

**GAMBARAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG METODE BOM
MESSAGE DALAM MEMPERLANCAR ASI SAAT MASA NIFAS
DI BPM SUPRAPTI PARAKAN TEMANGGUNG**

Lusiana Sitanggang¹⁾, Tresia Umarianti^{*2)}, Deny Eka Widyastuti³⁾

¹⁾Mahasiswa Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas Kusuma Husada Surakarta

²⁾Dosen Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas Kusuma Husada Surakarta

³⁾ Dosen Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas Kusuma Husada Surakarta
analusy554@gmail.com, t27a.umarianti@gmail.com, denka_widyastuti@ukh.ac.id

ABSTRAK

Produksi ASI yang tidak lancar atau tidak keluar sama sekali menimbulkan dampak gagal dalam proses menyusui pada hari pertama lahiran. Salah satu faktor penyebab tidak lancarnya ASI yaitu kurangnya pengetahuan ibu tentang metode BOM Massage yang dapat melancarkan ASI. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu hamil tentang metode BOM Massage dalam memperlancar ASI saat masa nifas di BPM Suprapti Parakan Temanggung. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kualitatif. Sampel dalam penelitian ini 32 dengan menggunakan rumus slovin. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan mayoritas tingkat pengetahuan ibu hamil tentang BOM massage seperti pengertian mayoritas pengetahuannya kurang sebanyak 18 orang (56,3%). Cara kerja mayoritas pengetahuannya kurang sebanyak 31 orang (96,9%). Manfaat mayoritas pengetahuannya kurang sebanyak 17 orang (53,1%) dan tehnik pelaksanaan mayoritas pengetahuannya kurang sebanyak 29 orang (90,6%). Tingkat pengetahuan ibu hamil tentang metode BOM massage berdasarkan karakteristik dari umur mayoritas 26-31 tahun pengetahuannya kurang sebanyak 16 orang (84,2%). Dari pendidikan mayoritas SMA pengetahuannya kurang sebanyak 17 orang (100,0%). Dari pekerjaan mayoritas IRT pengetahuannya kurang sebanyak 22 orang (100,0%). Dari gravida mayoritas >1 pengetahuannya kurang sebanyak 17 orang (94,5%). Saran diharapkan ibu hamil dapat meningkatkan pengetahuan mengenai metode BOM Massage dalam memperlancar ASI saat masa nifas di BPM Suprapti Parakan Temanggung.

Kata Kunci : Pengetahuan, Ibu Hamil, BOM Massage, ASI

OVERVIEW OF PREGNANT WOMEN'S KNOWLEDGE ABOUT THE METHOD BOM MESSAGE IN INCREASING ASI DURING THE PUBLIC TIME AT BPM SUPRAPTI PARAKAN TEMANGGUNG

Lusiana Sitanggang¹⁾, Tresia Umarianti^{*2)}, Deny Eka Widyastuti³⁾

¹⁾Mahasiswa Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas Kusuma Husada Surakarta

²⁾Dosen Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas Kusuma Husada Surakarta

³⁾Dosen Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas Kusuma Husada Surakarta
analusy554@gmail.com, t27a.umarianti@gmail.com, denka_widyastuti@ukh.ac.id

ABSTRACT

Breast milk production that is not smooth or does not come out at all can result in failure in the breastfeeding process on the first day of birth. One of the factors causing not smooth breastfeeding is the mother's lack of knowledge about the BOM Massage method which can improve breast milk. The aim of this research is to determine the description of pregnant women's knowledge about the BOM Massage method in facilitating breast milk during the postpartum period at BPM Suprapti Parakan Temanggung. **Method:** This research uses a qualitative descriptive design. The sample in this study was 32 using the Slovin formula. **Results:** The results of the study showed that the majority of pregnant women's level of knowledge about BOM massage was defined as 18 people (56.3%). The majority of people (96.9%) lack knowledge about how it works. 17 people (53.1%) lacked the majority of knowledge about the benefits and 29 people (90.6%) lacked the majority of knowledge about the implementation techniques. The level of knowledge of pregnant women about the BOM massage method based on the characteristics of the majority aged 26-31 years is less than 16 people (84.2%). Of the majority of senior high school students, 17 people (100.0%) had less knowledge. Of the jobs, the majority of housewives had less knowledge, as many as 22 people (100.0%). Of the gravidas, the majority >1 had less knowledge, as many as 17 people (94.5%). It is hoped that pregnant women can increase their knowledge regarding the BOM Massage method in facilitating breast milk during the postpartum period at BPM Suprapti Parakan Temanggung.

