



**BHAMADA**  
 Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan  
<http://ojs.stikesbhamadaslawi.ac.id/index.php/jik>  
 email: [jitkbhamada@gmail.com](mailto:jitkbhamada@gmail.com)



## PENGARUH TEKNIK MARMET TERHADAP KELANCARAN ASI PADA IBU POST PARTUM

**Muliatul Jannah<sup>1</sup>, Nur Fadhilah<sup>2</sup>**

Midwifery Program, Medical Faculty, Sultan Agung Islamic University Semarang

E-mail: [muliatuljannah@unissula.ac.id](mailto:muliatuljannah@unissula.ac.id), [fadhilahnur018@gmail.com](mailto:fadhilahnur018@gmail.com)

### Info Artikel

Sejarah artikel,  
 Diterima: April 2022  
 Disetujui: Juli 2022  
 Dipublikasi: Oktober 2022

### Kata kunci:

*Teknik Marmet, Produksi ASI*

### ABSTRAK

Latar Belakang: Asupan nutrisi yang penting sejak lahir hingga umur 6 bulan bagi seorang bayi adalah air susu ibu (ASI). ASI eksklusif berdasarkan Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif adalah ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama enam bulan, tanpa menambahkan dan/atau mengganti dengan makanan atau minuman lain (kecuali obat, vitamin, dan mineral). Ada beberapa alternative untuk meningkatkan produksi ASI, salah satunya yaitu menggunakan teknik Marmet. Tujuan: Untuk mengetahui pengaruh teknik marmet terhadap kelancaran asi pada ibu post partum. Metode: Literatur mancanegara ditelusuri melalui sarana media elektronik dengan penuntun kata kunci. Artikel terseleksi sejumlah 9, yang masing-masing mewakili satu pengaruh jahe terhadap penurunan nyeri disminorea dan memberi informasi yang bervariasi teknik marmet terhadap peningkatan produksi ASI. Hasil : Dari hasil literature review yang telah dipaparkan, semua artikel menjelaskan hasil penelitian t adanya peningkatan volume ASI setelah dilakukan teknik marmet. Kesimpulan : Simpulan berdasarkan analisa yang telah dilakukan adalah penggunaan teknik marmet efektif dalam peningkatan produksi ASI.

### Keywords:

*Marmet Engineering, Breast Milk Production*

### ABSTRACT

*Background: The important nutritional intake from birth to the age of 6 months for a baby is breast milk (ASI). Exclusive breastfeeding based on Government Regulation Number 33 of 2012 concerning Exclusive Breastfeeding is breast milk given to babies from birth for six months. , without adding and/or replacing with other foods or beverages (except drugs, vitamins, and minerals). There are several alternatives to increase milk production, one of which is using the Marmet technique. Objective: To determine the effect of marketing techniques on human rights in post partum mothers. Methods: International literature through electronic media with keyword*

**Alamat Korespondensi:**

Midwifery Program, Medical  
Faculty, Sultan Agung Islamic  
University Semarang

---

*guidance. Selected articles number 9, each of which represents an effect on reducing dysmenorrhea pain and provides information on various techniques to increase breast milk production. Results: From the results of the literature review that has been described, all articles explain the results of the study of an increase in the volume of breast milk after the marmet technique was carried out. Conclusion : Simulation based on the analysis that has been done is the use of marmet techniques is effective in increasing breast milk production*

---

**PENDAHULUAN**

Asupan nutrisi yang penting sejak lahir hingga umur 6 bulan bagi seorang bayi adalah air susu ibu (ASI). ASI eksklusif berdasarkan Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif adalah ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama enam bulan, tanpa menambahkan dan/atau mengganti dengan makanan atau minuman lain (kecuali obat, vitamin, dan mineral) (Kemenkes, 2019).

ASI mengandung kolostrum yang kaya akan antibodi karena mengandung protein untuk daya tahan tubuh dan bermanfaat untuk mematkan kuman dalam jumlah tinggi sehingga pemberian ASI eksklusif dapat mengurangi risiko kematian pada bayi. Selain mengandung zat makanan, ASI juga mengandung enzim tertentu yang berfungsi sebagai zat penyerap yang tidak akan mengganggu enzim lain di usus. Susu formula tidak mengandung enzim tersebut sehingga penyerapan makanan sepenuhnya bergantung pada enzim yang terdapat di usus bayi (Kemenkes, 2019).

