

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN METODE *BOM MASSAGE* MELALUI
MEDIA LEMBAR BALIK TERHADAP PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG
METODE *BOM MASSAGE*
DI PUSKESMAS PRACIMANTORO I**

SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Persyaratan Mencapai Sarjana Kebidanan



Oleh:

Lina Waliya Anggraini

NIM AB211048

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA
SURAKARTA**

2023

PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA

Lina Waliya Anggraini

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Metode *BOM Massage* Melalui Media Lembar Balik Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Metode BOM Massage di Puskesmas Pracimantoro I

Abstrak

BOM merupakan metode meningkatkan produksi hormon prolaktin dan oksitosin melalui kombinasi *breastcare*, *oxytocin massage*, *marmet technique* sehingga produksi ASI meningkat. Pendidikan kesehatan yang perlu disampaikan pada ibu hamil adalah tentang persiapan laktasi. Kunci penting mempersiapkan ibu sehingga lebih siap memberikan ASI eksklusif pada bayinya adalah edukasi serta persiapan sejak masa antenatal. Lembar balik merupakan media untuk menyampaikan informasi dalam bentuk lembar balik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan metode BOM *massage* melalui media lembar balik terhadap pengetahuan ibu hamil di Puskesmas Pracimantoro I.

Penelitian berjenis *Quasi experimental* dengan rancangan *Nonequivalent Control Group Design* dengan populasi ibu hamil di Puskesmas Pracimantoro I dengan metode total sampling sehingga didapatkan 30 responden. Uji normalitas data dengan menggunakan uji *Saphiro willk* dan analisis data dengan uji *Wilcoxon*.

Hasil penelitian menunjukkan responden didominasi oleh ibu multipara usia 20-35 tahun yang berprofesi ibu rumah tangga dengan usia kehamilan trimester II tanpa riwayat kehamilan tertentu. Hasil analisis data dengan analisis *Wilcoxon* didapatkan nilai $p < 0,05$ yaitu 0,001 pada kelompok kontrol dan 0,017 untuk kelompok eksperimen yang menunjukkan adanya hasil yang signifikan pada penelitian ini. Untuk analisis dengan *Mann-whitney* didapatkan hasil 0.000 yang menunjukkan adanya pengaruh signifikan dari kedua kelompok.

Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat pengaruh pendidikan kesehatan metode BOM *massage* melalui media lembar balik terhadap pengetahuan ibu hamil di UPTD Puskesmas Pracimantoro I Wonogiri

Kata kunci : BOM *massage*, pendidikan, pengetahuan, lembar balik

Daftar pustaka : 56 (2012-2021)

STUDY PROGRAM OF MIDWIFE GRADUATE PROGRAM
KUSUMA HUSADA UNIVERSITY SURAKARTA
2023

Lina Waliya Anggraini

The Effect of BOM Massage Method Health Education Through Flipchart Media on Pregnant Women's Knowledge About BOM Massage Method at Pracimantoro I Health Center
Abstract

BOM is a technique to improve prolactin and oxytocin hormone production with breast care, oxytocin massage dan marmet technique combination to improve breastmilk production. Education and antenatal preparation are important keys to make pregnant women ready to give breastmilk exclusively once the baby delivered. Flipchart is a media that used to deliver information in flipchart form.

This study aim is to know the effect of BOM massage method health education through flipchart media on pregnant women's knowledge about BOM massage method at pracimantoro I health center

This research is a Quasi experimental study with Nonequivalent Control Group Design. The population are pregnant women in Pracimantoro I health center with total sampling technique and there were 30 respondents. Saphiro wilk used as the normality data test and Wilcoxon test used as analysis data test.

The result showed that the respondents were dominated with 20-35 years old housewife pregnant women in second trimester without any history of maternal problem. Analysis result for wilcoxon analyse got p value $<0,05$ with 0,001 for control group and 0,017 for experiment group which mean the research result is significant. For the Mann-whitney analyse got 0.000 for p which mean there is a difference between experiment and control group posttest result.

The conclusion of this research is there is effect of BOM massage method health education through flipchart media on pregnant women's knowledge about BOM massage method at Pracimantoro I health center.

