**EFEKTIFITAS METODE BOM MASSAGE TERHADAP KELANCARAN ASI PADA IBU NIFAS PRIMIPARA DI BPS SITI MARYAM KABUPATEN SUKOHARJO**

Astri Prasetiyaningsih(1), Tresia Umarianti, SST.,Bdn.,M.Kes (2), Christiani Bumi P., S.SiT., M.Kes (3)

(1)Mahasiswa Program Studi Kebidanan Program Sarjana

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta

(2),(3)Dosen Program Studi Kebidanan Program Sarjana

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta

Abstrak

Metode BOM M*assage* merupakan metode pemijatan untuk membantu memperlancar ASI karena pijatan tersebut menjadikan ibu menjadi rileks dana nyaman. Metode BOM M*assage tersebut* adalah kombinasi cara merawat payudara dengan tindakan perlakuan pada kondisi ibu dengan pijatan. Pijatan dilakukan pada sepanjang tulang belakang, (vertebrae) sampai tulang costae kelima atau keenam. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Efektifitas Metode BOM *Massage* terhadap kelancaran ASI terutama pada Ibu Nifas Primipara di BPS Siti Maryam Kabupaten Sukoharjo.

Jenis penelitian ini adalah jenis penelitian *Nonequivalent Control Group Design.* Populasi penelitian ini yaitu ibu Nifas Primipara jumlah populasi 30 responden. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini keseluruhan jumlah populasi dengan teknik sampel *Total Samplin.*

Hasil penelitian uji *Wilcoxon* dapat disimpulkan output “*Test Stattics*” diatas, diketahui Asymp.Sig. (2-tailed) bernilai 0,001. Karena 0,000 lebih kecil dari <0,005, maka dapat disimpulkan bahwa “Ha diterima. Artinya Terdapat Efektifitas Metode BOM *Massage* Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Nifas Primipara Di BPS Siti Maryam Kabupaten Sukoharjo.

Kata Kunci : BOM M*assage,* Nifas, Primipara

Daftar Pustaka : 29 (2013 — 2023)

**THE EFFECTIVENESS OF THE BOM MASSAGE ON THE SMOOTHNESS OF BREASTFEEDING IN POSTPARTUM**

**MOTHERS PRIMIPARA AT BPS SITI MARYAM**

**SUKOHARJO REGENCY**

Abstract

The BOM Massage method is a massage method to help smooth breast milk because the massage makes the mother relax a comfortable fund. The BOM Massage method is a combination of how to treat breasts with treatment measures in the condition of the mother with a massage. Massage is carried out along the spine, (vertebrae) to the fifth or sixth costae bone. The purpose of this study is to find out the Effective BOM Massage Method for the smooth running of breast milk especially in Ms. Nifas Primipara in BPS Siti Maryam Sukoharjo Regency.

This type of research is a type of research at Nonequivalent Control Group Design. The population of this study was Nifas Primipara's mother, a population of 30 respondents. The sample used in this study total population with the Total Samplin sample technique.

The results of the Wilcoxon test study through the Wilcoxon test can be concluded the output “ Test Stattics” above, known Asymp.Sig. (2-tailed) is worth 0.001. Because 0,000 is smaller than <0,005, it can be concluded that “Ha is accepted. Meaning There Is an Effective Method of BOM Massage Against Breastmilk in Ms. Nifas Primipara in BPS Siti Maryam Sukoharjo Regency.

Keywords : BOM Massage, Nifas, Primipara

Bibliography : 29 (2013 — 2023)

**Pendahuluan**

ASI (Air Susu Ibu) merupakan sumber asupan nutrisi bagi bayi baru lahir, yang mana sifat ASI bersifat eksklusif sebab pemberiannya berlaku pada bayi berusia 0 bulan sampai 6 bulan. Dalam fase ini perslu diperhatikan dengan benar mengenai pemberian dan kualitas ASI, sehingga tidak mengganggu tahap perkembangan si kecil selama enam bulan pertama semenjak hari pertama lahir (HPL) (Promkes Kementerian Kesehatan, 2022).

