

Penerapan Teknik Marmet Dan Pijat Oksitosin Terhadap Menyusui Tidak Efektif Dengan Postpartum Di RSUD Kota Bogor

Anisa Nur Khalifah Rihartono¹, Priharyanti Wulandari^{*2}

^{1,2} STIKes Raflesia Depok

Email: anisanurkhalifahrihartono@gmail.com¹ wulancerank@gmail.com²

Abstrak

Menyusui tidak efektif merupakan masalah yang dapat terjadi pada ibu postpartum akibat ketidakadekuatan suplai dan pengeluaran ASI. Kondisi ini dapat menghambat pemenuhan kebutuhan nutrisi bayi dan keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis penerapan teknik Marmet dan pijat oksitosin terhadap masalah menyusui tidak efektif pada ibu postpartum di RSUD Kota Bogor. Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan pada Ny. T usia 40 tahun yang mengalami masalah Menyusui Tidak Efektif berhubungan dengan ketidakadekuatan suplai ASI setelah persalinan Sectio Caesarea. Intervensi berbasis *Evidence Based Practice* (EBP) berupa pijat oksitosin selama ± 15 menit dilanjutkan teknik Marmet selama ± 20 menit, satu kali sehari selama tiga hari. Evaluasi dilakukan melalui observasi kelancaran dan volume ASI menggunakan pompa ASI dan kantong pumping. Hasil menunjukkan peningkatan volume ASI dari $\pm 0,5$ ml menjadi 30 ml pada hari pertama, 50 ml menjadi 90 ml pada hari kedua, dan 150 ml menjadi 180 ml pada hari ketiga. Selain itu, ASI tampak lebih lancar, payudara menjadi lebih lunak setelah pumping, ibu mampu melakukan teknik Marmet secara mandiri, dan kepercayaan diri ibu dalam menyusui meningkat. Keterbatasan penerapan asuhan adalah waktu pelaksanaan yang mengikuti lama perawatan pasien sehingga evaluasi belum dapat dilakukan setelah pasien pulang. Kesimpulannya, kombinasi teknik Marmet dan pijat oksitosin menunjukkan hasil positif dalam meningkatkan volume dan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu postpartum dengan masalah Menyusui Tidak Efektif.

Kata kunci: Ketidakadekuatan Suplai ASI, Pijat Oksitosin, Teknik Marmet

Abstract

Ineffective breastfeeding is a problem that can occur in postpartum mothers due to an inadequate supply and ejection of breast milk. This condition can hinder the fulfillment of the infant's nutritional needs and the success of exclusive breastfeeding. The purpose of this study was to analyze the application of the Marmet technique and oxytocin massage for addressing ineffective breastfeeding in postpartum mothers at the Bogor City General Hospital. The method used was a case study employing a nursing care approach for Mrs. T, a 40-year-old woman experiencing ineffective breastfeeding related to an inadequate milk supply following a cesarean section. The Evidence-Based Practice (EBP)-based intervention consisted of oxytocin massage for approximately 15 minutes, followed by the Marmet technique for approximately 20 minutes, once a day for three days. The evaluation was conducted by observing the flow and volume of breast milk using a breast pump and pumping bags. The results showed an increase in breast milk volume from ± 0.5 ml to 30 ml on the first day, from 50 ml to 90 ml on the second day, and from 150 ml to 180 ml on the third day. In addition, breast milk flow appeared smoother, the breasts became softer after pumping, the mothers were able to perform the Marmet technique independently, and their confidence in breastfeeding increased. A limitation of this care approach is that the duration of implementation depends on the length of the patient's hospital stay, so an evaluation cannot yet be conducted after the patient is discharged. In conclusion, the combination of the Marmet technique and oxytocin massage showed positive results in increasing breast milk volume and flow in postpartum mothers with ineffective breastfeeding.

Keywords: Insufficient Breast Milk Supply, Oxytocin Massage, the Marmet Technique

1. PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi utama bagi bayi yang mengandung berbagai zat gizi dan komponen imunologis yang berperan dalam mendukung pertumbuhan, perkembangan, serta perlindungan bayi dari berbagai penyakit. Pemberian ASI secara eksklusif selama enam bulan merupakan salah satu upaya penting dalam memenuhi kebutuhan nutrisi bayi dan meningkatkan kesehatan ibu serta bayi [1]. Masa postpartum merupakan periode yang

penting dalam keberhasilan proses menyusui karena pada periode ini ibu mulai beradaptasi dengan perubahan fisiologis dan psikologis setelah persalinan. Salah satu masalah yang dapat terjadi pada periode tersebut adalah produksi dan pengeluaran ASI yang belum optimal sehingga dapat menyebabkan proses menyusui menjadi tidak efektif [2].

