

IMPLEMENTASI TEKNIK PEMIJATAN MARMET PADA MASALAH MENYUSUI TIDAK EFEKTIF IBU POSTPARTUM SECTIO CAESAREA DI RUANG NIFAS RSD KALISAT JEMBER

Andhini Viviani¹, Awatiful Azza², Diyan Indriyani³
andhiniviviani@gmail.com¹, awatiful.azza@unmuhjember.ac.id²,
diyanindriyani@unmuhjember.ac.id³
Universitas Muhammadiyah Jember

ABSTRAK

Menyusui tidak efektif merupakan masalah yang sering terjadi pada ibu postpartum Sectio Caesarea akibat keterlambatan pengeluaran ASI, nyeri pasca operasi, dan keterbatasan mobilisasi. Kondisi ini dapat menyebabkan kebutuhan nutrisi bayi tidak terpenuhi secara optimal sehingga diperlukan intervensi untuk membantu meningkatkan pengeluaran ASI. Salah satu tindakan nonfarmakologis yang dapat dilakukan adalah teknik pemijatan Marmet. Tujuan studi kasus ini adalah mengetahui implementasi teknik pemijatan Marmet pada ibu postpartum Sectio Caesarea dengan masalah menyusui tidak efektif di ruang nifas RSD Kalisat Jember. Metode yang digunakan adalah studi kasus deskriptif pada satu klien dengan pengumpulan data melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan dokumentasi. Implementasi teknik pemijatan Marmet dilakukan selama dua hari berturut-turut dengan durasi 15–20 menit setiap sesi. Hasil menunjukkan adanya peningkatan pengeluaran ASI dari sekitar 3–5 tetes pada hari pertama menjadi 8–10 tetes pada hari kedua. Selain itu, bayi mulai mampu melekat pada payudara dengan lebih baik, frekuensi menyusui meningkat, dan ibu tampak lebih percaya diri selama proses menyusui. Berdasarkan hasil studi kasus, teknik pemijatan Marmet dapat membantu meningkatkan pengeluaran ASI dan mendukung keberhasilan menyusui pada ibu postpartum Sectio Caesarea dengan masalah menyusui tidak efektif.

Kata Kunci: Teknik Marmet, Menyusui Tidak Efektif, Postpartum Sectio Caesarea.

ABSTRACT

Ineffective breastfeeding is a common problem experienced by postpartum Sectio Caesarea mothers due to delayed breast milk production, postoperative pain, and limited mobility. This condition may prevent infants from receiving optimal nutritional intake, therefore appropriate interventions are needed to improve breast milk secretion. One of the non-pharmacological interventions that can be applied is the Marmet massage technique. This case study aimed to describe the implementation of the Marmet massage technique in a postpartum Sectio Caesarea mother with ineffective breastfeeding at the postpartum ward of RSD Kalisat Jember. The study employed a descriptive case study design involving one client. Data were collected through interviews, observation, physical examination, and documentation. The Marmet massage technique was implemented for two consecutive days with a duration of 15–20 minutes in each session. The results showed an increase in breast milk secretion from approximately 3–5 drops on the first day to 8–10 drops on the second day. In addition, the infant was able to latch onto the breast more effectively, breastfeeding frequency increased, and the mother appeared more confident during the breastfeeding process. Based on the findings of this case study, the Marmet massage technique can help increase breast milk secretion and support successful breastfeeding in postpartum Sectio Caesarea mothers experiencing ineffective breastfeeding.

Keywords: Marmet Massage Technique, Ineffective Breastfeeding, Postpartum Sectio Caesarea.

PENDAHULUAN

Menyusui merupakan aktivitas memberikan ASI (Air Susu Ibu) kepada bayi atau anak secara langsung dari payudara ibu. Pentingnya pemberian ASI (Air Susu Ibu) yakni guna untuk mencegah kekurangan nutrisi atau gizi sehingga dapat menurunkan angka kematian pada bayi atau anak (Solama & Alvionita, 2021). Pemberian ASI (Air Susu Ibu) kepada bayi terlihat sederhana tetapi sebenarnya memerlukan pemahaman yang baik agar dapat

dilakukan dengan cara yang benar dan efektif. Unites Nation Childrens Fund (UNICEF) bersama dengan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyarankan agar bayi diberikan ASI (Air Susu Ibu) eksklusif selama minimal enam bulan pertama kehidupannya. Setelah bayi berusia enam bulan, makanan padat dapat mulai diperkenalkan, sementara pemberian ASI (Air Susu Ibu) tetap dilanjutkan hingga anak mencapai usia dua tahun (Fera et al., 2023). Walaupun demikian sebagian besar ibu setelah melahirkan (postpartum) mengalami kendala dalam kelancaran produksi ASI (Air Susu Ibu) sehingga menyebabkan masalah menyusui tidak efektif (Widiastuti & Jati, 2020).

Pada masa postpartum, ibu mengalami berbagai perubahan fisiologis dan emosional yang dapat memengaruhi proses laktasi. Penurunan hormon kehamilan, rasa nyeri pascapersalinan, kelelahan, hingga munculnya kecemasan pada fase adaptasi menjadi ibu baru dapat menghambat rangsangan hormon prolaktin dan oksitosin yang berperan dalam produksi serta pengeluaran ASI. Selain itu, kondisi payudara yang sedang beradaptasi seperti pembengkakan, puting lecet, atau pelekatan yang tidak tepat dapat semakin mengganggu proses menyusui. Ketidakstabilan kondisi fisik dan psikologis tersebut dapat menyebabkan ASI tidak keluar secara optimal sehingga ibu berisiko mengalami ketidakefektifan menyusui.