Keywords: BOM massage, education, knowledge, flipchart

Bibliography : 56 (2012-2021)

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) adalah nutrisi terbaik bagi bayi yang memiliki kesesuaian dan komposisi gizi paling baik untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi (RISKESDAS, 2013). Menurut rekomendasi WHO (2021), pemberian ASI eksklusif diberikan pada bayi hingga usia 6 bulan. UNICEF (2013) juga merekomendasikan pemberian ASI eksklusif karena dapat mendukung kemampuan anak untuk belajar di masa depan, mencegah obesitas pada anak dan penyakit kronis di kemudian hari. Selain itu bayi dengan pemberian ASI eksklusif 6 bulan pertama memiliki kemampuan bertahan hidup 14 kali lebih baik dibandingkan dengan bayi yang tidak mendapatkan ASI eksklusif (UNICEF, 2013).

Di Indonesia angka kecenderungan melakukan Inisiasi Menyusui Dini (IMD) pada tahun 2018 mencapai 58,2% dengan proporsi dilakukan kurang dari 1 jam pertama sebanyak 84,1%. Sementara proporsi pemberian ASI saja dalam 24 jam terakhir bayi berumur 0-5 bulan pada tahun 2018 adalah 74,5%. Di kabupaten Wonogiri cakupan pemberian ASI pada

tahun 2020 sebanyak 2.691 (49,3%) dari 5.461 bayi (Profil Kesehatan Kabupaten Wonogiri 2020, 2021).

Faktor maternal yang berpengaruh pada pemberian ASI di hari pertama kelahiran bayi adalah produksi ASI. Produksi ASI yang sedikit maupun tidak keluar sama sekali menyebabkan ibu gagal menyusui pada hari pertama kelahiran. Menurut RISKESDAS (2018) pada tahun 2018 tidak keluarnya ASI merupakan alasan terbanyak mengapa anak usia 0-23 bulan di Indonesia belum/tidak pernah disusui. Motivasi dan persiapan menyusui harus dimulai sejak masa antenatal. Kemauan, pengetahuan, kecerdasan dan kepercayaan diri ibu merupakan hal yang penting dalam menentukan kesuksesan menyusui (Damse et al, 2014).

Perawatan payudara (*Breastcare*), frekuensi menyusui, keadaan psikologi serta kesehatan maternal dan kontrasepsi dapat mempengaruhi proses laktasi dan produksi ASI. Selain itu berkurangnya pengeluaran hormon prolaktin dan oksitosin juga dapat mempengaruhi produksi ASI. Salah satu cara untuk meningkatkan produksi ASI adalah dengan meningkatkan produksi kedua hormon ini yang dapat dilakukan dengan

cara perawatan payudara, pemijatan oksitosin, pembersihan puting payudara serta inisiasi menyusui dini dan metode marmet (Azriani dan Handayani, 2016).

BOM (*Breastcare, Oxytocin Massage and Marmet Technique*) merupakan salah satu cara untuk meningkatkan produksi hormon prolaktin dan oksitosin melalui kombinasi antara *breastcare* (pemijatan payudara), *oxytocin massage* (pijatan atau rangsangan pada tulang belakang) dan *marmet technique* (kombinasi antara memerah ASI dan memijat payudara) sehingga produksi ASI meningkat. Teknik memerah ASI dapat memicu kekosongan ASI sehingga hormon prolaktin terangsang untuk memproduksi lebih banyak ASI sementara peningkatan hormon oksitosin terangsang melalui pijatan otot buah dada dan kelenjar payudara (Muliani, 2014). Dalam penelitian oleh Umarianti et al (2018) yang dilakukan pada 30 orang ibu nifas menunjukkan bahwa metode *BOM Massage* sangat efektif terhadap produksi ASI. Sementara pada penelitian oleh Damse et al (2014) tentang efek stimulasi payudara pada masa antenatal terhadap produksi ASI menunjukkan hasil korelasi positif. Menurut Switaningtyas et al,

2017) seorang ibu hamil yang tidak melakukan perawatan payudara dengan baik banyak dijumpai kasus setelah melahirkan seperti ASI tidak keluar, putting susu tidak menonjol, produksi ASI sedikit, infeksi payudara hingga benjolan di payudara.