Menurut (Kemenkes, 2019) cakupan bayi mendapat ASI eksklusif tahun 2019 yaitu sebesar 67,74%. Angka tersebut sudah melampaui target Renstra tahun 2019 yaitu 50%. Persentase tertinggi cakupan pemberian ASI eksklusif terdapat pada Provinsi Nusa Tenggara Barat (86,26%), sedangkan persentase terendah terdapat di Provinsi Papua Barat (41,12%). Terdapat empat provinsi yang belum mencapai target Renstra tahun 2019, yaitu Gorontalo, Maluku, Papua, dan Papua Barat.

Beberapa upaya yang bisa dilakukan untuk membantu kelancaran pengeluaran ASI pada ibu diawal menyusui adalah breast care, pijat oksitosin, dan teknik marmet. Teknik marmet dapat digunakan untuk pengeluaran ASI yang dapat diterapkan secara praktis oleh ibu. Teknik marmet

merupakan suatu teknik yang digunakan untuk mengeluarkan ASI. Teknik ini memberikan efek relaks dan juga mengaktifkan kembali refleks keluarnya air susu/ *milk ejection refleks* (MER) sehingga air susu mulai menetes. Dengan diaktifkannya MER maka ASI akan sering menyemprot keluar dengan sendirinya. Teknik marmet merupakan pijitan dengan menggunakan dua jari . Cara ini sering disebut juga dengan back to nature karena caranya sederhana dan tidak membutuhkan biaya. Teknik marmet inimerupakan salah satu cara yang aman yang dapat dilakukan untuk merangsang payudara untuk memproduksi lebih banyak ASI (Ulfah, 2013). Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui apakah ada pengaruh teknik marmet terhadap kelancaran ASI pada ibu post partum.

**METODE PENELITIAN**

Dalam penelitian ini dilakukan pencarian literatur melalui media, google scholar. Tujuan dari artikel ini adalah yang mengulas masalah produksi ASI. Kata kunci yang dipakai untuk penelusuran literatur yaitu “pengaruh teknik marmet terhadap kelancaran ASI pada ibu post partum” atau “The Effect of Marmet Technique on Mother’s Satisfaction in Breastfeeding”. Cara yang digunakan dalam mencari artikel menggunakan bahasa Inggris dan Indonesia yang relevan dengan topik. Pencarian dilakukan dengan menggunakan beberapa database antara lain Google Scholar, Proquest dan Science Direct. Keyword yang digunakan adalah “Marmet Technique” dan “produksi ASI/Breast Milk Production”. Artikel yang diperoleh di review untuk memilih artikel yang sesuai dengan kriteria dan didapatkan 9 artikel yang terdiri dari 5 artikel internasional dan 4 artikel nasional yang selanjutnya akan di review.

Artikel penelitian pertama yang dilakukan oleh (Linda dkk,2019) dengan judul “Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Post Partum” menggunakan rancangan penelitian Quasi eksperimen dengan pendekatan pretest post test, rangkaian yang digunakan times series design, dengan jumlah populasi seluruh ibu post partum di BPM Dwi Astuti Pringsewu. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling, besar sampel yang didapat 30 responden. Jenis data berupa data primer. Instrument penelitian ini berupa lembar observasi. Analisa univariat dan bivariat menggunakan Uji t. Hasil analisa data sebelum dilakukan teknik marmet nilai mean 0,000 dan sesudah dilakukan teknik marmet nilai mean 0,57. Hasil analisa data menggunakan paired sample test diperoleh nilai signifancy = 0,001 (p value < 0,05) yang berarti ada Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Post Partum di BPM Dwi Astuti Pringsewu.

Artikel penelitian kedua yang dilakukan oleh (Dahlan,2017) berjudul “Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Menyusui”. desain dalam penelitian ini adalah quasi eksperimen, populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu nifas yang melahirkan dengan usia kehamilan cukup bulan dengan berat badan lahir normal Pengambilan sampel menggunakan total sampling, dengan jumlah sampel sebanyak 24 responden, yang terbagi dalam 2 kelompok yaitu kelompok intervensi sebanyak 12 orang dan kelompok kontrol sebanyak 12 orang. Pengumpulan data menggunakan lembar observasi dan checklist. Data yang dikumpulkan kemudian diolah dan dianalisis dengan menggunakan komputer program microsoft excel dan program statistik (SPSS) versi 20 dengan analisis data menggunakan analisis bivariat yaitu uji chi-square yang disajikan dalam bentuk tabel 2x2. Didapatkan hasil Tidak ada pengaruh teknik Marmet terhadap kelancaran ASI pada ibu menyusui sebelum diberikan perlakuan ( $p$ - Value = ,640 > 0,05), ada pengaruh teknik Marmet terhadap kelancaran ASI pada ibu menyusui setelah diberikan perlakuan ( $p$ - Value = 0,027 < 0,05). Sehingga dapat disimpulkan Tidak ada pengaruh teknik Marmet terhadap kelancaran ASI pada ibu menyusui sebelum diberikan perlakuan dan ada pengaruh teknik

Marmet terhadap kelancaran ASI pada ibu menyusui setelah diberikan perlakuan.

