

**PENGARUH TEKNIK *MARMET* TERHADAP
KELANCARAN PENGELUARAN ASI PADA
IBU *POST PARTUM* DI RUANG
KEMUNING RSUD
TABANAN**



SKRIPSI

GUSTI AYU LINA UTAMI DEWI

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2025**

**PENGARUH TEKNIK *MARMET* TERHADAP
KELANCARAN PENGELUARAN ASI PADA
IBU *POST PARTUM* DI RUANG
KEMUNING RSUD
TABANAN**

SKRIPSI

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan
Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

Oleh :

**GUSTI AYU LINA UTAMI DEWI
NIM. A1224031**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2025**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Gusti Ayu Lina Utami Dewi

NIM : A1224031

Jurusan : Program Studi Sarjana Kebidanan STIKES Bina Usada Bali

Judul Skripsi : Pengaruh Teknik *Marmet* Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu *Post partum* Di Ruang Kemuning RSUD Tabanan.

Saya menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis benar-benar hasil karya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat membuktikan bahwa skripsi ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Badung, Juni 2025



(Gusti Ayu Lina Utami Dewi)

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH TEKNIK *MARMET* TERHADAP
KELANCARAN PENGELUARAN ASI PADA
IBU *POST PARTUM* DI RUANG
KEMUNING RSUD
TABANAN**

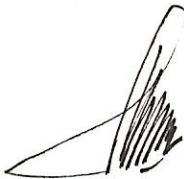
Diajukan Oleh :

**GUSTI AYU LINA UTAMI DEWI
NIM. A1224031**

Badung, 18 Juni 2025

Telah Disetujui Oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I




Dr. Bdn. Putu Mastiningsih, S.ST.,SH.,M.Biomed
NIDK: 8995650022

Pembimbing II



Bd. Ni Putu Yunita Sri Lestari, S.Keb.,M.Keb
NIDN : 0801019503

Mengetahui
Program Studi Sarjana Kebidanan
Ketua



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S. ST., M. Keb
NIDN :0808068701

HALAMAN PENGESAHAN

**SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN
DI DEPAN DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI
SARJANA KEBIDANAN SEKOLAH
TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI**

Tanggal : 25 Juni 2025

Yang terdiri dari :

Ketua Penguji



Bdn. Pande Putu Indah Purnamayanthi, S.ST.,M.Kes
NIDN: 0825068901

Sekretaris Penguji



Dr. Bdn. Putu Mastiningsih, S.ST.,SH.,M.Biomed
NIDK: 8995650022

Anggota Penguji



Bd. Ni Putu Yunita Sri Lestari, S.Keb.,M.Keb
NIDN : 0801019503

Mengetahui
Program Studi Sarjana Kebidanan
Ketua



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S. ST., M. Keb
NIDN :0808068701

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI
PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN**

Skripsi, Juni 2025

Gusti Ayu Lina Utami Dewi

**Pengaruh Teknik *Marmet* Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu *Post partum*
Di Ruang Kemuning RSUD Tabanan
(xiv+ 84) halaman + 6 tabel + 9 skema + 14 lampiran**

ABSTRAK

Air Susu Ibu merupakan nutrisi alami yang terbaik untuk bayi karena mengandung kebutuhan energi dan zat yang dibutuhkan selama enam bulan pertama kehidupan bayi. Namun pada kenyataannya ada beberapa ibu mengalami masalah dalam pemberian ASI. Kendala yang utama adalah karena produksi ASI tidak lancar. Salah satu yang upaya yang bisa dilakukan adalah dengan melakukan teknik *Marmet*. Teknik *Marmet* mengeluarkan ASI secara manual dan membantu refleks pengeluaran susu (*Milk Ejection Reflex*). Rangsangan *let down refleks* diawal proses memerah yang dapat menghasilkan ASI sebanyak 2-3 kali lipat dibanding tanpa menggunakan 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. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Teknik *Marmet* Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu *Post partum* di Ruang Kemuning RSUD Tabanan.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian *quasi experiment* dengan penelitian *non equivalent control group design*. Pemilihan sampel dalam penelitian ini yaitu menggunakan teknik *purposive sampling*. Sampel penelitian ini adalah ibu *Post partum* yaitu sebanyak 32 orang. Data dianalisis menggunakan analisa menggunakan Uji *Wilcoxon* dan *Mann Whitney*.