Pendidikan kesehatan untuk ibu hamil adalah tanggungjawab pemberi asuhan kesehatan. Salah satu pendidikan kesehatan yang perlu disampaikan pada ibu hamil adalah tentang persiapan laktasi (Kemenkes, 2014). Kunci penting dalam mempersiapkan ibu sehingga ibu dapat lebih siap untuk memberikan ASI eksklusif pada bayinya adalah edukasi serta persiapan sejak masa antenatal (Rinata and Syahilda Hamdi, 2016)

Media merupakan faktor yang mempengaruhi keberhasilan pendidikan kesehatan dengan membantu meningkatkan pemahaman seseorang terhadap informasi yang disampaikan (Irawati et al, 2019). *Flip chart* (lembar balik) merupakan media yang digunakan untuk menyampaikan pesan maupun informasi dalam bentuk lembar balik. Biasanya media ini berbentuk seperti buku yang setiap lembarnya berisi gambar peraga kemudian dibaliknya berisi informasi yang berkaitan dengan

gambar tersebut. Prinsip media promosi ini adalah kesederhanaan, keterpaduan, penekanan, keseimbangan bentuk, ruang serta warna. Lembar balik dipilih karena merupakan media yang mudah dipahami, desain yang sederhana, mudah dibawa kemana saja serta biaya pembuatan relatif murah (Notoatmodjo, 2014). Penelitian oleh Maulida (2017) tentang “Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Lembar Balik terhadap Perilaku Pemberian ASI pada Ibu Post Partum” menunjukkan hasil yang signifikan dengan nilai $p = 0,00$. Penguatan informasi yang diberikan pada ibu hamil melalui pendidikan kesehatan berdampak pada perilaku pemberian ASI ibu postpartum.

Peneliti melakukan studi pendahuluan dengan metode wawancara kepada 10 ibu hamil dengan hasil didapatkan 9% ibu hamil di Puskesmas Pracimantoro I belum mengetahui tentang metode *BOM Massage* dan 1% lainnya sudah tahu. Selain itu ibu hamil juga merasa bingung tentang cara menyusui bayinya nanti, memiliki kekhawatiran tentang kelancaran ASI dan memiliki keinginan untuk memberikan ASI eksklusif pada anaknya.

Berdasarkan latar belakang diatas dapat disimpulkan bahwa metode *BOM Massage* sangat penting untuk membantu kelancaran ASI ibu hamil setelah melahirkan. Dengan demikian, perlu adanya pendidikan kesehatan tentang metode *BOM Massage* kepada ibu hamil untuk menyambut kelahiran bayinya sehingga ibu siap memberikan ASI segera setelah melahirkan.

METODOLOGI PENELITIAN

Pada penelitian ini, jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian *Quasi experimental* dengan rancangan *Nonequivalent Control Group Design*. Penelitian dilakukan dengan perlakuan berupa pendidikan kesehatan metode BOM massage kepada ibu hamil di Puskesmas Pracimantoro I. Pengambilan data dilakukan sebanyak dua kali sebelum dilakukan perlakuan (*pretest*) dan setelah perlakuan (*posttest*) pada 2 kelompok subjek. Kelompok dengan perlakuan pendidikan metode BOM dengan media lembar balik sebagai kelompok eksperimen dan kelompok dengan buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) sebagai kelompok kontrol. Kuesioner diberikan sebelum pemberian

materi pendidikan kesehatan metode *BOM massage* kemudian akan dilakukan *posttest* untuk mengukur peningkatan pengetahuan subjek penelitian (Notoatmodjo, 2018)

PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

No	Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
1	Usia		
	Usia <20 tahun	0	0
	Usia 20-35 tahun	27	90,0
	Usia >35 tahun	3	10,0
	Total	30	100
2	Pekerjaan		
	Ibu rumah tangga	27	90,0
	Wirasaha	1	3,3
	Pengajar	1	3,3
	Kaur Desa	1	3,3
	Total	30	100
3	Riwayat pendidikan		
	SD	0	0
	SMP/ sederajat	19	63,3
	SMA/sederajat	8	26,7
	Diploma/Sarjana	3	10,0
Total	30	100	

Tabel 4.1

Menurut tabel 4.1, karakteristik sampel berdasarkan usia dalam penelitian ini menunjukkan bahwa 90,0% sampel merupakan ibu hamil usia 20-35 tahun. Rentang usia ini adalah usia yang aman untuk seorang wanita mengalami kehamilan dan

persalinan serta merupakan usia reproduktif sehat.

