

## Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Postpartum di RSUD Pambalah Batung Amuntai

Herlina<sup>1\*</sup>, Novalia Widiya Ningrum<sup>2</sup>, Esti Yuandari<sup>3</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Sari Mulia

<sup>3</sup>Program Studi Sarjana Terapan Promosi Kesehatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Sari Mulia

Open Access Freely Available Online

Dikirim: 22 Mei 2023

Direvisi: 22 Juni 2023

Diterima: 29 Juni 2023

\*Penulis Korespondensi:

E-mail:

[herlinawinda001@gmail.com](mailto:herlinawinda001@gmail.com)

### ABSTRAK

**Pendahuluan:** Pemberian ASI eksklusif diberikan selama 6 bulan tanpa memberikan makanan atau minuman tambahan kepada bayi sejak lahir. Pemberian ASI selama 6 bulan sudah dibuktikan secara ilmiah dapat memenuhi kebutuhan nutrisi pada bayi. Hambatan sering karena ASI yang belum keluar dan kurangnya produksi ASI karena kurangnya rangsangan hormon prolaktin dan oksitosin yang berperan dalam kelancaran produksi ASI. Pijat marmet berperan dalam kelancaran produksi ASI, sehingga reflek keluarnya ASI menjadi optimal. **Tujuan:** Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh teknik marmet terhadap kelancaran ASI pada ibu postpartum. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif metode eksperimen tipe *posttest only design*. Sampel adalah ibu postpartum berjumlah 20 orang, diambil dengan teknik *purposive sampling*. Pengambilan data menggunakan teknik marmet dan lembar observasi. Data dianalisis menggunakan uji *One Sample t-test*. **Hasil:** Hasil penelitian ini responden berusia 20-35 tahun 16 orang (80%), jumlah paritas responden multipara 12 orang (60%) responden melahirkan secara *sectio caesarea* 15 orang (75%). Responden dilakukan teknik marmet (100%). Ada pengaruh teknik marmet terhadap kelancaran ASI pada ibu postpartum dengan nilai *p-value* ( $0,017 < 0,05$ )  $t = 2,547$ . **Kesimpulan:** Simpulan dari penelitian yaitu teknik marmet berpengaruh terhadap kelancaran ASI pada ibu postpartum. Diharapkan bagi ibu postpartum dapat melakukan teknik marmet sebagai cara alternatif untuk memperlancar produksi ASInya.

**Kata kunci:** ASI Eksklusif, Kelancaran ASI, Teknik Marmet

### ABSTRACT

**Background:** Exclusive breastfeeding is given for 6 months without giving additional food or drink to the baby from birth. Breastfeeding for 6 months has been scientifically proven to meet the nutritional needs of infants. Barriers are often due to breast milk that has not come out and lack of milk production due to lack of stimulation of the hormones prolactin and oxytocin which play a role in smooth milk production. The guinea pig massage plays a role in the smooth production of breast milk, so that the reflex for the release of breast milk becomes optimal. **Purpose:** The purpose of this study was to determine the effect of the guinea pig technique on the smoothness of breastfeeding in postpartum mothers. **Method:** This study used a quantitative method of the *posttest only design* type experimental method. Samples were postpartum mothers totaling 20 people, taken by *purposive sampling* technique. Retrieval of data using marmet technique and observation sheets. Data were analyzed using the *One Sample t-test*. **Results:** The results of this study were 16 respondents aged 20-35 years (80%), the number of parity multipara respondents was 12 persons (60%), respondents gave birth by *sectio caesarea* 15 persons (75%). Respondents performed marble technique (100%). There is an effect of the guinea pig technique on the smoothness of breastfeeding in postpartum mothers with a *p-value* ( $0.017 < 0.05$ )  $t = 2.547$ . **Conclusion:** The conclusion from the study is that the guinea pig technique has an effect on the smoothness of breastfeeding in postpartum mothers. It is hoped that postpartum mothers can use the guinea pig technique as an alternative way to expedite their milk production.