Ketidakefektifan menyusui yang dialami oleh ibu postpartum dapat menyebabkan bayi merasa tidak puas dan berpengaruh terhadap perkembangan otak serta pemenuhan gizi yang dibutuhkan tubuh. Ketidaklancaran pengeluaran ASI (Air Susu Ibu) pada ibu postpartum dapat terjadi akibat kurangnya rangsangan hormon oksitosin, yang memiliki peran penting dalam proses pengeluaran ASI (Air Susu Ibu). Terdapat dua faktor utama yang memengaruhi proses ini, yaitu produksi dan pengeluaran ASI (Air Susu Ibu). Produksi ASI (Air Susu Ibu) dikendalikan oleh hormon prolaktin, sedangkan pengeluarannya dipengaruhi oleh hormon oksitosin (Ekasari & Adimayanti, 2022).

Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, tercatat bahwa persentase bayi berusia 0–5 bulan yang memperoleh ASI eksklusif di tingkat nasional mencapai 68,6 %. Artinya, masih terdapat sekitar 31,4 % ibu yang mengalami kendala dalam proses menyusui secara eksklusif. Di tingkat daerah, data Profil Kesehatan Jawa Timur 2023 melaporkan bahwa cakupan ASI eksklusif di Jawa Timur sebesar 72,4%, meskipun lebih tinggi dari rata-rata nasional, tetapi masih menunjukkan bahwa hampir 1 dari 3 ibu belum berhasil menyusui secara optimal. Beberapa kabupaten/kota di Jawa Timur juga tercatat memiliki capaian rendah, Kendala tersebut dapat disebabkan oleh beberapa faktor, seperti kurangnya produksi ASI, pembengkakan pada payudara, saluran ASI yang tersumbat, hingga minimnya pemahaman ibu mengenai teknik menyusui yang tepat (Safari et al., 2023). Selain faktor umum, metode persalinan juga memainkan peran krusial. Ibu yang melahirkan melalui Operasi Sectio Caesarea (SC) memiliki kemungkinan (odds) yang secara signifikan lebih rendah untuk mencapai pemberian ASI eksklusif dibandingkan dengan ibu yang melahirkan secara vagina. Hal ini karena ibu postpartum SC lebih rentan mengalami nyeri akut pascaoperasi yang menghambat kontak kulit-ke-kulit (skin-to-skin contact) segera, menunda inisiasi menyusui, dan menimbulkan ketidaknyamanan saat mencari posisi menyusui yang efektif. Kondisi-kondisi ini secara kolektif meningkatkan risiko diagnosis keperawatan Menyusui Tidak Efektif pada ibu postpartum dengan riwayat persalinan SC (Show et al., 2024).

Beberapa cara yang dapat dilakukan untuk mendukung kelancaran pengeluaran ASI pada ibu di awal masa menyusui yakni teknik relaksasi antara lain perawatan payudara, pijat oksitosin, dan penerapan teknik marmet (Safari et al., 2023). Sebagai alternatif untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin pada ibu Postpartum dapat dilakukan dengan teknik marmet. Teknik marmet merupakan metode memerah ASI secara manual

menggunakan jari. Teknik ini tergolong praktis karena tidak memerlukan alat khusus, cukup dengan tangan dan wadah yang bersih untuk menampung ASI. Proses ini melibatkan pemijatan di sekitar area areola guna merangsang pelepasan hormon prolaktin. Hormon prolaktin akan menstimulasi alveoli di kelenjar payudara untuk memproduksi ASI dan saat alveoli terangsang, sel-sel di dalamnya akan mengeluarkan ASI ke dalam saluran susu. Refleks pengeluaran ASI atau let-down reflex akan terjadi, sehingga ASI dapat keluar dengan lancar dari payudara. Teknik ini mengombinasikan pijatan dan perahan secara manual pada area areola dan puting, yang tidak hanya merangsang refleks let-down tetapi juga meningkatkan volume ASI yang keluar. Keunggulan teknik marmet antara lain tekanan saat memerah dapat dikontrol sendiri, lebih praktis, serta ekonomis karena hanya memerlukan tangan yang bersih tanpa perlengkapan tambahan (Sareng et al., 2023).

Hasil penelitian Herlina et al (2023) yakni ibu Postpartum yang telah dilakukan teknik Marmet mengalami peningkatan pada volume ASI sebesar 65% dengan 13 responden bahkan peningkatannya ada yang mencapai 65 ml. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Sareng et al (2023) Di Ruang Ponek RSUD dr. Soeratto Gemolong. Hasil penelitian yang yakni pasien sebelum mendapatkan teknik Marmet memiliki pancaran ASI yang tampak lemah, pengeluaran ASI hanya sedikit kurang dari 50 ml dan payudara tampak lembek sedangkan pasien setelah menerapkan teknik Marmet selama 1 hari dalam 3 kali perlakuan didapatkan hasil yang berupa pengeluaran ASI yang meningkat, pancaran ASI tampak kuat dengan pengeluaran ASI lebih dari 50 ml dan payudara terasa kencang.

Meskipun penelitian-penelitian terdahulu menunjukkan efektivitas Marmet pada ibu postpartum secara umum, belum banyak intervensi yang secara spesifik meneliti efektivitas teknik ini dalam mengatasi hambatan menyusui yang unik dialami oleh ibu postpartum SC, seperti rasa nyeri dan keterlambatan pengeluaran ASI pasca operasi. Berdasarkan latar belakang di atas, dan perlunya solusi praktis untuk mengatasi masalah menyusui tidak efektif pada kelompok ibu berisiko tinggi ini, peneliti tertarik untuk menyusun Karya Tulis Ilmiah tentang "Implementasi Teknik Pemijatan Marmet Pada masalah Menyusui Tidak Efektif ibu Postpartum SC di ruang Nifas RSD Kalisat Jember.

