

# JURNAL PENELITIAN KEPERAWATAN

Volume 5, No. 2, Agustus 2019

Keyakinan Kesehatan dan Persepsi Masyarakat tentang Gangguan Jiwa

Nilai *Ankle Brachial Index* pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2

Pengaruh Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Minum Obat pada Pasien Tuberculosis: *Literature Review*

Efektifitas Model Supportif Education Implementasi Diabetes Mellitus di Lansia dengan Diabetes Mellitus

Pengaruh Relaksasi Progresif Terhadap Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi

Gambaran Pendidikan Sexual Pada Remaja Disabilitas Intelektual: A *Literature Review*

Nyeri Pasien Kritis Pada Intervensi *Sleep Hygiene Care* Di Intensive Care Unit

Pengaruh Teknik Marmet Sebagai Upaya Menyusui Efektif Pada Postpartum Primipara

Strategi Terapi Bermain Mewarnai Gambar Terhadap Stres Hospitalisasi Pada Anak Usia Prasekolah

Penilaian Asupan Gizi Pada Karyawan

Diterbitkan oleh  
STIKES RS. BAPTIS KEDIRI

Jurnal Penelitian Keperawatan	Vol.5	No.2	Hal 88-187	Kediri Agustus 2019	2407-7232
----------------------------------	-------	------	---------------	------------------------	-----------

# **JURNAL PENELITIAN KEPERAWATAN**

Volume 5, No. 2, Agustus 2019

**Penanggung Jawab**

Aries Wahyuningsih, S.Kep., Ns., M.Kes

**Ketua Penyunting**

Srinalesti Mahanani, S.Kep., Ns., M.Kep

**Sekretaris**

Desi Natalia Trijayanti Idris, S.Kep., Ns., M.Kep

**Bedahara**

Dewi Ika Sari H.P., SST., M.Kes

**Penyunting Ahli:**

Dr. Titih Huriah, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kom

**Penyunting Pelaksana**

Aries Wahyuningsih, S.Kep., Ns., M.Kes

Tri Sulistyarini, A.Per Pen., M.Kes

Dewi Ika Sari H.P., SST., M.Kes

Erlin Kurnia, S.Kep., Ns., M.Kes

Dian Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep

Maria Anita Yusiana, S.Kep., Ns., M.Kes

**Sirkulasi**

Heru Suwardianto, S.Kep., Ns M.Kep

**Diterbitkan Oleh:**

STIKES RS. Baptis Kediri

Jl. Mayjend Panjaitan No. 3B Kediri

Email: [uuptppmstikesbaptis@gmail.com](mailto:uuptppmstikesbaptis@gmail.com)

Link: <http://jurnalbaptis.hezekiahteam.com/jurnal>

# JURNAL PENELITIAN KEPERAWATAN

Volume 5, No. 2, Agustus 2019

## DAFTAR ISI

Keyakinan Kesehatan dan Persepsi Masyarakat tentang Gangguan Jiwa <b>Maria Julieta Esperanca Naibili   Erna Rochmawati</b>	88-100
Nilai <i>Ankle Brachial Index</i> pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 <b>Supriyadi   Novita Dewi   Padri Hamzah   Elsen Wulandari Selwir</b>	101-105
Pengaruh Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Minum Obat Pada Pasien Tuberculosis: <i>Literature Review</i> <b>Murwanti   Kusbaryanto</b>	106-115
Efektifitas Model <i>Supportif Education</i> Implementasi Diabetes Mellitus di Lansia dengan Diabetes Mellitus <b>Nove Lestari</b>	116-124
Pengaruh Relaksasi Progresif Terhadap Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi <b>Dhita Kris Prasetyanti</b>	125-131
Gambaran Pendidikan Sexual pada Remaja Disabilitas Intelektual: <i>A Literature Review</i> <b>Fathimah Kelrey   Titiiek Hidayati</b>	132-138
Nyeri Pasien Kritis pada Intervensi <i>Sleep Hygiene Care</i> di <i>Intensive Care Unit</i> <b>Heru Suwardianto   Dyah Ayu Kartika Wulan Sari</b>	139-145
Pengaruh Teknik Marmet Sebagai Upaya Menyusui Efektif pada Postpartum Primipara <b>Mas'adah</b>	146-151
Strategi Terapi Bermain Mewarnai Gambar Terhadap Stres Hospitalisasi pada Anak Usia Prasekolah <b>Alfeus Hari Wijaya   Kili Astarani   Maria Anita Yusiana</b>	152-160
Penilaian Asupan Gizi pada Karyawan <b>Sandy Kurniajati</b>	161-169