Menurut penelitian, perempuan dibawah usia 20 tahun memiliki risiko sebanyak 2 hingga 5 kali lebih tinggi mengalami kematian maternal dibandingkan dengan perempuan usia 20 hingga 29 tahun (Prawirohardjo, 2012). Usia merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang. Menurut Budiman dan Riyanto (2013) usia akan mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang sehingga akan berdampak pada pengetahuan yang dimilikinya. Menurut Langapa et al (2015) ibu hamil pada usia yang tidak berisiko (20-35 tahun) memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang kehamilannya dibandingkan dengan ibu dengan usia berisiko. Pada usia ini ibu hamil akan lebih mudah menerima dan menyerap informasi yang didapatkannya sehingga pengetahuan akan meningkat (Damanik, 2015). Sementara menurut Wulandari (2014) meningkatnya umur akan memungkinkan seseorang memiliki pengalaman yang lebih banyak sehingga meningkatkan pengetahuan seseorang.

Tabel 4.1 juga menunjukkan karakteristik data penelitian berdasarkan pekerjaan responden. Karakteristik data berdasarkan riwayat pendidikan tersedia pada tabel 4.1 yang menunjukkan dominasi

pendidikan responden adalah tamatan SMP (63,3%) disusul dengan tamatan SMA (26,7%) dan sisanya adalah tamatan sarjana (10%). Pendidikan memiliki kaitan erat dengan pengetahuan seseorang. Semakin luas pendidikan seseorang maka semakin luas pula pengetahuannya (Budiman dan Riyanto, 2013). Pada penelitian ini pendidikan responden didominasi oleh pendidikan dengan tingkatan yang tidak terlalu tinggi. Hal ini sejalan dengan nilai pretest responden yang hasilnya termasuk kategori kurang. Namun, hal ini tidak sejalan dengan hasil penelitian yang signifikan terdapat peningkatan pendidikan responden setelah dilakukan pendidikan. Hal ini dapat terjadi karena adanya faktor-faktor lain yang mempengaruhi pengetahuan. Selain itu, pendidikan tidak hanya diperoleh melalui jalur formal namun dapat melalui jalur non formal (Budianto dan Riyanto, 2013).

No	Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
1	Paritas		
	Primipara	12	40,0
	Multipara	18	60,0
	Total	30	100
2	Riwayat kehamilan (abortus, prematu, dll)		
	Dengan riwayat (Risiko tinggi usia, anemia)	5	16,7
	Tanpa riwayat	25	83,3
	Total	30	100
3	Usia kehamilan		
	Trimester I (<14 minggu)	2	6,6
	Trimester II (14-27 minggu)	14	46,7
	Trimester III (28-40 minggu)	14	46,7
	Total	30	100

Tabel 4.2

Tabel 4.2 menggambarkan distribusi sampel berdasarkan profil kehamilan. Status paritas pada penelitian ini didominasi oleh ibu hamil dengan status paritas multipara dengan jumlah 18 responden (60%) sementara sisanya yaitu 12 responden (40,0%) merupakan primipara. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Poncowati (2016) yang menyatakan bahwa ibu dengan pengalaman hamil cenderung memiliki pengetahuan tentang kehamilan yang lebih luas. Namun, ibu dengan pengalaman hamil

sebelumnya juga sering merasa lebih paham tentang kehamilan sehingga lebih sering menolak untuk mendapatkan informasi baru dan berisiko memiliki pengetahuan lebih rendah.

Menurut Aisyah et al (2018) pengetahuan yang tinggi pada ibu hamil tidak hanya karena memiliki pengalaman kehamilan namun juga karena kemudahan memperoleh informasi kesehatan. Gambaran distribusi riwayat kehamilan berupa riwayat risiko tinggi usia, anemia, dan jarak kehamilan < 2 tahun pada penelitian tersaji pada tabel 4.2. Sampel didominasi oleh ibu tanpa riwayat kehamilan tertentu dengan jumlah 25 responden (83,3%). Sementara, data distribusi usia kehamilan pada penelitian ini tersaji pada tabel 4.2 yang menunjukkan bahwa responden pada penelitian ini didominasi oleh ibu usia kehamilan trimester II (46,7%) dan trimester III (46,7%). Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya oleh Komariyah dan Abdullah (2020) mendapatkan hasil adanya peningkatan pengetahuan ibu hamil trimester II dan III setelah dilakukan penyuluhan.

2. Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Pemberian Intervensi

Untuk mengetahui signifikansi perubahan pengetahuan responden sebelum dan sesudah intervensi dilakukan analisis data dengan menggunakan uji Wilcoxon. Dalam penelitian ini didapatkan hasil asymp sig uji wilcoxon untuk kelompok eksperimen adalah 0,001. Hasil analisis data dengan nilai $p < 0,05$ menunjukkan hasil yang signifikan. Hasil ini menunjukkan adanya kemaknaan dalam penelitian ini. Hasil ini juga menunjukkan adanya pengaruh pendidikan kesehatan metode *BOM massage* melalui media lembar balik terhadap pengetahuan ibu hamil di UPTD Puskesmas Pracimantoro I .

Pengetahuan ibu hamil tentang metode *BOM Massage* sebelum diberikan pendidikan kesehatan metode *BOM Massage* melalui media lembar balik di Puskesmas Pracimantoro I berdasarkan hasil penelitian ini adalah 100% responden kelompok eksperimen termasuk kategori kurang. Sementara untuk kelompok kontrol juga demikian. Hal ini menunjukkan kurangnya pengetahuan responden tentang pengetahuan *BOM massage*.

Sementara pengetahuan ibu hamil tentang metode *BOM Massage* sesudah diberikan pendidikan kesehatan metode *BOM Massage* melalui media lembar balik adalah 100% responden kelompok eksperimen mendapat hasil kategori baik.

Sementara untuk kelompok kontrol 100% responden berada pada kategori kurang. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan ibu hamil tentang BOM massage setelah dilakukan pendidikan kesehatan melalui media lembar baik adalah baik.

3. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Metode BOM Massage Pada Kedua Kelompok Tidak Berpasangan

Untuk menganalisis pengaruh pendidikan kesehatan metode BOM massage pada kedua kelompok tidak berpasangan dilakukan uji *Man-whitney*. Pada penelitian ini didapatkan hasil uji *Man-whitney* adalah 0,000. Nilai $Asymp < 0,05$ yang menunjukkan terdapat tingkat kemaknaan perlakuan antara dua kelompok, dimana metode lembar balik lebih baik dibandingkan dengan buku KIA

Terdapat beberapa penelitian sebelumnya sejalan dengan hasil penelitian ini. Dalam penelitian oleh Maulida (2017) tentang “Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Lembar Balik terhadap Perilaku Pemberian ASI pada Ibu Post Partum” menunjukkan hasil yang signifikan dengan nilai $p = 0,00$. Penguatan informasi yang diberikan pada ibu hamil melalui pendidikan kesehatan berdampak pada perilaku pemberian ASI ibu postpartum. Dalam

penelitian lain oleh Putri (2019) tentang pengaruh media lembar balik terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang ASI eksklusif di Puskesmas Tuban menunjukkan hasil yang signifikan yang menunjukkan adanya pengaruh penyuluhan media lembar balik terhadap pengetahuan ibu.

Flip chart (lembar balik) merupakan media yang digunakan untuk menyampaikan pesan maupun informasi dalam bentuk lembar balik. Biasanya media ini berbentuk seperti buku yang setiap lembarnya berisi gambar peraga kemudian dibaliknya berisi informasi yang berkaitan dengan gambar tersebut. Prinsip media promosi ini adalah kesederhanaan, keterpaduan, penekanan, keseimbangan bentuk, ruang serta warna. Lembar balik dipilih karena merupakan media yang mudah dipahami, desain yang sederhana, mudah dibawa kemana saja serta biaya pembuatan relatif murah (Notoatmodjo, 2014). Pengetahuan adalah komponen yang dapat menentukan faktor predisposisi yang mempengaruhi perilaku kesehatan. Seorang ibu hamil yang memiliki pengetahuan lebih tentang kehamilannya memiliki pemikiran tentang kehamilannya tentang bagaimana

mencegah, menghindari dan mengatasi masalah dalam kehamilannya sehingga apabila terdapat masalah akan segera tertangani (Arikunto dalam Rangkuti dan Harahap, 2020). Kurangnya paparan informasi yang diterima ibu hamil dapat menyebabkan kurangnya pengetahuan yang dimilikinya (Bayrampur et al, 2017).

Pada penelitian ini dapat dibandingkan antara kelompok kontrol yang mendapatkan informasi dari buku KIA dengan kelompok eksperimen yang diberikan pendidikan melalui media lembar balik. Hasilnya didapatkan peningkatan pengetahuan yang signifikan pada kelompok eksperimen yang menunjukkan keefektifan media ini dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil.