WHO dan UNICEF merekomendasikan agar anak-anak memulai menyusui dalam satu jam pertama kelahiran dan disusui secara eksklusif selama 6 bulan pertama kehidupan — artinya tidak ada makanan atau cairan lain yang diberikan, termasuk air. WHO secara aktif mempromosikan menyusui sebagai sumber nutrisi terbaik untuk bayi dan anak kecil, dan berupaya meningkatkan tingkat pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan pertama hingga setidaknya 50% pada tahun 2025. Selain itu, WHO memberikan kursus pelatihan bagi petugas kesehatan untuk memberikan dukungan terampil kepada ibu menyusui, membantu mereka mengatasi masalah, dan memantau pertumbuhan anak. Menurut data Survei Riset Kesehatan Dasar Nasional (RISKESDAS) tahun 2021, 52,5 persen — atau hanya setengah dari 2,3 juta bayi di bawah usia enam bulan — yang diberi ASI eksklusif di Indonesia, menunjukkan penurunan 12 persen dari tahun 2019. Angka inisiasi menyusu dini juga menurun dari 58,2 persen pada 2019 menjadi 48,6 persen pada 2021 (WHO, 2022).

Angka Kematian bayi (AKB) masihmenjadi masalah yang aktual di Jawa Tengah AKB 2017: 8,93/1.000 KHmeskipun angka ini sudah lebih baikdisbanding target nasional AKB:24/1.000 KH.Masih tingginya AKB di Jawa Tengah yang antara lain disebabkan asfiksia(sesak nafas saat lahir), bayi lahir dengan berat badan rendah (BBLR),infeksi neonatus, pneumonia, diare dan gizi buruk. Status gizi burukbayi antara lain disebabkan belum tepatnya pola asuh khususnyapemberian ASI eksklusif. Komitmen yang dirasakan masih kurang daripemangku kebijakan, pemberi pelayanan, masyarakat dan individumenjadi point penting masih tingginya Angka Kematian Bayi. Upaya untuk menurunkan AKB dengan pelayanankesehatan ibu dan bayi/ anak di puskesmas PONED dan Rumah Sakit PONEK, namun pelaksanaan pelayanan kesehatan masih belum optimaldisebabkan karena belum terpenuhinya prasarana dan sarana, belummeratanya pendayagunaan tenaga kesehatan serta masih kurangnya kompetensi tenaga kesehatan (Dinkes Jateng, 2019).

Menurut Profil Kesehatan Sukoharjo (2019) Persentase pemberian ASI eksklusif Kabupaten Sukoharjo pada tahun 2019 sebesar 75,1%, mengalami sedikit penurunan dibandingkan tahun 2018 sebesar 75,8%. Analisis penyebab turunnya persentase pemberian ASI eksklusif di tahun 2019 anatara lain sebagai berikut: Belum maksimalnya kegiatan edukasi, sosialisasi, advokasi dan kampanye terkait pemberian ASI;Perlunya penguatan regulasi yang masih kurang dalampemberian punishment bagi pemasaran susu formula baik ditingkat produsen maupun pelayanan kesehatan. Permasalahan rendahnya capaian cakupan ASI eksklusif disebabkan oleh: Ada kegiatan inovasi khusus untuk meningkatkan capaian ASI eksklusif di Kec.Sukoharjo melalui kelas ASI online,minat masyarakat masih kurang;Diperlukan dukungan yang kuat dari lintas sektor dalam meningkatkan peran serta masyarakat untuk peningkatanpemberian ASI eksklusif di wilayahnya. Upaya yang dilakukan dari kondisi diatas, mendorong Puskesmas melakukan kegiatan pembentukan KP ASI, pendampingan kader motivator ASI, dan PMBA.

Berdasarkan penelitian Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI), angka ibu yang pernah menyusui anak di Indonesia sudah tinggi, yaitu 90%, namun yang memberikan secara eksklusif selama 6 bulan masih rendah sebesar 20%. Pemberian ASI direkomendasikan sampai dua tahun atau lebih. Alasan ASI tetap diberikan setelah bayi berusia 6 bulan, karena 65% kebutuhan energi seorang bayi pada umur 6-8 bulan masih terpenuhi dari ASI. Pada umur 9-12 bulan sekitar 50% kebutuhannya dari ASI dan umur 1-2 tahun hanya sekitar 20% dari ASI (Kemenkes RI, 2022).