Artikel penelitian ketiga yang dilakukan oleh (Risnawati&Tristani,2018) berjudul “Efek Teknik Marmet Terhadap Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Nifas”. Penelitian ini menggunakan desain quasi eksperimen, dengan pendekatan pre-post test desain With Control Group. Subyek penelitian adalah ibu nifas hari ke 2-7 yang berjumlah 22 responden, 11 kelompok intervensi dan 11 kelompok kontrol. Hasil Penelitian ini menunjukkan terdapat pengaruh teknik marmet terhadap produksi ASI ibu post partum di klinik Srikandi Kudus Tahun 2017 Uji statistik menggunakan Mc Nemars Test dengan nilai  $p=0,004$  ( $p<0,05$ ).

Artikel penelitian keempat yang dilakukan oleh (Norlita & Siwi,2017) berjudul “Penggunaan Metode Marmet Untuk Melancarkan Pengeluaran Air Susu Ibu (Asi) Pada Ibu Menyusui 0-6 Bulan Di Rumah Sakit Ibu Dan Anak Eria Bunda Pekanbaru”. Penelitian ini menggunakan metode quasi experiment dengan teknik pengambilan sampel accidental sampling yang berjumlah 20 responden. Pengumpulan data dilakukan dengan observasi serta pengukuran jumlah ASI. Analisis data menggunakan uji paired T Test.. Hasil Penelitian menunjukkan pemberian teknik marmet efektif terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu dengan P value =0,00.

Artikel penelitian kelima yang dilakukan oleh (Darmasari dkk,2019) berjudul “Effectiveness of The Combination of Marmet Technique and Oxytocin Massage Against The Breast Milk Production of Mother Postpartum”. Penelitian ini menggunakan metode *quasi eksperimen* dengan *post test only with control group design* dan teknik pengambilan sampel *Purposive sampling* yaitu 30 responden. Hasil bivariat menggunakan *independent T-test* didapatkan p value (0,007) <  $\alpha$  (0,05) yang artinya ada pengaruh yang bermakna antara produksi ASI ibu postpartum kelompok intervensi dengan produksi ASI ibu postpartum kelompok kontrol dengan rata-rata produksi ASI dari 15 responden kelompok intervensi sebesar 1,113cc sedangkan 15 responden kelompok kontrol sebesar 0,547cc. Kombinasi teknik marmet dan pijat oksitosin efektif untuk menstimulasi pengeluaran hormon prolaktin yang selanjutnya

merangsang sel-sel alveoli dan sel mioepitel sehingga menghasilkan produksi ASI pada ibu postpartum.

Artikel penelitian keenam yang dilakukan oleh (Emilda & Juliastuti,2020) berjudul “The Effectiveness of Oxytocin and Marmet Massage on Increased Prolactin Hormone for Smooth Breastfeeding in Postpartum Mothers in Langsa City Health Office, Indonesia”. Penelitian ini menggunakan Metode desain kuasi-eksperimental calon kohort digunakan tanpa desain kelompok kontrol. Memberikan perawatan pijat oksitosin dan pijat Mamet untuk kadar hormon prolaktin untuk susu halus. Sampelnya adalah dipilih dari 32 ibu-ibu postpartum yang dibagi menjadi dua kelompok. Jumlah sampel untuk setiap kelompok adalah 16 ibu postpartum per kelompok. Analisis data menggunakan pendekatan uji statistik T-independen untuk analisis bivariat dan analisis multivariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kadar hormon prolaktin tertinggi dalam metode Pijat adalah 1178,0 ng/ml dan kadar hormon prolaktin tertinggi adalah 357,9 ng/ml, tertinggi adalah 357,9 ng/ml. Hormon prolaktin rata-rata tingkat dalam kelompok pijat oksitosin adalah 195,694 ng / ml dan dalam kelompok Mamet adalah 538,195 ng / ml. Rata-rata tingkat hormon prolaktin dengan metode pijat oksitosin adalah 195,6 ng/ml dengan Std. penyimpangan 106,8 ng/ml sedangkan metode rata-rata untuk pijat Mamet adalah 538,9 ng/ml dengan Std. penyimpangan 269,6 ng/ml. Hasil dari tes statistik T-test independen diperoleh Prolactin Hormone Levels untuk nilai ASI halus  $p = 0.000$ , maka itu dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan signifikan antara metode pijat oksitosin dan Mamet untuk meningkatkan kadar hormon prolaktin pada ibu postpartum.