Hasil analisis menggunakan analisa data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan *uji wilcoxon* untuk menguji kelompok berpasangan dan uji *mann-whitney* untuk menguji kelompok tidak berpasangan. $p < 0,05$ artinya ada pengaruh Teknik *Marmet* Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI pada Ibu *Post partum* di Ruang Kemuning RSUD Tabanan. Sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh Teknik *Marmet* Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI pada Ibu *Post partum* di Ruang Kemuning RSUD Tabanan.

**Kata Kunci : Ibu *Post partum*, Kelancaran Pengeluaran ASI, Teknik *Marmet*
Daftar Pustaka : 44 (2017-2024)**

**BINA USADA BALI HEALTH INSTITUTION
BACHELOR'S DEGREE OF MIDWIFERY PROGRAM**

Undergraduate thesis, June 2025

Gusti Ayu Lina Utami Dewi

The Effect of *Marmet* Technique on the Smoothness of Breast Milk Production in Postpartum Mothers in the Kemuning Room of Tabanan Regional Hospital

(xiv + 84) pages + 6 tables + 9 diagrams + 14 appendices

ABSTRACT

Breast milk is the best natural nutrition for babies because it contains the energy and substances needed for the first six months of a baby's life. However, in reality, some mothers experience problems in breastfeeding. The main obstacle is because breast milk production is not smooth. One of the efforts that can be done is to use the *Marmet* technique. The *Marmet* technique manually removes breast milk and helps the milk ejection reflex. Stimulation of the let down reflex at the beginning of the pumping process can produce 2-3 times more breast milk than without using this technique. The *Marmet* technique develops massage and stimulation methods to help lock the reflex of breast milk release. The success of this technique is a combination of massage and breast milk release methods. The purpose of this study was to determine the Effect of the *Marmet* Technique on the Smoothness of Breast Milk Release in Postpartum Mothers in the Kemuning Room, Tabanan Hospital.

This study uses a quasi-experimental research method with a non-equivalent control group design. The sample selection in this study used a purposive sampling technique. The sample of this study was 32 postpartum mothers. Data were analyzed using Wilcoxon and Mann Whitney tests.

The results of the analysis using data analysis used in this study were using the Wilcoxon test to test paired groups and the Mann-Whitney test to test unpaired groups. $p < 0.05$ means that there is an effect of the *Marmet* Technique on the Smoothness of Breast Milk Release in Postpartum Mothers in the Kemuning Room of Tabanan Hospital. So it can be concluded that there is an effect of the *Marmet* Technique on the Smoothness of Breast Milk Release in Postpartum Mothers in the Kemuning Room of Tabanan Hospital.

**Keywords: *Marmet* Technique, *Post partum* Mothers, Smooth Expression of Breast Milk
Bibliography: 44 (2017-2024)**

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa atau Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat Asung Kerta Wara Nugraha –NYA Lah peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Pengaruh Teknik *Marmet* Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu *Post partum* Di Ruang Kemuning RSUD Tabanan”.

Skripsi ini disusun dalam rangka untuk memenuhi persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana kebidanan pada Program Studi Sarjana Kebidanan STIKES Bina Usaha Bali. Penyelesaian skripsi ini tentunya tidak lepas dari bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu melalui kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Dr. Ir. I Putu Santika, MM selaku ketua STIKES Bina Usaha Bali yang telah memberikan kesempatan untuk mengikuti pendidikan Program Studi Sarjana Kebidanan di STIKES Bina Usaha Bali.
2. Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb. selaku ketua program Studi Sarjana Kebidanan di STIKES Bina Usaha Bali yang telah memberikan masukan dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Bdn. Pande Putu Indah Purnamayanthi, S.ST.,M.Kes selaku penguji utama yang telah memberikan arahan, masukan, dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Dr. Bdn. Putu Mastiningsih, S.ST.,SH.,M.Biomed selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktunya untuk membimbing dengan penuh kesabaran

dalam memberi pengetahuan, masukan dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Bd. Ni Putu Yunita Sri Lestari, S.Keb.,M.Keb selaku pembimbing II yang telah membantu dalam memberikan masukan, dan saran di dalam penyelesaian skripsi ini.
6. Peneliti mengucapkan terimakasih kepada responden sudah meluangkan waktunya mengikuti penelitian ini sampai selesai.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dalam rangka memperbaiki dan menyempurnakan skripsi penelitian ini. Semoga skripsi penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak. Akhir kata penulis mengucapkan terimakasih.

