

Volume 14, No 1 2025

PENGARUH TEKNIK PIJAT MARMET TERHADAP PENGELUARAN ASI PADA IBU POST PARTUM DI TPMB BIDAN D. KABUPATEN BANDUNG

THE EFFECT OF MARMET MASSAGE TECHNIQUE ON BREAST MILK EXPRESSION IN POST PARTUM MOTHERS AT TPMB BIDAN D. BANDUNG DISTRICT

Ecih Winengsih¹, Antri Ariani², Khofiati³

^{1,2} Prodi D3 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Bhakti Kencana

³ Mahasiswa Kebidanan, Universitas Bhakti Kencana

Email Correspondence: ewinengsih20@gmail.com

Abstract: Exclusive Breastfeeding is the best source of nutrition, vitamins, and minerals for infant growth and development during the first six months of life without any additional liquids or foods. One effort to improve breast milk production is by stimulating the release of prolactin hormone through the Marmet technique. This study aimed to determine the effect of the Marmet technique on breast milk production in postpartum mothers at TPMB Bdn D Bandung Regency. The study used a Quasi-Experimental design with a One Group Pretest-Posttest approach. The sampling technique used purposive sampling. The results showed that breast milk production before the intervention was 1.57 ml, while after the intervention it increased to 18.33 ml. Bivariate analysis showed a p-value of 0.000, indicating a significant difference in breast milk production before and after the intervention. It can be concluded that the Marmet technique had an effect on breast milk production with a p-value of $0.000 < 0.005$.

Keywords: Marmet technique, breast milk production, postpartum mothers

Abstrak: Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif merupakan sumber nutrisi, vitamin dan mineral terbaik untuk pertumbuhan dan perkembangan yang dibutuhkan bayi pada enam bulan pertama kehidupan tanpa tambahan cairan atau makanan apa pun. Salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas ASI adalah dengan melakukan stimulus pengeluaran hormon prolaktin melalui teknik marmet. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh teknik marmet terhadap pengeluaran ASI ibu postpartum di TPMB Bdn D Kabupaten Bandung. Desain penelitian menggunakan Quasi Experimental dengan pendekatan One Group Pretest Posttest. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling. Hasil penelitian didapatkan pengeluaran ASI sebelum diberikan intervensi sebanyak 1,57 ml sedangkan setelah diberikan intervensi sebanyak 18,33 ml. Hasil bivariat diperoleh nilai p-value sebesar 0,000 sehingga dapat disimpulkan terdapat perbedaan secara signifikan pada pengeluaran ASI sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Terdapat pengaruh teknik marmet terhadap pengeluaran ASI dengan nilai p-value $0,000 < 0,005$.

Kata Kunci : Teknik marmet, pengeluaran ASI, Post Partum

Volume 14, No 1 2025

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif merupakan sumber nutrisi, vitamin dan mineral terbaik untuk pertumbuhan dan perkembangan yang dibutuhkan bayi pada enam bulan pertama kehidupan tanpa tambahan cairan atau makanan apa pun. Pemberian ASI secara eksklusif selama 6 bulan pertama kehidupan merupakan bagian dari standar emas pemberian makanan bayi dan anak yang direkomendasikan oleh World Health Organization dan United Nations Children's Fund. (Putu et al., 2025a). ASI adalah makanan terbaik dan utama yang dapat diberikan kepada bayi baru lahir karena mengandung zat gizi dan zat pelindung kekebalan tubuh yang dapat mencegah terjadinya penyakit infeksi pada bayi. ASI juga dapat mencegah malnutrisi karena mengandung zat-zat gizi yang dibutuhkan tubuh bayi dan melindungi bayi terhadap infeksi. Pemberian ASI merupakan salah satu upaya untuk menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi serta kejadian gizi buruk pada balita. (Lubis & Rofiasari, 2024). Pemberian ASI sejak lahir sampai usia enam bulan (ASI eksklusif) juga dapat mempercepat penurunan kejadian stunting, yaitu kondisi gagal tumbuh yang mengakibatkan tinggi badan pendek atau sangat pendek akibat kekurangan gizi kronis. Pengaruh ASI eksklusif terhadap kejadian stunting dilaporkan sebesar 16,7 kali. (Bustami & Ampera, 2020)