**PENGARUH TEKNIK MARMET SEBAGAI UPAYA MENYUSUI EFEKTIF  
PADA POSTPARTUM PRIMIPARA**

***EFFECT OF MARMET TECHNIQUE AS AN EFFECTIVE BREASTFEEDING IN  
POSTPARTUM PRIMIPARA***

**Mas'adah\***

\*Jurusan Keperawatan Mataram Poltekkes Mataram Kemenkes RI  
Jl. Kesehatan V/10 Pajang Mataram  
Email: [Masadah\\_viky@yahoo.co.id](mailto:Masadah_viky@yahoo.co.id)

**ABSTRAK**

Permasalahan yang umumnya timbul pada ibu nifas terkait pemberian ASI eksklusif adalah sindrom ASI kurang yang diakibatkan oleh bayi tidak cukup terpenuhi ASI nya sehingga mengalami ketidakpuasan setelah menyusui, bayi sering rewel, kotoran bayi keras dan payudara merasa diperbesar. Desain penelitian ini adalah *Posttest only with control group design* yang bertujuan untuk melihat efektivitas teknik Marmet pada upaya menyusui yang efektif. Populasi penelitian ini adalah semua ibu postpartum yang melahirkan di Puskesmas Tanjung Karang Ampenan dengan teknik sampling *accidental sampling* sebanyak 24 responden. Variabel independennya adalah teknik marmet dan variabel dependennya menyusui secara efektif. Untuk mengukur efektivitas menyusui dengan melihat produksi ASI melalui indikator volume urin bayi dihitung selama 24 Jam, frekuensi menyusui selama 24 jam dan lama tidur setelah menyusui melalui observasi kemudian dianalisis menggunakan *Chi-Square*. Kriteria menyusui efektif yang terdiri dari frekuensi bayi menyusui adalah signifikansi dari  $P = 0,07$  ( $P > \alpha$ ), kriteria lama tidur  $P = 0,011$  ( $P < \alpha$ ) dan kriteria frekuensi buang air kecil  $P = 0,197$  ( $P > \alpha$ ). Menyusui yang efektif akan mampu memberikan hasil yang baik setelah intervensi yang diberikan seperti teknik marmet terus menerus selama 1 minggu atau lebih postpartum dan sangat dipengaruhi oleh banyak faktor terutama faktor ibu. Kesimpulan penelitian adalah bahwa sebagian besar kriteria tidak ada pengaruh yang signifikan tentang teknik marmet terhadap upaya menyusui yang efektif.

**Kata kunci :** Teknik Marmet, Menyusui, *Primipara*

**ABSTRACT**

*A common problem with postpartum mothers related to exclusive breastfeeding is the less breastfeeding syndrome caused by infants not adequately fulfilled by breast milk so that the dissatisfaction after breastfeeding, babies often fussy, hard baby feces and Breasts feel enlarged. This type of research is a quasi experiment aimed at seeing the effectiveness of Marmet's technique on effective breastfeeding efforts with the Posttest design with only a control group. The population of all postpartum mothers who give birth in the Puskesmas Tanjung Karang Ampenan with sample techniques using accidental samples as much as 24 respondents. Independent variables are marmet techniques and dependent variables are breastfeeding effectively. To measure the*

