOP tehnik marmet dan bagian ketiga berisikan penilaian kelancaran ASI.

Pengumpulan data dilakukan 2 kali pada saat sebelum perlakuan (pretest), diberikan intervensi pijat marmet dan penilaian setelah intervensi (posttest). Intervensi diberikan berupa tehnik marmet yang diberikan 20 menit selama 7 hari. Tehnik marmet diberikan pada ibu hari 2, 3 dan 4 postpartum.

Analisa data menggunakan analisa univariat dan bivariate. Analisa bivariate menggunakan uji *Wilcoxon test*.

#### HASIL

##### Analisis Univariat Karakteristik

**Tabel 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, pendidikan, Pekerjaan dan Jumlah Anak di Puskesmas Sei Berombang Kecamatan Panai hilir**

Karakteristik	f	%
<b>Usia</b>		
20-35 tahun	13	81,3
>35 Tahun	3	18.8
<b>Pendidikan</b>		
SMA	8	50
Perguruan Tinggi	8	50
<b>Pekerjaan</b>		
Bekerja	9	56.3
Tidak Bekerja	7	43.8
<b>Jumlah Anak</b>		
1-2 Anak	11	68.8
>2 anak	5	31.3

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa, dari karakteristik usia sebahagian besar ibu berusia

diantara 20-35 tahun sebesar 13 orang (81.3%). Dari karakteristik pendidikan ibu sebahagian besar

berpendidikan SMA dan perguruan tinggi sebesar 8 orang (50%). Dari karakteristik pekerjaan ibu, sebahagian besar ibu bekerja

sebanyak 9 orang (56,3%). Dari karakteristik jumlah anak, sebahagian besar ibu memiliki anak 1-2 orang sebesar 11 orang (68,8%).

### Kelancaran ASI

**Tabel 2** Distribusi frekuensi Kelancaran ASI Pretest dan Posttest Pemberian Tehnik Marmet Pada Ibu di Puskesmas Sei Berombang Kecamatan Panai hilir

Kelancaran ASI	Pretest		Posttest	
	f	%	f	%
Lancar	-	-	16	100
Tidak Lancar	16	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%.

### Analisis Bivariat

#### Pengaruh Pemberian Tehnik Marmet Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Postpartum di Puskesmas Sei Berombang Kecamatan Panai hilir

**Tabel 3** Hasil Uji Wilcoxon Tes Pengaruh Pemberian Tehnik Marmet Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Postpartum di Puskesmas Sei Berombang Kecamatan Panai hilir

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest- Prettest Tehnik Marmet	Negativ Ranks	0	0,00	0.00
	Positive Ranks	16	8.50	136.00
	Ties	0		
	Total	16		
Test Statistics				
Asymp. Sig (2-tailed)				0,000

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa, pada negative rank ibu yang mengalami penurunan kelancaran ASI tidak ada sebanyak 0 orang. Pada positive ranks terdapat peningkatan kelancaran ASI sebanyak 16 orang dengan mean rank 8.50 dan sum of rank 136,00. Pada tabel ties terdapat nilai 0

berarti tidak ada responden nilai kelancaran ASI sama antara pretest dan posttest. Pada test statistics didapat nilai asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0,000 yang berarti bahwa terdapat pengaruh pemberian tehnik marmet terhadap kelancaran ASI pada ibu postpartum.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian didapatkan, pada positive ranks terdapat peningkatan kelancaran ASI sebanyak 16 orang dengan mean rank 8.50 dan sum of rank 136,00. Pada tabel ties terdapat nilai 0 berarti tidak ada responden nilai kelancaran ASI sama antara pretest dan posttest.

Hasil test statistics didapat nilai asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0,000 yang berarti bahwa terdapat pengaruh pemberian tehnik marmet terdapat kelancaran ASI pada ibu postpartum. Tehnik marmet berpengaruh terhadap kelancaran ASI dikarenakan tehnik marmet terdapat kombinasi memerah dan memijat payudara sehingga merangsang *mammary alveoli* untuk memproduksi ASI.

Pijat Marmet merupakan kombinasi antara cara memerah ASI dan memijat payudara sehingga reflek keluarnya ASI dapat optimal. Teknik memerah 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. 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 refleks 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.

Berdasarkan 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.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Hanum (2020), Pengaruh Tehnik Marmet terhadap Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di Klinik Ny. Tyas Edi Di Jember Tahun 2020. Hasil penelitian didapat pengeluaran ASI sebelum perlakuan sebahagian besar 80% ASInya tidak lancar, sedangkan setelah diberikan perlakuan tehnik marmet hampir seluruhnya 95% ASI lancar. Hasil analisis didapatkan nilai sig. 0,000 yang berarti ada pengaruh pemberian tehnik marmet terhadap kelancaran produksi ASI

## KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian tehnik marmet yang diberikan rutin selama 7 hari dalam waktu 20 menit pada ibu postpartum dapat meningkatkan kelancaran ASI, sehingga ibu dapat memberikan ASI kepada bayinya tanpa diberikan susu formula.

Saran pada penelitian ini bagi tenaga kesehatan diharapkan dapat memberikan masukan dan informasi kepada tenaga kesehatan dan sebagai bahan pertimbangan untuk mengaplikasikan tehnik marmet sebagai tindakan dalam mengatasi ASI tidak lancar pada ibu postpartum

## DAFTAR PUSTAKA

- 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>
- Hanum, L. (2020). Pengaruh Tehnik Marmet terhadap Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di Klinik Ny. Tyas Edi Di Jember Tahun 2020. *Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Islam Jember*, 52-60.
- Linda, E. (2019). *ASI Eksklusif* (T. Wiryanto (ed.)). Yayasan Jamiul Fawaid.
- 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.
- Musrifa. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Post Partum DI Rumah Sakit Umum Daerah Kota Kendari Tahun 2018. *Naskah Karya Tulis Ilmiah Poltekkes Kendari*, 7, 1-25.
- 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.
- Utara, D. P. S. (2018). Profil Kesehatan Provinsi Sumatra Utara Tahun 2017. *Dinas Kesehatan Provinsi Sumatra Utara*.  
<http://dinkes.sumutprov.go.id/common/upload/profilkesihatanprovinsisumaterautaratahun2017.pdf>