Keywords : Knowledge, Pregnant Women, BOM Massage, Breast Milk

PENDAHULUAN

Faktor yang mempengaruhi proses laktasi dan produksi ASI adalah perawatan payudara (*Breastcare*), frekuensi menyusui, keadaan psikologi serta kesehatan maternal dan kontrasepsi. Tidak hanya itu, berkurangnya pengeluaran hormon prolaktin dan oksitosin juga dapat mempengaruhi produksi ASI. Salah satu cara dalam meningkatkan produksi ASI adalah dengan meningkatkan tingkat kecukupan produksi hormon prolaktin dan oksitosin yang dapat dilakukan dengan cara perawatan payudara, pijatan oksitosin, pembersihan puting payudara serta inisiasi menyusui dini dan metode marmet (Azriani dan Handayani, 2016).

Metode “BOM” (*Breastcare, Oxytocin Massage, and marmet Technique*) merupakan suatu rangsangan atau stimulasi untuk membantu produksi dan pengeluaran ASI melalui *breastcare* (pijatan payudara), *oxytocin massage* (pijatan atau rangsangan pada tulang belakang) dan *marmet technique* (kombinasi antara memerah ASI dan memijat payudara). Hasil penelitian yang dilakukan Umarianti dkk, (2018) tentang efektivitas metode “BOM” terhadap produksi ASI menunjukkan dimana metode “BOM” (*Breastcare, Oxytocin Massage, and marmet Technique*) sangat efektif terhadap produksi ASI. Seorang

ibu hamil yang tidak melakukan perawatan payudara menimbulkan kasus setelah melahirkan seperti ASI tidak keluar, puting susu tidak menonjol, produksi ASI sedikit dan infeksi payudara serta benjolan di payudara (Switaningtyas et al, 2017).

Meningkatkan pengetahuan Ibu hamil merupakan tanggung jawab tenaga kesehatan. Salah satu Pendidikan yang diberikan pada ibu hamil adalah tentang persiapan laktasi (Kemenkes, 2014). Kunci penting dalam mempersiapkan ibu lebih tanggap dan siap untuk memberikan ASI eksklusif pada bayinya adalah edukasi untuk menambah pengetahuan serta mempersiapkan sejak masa antenatal (Rinata dan Syahilda, 2016). Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber kebutuhan dan perkembangan bayi dengan komposisi yang seimbang dan cukup kuantitas semua zat gizi yang diperlukan untuk kehidupan enam bulan pertama (Nirwana, 2014). Tidak hanya itu ASI juga menjadi sumber utama kehidupan, sehingga bayi diusahakan hanya meminum ASI tanpa ada tambahan lain seperti susu formula, air teh, madu, air putih dan makanan pendamping hanya diberikan ASI Eksklusif (Habibah, 2022).

Pemberian ASI eksklusif untuk bayi usia 0 – 6 bulan dan dilanjutkan sampai anak berusia 2 tahun pertama yang dapat

mendorong pertumbuhan dan perkembangan yang baik dan sehat. WHO (2017) menunjukkan bahwa pemberian ASI eksklusif merupakan salah satu cara untuk memberikan nutrisi terbaik pada bayi, disamping memperkuat hubungan ikatan ibu dan bayi. Pemberian ASI eksklusif diwajibkan pada bayi 0-6 bulan dengan tujuan menurunkan tingkat angka kesakitan dan kematian pada anak.

