EFEKTIVITAS METODE *BOM MASSAGE* TERHADAP KELANCARAN ASI PADA IBU NIFAS *PRIMIGRAVIDA POST SC* DI RSUD KARANGANYAR

[1)]Bety Nurchayati Kusumaningtyas, [2)] Tresia Umarianti, [3)]Ajeng Maharani Pratiwi

[1)] Mahasiswa Program Studi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kusuma Husada Surakarta

[2,3)] Dosen Program Studi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kusuma Husada Surakarta

Jl. Jaya Wijaya No. 11 Banjarsari – Surakarta 57136

No. Telp / Fax. (0271) 857724

Email : betyzahrazavier@gmail.com , t27a.umarianti@ukh.ac.id , maharani@ukh.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang : Kelancaran produksi ASI dipengaruhi oleh banyak faktor seperti, frekuensi pemberian ASI, berat bayi saat lahir, usia kehamilan saat bayi lahir, usia ibu dan paritas, stress dan penyakit akut, inisiasi menyusui dini (IMD), perokok, konsumsi alkohol, perawatan payudara, penggunaan alat kontrasepsi dan status gizi. Selain beberapa faktor tersebut, hormon oksitosin juga mempengaruhi terhadap produksi ASI. Salah satu cara non farmakologi untuk merangsang hormon oksitosin adalah dengan melakukan Metode BOM (Breastcare, Oxytocin Massage, and Marmet Technique).

Metode : Penelitian ini menggunakan Quasi Eksperiment dengan rancangan Pretest-Posttest Control Group design. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen semu (quasi experiment design) yang dipandang sebagai eksperimen yang tidak sebenarnya Populasi penelitian ini yaitu ibu nifas primigravida post SC di Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Karanganyar pada Bulan Juni 2023. Sampel penelitian ini Cara pengambilan sampel dengan rumus slovin dengan jumlah 50 ibu nifas primigravida post SC.

Hasil Penelitian : Kelancaran ASI pada ibu nifas primigravida post SC sebelum dilakukan metode BOM Massage Sebagian besar ASI ibu Tidak Lancar, yaitu sebanyak 19 orang atau sebesar 76% dari total responden yang diteliti, dan setelah BOM Massage sebagian besar ASI ibu lancar (96%). Kelompok eksperimen efektivitas metode BOM massage didapatkan hasil t-test sebesar 7.856, sedangkan untuk kelompok kontrol efektivitas metode pijat oksitosin didapatkan hasil t-test sebesar 4.707.

Kesimpulan : Metode BOM massage lebih efektif dibandingkan metode pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas primigravida post SC di RSUD Kabupaten Karanganyar didapatkan paired t-test thitung > ttabel (3,055 > 2,064) atau p 0,005 < 0,05.

Kata Kunci : *BOM Massage, Nifas, Primigravida*

ABSTRACT

Background: The smooth production of breast milk is influenced by many factors such as frequency of breastfeeding, baby's weight at birth, gestational age at birth, mother's age and parity, stress and acute illness, early initiation of breastfeeding (IMD), smoking, alcohol consumption, breast care, use contraceptives and nutritional status. Apart from these factors, the hormone oxytocin also affects milk production. One of the non-pharmacological ways to stimulate the hormone oxytocin is by using the BOM (Breastcare, Oxytocin Massage, and Marmet Technique) Method (Umarianti et al, 2018).
Methods: This study used a Quasi Experiment with a Pretest-Posttest Control Group design. This research is a quasi-experimental research (quasi-experimental design) which is seen as an experiment that is not real. The population of this study was primigravida post SC postpartum mothers at the Karanganyar Regency General Hospital in June 2023. The sample of this study was the sampling method using the slovin formula with a total of 50 primigravida post SC postpartum mothers.
Research Results: BOM Massage Most of the mother's milk is not smooth, namely as many as 19 people or by 76% after the BOM Massage, most of the mother's milk is smooth (96%). The smoothness of breastfeeding in post-SC primigravida postpartum mothers before the BOM Massage method was carried out. Most of the mothers' ASI was not smooth, 19 people or 76% after BOM Massage, most of the mothers' ASI was smooth (96%). The experimental group for the effectiveness of the BOM massage method obtained t-test results of 7,856, while for the control group the effectiveness of the oxytocin massage method obtained t-test results of 4,707.
Conclusion: It can be concluded that the BOM massage method is more effective than the oxytocin massage method for the smoothness of breastfeeding in primigravida post SC postpartum mothers at Karanganyar District Hospital, obtained paired t-test tcount > ttable (3.055 > 2.064) or p 0.005 <0.05

