

PENGARUH TEKNIK MARMET TERHADAP KELANCARAN ASI PADA IBU NIFAS DI UPTD PUSKESMAS SIDODADI

Fifi Ria Ningsih Safari^{*}, Eliza Bestari Sinaga, Khairani Purba

Akademi Kebidanan Kholisaturrahmi Binjai

Email : zivanaairin@gmail.com

Abstract

Technique Marmet is a technique used to express breast milk. This technique provides a relaxing effect and also reactivates the milk ejection reflex (MER) so that milk begins to drip. Several efforts that can be made to help expedite the expulsion of breast milk in mothers at the beginning of breastfeeding are breast care, oxytocin massage, and the guinea pig technique. The aim of the study was to see the effect of the guinea pig technique on the smoothness of breastfeeding in postpartum mothers. This study used a quasi-experimental method (Quasi Experiment). According to the researchers' assumptions, the results of the descriptive analysis showed that the majority of research subjects were carried out using the guinea pig technique, namely 15 people (50.0%) and the majority of research subjects experienced smooth milk production, namely 13 people (43.3%). The results of the chi-square test show that in the 2x2 contingency table, some have an expected value (E) of less than 5, so the p-value used is the Fisher test $t_{count} = 17.875$ with a p-value of 0.03. Smaller than 0.05, so it can be concluded that the guinea pig technique has a significant influence on the smooth production of breast milk. In other words, the more regularly the mother performs the guinea pig technique, the greater the chance for smooth milk production for the mother.

Keywords: Knowledge, Marmet Technique, ASI, Postpartum Mother

Abstrak

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 reflex* (MER) sehingga air susu mulai menetes. Beberapa upaya yang bisa dilakukan untuk membantu kelancaran pengeluaran ASI pada ibu diawal menyusui adalah breast care, pijat oksitosin, dan teknik marmet. Tujuan penelitian adalah untuk melihat pengaruh Teknik marmet terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen semu (*Quasi Experimen*). Menurut asumsi peneliti, hasil analisis deskriptif memperlihatkan bahwa mayoritas subjek penelitian dilakukan teknik marmet yakni 15 orang (50,0%) dan mayoritas subjek penelitian mengalami produksi ASI yang lancar yakni sebanyak 13 orang (43,3%). Hasil uji chi-squared memperlihatkan bahwa pada tabel contingency 2x2, ada yang memiliki nilai harapan (expected value E) kurang dari 5, sehingga nilai p-value yang digunakan adalah nilai *Fisher test t_{hitung}* = 17,875 dengan p-value 0,03. Lebih kecil dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa teknik marmet memiliki pengaruh signifikan dengan kelancaran produksi ASI. Dengan kata lain, semakin rutin ibu melakukan teknik marmet, semakin besar peluang kelancaran produksi ASI pada ibu.

Kata kunci : Pengetahuan, Teknik Marmet, ASI, Ibu Nifas

PENDAHULUAN

Masa Nifas merupakan masa yang dihitung sejak seorang ibu melahirkan, hingga 6 minggu sesudahnya. Pada masa ini, ibu mengalami perubahan fisik dan alat-alat reproduksi yang telah kembali seperti keadaan sebelum hamil, masa laktasi (menyusui), maupun perubahan psikologis menghadapi keluarga baru. Pada masa nifas perawatan

payudara merupakan suatu tindakan yang sangat penting untuk merawat payudara terutama untuk memperlancar pengeluaran ASI.

Ada banyak hal yang dapat mempengaruhi kelancaran air susu. Sebaiknya ibu mengetahui sejak dini sehingga bayi bisa mendapatkan air susu dalam jumlah yang banyak dan cukup. Dengan mengetahui hal-hal yang bisa

mempengaruhi produksi ASI, ibu bisa segera mengantisipasi, bahkan menghindari agar produksi ASI tidak terganggu.

ASI pada Ibu Nifas (ASI) merupakan makanan alamiah yang baik untuk bayi, praktis, ekonomis, dan mudah dicerna. Alasan mengapa bayi memerlukan ASI karena ASI memiliki manfaat salah satunya memiliki banyak keunggulan kandungan zat-zat penting yang terkandung di dalamnya, hal itu dapat membuat bayi berkembang dengan optimal. ASI juga berperan dalam mendekatkan kedekatan jiwa antara sang ibu dan sang anak (DS Prasetyono, 2016).