Di Indonesia tingkat angka kecenderungan melakukan Inisiasi Menyusui Dini (IMD) pada tahun 2018 mencapai 58,2% dengan ukuran proporsi dan dilakukan kurang dari 1 jam pertama sebanyak 84,1%. Sementara pemberian ASI saja dalam 24 jam terakhir berusia 0-5 bulan pada tahun 2018 adalah 74,5% (Lina, 2014). Berdasarkan data program gizi provinsi Jawa Tengah Tahun 2018 di Kabupaten Temanggung persentase cakupan pemberian ASI eksklusif menurut kabupaten/kota menunjukkan 82,8% (Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah 2018). Pemberian ASI di hari pertama kelahiran bayi, faktor maternal yang mempengaruhi adalah produksi ASI. Produksi ASI yang sedikit atau tidak keluar sama sekali menimbulkan dampak gagal dalam proses menyusui pada hari pertama kelahiran. Berdasarkan RISKESDAS pada tahun 2018 tidak

keluarnya ASI merupakan salah satu alasan mengapa anak usia 0-23 bulan di Indonesia belum disusui. Persiapan dan motivasi menyusui harus dimulai sejak masa antenatal. Hal yang penting dalam menentukan kesuksesan menyusui adalah kemauan, pengetahuan, kecerdasan dan kepercayaan diri ibu.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di BPM Suprapti, Parakan Temanggung pada bulan April sampai Juni 2023 menunjukkan bahwa terdapat ibu hamil yang melakukan pemeriksaan sebanyak 35 orang. Peneliti mewawancarai 10 orang dari semua ibu hamil yang melakukan pemeriksaan, 10 orang ibu hamil tersebut tidak pernah mendengar metode BOM Massage tetapi mengetahui tentang metode *massege payudara* dan 2 orang diantaranya sudah pernah dilakukan metode *Massage payudara* pada waktu lahiran sebelumnya. Berdasarkan latar belakang tersebut maka peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian tentang gambaran pengetahuan ibu hamil tentang metode *BOM massage* dalam memperlancar ASI saat masa nifas di BPM Suprapti Parakan Temanggung.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan desain

penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil yang datang berkunjung ke BPM Suprapti sebanyak 35 orang. Teknik yang digunakan untuk mengambil sampel dalam penelitian ini adalah *accidental sampling* (Sugiyono, 2016). Dalam menentukan jumlah atau besar sampel ditentukan dengan rumus slovin (Nursalam, 2020). Jadi, besar sampel dalam penelitian ini sebanyak 32 responden. Penelitian dilaksanakan yaitu pada bulan September – Oktober 2023 di BPM Suprapti Parakan Temanggung.

Alat maupun instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar kuesioner.

Peneliti melakukan penelitian kepada responden yang kebetulan bertemu dan meminta waktunya sebentar kemudian menjelaskan tujuan penelitian dan memberitahu bahwa data responden akan dijaga dan disimpan dengan aman. Memberikan *informed consent* sebagai pernyataan bersedia menjadi responden. Responden yang setuju akan menandatangani *informed consent*. Responden diberikan lembar kuesioner tentang gambaran pengetahuan ibu hamil tentang metode BOM massage dalam memperlancar ASI saat masa nifas. Kemudian diarahkan untuk mengisi data umum dan menjelaskan cara pengisian

kuesioner, setelah selesai dikerjakan kemudian data diolah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis dalam penelitian ini tertera pada tabel berdasarkan : 1. karakteristik ibu hamil berdasarkan umur, pendidikan, pekerjaan dan gravida. 2. Tingkat pengetahuan ibu hamil seperti pengertian, cara kerja, manfaat dan teknik pelaksanaan. 3. Tingkat Pengetahuan Ibu hamil berdasarkan karakteristik sampel di BPM Suprapti Parakan Temanggung. Jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 32 orang ibu hamil yang berada di wilayah Parakan Temanggung.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Ibu Hamil Di BPM Suprapti Parakan Temanggung.

