

**PENGARUH TEKNIK MARMET DAN PIJAT OKSITOSIN TERHADAP
PRODUKSI ASI IBU POST PARTUM NORMAL DI RUMAH BERSALIN MARDI
RAHAYU SEMARANG**

Saras Pangestu *) , Wulandari **), Achmad *)**

**) Alumni Program Studi SI Ilmu Keperawatan STIKES Telogorejo Semarang*

***) Dosen Jurusan Keperawatan STIKES Widya Husada Semarang*

****) Dosen Jurusan Keperawatan STIKES Telogorejo Semarang*

ABSTRAK

Di Indonesia, 8% ibu memberikan ASI eksklusif kepada bayinya sampai 6 bulan dan 4% bayi di susui ibu dalam waktu 1 jam pertama setelah kelahiran bayi. Hal itu disebabkan oleh 46% ketidاكلancaran ASI terjadi akibat perawatan payudara yang kurang, 25% akibat frekuensi menyusui kurang dari 8x/hari, 14% akibat BBLR, 10% akibat prematur dan 5% akibat penyakit akut maupun kronis. Sedangkan 21000 kematian bayi baru lahir usia di bawah 28 hari dapat di cegah melalui pemberian ASI pada 1 jam pertama setelah bayi baru lahir. Metode yang dapat digunakan untuk pengeluaran ASI dapat diterapkan secara praktis oleh ibu yaitu teknik marmet dan pijat oksitosin, teknik tersebut merupakan cara yang aman dan dapat dilakukan untuk merangsang payudara memproduksi lebih banyak ASI. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh teknik marmet dan pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu post partum, mendeskripsikan produksi ASI pada ibu post partum sebelum dilakukan teknik marmet dan pijat oksitosin, mendeskripsikan produksi ASI pada ibu post partum setelah diberikan teknik marmet dan pijat oksitosin, menganalisis pengaruh teknik marmet dan pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu post partum di Rumah Bersalin Mardi Rahayu Semarang. Rancangan penelitian ini, menggunakan quasy experiment dengan desain penelitian post test only design with control group. Jumlah sampel pada penelitian ini adalah ibu post partum di Rumah Bersalin Mardi Rahayu Semarang sebanyak 32 responden dengan teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling. Produksi ASI terbanyak setelah dilakukan teknik marmet dan pijat oksitosin adalah 50-100 ml sebanyak 17 (53,1 %), >100 ml sebanyak 15(46,9 %). Hasil penelitian menunjukkan pemberian teknik marmet dan pijat oksitosin terbukti efektif dalam produksi ASI ibu post partum di Rumah Bersalin Mardi Rahayu Semarang dengan p value 0,000. Rekomendasi penelitian ini adalah agar perawat dan pihak Rumah Bersalin Mardi Rahayu Semarang menerapkan teknik marmet dan pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu post partum yang mengalami produksi ASI sedikit atau kurang sempurna.

Kata Kunci : produksi ASI , teknik marmet, pijat oksitosin

ABSTRACT

In Indonesia, 8% of mothers give exclusive breast feeding to their baby up to 6 months and 4% of infants are breastfed within an hour after they were born. It is because 46% of low supply of breast milk occurs due to less breast care., 25% due to frequent breastfeeding less than 8 times daily, 14% due to LBW, 10% due for premature and 5% to acute and chronic disease. 21000 new born deaths under age of 28 days can be prevent through giving breast milk in the first hour after the baby born. Method can be used for expressing breast milk that can be applied practically by a mom who gives breast milk is marmet technique and oxytocin massage. Those technique are safe technique and they can stimulate breast to produce more breast milk. This research aims to find out the influence of marmet technique and oxytocin massage towards breast milk production of post partum woman, to describe breast milk production of post partum woman before marmet technique and oxytocin massage treatment, to describe breast milk, to analyze the influence of marmet technique and oxytocin massage toward breast milk production of post partum woman in Mardi Rahayu Maternity Hospital Semarang. The research method uses quasi experiment with post test only design with control group. The number of samples in this research is 32 respondents; they are post partum women in Mardi Rahayu Maternity Hospital Semarang, with sampling technique using purposive sampling. The highest production of breast milk after marmet technique and oxytocin massage treatments is 50-100 ml, there are 17 respondents (53.1%), > 100 ml there are 15 respondents (46.9%). The result of this research show that marmet technique and oxytocin massage treatments are effective in breast milk production of post partum women in Mardi Rahayu Maternity Hospital Semarang with p-value 0.000. recommendation for this research that nurse in Mardi Rahayu Maternity Hospital Semarang apply marmet technique and oxytocin massage to post partum women who experience less production of breast milk.