Badung, Juni 2025

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
ABSTRAK.....	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
DAFTAR SINGKATAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
1. Tujuan umum.....	4
2. Tujuan Khusus.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	8
1. <i>Post partum</i>	8
2. Air Susu Ibu (ASI).....	17
3. Laktasi.....	26
4. Teknik <i>Marmet</i>	41
B. Kajian Empiris.....	48
C. Kerangka Teori.....	51

BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS DAN DEFINISI OPERASIONAL

A. Kerangka Konsep.....	52
B. Hipotesis	52
C. Definisi Operasional	53

BAB IV METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian.....	54
B. Populasi dan Sampel.....	55
C. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	56
D. Etika Penelitian.....	56
E. Alat Pengumpulan Data.....	59
F. Prosedur Pengumpulan Data.....	60
G. Teknik Pengolahan Dan Analisa Data.....	62

BAB V HASIL PENELITIAN

A. Tempat dan Waktu Penelitian	66
B. Analisis Univariat.....	67
C. Analisis Bivariat.....	70

BAB VI PEMBAHASAN

A. Interpretasi Penelitian.....	71
B. Keterbatasan Penelitian.....	80
C. Implikasi Penelitian.....	80

BAB VII PENUTUP

A. Simpulan	82
B. Saran.....	83

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.2. Definisi Operasional	53
Tabel 5.1. Hasil Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Pendidikan, Pekerjaan dan Paritas pada Ibu <i>Post partum</i> di Ruang Kemuning RSUD Tabanan	67
Tabel 5.2. Analisis Kelancaran Pengeluaran ASI pada Ibu Post Partum Antara Kelompok Kontrol dan Intervensi Sebelum dilakukan Teknik <i>Marmet</i>	68
Tabel 5.3. Analisis Kelancaran Pengeluaran ASI pada Ibu Post partum Setelah dilakukan Teknik Marmet pada Kelompok Intervensi.....	68
Tabel 5.4. Analisis Kelancaran Pengeluaran ASI pada Ibu Post partum Kelompok kontrol	69
Tabel 5.5. Hasil Uji Mann Whitney Perbedaan Pemberian Teknik <i>Marmet</i> Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI pada Ibu <i>Post partum</i> antara Kelompok Kontrol dan Kelompok Intervensi di Ruang Kemuning RSUD Tabanan	70

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Refleks Prolaktin.....	30
Gambar 2.2 Refleks Oksitosin.....	31
Gambar 2.3 Cara Memerah ASI Teknik <i>Marmet</i>	44
Gambar 2.4 Menuju Puting susu.....	45
Gambar 2.5 Memijat Payudara.....	46
Gambar 2.6 Memerah Payudara.....	47
Gambar 2.7 Kerangka Teori.....	51
Gambar 3.1 Kerangka Konsep	52
Gambar 4.1 Desain Penelitian.....	54

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Jadwal Penelitian
- Lampiran 2. Surat Permohonan Studi Pendahuluan
- Lampiran 3. Surat Balasan Studi Pendahuluan
- Lampiran 4. Keterangan Lolos Uji Etik
- Lampiran 5. Surat Permohonan Ijin Penelitian
- Lampiran 6. Surat Balasan Ijin Penelitian
- Lampiran 7. Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 8. Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 9. Surat Pengantar Kuesioner
- Lampiran 10. Standar Operasional Prosedur Teknik *Marmet*
- Lampiran 11. Lembar Observasi Pengaruh Teknik *Marmet* Terhadap
Kelancaran Pengeluaran Asi Pada Ibu *Post partum*
- Lampiran 12. Dokumentasi
- Lampiran 13. Hasil
- Lampiran 14. Lembar Bimbingan Proposal dan Skripsi

DAFTAR SINGKATAN

WHO	: <i>World Health Organization</i>
ASI	: Air Susu Ibu
TFU	: Tinggi Fundus Uteri
IMD	: Ibu Segera Menyusui
FSH	: <i>Follicle Stimulating Hormone</i>
LH	: <i>Luteinizing Hormone</i>
HPL	: <i>Human Placental Lactogen</i>
BBLR	: Bayi Berat Lahir Rendah
LDR	: <i>Let Down Reflex</i>
PSP	: Persetujuan Setelah Penjelasan
IC	: <i>Informed Consent</i>