Karakteristik Ibu Hamil F (%)		
Kategori Umur /Tahun		
20-25 Tahun	11	
	34,4	
26-31 Tahun	16	
	50,0	
32-38 Tahun	5	15,6
Tingkat Pendidikan		
SD	1	3,1
SMP	9	28,1
SMA	17	53,1
S1	5	15,6

Jenis Pekerjaan		
PNS	2	6,3
Guru Honorer	1	3,1
Wiraswasta	3	9,4
Karyawan Swasta	2	6,3
Petani	1	3,1
Buruh	1	3,1
IRT	22	68,8
Jumlah Gravida		
1	14	43,8
>1	18	56,3
Total	32	100

Sumber: Data Primer, 2023

Berdasarkan hasil penelitian dari segi umur mayoritas ibu hamil berumur 26-31 tahun sebanyak 16 orang (50,0 %), yang dimana merupakan masa dewasa awal. Menurut penelitian Munawaroh, Herniyatun dan Kusumastuti pada umur tersebut seseorang memasuki umur dewasa sehingga cara berfikir lebih matang. Dari segi pendidikan ibu hamil mayoritas SMA sebanyak 17 orang (53,1 %), dimana seseorang yang berpendidikan SMA lebih mudah menerima informasi dibandingkan dengan yang berpendidikan SD ataupun SMP. Pendidikan secara umum merupakan segala upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain baik individu maupun kelompok masyarakat untuk memperoleh

tujuan yang diharapkan. Sehingga semakin tinggi pendidikan seseorang maka pengetahuan dan keterampilan akan semakin baik (Notoatmodjo, 2018).

Dari segi pekerjaan ibu hamil mayoritas IRT sebanyak 22 orang (68,8%). Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Asih (2017) menunjukkan bahwa pekerjaan responden sebagian besar tidak bekerja atau IRT. Dimana sebagai IRT ruang lingkungannya sempit daripada yang bekerja diluar sehingga kurangnya pengetahuan yang diperoleh. Dari segi gravida Ibu hamil mayoritas gravida >1 sebanyak 18 orang (56,3%). Hasil penelitian ini juga sesuai dengan Asih (2017) dimana diperoleh lebih besar responden memiliki lebih dari satu anak dimana gravida >1 sudah memiliki pengalaman dan pengetahuan dari kehamilan sebelumnya daripada gravida pertama.

Tabel 2. Distribusi Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Metode BOM Massage Di BPM Suprapti Parakan Temanggung

Tingkat Pengetahuan F (%)		
Pengertian		
Kurang	18	56,3
Cukup	13	40,6
Baik	1	3,1
Cara Kerja		
Kurang	31	96,9
Cukup	-	-
Baik	1	3,1

Manfaat		
Kurang	17	53,1
Cukup	7	21,9
Baik	8	25,0
Teknik Pelaksanaan		
Kurang	29	90,6
Cukup	2	6,3
Baik	1	3,1
Total	32	100

Sumber: Data Primer, 2023

Berdasarkan hasil penelitian diketahui tingkat pengetahuan ibu hamil dilihat dari pengertian Bom massage Mayoritas ibu hamil pengetahuannya kurang sebanyak 18 orang (56,3%). Dilihat dari cara kerja BOM massage mayoritas ibu hamil pengetahuannya kurang sebanyak 31 orang (96,9%). Dilihat dari manfaat BOM massage mayoritas ibu hamil pengetahuannya kurang sebanyak 17 orang (53,1%), dan dilihat dari teknik pelaksanaan BOM massage mayoritas ibu hamil pengetahuannya kurang sebanyak 29 orang (90,6%). Faktor yang berpengaruh terhadap pengetahuan menurut Notoatmodjo (2018) yaitu sumber informasi tentang metode BOM massage. Informasi adalah data yang telah diproses kedalam suatu bentuk yang mempunyai arti bagi ibu hamil yang mendapatkannya dan informasi dapat diperoleh dari media

cetak, media elektronik dan media sosial. Menurut Yuliati, pengaruh umur juga berpengaruh dalam penerimaan informasi dimana semakin matang umur seseorang akan mempengaruhi cara berfikir. Semakin matang usia seseorang, semakin bijaksana dalam berfikir dan semakin banyak pengalaman yang ditemui untuk mendapatkan pengetahuan.