SIMPULAN DAN SARAN

Dari penelitian ini, kesimpulan yang dapat ditarik oleh peneliti adalah sebagai berikut :

- a. Karakteristik ibu hamil pada penelitian ini adalah ibu hamil multipara dengan usia 20-35 tahun yang berprofesi sebagai ibu rumah tangga dengan usia kehamilan trimester II tanpa

riwayat kehamilan tertentu dengan kategori pengetahuan kurang sebelum dilakukan pendidikan.

- b. Terdapat perbedaan pengetahuan ibu hamil tentang metode *BOM Massage* sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan metode *BOM Massage* melalui media lembar balik di Puskesmas Pracimantoro I pada masing-masing kelompok.
- c. Terdapat pengaruh pendidikan kesehatan metode *BOM Massage* melalui media lembar balik terhadap pengetahuan ibu hamil tentang metode *BOM Massage* di Puskesmas Pracimantoro I melalui media lembar balik dapat meningkatkan pengetahuan ibu.

Saran

Saran yang dapat diberikan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Penelitian selanjutnya dapat menjadi wawasan serta inovasi bagi pelayanan kebidanan baik di puskesmas maupun tingkat pelayanan lain tentang pendidikan kesehatan metode *BOM Massage* pada ibu hamil.

- b. Hasil penelitian ini dapat menjadi sumber informasi baru bagi ibu hamil tentang metode *BOM Massage* sehingga ibu siap menyusui segera setelah melahirkan.
- c. Hasil penelitian ini dapat menjadi wawasan tambahan bagi peneliti dan peneliti lain tentang pendidikan kesehatan tentang metode laktasi terutama metode *BOM Massage* untuk ibu hamil.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, R. D., Suparni, S., & Fitriyani, F. (2018). The 8th University Research Colloquium 2018 Universitas Muhammadiyah Purwokerto Edukasi Dalam Paket Caring Terhadap Pengetahuan Tentang Education In Caring Package On Knowledge About Anxiety Of The 8th University Research Colloquium 2018 Universitas Muh. Univercity Research Colloquium, 346–349.
- Alex, A., Bhandary, E., & McGuire, K. P. (2020). Anatomy and Physiology of the Breast during Pregnancy and Lactation. *Diseases of the Breast During Pregnancy and Lactation*, 3–7. doi:10.1007/978-3-030-41596-9_1
- Andayani. (2015). *Problematika dan Aksioma: dalam Metodologi Pembelajaran Bahasa Indonesia*. Yogyakarta: Deepublish
- Azriani, D, Handayani, S. (2016). The Effect of Oxytocin Massage on Breast Milk Production. *Dama International Journal of Researchers (DIJR)*, 1(8), 47-50
- Budiman, dan Riyanto A. (2013). *Kapita Selekta Kuesioner Pengetahuan dan Sikap dalam Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Damanik, F. (2015). Tingkat Pengetahuan Ibu Primigravida Tentang Tanda Bahaya Kehamilan Sebelum dan Sesudah Penyuluhan di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari. *Jom FK*, 2(2), 1–13
- Damse JR, Wadate AA, Wankhede U. (2014). Effect of Antenatal Stimulation of Breast and Breast Milk Outcomes : Cross Sectional Study. *Indian Journal of Basic and Applied Medical Research*, 3(3), 187-192
- Departemen Kesehatan (DEPKES) Gizi. (2013). *Pekan Asi Sedunia 2013*. Diakses pada tanggal 28 Juni 2022 di <http://www.gizikia.depkes.go.id/archives/8659>.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Wonogiri. (2021). *Profil Kesehatan Kabupaten Wonogiri Tahun 2020*. Wonogiri : Dinas Kesehatan Kabupaten Wonogiri.
- Donsu, JDT. (2017). *Psikologi Keperawatan*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press

