

LAMPIRAN

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)
TEKNIK MARMET

Pengertian	Teknik marmet yaitu suatu metode memijat dan menstimulasi agar keluarnya ASI menjadi optimal
Tujuan	Sebagai acuan untuk kelancaran proses pengeluaran ASI pada ibu postpartum
Alat dan Bahan	1. Mangkuk lebar atau botol ASI 2. Bengkok 1 buah 3. Waskom sedang (berisi air dingin atau panas) 4. SOP Teknik Marmut 5. Buku tulis 6. Bolpoin
Penatalaksanaan	1. Membari salam dan Memperkenalkan diri kepada pasien 2. Menanyakan keluhan pasien 3. Menjelaskan tujuan dan tindakan yang akan dilakukan 4. Beri kesempatan klien untuk bertanya Mekanisme kerja Teknik Marmet : 1) Persiapan 1. Sterilkan Wadah ASI. Masukkan air mendidih ke dalam wadah tersebut, biarkan selama beberapa menit lalu buang airnya. 2. Siapkan lap/tisu yang bersih 3. Cuci tangan 4. Ibu tenang dan santai 5. Bila mungkin, payudara dikompres dengan air hangat terlebih dahulu 6. Lakukan pemijatan ringan pada keliling payudara dengan cara : 7. Mulai dari pangkal payudara, gunakan 2-4 jari dengan gerakan melingkar kecil(spiral) secara lurus ke arah puting. 8. Dengan buku-buku jari, mulai dari pangkal payudara sampai ke rah puting, buat gerakan menekan secara lembut.

Evaluasi	9. Pengang wadah penampung ASI di dekat payudara. 2) Langkah memerah ASI : 1. Letakkan tangan di pinggir areola seperti huruf C. Posisi ibu jari dan telunjuk berlawanan. 2. Tekan lembut ke arah dada tanpa memindahkan jari-jari, pijat areola ke arah depan (menggulung). Menekan dan menggulung dilakukan secara berkesinambungan. 3. Payudara yang besar dianjurkan untuk diangkat lebih dahulu. Kemudian ditekan ke arah dada. 4. Lanjutkan dengan gerakan memijat ke depan memijat jaringan di bawah areola sehingga memerah ASI dalam saluran ASI. Lakukan gerakan ini sampai pancaran ASI berkurang. 5. Bisa mengubah posisi ibu jari seperti huruf U, ke arah jam 3 dan ke empat jarinya ke arah jam 9. 6. Setelah memerah ASI lap dengan lap bersih. 7. Teknik ini dilakukan dengan memijat payudara dan memerah payudara selama 5-7 menit, dilanjutkan dengan memijat payudara dan memerah payudara selama 3-5 menit, dan dilanjutkan lagi dengan memijat dan memerah payudara selama 2-3 menit. 8. Simpan ASI dalam botol, tutup rapat botolnya, dan masukkan dalam lemari es (hendaknya botol jangan diisi terlalu penuh, isikan $\frac{3}{4}$ botol karena bisa menyebabkan botol pecah saat disimpan di freezer). 9. Beri label berupa jam dan tanggal pemerahan. 10. Pisahkan ASI perah dengan bahan makanan lainnya yang disimpan dalam lemari pendingin. 11. Cuci tangan (Nurul Pujiastuti,2019). 1. Evaluasi hasil kegiatan 2. Berikan umpan balik postif 3. Salam terapeutik
-----------------	--

Lampiran 2

LEMBAR OBSERVASI TEKNIK MARMET

Nama : Ny.S

Umur : 23 th

No	Kegiatan	Skor		
1	Persiapan Alat			
	a. Mangkuk lebar atau botol ASI			
	b. Kapas atau kasa / waslap			
	c. Bengkok 1 buah			
	d. Waskom sedang (berisi air dingin atau panas)			
2	Prosedur Tindakan			
	a. Tahap Pra-Interaksi			
	1) Cuci tangan 6 langkah			
	2) Menyiapkan alat			
	b. Tahap Orientasi			
	1) Memberikan salam kepada pasien dan sapa pasien			
	2) menjelaskan tujuan dan prosedur tindakan pada pasien dan keluarga			
	3) Menanyakan persetujuan dan kesiapan pasien sebelum kegiatan dilakukan			
	c. Tahap Kerja			
	1) Memasang sampiran			
	2) Melepas pakaian atas / baju			
	3) membersihkan kedua puting dengan waslap / kapas			