Keywords : Breast milk production, marmet technique, oxytocin massage

Reference : 23 (2006-2016)

PENDAHULUAN

Perawatan payudara pada masa nifas merupakan suatu usaha yang dilakukan agar kondisi payudara baik, demi mencapai keberhasilan menyusui. Perawatan payudara pada masa nifas bertujuan memperbanyak atau memperlancar produksi ASI. Perawatan payudara bermanfaat merangsang payudara dan mempengaruhi hipofise untuk mengeluarkan hormon prolaktin dan oksitosin. Hormon prolaktin mempengaruhi jumlah produksi ASI, sedangkan hormon oksitosin mempengaruhi proses pengeluaran ASI.

ASI merupakan makanan terbaik dari usia 0-6 bulan karena mengandung semua bahan makanan yang di perlukan oleh bayi. Pada pemberian ASI eksklusif bayi juga tidak di berikan makanan tambahan seperti pisang, biscuit, bubur susu, bubur nasi, tim dsb. ASI eksklusif di harapkan dapat diberikan sampai 6 bulan.

Pemberian ASI secara benar akan dapat mencukupi kebutuhan bayi sampai usia 6 bulan, tanpa makanan pendamping (Sujiyatini, 2010, hlm.1).

WHO (World Health Organization) merekomendasikan para ibu untuk menyusui secara eksklusif selama 6 bulan, melanjutkannya dengan memberikan makanan pendamping ASI dari bahan-bahan lokal yang kaya nutrisi sambil tetap

memberikan ASI sampai anak berusia 2 tahun atau lebih. Data Unicef (2006) menyebutkan hanya 40% bayi mendapatkan ASI eksklusif pada 6 bulan pertama kehidupannya. UNICEF memperkirakan bahwa pemberian ASI eksklusif sampai usia 6 bulan dapat mencegah kematian 1,3 juta anak berusia di bawah 5 tahun. Suatu penelitian di Ghana yang diterbitkan dalam jurnal *pediatrics* menunjukkan 16 % kematian bayi dapat di cegah dengan pemberian ASI sejak hari pertama kelahirannya. Angka ini naik 22% jika pemberian ASI di mulai dalam satu jam pertama setelah kelahiran bayi.

Di Indonesia, hanya sekitar 8% saja ibu-ibu yang memberikan ASI eksklusif kepada bayinya sampai berumur 6 bulan dan 4% bayi di susui ibunya dalam waktu satu jam pertama setelah kelahirannya. Padahal 21.000 kematian bayi baru lahir usia di bawah 28 hari di Indonesia dapat

di cegah melalui pemberian ASI pada satu jam pertama setelah lahir.

Berdasarkan survei yang dilakukan oleh badan penelitian dan pengembangan di bidang kesehatan, pada tahun 2002 didapatkan 46% ketidاكلancaran ASI terjadi akibat perawatan payudara yang kurang, 25% akibat frekuensi menyusui yang kurang dari 8x/hari, 14% akibat BBLR, 10% akibat prematur, dan 5% akibat penyakit akut maupun kronis.

Penurunan produksi ASI pada hari-hari pertama setelah melahirkan dapat disebabkan oleh kurangnya rangsangan hormone prolaktin dan oksitosin yang sangat berperan dalam kelancaran produksi ASI. Penelitian yang dilakukan Pace (2001) menunjukkan bahwa isapan bayi juga menurunkan stimulasi hormone prolaktin dan oksitosin. Demikian pula penelitian yang dilakukan oleh Blair (2003) menunjukkan bahwa pada 95 ibu *post partum* yang

menyusui bayinya ditemukan produksi ASI nya menurun jika rangsangan hisapan bayi menurun (Suherni, Widyasih, & Rahmawati, 2009, hlm.44).