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2019). *Prosedur penelitian : suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Andi Kasrida, (2020) *Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Menyusui*. *Jurnal Voice Of Midwifery*. Vol 6 Hal 17-30
- Antika, E. C. (2019). *Aplikasi Kombinasi Teknik Marmet Dan Pijat Oksitosin Untuk Ketidakefektifan Pemberian ASI* (Doctoral dissertation, Skripsi, Universitas Muhammadiyah Magelang).
- Anggraeni, Y. (2019). *Asuhan kebidanan masa nifas*. Yogyakarta: Pustaka Rihana
- Alyensi, F., Sartika, Y., & Marngatun. (2017). *Perbedaan Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Post partum Yang Dilakukan Teknik Marmet Dan Pijat Oksitosin Di Bidan Praktek Mandiri (BPM) Ernita Kota Pekanbaru*. *Jurnal Ibu Dan Anak*, 5 (2), 110–120.
- Astuti, Sri *et al.* (2020). *Asuhan Kebidanan, Nifas dan Menyusui*. Bandung : Penerbit Erlangga
- Chandra, I. L., Kurniati, D., & Novelia, S. (2020). *Pengaruh Teknik Marmet Dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post partum*. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Delima*, 3 (1), 66–77.
- Dahlan, A. K. (2017). *Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Menyusui*. *Jurnal Voice Of Midwifery*, 06 (08), 17–30.
- Damanik, S., & Suwardi, S. (2023). *Teknik Marmet Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Post partum*. *Journal Of Midwifery Science*, 7 (1), 49–58.
- Dinkes Provinsi Bali. (2020). *Profil Kesehatan Provinsi Bali Tahun 2020* : Dinkes Provinsi Bali.

- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Asuhan Bayi Baru Lahir Dan Penatalaksanaan Bayi Baru Lahir Dengan Asfiksia*. Jakarta : JNPK
- Dewi, E. R. (2024). *Pengaruh Marmet Massage Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Postpartum Di Wilayah Kerja Puskesmas Sonomartani*. Jidan: Jurnal Ilmiah Kebidanan, 4(1), 34-41.
- Efrida, L. (2021). *Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Kelancaran Pengeluaran Asi Pada Ibu Post partum Di Puskesmas Hanopan Kecamatan Arse Kabupaten Tapanuli Selatan*.
- Jania, T., Windiyani, W., & Kurniawati, A. (2022). *Manajemen Non Farmakologi Untuk Meningkatkan Kelancaran Asi Pada Ibu Nifas*. Jurnal BIMTAS: Jurnal Kebidanan Umtas, 6(1), 51-55.
- Kementrian Kesehatan RI. (2019). *Buku Saku Pelayanan Kesehatan Dasar dan Rujukan*, Jakarta: Kemenkes RI
- Khasanah, Nur, (2019). *Panduan lengkap seputar ASI dan susu formula*. Jogjakarta: Flashbooks
- Mastiningsih putu *et al.*, (2019). *buku ajar asuhan kebidanan pada ibu nifas dan menyusui*. bogor: penerbit in media.
- Maryunani A. (2019) *Inisiasi Menyusu Dini, ASI Eksklusif dan Manajemen Laktasi*. Jakarta: CV. Trans Info Media.
- Marmi. (2019) *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas "Puerperium Care."* Yogyakarta: Pustaka Pelajar; 2019. 1-10 p.
- Mansyur N,*et al.*. (2019) *Buku Ajar Asuhan Kebidanan MAsa Nifas*. Malang: Cita Intrans Selaras.
- Moleong, Lexy J. (2019). *Metode Penelitian Kualitatif*. Edisi Revisi. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya.