METODE PENELITIAN

Desain ini menggunakan pendekatan studi kasus dengan jenis deskriptif analisis, yang bertujuan untuk menggambarkan dan menganalisis secara mendalam mengenai Implementasi Teknik Pemijatan Marmet Pada Masalah Menyusui Tidak Efektif Ibu Postpartum Sc Di Ruang Nifas RSD Kalisat Jember.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bagian ini penulis membahas mengenai hasil implementasi tindakan teknik pemijatan marmet pada masalah menyusui tidak efektif ibu postpartum sectio caesarea . Pembahasan dilakukan dengan membandingkan antara teori yang telah dikaji sebelumnya dengan hasil nyata dari studi kasus yang telah dilakukan dan opini penulis terhadap hasil fakta dan teori yang didapatkan.

1. Mengidentifikasi Menyusui Tidak Efektif

Berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan pada pasien postpartum Sectio Caesarea di ruang nifas RSD Kalisat Jember ditemukan bahwa pasien mengalami masalah menyusui tidak efektif. Pasien mengeluhkan ASI belum keluar lancar atau hanya keluar sedikit sejak setelah operasi Sectio Caesarea. Pasien juga mengatakan bayinya sering menangis setelah menyusu dan tampak belum puas setelah diberikan ASI.

Selain itu, pasien mengeluhkan payudara terasa penuh dan tegang namun pengeluaran kolostum belum keluar. Bayi tampak sulit melekat pada payudara dan sering melepaskan

puting saat proses menyusui berlangsung. Frekuensi menyusui belum optimal dan produksi kolostrum tampak masih sedikit sehingga kebutuhan bayi belum terpenuhi secara optimal.

Pasien juga mengeluhkan nyeri pada luka operasi Sectio Caesarea terutama saat bergerak dan saat menyusui sehingga pasien merasa kesulitan menentukan posisi menyusui yang nyaman. Selama proses pengkajian pasien tampak cemas dan kurang percaya diri dalam menyusui bayinya karena merasa ASI yang keluar belum mencukupi kebutuhan bayi. Menyusui tidak efektif merupakan kondisi dimana ibu dan bayi mengalami kesulitan dalam proses pemberian ASI sehingga kebutuhan nutrisi bayi tidak terpenuhi secara optimal. Menurut Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI) tahun 2021, menyusui tidak efektif ditandai dengan ketidakadekuatan suplai ASI, bayi sulit melekat pada payudara, bayi rewel setelah menyusui, frekuensi menyusui tidak adekuat, serta adanya kecemasan ibu dalam proses menyusui.

Ibu postpartum Sectio Caesarea memiliki risiko lebih tinggi mengalami masalah menyusui tidak efektif dibandingkan ibu dengan persalinan normal. Menurut Roesli (2021), keterlambatan pengeluaran ASI pada ibu post Sectio Caesarea dapat dipengaruhi oleh efek anestesi, nyeri luka operasi, keterbatasan mobilisasi, kelelahan, dan stres psikologis setelah persalinan.

Nyeri luka operasi dapat menyebabkan ibu merasa tidak nyaman saat menyusui sehingga proses pelekatan bayi pada payudara menjadi kurang optimal. Selain itu, kondisi psikologis ibu juga sangat mempengaruhi proses pengeluaran ASI. Ketika ibu merasa cemas, takut, atau stres, maka hormon oksitosin yang berperan dalam refleks pengeluaran ASI dapat terhambat sehingga produksi dan pengeluaran ASI menjadi tidak optimal. Menurut Walyani dan Purwoastuti (2022), masalah menyusui tidak efektif pada ibu post Sectio Caesarea sering ditandai dengan ASI keluar sedikit, bayi sulit menyusui, bayi tampak rewel setelah menyusui, serta ibu merasa kurang percaya diri dalam memberikan ASI kepada bayinya.

Berdasarkan fakta dan teori yang ada, peneliti berpendapat bahwa masalah menyusui tidak efektif pada pasien postpartum Sectio Caesarea dipengaruhi oleh faktor fisik dan psikologis yang saling berhubungan.

Nyeri pada luka post operasi menyebabkan pasien kesulitan bergerak dan merasa tidak nyaman saat menyusui sehingga proses pelekatan bayi pada payudara menjadi kurang optimal. Kondisi tersebut menyebabkan bayi belum mampu menyusui secara efektif dan kebutuhan ASI bayi belum terpenuhi secara maksimal.

Selain faktor fisik, kondisi psikologis pasien juga mempengaruhi kelancaran pengeluaran ASI. Pasien tampak cemas dan takut ASI yang keluar tidak mencukupi kebutuhan bayi sehingga pasien menjadi kurang percaya diri dalam proses menyusui. Menurut peneliti, kecemasan yang dialami pasien dapat menghambat refleks oksitosin sehingga pengeluaran ASI menjadi semakin terhambat.

Oleh karena itu, diperlukan intervensi keperawatan yang tepat untuk membantu meningkatkan produksi dan pengeluaran ASI serta memberikan dukungan emosional kepada ibu postpartum Sectio Caesarea agar ibu merasa lebih nyaman, tenang, dan percaya diri dalam menyusui bayinya.