World Health Organization melaporkan berdasarkan data Global Breastfeeding Scorecard 2023 bahwa 48% bayi di seluruh dunia mendapatkan ASI eksklusif selama 6 bulan. Berdasarkan Survey Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, proporsi bayi yang mendapat ASI eksklusif di Indonesia adalah sebesar 55,5% untuk bayi usia 0–6 bulan, sementara target nasional pemberian ASI eksklusif adalah 80%. Artinya, cakupan ASI eksklusif di Indonesia masih berada di bawah target sebesar 24,5%. Renstra tahun 2023–2026 juga menetapkan target cakupan ASI eksklusif sebesar 80%. Sedangkan persentase cakupan pemberian ASI eksklusif di Provinsi Jawa Barat Kabupaten Bandung sebesar 63,61%. (Dinas Kesehatan, 2023).

Pengetahuan mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif pada ibu sangat diperlukan agar ibu tidak mudah dipengaruhi oleh faktor luar yang tidak mendukung pemberian ASI eksklusif. (Safitri et al., 2018). Adanya anggapan bahwa menyusui merupakan hal yang sulit serta dapat memengaruhi penampilan atau keindahan tubuh setelah menyusui mengakibatkan banyak ibu memilih cara yang dianggap lebih praktis, seperti memberikan susu formula pada bayi. Sebagai tenaga kesehatan khususnya bidan, diperlukan pemberian komunikasi, informasi, dan edukasi (KIE) kepada ibu serta keluarga mengenai manfaat dan pentingnya ASI eksklusif, bahaya penggunaan susu formula dan MPASI dini, serta upaya yang dapat dilakukan agar berhasil menyusui. (Al Fatah Ambon et al., 2025) Penurunan produksi ASI pada masa nifas dapat disebabkan oleh kurangnya rangsangan hormon prolaktin dan oksitosin yang sangat berperan dalam kelancaran produksi ASI. Peranan ASI bagi bayi baru lahir sudah tidak diragukan lagi, namun masih banyak ibu yang belum mampu memberikan ASI secara optimal kepada bayinya setelah lahir. (Putu et al., 2025b).

Faktor-faktor yang memengaruhi kegagalan pemberian ASI antara lain kurangnya pengetahuan ibu tentang ASI, ibu bekerja, serta usia ibu menyusui. (Mustika Dewi et al., 2022). Rendahnya tingkat pemberian ASI eksklusif juga dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan mengenai manfaat dan teknik menyusui sehingga ibu cenderung memberikan makanan tambahan atau susu formula lebih awal. (Mudrikah & Jusmawati, 2025). Kurangnya pengetahuan masyarakat terutama di daerah pedesaan menyebabkan banyak ibu tidak mengetahui cara mengatasi produksi ASI yang tidak lancar. Beberapa upaya untuk membantu kelancaran produksi ASI dapat dilakukan secara farmakologis menggunakan obat pelancar ASI seperti domperidone. Namun penggunaan obat farmakologis harus sesuai anjuran karena dapat menimbulkan efek samping seperti diare, rasa lelah, mengantuk, mulut kering, dan sakit kepala. (Zahra, 2020; Sri Rohayati & Riza Faulina, 2025)

Selain farmakologi, terdapat upaya nonfarmakologi yang dapat membantu meningkatkan produksi dan pengeluaran ASI, salah satunya adalah teknik Marmet. Teknik Marmet merupakan kombinasi antara pijatan dan pengeluaran ASI secara manual yang bertujuan membantu refleks pengeluaran susu (Milk

Volume 14, No 1 2025

Ejection Reflex) sehingga ASI dapat keluar lebih lancar. Teknik ini dapat merangsang let-down reflex pada awal proses pemerahan dan menghasilkan ASI dua sampai tiga kali lebih banyak dibandingkan tanpa menggunakan teknik tersebut. (Wayan et al., 2024a). Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan efektivitas teknik Marmet dalam meningkatkan produksi ASI. Penelitian Sri Rohayati dkk. (2025) menjelaskan bahwa penggunaan metode nonfarmakologi dapat menjadi alternatif yang efektif dalam membantu kelancaran produksi ASI.