Permasalahan mayoritas yang dialami ibu adalah tidak keluarnya ASI pada hari pertama sampai hari ketiga post partum. Akibatnya, bayi baru lahir yang seharusnya mendapatkan ASI dini akan tertunda dan sebagai alternatifnya diberikan susu formula. Kelancaran proses laktasi atau produksi dan pengeluaran ASI dipengaruhi oleh perawatan payudara, frekuensi penyusuan, kejiwaan ibu, kesehatan ibu, dan kontrasepsi. Begitu juga untuk produksi ASI sangat dipengaruhi fisik, psikospiritual, lingkungan dan sosial. (Umarianti dkk, 2018).

Kelancaran proses laktasi atau produksi dan pengeluaran ASI dipengaruhi oleh perawatan payudara, frekuensi penyusuan, kejiwaan ibu, kesehatan ibu, dan kontrasepsi. Penurunan produksi ASI disebabkan juga karena kurangnya hormon prolaktin dan oksitosin yang berperan dalam proses laktasi (Ummah, 2014). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Triananinsi, dkk (2019) tentang pengeluaran ASI pada ibu nifas yang dilakukan pijat oksitosin di Puskesmas Caile Kabupaten Bulukumba terdapat 13 ibu nifas (86.7%) yang pengeluaran ASInya lancar dan 2 ibu nifas (13.3%) yang pengeluaran ASInya tidak lancar, pengeluaran ASI pada ibu nifas yang tidak dilakukan pijat oksitosin di Puskesmas Caile Kabupaten Bulukumba terdapat 4 ibu nifas (23.3%) yang pengeluaran ASInya lancar dan 11 ibu nifas (76.7%) yang pengeluaran ASInya tidak lancar, dan pengaruh pijat oksitosin pada ibu nifas terhadap pengeluaran ASI pada ibu nifas yang dilakukan pijat oksitosin di Puskesmas Caile Kabupaten Bulukumba.

Usaha untuk merangsang hormon prolactin dan oksitosin dapat dilakukan dengan perawatanatau pemijatan payudara pijat oksitosin, membersihkan putting, menyusuidini dan teratur, serta teknik marmet atau teknik memerah dan memijat sebagai salah satu terapi non farmakologi. 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). 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 (Umarianti dkk, 2018).

Hasil pengambilan data ibu nifas di BPS Siti Maryam Kab.Sukoharjo, selama 1 tahun dari bulan September 2021 sampai dengan September 2022 berjumlah 180 orang terdiri dari primipara 162 orang dan multipara 18 orang. Data pada ibu nifas primipara sebanyak 114 orang dan yang mengalami masalah tentang ASI di BPS Siti Maryam Kabupaten sebanyak Sukoharjo 70%. Daridata tersebut peneliti melakukan studi pendahuluan sebanyak 10 ibu nifas primipara, terdapat 10 ibu yang belum mengetahui bagaimana cara melakukan metode BOM *massage* untuk kelancaran produksi ASI. Berdasarkan fenomena diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang efektifitas metode BOM *Massage* terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas primipara.

**Metodelogi**

Jenis penelitian yang digunakan adalah metode *Quazi eksperimen* dengan jenis penelitian *Nonequivalent Control Group Design.* Peneliti akan memberikan perlakuan Metode BOM Massage terdapat kelancaran ASI. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan data primer yang diperoleh langsung melalui pengisian kuesioner oleh responden serta SOP Metode BOM Massage. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu sebanyak 30 responden ibu nifas. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner pre test dan post test. Metode analisa data yang di gunakan yaitu uji *Paired T-test* dengan bantuan program SPSS.

**Hasil dan Pembahasan**

**Hasil**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada bulan Juli sampai dengan Agustus 2023 di BPS Siti Maryam Kab.Sukoharjo pada 30 ibu nifas diperoleh data sebagai berikut :

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

|  |  | Frequency | Percent |
| --- | --- | --- | --- |
| Umur |  |  |  |
| Valid | < 20 Tahun | 1 | 3.3 |
| 20 - 25 Tahun | 8 | 26.7 |
| > 25 Tahun | 21 | 70.0 |
| Total | 30 | 100.0 |
| Pendidikan | | | |
| Valid | SLTA | 19 | 63.3 |
|  | Perguruan Tinggi | 11 | 36.7 |
|  | Total | 30 | 100.0 |
| Pekerjaan | | | |
| Valid | IRT | 20 | 66.7 |
|  | Swasta | 9 | 30.0 |
|  | PNS | 1 | 3.3 |
|  | Total | 30 | 100.0 |
| Mengkonsumsi obat pelancar ASI | | | |
| Valid | Tidak | 22 | 73.3 |
|  | Ya | 8 | 26.7 |
|  | Total | 30 | 100.0 |
| Kelancaran ASI | | | |
| Valid | Tidak Lancar | 3 | 10.0 |
|  | Lancar | 27 | 90.0 |
|  | Total | 30 | 100.0 |