*effectiveness of breastfeeding by looking at the production of breast milk through an indicator of baby urine volume calculated for 24 hours, the frequency of breastfeeding for 24 hours and the length of sleep after breastfeeding all use observations, then analyzed using Chi-Square. Result Effective breastfeeding criteria consisting of the frequency of the infant lactation is the significance of  $P = 0.07$  ( $P > \alpha$ ), the old criterion of sleep  $P = 0.011$  ( $P < \alpha$ ) and the criterion of the frequency of urination  $P = 0.197$  ( $P > \alpha$ ). Effective breastfeeding will be able to provide good results after exerted intervention such as marmet techniques continuously for 1 week or more post partum and strongly influenced by many factors especially the mother factor. That most of the criteria there is no significant influence marmet technique towards effective breastfeeding efforts.*

**Keyword :** *Marmet Technique, Breastfeeding, Primipara*

## Pendahuluan

Pelayanan kesehatan ibu nifas adalah pelayanan kesehatan pada ibu nifas sesuai standart, yang sekurang-kurangnya tiga kali sesuai jadwal yang dianjurkan, yaitu pada 6 jam sampai dengan tiga hari pasca persalinan, pada hari empat sampai dengan hari ke-28 pasca persalinan dan pada hari ke-29 sampai dengan hari ke-42 pasca persalinan. Jenis pelayanan kesehatan ibu nifas yang diberikan diantaranya adalah pemeriksaan payudara dan pemberian anjuran ASI eksklusif (Profil kesehatan Indonesia, 2017). Permasalahan yang umumnya timbul pada ibu nifas terkait pemberian ASI eksklusif adalah sindrom ASI kurang yang diakibatkan oleh bayi tidak cukup terpenuhi ASI nya sehingga mengalami ketidakpuasan setelah menyusu, bayi sering rewel, feses bayi keras dan payudara terasa membesar. Namun kenyataannya, ASI sebenarnya tidak kurang sehingga timbul masalah bahwa ibu merasa ASInya tidak tercukupi dan ada keinginan untuk menambah susu formula.

Kecukupan dapat dinilai dari penambahan berat badan bayi secara teratur, frekuensi BAK paling sedikit 6x sehari (Maritalia, 2012).

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di PKM Tanjung Karang didapatkan data ibu yang melahirkan setiap bulan rata-rata 25 orang dan diantaranya terdapat sebanyak 8-10

primipara. Sementara itu kegiatan inisiasi menyusui dini sudah diterapkan segera setelah proses kelahiran dan angka keberhasilan cukup tinggi terutama pada multipara tetapi pada primipara masih memerlukan adaptasi cukup lama, hal ini disebabkan karena belum ada pengalaman sebelumnya dalam menyusui dan belum keluarnya ASI pada awal persalinan sehingga sering dijadikan alasan untuk menunda sementara menyusui bayinya sampai asinya keluar lancar. Permasalahan tidak lancarnya proses keluarnya ASI yang menjadi salah satu penyebab seseorang tidak dapat menyusui bayinya sehingga proses menyusui terhambat atau terganggu, hal ini apabila dibiarkan bisa menimbulkan masalah yang berkaitan dengan menyusui diantaranya aspirasi, bayi rewel, puting lecet, payudara bengkak. Bila hal tersebut tidak segera diatasi akan berlanjut pada masalah bayi yang kurang mendapat nutrisi yang adekuat. Karena itu diperlukan adanya pendekatan pada masyarakat untuk dapat mengenal metode yang dapat membantu ibu menyusui untuk memperlancar pengeluaran ASI (Arisman, 2009).

Menyusui dini di jam-jam pertama kelahiran jika tidak dapat dilakukan oleh ibu akan menyebabkan proses menyusu tertunda. Seorang ibu yang pertama kali menyusui walaupun mempunyai naluri alamiah, masih sering mengalami kesulitan karena gugup, khawatir ASI tidak cukup dan kurang percaya diri (Roesli, 2009), evariny

(2008) dalam Mardiyarningsih (2011) menyebutkan alternatif yang dapat dilakukan adalah memerah atau memompa ASI selama 10-20 menit hingga bayi dapat menyusui. Tindakan tersebut membantu memaksimalkan reseptor prolactin dan meminimalkan efek samping dari tertundanya proses menyusui oleh bayi. Teknik memerah ASI yang dianjurkan adalah dengan mempergunakan tangan dan jari karena praktis, efektif dan efisien dibandingkan menggunakan pompa. Caranya memerah ASI menggunakan cara Cloe Marmet yang disebut dengan teknik Marmet yang merupakan perpaduan antara teknik memerah dan memijat. Memerah dengan menggunakan tangan dan jari mempunyai keuntungan selain tekanan negatif dapat diatur, lebih praktis dan ekonomis karena cukup bersih tangan dan jarisebelummemeras (Roesli, 2010).