Penelitian yang dilakukan oleh Pertiwi pada tahun 2012 dengan judul “Faktor-faktor yang mempengaruhi proses laktasi ibu dengan bayi usia 0-6 bulan di Desa Cibeusi Kecamatan Jatinangor” bahwa hasil penelitiannya menunjukkan bahwa 47% ibu menunjukkan bahwa kondisi dan perawatan payudara yang kurang baik, 55% ibu menunjukkan bahwa tehnik menyusui yang kurang baik(Pertiwi,2012).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sholichah pada tahun 2011 dengan judul “Hubungan Perawatan payudara pada ibu *post partum* dengan kelancaran pengeluaran ASI di desa Karang Duren Kecamatan Tenggaran Kabupaten Semarang” bahwa hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara

perawatan payudara pada ibu postpartum dengan kelancaran pengeluaran ASI di Desa Karang Duren Kecamatan Tenggaran kabupaten Semarang dengan hasil $P=0.007$ (Sholichah,2011).

Metode yang dapat digunakan untuk pengeluaran ASI dapat diterapkan secara praktis oleh ibu atau keluarga dirumah yaitu teknik marmet. Teknik marmet merupakan teknik yang digunakan untuk mengeluarkan ASI. Teknik ini untuk mengaktifkan reflek keluarnya air susu / *milk ejection refleks* (MER) sehingga air susu dapat menetes. Dengan diaktifkan MER makan ASI menjadi sering menyemprot dengan sendirinya (Martha William, 2007). Teknik marmet merupakan pijatan menggunakan dua jari, ASI dapat keluar lancar dan membutuhkan waktu sekitar 15 menit. Cara ini sering disebut *back to nature*, karena caranya sederhana dan tidak membutuhkan biaya (Rahayu, 2008 dalam Katili, 2011). Teknik marmet ini

merupakan salah satu cara yang aman dan dapat dilakukan untuk merangsang payudara memproduksi lebih banyak ASI (Nurdiansyah, 2011).

Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Pijat oksitosin adalah pemijatan sepanjang tulang belakang (vertebrate) dan merupakan usaha untuk merangsang hormon oksitosin setelah melahirkan (Mardianingsih, 2010).

Pijat oksitosin ini dilakukan untuk merangsang refleks oksitosin atau refleks *let down*. Dengan dilakukan pemijatan ini ibu akan merasa lebih rileks, kelelahan setelah melahirkan akan hilang, sehingga dengan begitu hormon oksitosin keluar dan ASI pun cepat keluar (Mardianingsih, 2010). Selain untuk merangsang refleks *let down* manfaat pijat oksitosin adalah memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi bengkak (*engorgement*), mengurangi sumbatan ASI, merangsang

pelepasan hormon oksitosin, mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit (Depkes RI, 2007).

Berdasarkan fenomena data di atas yang disertai data-data dan fakta empiris maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh teknik marmet dan pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu *post partum* di Rumah Bersalin Mardi Rahayu Semarang”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian quasi eksperimen dan menggunakan rancangan penelitian *post test only design with control group*. Penelitian *quasy eksperimen* merupakan eksperimen semu, karena eksperimen ini belum atau tidak memiliki ciri-ciri rancangan eksperimen yang sebenarnya, karena variabel-variabel yang seharusnya di kontrol atau di manipulasi (Notoatmojo, 2005, hlm.164).

Rancangan penelitian ini menggunakan *post test only design with control group*, yaitu membandingkan hasil observasi pada dua kelompok (Notoatmojo, 2012, hlm.28).

Perlakuan penelitian ini adalah peneliti mengobservasi responden sebelum diberikan teknik marmet dan pijat oksitosin kemudian diobservasi lagi setelah diberikan teknik marmet dan pijat oksitosin. Populasi penelitian ini adalah rata-rata ibu *post partum* di Rumah Bersalin Mardi Rahayu Semarang sebanyak 32 orang selama satu bulan.