Pada Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Umur Responden menunjukkan sebagian besar responden berumur > 25 tahun sebanyak 21 orang (70%). Distribusi Frekuensi Pendidikan Responden menunjukkan sebagian besar responden pendidikan SLTA sebanyak 19 orang (63,3%). Distribusi Frekuensi Pekerjaan Responden menunjukkan sebagian besar responden bekerja IRT (Ibu Rumah Tangga) sebanyak 20 orag (66,7%).

Distribusi Frekuensi Mengkonsumsi obat pelancar ASI sebagian besar menjawab tidak sebanyak 22 orang (73,3%). Distribusi Frekuensi Kelancaran ASI Responden dipengaruhi oleh produksi ASI yang lancar. Terlihat pada tabel diatas data paling banyak 27 responden (90%) produksi ASI lancar. Dari data tersebut Kelancaran dengan perlakuan Metode BOM *Massage* sebanyak 15 responden (100%) dan Kelancaran ASI dengan metode oksitosin sebanyak 12 responden (80%).

Tabel 4.2 Uji Nomality Kelompok Perlakuan Metode BOM Massage dan Pijat Oksitosin

|  | Kelompok | Kolmogorov-Smirnova | | | Shapiro-Wilk | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Statistic | df | Sig. | Statistic | df | Sig. |
| Hasil Uji | PreTest Metode BOM Massage | .186 | 15 | .170 | .931 | 15 | .286 |
| PostTest Metode BOM Massage | .249 | 15 | .013 | .806 | 15 | .004 |
| PreTest Pijat Oksitosin | .283 | 15 | .002 | .801 | 15 | .004 |
| PostTest Pijat Oksitosin | .212 | 15 | .069 | .917 | 15 | .175 |

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui nilai uji normalitas pada kelompok perlakuan Metode BOM Massage dan kelompok perlakuan Pijat Oksitosin baik pada data pretest maupun posttest lebih dari 0,05 sehingga disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

Tabel 4.3 Rata — Rata Kelompok Perlakuan Metode BOM dan Pijat Oksitosin

|  | Kelompok | N | Mean Rank | Sum of Ranks | Sig |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Post Test | Metode BOM | 15 | 20.80 | 312.00 | 0,001 |
| Pijat Oksitosin | 15 | 10.20 | 153.00 |  |
| Total | 30 |  |  |  |

Berdasarkan tabel 4.3 didapatkan hasil nilai rata — rata Kelompok Perlakuan Metode BOM sebesar 20,80 dan rata — rata Kelompok Perlakuan Pijat Oksitosin 10,20, dapat disimpulkan bahwa hasil Post Test perlakuan Metode BOM lebih besar dari perlakuan Pijat Oksitosin. Dan Nilai Signifikan 0,001

Tabel 4.4 Tabel Pengaruh Mann Whitney

|  | PostTest |
| --- | --- |
| Mann-Whitney U | 33.000 |
| Wilcoxon W | 153.000 |
| Z | -3.386 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | .001 |
| Exact Sig. [2\*(1-tailed Sig.)] | .001a |

Hasil tersebut didukung melalui uji *Mann-Whitney U* dapat disimpulkan output diatas, diketahui Asymp.Sig. (2-tailed) bernilai 0,001. Karena 0,001 lebih kecil dari < 0,005, maka dapat disimpulkan bahwa “Ha diterima. Artinya Terdapat Efektifitas Metode BOM *Massage* Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Nifas Primipara Di BPS Siti Maryam Kabupaten Sukoharjo