- Nursalam. (2020). *Konsep dan penerapan metodologi penelitian*. Jakarta: Salemba Medika
- Notoatmodjo, S. (2019) *Metodologi Penelitian : Pendekatan Praktis*. (P. P. Lestari, Ed.) (4th ed.). Jakarta: Salemba Medika.
- Ningrum Dwi A., (2020). *Pengaruh Pemberian Teknik Marmet Terhadap Produksi ASI pada Ibu Postpartum Di Bpm Wilayah Kerja Puskesmas Sukorame Kota Kediri*, Jurnal Kesehatan Indonesia Vol 5 No2
- Ningrum, A. D., Titisari, I., Kundarti, F. I., & Setyarini, A. I. (2017). *Pengaruh Pemberian Teknik Marmet Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post partum Di BPM Wilayah Kerja Puskesmas Sukorame Kota Kediri*. Jurnal Ilmu Kesehatan, 5 (2), 46–55.
- Pollard, M. (2019). *ASI Asuhan Berbasis Bukti*. Jakarta: EGC.
- Puspita, L. (2019). *Pengaruh Teknik Marmet terhadap Kelancaran ASI pada Ibu Post partum di BPM Dwi Astuti Pringsewu Tahun 2019*. Wellness and Healthy Magazine.
- Pujiati, W., Sartika, L., Wati, L., & Ramadinta, R. A. (2021). *Teknik Marmet Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Post partum*. Wiraja Medika: Jurnal Kesehatan, 11 (2), 78–85.
- Rahayu, R., & Andriyani, A. (2014). *Metode Memperbanyak Produksi ASI Pada Ibu Post Sectio Caesarea Dengan Teknik Marmet Dan Breast Care Di RSUD Karanganyar*. GASTER, 11 (2), 56–68.
- Rini Hariani Ratih. (2020). *Pengetahuan Dan Sikap Ibu Nifas Tentang Perawatan Luka Perineum*. 2, 34–43.
<https://doi.org/https://doi.org//10.31539/jka.v2il.592>
- Roesli U. (2019) *Mengenal ASI Eksklusif* Jakarta: PT. Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara
- Saleha S. (2019) *Asuhan Kebidanan 3*. Yogyakarta: Rhineka Cipta

- Sari P. (2019) *Asuhan Kebidanan Masa Nifas Postnatal Care*. Jakarta Timur: Cv.Trans Info Media.
- Safari, F. R. N., Sinaga, E. B., & Purba, K. (2023). *Pengaruh Teknik Marmet terhadap Kelancaran Asi pada Ibu Nifas di UPTD Puskesmas Sidodadi*. *Health Care: Jurnal Kesehatan*, 12(1), 112-118.
- Sareng, N. A. M., Sari, I. M., & Purnamawati, F. (2023). *Penerapan Teknik Marmet Untuk Meningkatkan Dan Memperlancar Produksi ASI Pada Ibu Post partum Di Ruang Ponek RSUD dr. Soeratno Gemolong*. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan*, 2(2), 133-145.
- Titisari.,*et al.*, (2020). *Perbandingan Efektifitas Kombinasi Tehnik Marmet Dan Pijat Oksitosin Dengan Breastcare Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post partum*.*Jurnal Ilmu Kesehatan*.5.(1)
- Vidayati, L. A. (2021). *Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Kelancaran Produksi Asi*. *Jurnal Ilmiah Obsgin : Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan & Kandungan P-ISSN*
- Wiji, R.N. (2020). *ASI dan Pedoman Ibu Menyusui*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Wasis, Pujiati, *et al.*, (2021). *Teknik Marmet terhadap kelancaran ASI pada Ibu Post partum*.*Wiraraja Medika : Jurnal Kesehatan Vol. 11.No 2. tahun 2021 Hal.78-85*
- Wahyuni, N. W. T., Mastiningsih, P., Sumawati, N. M. R., & Yunita, N. P. M. Y. U. (2024). *Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Post partum Di Ruang Nifas UPTD. Puskesmas Abiansemal I*. *Jurnal Maternitas Kebidanan*, 9(1), 45-53.
- Wahyuni, E. T., & Purnami, R. W. (2020). *Kombinasi Massage Nape dan Teknik Marmet terhadap Percepatan Pengeluaran ASI pada Ibu Post partum*. *Jurnal Kesehatan*, 11 (2), 236–242.

- Wenty, J., Rofika, A., & Fitjannah, I. (2023). *Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Menyusui Di Puskesmas Kayu Kuyit Kabupaten Bengkulu Selatan. Jurnal Nursing, 14 (3), 83–90.*
- World Health Organization (WHO). (2019). *Exclusife Breastfeeding*. [online]. Tersedia:http://www.who.int/nutrition/topics/exclusive_breastfeeding/en/
- Yustianti, D., Susilawati, & Hermawan, D. (2020). *Pijat Teknik Marmet Pada Post partum Dan Produksi ASI. Holistik Jurnal Kesehatan, 14 (3), 338–345.*