Bertambahnya pengetahuan maka akan mempengaruhi perilaku seseorang menjadi lebih baik. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pengetahuan ibu hamil tentang metode BOM massage mayoritas kurang. Dimana kemungkinan besar kurangnya pengetahuan ibu hamil disebabkan kurangnya informasi yang didapatkan dari petugas kesehatan dan kurangnya minat ibu untuk mencari informasi dari media tentang BOM massage atau metode BOM massage belum tersebar luas ataupun belum ada yang memperkenalkan BOM massage ke daerah tersebut.

Tabel 3. Distribusi Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Berdasarkan Karakteristik Sampel Di BPM Suprapti Parakan Temanggung

Tingkat Pengetahuan	Umur			Pendidikan					Pekerjaan					Gravida		
	20-25	26-31	32-38	SD	SMP	SMA	SI	PNS	GURU	WIRA	KS	PETANI	BURUH	IRT	1	>1
Kurang	11	16	4	1	9	17	4	1	1	3	2	1	1	22	14	17
Cukup	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Baik	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1
Total	11	16	5	1	9	17	5	2	1	3	2	1	1	22	14	18

Sumber: Data Primer, 2023

Dari hasil penelitian tingkat pengetahuan ibu hamil berdasarkan karakteristik mayoritas ibu hamil berumur 26-31 tahun berpengetahuan kurang sebanyak 16 orang (84,2%). Hal ini berarti umur ibu hamil termasuk dalam umur reproduksi sehat. Triananingsi (2019) menyatakan karakteristik ibu hamil sangat mempengaruhi pengetahuan ibu hamil dalam minat mencari informasi tentang BOM massage, dimana umur ibu hamil di bawah rata-rata 19-25 tahun pada masa umur ini emosional belum stabil sehingga mempengaruhi pola pikir ibu hamil dalam mencari informasi. Tetapi dalam hal ini kurangnya pengetahuan ibu hamil dari umur yang reproduksi sehat karena informasi tentang metode BOM massage belum menyeluruh atau tersebar luas dan kurangnya KIE dari petugas kesehatan serta minat ibu hamil dalam mencari informasi tentang metode BOM massage.

Dari karakteristik pendidikan ibu hamil mayoritas SMA memiliki pengetahuan kurang sebanyak 17 orang (100,0%), pendidikan ibu hamil yang rendah maka pengetahuan yang dimiliki juga akan berkurang. Menurut penelitian Maharani dan Widyastuti bahwa tingkat pendidikan ibu hamil sangat berpengaruh dalam memberikan respon terhadap sesuatu yang datang dari luar. Orang yang berpendidikan tinggi akan memberikan respon yang lebih rasional terhadap informasi yang datang dan alasan berfikir sejauh mana keuntungan yang mungkin dapat diperoleh dari informasi tersebut.

Dari karakteristik pekerjaan ibu hamil mayoritas IRT yang pengetahuannya kurang sebanyak 22 orang (100,0%). Hasil penelitian Novita (2014) mengatakan bahwa ada hubungan pekerjaan dengan pengetahuan. Ibu yang bekerja diluar cenderung lebih banyak memperoleh informasi atau pengetahuan dari luar daripada ibu yang berada dirumah saja.

Dari Karakteristik ibu hamil mayoritas gravida >1 memiliki pengetahuan kurang sebanyak 17 orang (94,5%). Gravida >1 merupakan kehamilan lebih dari satu kali dimana ibu hamil sudah berpengalaman dari kehamilan sebelumnya. Dapat dikatakan