Keywords: BOM Massage, Smooth Breastfeeding, *Primigravida*

PENDAHULUAN

Nifas adalah masa sesudah persalinan terhitung dari saat selesai persalinan sampai pulihnya kembali alat kandungan ke keadaan sebelum hamil dan lamanya post partum kurang lebih 6 minggu. Setelah melahirkan atau sering disebut masa nifas, ibu akan mengalami beberapa perubahan, salah satunya perubahan pada payudara. Payudara pada ibu nifas akan menjadi lebih besar, keras dan menghitam di sekitar puting, beberapa hal tersebut merupakan tanda dimulainya proses menyusui (Departemen Kesehatan RI, 2014).

ASI merupakan makanan pertama, utama, dan terbaik bagi bayi. ASI eksklusif adalah pemberian hanya ASI saja tanpa memberikan makanan dan minuman lain kepada bayi sejak lahir sampai berumur 6 bulan kecuali obat dan vitamin. Namun bukan berarti setelah pemberian ASI eksklusif proses menyusui berhenti, akan tetapi tetap diberikan kepada bayi sampai bayi berusia 2 tahun (World Health Organization, 2021).

Berdasarkan profil kesehatan Provinsi Jawa Tengah tahun 2016, persentase bayi yang mendapat ASI eksklusif sebesar 54,22% terjadi penurunan dari tahun 2015 sebesar 61,6%. Sebanyak 33 kabupaten dari 36 kabupaten di Provinsi Jawa Tengah, persentase pemberian ASI eksklusif masih di bawah target nasional (80%), termasuk Kabupaten Karanganyar sebesar 23,20% yang menduduki peringkat ke 4 dengan persentase pemberian ASI eksklusif terendah.

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Karanganyar tahun 2020 cakupan bayi yang diberi ASI eksklusif usia 0-6 bulan terendah dengan target 80% (2.873 bayi) adalah Puskesmas Kecamatan Karanganyar. Persentase bayi dengan pemberian ASI eksklusif sebesar 36,5% (346 bayi yang mendapatkan ASI eksklusif dari total jumlah bayi laki-laki dan perempuan 947) masih dibawah target 80% . Terjadi penurunan dibandingkan pada tahun 2018 sebesar 48,7% (397 bayi yang mendapatkan ASI eksklusif dari total jumlah bayi laki-laki dan perempuan 815).

Kelancaran produksi ASI dipengaruhi oleh banyak faktor seperti, frekuensi pemberian ASI, berat bayi saat lahir, usia kehamilan saat bayi lahir, usia ibu dan paritas, stress dan penyakit akut, inisiasi menyusui dini (IMD), perokok, konsumsi alkohol, perawatan payudara, penggunaan alat kontrasepsi dan status gizi. Selain beberapa faktor tersebut, hormon oksitosin juga mempengaruhi terhadap produksi ASI. Salah satu cara non farmakologi untuk merangsang hormon oksitosin adalah dengan melakukan Metode BOM (*Breastcare, Oxytocin Massage, and Marmet Technique*) (Umarianti dkk, 2018).

Metode *BOM massage* merupakan salah satu cara efektif untuk membantu meningkatkan produksi dan pengeluaran ASI melalui breastcare (pemijatan payudara), oxytocin massage (pijatan atau rangsangan pada tulang belakang) dan marmet technique (kombinasi antara memerah ASI dan memijat payudara). BOM *massage* merupakan penggabungan tiga metode yaitu pemijatan pada lewat pemberian rangsang pada otot buah dada, punggung untuk memberi rangsangan pada kelenjar payudara agar memproduksi ASI dan memicu peningkatan oksitosin untuk pengeluaran ASI, selain itu dengan teknik memerah ASI yang bertujuan untuk mengosongkan ASI sehingga akan merangsang pengeluaran hormon prolaktin untuk memproduksi ASI (Umarianti dkk, 2018).

Hasil studi pendahuluan pada bulan September tahun 2022 di Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Karanganyar dari data Rekam Medis pasien jumlah ibu nifas di RSUD Kabupaten Karanganyar Peneliti melakukan wawancara kepada 10 ibu nifas post SC primigravida, 9 diantaranya ASI nya belum lancar dan belum mengetahui cara melakukan teknik BOM massage untuk meningkatkan produksi ASI.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis merasa tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Efektifitas Metode *BOM Massage* terhadap kelancaran ASI pada ibu Nifas *primigravida Post SC* di Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Karanganyar".

