

**PENGARUH EDUKASI MEDIA LEMBAR BALIK TENTANG METODE
BOM MASSAGE TERHADAP PENGETAHUAN IBU HAMIL
TENTANG METODE *BOM MASSAGE* DI UPTD
PUSKESMAS PRACIMANTORO II**

SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Persyaratan Mencapai Sarjana Kebidanan



Oleh:

**Dewi Wahyuni
NIM AB232015**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA
2024**

**PENGARUH EDUKASI MEDIA LEMBAR BALIK TENTANG
METODE *BOM MASSAGE* TERHADAP PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG
METODE *BOM MASSAGE* DI UPTD PUSKESMAS PRACIMANTORO II**

Dewi Wahyuni¹, Rahajeng Putriningrum², Desy Widyastutik³

¹Program Studi Kebidanan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada
²³Program Studi Kebidanan Universitas Kusuma Husada Email Korespondensi :
dewieryawan06@gmail.com

Abstrak

BOM merupakan metode meningkatkan produksi hormon prolaktin dan oksitosin melalui kombinasi *breastcare*, *oxytocin massage*, *marmet technique* sehingga produksi ASI meningkat. Edukasi 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 edukasi media lembar balik tentang metode *BOM massage* terhadap pengetahuan ibu hamil tentang metode *BOM Massage* di UPTD Puskesmas Pracimantoro II.

Penelitian berjenis *Pre experimental* dengan rancangan *One Grup Pretest Postest* dengan populasi ibu hamil di UPTD Puskesmas Pracimantoro II dengan metode total sampling sehingga didapatkan 58 responden. Uji normalitas data dengan menggunakan uji *Saphiro wilk* 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 0,000 yang menunjukkan adanya hasil yang signifikan pada penelitian ini.

Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat pengaruh edukasi media lembar balik tentang metode *BOM massage* terhadap pengetahuan ibu hamil tentang metode *BOM Massage* di UPTD Puskesmas Pracimantoro II.

Kata kunci : BOM massage, edukasi, pengetahuan, lembar balik

THE EFFECT OF FLIPCHART MEDIA EDUCATION ABOUT THE BOM MASSAGE METHOD ON PREGNANT WOMEN'S KNOWLEDGE ABOUT THE BOM MASSAGE METHOD AT PRACIMANTORO II HEALTH CENTER

Dewi Wahyuni¹, Rahajeng Putriningrum², Desy Widyastutik³

¹Study Program Of Midwife Graduate Program Kusuma Husada University Surakarta

²³Study Program Of Midwife Kusuma Husada University Surakarta

Abstract

BOM is a technique to improve prolactin and oxytocin hormone production with breast care, oxytocin massage and marmet technique combination to improve breastmilk production. education that needs to be conveyed to pregnant women is about lactation preparation. 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 flipchart media education about the BOM massage method on pregnant women's knowledge about the BOM massage method at pracimantoro II health center.

This research is a Pre Experimental study with One Group Pretest posttest Design with population of pregnant women at pracimantoro II health center with total sampling technique and there were 58 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 namely 0,000 which mean the research result is significant.

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

Keywords: BOM massage, education, knowledge, flipchart

PENDAHULUAN

Menurut Roesli dalam Mirawati et al (2022) Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber gizi yang sangat baik untuk bayi, ASI mempunyai komposisi yang seimbang dan sesuai kebutuhan untuk pertumbuhan bayi. Melalui penerapan teknik menyusui yang baik dan benar, ASI dapat menjadi makanan tunggal bagi bayi hingga usia 6 bulan. Anak yang memperoleh ASI eksklusif memiliki tingkat IQ (*Intelligence Quotients*) lebih tinggi sebanyak 12,9 point jika dibandingkan anak yang tidak memperoleh ASI saat masih bayi. ASI eksklusif terbukti dapat meminimalkan gangguan pertumbuhan bayi misalnya seperti stunting.

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 2022 sebanyak 2.714 (64,4%) dari 4.372 bayi (Profil Kesehatan Kabupaten Wonogiri 2022, 2023)

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) 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.