**Pembahasan**

Penelitian ini dilakukan Di BPS Siti Maryam Kabupaten Sukoharjo Penelitian ini telah dilakukan pada bulan Juni - Agustus 2023 di BPS Siti Maryam Kabupaten Sukoharjo yang beralamat di Desa Ngablak RT 01 RW 04 Kadilangu Baki Sukoharjo. BPS Siti Maryam Kabupaten Sukoharjo berdiri sejak tahun 2018 dan menerima pelayanan seperti, antenatal care (ANC), pelayanan persalinan 24 jam, pelayanan KB, pelayanan nifas dan anak. Di BPS Siti Maryam Kabupaten Sukoharjo terdapat 6 asisten bidan dengan pendidikan terakhir Diploma Kebidanan 5 orang dan S1 Profesi Bidan 1 orang. Untuk melakukan penelitian Metode BOM *Massage* ini mendapat respon baik dari bidan dan masyarakat. Maka dari itu diharapkan dengan adanya penelitian ini ibu nifas dapat menambah wawasan dan dapat bermanfaat.

Penelitian ini mengunakan 30 responden dengan pembagian responden 15 reponden yang mendapatkan perlakuan Metode BOM *Massage* dan 15 responden mendapatkan perlakuan pijat oksitosin.Pada kelompok dengan perlakuan Metode BOM *Massage* mengalami peningkatan produksi ASI sehingga kelancaran ASI pada responden dapat dikatakan lancar. Kategori Lancar memiliki karakteristik umur 20-30 Tahun 11 responden (73,3%). Sesuai teori ibu yang usianya lebih muda atau kurang dari 35 tahun lebih banyak memproduksi ASI dibandingkan dengan ibu-ibu yang usianya lebih tua, tetapi ibu yang sangat muda (kurang dari 20 tahun) produksi ASI nya juga kurang karena dilihat dari tingkat kedewasaannya, faktor fisik ibu yang mempengaruhi produksi Air Susu Ibu adalah adanya kelainan endokrin ibu, dan jaringan payudara hipoplastik (Astutik,2015).

Hasil penelitian menunjukan pendidikan terbanyak pada tingkat SLTA sebanyak 9 responden (60 %). Pendidikan ibu menjadi faktor yang penting dalam pemberian ASI pada bayi, tingkat pendidikan yang baik akan mudah dalam menerima informasi terutama tentang pemenuhan kebutuhan nutrisi anak sehingga kecukupan gizi anak bisa terjamin. Pada umumnya ibu yang berpendidikan sedang sampai tinggi dapat menerima hal-hal yang baru dan dapat menerima perubahan khususnya tentang pemberian ASI (Hartini, 2014).

Hasil penelitian Status pekerjaan responden menunjukkan mayoritas responden tidak bekerja (sebagai ibu rumah tangga) sebanyak 8 responden (53,3%). Berdasarkan analisis dari peneliti, ibu yang menjadi ibu rumah tangga memungkinkan pengetahuannya jauh lebih baik daripada ibu yang sibuk dengan pekerjaannya, sehingga kesulitan dalam mendapatkan informasi penanganan tersedak pada anak dibandingkan dengan ibu rumah tangga yang selalu ada di rumah. Ibu rumah tangga juga mampu mendapatkan pengetahuan dengan cara berinteraksi dengan tetangga atau berinteraksi dengan orang yang memiliki pengetahuan yang lebih baik. Maka dapat dipastikan seorang ibu tersebuat pengetahuannya akan semakin bertambah baik (Suratiah dkk, 2013).

Pada penelitian dilakukan uji pre test sebelum diberikan perlakuan dan post test setelah diberikan perlakuan pada kelompok Metode BOM Massage dan kelompok pijat oksitosin. Hasil uji olah data menggunkan uji Uji Nomality Kelompok Perlakuan Metode BOM Massage dan Pijat Oksitosin lebih dari 0,05 sehingga disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Dalam prosesnya kelompok tersebut juga diuji menggunakan uji *Wilcoxon* disimpulkan bahwadiketahui Asymp.Sig. (2-tailed) bernilai 0,001. Karena 0,000 lebih kecil dari <0,005, maka metode BOM massage lebih efektitif dari Pijat Oksito*s*in.