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian ini merupakan penelitian *Quasi Eksperimen* menggunakan rancangan dengan designnya *Non equivalent Control Group Design.* Penelitian ini dilaksanakan dengan dengan perlakuan berupa Intervensi melakukan BOM massage. Pengambilan data dilakukan sebanyak dua kali sebelum dilakukan perlakuan (*pretest*) dan setelah perlakuan (*postest*) pada 2 kelompok subjek. Kelompok dengan perlakuan metode *BOM massage* sebagai kelompok eksperimen dan kelompok dengan pijat *Oxytocin* sebagai kelompok kontrol (Sugiyono, 2018)

Populasi dalam penelitian ini adalah Ibu Nifas *primigravida post SC* di RSUD Karanganyar sebanyak 58 ibu nifas pada bulan Juni 2023.

Prosedur pengambilan sampel dalam penelitian dengan Rumus Slovin. Secara matematis. Besar sampel dalam penelitian ini berjumlah 50 orang ibu Nifas.

HASIL PENELITIAN

1. Karakteristik Responden

Tabel 4.1

Karakteristik	N=50 f	%
Umur		
≤20	14	28
21-30	32	64
31-40	3	6
≥41	1	2
Pendidikan		
SD	2	4
SMP	5	10
SMA	26	52
PT	17	34
Pekerjaan		
Bekerja	38	76
Tidak Bekerja	12	24
Jumlah	50	100,0

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui bahwa Sebagian besar responden dalam penelitian ini adalah diantara umur 21-30 yaitu ada 32 orang atau sebesar 64% dari total responden berpendidikan SMA 26 orang (52%). Kemudian reponden juga Sebagian besar ibu bekerja yaitu ada 38 responden atau sebesar 76% dari total responden yang diteliti.

2. Hasil Uji Sebelum dan Sesudah Kelancaran ASI pada ibu nifas Primigravida Post SC
   a. Dsitribusi frekuensi
      1) Uji Normalitas

Tabel 4.2

Distribusi Frekuensi Kelancaran ASI pada ibu nifas *Primigravida Post SC* dengan metode *BOM massage*

Kelancaran ASI	(sebelum)	(%)	(setelah)	(%)
Kelompok eksperimen				
Lancar	6	24.0	24	96.0
Tidak Lancar	19	76.0	1	4.0
Jumlah	25	100	25	100
Kelompok Kontrol				
Lancar	5	20.0	17	68.0
Tidak Lancar	20	80.0	8	32.0
Jumlah	25	100	25	100

Sumber : Data Primer, 2023.

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui bahwa kelancaran ASI pada ibu nifas primigravida post SC sebelum dilakukan metode BOM Massage Sebagian besar ASI ibu Tidak Lancar, yaitu sebanyak 19 orang atau sebesar 76% dari total responden yang diteliti, dan setelah BOM

Massage sebagian besar ASI ibu lancar (96%). sedangkan kelancaran ASI pada ibu nifas primigravida post SC sebelum dilakukan metode pijat oksitosin sebagian besar ASI ibu tidak lancar, yaitu sebanyak 20 orang atau sebesar 80% dan setelah pijat oksitosin sebagian besar ASI ibu lancar yaitu 17 orang atau 68%.

2) UJI *Kolmogorov smirnov*

Tabel 4.3
Kolmogorov smirnov

	Kelompok eksperimen	z	p
kolmogorov smirnov	Pretest	0.891	0,202
	Posttest	0.696	0,100
	Kelompok kontrol	z	P
	Pretest	0.796	0,551
	Posttest	1.053	0,217

Sumber : Data Primer, 2023.

Berdasarkan tabel 4.3 diketahui nilai uji normalitas pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol baik pada data pretest maupun posttest lebih dari 0,05 sehingga disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

3) Uji *T-test*

Tabel 4.4
Hasil Uji *T-test*

	Mean Pre – Post	t	df	p
Kelompok eksperimen	0,600	7.856	24	0,000
Kelompok kontrol	0,600	7.856	24	0,000

Sumber : Data Primer, 2023.