	4) duduk dengan posisi badan sedikit maju kedepan agar gaya gravitasi membantu ASI mengalir			
	5) mulailah memijat payudara atau massase payudara dengan cara menepuk menggunakan ujung jari, memutar payudara menggunakan buku-buku jari, serta melakukan gerakan serkular atau melingkar			
	6) usap payudara dari dinding dada sampai puting dengan usapan yang lembut			
	7) ayun atau goyangkan payudara dengan lembut atu condong kedepan sehingga gravitasi membantu pengeluaran ASI			
	8) letakkan ibu ‘jari dan dua jari lainnya (telunjuk dan tengah) sekitar 1cm hingga 1,5cm dari areola, usahakan untuk mengikuti aturan tersebut sebagai panduan. Ibujari diatas areola pada jam posisi 12 dan jari lainnya diposisi jam 6 atau menyerupai huruf “C”			
	9) Hindari melingkari jari pada areola posisi jari seharusnya tidak berada di jam 12 dan jam 4			
	10) dorong ke arah dada dan hindari merenggangkan jari			
	11) gulung menggunakan ibu jari dan jari lainnya secara bersamaan			
	12) gerakan ibu jari dan jari lainnya hingga menekan gudang ASI (terminal milk) hingga kosong jika dilakukan dengan cepat maka ibu tidak akan kesakitan			
	13) ulangi secara teratur hingga gudang ASI kosong			
	14) posisikan jarisecara tepat,push (dorongan), roll			

	(gulung)			
	15) Putar ibu jari dan jari-jari lainnya ketitik gudang ASI lainnya, demikian juga saat memerah payudara lainnya,gunakan kedua tangan misalkan, saat memerah payudara kiri gunakan tangan kiri, juga saat memerah payudara kanan gunakan tangan kanan. Saat memerah ASI jari-jari berputar seiring jarum jam ataupun berlawanan agar semua gudang ASI kosong. Pindahkan ibu jari dan jari lainnya pada posisi jam 6 dan 12, kemudian jam 11 dan jam 5, kemudian jam 2 dan jam 8, kemudian jam 3 dan jam 9			
	16) dilakukan setiap 2 kali sehari masing-masing selama kurang lebih 30 menit			
	d. Tahap Terminasi			
	1) mengevaluasi hasil tindakan yang baru dilakukan			
	2) membereskan dan merapihkan alat			
	3) cuci tangan 6 langkah			
3	Evaluasi			
	Melakukan evaluasi kepada ibu, setelah dilakukan tindakan			
4	Dokumentasi			
	Mencatat hasil tindakan yang telah dilakukan			

Sumber : <http://www.scribd.com/document/398738078/SOP-TEKNIK-MARMET>

Lampiran 3

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGKARANG
PRODI D III KEBIDANAN TANJUNGKARANG

Jl. Soekarno-Hatta No 1, Hajimena, Bandar Lampung

IZIN LOKASI PENGAMBILAN STUDI KASUS

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Sri Rezeki, Amd.Keb
Alamat : Jalan mawar No.17, rawalaut enggal, kota Bandar
Lampung

Dengan ini menyatakan bahwa :

Nama : Fitri Yani
NIM : 1915401054
Tingkat/Semester : III (Tiga)/ VI (Enam)

Telah mengambil studi kasus kebidanan di PMB Sri Rezeki, A.Md. Keb. Sebagai salah satu syarat menyelesaikan pendidikan ahli madya kebidanan pada program studi D III Kebidanan Tanjungkarang Politeknik Kesehatan Tanjungkarang.

Bandar Lampung, 04 Maret 2022

Pimpinan PMB



Sri Rezeki, A.Md.Keb

Lampiran 4

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGKARANG
PRODI D III KEBIDANAN TANJUNGKARANG

Jl. Soekarno-Hatta No 1, Hajimena, Bandar Lampung

LEMBAR PERSETUJUAN (INFORMED CONSENT)

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Tn. S
Umur : 25 tahun
Alamat : Kali Mendung Utara Bandar Negri Suoh Lampung Barat

Selaku (SUAMI/KELUARGA/KLIEN) telah mendapat penjelasan, memahami dan ikut menyetujui terhadap tindakan yang akan diberikan, Meliputi penerapan Teknik marmet (ISTRI/KELUARGA/YANG BERSANGKUTAN)
Asuhan akan diberikan oleh:

Nama : Fitri Yani
NIM : 1915401054
Tingkat/Semester : III (Tiga)/VI (Enam)

Bandar Lampung, 04 Maret 2022

Mahasiswa

Suami/Keluarga

Klien



Fitri Yani



Saparun

Menyetujui,
Pembimbing lahan



Sri Rezeki, A.Md.Keb



Sunarsih

Lampiran 5

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGKARANG
PRODI D III KEBIDANAN TANJUNGKARANG

Jl. Soekarno-Hatta No 1, Hajimena, Bandar Lampung

LEMBAR PERMINTAAN MENJADI SUBJEK (INFORMED CHOICE)

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ny. S

Umur : 25 tahun

Alamat : Kali Mendung Utara Bandar Negri Suoh Lampung Barat

Menyatakan bahwa saya bersedia menjadi pasien dalam Laporan Tugas Akhir (LTA), dimulai dari asuhan kehamilan, persalinan, nifas, dan KB.

Asuhan akan diberikan oleh:

Nama : Fitri Yani

NIM : 1915401054

Tingkat/semester : III (Tiga)/VI (Enam)

Bandar Lampung, 04 Maret 2022

Mahasiswa

Suami/Keluarga

Klien



Fitri Yani

Saparun

Sunarsi

Menyetujui,
Pembimbing lahan



Sri Rezeki, A.Md. keb

Lampiran 6

DOKUMENTASI