Artikel penelitian ketujuh yang dilakukan oleh (Barirah dkk,2020) berjudul “The Effect Of Combined Marmet And Oxytocin Massage To Colostrum Production Among Section Caesarean Mother”. Penelitian ini menerapkan desain penelitian kuasi-eksperimental dengan pendekatan pasca-tes saja. Penelitian ini mencari pada hasil variabel pada saat yang sama, dengan kelompok perawatan dan kelompok kontrol setelah perawatan hanya diberikan dalam kelompok perawatan. Juga,

penelitian ini mengamati waktu dan jumlah ekskresi pada kolostrum ibu setelah responden dirawat (posttest) dengan Marmet dan pijat teknik oksitosin.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah Marmet dan teknik pijat oksitosin sementara ketergantungan variabel adalah waktu dan jumlah ekskresi kolostrum pada ibu postpartum sectio caesarea. The populasi dalam penelitian ini adalah 22 wanita postpartum dalam 12 jam pertama mereka pra-produksi kolostrum yang menjalani sectio caesarea di Rumah Sakit Islam Surabaya pada April-Mei 2015. Contoh pilihan metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pengambilan sampel berturut-turut.

Kriteria inklusi pengambilan sampel adalah postpartum ibu sectio caesarea yang belum menerima teknik marmet atau pijat oksitosin terapi; sedangkan kriteria pengecualian adalah ibu postpartum sectio caesarea yang sudah diproduksi kolostrum, ibu yang menjalani pemeriksaan menggunakan zat radioaktif, dan ibu yang positif HIV yang belum menerima terapi antiretroviral. Total sampel 18 responden dipilih berdasarkan kriteria inklusi dan pengecualian. Selama studi 47 hari, para peneliti memperoleh sampel Sembilan perawatan dan sembilan kontrol, dengan ukuran sampel total adalah 18 primigravida dan 42 multigravida. Kriteria sampel adalah sebagai berikut:

- a. Kelompok kasus / perawatan, yaitu ibu primigravida postpartum yang disediakan pijat oksitosin
- b. Kelompok kontrol, yaitu ibu primigravida postpartum yang tidak diobati dengan oksitosin

Data dikumpulkan menggunakan lembar pengamatan, daftar periksa, dan Marmet dan daftar panduan pijat oksitosin.

Tujuan yang diamati termasuk waktu dan jumlah kolostrum yang diekskresikan melalui payudara postsectio caesarea (instrumen = jarum suntik dan sendok) dan kombinasi Marmet manual dan oksitosin teknik pijat. Analisis data menggunakan tes normalitas data dengan menggunakan tes Kolmogorov-Smirnov. Karena data biasanya didistribusikan, analisis data menggunakan t-test independen. Jika nilai  $p$  dari independen t-test



adalah  $p < \alpha$  (0,05),  $H_0$  akan ditolak, yang berarti bahwa ada efek Marmet dan kombinasi pijat oksitosin dengan waktu dan jumlah sekresi kolostrum dalam sekte postpartum ibu caesarea. Didapatkan hasil waktu rata-rata ibu postpartum dalam kelompok intervensi untuk menghasilkan kolostrum setelah Marmet dan teknik pijat gabungan oksitosin (kelompok perawatan) adalah 5,86 jam sementara ibu yang tidak menerima perawatan apa pun yang dapat menghasilkan setelah 5,89 jam. Hasil tes statistik dalam mendapatkan  $P = 0,939$ , nilai  $p$  yaitu  $p > \alpha$  (0,05), menunjukkan tidak ada efek dari kombinasi pijat teknik Marmet dan oksitosin pada produksi kolostrum di antara ibu caesarea pasca bagian.