Dalam penelitian ini teknik sampling yang digunakan adalah purposif sampling yaitu suatu teknik penetapan sampel dengan cara memilih sampel diantara

populasi sesuai dengan yang dikehendaki peneliti (tujuan/ masalah dalam penelitian). Dalam penelitian ini analisa bivariat digunakan untuk mengetahui efektifitas teknik marmet dan pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu post partum normal. sebelum dilakukan uji hipotesis dilakukan uji kenormalan data dengan menggunakan uji Shapiro Wilk karena sample pada penelitian ini ≤ 50 responden (Dahlan, 2013, hlm.87). saat berdistribusi normal maka dilakukan uji t berpasangan.

HASIL PEMBAHASAN

1. Analisa Univariat

- a. Produksi ASI Sebelum Dilakukan Teknik Marmet dan Pijat Oksitosin

Tabel1

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Produksi ASI Sebelum Dilakukan

Teknik Marmet dan Pijat Oksitosin Di Rumah Bersalin

Mardi Rahayu Semarang

Bulan Mei 2017

n=32

Produksi ASI	Frekuensi	Persentase (%)
<50 ml	11	33,4
50 – 100 ml	18	56,3
>100 ml	3	9,3
Total	32	100

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan bahwa dari 32 responden, produksi ASI terbanyak sebelum dilakukan intervensi adalah 50-100 ml sebanyak 18 (56.3 %), <50 ml

sebanyak 11 (33.4), >100 ml sebanyak 3 (9.3).

b. Produksi ASI Setelah Dilakukan Teknik Marmet dan Pijat Oksitosin

c.

Tabel 2

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Produksi ASI Setelah Dilakukan Teknik Marmet dan Pijat Oksitosin Di Rumah Bersalin Mardi Rahayu Semarang

Bulan Mei 2017

n=32

Produksi ASI	Frekuensi	Persentase (%)
50 – 100 ml	17	53,1
>100 ml	15	46,9
Total	32	100

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa dari 32 responden, produksi ASI terbanyak setelah dilakukan intervensi adalah 50-100 ml

sebanyak 17 (53.1 %), >100 ml sebanyak 15 (46,9).

2. Analisa Bivariat

Hasil produksi ASI sebelum dan setelah dilakukan Teknik Marmet dan Pijat Oksitosin

Sebelum DanSetelah Dilakukan Teknik Marmet dan Pijat Oksitosin Di Rumah

Tabel 4.3

Bersalin Mardi Rahayu Semarang

Uji Normalitas Shapiro Wilk

Berdasarkan Produksi ASI

Tabel 3

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Sebelum	.192	16	.117	.870	16	.027
Sesudah	.144	16	.200*	.910	16	.115

a. Lilliefors Significance Correction

*. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan uji normalitas Shapiro Wilk tabel 4.5 , diperoleh nilai signifikansi untuk kelompok sesudah dilakukan teknik marmet dan pijat oksitosin sebesar 0.115, karena signifikansi kelompok

sebelum dan sesudah dilakukan teknik marmet dan pijat oksitosin lebih besar >0.05, maka dapat disimpulkan bahwa data tersebut normal.

Tabel 4

Distribusi Frekuensi Berdasarkan Produksi ASI Sebelum DanSetelah Dilakukan

Teknik Marmet dan Pijat Oksitosin Di Rumah Bersalin

Mardi Rahayu Semarang

Bulan Mei 2017

n=32

		Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower				Upper
Pair 1	Sebelum Intervensi - Sesudah Intervensi	-,719	,457	,081	-,883	-,554	-8,901	31	,000

Berdasarkan uji t tes tabel 4.3 yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh teknik marmet dan pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu post partum diperoleh hasil t berpasangan = -8901, df = 31 dan sig 0,000 maka didapatkan hasil p-value = $0,000 \leq 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya ada pengaruh efektifitas teknik marmet dan pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu post partum normal di Rumah Bersalin Mardi Rahayu Semarang.

a. Produksi ASI sebelum dilakukan teknik marmet dan pijat oksitosin.