Kenyataan yang terjadi dilapangan menunjukkan bahwa proses menyusui tertunda terutama pada ibu yang belum mempunyai pengalaman menyusui bayinya. Menurut Cox (2006) disebutkan bahwa ibu yang tidak menyusui bayinya pada hari-hari pertama menyusui disebabkan oleh kecemasan dan ketakutan ibu akan berkurangnya atau ketidakcukupan ASI serta kurangnya pengetahuan ibu tentang proses menyusui. Teknik marmet merupakan suatu teknik yang digunakan untuk mengeluarkan ASI. Teknik ini memberikan efek relaks dan juga mengaktifkan kembali reflex keluarnya air susu atau *Milk ejection refleks* (MER) sehingga air susu mulai menetes. Teknik marmet ini mengutamakan *refleks let down* untuk memeras ASI. Memeras payudara adalah teknik sederhana yang memungkinkan aliran ASI yang terus menerus kepada bayi setelah bayi berhenti menghisap payudara (Roesli, 2010). Penelitian tentang teknik marmet diwilayah Mataram belum pernah dilakukan sebelumnya sebagai upaya untuk mengatasi ketidakberhasilan memberikan ASI pada awal-awal proses kelahiran bayi terutama pada ibu yang baru pertama kali melahirkan dan belum punya pengalaman

menyusui bayinya sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang upaya menyusui efektif melalui teknik Marmet di wilayah Puskesmas Tanjung Karang Ampenan Mataram.

## Metodologi Penelitian

Jenis penelitian *quasi eksperiment* yang bertujuan untuk melihat efektifitas teknik marmet yang dirancang oleh peneliti. Desain penelitian ini adalah *Posttest only with control group design*, yaitu suatu pengukuran hanya dilakukan pada saat akhir penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu postpartum yang melahirkan di Puskemas Tanjung Karang Ampenan dari bulan Oktober sampai Nopember 2017. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh ibu postpartum primipara yang melahirkan di Puskemas Tanjung Karang Ampenan yang memenuhi kriteria inklusi primipara, pengalaman menyusui bayinya pertama kali, persalinan pervaginam tanpa penyulit atau komplikasi, bayi tidak diberikan susu formula ketika penelitian. Sedangkan teknik pengambilan sampel penelitian ini menggunakan Teknik *accidental sampling*. Variabel independen yaitu teknik marmet dan variabel dependen adalah menyusui efektif. Pada eksperimen ini teknik marmet dilakukan 2 kali sehari pagi dan sore selama 2 hari. Setelah teknik marmet dilakukan, ASI responden ditampung menggunakan gelas atau botol kaca. Setelah ASI ditampung lalu diberikan kebayinya dengan cara meletakkan gelas kaca ke mulut bayi sambil merangsang reflek hisapnya. Dalam penelitian ini untuk mengukur efektifitas menyusui dengan melihat produksi ASI melalui indikator volume urin bayi yang dihitung selama 24 jam, frekwensi menyusui selama 24 jam dan lama tidur setelah menyusui yang semuanya menggunakan lembar observasi yang dilakukan pengukuran baik pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.

## Hasil Penelitian

Hasil analisis univariat mendapatkan rata-rata kelompok umur responden lansia terbesar adalah kelompok umur menunjukkan bahwa kelompok umur terbanyak adalah umur 26 – 30 tahun yaitu 9 orang (38%). Distribusi Responden Berdasarkan tingkat pendidikan menunjukkan terbanyak adalah pendidikan menengah (SMA) yaitu sejumlah 11 orang (45%). Berdasarkan pekerjaan menunjukkan bahwa sebagian besar responden adalah tidak bekerja atau ibu rumah tangga yaitu sejumlah 15 orang (63 %).