Menurut penelitian yang dilakuakn oleh Umarianti (2021) BOM *Massage* adalah kombinasi cara merawat payudara, pemijatan sepanjang tulang belakang, (vertebrae) sampai tulang costae kelima atau keenam dan memerah ASI agar air susu keluar dengan lancar serta memberkan rasa nyaman dan rileks pada ibu setelah mengalami proses persalinan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil nilai rata — rata Kelompok Perlakuan Metode BOM sebesar 20,80 dan rata — rata Kelompok Perlakuan Pijat Oksitosin 10,20, dapat disimpulkan bahwa hasil post Test perlakuan Metode BOM lebih besar dari perlakuan Pijat Oksitosin. Hasil tersebut didukung melalui uji *Mann-Whitney U* dapat disimpulkan output “*Test Stattics*” diatas, diketahui Asymp.Sig. (2-tailed) bernilai 0,001. Karena 0,000 lebih kecil dari <0,005, maka dapat disimpulkan bahwa “Ha diterima. Artinya Terdapat Efektifitas Metode BOM *Massage* Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Nifas Primipara Di BPS Siti Maryam Kabupaten Sukoharjo.

Menurut hasil penelitian diatas dapat dilihat bahwa Metode BOM Massage dapat meningkatkan produksi pada ASI sehingga kelancaran ASI pada ibu nifas primipara menjadi lancar. Menurut Umarianti (2021) BOM Massage adalah kombinasi cara merawat payudara, pemijatan sepanjang tulang belakang, (vertebrae) sampai tulang costae kelima atau keenam dan memerah ASI agar air susu keluar dengan lancar serta memberkan rasa nyaman dan rileks pada ibu setelah mengalami proses persalinan.

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Umarianti dkk (2018) tentang fektivitas Metode BOM Terhadap Produksi ASI dilaksanakan di PKD Syifa Cemani dengan jumlah sampel 30 orang dan menggunakan analisa Mann Whitney U Test. Hasil yang didapatkan dari 30 sampel adalah nilai p value sebesar 0,000< 0,05 sehingga dapat disimpulkan ada perbedaan bermakna antara dua kelompok, dimana metode BOM (Breastcare, Oxytocin, and Marmet eachnique) sangat efektif terhadap Produksi ASI.

Menurut Masrinih (2020) faktor-faktor yang mempengaruhi kelancaran produksi ASI pada ibu nifas antara lain faktor perawatan payudara dan faktor psikologis ibu dalam menyusui, sehingga ada hubungan yang signifikan antara perawatan payudara dengan kelancaran produksi ASI. Diharapkan bidan dapat meningkatkan kualitas pelayanan kebidanan. Terutama dalam melakukan persiapan pemberian ASI ekslusif pada masa kehamilan, pemberian IMD saat persalinan dan upaya dalam mempertahankan pemberian ASI ekslusif mulai dari masa nifas sampai bayi berumur enam bulan dan memberikan motivasi pada keluarga agar dapat memberikan dukungan kepada ibu untuk memberikan ASI eksklusif dari bayi usia 0- 6 bulan, sehingga target pemberian ASI eksklusif (80%) dapat tercapai.

Perawatan payudara adalah dengan merangsang buah dada akan mempengaruhi hipofise untuk mengeluarkan hormon progesteron dan estrogen lebih banyak lagi dan hormon oksitosin Maritalia (2014). Perawatan payudara dapat dilakukan mulai dari kehamilan dan sampai ibu memasuki masa nifas sebagai upaya untuk meningkatkan produksi air susu ibu. Perawatan payudara dapat merangsang payudara mempengaruhi hipofise untuk mengeluarkan hormone prolactin dan oksitocin (Sari, 2020 dalam Diantini, 2021).

Cara Kerja Metode BOM Massage adalah 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 hormon progesterone dan estrogen lebih banyak lagi dan hormone oksitosin dan endorphin, sehingga menyebabkan buah dada mengeluarkan air susunya, merileksasi ketegangan dan menghilangkan stress. Sinus laktiferus yang terletak di bawah areola denganadanya perahan pada payudara akan merangsang pengeluaran hormon prolaktin. Pengeluaran hormon prolaktik ini selanjutnya akan merangsang mammary alveoli untuk memproduksi ASI (Umarianti, 2021).

