

ABSTRAK

Salah satu penyebab rendahnya capaian ASI eksklusif adalah penurunan produksi ASI yang dialami oleh ibu menyusui. Hal tersebut dipengaruhi oleh banyak faktor diantaranya faktor fisiologi, status gizi, pola istirahat dan juga kurangnya rangsangan hormon prolaktin dan oksitosin yang berperan besar dalam proses lancarnya produksi dan pengeluaran ASI. Beberapa upaya yang bisa dilakukan untuk membantu merangsang merangsang hormon produksi ASI yaitu pijat oksitosin, breastcare, dan teknik marmet. Teknik marmet merupakan kombinasi antara cara memerah ASI dan memijat payudara secara manual yang dilakukan untuk merangsang payudara memproduksi lebih banyak ASI. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh teknik Maret terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui dengan usia bayi <6 bulan di Desa Tanjunglaya wilayah kerja Puskesmas Cikancung. Metode yang digunakan adalah metode deskriptif. Sampel penelitian ini menggunakan total sampling sebanyak 30 responden ibu menyusui. Instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel yang diteliti yaitu menggunakan lembar observasi. Analisis data menggunakan analisis bivariat.

Hasil penelitian didapatkan nilai yang signifikan antara sebelum dan sesudah dilakukannya teknik marmet p -value 0.000, artinya p -value = 0.000 berarti <0.05 , artinya ada pengaruh teknik marmet dengan kelancaran produksi ASI terhadap ibu menyusui dengan usia bayi <6 bulan.

Dari hasil tersebut disarankan adanya penyuluhan dan evaluasi lanjutan terhadap Produksi ASI ibu menyusui guna meningkatkan cakupan ASI eksklusif.

Kata kunci : Bayi Usia <6 Bulan, Ibu Menyusui, Produksi ASI, Teknik Marmet

ABSTRACT

One of the reasons for the low achievement of exclusive breastfeeding is the decrease in milk production experienced by breastfeeding mothers. This is influenced by many factors including physiological factors, nutritional status, rest patterns and also the lack of stimulation of prolactin and oxytocin hormones which play a major role in the process of smooth production and release of breast milk. Some efforts that can be made to help stimulate breast milk production hormones are oxytocin massage, breastcare, and the marmet technique. The marmet technique is a combination of expressing breast milk and manually massaging the breasts to stimulate the breasts to produce more breast milk. The purpose of this study was to determine the effect of the March technique on the smooth production of breast milk in breastfeeding mothers with infants <6 months old in Tanjunglaya Village, Cikancung Health Center working area. The method used was descriptive method. The sample of this study used total sampling as many as 30 respondents of breastfeeding mothers. The instrument used to measure the variables studied was an observation sheet. Data analysis using bivariate analysis. The results of the study obtained a significant value between before and after the marmet technique p -value 0.000, meaning that p -value = 0.000 means <0.05 , meaning that there is an effect of marmet technique with smooth milk production for breastfeeding mothers with infants <6 months old.

From these results, it is suggested that there should be further counseling and evaluation of breast milk production of breastfeeding mothers in order to increase the coverage of exclusive breastfeeding.

Keywords : *Keywords: Breastfeeding Mothers, Infants <6 Months of Age, Milk Production, Marmet Techniq*