**Keywords:** Exclusive Breastfeeding, Smooth Breastfeeding, The Marmet Technique

**PENDAHULUAN**

Masa nifas ibu akan banyak mengalami kejadian penting, dimulai dari perubahan secara fisik maupun psikologis dalam menghadapi keluarga baru yang membutuhkan perhatian dan kasih sayang. Salah satu hal penting yang dilakukan pada saat setelah melahirkan yaitu pemberian ASI eksklusif kepada sang buah hati (Indrianita *et al.*, 2022).

Air Susu Ibu (ASI) adalah suatu emulsi lemak dalam larutan protein, laktosa dan garam-garam anorganik yang disekresikan oleh kelenjar payudara ibu, dan berguna sebagai makanan bayi. *Foremilk* mempunyai kandungan rendah lemak dan tinggi laktosa, gula, protein, mineral dan air. Selanjutnya air susu berubah menjadi *hindmilk*. *Hindmilk* kaya akan lemak dan nutrisi (Maryunani, 2015). Ada banyak hal yang dapat memengaruhi kelancaran air susu. Sebaiknya ibu mengetahui sejak dini sehingga bayi bisa mendapatkan air susu dalam jumlah yang banyak dan cukup (Misna *et al.*, 2020).

Hambatan yang sering terjadi dalam pemberian ASI yaitu ASI yang belum keluar dan kurangnya produksi ASI yang terjadi karena kurangnya rangsangan hormon prolaktin dan oksitosin yang berperan (Sulaeman *et al.*, 2019). Hal ini sejalan dengan penelitian Juliastuti & Sulastri (2019) bahwa faktor penyebab ibu tidak mau menyusui bayinya adalah produksi ASI yang tidak cukup disebabkan karena kurangnya rangsangan hormon oksitosin dan prolactin.

Salah satu upaya yang bisa dilakukan untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin pada ibu setelah melahirkan dapat dilakukan dengan cara teknik marmet (Ekajayanti *et al.*, 2021). Pijat marmet merupakan kombinasi antara cara pemerah ASI dan memijat payudara sehingga reflek keluarnya ASI dapat optimal (Muslimah *et al.*, 2020). Semakin baiknya pijat marmet yang dilakukan oleh tenaga kesehatan maka produksi ASI pada ibu postpartum semakin baik (Lestari *et al.*, 2021).

**METODE**

Desain penelitian kuantitatif metode eksperimen tipe *posttest only design*. Sampel penelitian sebanyak 20 ibu postpartum di RSUD Pambalah Batung dan diambil menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria inklusi bersedia menjadi terlibat dalam penelitian, kadar hemoglobin normal, dalam kondisi sehat, dalam 2 x 24 jam yang tidak keluar ASI atau ASI tidak lancar dan tidak menggunakan obat pelancar ASI. Kriteria eksklusi adalah bayi diberikan susu formula.

Pelaksanaan *treatment* teknik marmet dalam waktu kurang lebih 15 menit sebanyak 3 kali perhari pada hari ke 2 postpartum. Kelancaran ASI dikategorikan Lancar jika ASI yang didapatkan  $\geq 25$ ml ASI dalam sekali perah dan Tidak lancar jika ASI yang didapatkan  $< 25$ ml ASI dalam sekali perah.

Analisis univariat untuk mendeskripsikan karakteristik responden dan variabel penelitian dan analisis bivariat untuk mengetahui pengaruh teknik marmet terhadap kelancaran ASI pada ibu postpartum menggunakan uji statistik *one sample t test*.

*Ethical clearance* diperoleh dari Komite Etik Penelitian Universitas Sari Mulia Banjarmasin pada tanggal 25 Januari 2023 dengan No.330/KEP-UNISM/I/2023.