Cakupan pemberian ASI eksklusif masih menjadi permasalahan di berbagai wilayah. Berdasarkan *Global Breastfeeding Scorecard* World Health Organization (WHO) tahun 2023, cakupan ASI eksklusif pada bayi berusia kurang dari enam bulan secara global sebesar 48%. Di Indonesia, berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, cakupan ASI eksklusif pada bayi usia 0–6 bulan sebesar 55,5%. Sementara itu, cakupan ASI eksklusif di Jawa Barat sebesar 57,97%, sedangkan Kabupaten Bogor pada tahun 2021 sebesar 48,58% [3]. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa keberhasilan pemberian ASI eksklusif masih perlu ditingkatkan, salah satunya melalui optimalisasi produksi dan pengeluaran ASI pada ibu postpartum.

Menyusui Tidak Efektif merupakan salah satu masalah keperawatan yang dapat terjadi ketika ibu dan bayi mengalami kesulitan dalam proses pemberian ASI. Kondisi tersebut dapat ditandai dengan ASI yang keluar sedikit, bayi belum mampu melakukan perlekatan secara optimal, bayi sering melepaskan puting, serta ibu merasa khawatir terhadap kecukupan ASI [4]. Produksi dan pengeluaran ASI dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kondisi fisik ibu, kelelahan, kecemasan, nyeri setelah persalinan, status nutrisi dan cairan, serta frekuensi pengosongan payudara [5]. Apabila kondisi tersebut tidak ditangani dengan baik, dapat menghambat proses menyusui dan berpotensi memengaruhi keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

Salah satu intervensi keperawatan nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk membantu mengatasi masalah tersebut adalah teknik Marmet dan pijat oksitosin. Teknik Marmet merupakan metode pemerahan ASI secara manual melalui pemijatan dan pemerahan payudara yang bertujuan membantu pengosongan payudara dan merangsang produksi ASI. Sementara itu, pijat oksitosin merupakan tindakan pemijatan pada area sepanjang tulang belakang yang bertujuan membantu merangsang pelepasan hormon oksitosin sehingga refleks pengeluaran ASI atau *let-down reflex* menjadi lebih optimal [6]. Kedua teknik tersebut relatif sederhana, aman, ekonomis, dan dapat dilakukan dengan bantuan ibu maupun anggota keluarga.

Berbagai penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kombinasi teknik Marmet dan pijat oksitosin dapat membantu meningkatkan produksi dan kelancaran pengeluaran ASI. Penelitian Latifah dkk. tahun 2023 menunjukkan bahwa kombinasi teknik Marmet dan pijat oksitosin efektif dalam meningkatkan kelancaran ASI pada ibu nifas [7]. Penelitian Lubis tahun 2024 juga menunjukkan adanya peningkatan rata-rata volume ASI setelah diberikan kombinasi pijat oksitosin dan teknik Marmet [8]. Selain itu, penelitian Wijayanti dkk. tahun 2024 melalui *systematic review* menunjukkan bahwa teknik pijat oksitosin dan teknik Marmet dapat memberikan pengaruh positif terhadap produksi ASI pada ibu menyusui [9].

Pada kasus yang dikaji, Ny. T merupakan ibu postpartum usia 40 tahun dengan riwayat preeklampsia, *Pregestational Diabetes Mellitus* (PGDM), polihidramnion, dan riwayat *Seccio Caesarea* (SC) sebanyak dua kali. Hasil pengkajian menunjukkan bahwa produksi kolostrum masih sedikit, bayi belum melakukan perlekatan secara optimal, bayi sesekali melepaskan puting saat menyusui, serta ibu merasa khawatir terhadap kecukupan ASI. Berdasarkan kondisi tersebut, diagnosis keperawatan yang ditegakkan adalah Menyusui Tidak Efektif berhubungan dengan ketidakadekuatan suplai ASI [4].

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis penerapan teknik Marmet dan pijat oksitosin terhadap masalah Menyusui Tidak Efektif pada ibu postpartum di RSUD Kota Bogor. Hipotesis kerja dalam penerapan ini adalah pemberian kombinasi teknik Marmet dan pijat

oksitosin dapat meningkatkan produksi dan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu postpartum dengan masalah Menyusui Tidak Efektif. Variabel intervensi dalam penerapan ini adalah teknik Marmet dan pijat oksitosin, sedangkan hasil yang diamati adalah produksi dan kelancaran pengeluaran ASI. Penelitian menggunakan metode studi kasus dengan pendekatan proses asuhan keperawatan pada satu pasien.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan pendekatan proses asuhan keperawatan pada Ny. T, ibu postpartum usia 40 tahun yang mengalami masalah Menyusui Tidak Efektif setelah persalinan *Sectio Caesarea* (SC). Diagnosis keperawatan ditetapkan berdasarkan hasil pengkajian dan mengacu pada Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI) [4].