2. Mengidentifikasi Implementasi Teknik Pijat Marmet

Implementasi teknik pijatan marmet dilakukan selama dua hari berturut-turut pada pasien postpartum Sectio Caesarea dengan masalah menyusui tidak efektif di ruang nifas RSD Kalisat Jember. Implementasi dilakukan dengan memberikan edukasi terlebih dahulu mengenai pengertian, tujuan, manfaat, dan langkah-langkah teknik marmet kemudian dilanjutkan dengan demonstrasi dan pendampingan secara langsung kepada pasien.

Ditemukan pada hari pertama implementasi pasien masih tampak canggung dan belum memahami teknik pemijatan marmet dengan benar. Pasien masih membutuhkan bantuan penuh dalam melakukan teknik tersebut. Produksi ASI masih sangat sedikit yaitu sekitar 3–5 tetes setelah dilakukan pemijatan marmet. Bayi tampak belum mampu menyusui secara efektif, masih sering menangis setelah menyusui, dan belum mampu melekat dengan baik pada payudara ibu. Selain itu, pasien tampak menahan nyeri saat bergerak dan saat proses menyusui berlangsung akibat luka post Sectio Caesarea.

Ditemukan pada hari kedua implementasi pasien mulai memahami langkah-langkah teknik marmet dan mampu melakukan sebagian prosedur secara mandiri dengan arahan dari penulis. Produksi ASI tampak meningkat dibandingkan hari sebelumnya yaitu sekitar 8-10 tetes setelah dilakukan pemijatan marmet. Bayi mulai mampu melekat pada payudara dengan lebih baik, frekuensi menyusui meningkat, dan bayi tampak lebih tenang setelah menyusui. Pasien juga terlihat lebih percaya diri selama proses menyusui berlangsung.

Produksi ASI sekitar 3–5 tetes pada hari pertama postpartum masih termasuk kondisi fisiologis normal terutama pada ibu post Sectio Caesarea. Menurut Maryunani (2020), pada 24 jam pertama postpartum pengeluaran ASI umumnya masih berupa kolostrum dalam jumlah sedikit dan keluar dalam bentuk tetesan karena proses adaptasi hormonal masih berlangsung. Pengeluaran ASI pada ibu post Sectio Caesarea cenderung lebih lambat akibat efek anestesi, nyeri luka operasi, keterbatasan mobilisasi, dan kelelahan pasca persalinan.

Peningkatan produksi ASI menjadi sekitar 8-10 tetes pada hari kedua menunjukkan adanya respon positif terhadap stimulasi payudara yang dilakukan secara rutin. Menurut Walyani dan Purwoastuti (2022), stimulasi payudara yang dilakukan secara terus menerus dapat meningkatkan hormon prolaktin dan oksitosin sehingga produksi dan pengeluaran ASI meningkat dalam 24–48 jam postpartum.

Postpartum merupakan masa setelah persalinan hingga organ reproduksi kembali seperti sebelum hamil yang berlangsung sekitar enam minggu. Pada masa postpartum ibu mengalami perubahan fisiologis dan psikologis dalam proses adaptasi terhadap peran baru sebagai seorang ibu. Menurut teori Rubin, adaptasi psikologis ibu postpartum terdiri dari tiga fase yaitu *taking in*, *taking hold*, dan *letting go*. Fase *taking in* terjadi pada 1–2 hari pertama postpartum dimana ibu masih fokus terhadap dirinya sendiri, merasa lelah, pasif, dan masih membutuhkan bantuan dalam perawatan diri maupun bayinya. Pada fase ini ibu biasanya masih mengalami nyeri dan ketidaknyamanan fisik sehingga proses menyusui belum optimal.

Fase *taking hold* terjadi pada hari ke-2 sampai hari ke-10 postpartum dimana ibu mulai belajar merawat bayinya, mulai mencoba menyusui secara mandiri, dan mulai memiliki rasa percaya diri terhadap peran barunya sebagai seorang ibu. Sedangkan fase *letting go* merupakan fase dimana ibu mulai menerima peran barunya sebagai ibu dan mampu beradaptasi terhadap perubahan dalam keluarga maupun kehidupan sehari-hari.

Selain itu, ibu postpartum juga berisiko mengalami postpartum blues yaitu gangguan emosional ringan setelah persalinan yang ditandai dengan perasaan sedih, mudah menangis, cemas, sensitif, mudah lelah, dan perubahan suasana hati. Menurut Walyani dan Purwoastuti (2022), postpartum blues dipengaruhi oleh perubahan hormon, nyeri, kelelahan, kurang tidur, serta kecemasan dalam merawat bayi dan proses menyusui. Kondisi emosional ibu sangat mempengaruhi refleks oksitosin yang berperan dalam pengeluaran ASI. Ketika ibu merasa cemas, takut, atau stres maka refleks oksitosin dapat terhambat sehingga pengeluaran ASI menjadi tidak optimal.

Berdasarkan fakta dan teori yang ada, peneliti berpendapat bahwa implementasi teknik pemijatan marmet memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan produksi dan

pengeluaran ASI pada pasien postpartum Sectio Caesarea dengan masalah menyusui tidak efektif.

Produksi ASI yang masih sedikit yaitu sekitar 3–5 tetes pada hari pertama merupakan kondisi yang masih normal pada ibu post Sectio Caesarea karena pasien masih berada pada fase taking in dimana ibu masih fokus terhadap rasa nyeri, kelelahan, dan kondisi tubuhnya setelah operasi sehingga masih membutuhkan bantuan dalam proses menyusui maupun pelaksanaan teknik marmet.

