

Abstrak

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN

Karya Tulis Ilmiah, 2025
Fiisatir Rodiyah

Implementasi Pijat Marmet Sebagai Upaya Meningkatkan Ejeksi ASI pada Ibu *Postpartum* di RSD Balung

xiv + 74 hal + 2 tabel + 11 lampiran

ABSTRAK

Latar belakang: ASI merupakan sumber nutrisi paling optimal bagi bayi, namun dalam praktiknya, banyak ibu mengalami berbagai kendala saat menyusui. ASI yang tidak lancar atau belum keluar pada hari-hari pertama setelah persalinan menjadi hambatan yang paling umum terjadi. Salah satu metode yang dapat digunakan untuk membantu mengatasi permasalahan tersebut adalah teknik marmet, yaitu metode kombinasi pijatan dan perahan payudara secara manual yang bertujuan merangsang pengeluaran ASI. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan implementasi teknik marmet dalam meningkatkan ejeksi ASI pada ibu *Postpartum* di RSD Balung. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain studi kasus deskriptif non-analitik pada satu subjek dengan intervensi selama tiga hari berturut-turut menggunakan instrumen berupa lembar observasi, pedoman wawancara, dan SOP teknik marmet. **Hasil:** Hasil implementasi menunjukkan bahwa teknik marmet mampu merangsang keluarnya ASI sejak hari pertama, dengan peningkatan volume secara progresif, serta meningkatkan kepercayaan diri, kenyamanan dan kemandirian ibu dalam menyusui. **Kesimpulan:** Penerapan pijat marmet menunjukkan perubahan positif dalam proses menyusui, seperti ASI lebih mudah keluar, payudara terasa lebih nyaman, dan ibu lebih percaya diri melakukan stimulasi secara mandiri. Diharapkan teknik ini menjadi alternatif sederhana yang bermanfaat bagi ibu menyusui dengan dukungan tenaga kesehatan.

Kata kunci: Ejeksi ASI, Ibu *Postpartum*, Teknik Marmet

Abstract

MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF JEMBER
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
ASSOCIATE'S DEGREE OF NURSING STUDY PROGRAM

Scientific Paper, 2025
Fiisatir Rodiyah

Implementation of the Marmet Massage as an Effort to Increase Breast Milk Ejection in Postpartum Mothers at Balung Regional Hospital

xiv + 74 pages + 2 tables + 11 annexes

ABSTRACT

Background: Breast milk is the most optimal source of nutrition for infants. However, in practice, many mothers face various challenges during breastfeeding. Breast milk that is not flowing smoothly or has not come out in the first few days after giving birth is the most common obstacle that occurs. One method that can help overcome this problem is the marmet technique, a manual combination of breast massage and expression aimed at stimulating milk release. This study aimed to describe the implementation of the marmet technique in increasing milk ejection in Postpartum mothers at Balung Regional Hospital. **Methods:** This study used a non-analytical descriptive case study design on one subject with an intervention for three consecutive days using instruments in the form of observation sheets, interview guidelines, and marmet technique Standart Operational Procedure (SOP). **Results:** The implementation results show that the marmet technique is able to stimulate the release of breast milk from the first day, with a progressive increase in volume, as well as increasing the mother's confidence, comfort and independence in breastfeeding. **Conclusion:** The implementation of the marmet technique showed positive changes in the breastfeeding process, such as easier milk flow, reduced breast discomfort, and increased maternal confidence in performing self-stimulation. This technique is expected to serve as a simple and helpful alternative for breastfeeding mothers with support from healthcare providers.

Keywords: Marmet Technique, Milk Ejection, Postpartum Mother