Adapun keterbaruan dalam penelitian ini dibandingkan penelitian sebelumnya adalah fokus penelitian pada pemberian asuhan komplementer berupa teknik Marmet sebagai metode alami dan aman dalam membantu pengeluaran ASI. (Sri Rohayati & Riza Faulina, 2025). Penelitian lain yang dilakukan oleh Intan Luvia dkk. (2020) dengan judul pengaruh teknik Marmet terhadap produksi ASI pada ibu postpartum menyimpulkan bahwa teknik Marmet dapat meningkatkan produksi ASI ibu postpartum secara signifikan di Klinik Pratama Daarussyifa. Teknik ini membantu memperlancar pengeluaran ASI melalui stimulasi pada payudara sehingga refleksi pengeluaran ASI menjadi lebih optimal. (Chandra et al., 2020). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa ibu yang rutin melakukan teknik Marmet memiliki tingkat keberhasilan menyusui yang lebih tinggi dibandingkan ibu yang tidak melakukannya. Selain membantu meningkatkan produksi ASI, teknik Marmet juga dapat membantu mengatasi masalah seperti saluran ASI tersumbat dan pembengkakan payudara. Dengan demikian, teknik Marmet dapat menjadi solusi efektif bagi ibu menyusui yang mengalami kesulitan dalam kelancaran pengeluaran ASI sekaligus meningkatkan kenyamanan ibu dan ikatan emosional antara ibu dan bayi. Penelitian ini memiliki keterbaruan dalam hal penerapan teknik Marmet dengan durasi tindakan selama 20 menit pada ibu postpartum di TPMB Bidan D Kabupaten Bandung. Selama ini penelitian mengenai teknik Marmet masih terbatas pada lokasi dan metode yang berbeda, sehingga penelitian ini menghasilkan data lokal baru terkait efektivitas teknik Marmet terhadap pengeluaran ASI pada ibu postpartum. Dengan memperpanjang durasi tindakan, diharapkan stimulasi refleksi pengeluaran ASI menjadi lebih optimal sehingga dapat mendukung keberhasilan menyusui. (Oktaviani & Aliyanto, 2023)

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan peneliti pada ibu nifas menyusui di TPMB Bidan D, dari 5 ibu nifas yang diwawancarai terdapat 1 ibu yang berhasil memberikan ASI eksklusif kepada bayinya tanpa tambahan makanan atau minuman lain, sedangkan 4 ibu lainnya mengeluhkan adanya masalah dalam pemberian ASI eksklusif karena produksi ASI yang sedikit. Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh teknik Marmet terhadap pengeluaran ASI pada ibu postpartum. Sebelumnya belum terdapat penelitian mengenai pemberian intervensi teknik Marmet di tempat penelitian tersebut. Oleh karena itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi tenaga kesehatan serta menjadi solusi bagi ibu menyusui dalam meningkatkan produksi ASI secara alami dan aman.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain Quasi Experimental melalui pendekatan One Group Pretest-Posttest Design untuk mengetahui pengaruh kombinasi pijat oksitosin dan teknik Marmet terhadap pengeluaran ASI pada ibu postpartum di TPMB Bidan D Kabupaten Bandung. Penelitian dilaksanakan pada bulan September 2025 dengan populasi seluruh ibu postpartum yang menyusui di TPMB Bidan D Kabupaten Bandung. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan jumlah sampel sebanyak 30 responden yang memenuhi kriteria inklusi. Pengumpulan data dilakukan dengan mengukur volume pengeluaran ASI sebelum intervensi (pretest) dan sesudah intervensi (posttest) menggunakan gelas ukur atau plastik ASI. Intervensi kombinasi pijat oksitosin dan teknik Marmet dilakukan selama 20 menit, terdiri dari pijat oksitosin selama 10 menit dan teknik Marmet selama 10 menit. Analisis data dilakukan secara univariat untuk melihat distribusi frekuensi dan rerata variabel penelitian serta analisis bivariat menggunakan uji Paired Sample T-Test