Produksi ASI yang masih sedikit yaitu sekitar 3–5 tetes pada hari pertama merupakan kondisi yang masih normal pada ibu post Sectio Caesarea karena pasien masih berada pada fase taking in dimana ibu masih fokus terhadap rasa nyeri, kelelahan, dan kondisi tubuhnya setelah operasi sehingga masih membutuhkan bantuan dalam proses menyusui maupun pelaksanaan teknik marmet.

Pada hari kedua produksi ASI meningkat menjadi sekitar 10–15 tetes setelah dilakukan teknik marmet secara rutin. Menurut peneliti, peningkatan tersebut menunjukkan bahwa stimulasi melalui teknik marmet mampu membantu merangsang hormon prolaktin dan oksitosin sehingga pengeluaran ASI menjadi lebih lancar. Selain itu, pasien mulai memasuki fase taking hold dimana pasien mulai belajar melakukan teknik marmet secara mandiri dan mulai memiliki rasa percaya diri dalam menyusui bayinya.

Peneliti juga berpendapat bahwa kondisi psikologis ibu sangat mempengaruhi keberhasilan menyusui. Pada awal postpartum pasien tampak cemas dan takut ASI tidak mencukupi kebutuhan bayi sehingga berisiko mengalami postpartum blues. Namun setelah diberikan edukasi, pendampingan, dan dukungan emosional selama implementasi, pasien tampak lebih tenang, nyaman, dan percaya diri sehingga proses menyusui menjadi lebih efektif.

Dengan demikian, teknik pemijatan marmet tidak hanya membantu meningkatkan produksi ASI secara fisiologis tetapi juga membantu meningkatkan kenyamanan psikologis ibu postpartum dalam menjalankan proses menyusui.

3. Menggambarkan Implementasi Teknik Pemijatan Marmet Pada Masalah Menyusui Tidak Efektif Ibu Postpartum Sectio Caesarea

Berdasarkan hasil implementasi teknik pemijatan marmet selama dua hari pada pasien postpartum Sectio Caesarea dengan masalah menyusui tidak efektif di ruang nifas RSD Kalisat Jember ditemukan adanya peningkatan produksi dan pengeluaran ASI secara bertahap.

Sebelum dilakukan implementasi, ASI pasien belum keluar lancar dan bayi tampak sering menangis setelah menyusu. Bayi juga tampak sulit melekat pada payudara dan proses menyusui belum berjalan efektif.

Setelah dilakukan teknik pemijatan marmet pada hari pertama, pengeluaran ASI mulai keluar sekitar 3–5 tetes. Meskipun jumlah ASI masih sedikit, pasien tampak lebih rileks setelah dilakukan pemijatan dan bayi mulai mencoba menyusu meskipun masih sering melepaskan puting.

Pada hari kedua implementasi, pengeluaran ASI meningkat menjadi sekitar 8–10 tetes setelah dilakukan teknik marmet. Bayi mulai mampu melekat pada payudara dengan lebih baik, frekuensi menyusu meningkat, dan bayi tampak lebih tenang setelah menyusu. Selain itu, pasien terlihat lebih nyaman, lebih tenang, dan lebih percaya diri selama proses menyusui berlangsung.

Teknik pemijatan marmet merupakan salah satu intervensi nonfarmakologis yang digunakan untuk membantu meningkatkan produksi dan pengeluaran ASI melalui stimulasi hormon prolaktin dan oksitosin. Menurut Utami Roesli (2021), teknik marmet membantu

memperlancar refleks let-down dan membantu pengosongan ASI secara optimal sehingga produksi ASI meningkat secara bertahap.

Peningkatan produksi ASI setelah dilakukan teknik marmet menunjukkan adanya respon positif terhadap stimulasi payudara. Menurut Maryunani (2020), stimulasi payudara yang dilakukan secara rutin dapat membantu mempercepat pengeluaran kolostrum dan meningkatkan produksi ASI terutama pada ibu postpartum Sectio Caesarea yang mengalami keterlambatan pengeluaran ASI.

Menurut penelitian Sari dan Handayani (2023), teknik pemijatan marmet efektif meningkatkan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu postpartum karena stimulasi yang diberikan dapat meningkatkan hormon prolaktin dan oksitosin sehingga proses menyusui menjadi lebih efektif.

Selain itu, kondisi psikologis ibu juga mempengaruhi keberhasilan menyusui. Ketika ibu merasa tenang, nyaman, dan percaya diri maka hormon oksitosin meningkat sehingga pengeluaran ASI menjadi lebih lancar. Sebaliknya, kecemasan, nyeri, dan stres dapat menghambat refleks pengeluaran ASI.

Berdasarkan fakta dan teori yang ada, peneliti berpendapat bahwa implementasi teknik pemijatan marmet efektif dalam membantu mengatasi masalah menyusui tidak efektif pada pasien postpartum Sectio Caesarea. Peningkatan pengeluaran ASI dari sekitar 3–5 tetes pada hari pertama menjadi sekitar 8-10 tetes pada hari kedua menunjukkan bahwa teknik marmet mampu merangsang hormon prolaktin dan oksitosin sehingga produksi dan pengeluaran ASI meningkat secara bertahap.

Selain peningkatan produksi ASI, implementasi teknik marmet juga memberikan pengaruh terhadap efektivitas proses menyusui. Hal ini terlihat dari kemampuan bayi yang mulai mampu melekat pada payudara dengan lebih baik, frekuensi menyusu yang meningkat, dan bayi tampak lebih tenang setelah menyusu.