- Fatmawati.(2013) Perubahan Pengetahuan Tentang Potensi Bahaya Larutan Penggumpal dan Pencegah Dermatitis Dengan Intervensi Penyuluhan Antara Media Lembar Balik dengan Media Leaflet Pada Pekerja Pabrik Tahu di Kecamatan Ciputat Timur Tahun 2013. Skripsi. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatulah. Jakarta.
- Hu H, Pasca I. Management of Complex Cardiac Issues in the Pregnant Patient. *Crit Care Clin.* 2016 Jan;32(1):97-107.
- Induniasih, Ratna W. (2018). Promosi Kesehatan. Bantul: PUSTAKA BARU PRESS.
- Irawati H., Kartini A., Nugraheni SA. Pengaruh Lembar Balik terhadap Pengetahuan dan Sikap Kesehatan Reproduksi Calon Pengantin terkait Pencegahan Risiko Kehamilan di Kabupaten Pemalang. *Jurnal Manajemen Kesehatan Indonesia.* 2019; 7(2): 124-131
- Kemenkes RI. (2013). Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan R.I .(2014). Pedoman Pelaksanaan Kelas Ibu Hamil. Jakarta: Kemenkes RI
- Kuncoro IA, Hidayati YM (2021). Learning Videos Increase Students' Cognitive Learning Outcomes on Animal Life Cycle Materials. *Jurnal Ilmiah Sekolah Dasar.* 5(2) : pp. 299-306
- Langapa et al. (2015). Hubungan Karakteristik Ibu Hamil Dengan Pengetahuan. *E-Journal Keperawatan,* 2(2).
- Lestari T. (2015). Kumpulan Teori Untuk Kajian Pustaka Penelitian Kesehatan. Yogyakarta: Nuha Medika.
- LoMauro A, Aliverti A.(2015) Respiratory Physiology of Pregnancy: Physiology Masterclass , 11(4): 297-301. doi: 10.1183/20734735.008615
- Machfoedz, I & Suryani, E. (2013). Pendidikan Kesehatan Bagian Dari Promosi Kesehatan. F Tranaya : Yogyakarta.
- Maulida, Luluk Fajria. Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Lembar Balik Terhadap Perilaku Pemberian Asi pada Ibu Post Partum. *Jurnal Kebidanan Midwiferia, [S.l.], v. 3, n. 2, p. 40-56, oct. 2017. ISSN 2548-2246* Diakses pada 16 Juli 2022 di <<http://ojs.umsida.ac.id/index.php/midwiferia/article/view/1522>>.
- Muliani, Resty Himma. (2014). Perbedaan produksi ASI Sebelum dan Sesudah Dilakukan Kombinasi Metode Massase Depan (Breastcare) dan Massase Belakang (Pijat Oksitosin) pada Ibu Menyusui 0-3 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Kesamiran Kabupaten Tegal. Tegal.
- Myers KM, Elad D. Biomechanics of the human uterus. *Wiley Interdiscip Rev Syst Biol Med.* 2017 Sep;9(5)

- Németh, J., & Long, J. G. (2012). Assessing learning outcomes in US planning studio courses. *Journal of Planning Education and Research*, 32(4), 476–490.
<https://doi.org/10.1177/0739456X12453740>
- Notoatmodjo S. (2012). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo S. (2014) . Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Notoatmodjo S. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan Jakarta: Rineka Cipta
- Nugroho DT, Nurrezki, Warnaliza D, Wilis. (2017). Buku Ajar I Askeb I Kehamilan. Yogyakarta: Nuha Medika
- Pakpahan M, Siregar D, Susilawaty A, Tasnim, dkk (2021). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Penerbit Yayasan Kita Menulis
- Pascual ZN, Langaker MD. (2022). Physiology, Pregnancy. Diakses pada 26 Juli 2022 di StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK559304/>
- Pillay PS, Catherine NP, Tolppanen H, Mebazaa A,. (2016). Physiological Changes In Pregnancy. *Cardiovasc J Afr*, 27(2): 89–94. doi: 10.5830/CVJA-2016-021
- Poncowati, N. R. (2016). Hubungan Antara Pengetahuan dan Sikap Ibu Primigravida Tentang Antenatal Care Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan Di Rumah Bersalin Kartini Kecamatan Mojolaban Kabupaten Sukoharjo. *Jurnal Keperawatan Intan Husada*, 3(1), 61–75
- Pratiwi, D E.(2013) Penerapan Media papan Lembar Balik (Flip Chart) Pada Pembelajaran Tematik Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Sekolah Dasar. Skripsi, Universitas Negeri Surabaya, Surabaya
- Putri, A. W., Wibhawa, B., & Gutama, A. S. (2015). Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia (Pengetahuan, Dan Keterbukaan Masyarakat Terhadap Gangguan Kesehatan Mental). *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 252–258.
<https://doi.org/10.24198/jppm.v2i2.13535>
- Putri, NA . (2019). Pengaruh Penyuluhan Dengan Media Lembar Balik (Flip Chart) terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil Tentang ASI Eksklusif di Puskesmas Tuban Kabupaten Tuban. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Rakhman, K. A., Saraha, A. R., & Sugrah, N. (2017). Pengembangan Video Penggunaan Alat Gelas Laboratorium Kimia Di Universitas. *Jurnal Inovasi Pendidikan IPA*, 3(2), 161. <https://doi.org/10.21831/jipi.v3i2.15667>
- Rinata, E. and Syahilda Hamdi, H. P. (2016) ‘Persiapan Asi Eksklusif Ibu