Dalam penelitian ini, peneliti menyajikan data dua kelompok responden yaitu kelompok perlakuan dan kelompok control tentang frekwensi menyusu bayi, frekwensi bayi buang air kecil dan lama tidur bayi setelah di susui ibunya yang sudah menerapkan Teknik marmet sebelum pemberian ASI di wilayah kerja Puskesmas Tanjung Karang. Berdasarkan kategori Frekuensi bayi menyusu pada bayi pada kelompok perlakuan sebagian besar termasuk dalam kategori baik yaitu sejumlah 7 bayi (58%), sedangkan pada kelompok kontrol termasuk dalam kategori cukup yaitu sejumlah 9 bayi (75%). Berdasarkan frekwensi bayi buang air kecil pada kelompok perlakuan sebagian besar adalah termasuk dalam kategori baik dan cukup yaitu 41%, dan pada kelompok kontrol sebagian besarnya yaitu kategori cukup dan kurang sejumlah masing-masing 41% bayi. Sedangkan lama bayi tidur pada kelompok perlakuan sebagian besar adalah termasuk dalam kategori cukup yaitu sejumlah 7 (58%) bayi, dan pada kelompok kontrol sebagian besar juga kategori cukup yaitu sejumlah 7 (58%) bayi.

Berdasarkan uji statistik dengan menggunakan Chi-Square didapatkan bahwa kriteria menyusu efektif yang terdiri atas frekuensi bayi menyusu yaitu tingkat signifikansinya  $p=0,07$  ( $p>\alpha$ ), kriteria lama tidur  $p=0,011$  ( $p<\alpha$ ) dan kriteria frekuensi buang air kecil  $p= 0,197$  ( $p>\alpha$ ). Dapat disimpulkan bahwa sebagian

besar kriteria tidak ada pengaruh yang signifikan teknik marmet terhadap upaya menyusui efektif.

## Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan bahwa tidak ada perbedaan dalam 2 kriteria menyusui efektif yaitu kriteria frekuensi bayi menyusu dan frekuensi Buang Air Kecil Bayi, sedangkan pada kriteria lama tidur terdapat perbedaan yang signifikan pada kedua kelompok yaitu dengan nilai kemaknaan  $p=0.011$  ( $p < \alpha$ ) setelah diberikan intervensi teknik Marmet pada kelompok perlakuan.

Efektifitas dari intervensi teknik marmet lebih nyata setelah dilihat dari hasil analisis lama tidur pada bayi setelah diberi ASI oleh ibunya dibandingkan dengan frekuensi menyusu dan frekuensi buang air kecil. Hal ini bisa disebabkan oleh Fenomena yang ditemukan di lapangan bahwa produksi dan ejeksi ASI yang sedikit pada hari-hari pertama setelah melahirkan menjadi kendala dalam pemberian ASI secara dini. 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. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori Widuri (2013), bahwa teknik marmet terlihat sedikit lebih efektif yang dipengaruhi oleh beberapa faktor – factor seperti produksi ASI antara lain: frekuensi menyusui, faktor psikologi, makanan dan gizi ibu, dan perawatan payudara. Berdasarkan hasil penelitian Rinintya (2013), bahwa penelitian yang sudah dilakukan tidak ada perbedaan yang bermakna atau signifikan antara pijat oksitosin dan teknik marmet terhadap produksi ASI pada ibu post partum. Sementara itu penelitian yang dilakukan oleh Widiastuti dkk (2015) menunjukkan bahwa teknik marmet sebanyak 75% memiliki bayi dengan berat badan naik apabila dibandingkan dengan teknik massage hanya 65% yang memiliki bayi

dengan berat badan naik, namun hasil uji statistik menggunakan Mann Whitney test diketahui tidak ada beda teknik marmet dengan massase payudara dalam mempengaruhi berat badan bayi. Sementara penelitian yang dilakukan oleh Norlita dan Siwi (2017) bahwa pengeluaran ASI pada hari ketujuh pada penelitian penggunaan metode marmet untuk melancarkan pengeluaran ASI menunjukkan ada perbedaan yang signifikan antara penggunaan teknik marmet dengan nilai Pvalue (0,000) < 0,05 dibanding tanpa menggunakan teknik marmet.