ASI adalah makanan bayi ciptaan Tuhan sehingga tidak dapat digantikan dengan makanan dan minuman yang lain. ASI merupakan makanan bayi yang terbaik dan setiap bayi berhak mendapatkan ASI, dan untuk mempromosikan pemberian ASI, maka Kementerian Kesehatan telah menerbitkan surat keputusan Menteri Kesehatan nomor: 450/Menkes/SK/IV/2004 tentang Pemberian ASI secara eksklusif pada bayi di Indonesia. Pada tahun 2012 telah terbit Peraturan Pemerintah (PP) nomor 33 tentang Pemberian ASI dan telah diikuti dengan diterbitkannya 2 (dua) Peraturan Menteri Kesehatan yaitu : Permenkes Nomor 15 Tahun 2013 tentang Tata Cara Penyediaan Fasilitas Khusus Menyusui Dan/Atau Memerah ASI pada Ibu Nifas dan Permenkes Nomor 39 Tahun 2013 tentang Susu Formula Bayi dan Produk Bayi Lainnya(AD Ningrum, 2018).

Berdasarkan data stastistic *World Health Organization* (WHO) tahun 2018 diperoleh data cakupan ASI di Negara dibawah 50%. Cakupan ASI di Afganistan sebesar 43,1%, India 54,9%, Mexico 30,1%, Myanmar 50,1%, Nigeria 23,3%, Paraguay 29,6% (*Health World Organization*, 2018).

Berdasarkan data Profil Kesehatan

Indonesia pada tahun 2017, secara nasional, cakupan bayi mendapat ASI sebesar 61,33%. Angka tersebut sudah melampaui target Renstra tahun 2017 yaitu 44%. Persentase tertinggi cakupan pemberian ASI terdapat pada Nusa Tenggara Barat (87,35%), sedangkan persentase terendah terdapat pada Papua (15,32%). Ada lima provinsi yang belum mencapai target Renstra tahun 2017 (Kemenkes, 2018). Cakupan persentase bayi yang diberi ASI tahun 2017 di Sumatera Utara pada bayi sampai 6 bulan sebanyak 10,73% dan 0-5 bulan 25,71% (Kemenkes RI, 2017). Cakupan ASI di UPTD Puskesmas Sidodadi Kecamatan Kota Kisaran Barat masih dibawah target nasional.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kegagalan ASI yang pertama adalah karena kurangnya pengetahuan ibu tentang ASI (32%) yaitu ibu-ibu menghentikan pemberian ASI karena produksi ASI kurang. Sebenarnya hal ini tidak disebabkan karena ibu tidak memproduksi ASI yang cukup melainkan karena kurangnya pengetahuan ibu. Yang kedua disebabkan oleh ibu bekerja (28%) yaitu ibu-ibu menghentikan pemberian ASI karena harus kembali bekerja. Yang ketiga disebabkan oleh gencarnya promosi susu formula (16%), dimana ibu-ibu menghentikan pemberian ASI karena pengaruh iklan susu formula. Sedangkan lainnya disebabkan oleh faktor sosial budaya (24%) yang meliputi nilai-nilai dan kebiasaan masyarakat yang menghambat keberhasilan ibu dalam pemberian ASI. (Putri, 2017).

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 reflex* (*MER*) sehingga air susu mulai menetes. Dengan diaktifkannya *MER* maka ASI akansering 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 ini merupakan salah satu cara yang aman yang dapat dilakukan untuk merangsang payudara untuk memproduksi lebih banyak ASI (Ulfah, 2013).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Anita Widiaastuti, Siti Arifah, Wiwin Renny Rachmawati, 2015 dengan judul “Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Kelancaran ASI pada Ibu Nifas dan Kenaikan Berat Badan Bayi” didapatkan hasil bahwa teknik marmet berpengaruh dengan nilai $p = 0,01$, pada masase payudara secara statistik tidak berpengaruh dengan nilai $p = 0,07$. Dengan hasil tersebut dapat diketahui bahwa teknik marmet lebih memberikan pengaruh dalam kelancaran ASI dibandingkan dengan teknik masase payudara (Widiastuti et al., 2016).

Setiawandari melakukan penelitian tentang Perbedaan Pengaruh Teknik Marmet Dengan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Ibu Postpartum Di Rumah Sakit Ibu Dan Anak IBI Surabaya, berdasarkan hasil analisis uji hipotesis *T Pair* didapatkan $p = 0,000$. Dengan demikian nilai p lebih kecil dari nilai α (5%) sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh yang signifikan teknik marmet terhadap produksi ASI ibu postpartum di RSIA IBI Surabaya (Sebelas et al., n.d.).