Berdasarkan tabel 4.4 diketahui bahwa rata-rata selisih (skor sebelum BOM Massage dikurangi setelah BOM Masaage) bernilai positif yaitu sebesar 0,000 sehingga dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan dari sebelum ke setelah BOM Massage dilaksanakan. Uji statistic terhadap peningkatan skor tersebut menghasilkan thitung > ttabel (7.856 > 2,064) atau p 0,00 < 0,05 derajat kebebasan (df) sebesar 24 dan pada taraf signifikansi 5%. Rata-rata selisih (skor sebelum pijat oksitosin dikurangi setelah pijat oksitosin) bernilai positif yaitu sebesar 0,000 sehingga dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan dari sebelum ke setelah pijat oksitosin dilaksanakan. Uji statistic terhadap peningkatan skor tersebut menghasilkan thitung > ttabel (4.707 > 2,064) atau p 0,00 < 0,05 derajat kebebasan (df) sebesar 24 dan pada taraf signifikansi 5%

4) Analisis Efektifitas

Tabel 4.5
Paired T-Test

	Mean Post ¬– Post	t	df	p
Posttest dengan BOM Massage - Posttest dengan pijat oksitosin	0,280	3.055	24	0,005

Sumber : Data SPSS 2023

Berdasarkan tabel 4.5 diketahui bahwa rata-rata selisih (skor setelah BOM Massage dan setelah pijat oksitosin) bernilai sebesar 0,280 sehingga dapat disimpulkan bahwa terjadi perbedaan antara dilakukan BOM Massage dan pijat oksitosin. Uji statistic terhadap peningkatan skor tersebut menghasilkan thitung > ttabel (3,055 > 2,064)

atau p 0,005 < 0,05 derajat kebebasan (df) sebesar 24 dan pada taraf signifikansi 5%.

PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

   Karakteristik responden pada penelitian ini diuraikan berdasarkan umur, pendidikan dan pekerjaan. Pada tabel 4.1 menunjukan karakteristik berdasarkan umur dimana diketahui bahwa Sebagian besar responden dalam penelitian ini adalah diantara diantara umur 21-30 yaitu ada 32 orang atau sebesar 64%. Hal ini sesuai dengan teori bahwa umur mempunyai pengaruh terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin cukup umur tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berpikir dan bekerja, serta lebih berpengalaman dari segi kepercayaan masyarakat yang lebih dewasa akan lebih percaya dari pada orang yang belum cukup tinggi kedewasaannya.

   Tabel 4.1 juga menunjukkan karakeristik responden berdasarkan pendidikan dimana pendidikan SMA adalah yang terbanyak yaitu 26 reponden atau 52% dari total responden. Hal ini sesuai dengan teori bahwa pendidikan adalah suatu usaha untuk mengembangkan kepribadian dan kemampuan di dalam dan di luar sekolah dan berlangsung seumur hidup, semakin pendidikan tinggi maka pengetahuan meningkat dan dapat dengan baik dalam menerapkan ilmu yang didapatkan (Sulistyawati, 2022).

   Pada tabel 4.1 juga menunjukan karakteristik responden berdasarkan pekerjaan dimana besar responden sudah bekerja yaitu ada 38 responden atau sebesar 76% dari total responden yang diteliti. Hal ini sesuai dengan teori bahwa pekerjaan adalah kebutuhan yang harus dilakukan terutama untuk menunjang kehidupannya dan kehidupan keluarganya. Pekerjaan bukanlah sumber kesenangan, tetapi lebih banyak merupakan cara mencari nafkah yang membosankan berulang dan banyak tantangan. Dengan adanya pekerjaan ibu lebih banyak bertemu pengalaman sehingga mendapatkan pengalaman tersebut dan mempraktikkan pada diri mereka sendiri (Sulistyawati, 2022).

2. Kelancaran ASI pada ibu nifas Primigravida Post SC

   Berdasarkan tabel 4.2 diketahui bahwa kelancaran ASI pada ibu nifas primigravida post SC sebelum dilakukan metode BOM Massage sebagian besar ASI ibu Tidak Lancar, yaitu sebanyak 19 orang atau sebesar 76% dari total responden yang diteliti, dan setelah BOM Massage sebagian besar ASI ibu lancar (96%). Hal ini menunjukkan bahwa dengan diberikan BOM Massage maka ASI ibu yang mayoritas tidak lancar menjadi 96% lancar sehingga terbukti bahwa BOM Massage memperlancar ASI, hal ini sesuai dengan teori bahwa Metode “BOM” (Breastcare, Oxytocin Massage, and Marmet Technique) yaitu stimulasi untuk membantu produksi dan pengeluaran ASI melalui breastcare (pemijatan payudara), oxytocin massage (pijatan atau rangsangan pada tulang belakang) dan marmet technique (kombinasi antara memerah ASI dan memijat payudara) (Umarianti dkk, 2018).