Berdasarkan hasil penelitian sebelum dilakukan tehnik marmet dan pijat oksitosin dalam produksi ASI menunjukkan bahwa dari 32 responden, produksi ASI terbanyak sebelum dilakukan intervensi adalah 50-100 ml sebanyak 18 (56.3 %).

Peneliti akan membahas hasil penelitian tentang pengaruh teknik marmet dan pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu post partum normal di Rumah Bersalin Mardi Rahayu Semarang.

Teknik marmet yaitu suatu metode memijat dan menstimulasi agar keluarnya ASI menjadi optimal. Jika dilakukan dengan efektif dan tepat, maka tidak akan terjadi masalah kerusakan jaringan produksi ASI atau pengeluaran ASI. Teknik ini dapat dengan mudah dipelajari sesuai instruksi. Tentu saja semakin sering ibu melatih memerah dengan teknik marmet ini, maka ibu makin terbiasa dan tidak akan menemui kendala (Hardianti, 2014).

Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidاكلancaran produksi ASI. Pijat oksitosin adalah pemijatan sepanjang tulang belakang (vertebrate) dan merupakan usaha untuk

merangsang hormon oksitosin setelah melahirkan (Mardianingsih, 2010).

Pijat oksitosin ini dilakukan untuk merangsang refleks oksitosin atau refleks *let down*. Dengan dilakukan pemijatan ini ibu akan merasa lebih rileks, kelelahan setelah melahirkan akan hilang, sehingga dengan begitu hormon oksitosin keluar dan ASI pun cepat keluar. Efek fisiologis dari oksitosin adalah merangsang kontraksi otot polos uterus baik pada proses saat persalinan maupun setelah persalinan sehingga yang akan mempercepat proses involusi uterus. Di samping itu oksitosin juga akan mempunyai efek pada payudara yaitu akan meningkatkan pemancaran ASI dari kelenjar mammae (*left*

down reflek) (Mardianingsih, 2010).

Penelitian ini diperkuat oleh Latifah, 2015, perbandingan breast care dan pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu post partum normal. Berdasarkan hasil penelitian breast care dapat diperoleh dengan jumlah rata-rata 31.4375 dan pijat oksitosin 24.8750, terdapat perbedaan yang dianalisis dengan uji independent t-test didapatkan t-hitung . t-tabel (2.858 . -2.037) dan signifikansi , 0.05.

- b. Produksi ASI sebelum dilakukan teknik marmet dan pijat oksitosin.

Berdasarkan penelitian setelah dilakukan tehnik marmet dan pijat oksitosin dalam produksi

ASI menunjukkan bahwa dari 32 responden, produksi ASI terbanyak setelah dilakukan intervensi adalah 50-100 ml sebanyak 17 (53.1 %).

ASI adalah cairan yang terbentuk dari dua zat yaitu lemak dan air yang terdapat dalam larutan protein, laktosa dan garam-garam anorganik yang dihasilkan oleh kelenjar payudara ibu dan bermanfaat sebagai makanan bayi (Maryunani, 2008).

Volume ASI yang diproduksi dipengaruhi oleh kondisi psikis seorang ibu dan makanan yang dikonsumsinya. Oleh karena itu, ibu tidak boleh merasa stress dan gelisah secara berlebihan. Keadaan ini sangat berpengaruh terhadap volume

ASI pada minggu pertama menyusui bayi. Pengeluaran ASI dapat dilakukan dengan beberapa tehnik yang dapat dilakukan oleh ibu dalam produksi ASI yaitu dengan metode tehnik mermat dan pijat oksitosin yang pada dasarnya kedua metode ini digunakan untuk memperlancar produksi ASI.

Penelitian Mardiyarningsih, 2011 Efektifitas kombinasi tehnik marmet dan pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu sectio di rumah sakit wilayah jawa tengah Berdasarkan hasil penelitian dapat diperoleh hasil uji statistik p-value 0.000 yang artinya ada perbedaan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Dari hasil analisis juga diperoleh nilai

OR 11.500 yang berarti intervensi kombinasi tehnik marmet dan pijat oksitosin berpeluang 11.5 kali lebih besar mempunyai produksi ASI yang lancar dibanding kelompok kontrol.