**HASIL**

**Analisis Univariat**

**Tabel 1**

Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase
<b>Usia</b>		
<20 tahun	1	5
20-35 tahun	16	80
>35 tahun	3	15
<b>Paritas</b>		
Primipara	8	40
Multipara	12	60
<b>Proses Persalinan</b>		
<i>Sectio Caesarea</i>	15	75
Spontan	5	25
<b>Total</b>	20	100

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa usia responden yang paling banyak 20-35 tahun 16 orang (80%), paritas multipara 12 orang (60%) dan proses persalinan responden secara SC 15 orang (75%).

Tabel 2

Teknik Marmet

Teknik Marmet	Frekuensi	Persentase
Dilakukan teknik marmet	20	100
Tidak dilakukan	0	0
<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 2 semua responden dilakukan teknik marmet (100%).

### Analisis Bivariat

Tabel 4

Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Kelancaran ASI pada Ibu Postpartum

Kelancaran ASI	Teknik Marmet		Total
	Dilakukan	Tidak dilakukan	
Lancar	13 (65%)	0 (0)	13 (65%)
Tidak lancar	7 (35%)	0 (0)	7 (35%)
<b>Total</b>	<b>20</b> <b>(100%)</b>	<b>0</b> <b>(0)</b>	<b>20</b> <b>(100%)</b>

*P-Value* = 0,019

Hasil analisis data pada tabel 4 didapatkan nilai *p-value* ( $0,019 < 0,05$ ) yang artinya terdapat pengaruh teknik marmet terhadap kelancaran ASI pada ibu postpartum di RSUD Pambalah Batung Amuntai.

### PEMBAHASAN

#### Karakteristik Ibu Postpartum

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan bahwa hampir seluruh berusia 20-35 tahun sebanyak 16 orang (80%), usia >35 tahun sebanyak 3 orang (15%) dan usia <20 tahun 1 orang (5%). Leiwakabessy & Azriani (2020) menjelaskan bahwa usia seseorang dihitung mulai dari saat kelahiran sampai masa sekarang. Rentang umur reproduksi yang sehat adalah pada usia 20-35 tahun. Periode tersebut merupakan periode yang paling baik untuk hamil, melahirkan dan menyusui. Dalam kurun waktu reproduksi sehat produksi ASI akan cukup karena fungsi alat reproduksi masih dapat bekerja secara optimal (Prawirohardjo, 2016).

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa usia terbaik untuk menyusui adalah 25-35 tahun. Hal ini dikarenakan ibu masih

Tabel 3

Kelancaran ASI

Kelancaran ASI	Frekuensi	Persentase
Lancar	13	65
Tidak lancar	7	35
<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 3 kelancaran ASI responden didapatkan sebanyak 13 responden (65%) yang lancar ASInya.

dalam usia subur sehingga juga memiliki organ reproduksi yang baik yang mendukung produksi ASI yang baik, namun ada ibu yang meskipun berada pada kategori usia 25-35 tahun namun tidak dapat memproduksi ASI dengan lancar bisa karena faktor lainnya. Usia sangat menentukan kesehatan ibu dan berhubungan dengan kondisi kehamilan, persalinan dan nifas serta cara merawat dan menyusui bayi. Ibu yang berusia kurang dari 20 tahun masih belum dewasa dan belum siap secara fisik dan sosial untuk menghadapi kehamilan dan persalinan. Umumnya ibu yang berusia kurang dari 20 tahun masih ingin mempertahankan bentuk payudara yang baik, sehingga ibu beranggapan bahwa menyusui bayi dapat membuat payudaranya kendor. Sedangkan ibu yang berusia lebih dari 35 tahun umumnya dianggap berbahaya karena baik organ reproduksinya maupun organ lainnya sudah

mengalami penurunan, namun masih banyak yang produksi ASInya lancar karena pengalaman ibu pada masa menyusui sebelumnya terutama pada ibu dengan multipara.