Artikel penelitian kedelapan yang dilakukan oleh (Mudrikatin & Wati,2020) berjudul "The Effectiveness Of The "Bomb" Method (Breastcare, Oxytocin Massage, And Marmet Technique) On Increasing Breast Milk Production In Breastfeeding Moments Age 0-6 Months At Prambon Public Health Clinic, Nganjuk District". Penelitian ini menggunakan metode quasiexperimental. Desain penelitian menggunakan dua grup pra tes pasca tes dengan control Desain. Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Prambon pada 6 Februari 2020 hingga 28 Maret 2020. Populasi dalam penelitian ini semuanya ibu menyusui yang memiliki bayi berusia lanjut 0-6 bulan dan secara eksklusif Menyusui. Sampel dalam penelitian ini adalah 60 ibu menyusui bayi berusia 0-6 tahun Bulan. Teknik sampel yang digunakan adalah pengambilan sampel acak sederhana. Analisis data yang digunakan adalah tes Mann-Whitney U (Nachar, 2008). Variabel independen dalam hal ini studi adalah BOM (Perawatan Payudara, Oksitosin Pijat, dan Teknik Marmet) dengan skala data nominal.

Variabel dependen dalam penelitian ini adalah peningkatan ASI produksi dalam skala ordinal. The instrumen yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan lembar pengamatan untuk meningkatkan ASI produksi yang dilakukan selama 7 hari. Teknik yang digunakan untuk menentukan paralel adalah teknik korelasi momen produk. Jumlah  $r$  dihitung 0,869. Tes keandalan adalah dilakukan menggunakan alfa Cronbach

Formula. Uji keandalan dilakukan 20 responden. Nilai koefisien diperoleh 0,991. Tingkat keandalan dapat dilakukan menggunakan SPSS melalui Cronbach Uji Alpha dibandingkan dengan Tabel  $r$ . Dan keandalan dalam tabel di atas dapat dilihat bahwa nilai Alpha Cronbach untuk semua variabel lebih besar dari 0,60 sehingga variabel instrumen dapat dideklarasikan.

Analisis data dilakukan, yaitu mengelola data dalam formulir yang lebih mudah dibacakan menafsirkan dan dapat diuji secara statistik. Analisis data dilakukan secara bertahap, analisis univariat yang ditujukan untuk memperoleh ikhtisar setiap variabel, baik variabel dependen dan Variabel. Sementara itu, analisis bivariansi dilakukan untuk menguji hipotesis antara variabel independen dan dependen variabel untuk melihat efek antara variabel independen dan dependen Variabel. Didapatkan hasil Nilai  $p$  adalah  $0,000 < 0,05$ , jadi dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan antara kedua grup, di mana metode BOM (Breastcare, Oksitosin, dan Marmet Technique) sangat efektif dalam meningkatkan produksi ASI.

Artikel penelitian kesembilan yang dilakukan oleh (Sulistiawati,2020) berjudul "The Effect of Marmet Technique on Mother's Satisfaction in Breastfeeding". Penelitian ini menerapkan desain eksperimen kuasi. Terdapat 40 responden, masing-masing terdiri dari kelompok perawatan dan kelompok kontrol yang memenuhi kriteria inklusi. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dan lembar pengamatan. Data kemudian dianalisis menggunakan Mann Whitney dan Wilcoxon's Test ( $\alpha < 0,05$ ). Didapatkan hasil tes statistik Dari Wilcoxon Signed Rank Test dalam kelompok perawatan dengan nilai sig (2-ekor) diperoleh  $p = 0,000$  di mana  $p < 0,05$  menunjukkan bahwa ada efek signifikan dari teknik Marmet pada kepuasan ibu dalam menyusui. Namun, kelompok kontrol yang diperoleh  $p = 0,083$  di mana  $p > \alpha > 0,05$ , artinya tidak ada efek signifikan dari teknik Marmet pada kepuasan ibu dalam menyusui. Dapat disimpulkan Kepuasan ibu dalam menyusui telah meningkat setelah diintervensi Teknik Marmet.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil literature review yang telah dipaparkan adanya pengaruh produksi ASI setelah

dilakukan teknik marmet ibu menyusui. Manfaat memerah ASI dengan Teknik Marmet, diantaranya adalah Mengurangi payudara penuh, bengkak dan atau sumbatan pada aliran ASI, Memberi minum bayi yang mengalami kesulitan dalam koordinasi menyusui aman dari segi lingkungan, Portable ( mudah dibawa kemana – mana ), Mencegah puting dan aerola menjadi kering dan lecet, Meningkatkan hygiene payudara, Meningkatkan produksi ASI, Membantu ibu secara fisiologis menenangkan tidak stress, Membangkitkan rasa percaya diri, Membantu ibu agar mempunyai pikiran dan perasaan baik tentang bayinya, Memperlancar ASI. (Aprilia, 2010).