Intervensi yang diberikan berupa kombinasi pijat oksitosin dan teknik Marmet. Pijat oksitosin dilakukan selama ± 15 menit dan dilanjutkan dengan teknik Marmet selama ± 20 menit, satu kali sehari selama tiga hari. Pemberian intervensi didasarkan pada hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa kombinasi kedua teknik tersebut dapat membantu meningkatkan produksi dan pengeluaran ASI [7]–[9].

Evaluasi dilakukan dengan mengobservasi produksi dan kelancaran pengeluaran ASI sebelum dan setelah intervensi. Volume ASI diukur menggunakan alat pompa ASI dan kantong *pumping*. Selain itu, dilakukan observasi terhadap kondisi payudara, kelancaran ASI, kemampuan ibu melakukan teknik Marmet, serta respons bayi setelah mendapatkan ASI. Data dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan perubahan kondisi sebelum dan setelah intervensi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penerapan teknik Marmet dan pijat oksitosin dilakukan pada Ny. T, ibu postpartum usia 40 tahun yang menjalani persalinan *Sectio Caesarea* (SC) di RSUD Kota Bogor. Berdasarkan hasil pengkajian, Ny. T memiliki riwayat preeklampsia, Pregestational Diabetes Mellitus (PGDM), polihidramnion, dan riwayat SC sebanyak dua kali. Pada saat pengkajian ditemukan masalah dalam proses menyusui berupa produksi kolostrum yang masih sedikit, yaitu sekitar lima tetes atau $\pm 0,25$ mL. Bayi belum melakukan perlekatan secara optimal dan sesekali melepaskan puting saat menyusui. Ibu juga menyampaikan kekhawatiran karena ASI yang dihasilkan belum mencukupi kebutuhan bayinya. Berdasarkan kondisi tersebut, diagnosis keperawatan yang ditegakkan adalah Menyusui Tidak Efektif berhubungan dengan ketidakadekuatan suplai ASI.

Intervensi dilakukan selama 3×24 jam dengan memberikan pijat oksitosin selama ± 15 menit dan dilanjutkan dengan teknik Marmet selama ± 20 menit, satu kali sehari. Pelaksanaan intervensi juga disertai edukasi mengenai teknik menyusui yang tepat, perawatan payudara, pemenuhan nutrisi dan cairan, istirahat, serta dukungan kepada ibu dan keluarga. Selama pelaksanaan tindakan, Ny. T menunjukkan respons yang baik dan kooperatif.

Hasil observasi menunjukkan adanya peningkatan volume ASI setelah diberikan kombinasi teknik Marmet dan pijat oksitosin selama tiga hari. Perubahan volume ASI sebelum dan setelah intervensi dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Perubahan Volume ASI Sebelum dan Setelah Intervensi

Hari	Sebelum	Sesudah
Hari ke-1	$\pm 0,5$ mL	30 mL

Hari	Sebelum	Sesudah
Hari ke-2	50 mL	90 mL
Hari ke-3	150 mL	180 mL

Pada hari pertama, volume ASI meningkat dari sekitar 0,5 mL menjadi 30 mL. Pada hari kedua, volume ASI meningkat dari 50 mL menjadi 90 mL, sedangkan pada hari ketiga meningkat dari 150 mL menjadi 180 mL. Hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan volume ASI setelah pemberian intervensi pada setiap hari pelaksanaan.

Selain peningkatan volume ASI, ditemukan perubahan pada kondisi ibu dan bayi. ASI tampak keluar lebih lancar saat dilakukan pumping, payudara yang sebelumnya teraba penuh menjadi lebih lunak setelah pumping, dan bayi tampak tenang serta tidur setelah diberikan ASI di ruang NICU. Ibu juga telah mampu melakukan teknik Marmet secara mandiri, sedangkan suami mampu melakukan pijat oksitosin dengan benar. Pada evaluasi akhir, masalah Menyusui Tidak Efektif dinyatakan teratasi.

Pembahasan

Hasil penerapan menunjukkan bahwa kombinasi teknik Marmet dan pijat oksitosin memberikan perubahan positif terhadap produksi dan kelancaran pengeluaran ASI pada Ny. T. Kondisi awal berupa ASI yang hanya keluar beberapa tetes mengalami perubahan menjadi lebih lancar dengan peningkatan volume ASI selama tiga hari intervensi. Perubahan tersebut juga disertai payudara yang lebih lunak setelah pemerahan, bayi tampak lebih tenang setelah mendapatkan ASI, frekuensi menyusui meningkat, serta ibu menjadi lebih percaya diri dalam memberikan ASI.