Berdasarkan jumlah paritas responden sebagian besar multipara sebanyak 12 orang (60%) dan primipara sebanyak 8 orang (40%). Prawirohardjo (2016) menjelaskan paritas adalah jumlah kehamilan yang menghasilkan janin yang mampu hidup diluar rahim (28 minggu). Hasil penelitian sejalan dengan penelitian Ariani (2022) yang menyebutkan terdapat hubungan paritas dengan produksi air susu ibu (ASI) di Klinik Andri Kotabangun tahun 2021 dengan nilai *p-value* ( $0,004 < 0,05$ ). Paritas 2 sampai 3 merupakan paritas paling aman ditinjau dari sudut kematian maternal. Ibu multipara memiliki pengalaman terhadap anak sebelumnya, sehingga lebih giat dan tekun dalam memberikan ASI pada bayi mereka.

Piesesha *et al.*, (2018) menjelaskan dalam penelitiannya bahwa paritas berhubungan dengan awal laktasi. Awal laktasi ini akan menentukan keberhasilan pemberian ASI berikutnya. Paritas primipara adalah faktor negatif keberhasilan menyusui terkait dengan IMD. Hal ini berarti bahwa ibu primipara cenderung gagal dalam pelaksanaan IMD.

ASI akan diproduksi lebih banyak pada ibu yang melahirkan lebih dari satu kali. Hal ini disebabkan karena mereka lebih memiliki pengetahuan dan pengalaman yang lebih banyak tentang proses menyusui sehingga manajemen laktasi akan dijalankan dengan baik. Kesiapan psikologis antara primipara dan multipara sangat berbeda. Seorang primipara lebih mudah merasa cemas dan labil kondisi psikologisnya hal ini akan mempengaruhi pengeluaran hormon yang berperan dalam produksi ASI (Leiwakabessy & Azriani, 2020).

Berdasarkan hasil tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa paritas multipara merupakan paritas yang baik dalam masa menyusui. Hal ini dikarenakan sebelumnya sudah ada pengalaman menyusui dengan anak dan ibu sudah melewati masa postpartum sehingga perasaan cemas ibu saat menyusui membuat hormon yang membantu

produksi ASI tidak terganggu, namun masih ada faktor lain yang membuat ASI produksi pada ibu multipara tidak lancar. Ibu dengan paritas primipara sering mengalami kecemasan selama kehamilan dan menyusui karena ini merupakan pertama kalinya ibu primipara mengalami proses tersebut. Kecemasan pada ibu multipara akan mempengaruhi hormon yang mempengaruhi produksi ASI.

Berdasarkan proses persalinan, hampir seluruh responden melakukan persalinan secara *sectio caesarea* (SC), yaitu sebanyak 15 orang (75%) dan secara spontan sebanyak 5 orang (25%). Hasil penelitian Rosmawaty & Sukarta (2018) menyatakan terdapat hubungan antara jenis persalinan dengan produksi ASI di Rumah Sakit Nene Mallomo Sidrap tahun 2017 dengan nilai *p-value* ( $0,004 < 0,05$ ). Persalinan SC berpengaruh terhadap pengeluaran ASI, ibu yang melahirkan secara SC beresiko mengalami keterlambatan pengeluaran ASI dibandingkan ibu yang baru menjalani SC pertama, ibu yang menjalani *Vaginal Birth After Secarean* (VBAC) maupun ibu yang menjalani SC karena gagal persalinan pervaginam.

Waktu pengeluaran ASI pada ibu *post SC* lebih lambat dibanding dengan ibu *postpartum* normal. Terlambatnya pengeluaran ASI pada ibu *post SC* tersebut disebabkan oleh berbagai faktor diantaranya adalah posisi menyusui, nyeri setelah SC, mobilisasi, rawat gabung ibu-anak dan *intervensi rolling massage*. Ibu yang selama persalinan menggunakan penguraang nyeri seperti epidural ataupun SC beresiko lebih tinggi mengalami keterlambatan pengeluaran ASI yang lebih lambat (Sari *et al.*, 2022).