Volume 14, No 1 2025

apabila data berdistribusi normal atau uji Wilcoxon Signed Rank Test apabila data tidak berdistribusi normal, dengan tingkat signifikansi $p\text{-value} < 0,05$. Penelitian ini telah memperhatikan prinsip etika penelitian meliputi informed consent, anonymity, confidentiality, dan beneficence. Berisi jenis penelitian, waktu dan tempat penelitian, target/ sasaran, subjek penelitian, prosedur, data dan instrumen dan teknik pengumpulan data, serta teknik analisis data serta hal-hal lain yang berkaitan dengan cara penelitiannya.

HASIL

Penelitian mengenai pengaruh teknik Marmet terhadap pengeluaran ASI pada ibu postpartum di TPMB Bidan D Kabupaten Bandung dilakukan pada 30 responden. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengeluaran ASI setelah diberikan intervensi teknik Marmet.

Tabel 1.1 Rata-Rata Pengeluaran ASI Sebelum dan Sesudah Dilakukan Teknik Marmet pada Ibu Postpartum di TPMB Bidan D Kabupaten Bandung Tahun 2025

Variabel	Mean	Minimum	Maksimum	SD
Sebelum teknik Marmet	1,57 ml	0,5 ml	4 ml	0,89
Sesudah teknik Marmet	18,33 ml	10 ml	30 ml	5,12

Berdasarkan tabel 1.1 diketahui bahwa rata-rata pengeluaran ASI sebelum diberikan teknik Marmet sebesar 1,57 ml dengan nilai minimum 0,5 ml dan maksimum 4 ml. Setelah diberikan intervensi teknik Marmet, rata-rata pengeluaran ASI meningkat menjadi 18,33 ml dengan nilai minimum 10 ml dan maksimum 30 ml.

Tabel 1.2 Pengaruh Teknik Marmet terhadap Pengeluaran ASI pada Ibu Postpartum di TPMB Bidan D Kabupaten Bandung Tahun 2025

Variabel	Mean	SD	p-value
Sebelum teknik Marmet	1,57	0,89	0,000
Sesudah teknik Marmet	18,33	5,12	

Berdasarkan hasil analisis bivariat menggunakan uji Paired Sample T-Test diperoleh nilai p-value sebesar 0,000 ($< 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh teknik Marmet terhadap pengeluaran ASI pada ibu postpartum di TPMB Bidan D Kabupaten Bandung Tahun 2025. Hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik Marmet efektif dalam membantu meningkatkan pengeluaran ASI pada ibu postpartum.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengeluaran ASI pada ibu postpartum setelah diberikan intervensi teknik Marmet. Rata-rata pengeluaran ASI sebelum dilakukan teknik Marmet sebesar 1,57 ml dan meningkat menjadi 18,33 ml setelah dilakukan intervensi. Hasil uji statistik menggunakan *Paired Sample T-Test* diperoleh nilai p-value sebesar 0,000 ($< 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh teknik Marmet terhadap pengeluaran ASI pada ibu postpartum di TPMB Bidan D Kabupaten Bandung Tahun 2025.

Teknik Marmet merupakan metode nonfarmakologis yang dilakukan dengan cara memijat dan memerah payudara secara manual untuk membantu merangsang refleksi pengeluaran ASI (*milk ejection reflex*). Teknik ini bekerja dengan memberikan stimulasi pada alveoli dan duktus laktiferus

Volume 14, No 1 2025

sehingga merangsang hormon prolaktin dan oksitosin yang berperan dalam proses produksi dan pengeluaran ASI. Ketika payudara diberikan rangsangan secara teratur melalui gerakan memijat dan memerah, maka produksi ASI menjadi lebih optimal dan ASI lebih mudah keluar. Teknik Marmet juga membantu mengosongkan payudara sehingga produksi ASI terus meningkat sesuai kebutuhan bayi. (Wayan et al., 2024)