   Berdasarkan tabel 4.3 diketahui bahwa kelancaran ASI pada ibu nifas primigravida post SC sebelum dilakukan metode pijat oksitosin

sebagian besar ASI ibu tidak lancar, yaitu sebanyak 20 orang atau sebesar 80% dan setelah pijat oksitosin sebagian besar ASI ibu lancar yaitu 17 orang atau 68%. Hal ini menunjukkan bahwa dengan diberikan pijat oksitosin tetap dapat memperlancar ASI walaupun tidak semaksimal BOM massage. Peningkatan kelancaran ASI pada kelompok kontrol meningkat hingga 68% ibu dengan ASI lancar dari yang semula hanya 20 %. Hal ini sesuai dengan teori bahwa pijat oksitosin merangsang buah dada dan pijatan pada tulang belakang akan mempengaruhi neurotransmitter akan merangsang medulla oblongata langsung mengirim pesan ke hypothalamus, di hypofise posterior untuk mengeluarkan hormone progesterone dan hormone enstrogen lebih banyak lagi dan hormone oksitosin dan endorphin, sehingga menyebabkan buah dada mengeluarkan air susunya, merileksasi ketegangan dan menghilangkan stress (Umarianti dkk, 2018).

Berdasarkan tabel 4.4 diketahui bahwa rata-rata selisih (skor sebelum BOM Massage dikurangi setelah BOM Masaage) bernilai positif yaitu sebesar 0,000 sehingga dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan dari sebelum ke setelah BOM Massage dilaksanakan. Uji statistic terhadap peningkatan skor tersebut menghasilkan thitung > ttabel (7.856 > 2,064) atau p 0,00 < 0,05 derajat kebebasan (df) sebesar 24 dan pada taraf signifikansi 5% maka diputuskan bahwa H0 ditolak atau Ha diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan signifikan antara skor sebelum dan setelah BOM Massage dilaksanakan, atau dengan kata lain dapat disimpulkan bahwa BOM Massage efektif untuk meningkatkan Kelancaran ASI pada ibu nifas primigravida di RSUD Karanganyar.

Berdasarkan tabel 4.4 diketahui bahwa rata-rata selisih (skor sebelum pijat oksitosin dikurangi setelah pijat oksitosin) bernilai positif yaitu sebesar 0,000 sehingga dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan dari sebelum ke setelah pijat oksitosin dilaksanakan. Uji statistic terhadap peningkatan skor tersebut menghasilkan thitung > ttabel (4.707 > 2,064) atau p 0,00 < 0,05 derajat kebebasan (df) sebesar 24 dan pada taraf signifikansi 5% maka diputuskan bahwa H0 ditolak atau Ha diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan signifikan antara skor sebelum dan setelah pijat oksitosin dilaksanakan, atau dengan kata lain dapat disimpulkan bahwa pijat oksitosin efektif untuk meningkatkan Kelancaran ASI pada ibu nifas primigravida di RSUD Karanganyar.

3. Efektivitas metode BOM massage terhadap kelancaran ASI pada Ibu Nifas primigravida post SC

Berdasarkan tabel 4.5 diketahui bahwa rata-rata selisih (skor setelah BOM Massage) bernilai sebesar 0,280 sehingga dapat disimpulkan bahwa terjadi perbedaan antara dilakukan BOM Massage dan pijat oksitosin. Uji statistic terhadap peningkatan skor tersebut menghasilkan thitung > ttabel (3,055 > 2,064) atau p 0,005 < 0,05 derajat kebebasan (df) sebesar 24 dan pada taraf signifikansi 5%. Hal ini menunjukkan bahwa BOM massage lebih efektif dibandingkan dengan pijat oksitosin. dengan kata lain dapat disimpulkan bahwa BOM Massage

lebih efektif untuk meningkatkan Kelancaran ASI pada ibu nifas primigravida di RSUD Karanganyar. Hal ini sesuai teori bahwa BOM massage merupakan kombinasi breastcare, oxytocin massage, dan marmet technique merupakan penggabungan tiga metode yaitu pemijatan pada payudara lewat pemberian rangsang pada otot buah dada, punggung untuk memberi rangsangan pada kelenjar payudara agar memproduksi ASI dan memicu peningkatan hormon oksitosin untuk pengeluaran ASI, selain itu dengan teknik memerah ASI yang bertujuan untuk mengosongkan ASI sehingga akan merangsang pengeluaran hormon prolaktin untuk memproduksi ASI (Muliani, 2014;Umarianti dkk, 2018).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Umarianti (2018) yang menyimpulkan bahwa BOM Massage lebih efektif untuk meningkatkan Kelancaran ASI.

KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan
   a. Karakteristik responden sebagian besar diantara umur 21-30 yaitu ada 32 orang atau sebesar 64%, berpendidikan SMA 26 orang (52%) dan merupakan ibu bekerja yaitu ada 38 responden atau sebesar 76%.
   b. Kelancaran ASI pada ibu nifas primigravida post SC sebelum dilakukan metode BOM Massage Sebagian besar ASI ibu Tidak Lancar, yaitu sebanyak 19 orang atau sebesar 76% dari total responden yang diteliti, dan setelah BOM Massage sebagian besar ASI ibu lancar (96%). Kelompok eksperimen efektivitas metode BOM massage didapatkan hasil t-test sebesar 7.856, sedangkan untuk kelompok kontrol efektivitas metode pijat oksitosin didapatkan hasil t-test sebesar 4.707.
   c. Metode BOM massage lebih efektif dibandingkan metode pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas primigravida post SC di RSUD Kabupaten Karanganyar didapatkan paired t-test thitung > ttabel (3,055 > 2,064) atau p 0,005 < 0,05.
2. Saran
   a. Untuk Masyarakat

      Agar masyarakat lebih peduli kepada ibu post partum dan bayinya dengan cara menambah wawasan dan motivasi pada ibu tentang pentingnya kelancaran ASI yang dapat ditingkatkan dengan BOM massage.
   b. Bagi Penelitian Lain

      Diharapkan peneliti lain dapat mengembangkan penelitian ini dan dapat melengkapi kelemahan dalam penelitian ini agar penelitian selanjutnya dapat lebih sempurna.
   c. Bagi Peneliti

      Agar peneliti dapat memanfaatkan hasil penelitian ini untuk dapat memberi penyuluhan kedepannya dan mengaplikasikan BOM massage pada ibu post partum.

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : EGC

Hidayat, (2017). Metode Penelitian Kebidanan Teknik Analisis Data. Jakarta : Salemba Medika.

Mardiyaningsih. (2021). Efektifitas Kombinasi Teknik Marmet dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Ibu Post Sectio Caesarea di Rumah Sakit Wilayah Jawa Tengah Jurnal Keperawatan Soedirman (The Soedirman Journal of Nursing), Volume 6, No.1.

Marmi. (2014). Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas "Puerperium Care". Yogyakarta: Pustaka Pelajar

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.

Notoatmodjo, S. (2018). Ilmu Kesehatan Masyarakat. Jakarta: Rineka Cipta

Nursalam. (2019). Manajemen Keperawatan : Aplikasi dan Praktik Keperawatan Profesional, Edisi Kedua. Salemba Medika, Jakarta.

Perwiraningtyas, P. (2016). Senam Yophytta Dalam Upaya Perbaikan Insomnia, Kelelahan dan Tekanan Darah Pada Ibu Hamil, Berbasis Teori Boy.

Pillitteri, A. (2020). Maternal & Child Health Nursing: Care of the Childbearing & Childrearing Family.China:Bibliograpical references and index.

Profil Dinas Kesehatan. (2013). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Ricci, SS. (2019). Essential of Maternity, Newborn, and Women's Health Nursing. China. Bibliograpicalreferences and index.

Sugiyono, P. D. (2018). Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan r & d. Bandung: Alfabeta

Taufiqurrahman M.A., (2018). Pengantar Metodologi Penelitian Untuk Ilmu Kesehatan. Surakarta: LPP UNS dan UNS Press

Umarianti. T et al. (2018). Efektifitas Metode BOM Massage terhadap Produksi ASI. http://jurnal.ukh.ac.id/index.php/JK/article/view/269.

Umarianti. T dkk. (2021). Booklet BOM Massage.

Ummah, F. (2014). Pijat Oksitosin untuk Mempercepat Pengeluaran ASI pada Ibu Pasca salin Normal di Dusun Sono Seda Ketanen Kecamatan Panceng Gresik. Vol.02. No. XVIII.

World Health Organization (WHO). (2013). Cuci Tangan 6 Langkah