Peningkatan tersebut dapat dikaitkan dengan mekanisme kerja kedua intervensi yang saling melengkapi. Teknik Marmet dilakukan melalui pemijatan dan pemerahan payudara secara manual sehingga membantu pengosongan payudara. Pengosongan payudara yang lebih optimal memberikan stimulasi terhadap proses produksi ASI. Sementara itu, pijat oksitosin membantu merangsang pelepasan hormon oksitosin yang berperan dalam refleks pengeluaran ASI atau *let-down reflex*. Kombinasi kedua tindakan tersebut dapat membantu mengoptimalkan proses produksi sekaligus pengeluaran ASI [6], [9].

Hasil penerapan pada Ny. T sejalan dengan penelitian Tika Lubis tahun 2024 yang menunjukkan bahwa kombinasi pijat oksitosin dan teknik Marmet dapat meningkatkan volume ASI. Penelitian tersebut melaporkan peningkatan rata-rata volume ASI dari 24,22 mL menjadi 95,47 mL setelah diberikan intervensi. Teknik Marmet membantu pengosongan payudara melalui pemijatan dan pemerahan manual, sedangkan pijat oksitosin membantu mengoptimalkan refleks pengeluaran ASI [8].

Hasil tersebut juga sesuai dengan penelitian Dian Trilus Wijayanti dkk. tahun 2024 yang menunjukkan bahwa kombinasi teknik Marmet dan pijat oksitosin memberikan perubahan positif pada ibu menyusui. ASI yang sebelumnya hanya keluar beberapa tetes menjadi lebih lancar, jumlah ASI mengalami peningkatan, dan payudara terasa lebih lunak setelah pemerahan. Temuan tersebut mendukung hasil penerapan pada Ny. T yang menunjukkan peningkatan volume ASI dan perubahan kondisi payudara setelah dilakukan *pumping* [9].

Penelitian Yuliani Latifah dkk. tahun 2023 juga menunjukkan bahwa kombinasi teknik Marmet dan pijat oksitosin efektif dalam meningkatkan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu postpartum. Pijat oksitosin membantu menstimulasi hormon oksitosin yang berperan dalam *let-down reflex*, sedangkan pengosongan payudara melalui teknik Marmet dapat membantu meningkatkan produksi ASI. Hasil tersebut sejalan dengan kondisi Ny. T yang mengalami

perubahan dari ASI yang awalnya hanya keluar sedikit menjadi lebih lancar setelah diberikan intervensi [7].

Hasil penerapan juga sejalan dengan penelitian Septiani Rinti Selistiyaningtyas tahun 2021 pada ibu postpartum dengan *Sectio Caesarea* (SC). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa kombinasi teknik Marmet dan pijat oksitosin efektif dalam meningkatkan produksi ASI. Mekanisme intervensi dilakukan melalui stimulasi payudara, pengosongan ASI secara manual, serta stimulasi pelepasan oksitosin untuk membantu terjadinya refleksi pengeluaran ASI [10].

Keberhasilan intervensi pada Ny. T tidak hanya terlihat dari peningkatan volume ASI, tetapi juga dari peningkatan kemampuan ibu dan keluarga dalam melanjutkan intervensi secara mandiri. Pada evaluasi akhir, ibu mengatakan sudah mampu melakukan teknik Marmet sendiri dan lebih percaya diri untuk memberikan ASI eksklusif. Suami juga mampu melakukan pijat oksitosin dengan benar. Hal tersebut menunjukkan bahwa edukasi dan keterlibatan keluarga selama proses asuhan keperawatan dapat mendukung keberlanjutan intervensi setelah pasien kembali ke rumah [6].

Penerapan teknik Marmet dan pijat oksitosin pada Ny. T juga menunjukkan bahwa intervensi nonfarmakologis dapat menjadi salah satu pilihan dalam menangani diagnosis keperawatan Menyusui Tidak Efektif. Kedua teknik tersebut relatif mudah dipelajari dan dapat dilakukan secara mandiri oleh ibu maupun dengan bantuan anggota keluarga. Keterlibatan suami dalam melakukan pijat oksitosin menjadi salah satu bentuk dukungan yang dapat membantu ibu melanjutkan tindakan di rumah [6], [7].