Peningkatan pengeluaran ASI pada penelitian ini menunjukkan bahwa teknik Marmet efektif dalam membantu ibu postpartum yang mengalami masalah kelancaran ASI. Pada masa postpartum, banyak ibu mengalami hambatan dalam proses menyusui seperti ASI yang belum lancar, bendungan payudara, dan kecemasan karena bayi belum mendapatkan ASI secara optimal. Kondisi tersebut dapat memengaruhi keberhasilan pemberian ASI eksklusif apabila tidak segera ditangani. Teknik Marmet menjadi salah satu metode yang mudah dilakukan karena dapat dilakukan secara mandiri oleh ibu tanpa alat khusus dan tidak menimbulkan efek samping. (Mudrikah & Jusmawati, 2025)

Selain membantu meningkatkan produksi ASI, teknik Marmet juga dapat membantu memperlancar saluran ASI yang tersumbat dan mengurangi bendungan ASI pada payudara. Pengosongan payudara secara optimal akan memberikan rangsangan pada tubuh untuk memproduksi ASI lebih banyak. Semakin sering payudara dikosongkan, maka produksi ASI akan semakin meningkat karena adanya mekanisme umpan balik fisiologis dalam proses laktasi. (Putu et al., 2025b)

Keberhasilan teknik Marmet dalam meningkatkan pengeluaran ASI juga dipengaruhi oleh kondisi psikologis ibu. Ibu postpartum yang merasa nyaman, rileks, dan percaya diri cenderung memiliki produksi ASI yang lebih baik dibandingkan ibu yang mengalami stres atau kecemasan. Keadaan emosional ibu dapat memengaruhi refleksi pengeluaran ASI karena stres dapat menghambat pelepasan hormon yang berperan dalam proses laktasi. Oleh karena itu, dukungan keluarga dan tenaga kesehatan sangat diperlukan agar ibu merasa lebih tenang selama menyusui. (Safitri et al., 2018)

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Chandra et al. (2020) yang menyatakan bahwa teknik Marmet efektif meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum. Penelitian tersebut menunjukkan adanya peningkatan produksi ASI setelah dilakukan teknik Marmet secara rutin pada ibu nifas. Penelitian lain oleh Wayan et al. (2024) juga menyebutkan bahwa teknik Marmet dapat meningkatkan refleksi pengeluaran ASI sehingga volume ASI yang dihasilkan lebih banyak dibandingkan sebelum diberikan intervensi. Selain itu, penelitian Oktaviani & Aliyanto (2023) menyatakan bahwa teknik Marmet efektif membantu ibu postpartum dalam mengatasi ketidاكلancaran pengeluaran ASI dan meningkatkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

Teknik Marmet memiliki beberapa kelebihan dibandingkan metode farmakologis karena lebih aman, mudah dilakukan, ekonomis, dan tidak menimbulkan efek samping seperti penggunaan obat pelancar ASI. Penggunaan terapi farmakologis dalam jangka panjang dapat menimbulkan efek samping seperti diare, mulut kering, sakit kepala, dan rasa mengantuk. Oleh sebab itu, metode nonfarmakologis seperti teknik Marmet lebih direkomendasikan sebagai intervensi awal untuk membantu meningkatkan pengeluaran ASI pada ibu postpartum. (Zahra, 2020; Sri Rohayati & Riza Faulina, 2025)

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti berasumsi bahwa teknik Marmet efektif dalam meningkatkan pengeluaran ASI karena memberikan stimulasi langsung pada payudara yang dapat membantu proses produksi dan pengeluaran ASI secara optimal. Teknik ini juga membantu ibu postpartum merasa lebih nyaman selama menyusui sehingga dapat meningkatkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Dengan meningkatnya pengeluaran ASI, diharapkan kebutuhan nutrisi bayi dapat terpenuhi secara optimal sehingga mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi dengan baik.