Menurut peneliti, keberhasilan implementasi tidak hanya dipengaruhi oleh teknik pemijatan marmet tetapi juga dipengaruhi oleh kondisi psikologis ibu. Setelah diberikan edukasi, pendampingan, dan dukungan emosional, pasien tampak lebih tenang dan lebih percaya diri dalam menyusui sehingga proses pengeluaran ASI menjadi lebih optimal.

Peneliti berpendapat bahwa teknik pijat Marmet merupakan metode yang praktis dan mudah diterapkan oleh ibu postpartum karena tidak memerlukan peralatan khusus. Dengan edukasi dan bimbingan yang memadai, teknik ini dapat dilakukan secara mandiri untuk membantu merangsang produksi serta memperlancar pengeluaran ASI. Oleh karena itu, pijat Marmet dapat digunakan sebagai salah satu intervensi keperawatan nonfarmakologis yang efektif dalam mengatasi masalah menyusui tidak efektif pada ibu postpartum dengan tindakan Sectio Caesarea.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil studi kasus implementasi teknik pemijatan Marmet pada ibu postpartum Sectio Caesarea dengan masalah menyusui tidak efektif di Ruang Nifas RSD Kalisat Jember, dapat disimpulkan bahwa:

1. Hasil identifikasi menunjukkan ibu postpartum Sectio Caesarea mengalami masalah menyusui tidak efektif yang ditandai dengan pengeluaran ASI yang belum adekuat, payudara terasa tegang, bayi sulit melekat pada payudara, hisapan bayi belum efektif, serta bayi sering menangis setelah menyusu. Selain itu, ibu juga mengalami nyeri pada luka operasi yang menyebabkan ketidaknyamanan saat menyusui dan memengaruhi proses pemberian ASI.
2. Implementasi teknik pemijatan Marmet dilakukan selama 2 hari, yaitu pada tanggal 10 Maret 2026 sampai 11 Maret 2026 di Ruang Nifas RSD Kalisat Jember. Tindakan

dilakukan selama 15–20 menit pada setiap sesi dengan memberikan edukasi mengenai teknik Marmet, demonstrasi tindakan, serta pendampingan kepada ibu dalam melakukan pemijatan dan pengeluaran ASI secara manual sesuai prosedur.

3. Gambaran implementasi teknik pemijatan Marmet pada ibu postpartum Sectio Caesarea dengan masalah menyusui tidak efektif menunjukkan adanya peningkatan pengeluaran ASI setelah dilakukan tindakan. Pengeluaran ASI yang pada hari pertama sekitar 3–5 tetes meningkat menjadi sekitar 8–10 tetes pada hari kedua. Selain itu, kemampuan bayi dalam melekat pada payudara menjadi lebih baik, frekuensi menyusui meningkat, bayi tampak lebih tenang setelah menyusui, dan ibu terlihat lebih nyaman serta lebih percaya diri dalam proses menyusui. Hasil tersebut menunjukkan bahwa teknik pemijatan Marmet dapat membantu meningkatkan pengeluaran ASI dan mendukung keberhasilan proses menyusui pada ibu postpartum Sectio Caesarea.

Saran

a. Bagi Rumah Sakit

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan dalam meningkatkan kualitas asuhan keperawatan maternitas, khususnya pada ibu postpartum sectio caesarea dengan masalah menyusui tidak efektif melalui penerapan teknik pemijatan Marmet sebagai intervensi nonfarmakologis

b. Perawat

Sebagai tenaga kesehatan, khususnya perawat di ruang nifas, diharapkan mampu melakukan pengkajian secara dini terhadap masalah menyusui tidak efektif serta menerapkan teknik pemijatan Marmet sebagai bagian dari asuhan keperawatan yang holistik dan berkesinambungan. Selain itu, perawat diharapkan dapat memberikan edukasi kepada ibu dan keluarga mengenai teknik menyusui yang benar serta cara melakukan pijat Marmet secara mandiri.

c. Bagi klien dan keluarga

Diharapkan ibu dan keluarga dapat memahami pentingnya pemberian ASI serta mampu menerapkan teknik pemijatan Marmet sebagai upaya untuk meningkatkan produksi dan pengeluaran ASI. Keluarga juga diharapkan berperan aktif dalam memberikan dukungan emosional dan fisik kepada ibu selama proses menyusui agar hasil yang diperoleh lebih optimal.

d. Bagi pembaca

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi tambahan referensi dan bahan masukan bagi penelitian selanjutnya terkait intervensi nonfarmakologis dalam mengatasi masalah menyusui tidak efektif, khususnya pada ibu postpartum sectio caesarea

DAFTAR PUSTAKA

- Ackley, B. J., Ladwig, G. B., & Makic, M. B. F. (2017). *Nursing Diagnosis Handbook: An Evidence-Based Guide to Planning Care* (11th ed.). Elsevier.
- Alfianti, A. N., & Nurrohmah, A. (2022). Penerapan Teknik Marmet terhadap Kelancaran ASI pada Ibu Post Partum di Kelurahan Gedangan Kabupaten Boyolali. *INDOGENIUS*, 01(03), 104–112.
- Ambarwati, E. R., & Wulandari, D. (2020). *Asuhan kebidanan nifas*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Amiyarti, L. G., Indriastuti, N. A., & Hernani, E. (2024). Pengaruh Intervensi Terapi Hypnobreastfeeding Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Primipara Pasca Operasi Sectio Caesarea. *Jurnal Medika Nusantara*, 2(2), 64–74.
- Anggraini, D. D., Dewi, N., Ningsih, D. A., Malahayati, I., Yogi, R., Hanung, A., & Gustirini, R. (2022). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. PT. Global Eksekutif Teknologi.
- Aryani, Y., Alyensi, F., & Fathunikmah. (2021). *Proses Laktasi dan Teknik Pijat Oksitosin*. CV. Adanu Abimata.