Berdasarkan survei awal yang dilakukan di UPTD Puskesmas Sidodadi Kecamatan Kota Kisaran Barat. Dari hasil observasi secara langsung yang dilakukan peneliti pada 6 ibu nifas yang menyusui, 3 diantaranya dapat menyusui anaknya dengan baik karena ASI nya

lancar, sedangkan 3 lainnya ASI nya tidak lancar, dan ke 3 ibu yang asinya tidak lancar tersebut tidak mengetahui pengaruh teknik marmet terhadap kelancaran ASI. Berdasarkan latar belakang dan survei awal yang sudah dilakukan maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang “Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Kelancaran ASI pada Ibu Nifas di UPTD Puskesmas Sidodadi Kelurahan Sei Renggas Kecamatan Kota Kisaran Barat Tahun 2022”. Tujuan penelitian adalah untuk melihat pengaruh Teknik marmet terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas.

METODE PELAKSANAAN

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen semu (*Quasi Experimen*). Karena peneliti mengukur pengaruh kelompok intervensi diberikan perlakuan Teknik marmet selama hari ke 2-4 berturut-turut diikuti dengan pengukuran ASI pada Ibu Nifas durasi 30 menit sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan intervensi apapun. Dimana kelompok eksperimen menerima intervensi dengan dilakukan teknik marmet yang diikuti dengan pengukuran ASI pada Ibu Nifas durasi 30 menit dan pada kelompok kontrol yang tidak menerima perlakuan teknik marmet yang diikuti dengan pengukuran ASI pada Ibu Nifas durasi 30 menit. Hasil pengukuran ini kemudian dibandingkan dengan hasil yang tidak menerima teknik marmet. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen semu (*Quasi Experimen*) dengan pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah rancangan perbandingan kelompok kontrol dan intervensi (*One Group Post Test Design*.) Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas sebanyak 30 orang di UPTD Puskesmas Sidodadi Kecamatan Kota Kisaran Barat. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *accidental sampling*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Karakteristik Berdasarkan Teknik Marmet di UPTD Puskesmas Sidodadi Kelurahan Sei Renggas Kecamatan Kota Kisaran Barat Tahun 2022

No	Teknik Marmet	F	%
1	Tidak Dilakukan	15	50,0
2	Dilakukan	15	50,0
	Total	30	100,0

Dari 30 orang subjek penelitian, terdapat 15 orang (50,0%) tidak dilakukan teknik marmet dan 15 orang (50,0%) dilakukan teknik marmet

Tabel 3. Tabulasi Silang Antara Teknik Marmet dengan Kelancaran ASI pada Ibu Nifas

No	Teknik Marmet	Kelancaran ASI				P Value	OR		
		Lancar		Tidak Lancar					
		N	%	N	%				
1	Dilakukan	13	76,5	2	15,4	15	50,0	17,875	
2	Tidak Dilakukan	4	23,5	11	84,6	15	50,0	0,03	
	Total	17	100,0	13	100,0	30	100		

Dari 15 subjek penelitian yang melakukan teknik marmet, terdapat 13 orang (76,5%) dengan produksi ASI lancar dan 2 orang (15,4%) dengan produksi ASI tidak lancar. Selanjutnya dari 15 subjek penelitian yang tidak melakukan teknik marmet, 11 orang (84,6%) dengan produksi ASI tidak lancar dan 4 orang (23,5%) dengan produksi ASI lancar.

Hasil uji chi-square memperlihatkan bahwa pada tabel contingency 2x2, ada yang memiliki nilai harapan (expected value E) kurang dari 5, sehingga nilai p-value yang digunakan adalah nilai *Fisher test t_hitung* = 17,875 dengan p-value 0,03. Lebih kecil dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa teknik marmet memiliki pengaruh signifikan dengan kelancaran produksi ASI.

Berdasarkan hasil penelitian nilai p=0,03 yang berarti p=<0,05, maka dapat disimpulkan bahwa ada Pengaruh Teknik

Tabel 2. Karakteristik Berdasarkan Kelancaran ASI pada Ibu Nifas di UPTD Puskesmas Sidodadi Kelurahan Sei Renggas Kecamatan Kota Kisaran Barat Tahun 2022

No	Kelancaran ASI	F	%
1	Tidak Lancar	10	33,3%
2	Lancar	20	66,7%
	Total	30	100,0

Dari 30 subjek penelitian, 10 orang (33,3%) dengan produksi ASI tidak lancar dan 20 orang (66,7%) dengan produksi ASI lancar.

