

## BAB 6 PENUTUP

### 6.1 Kesimpulan

Berdasarkan tujuan studi literatur terkait pengaruh pijat oksitosin dan teknik marmet terhadap produksi ASI pada ibu postpartum, maka dapat dirumuskan kesimpulan sebagai berikut:

1. Pijat oksitosin terbukti berpengaruh terhadap peningkatan produksi dan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu postpartum. Intervensi ini bekerja dengan menstimulasi pelepasan hormon oksitosin yang berperan dalam refleksi pengeluaran ASI, serta meningkatkan rasa relaksasi dan kenyamanan ibu sehingga mendukung keberhasilan proses laktasi.
2. Teknik marmet terbukti efektif dalam meningkatkan produksi ASI melalui mekanisme pengosongan payudara secara optimal yang merangsang pelepasan hormon prolaktin dan oksitosin, yang berkontribusi secara signifikan terhadap peningkatan volume dan kelancaran ASI pada ibu postpartum.
3. Kombinasi pijat oksitosin dan teknik marmet dilaporkan dalam beberapa penelitian dapat memberikan hasil yang lebih optimal dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum. Sinergi kedua intervensi ini bekerja melalui stimulasi hormon prolaktin dan oksitosin yang saling mendukung dalam proses pembentukan dan pengeluaran ASI, sehingga memperkuat keberhasilan laktasi pada masa postpartum.

### 6.2 Implikasi dan Rekomendasi

#### 6.2.1 Implikasi

Tinjauan literatur ini memberikan implikasi terhadap pendekatan serta pelaksanaan asuhan nonfarmakologis pada ibu postpartum oleh tenaga kesehatan, khususnya bidan. Pijat oksitosin dan teknik marmet merupakan intervensi nonfarmakologis yang dapat meningkatkan produksi ASI dengan merangsang sekresi hormon oksitosin dan prolaktin. Pelaksanaan pijat ini mampu membantu ibu mengalami *let-down* reflex lebih lancar dan meningkatkan volume ASI, sehingga mendukung keberhasilan menyusui dan kesehatan bayi.

### 6.2.2 Rekomendasi

Berdasarkan kesimpulan yang telah dibuat, maka dapat diberikan beberapa saran, yaitu sebagai berikut:

1. Hasil studi literatur ini diharapkan dapat menjadi acuan untuk penelitian selanjutnya dalam mengevaluasi efektivitas pijat oksitosin dan teknik marmet, termasuk potensi variasi pelaksanaannya serta kombinasi kedua metode dalam meningkatkan produksi dan sekresi ASI pada ibu postpartum.
2. Studi literatur ini diharapkan dapat menambah informasi bagi institusi pendidikan, khususnya program kebidanan, sebagai upaya pengembangan kurikulum terkait intervensi nonfarmakologis untuk mendukung pemberian ASI, serta memberi wawasan bagi pembaca mengenai pijat oksitosin dan teknik marmet dalam meningkatkan produksi ASI.
3. Studi literatur ini diharapkan dapat dijadikan sebagai informasi tambahan bagi tenaga kesehatan, terutama bidan, dalam melakukan pendekatan dan pelayanan kepada ibu postpartum terkait teknik pijat oksitosin dan marmet sebagai metode nonfarmakologis untuk mendukung kelancaran menyusui.
4. Hasil studi literatur ini diharapkan dapat membantu meningkatkan peran serta keluarga, suami, dan orang terdekat ibu postpartum dalam memahami pentingnya intervensi nonfarmakologis seperti pijat oksitosin dan teknik marmet, sehingga mendukung keberhasilan pemberian ASI dan kenyamanan ibu selama menyusui.