Berdasarkan uji t tes bertujuan untuk mengetahui efektifitas tehnik marmet dan pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu post partum diperoleh hasil t berpasangan = -8901, df = 31 dan sig 0,000 maka didapatkan hasil p-value = $0,000 \leq 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya ada pengaruh efektifitas tehnik marmet dan pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu post partum normal di Rumah Bersalin Mardi Rahayu Semarang.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Sri tahun 2012 tentang

Efektivitas Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI, hasil analisis dengan uji statistik *chi-square* didapatkan bahwa nilai t hitung $9,22 > t$ tabel $3,84$ dengan demikian H_0 ditolak dan H_1 diterima. Simpulan mayoritas produksi ASI pada ibu *post partum* normal adalah cukup dan ada perbedaan antara produksi ASI ibu *post partum* setelah mendapatkan pijat oksitosin dan tidak. Pijat oksitosin adalah salah satu cara untuk memperlancar dan meningkatkan produksi ASI. Pijat oksitosin merupakan salah satu contoh intervensi mandiri bidan dan dengan mudah dipilih dalam penatalaksanaan merangsang produksi ASI.

Penelitian ini diperkuat oleh Latifah, 2015 dengan judul Perbandingan *Breast Care* Dan Pijat Oksitosin Terhadap

Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Normal, hasil menunjukan Produksi ASI pada ibu post partum normal dengan tindakan *breast care* memiliki jumlah rata-rata $31,4375$, sedangkan produksi ASI dengan tindakan pijat oksitosin memiliki jumlah rata-rata $24,8750$. Uji *independent sample t tes* menunjukkan bahwa hasil t hitung $> t$ tabel ($2,858 > -2,037$) dan nilai $p < 0,05$ ($0,008 < 0,05$), kesimpulan penelitian ini bahwa ada perbedaan antara *breast care* dengan pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu post partum normal.

Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah keterbatasan pengetahuan responden tentang manfaat ASI setelah diperah. Responden banyak yang tidak meminumkan ASI setelah diperah karena ASI tersebut, menurut mereka sudah basi atau tidak layak konsumsi.

Simpulan

Pada bab ini membahas tentang simpulan dan saran penelitian yang sudah diteliti peneliti. Simpulan merupakan jawaban singkat dari tujuan penelitian dan saran merupakan jawaban singkat dari manfaat peneliti.

1. Hasil produksi ASI sebelum dilakukan teknik marmet dan pijat oksitosin.

Berdasarkan hasil penelitian sebelum dilakukan tehnik marmet dan pijat oksitosin dalam produksi ASI menunjukkan bahwa dari 32 responden, produksi ASI terbanyak sebelum dilakukan intervensi adalah 50-100 ml sebanyak 18 (56.3 %).

2. Hasil produksi ASI setelah dilakukan teknik marmet dan pijat oksitosin.

Sedangkan setelah tehnik marmet dan pijat oksitosin dalam produksi ASI menunjukkan bahwa dari 32

responden, produksi ASI terbanyak setelah dilakukan intervensi adalah 50-100 ml sebanyak 17 (53.1 %).

3. Hasil uji t berpasangan

Uji t tes bertujuan untuk mengetahui pengaruh teknik marmet dan pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu post partum diperoleh hasil t berpasangan = -8901, df = 31 dan sig 0,000 maka didapatkan hasil p-value = $0,000 \leq 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya ada pengaruh teknik ,marmet dan pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu post partum normal.

Saran

1. Bagi Responden

Bagi pasien dapat menambah ilmu pengetahuan dalam menangani produksi ASI yang kurang sempurna, khususnya

- dengan menggunakan tehnik marmet dan pijat oksitosin, sehingga produksi ASI dapat berjalan dengan lancar.
2. Bagi Perawat dan Bidan
- Pemberian tehnik mermat dan pijat oksitosin asuhan kebidanan atau dapat dijadikan sebagai asuhan keperawatan maternitas, yang dimasukkan kedalam SOP pemberian terapi pada pasien yang menalami produksi ASI yang sedikit atau kurang sempurna.
3. Peneliti Selanjutnya
- Untuk penelitian selanjutnya sebaiknya dilakukan dengan metoda yang berbeda, tidak hanya di tinjau dari tehnik mermat dan pijat oksitosin melainkan dapat ditambah dengan tehnik pengeluaran produksi ASI yang lain.