Marmet terhadap Kelancaran ASI pada Ibu Nifas di UPTD Puskesmas Sidodadi Kelurahan Sei Renggas Kecamatan Kota Kisaran Barat Tahun 2022.

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 reflex* (*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 ini

merupakan salah satu cara yang aman yang dapat dilakukan untuk merangsang payudara untuk memproduksi lebih banyak ASI.

Teknik marmet merupakan kombinasi cara memerah ASI dan memijat payudara sehingga refleks ASI dapat optimal. Teknik memerah ASI dengan cara memerah bertujuan untuk mengosongkan ASI pada *sinus laktiferus* akan merangsang pengeluaran *prolactin*. Pengeluaran hormon *prolactin* diharapkan merangsang *mammary alveoli* untuk memproduksi ASI. Semakin banyak ASI dikeluarkan atau dikosongkan dari payudara akan semakin baik produksi ASI di payudara. Teknik memerah ASI yang dianjurkan adalah dengan mempergunakan tangan dan jari karena praktis, efektif dan efisien dibandingkan dengan menggunakan pompa. Penggunaan metode marmet merupakan salah satu upaya yang dilakukan dalam meningkatkan cakupan ASI pada bayi 0-6 bulan serta peningkatan pengeluaran ASI. (Lestari et al., 2018)

Permasalahan tidak lancarnya proses keluarnya ASI yang menjadi salah satu penyebab seseorang tidak dapat menyusui bayinya sehingga proses menyusui terganggu. Oleh karena itu diperlukan diadakannya pendekatan pada masyarakat untuk dapat mengubah kebiasaan buruk memberikan makanan pendamping ASI sebelum bayi berusia 6 bulan dan pengenalan berbagai metode yang dapat membantu ibu menyusui untuk memperlancar pengeluaran ASI salah satunya adalah menggunakan metode marmet.

Kunci keberhasilan memerah ASI teknik marmet, yaitu memadukan pemijatan payudara sel-sel pembuat ASI dan saluran ASI untuk meningkatkan oksitosin-aliran ASI dengan memerah ASI. Jika teknik ini dilakukan dengan efektif dan tepat maka tidak akan terjadi masalah pada produksi ASI. Tindakan tersebut dapat membantu memaksimalkan reseptor prolaktin dan meminimalkan efek

samping dari tertundanya proses menyusui oleh bayi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Hadimah, 2016), Program studi Bidan Pendidik Jenjang Diploma D IV Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Yogyakarta 2016 dengan judul Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Gamping dan hasil analisis dengan uji chi-square didapatkan nilai signifikan (*p*) sebesar 0,025 lebih kecil dari pada 0,05 ($0,025 < 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak yang artinya ada pengaruh teknik marmet terhadap produksi ASI pada ibu post partum di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Gamping.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan (Anhar, 2016) (Lestari et al., 2018) dalam penelitiannya tentang Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas Di RSUD Dr. Wahidin Sudiro Husodo Kota Mojokerto jenis penelitian *Analitik Experimental* dengan pendekatan *static group comparison/ posttestonly control group design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas di RSUD dr.Wahidin Sudiro Husodo Kota Mojokerto pada bulan Mei tahun 2014. Sampel berjumlah 44 responden diambil melalui teknik *simple random sampling*. Sumber data menggunakan data primer yang dikumpulkan melalui lembar observasi. Uji statistik menggunakan uji *Mann-Whitney*. Hasil penelitian didapatkan pada kelompok perlakuan sebagian besar produksi ASI lancar yaitu sebanyak 19 responden (86%) dan pada kelompok kontrol sebagian besar mengalami produksi ASInya tidak lancar yaitu sebanyak 12 responden (54,5%). Hasil uji *mann withney* diperoleh hasil nilai signifikansi *p value* = 0,005 dengan tingkat kemaknaan yang ditetapkan adalah pada $\alpha = 0,05$. Oleh karena nilai $= 0,005 < \alpha = 0,05$ maka H_1 yang artinya ada pengaruh teknik marmet terhadap

produksi ASI pada ibu nifas di RSUD. Dr Wahidin Sudiro Husodo Kota Mojokerto.