Sulistyaningsih (2021) melakukan penelitian tentang Pengaruh Metode BOM Massage Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Saat Menyusui Di Wilayah Kerja Puskesmas Wuryantoro. Dari hasil penelitian tersebut tingkat kecemasan sebelum dilakukan BOM Massage paling banyak mengalami kecemasan ringan 21 orang (70%) dan paling sedikit mengalami cemas sedang 2 orang (6,7%), tingkat kecemasan setelah dilakukan BOM Massage ibu tidak mengalami kecemasan sebanyak 18 orang (60%) dan ibu yang mengalami kecemasan ringan 12 orang (40%). Analisis bivariat dengan uji Wilcoxon diketahui p value 0,000 atau p< 0,05. Kesimpulan penelitian ada pengaruh metode BOM massage terhadap tingkat kecemasan Ibu saat menyusui di wilayah kerja Puskesmas Wuryantoro (p value 0,000).

Menurut peneliti Metode BOM Massage sangat efektif dilakukan pada ibu nifas primipara karena dapat menaikkan atau menambah produksi ASI sebab pijatan yang dilakukan bisa membuat ibu nifas menjadi rileks dan terhindar dari faktor -faktor yang mengakibatkan ASI tidak lancar.

**Simpulan dan saran**

**Simpulan**

* + 1. Jumlah data responden pada penelitian ini dengan perlakuan Metode BOM *Massage* sebanyak 15 reponden dengan katarekristik 20-30 Tahun 11 responden (73,3%), pendidikan terbanyak pada tingkat SLTA sebanyak 9 responden (60 %), dan pekerjaan paling banyak IRT 8 responden (53,3%). Jumlah data responden pada kelncaran hasil karena adanya peningkatan produksi ASI sebanyak 27 responden (90%) produksi ASI lancar. Dari data tersebut Kelancaran dengan perlakuan Metode BOM *Massage* sebanyak 15 responden (100%) dengan nilai rata — rata 20,80 dan Kelancaran ASI dengan metode oksitosin sebanyak 12 responden (80%) dengan nilai rata — rata 10,20.
    2. Hasil uji normalitas pada kelompok perlakuan Metode BOM Massage dan kelompok perlakuan Pijat Oksitosin baik pada data pretest maupun posttest lebih dari 0,05 sehingga disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Setelah dilakukan iji normalitas kelompok ini juga diuji menggunkan uji *Wilcoxon* disimpulkan bahwadiketahui Asymp.Sig. (2-tailed) bernilai 0,001. Karena 0,000 lebih kecil dari <0,005, maka metode BOM massage lebih efektitif dari Pijat Oksitosin.
    3. Hasil pengujian uji *Mann-Whitney U* dapat disimpulkan Terdapat Efektifitas Metode BOM *Massage* Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Nifas Primipara Di BPS Siti Maryam Kabupaten Sukoharjo. Hal itu ditunjukkan bahwa hasil uji wilcoxon Asymp. Sig. (2-tailed) bernilai 0,001 < 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa “Hipotesis diterima”.

**Saran**

* + 1. Bagi Ibu Nifas

Ibu hendaknya mau melakukan perawatan payudara menggunakan Metode BOM *Massage* sehingga produksi ASI menjadi lancar.

* + 1. Bagi Petugas Kesehatan

Petugas Kesehatan hendaknya memberikan penyuluhan dan mengajarkan Metode BOM *Massage* agar pasien mampu dan tahu bagaimana cara meningkatkan produksi ASI menjadi Lancar.

* + 1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti yang akan datang perlu menyempurnakan hasil penelitian ini dengan melakukan pengontrolan Metode BOM *Massage* dan dapat mengembangkan penelitian selanjutkan dengan menambahkan variabel lain berkaitan pada faktor — faktor yang mengakibatkan ASI tidak lancar.

**Daftar Pustaka**

Agus Irianto. 2017. Statistika Konsep, Dasar, Aplikasi, dan Pengembangannya. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

Arikunto, S. 2019. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta:Rineka Cipta.

Astutik, R. Y. 2015. Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui. Jakarta: CV. Trans Info Media.

Aziz Alimul Hidayat 2012. Riset Keperawatan dan teknik penulisan ilmiah. Salemba Medika: Edisi 2

Dahlan,Sopiyudin,2014. Statistik Untuk Kedokteran Dan Kesehatan Edisi 6. Jakarta, Salmba Medika

Diantini, Luh Putu . 2021. Hubungan Kecemasan Ibu Nifas Dengan Produksi Air Susu Ibu Di Klinik Kebidanan Rumah Sakit Umum Bangli Tahun2021*.* Diploma thesis, POLTEKKES KEMENKES DENPASAR. <http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/id/eprint/7488>

Dinkes Jateng. 2019. Rencana Strategi Dinas Kesehatan Provinsi Jawa TengahTahun 2018 — 2023.