Edukasi untuk ibu hamil adalah tanggungjawab pemberi asuhan kesehatan. Salah satu edukasi 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 dan Syahilda Hamdi, 2016)

Media merupakan faktor yang mempengaruhi keberhasilan pendidikan kesehatan dengan membantu meningkatkan kepaahaman 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 ibupostpartum.

Peneliti melakukan studi pendahuluan dengan metode wawancara kepada 10 ibu hamil dengan hasil didapatkan 90% ibu hamil di Puskesmas Pracimantoro II belum mengetahui tentang metode *BOM Massage* dan 10% 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 membantukelancaran ASI ibu hamil setelah melahirkan. Dengan demikian, perlu adanya edukasi media lembar balik 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 *Pre experimental* dengan rancangan *One Group Pretest Posttest Design*. Penelitian dilakukan dengan perlakuan berupa Edukasi metode *BOM massage* kepada ibu hamil di Puskesmas Pracimantoro II dengan menggunakan media lembar balik. Pengambilan data dilakukan sebanyak dua kali sebelum dilakukan perlakuan (*pretest*) dan setelah perlakuan (*posttest*). Kuesioner diberikan sebelum pemberian

materi edukasi tentang 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	2	3,4
	Usia 20-35 tahun	45	77,6
	Usia >35 tahun	11	19,0
	Total	58	100
2	Pekerjaan		
	Ibu rumah tangga	49	84,5
	Guru	2	3,4
	Swasta	2	3,4
	Wiraswasta	2	3,4
	Petani	3	5,2
	Total	58	100
3	Riwayat pendidikan		
	SD	12	20,7
	SMP/ SLTP	14	24,1
	SMA/SLTA	29	50,0
	S1	3	5,2
	Total	30	100

Tabel 4.1

Menurut tabel 4.1, karakteristik sampel berdasarkan usia dalam penelitian ini menunjukkan bahwa 77,6% 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, 2016). Usia merupakan

salahsatu faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang. 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. Mayoritas pekerjaan responden dalam penelitian ini adalah ibu rumah tangga dengan jumlah 49 orang atau 84,5% responden. Seseorang yang bekerja memiliki peluang lebih luas mendapatkan lebih banyak informasi sehingga pengetahuan yang dimiliki pun akan lebih luas (Susanto, 2015). Bekerja juga dapat memberikan peran positif terhadap peningkatan pengetahuan seseorang. Dalam penelitian ini hanya 9 orang ibu hamil yang bekerja yaitu sebagai guru, wiraswasta, petani dan karyawan swasta. Hasil ini sejalan dengan hasil pretest yang menunjukkan hasil kategori kurang sebanyak 100%. Hasil posttest menunjukkan kenaikan yang signifikan yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan pada ibu hamil. Hasil ini tidak sejalan dengan latar belakang pekerjaan mayoritas responden. Namun terdapat faktor-faktor lain yang juga dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang selain pekerjaan seperti pendidikan, usia, pengalaman dan lingkungan

(Wawan dan Dewi, 2019)

Karakteristik data berdasarkan riwayat pendidikan tersedia pada tabel 4.1 yang menunjukkan dominasi pendidikan responden adalah tamatan SMA (50%) disusul dengan tamatan SMP (24,1%), tamatan SD (20,7%) dan sisanya adalah tamatan sarjana (5,2%). Pendidikan memiliki kaitan erat dengan pengetahuan seseorang. Semakin luas pendidikan seseorang maka semakin luas pula pengetahuannya (Wawan dan Dewi, 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 pengetahuan responden setelah dilakukan edukasi. 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 (Wawan dan Dewi, 2019).

No	Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
1	Paritas		
	Primipara	15	25,9
	Multipara	43	74,1
	Total	58	100
2	Riwayat Kehamilan		
	Tidak ada	44	75,9
	Usia Ibu	4	6,9
	Pernah abortus	10	17,2
	Total	58	100
3	Umur Kehamilan		
	Trimester 1	5	8,6
	Trimester 2	30	51,7
	Trimester 3	23	39,7
	Total	58	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 43 responden (74,1%) sementara sisanya yaitu 15 responden (25,9%) 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 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 44 responden (75,9%). Ibu yang mengetahui tentang bahaya dan risiko kehamilan akan waspada dan lebih berhati-hati sehingga akan rutin melakukan pemeriksaan (Kemenkes RI, 2014). Selain itu, Riwayat kehamilan juga berpengaruh pada efektivitas pemanfaatan demografi kesehatan seperti pemanfaatan pelayanan kesehatan sehingga ibu dengan riwayat kehamilan akan lebih mengetahui bahaya kehamilannya sehingga lebih rutin memeriksakan kehamilannya. Hal ini akan meningkatkan pengetahuan ibu hamil (Wulandari, 2014).