Teknik marmet merupakan usaha untuk menghindari kemungkinan lambatnya pengeluaran prolaktin, sehingga untuk menghasilkan volume air susu yang lebih banyak, ibu yang akan menyusui dilakukan pemijatan sambil dilakukan pengosongan atau memerah payudara (Manuaba, 2007). Fisiologis pengaruh teknik marmet terhadap produksi ASI yaitu memerah ASI dengan menggunakan tangan setelah itu akan terjadipengosongan ASI dari sinus laktiferus yang terletak di bawah areola sehingga merangsang hipofisis anterior melepaskan hormon prolaktin dan kemudian merangsang mammary alveoli untuk memproduksi ASI (Roesli, 2013).

Penelitian yang dilakukan oleh (Dahlan, 2017) menyatakan berdasarkan hasil wawancara terhadap beberapa responden yang dilakukan oleh peneliti saat melakukan penelitian pada kelompok intervensi menyatakan bahwa dengan melakukan teknik Marmet setiap hari produksi ASI semakin banyak dan dapat memenuhi kebutuhan nutrisi bayinya yang ditandai dengan penambahan berat badan bayi, jumlah ASI yang diperah semakin hari semakin meningkat volumenya yaitu sekitar 700-800 ml perhari. Sedangkan pada sebagian pada kelompok kontrol menyatakan bahwa produksi ASI-nya kurang karena tidak dapat memenuhi kebutuhan bayi setiap harinya, kadang pula payudara nampak keras sehingga bayi malas menyusui dan produksi ASI yang kadang tidak menentu setiap harinya.

## **PENUTUP**

Berdasarkan hasil dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa penggunaan teknik

marmet efektif dalam melancarkan produksi ASI. Saran yang dapat diberikan untuk pelaksanaan literature review selanjutnya adalah sebaiknya database yang digunakan lebih banyak sehingga bisa mendapatkan artikel yang lebih banyak dan baik dan batasan tahun pencarian artikel dengan kata kunci yang ditetapkan adalah lima tahun terakhir. Terjadi peningkatan produksi ASI setelah dilakukan teknik marmet. Bagi ibu menyusui dapat memilih teknik marmet untuk melancarkan produksi ASI.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Brirah, dkk. 2020. The Effect Of Combined Marmet And Oxytocin Massage To Colostrum Production Among Section Caesarean Mother. International Conference on Applied Science and Health
- Dahlan, KA. 2017. Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Menyusui. Jurnal Voice Of Midwifery. Vol 6.No.7.
- Darmasari S, dkk. 2019. Effectiveness of The Combination of Marmet Technique and Oxytocin Massage Against The Breast Milk Production of Mother Postpartum. JKK. Vol 6. No 3.
- Juliastuti J & Emilda. 2020. The Effectiveness of Oxytocin and Marmet Massage on Increased Prolactin Hormone for Smooth Breastfeeding in Postpartum Mothers in Langsa City Health Office, Indonesia. n Journal of Medical Sciences. 2020 Sep 24; 8(E):578-581.
- Kementrian Kesehatan. 2019. Profil Kesehatan Indonesia
- Linda, dkk. 2019. Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Post Partum. Wellness and healthy magazine. Vol 1.No.1.
- Mudrikatin S & Wati RD. 2020. The Effectiveness Of The "Bomb" Method (Breastcare, Oxytocin Massage, And Marmet Technique) On Increasing Breast Milk Production In Breastfeeding Moments Age 0-6 Months At Prambon Public Health Clinic, Nganjuk District. International Journal of Nursing and Midwifery Science (IJNMS). e- ISSN: 2

- Norlita W & Siwi T. 2017. Penggunaan Metode Marmet Untuk Melancarkan Pengeluaran Air Susu Ibu (Asi) Pada Ibu Menyusui 0-6 Bulan Di Rumah Sakit Ibu Dan Anak Eria Bunda Pekanbaru. *Jurnal Photon*. Vol. 8 No. 1.
- Risnawati I, dkk. 2018. Efek Teknik Marmet Terhadap Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Nifas. *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad (Jka)*, Vol. Xi, No. 1.
- Sulistiawati, DR dkk. 2020. The Effect of Marmet Technique on Mother's Satisfaction in Breastfeeding. *Indian Journal of Forensic Medicine & Toxicology*, April-June 2020, Vol. 14, No. 2
- Ulfah RRM. Efektivitas Pemberian Teknik Marmet Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Menyusui 0-6 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Arjasa Kabupaten Jember. 2013.