- Bura, E. M., Adesta, R. O., & Ayupir, A. (2024). Penerapan Teknik Marmet terhadap Kelancaran Produksi ASI pada Ibu Post Partum di Maumere. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(3)
- D. R., Hapsari, W., Azizah, N., Hutomo, C. S., & Argaheni, N. B. (2021). Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas. Yayasan Kita Menulis.
- Damayanti, D., Kurnia Pratama, R. M., Wijayanti, I. O., & Handayani, D. (2024). Pelatihan Kombinasi Pijat Marmet-Oketani Sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Desa Kemumu. *Jurnal Abdimas Kesehatan*, 6(3).
- Damayanti, I. P., Maita, L., Triana, A., & Yulviana, R. (2022). Efektivitas teknik marmet terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu postpartum. *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan*, 14(2), 115–122.
- Dewi, R., Nurbaety, Kurnia Pratama, R. M., Adriati, F., Cahyaningtyas, A. Y., Hasanailita, Sebtalezy, C. Y., Syahridayanti, & Mufidaturrosida, A. (2024). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas Dan Menyusui Bagi Mahasiswa Diploma Tiga. Nuansa Fajar Coptimal Cemerlang.
- Ekasari, T. D., & Adimayanti, E. (2022). Pengelolaan Menyusui Tidak Efektif Pada Ibu Post Sectio Caesarea Di Desa Ngaglik Argomulyo Salatiga. *Pro Health Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 4(1), 185–190.
- Enggar, E., Irmawati, I., & Pont, A. V. (2023). Kombinasi Perawatan Payudara dan Teknik Marmet untuk Meningkatkan Produksi ASI Eksklusif. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 8(4), 209–217
- Febriyanti, D., et al. (2024). Pengaruh pijat Marmet terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas. *Jurnal Innovative Health*, 5(2), 112–118.
- Fera, T., Hasan, M., & Saputra, S. D. (2023). Edukasi Pentingnya Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi di Puskesmas Gambesi. *Jurnal Surya Masyarakat*, 5(2), 208.
- Fitriani, D., et al. (2021). Pengaruh nyeri post sectio caesarea terhadap produksi ASI pada ibu postpartum. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 12(1), 45–52.
- Handayani, S., et al. (2020). Efektivitas teknik Marmet terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu postpartum. *Jurnal Keperawatan*, 9(2), 78–85.
- Hanum, L. (2020). Pengaruh Teknik Marmet terhadap Kelancaran Produksi ASI pada Ibu Postpartum di Klinik Ny Tyas Edi di Jember (Tesis/Artikel). *Judika (Jurnal Nusantara Medika)*.
- Herlina, Ningrum, N. W., & Yuandari, E. (2023). Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Postpartum di RSUD Pambalah Batung Amuntai. *Health Research Journal of Indonesia (HRJI)*, 1(5), 201–207.
- Herselowati. (2023). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui. Universitas IPWIJA.
- Hutabarat, V., Sitepu, S. A., Argaheni, N. B., & Sherly J. (2023). Buku Ajar Nifas S1 Kebidanan Jilid III. Mahakarya Citra Utama Group.
- J. Midwifery Res, 3(2), 64–71.
- Jannah, M., & Latifah, N. (2022). LITERATURE REVIEW: FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI ADAPTASI PSIKOLOGI (Postpartum Blues) PADA Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Pedoman pelayanan kesehatan ibu nifas dan menyusui. Jakarta: Kemenkes RI.
- Lestari, N. P., & Daryanti, M. S. (2023). Hubungan Intensitas Nyeri Post Sectio Caesarea dengan Praktik Pemberian ASI pada Ibu Nifas di Rumah Sakit Daerah Merah Putih Kabupaten Magelang. *Menara Journal of Health Science*, 2(4).
- Lestari, P., et al. (2021). Penerapan teknik Marmet dalam meningkatkan kelancaran ASI pada ibu nifas. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(3), 134–140.
- 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*.
- MASA NIFAS (Puerperium). JITK Bhamada: Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan Bhamada, 13(1), 64–68.
- Maulani, R., et al. (2023). Efektivitas teknik Marmet terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu postpartum. *Asian Journal of Health Sciences*, 4(1), 25–31.
- Ningsih, R., et al. (2022). Hubungan dukungan keluarga dengan keberhasilan menyusui pada ibu postpartum. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 10(2), 90–98.