- Hamil Di Rb Eva Candi Sidoarjo', *Midwifery*, 1(2), p. 125. doi: 10.21070/mid.v1i2.356.Riskesdas . (2018). Hasil Utama Riskesdas 2018. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI.
- Sarwono. (2010). *Ilmu Kebidanan*. Penerbit Sarwono : Jakarta
- Saurabh A (2019) Effect of Media on Human Behaviour. *The International Journal of Indian Psychology*. 7(3) : 2349-3429(p). DOI : 10.25215/0703.058
- Shiu RP (1980) The prolactin target cell and receptor dalam Alex, A., Bhandary, E., & McGuire, K. P. (2020). *Anatomy and Physiology of the Breast during Pregnancy and Lactation*. *Diseases of the Breast During Pregnancy and Lactation*, 3–7. doi:10.1007/978-3-030-41596-9_1
- Soma-Pillay P, Nelson-Piercy C, Tolppanen H, Mebazaa A. Physiological changes in pregnancy. *Cardiovasc J Afr*. 2016 Mar-Apr;27(2):89-94.
- Subaris, H. (2016). *Promosi kesehatan, pemberdayaan masyarakat, dan Modal Sosial*. Yogyakarta. Nuha Medika.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- Susanto D.(2015). Hubungan Status Pekerjaan Ibu dan Pengetahuan Ibu Mengenai MPAsi terhadap Status Gizi Batita di Posyandu Sukowidodo 1, 2, dan 3 Desa Ngargorejo, Boyolali. Universitas Muhammadiyah Surakarta. Diakses pada 9 Juli 2022 di <https://eprints.ums.ac.id>
- Susanto AV, Fitriana Y. (2019). *Asuhan pada Kehamilan*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press
- Susanti, L (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Metode Lembar Balik Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan. *Jurnal Delima Harapan* : 1-7
- Switaningtyas, W., Harianto, T. and W, R. C. A. (2017) „Hubungan Perawatan Payudara Antenatal Dengan Percepatan Sekresi Kolostrum Pada Ibu Post Partum Di RSIA MW Malang“, *Journal Nursing News*.
- Umarianti T, Listyaningsih KD, Putriningrum R (2018). The Effectiveness of the BOM Massage Method on Breast Milk Production. Diakses pada 6 Juli 2022 di [http://jurnal.ukh.ac.id/index.php/JK/article/view/269.9\(1\)](http://jurnal.ukh.ac.id/index.php/JK/article/view/269.9(1)).
- Umarianti T., Putriningrum R., Prasetyoningsih A., dan Prasetyo B. (2021). Husband Support on BOM Massage Practice and Reducing Fatigue in Post Partum Mothers. *Journal of Maternal and Child Health*, 06(05): 533-538.
- UNICEF Indonesia. (2013). ASI adalah Penyelamat Hidup Paling Murah dan Efektif di Dunia. Diakses pada tanggal 28 Juni 2022 di http://www.unicef.org/indonesia/id/media_21270.html.

Wahyuni et al. (2013). Pengaruh Back Massage terhadap Kualitas Tidur pada Ibu Hamil Trisemester III. INSAV, 9(3)

Wawan A, Dewi M. (2011). Teori & Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia Dilengkapi Contoh Kuesioner. Yogyakarta: Nuha

WHO (2021) Infant And Young Child Feeding. Diakses pada 25 Juni 2022. Available at : <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding>

Wijayanti A.(2016). Hubungan Pengetahuan tentang Kesehatan Reproduksi dengan Sikap terhadap Kehamilan pada Usia Remaja pada Siswa Kelas XI di SMA N 1 Karangmojo Gunung Kidul.

Wulandari, R. (2014). Hubungan Tingkat Pendidikan Ibu Hamil Dengan Pengetahuan Tanda Bahaya Kehamilan Pada Trimester III Di RB Harapan Bunda Surakarta.