Arief, N. (2009). *Panduan Ibu Cerdas ASI dan Tumbuh Kembang Bayi*. Yogyakarta: Medpress.

Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.

Dahlan. (2013). *Besar Sampel dan Cara Pengambilan Sampel*. Jakarta: Salemba medika.

Depkes RI. 2007. *Penelitian Konseling Menyusui*. Jakarta: Depkes RI.

Katili, A.A. 2009. *Nutrisi dan Metabolisme*. UI Press. Jakarta.

Mardianingsih, E. 2010. *Efektifitas kombinasi tehnik marmet dan pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu post seksio sesarea di RS wilayah Jawa Tengah*. Tesis. Universitas Indonesia.

Maritalia, D. (2012). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Martha, William. 2007. *The baby book*. PT Serambi Ilmu Semesta.

Maryuni. (2012). Di akses dari <http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/40458/4/Chapter%20II.pdf>. Di akses tanggal 23 januari 2017. Jam 15.00.

Nirwana, A. B. (2014). *ASI dan susu formula*. Yogyakarta: Nuha Medika.

Notoatmodjo. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

DAFTAR PUSTAKA

- _____. (2012). *Metodologi Pendidikan Kesehatan*. Jakarta: rineka Cipta.
- Nuraningsih, Wahyu. (2016). *Efektifitas pijat marmet dan pijat woolwich terhadap kecukupan ASI bayi ibu post partum di BPM Hj. Nawangsih Semarang*. Semarang: Perpustakaan StikesTelogorejo.
- Nurdiansyah. 2011. *Buku Pintar Ibu dan Bayi*. Jakarta: Bukune.
- Prasetyono & Dwi Sunar. (2005). *Buku pintar ASI eksklusif : pengenalan, praktik dan kemanfaatannya*. Yogyakarta: DIVA Press.
- Rahayu. (2008). *Buku ajar masa nifas dan menyusui: dilengkapi soal-soal dan latihan*. Jakarta: Mitra Wacana Medika.
- Ridwidoko. (2009). *Statistik Kesehatan*. Yogyakarta: Mitra Cendika Pres.
- Setiawan & Suryono. (2010). *Metodologi Penelitian Kebidanan*. Jakarta: Nuha Medika.
- Suherni. 2009. *Perawatan Pasca Nifas*. Yogyakarta: Fitranga.
- Sujiyanti. 2010. *Asuhan Ibu Nifas*. Yogyakarta: Crrillus Publisher.
- Umah, Faizatul. (2014). Pijat oksitosin untuk mempercepat pengeluaran ASI pada ibu pasca salin normal di dusun sono desa Ketanen kecamatan Pnceng Gresik. Di akses dari https://www.google.co.id/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://stikesmuhla.ac.id/wp-content/uploads/jurnalsurya/noXVIII/121-125-Jurnal-Faiz.pdf&ved=0ahUKEWjUktmYoa_UAhVKvI8KHVwxB3AQFggbMAA&usg=AFOjCNHR-oK892-kQC_DClIcIzO6CoLVfA&sig2=O9YzBjm5dKjWhKN6ZLKHxw. Di akses tanggal 23 Januari 2017. Jam 23.35.
- Welfet. (2008). Di akses dari <http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/40458/4/Chapter%20II.pdf>. Di akses tanggal 23 januari 2017. Jam 15.00.
- Wiji. (2013). Di akses dari <http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/40458/4/Chapter%20II.pdf>. Di akses tanggal 23 januari 2017. Jam 15.00.
- Yaclin. *Anatomi dan fisiologi payudara*. Di akses dari <https://www.scribd.com/doc/57922376/Anatomi-Dan-Fisiologi-Payudara>. di akses tanggal 23 Januari 2017. Jam 18.47 WIB.