Berdasarkan keseluruhan hasil tersebut, penerapan kombinasi teknik Marmet dan pijat oksitosin pada Ny. T menunjukkan hasil yang positif dalam mengatasi masalah Menyusui Tidak Efektif. Peningkatan volume ASI dari hari pertama hingga hari ketiga, ASI yang semakin lancar, payudara yang lebih lunak setelah *pumping*, bayi yang tampak lebih tenang setelah memperoleh ASI, serta meningkatnya kemampuan dan kepercayaan diri ibu menunjukkan adanya perubahan kondisi setelah dilakukan intervensi. Hasil tersebut memperkuat temuan penelitian sebelumnya bahwa teknik Marmet dan pijat oksitosin dapat digunakan sebagai intervensi keperawatan nonfarmakologis untuk membantu meningkatkan produksi dan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu postpartum [7]–[10].

Keterbatasan

Keterbatasan dalam penerapan ini adalah pelaksanaan intervensi mengikuti waktu perawatan pasien di rumah sakit sehingga pengamatan hanya dilakukan selama tiga hari. Selain itu, studi kasus hanya melibatkan satu pasien sehingga hasil yang diperoleh menggambarkan kondisi Ny. T dan tidak dapat digeneralisasikan pada seluruh ibu postpartum. Evaluasi lanjutan setelah pasien pulang juga belum dilakukan sehingga keberlanjutan peningkatan produksi ASI dan keberhasilan pemberian ASI eksklusif dalam jangka panjang belum dapat diketahui.

4. KESIMPULAN

Penerapan teknik Marmet dan pijat oksitosin sebagai intervensi keperawatan pada Ny. T menunjukkan perubahan kondisi menyusui yang positif selama masa perawatan. Kombinasi kedua teknik tersebut membantu mendukung proses pengeluaran ASI melalui stimulasi oksitosin dan pengosongan payudara, yang terlihat dari ASI yang semakin lancar, payudara lebih lunak setelah pemerahan, serta meningkatnya kemampuan ibu dalam melakukan teknik Marmet secara mandiri. Keterlibatan suami dalam pelaksanaan pijat oksitosin juga menjadi bentuk dukungan keluarga yang membantu keberlanjutan perawatan. Dengan demikian, teknik Marmet dan pijat oksitosin dapat dipertimbangkan sebagai salah satu tindakan keperawatan

nonfarmakologis dalam mendukung keberhasilan proses menyusui pada ibu postpartum dengan masalah Menyusui Tidak Efektif.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Badriul Hegar. (2018). Pentingnya Produksi ASI Bagi Ibu Menyusui Dan Bagi Bayi. IDAI, Jakarta
- Rahmawati Ekaputri, Syarifah Ismed, E. A. (2022). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengeluaran ASI pada Ibu Postpartum Di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Agung Kecamatan Tanjung Agung Kabupaten Muara Enim Tahun 2021. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 22(2), 753–757.
- Alayda, S. (2024). Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas Dengan Bendungan ASI Di PMB Maizar Labuhan Maringgai Lampung Timur.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik (Edisi 1). Jakarta: DPP PPNI.
- Cahyani Setianingrum, P. W. (2023). Penerapan Pijat Oksitosin Untuk Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di Ruang Mawar RSUD DR. H. Soewondo Kendal. *Proceeding Widya Husada Nursing Conference*, 3(1).
- Alat, A. P. (2026). Standar Operasional Prosedur (SOP) Pijat Oksitosin. Terapi Kebidanan Komplementer Pada Ibu Nifas Dan Menyusui.
- Yuliani Latifah, Komaria Susanti, A. O. S. R. (2023). Efektifitas Teknik Marmet Dan Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Nifas Di Pmb Dince Safrina KotaPekanbaru. *Journal Of Social Science Research*, 3(5), 2797–2805.
- Tika Lubis, L. R. (2024). Pengaruh kombinasi pijat oksitosin dan teknik marmet terhadap produksi ASI ibu postpartum primipara. *Jurnal SAGO Gizi Dan Kesehatan*, 5(3), 687–692.
- Dian Trilus Wijayanti, Istiqomah Pattimura, Lisna Nur'anisyah, I., & Febriyani, Askuri, H. S. (2024). Efektifitas Teknik Pijat Oksitosin dan Teknik Marmet Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Menyusui : Systematic Review. *Jurnal Ilmiah : J-HESTECH*, 7(2), 133–152.
- Septiani Rinti Selistiyaningtyas, P. (2021). Pemberian Pijat Marmet Dan Oksitosin Untuk Meningkatkan Produksi ASI Pada Asuhan Keperawatan Ibu Post Partum dengan Sectio Caesarea. *Jurnal Unimus*, 2(1), 61–68.