Dinkes Sukoharjo. 2019. Profil Kesehatan Kabupaten Sukoharjo 2019.

Ghozali, Imam. 2013. Aplikasi Analisis Multivariat dengan Program IBM SPSS. Edisi 7. Semarang: Penerbit Universitas Diponegoro.

Hidayat,Alimul,A.2015.*MetodelogiPenelitianKebidanandanTeknikAnalisisData.*Jakarta:SalembaMedika

Kamariyah, Nurul., dkk. 2014. Buku Ajar Kehamilan untuk Mahasiswa dan Praktisi Keperawatan serta Kebidanan. Jakarta: Salemba Medika.

Kemenkes RI. 2022. ASI Eksklusif. Promkes.kemkes.go.id,. Jakarta diterbitkan 04 Agustus 2022<https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1046/asi-eksklusif>

Mardjun, Zulfikar. 2019. Hubungan Kecemasan dengan Kelancaran pengeluaran ASI Pada Ibu Post Partum Selama Dirawat di Rumah Sakit Ibu dan Anak Kasih Ibu Manado. e-journal Keperawatan (e-Kp) Volume 7 Nomor 1.

Maritalia, D. 2014. Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Notoatmodjo, S. 2012*. Metodologi penelitian kesehatan.* Jakarta: PT Rineka Citra

Notoatmodjo, S. 2018. Pengantar Pendidikan dan Ilmu Perilaku Kesehatan.Rineka Cipta. Jakarta.

Promkes Kementerian Kesehatan. 2022. Pekan ASI Sedunia 2022, Manfaat Asi Bagi Bayi Dan Ibu Menyusui. Dinas Kesahatan Provinsi DKI jakarta. diterbitkan : 06 Agustus2022<https://dinkes.jakarta.go.id/berita/read/pekan-asi-sedunia-2022-manfaat-asi-bagi-bayi-dan-ibu-menyusui>

Riduwan. 2013. Skala Pengukuran Variabel-Variabel Penelitian. Bandung: Alfabeta

Saleha S. 2013. Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas. Jakarta: SalembaMedika

Saraung,dkk. 2017. Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Produksi Asi Pada Ibu Postpartum Di Puskesmas Ranotana Weru. Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi. e-Jurnal Keperawatan (e-Kp) Volume 5 Nomor 2, Agustus 2017

Saragih, Hanna Sriyanti & Hutabarat, Julietta. 2017. Hubungan Inisiasi Menyusu Dini (IMD) Dengan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Di Pustu Penen Wilayah Puskesmas Biru-Biru Kecamatan Biru-Biru Tahun 2017. Jurnal Ilmiah Pannmed (Pharmacyst, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwivery, Environment, Dental Hygiene) Vol. 15 No.1 Januari — April 2020

Sugiyono. 2017. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung : Alphabet

Sulistyawati. 2015.Buku Ajar Asuhan Kebidanan pada Ibu Nifas. Yogyakarta : Andi

Triananinsi, N, dkk. 2019. Pengaruh Terapi Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Nifas Di Puskesmas Caile Kaupaten Bulukumba. [Buku Prosiding Seminar Nasional Sains, Teknologi, Dan Sosial Humaniora Universitas Indonesia Timur 2019](https://uit.e-journal.id/SemNas/issue/view/77).VoL 1 NO 1 (2019) <https://uit.e-journal.id/SemNas/article/view/710>

Umarianti, T, et al. 2018. Efektifitas metode BOM terhadap Produksi ASI. http://jurnal.ukh.ac.id/index.php/JK/article/view/269. Vol. 9 No. 1, Januari 2018

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. Juni 2014*

Who, 2022. World Breastfeeding Week: UNICEF and WHO urge greater support for breastfeeding in Indonesia as rates decline during COVID-19. DiterbitkanJakarta, 1 August 2022<https://www.who.int/indonesia/news/detail/01-08-2022-world-breastfeeding-week--unicef-and-who-urge-greater-support-for-breastfeeding-in-indonesia-as-rates-decline-during-covid-19>