- Nursanti, L., Yuliana, F., Dewi Iswandari, N., & Widiya Ningrum, N. (2024). Efektivitas Pijat Effleurage dan Teknik Marmet Terhadap Produksi ASI Ibu Postpartum di
- Oktaviani, R., & Perbawati, D. (2024). Pengaruh teknik Marmet terhadap produksi ASI pada ibu postpartum. *Jurnal Kesehatan Sadewa*, 6(1), 55–62.
- Pebrianthy, L., Harahap, Y. W., Nasution, Z., & Saragih, S. (2023). Pendidikan Kesehatan Tentang Laktasi dan ASI Eksklusif di Desa Simatorkis. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, 5(2).
- Pillay, J., & Davis, T. J. (2025). *Physiology, lactation*. Treasure Island, FL: StatPearls Publishing.
- PPNI. (2021). *Standar diagnosis keperawatan Indonesia: Definisi dan indikator diagnostik (Edisi 1 Cetakan III)*. Jakarta: DPP PPNI.
- Putu, J. N. L. M., Marhaeni, G. A., & Mahayati, N. M. D. (2020). Gambaran Persalinan dengan Sectio Caesarea di Instalasi Gawat Darurat Kebidanan Rumah Sakit Umum Pusat Sanglah Denpasar Tahun 2020. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 9(1).
- Qiftiyah, M., & Setyowati, D. (2023). The Effect Of Giving Marmet Techniques On The Fluency Of Breastfeeding In Postpartum Mothers At Gaji Health Center 2023. *Int.*
- Rahmawati, A., et al. (2023). Pengaruh teknik Marmet terhadap kepercayaan diri ibu menyusui. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 7(1), 21–27.
- Rajadiah, E. Y., Pramana, C., & Fadhillah, S. (2023). Optimalisasi Manfaat Teknik Pijat Marmet sebagai Metode Keberhasilan ASI Eksklusif. *ABDI UNISAP: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*.
- Roesli, U. (2021). *Panduan praktis menyusui*. Jakarta: Pustaka Bunda.
- Sa'adah, L., & Haryani, S. (2022). Pengelolaan Ketidaknyamanan Pasca Partum pada Ibu Post Partum Spontan dengan Episiotomy. *Journal of Holistics and Health Sciences*, 4(2), 246–253.
- Safari, F. R. N., Sinaga, E. B., & Purba, K. (2023). Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Nifas Di UPTD Puskesmas Sidodadi. *Health Care: Jurnal Kesehatan*, 12(1), 112–118.
- Sareng, N. A. M., Sari, I. M., & Purnamawati, F. (2023). Penerapan Teknik Marmet Untuk Meningkatkan Dan Memperlancar Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di Ruang Ponok RSUD dr. Soeratno Gemolong. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan (JURRIKES)*, 2(2), 133–145.
- Sari, D., & Wulandari, T. (2022). Hubungan nyeri post sectio caesarea dengan refleks let-down ASI. *Jurnal Kebidanan*, 11(2), 67–73.
- Sari, N., & Handayani, F. (2023). Pengaruh teknik marmet terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu postpartum Sectio Caesarea. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Maternitas*, 8(1), 45–53.
- Sari, R. R. F., Fitrihanur, W. L., & Zuhroh, D. F. (2023). Hubungan Tingkat Kecemasan Ibu Primipara Post Sectio Caesarea Dengan Pengeluaran ASI Di Rumah Sakit Muhammadiyah Gresik. *Indonesian Journal Of Professional Nursing (IJP)*, 4(1), 71–78.
- Selistiyaningtyas, S. R., & Pawestri. (2021). Pemberian Pijat Marmet Dan Oksitosin Untuk Meningkatkan Produksi ASI Pada Asuhan Keperawatan Ibu Post Partum dengan Sectio Caesarea. *Ners Muda*, 1(2).
- Show, K. L., Jampathong, N., Aung, P. L., Win, K. M., Ngamjarus, C., Pattanittum, P., Maung Maung, T., Tin, K. N., Myat, S. M., Bohren, M. A., Chairunnisa, N., & Lumbiganon, P. (2024). Does caesarean section have an impact on exclusive breastfeeding? Evidence from four Southeast Asian countries. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 24(1), 822.
- Sofia, N. (2024). Perbandingan teknik Marmet dan pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu nifas. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 13(1), 40–47.
- Solama, W., & Alvionita, P. (2021). Cara Menyusui Yang Benar pada Bayi Berdasarkan Pengetahuan dan Sikap Ibu. *Babul Ilmi Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, 13(1), 72–85.
- Sulfianti, E., Aurilia Nardina, E., Hutabarat, J., Astuti, E. D., Muyassaroh, Y., Yuliani, Sulistiawati, R. D., Kusumaningrum, T., Pradanie, R., & Armini, N. K. A. (2020). The Effect of Marmet Technique on Mother's Satisfaction in Breastfeeding. *Indian Journal of Forensic Medicine & Toxicology*, 14(2), 1887–1895.
- Sulistiyani, R. D., & Haryani, S. (2023). Gambaran Pengelolaan Menyusui Tidak Efektif pada Ibu Post Partum Spontan di Puskesmas Guntur 2 Kabupaten Demak. *Journal of Holistics and*

- Health Sciences, 5(1), 144–146.
- Toiyan, N., Febrianti, N., & Rosita, R. (2024). Implementasi Teknik Pemijatan Marmet dengan Masalah Keperawatan Menyusui Tidak Efektif Pada Ibu Post Partum di Ruang Matahari RSUD Undata Provinsi Sulawesi Tengah. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 8(3)
- Walyani, E. S. (2021). Perawatan kehamilan dan menyusui. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- WHO. (2023). Breastfeeding and newborn health guidelines. Geneva: World Health Organization.
- Widiastuti, Y. P., & Jati, R. P. (2020). Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Dengan Operasi Sesar. *Cendekia Utama: Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*, 9(3).
- Wilayah Kerja Puskesmas. *Journal of Comprehensive Science*, 3(3), 533–549
- World Health Organization. (2023). Breastfeeding guidelines. Geneva: WHO.
- Yuliana, W., R. R., R. H., & Nulhakim, B. (2024). Efektifitas Kelas Online Calon Ibu Terhadap Waktu Pencapaian Adaptasi Psikologis (Letting Go) Pada Ibu Postpartum. *Jurnal Kebidanan Malakbi*, 5(1), 30–36.
- Yulieti, R. M. (2021). Efektivitas Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran ASI pada Ibu Postpartum di Klinik Permata Bunda Kota Serang. *Journal of Midwifery*.