Volume 14, No 1 2025

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh teknik Marmet terhadap pengeluaran ASI pada ibu postpartum di TPMB Bidan D Kabupaten Bandung Tahun 2025, dapat disimpulkan bahwa rata-rata pengeluaran ASI sebelum dilakukan teknik Marmet sebesar 1,57 ml dan meningkat menjadi 18,33 ml setelah dilakukan intervensi. Hasil analisis statistik menggunakan *Paired Sample T-Test* diperoleh nilai p-value sebesar 0,000 ($<0,05$), yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh teknik Marmet terhadap pengeluaran ASI pada ibu postpartum. Dengan demikian, teknik Marmet efektif digunakan sebagai metode nonfarmakologis untuk membantu meningkatkan pengeluaran ASI pada ibu postpartum sehingga dapat mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

SARAN

Diharapkan ibu postpartum dapat menerapkan teknik Marmet secara rutin sebagai salah satu upaya nonfarmakologis untuk membantu meningkatkan pengeluaran ASI sehingga pemberian ASI eksklusif dapat tercapai secara optimal. Tenaga kesehatan khususnya bidan diharapkan dapat memberikan edukasi, pendampingan, dan pelatihan mengenai teknik Marmet kepada ibu menyusui sebagai metode yang aman, mudah, dan ekonomis dalam membantu kelancaran ASI. Selain itu, fasilitas pelayanan kesehatan dapat menjadikan teknik Marmet sebagai salah satu intervensi pendukung dalam pelayanan ibu nifas dan program peningkatan cakupan ASI eksklusif. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar, durasi intervensi yang lebih panjang, serta menambahkan variabel lain yang dapat memengaruhi pengeluaran ASI.

DAFTAR PUSTAKA

- Bustami, & Ampera. (2020). Pengaruh ASI eksklusif terhadap kejadian stunting pada balita. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 45–52.
- Chandra, I., dkk. (2020). Pengaruh teknik Marmet terhadap produksi ASI pada ibu postpartum di Klinik Pratama Daarussyifa. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 11(1), 23–30.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Bandung. (2023). *Profil Kesehatan Kabupaten Bandung Tahun 2023*. Bandung: Dinas Kesehatan Kabupaten Bandung.
- Lubis, R., & Rofiasari, L. (2024). Manfaat pemberian ASI eksklusif terhadap kesehatan bayi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Ibu dan Anak*, 8(1), 15–22.
- Mudrikah, & Jusmawati. (2025). Faktor-faktor yang mempengaruhi rendahnya pemberian ASI eksklusif pada ibu menyusui. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 14(1), 33–40.
- Mustika Dewi, dkk. (2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi kegagalan pemberian ASI eksklusif pada ibu menyusui. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 10(2), 55–63.
- Oktaviani, R., & Aliyanto. (2023). Efektivitas teknik Marmet terhadap kelancaran ASI pada ibu postpartum. *Jurnal Kebidanan Nasional*, 9(3), 88–95.

Volume 14, No 1 2025

- Putu, N., dkk. (2025a). Pentingnya ASI eksklusif terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi usia 0–6 bulan. *Jurnal Kesehatan Anak Indonesia*, 13(1), 1–8.
- Putu, N., dkk. (2025b). Faktor yang mempengaruhi produksi ASI pada ibu nifas. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 7(2), 66–73.
- Safitri, N., dkk. (2018). Pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif terhadap keberhasilan menyusui. *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan*, 5(1), 10–16.
- Sri Rohayati, & Riza Faulina. (2025). Perbandingan pemberian domperidone dan daun katuk terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas. *Jurnal Kesehatan dan Kebidanan*, 15(1), 20–28.
- Wayan, N., dkk. (2024). Teknik Marmet dalam meningkatkan refleks pengeluaran ASI pada ibu postpartum. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 6(2), 77–84.
- Zahra, A. (2020). Penggunaan domperidone sebagai terapi farmakologis dalam meningkatkan produksi ASI. *Jurnal Farmasi dan Kesehatan*, 4(1), 12–18.