Dari beberapa penelitian diatas menunjukkan bahwa menyusui efektif akan dapat memberikan hasil yang baik setelah diberikan intervensi seperti teknik marmet secara terus menerus selama 1 minggu atau lebih post partum dan sangat dipengaruhi oleh banyak faktor terutama faktor ibu. Teknik marmet dapat diterapkan sebagai salah satu intervensi dalam pemberian ASI guna mengatasi ketidakmampuan Ibu untuk memberikan ASI kepada bayinya pada awal-awal kelahiran bahkan sampai pemberian ASI eksklusif sehingga mengurangi penggunaan pemberian susu formula sebagai pengganti ASI.

## Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan:

1. Frekuensi bayi menyusui pada ibunya dan frekuensi buang air kecil bayi yang sudah disusui ibunya setelah diberikan intervensi teknik marmet tidak ada pengaruh yang signifikan.
2. Ada pengaruh teknik marmet terhadap lama tidur bayi setelah disusui ibunya yang telah diberikan intervensi teknik marmet.
3. Sebagian besar kriteria tidak ada pengaruh yang signifikan teknik marmet terhadap upaya menyusui efektif.

## Saran

1. Intervensi teknik marmet diberikan lebih lama dan harus rutin dikerjakan oleh ibu postpartum terutama pada ibu primipara.
2. Puskesmas Tanjung Karang dapat terus memberikan intervensi teknik marmet sebagai salah satu layanan prima kepada masyarakat.

## Daftar Pustaka

- Arisman, MB. (2009). Buku Ajar Ilmu Gizi: Gizi dalam Daur Kehidupan. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC
- Cox, S. (2006) *Breastfeeding With Confidence Panduan untuk belajar menyusui dengan percaya diri* (Gracinia: Penerjemah) Jakarta: Gramedia.
- Mardiyaningsih E, Setyowati, Sabri L. (2011). *Efektifitas kombinasi teknik marmet dan pijat oxytocin terhadap produksi ASI ibu post section caesaria di wilayah rumah sakit wilayah Jawa Tengah*. Jurnal Keperawatan Soedirman. Volume 6, No. 1 Maret 2011.
- Maritalia, D. (2012). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Pustaka Pelajar. Yogyakarta
- Norlita W, Siwi Tri. (2017) *Penggunaan Metode Marmet untuk Melancarkan Pengeluaran Air Susu Ibu (ASI) pada Ibu Menyusui 0-6 Bulan di Rumah Sakit Ibu dan Anak Eria Bunda Pekanbaru*. Jurnal Poton, Vol. 8 No. 1 Oktober 2017.
- Perinasia. (2010). *Program Manajemen Laktasi*, Bina Rupa Aksara; Jakarta
- Profil Kesehatan Indonesia. (2017)
- Rinintya, LN (2013). *Efektifitas Pijat Oksitosin dan Breast Care Terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum dengan Sectio*

- Caesaria di RSUD Banyumas*, Skripsi. Purwokerto: Universitas Jenderal Soedirman
- Roesli, U. & Yohwi E. (2009). *Manajemen Laktasi*. Jakarta: IDAI
- Roesli, Utami. (2010). *Inisiasi Menyusu Dini Plus ASI Eksklusif*. Jakarta: EGC
- Widuri, Hesti. (2013). *Cara Mengelola Asi Eksklusif bagi Ibu Bekerja*. Yogyakarta: Gosyen Publishing
- Widiastuti A, Arifah S, Rahmawati WR. (2015). *Pengaruh teknik Marmet dengan Masase Payudara pada Ibu Nifas Tiga Hari Post Partum Terhadap Kelancaran ASI dan Kenaikan BB Bayi*. *Jurnal Riset Kesehatan*. Vol 4 No. 3 September 2015.