Nyeri berat pada ibu *post SC* merupakan faktor yang memperlambat keluarnya ASI. Semakin tinggi nyeri yang dialami ibu *post post SC*, semakin lambat pengeluaran ASI. Apabila bayi disusui, gerakan menghisap yang berirama akan merangsang saraf yang terdapat di dalam glandula pituitari posterior. Rangsang refleks ini akan mengeluarkan oksitosin dari pituitari posterior. Hal ini akan menyebabkan sel-sel *mioepitel* di sekitar *alveoli* akan berkontraksi dan mendorong air susu masuk ke dalam pembuluh darah. Refleks ini dapat

dihambat oleh adanya rasa sakit, misalnya nyeri jahitan luka operasi pada ibu *post SC*.

Berdasarkan hal tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa jenis persalinan dengan produksi ASI sangat erat kaitannya dengan proses menyusui. Pada persalinan normal proses mobilisasi sangat cepat pada 2 jam pertama setelah melahirkan sehingga dalam melakukan IMD bayi sangat mudah dihisap oleh bayi dan ibu tidak merasa cemas dan stress setelah proses persalinan sehingga memudahkan produksi ASI, sedangkan pada proses persalinan SC proses mobilisasi sulit sehingga melakukan IMD juga terhambat setelah persalinan.

### **Kelancaran ASI pada Ibu Postpartum**

Kelancaran ASI ibu postpartum setelah dilakukan teknik marmet, lancar sebanyak 13 orang dan tidak lancar sebanyak 7 orang. Kelancaran ASI tersebut dibuktikan dari banyaknya keluar ASI pada ibu sesudah diberikan teknik marmet, bahkan ada yang mencapai 65 ml.

Walyani (2015) menjelaskan berbagai manfaat bagi ibu postpartum yang ASInya lancar, seperti; 1) ASI membantu ibu dalam mencegah terjadinya perdarahan pasca persalinan. Memberikan ASI setelah persalinan akan meningkatkan kontraksi Rahim ibu untuk sembuh lebih cepat, jika perdarahan berhenti, resiko anemia pun dapat dikurangi; 2) hisapan mulut bayi pada puting susu merangsang ujung syaraf sensorik sehingga post anterior hipofisis mengeluarkan prolaktin. Prolaktin masuk ke indung telur, menekan produksi estrogen, akibatnya tidak ada ovulasi; 3) ibu yang menyusui eksklusif ternyata lebih mudah dan lebih cepat kembali ke berat badan semula seperti sebelum hamil. Pada saat hamil bertambah berat, selain karena ada janin, juga karena penimbunan lemak pada tubuh. Cadangan lemak ini sebetulnya di sisakan sebagai sumber tenaga dalam proses produksi ASI; 4) hisapan bayi pada payudara akan merangsang terbentuknya oksitosin oleh kelenjar hipofisis. Oksitosin membantu involusi uterus dan mencegah terjadi perdarahan pada pasca persalinan. Penundaan haid dan berkurangnya perdarahan pasca persalinan dan mengurangi

prepalensi anemia defisiensi zat besi; 5) pemberian ASI dapat memperlambat hubungan pada bayinya, karena hal ini merupakan salah satu bentuk curahan kasih sayang pada bayinya. Selain itu akan menimbulkan rasa bangga pada ibu karna telah memberikan ASI untuk bayinya.

### **Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Postpartum**

Berdasarkan hasil analisis data yang didapatkan terdapat pengaruh teknik marmet terhadap kelancaran ASI pada ibu postpartum di RSUD Pambalah Batung Amuntai. Hal ini dibuktikan dari 13 responden (65%) yang lancar ASInya. Sesuai dengan penjelasan Pangestu (2017) teknik marmet mampu mengaktifkan reflek keluarnya air susu/*milk ejection refleks* (MER) sehingga air susu dapat menetes dan sering menyemprot dengan sendirinya.

Teknik 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 dengan pengosongan ASI pada daerah *sinus laktiferus* ini akan merangsang pengeluaran hormon prolaktin (Muslimah *et al.*, 2020).