Menurut asumsi peneliti, hasil analisis deskriptif memperlihatkan bahwa mayoritas subjek penelitian dilakukan teknik marmet yakni 15 orang (50,0%) dan mayoritas subjek penelitian mengalami produksi ASI yang lancar yakni sebanyak 13 orang (43,3%). Dengan kata lain, semakin rutin ibu melakukan teknik marmet, semakin besar peluang kelancaran produksi ASI pada ibu. Teknik marmet mengeluarkan ASI secara manual dan membantu refleks pengeluaran susu (*Milk ejection Reflex*) telah bekerja bagi ribuan ibu dengan cara yang tidak dimiliki sebelumnya. Bahkan ibu menyusui berpengalaman yang telah mampu mengeluarkan ASI diungkapkan akan menghasilkan lebih banyak susu dengan metode ini. Ibu yang sebelumnya telah mampu mengeluarkannya hanya sedikit, mendapatkan hasil yang baik dengan teknik ini. Teknik Marmet mengembangkan metode pijat dan stimulasi untuk membantu kunci reflek keluarnya ASI. Keberhasilan dari teknik ini adalah kombinasi dari metode pijat dan pengeluaran ASI. Teknik ini merupakan salah satu cara yang aman yang dapat dilakukan untuk merangsang payudara

DAFTAR PUSTAKA

- Anhar. (2016). Panduan Belajar Internet untuk Anak. In *Panduan Belajar Internet untuk Anak*.
- Hadimah, K. (2016). Pengaruh teknik marmet terhadap produksi asi pada ibu post partum di rumah sakit pku muhammadiyah gamping. 1–18.
- Health World Organization. (2018).
- Kemenkes. (2018). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2017*.
- Kemenkes RI. (2017). [Http://Www.Depkes.Go.Id/Resources/Download/Pusdatin/Lain-Lain//Datadaninformasikesehatanindonesia2016-Smallersize-Web.Pdf](http://Www.Depkes.Go.Id/Resources/Download/Pusdatin/Lain-Lain//Datadaninformasikesehatanindonesia2016-Smallersize-Web.Pdf). *Profil Kesehatan Indonesia*, 100.

untuk memproduksi lebih banyak ASI.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan tentang Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Kelancaran ASI pada Ibu Nifas Di UPTD Puskesmas Sidodadi Kelurahan Sei Renggas Kecamatan Kota Kisaran Barat Tahun 2022, dapat disimpulkan bahwa. Mayoritas pemberian teknik marmet terhadap kelancaran asi terdapat 15 subjek penelitian yang mendapat teknik marmet, 13 orang (76,5%) dengan produksi ASI lancar dan 2 orang (15,4%) produksi ASI tidak lancar. Teknik marmet memberi pengaruh signifikan terhadap Kelancaran Air Susu Ibu. Hal ini diindikasikan oleh hasil uji chi-square dimana t-hitung (17,875) > t-tabel dan sig-p value (0,03) < 0,05.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Kepala Puskesmas UPTD Puskesmas Sidodadi Kelurahan Sei Renggas Kecamatan Kota Kisaran Barat yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan serta saran saran dalam penyusunan tesis ini

- Lestari, L., Widyawati, M. N., & Admini, A. (2018). Peningkatan Pengeluaran Asi Dengan Kombinasi Pijat Oksitosin Dan Teknik Marmet Pada Ibu Post Partum (Literatur Review). *Jurnal Kebidanan*, 8(2), 120. <https://doi.org/10.31983/jkb.v8i2.3741>
- Ningrum, A. D., Titisari, I., Kundarti, F. I., & Setyarini, A. I. (2018). Pengaruh Pemberian Teknik Marmet Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Di Bpm Wilayah Kerja Puskesmas Sukorame Kota Kediri. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 5(2), 46. <https://doi.org/10.32831/jik.v5i2.134>
- Prasetyono, D. S. (2012). *Buku Pintar ASI Eksklusif Pengenalan, Praktik, dan*

- Kemanfaatan-kemanfaatannya (M. Hani'ah (Ed.); III). Diva Press.
- Putri, A. P. (2017). *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di Klinik Sumiariani Medan Johor Tahun 2017*. Institut Kesehatan Helvetia.
- Sebelas, U., Surakarta, M., & Joebagio, H. (n.d.). *Perbedaan Pengaruh Teknik Marmet Dengan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Ibu Post Partum Di Rumah Sakit Ibu Dan Anak IBI Surabaya. 1*.
- Ulfah, R. R. M. (2013). *Efektivitas Pemberian Teknik Marmet Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Menyusui 0-6 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Arjasa Kabupaten Jember*.
- Widiastuti, A., Arifah, S., & Rachmawati, W. R. (2016). Pengaruh Teknik Marmet terhadap Kelancaran Air Susu Ibu dan Kenaikan Berat Badan Bayi. *Kesmas: National Public Health Journal*, 9(4), 315. <https://doi.org/10.21109/kesmas.v9i4.737>