pengetahuan gravida >1 lebih banyak daripada gravida 1. Dengan mempunyai pengalaman menyusui sebelumnya maka akan menunjang keterampilan menyusui dimasa yang akan datang kegagalan menyusui dimasa lalu akan mempengaruhi ibu hamil untuk menjadi lebih baik dalam mencari informasi (Umarianti dkk, 2018). Tetapi dalam hal ini bahwa gravida >1 pengetahuannya terhadap metode BOM massage mayoritas kurang dan kemungkinan kurangnya informasi dari petugas kesehatan dan minat ibu hamil mencari informasi tentang metode BOM massage.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Karakteristik ibu hamil dari segi umur mayoritas berumur 26-31 tahun sebanyak 16 orang (50,0%). Dari segi pendidikan ibu hamil mayoritas SMA sebanyak 17 orang (53,1%). Dari segi pekerjaan ibu hamil mayoritas IRT sebanyak 22 orang (68,8%) dan dari segi gravida mayoritas gravida >1 sebanyak 18 orang (56,3%)
2. Tingkat pengetahuan ibu hamil tentang BOM massage seperti pengertian mayoritas ibu hamil pengetahuannya kurang sebanyak 18

orang (56,3%). Dari cara kerja mayoritas ibu hamil pengetahuannya kurang sebanyak 31 orang (96,9%). Dari manfaat mayoritas ibu hamil pengetahuannya kurang sebanyak 17 orang (53,1%) dan dari teknik pelaksanaan mayoritas ibu hamil pengetahuannya kurang sebanyak 29 orang (90,6%)

3. Tingkat pengetahuan ibu hamil tentang metode BOM massage berdasarkan karakteristik sampel yaitu dari segi umur mayoritas ibu hamil berumur 26-31 tahun pengetahuannya kurang sebanyak 16 orang (84,2%). Dari segi pendidikan mayoritas ibu hamil SMA pengetahuannya kurang sebanyak 17 orang (100,0%). Dari segi pekerjaan mayoritas ibu hamil IRT pengetahuannya kurang sebanyak 22 orang (100,0%) dan dari segi gravida mayoritas gravida >1 pengetahuannya kurang sebanyak 17 orang (94,5%)

SARAN

1. Bagi Ibu Hamil

Diharapkan dapat meningkatkan pengetahuannya dan mencari informasi tentang Metode BOM massage dalam memperlancar ASI

saat masa nifas di BPM Suprapti Parakan Temanggung

2. Bagi Tempat Penelitian

Sebagai bahan evaluasi bagi lokasi penelitian agar meningkatkan pengetahuan tentang metode BOM massage supaya dapat memberikan KIE tentang Metode BOM massage terhadap ibu hamil yang sedang periksa.

4. Bagi Peneliti

Menyiapkan poster tentang metode BOM Massage dan meletakkan poster diruang pemeriksaan BPM Suprapti, untuk lebih mudah menjelaskan saat pemeriksaan dan ibu hamil lebih cepat memahami sehingga pengetahuan ibu hamil meningkat lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Aziani, D., dan Handayani, S. (2016). The Effect Of Oxytocin Massage On Breast Milk Production. *Journal Of Dama International Researchers (DIJR)* 1 (8): 47-50
- Dinkes Jateng, 2018. Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah Tahun 2018. Dinkes Jateng. Temanggung
- Habibah, N. (2022). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Teknik Menyusui Dengan Keadaan Puting Susu Lecet Di Kelurahan Hajoran Kecamatan Pandan Kabupaten Tapanuli Tengah. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesia Health Scientific Journal)*, 6(2), 174-179
- Kementerian Kesehatan RI. 2018. *Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI.
- Lina. dkk.(2014). Hubungan pengetahuan dan teknik menyusui dengan pemberian asi eksklusif diwilayah kerja puskesmas Pengasih II Kabupaten Kulonprago. *Jurnal kesmasino*, Vol 6, No 3, 232-239.
- Nirwana A.B.(2014). ASI & Susu Formula Kandungan dan Manfaat ASI dan Susu Formula.Yogyakarta: Nuha Medika
- Notoatmodjo, S. (2018), *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Jakarta: Rineka Cipta
- Rinata, Evita dan Hafmi Putri Syahilda Hamdi. 2015. Persiapan ASI Eksklusif Ibu Hamil di RB eva

Candi Sidoarjo. Midwiferia
Vol.2 No.2.

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. Dkk (2018). Efektivitas
Metode BOM Terhadap Produksi
ASI. *Jurnal Kesehatan Kusuma
Husada*. Vol. 9 No. 1.