Teknik marmet merupakan pijatan menggunakan dua jari, ASI dapat keluar lancar dan membutuhkan waktu sekitar 15 menit. Cara ini sering disebut *back to nature*, karena caranya sederhana dan tidak membutuhkan biaya (Pangestu, 2017). Teknik Marmet merupakan metode pembaharuan pijat dan stimulasi untuk membantu kunci reflek keluarnya ASI. Teknik marmet adalah salah satu cara yang aman dan signifikan dalam merangsang payudara memproduksi lebih banyak ASI. Teknik marmet adalah salah satu cara yang aman dan signifikan dalam merangsang payudara memproduksi lebih banyak ASI (Pujiati *et al.*, 2021).

Berdasarkan hasil observasi yang didapatkan data pada ibu postpartum yang lancar ASInya berkisar antara 25-65ml. Yustianti *et al.*, (2020) menjelaskan bahwa produksi ASI merujuk pada



volume ASI yang dikeluarkan oleh payudara dan banyaknya ASI tersebut diasumsikan sama dengan produksi ASI. Meningkatkan dan menurunnya produksi ASI dapat dipengaruhi beberapa faktor seperti makanan yang dikonsumsi ibu, ketenangan jiwa dan pikiran, penggunaan alat kontrasepsi, perawatan payudara, anatomis payudara, faktor fisiologis, pola istirahat, faktor isapan anak atau frekuensi penyusuan, berat lahir bayi, umur kehamilan saat melahirkan, dan konsumsi rokok serta alkohol.

Berdasarkan hal tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa teknik pijat marmet dapat meningkatkan kuantitas ASI. Hal ini dikarenakan saat memijat payudara maka pijatan akan merangsang *hormon proklatin* yang berfungsi untuk memproduksi ASI, dan *hormon oksitosin* untuk membuat payudara berkontraksi sehingga ASI dapat keluar dengan lancar dan juga semakin baik pijatan marmet dilakukan semakin baik, maka semakin lancar produksi ASI pada ibu nifas, sehingga refleks pengeluaran ASI menjadi optimal.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pangestu (2017), dari hasil penelitiannya menunjukkan produksi ASI terbanyak setelah dilakukan teknik marmet dan pijat oksitosin adalah 50-100 ml sebanyak 17 (53,1%), >100 ml sebanyak 15 (46,9%). Juga pada penelitian Yustianti *et al.*, (2020), dari hasil penelitiannya menyebutkan terjadi peningkatan rata-rata volume ASI sebelum dilakukan teknik marmet 8,20 ml menjadi 44,67 ml setelah dilakukan teknik marmet.

Hasil penelitian sejalan dengan penelitian Yustianti *et al.*, (2020) yang menyatakan terdapat pengaruh yang signifikan sebelum dan sesudah teknik marmet terhadap produksi ASI pada ibu post partum dengan nilai *p-value* ( $0,000 < 0,05$ ), hal tersebut dibuktikan dengan perbedaan keluaran ASI sebanyak 40,63 mililiter. Penelitian Pujiati *et al.*, (2021) juga menyebutkan bahwa ada pengaruh teknik marmet terhadap kelancaran ASI pada ibu postpartum di wilayah kerja Puskesmas Kota Tanjungpinang *p-value* ( $0,000 < 0,05$ ).

## SIMPULAN

Simpulan dari penelitian yaitu teknik marmet berpengaruh terhadap kelancaran ASI pada ibu

postpartum. Diharapkan bagi ibu postpartum dapat melakukan teknik marmet sebagai cara alternatif untuk memperlancar produksi ASInya.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Rumah Sakit Pambalah Batung yang telah memberikan ijin dan kesempatan untuk melakukan penelitian.

## REFERENSI

- Ariani, P. (2022). Hubungan Umur, Paritas, Dan Frekuensi Menyusui Dengan Produksi Air Susu Ibu (ASI) Di Klinik Andri Kotabangun Tahun 2021. *BEST Journal of Biology Education, Science & Technology*, 5(1), 243–248.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.30743/best.v5i1.5010>
- Ekajayanti, P. P. N., Parwati, N. W. M., Astiti, N. K. E., & Lindayani, I. K. (2021). *Pelayanan Kebidanan Komplemente*. Syiah Kuala University Press.
- Indrianita, V., Bakoil, M. B., Fatmawati, E., Widjayanti, Y., Comdeca, N., & Ningrum, N. P. (2022). *Kupas Tuntas Seputar Masa Nifas Dan Menyusui Serta Penyulit/Komplikasi Yang Sering Terjadi*. Rena Cipta Mandiri.
- Juliastuti, & Sulastri. (2019). Pengaruh Pemberian Massage Depan (Breast Care) dan Massage Belakang (Pijat Oksitosin) terhadap Produksi ASI Ibu Post Partum di Rumah Sakit Zainal Abidin Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwifery, Environment, Dentist)*, 12(3), 227–331.  
<https://doi.org/10.36911/pannmed.v12i3.122>
- Liwakabessy, A., & Azriani, D. (2020). Hubungan Umur, Paritas Dan Frekuensi Menyusui Dengan Produksi Air Susu Ibu. *Journal of Midwifery Science and Women's Health*, 1(1), 27–33.  
<https://doi.org/10.36082/jmswh.v1i1.162>
- Lestari, Y., Attamimi, H. R., & Lestari, N. (2021). Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Pengeluaran Air Susu Ibu (ASI) Pada Ibu Post Partum Di Puskesmas Unit II Sumbawa.

- Journal of Innovation Research and Knowledge*, 1(4), 613–618.  
<https://www.bajangjournal.com/index.php/JIRK/article/view/329/211>
- Maryunani, A. (2015). *Inisiasi menyusui dini, ASI eksklusif dan manajemen laktasi* (A. M (ed.)).
- Misna, R., Sartika, D., & Saragi, R. L. L. (2020). Pengaruh Teknik Marmet terhadap Kelancaran Air Susu Ibu di Desa Nag. Pematang Simalungun Kecamatan Siantar Kabupaten Simalungun. *Jurnal Bidan Komunitas*, 3(1), 1–8. <https://doi.org/10.33085/jbk.v3i1.4558>
- Muslimah, A., Laili, F., & Saidah, H. (2020). Pengaruh Pemberian Kombinasi Perawatan Payudara dan Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum. *Jurnal Mahasiswa Kesehatan*, 1(2), 87–94.
- Pangestu, S. (2017). Pengaruh Teknik Marmet Dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Ibu Post Partum Normal Di Rumah Bersalin Mardi Rahayu Semarang. *Karya Ilmiah*, 6(1), 1–18.
- Piesesha, F., Purnomo, W., & Irawan, R. (2018). Maternal Parity and Onset of Lactation on Postpartum Mothers. *Health Notions*, 2(2), 249–251.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.33846/hn.v2i2.131>
- Prawirohardjo, S. (2016). *Ilmu Kebidanan* (4th ed.). PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- 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>
- Rosmawaty, & Sukarta, A. (2018). Hubungan Jenis Persalinan dengan Produksi Asi pada Ibu Postpartum di Rumah Sakit Nene Mallomo Pangkajene Sidrap. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, 14(2), 162–167.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.31101/jkk.751>
- Sari, E. N., Nadya, E., & Astuti, S. A. P. (2022). Jenis Persalinan dan Produksi Air Susu Ibu di Puskesmas Gunung Medan. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 13(5), 672–674.  
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.33846/sf13319>
- Sulaeman, R., Lina, P., Mas'adah, & Purnamawati, D. (2019). Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Pengeluaran ASI pada Ibu Postpartum Primipara. *Jurnal Kesehatan Prima*, 13(1), 10–17. <https://doi.org/10.32807/jkp.v13i1.193>
- Walyani, E. S. (2015). *Asuhan Kebidanan pada Kehamilan*. Pustaka Baru Press.
- Yustianti, D., Susilawati, S., & Hermawan, D. (2020). Pijat teknik marmet pada post partum dan produksi ASI. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 14(3), 338–345.  
<https://doi.org/10.33024/hjk.v14i3.1855>