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 (51,7%) dan trimester III (39,7%). Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya oleh Komariyah dan Abdullah (2020) mendapatkan hasil adanya peningkatan pengetahuan ibu hamil trimester II dan III setelah dilakukan edukasi.

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 *asympt sig uji wilcoxon* adalah 0,000. 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 edukasi media lembar balik tentang metode *BOM massage* terhadap pengetahuan ibu hamil di UPTD Puskesmas Pracimantoro II.

Pengetahuan ibu hamil tentang metode *BOM Massage* sebelum diberikan edukasi media lembar balik tentang metode *BOM Massage* di Puskesmas Pracimantoro II berdasarkan hasil penelitian ini adalah 100% responden termasuk kategori kurang. Hal ini menunjukkan kurangnya pengetahuan responden tentang *BOM massage*.

Sementara pengetahuan ibu hamil tentang metode *BOM Massage* sesudah diberikan edukasi media lembar balik tentang metode *BOM Massage* adalah 100% responden mendapat hasil kategori baik. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan ibu

hamil tentang *BOM massage* setelah dilakukan edukasi media lembar balik adalah baik.

3. Pengaruh Edukasi Media Lembar Balik tentang Metode *BOM Massage*

Untuk menganalisis pengaruh edukasi media lembar balik tentang metode *BOM massage* dilakukan uji *Wilcoxon*. Pada penelitian ini didapatkan hasil uji *wilcoxon* adalah 0,000. Nilai $Asymp < 0,05$ yang menunjukkan terdapat tingkat kemaknaan perlakuan edukasi media lembar balik tentang *BOM Massage*.

Pada penelitian ini dapat dilihat bahwa ada peningkatan pengetahuan yang signifikan pada ibu hamil setelah mendapatkan edukasi media lembar balik tentang *BOM Massage* dibandingkan dengan pengetahuan sebelum diberikan edukasi media lembar balik sehingga dapat menunjukkan keefektifan media ini dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil.

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).

KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

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

iburumah tangga dengan usia kehamilan trimester II tanpariwayat kehamilan tertentu dengan kategori pengetahuan kurang sebelum dilakukan edukasi.

- b. Terdapat perbedaan pengetahuan ibu hamil tentang metode *BOM Massage* sebelum dan sesudah diberikan edukasi media lembar balik tentang metode *BOM Massage* di UPTD Puskesmas Pracimantoro II.
- c. Terdapat pengaruh edukasi media lembar balik tentang metode *BOM Massage* terhadap pengetahuan ibu hamil tentang metode *BOM Massage* di UPTD Puskesmas Pracimantoro II.

2. 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 edukasi 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). Edukasi Dalam Paket Caring Terhadap Pengetahuan Tentang kecemasan. *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*. doi:10.1007/978-3-030-41596-9_1.3-7.
- Alini dan Indrawati. (2018). “Efektifitas Promosi Kesehatan melalui Audio Visual dan Leaflet tentang Sadari (Pemeriksaan Payudara Sendiri) terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri tentang Sadari di SMAN 1 Kampar Tahun 2018”. Skripsi. Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai.Rokan Hulu.
- Azriani, D, Handayani, S. (2016). The Effect of Oxytocin Massage on Breast Milk Production. *Dama International Journal of Researchers (DIJR)*. 1(8). 47-50.
- 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. *Indian Journal of Basic and Applied Medical Research*. 3(3). 187-192.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Wonogiri. (2023). *Profil Kesehatan Kabupaten Wonogiri Tahun 2022*. Wonogiri: Dinas Kesehatan Kabupaten Wonogiri.
- Donsu, JDT. (2017). *Psikologi Keperawatan*.Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Gunawan, H. (2021). *Edukasi dan Produktivitas Masyarakat di Masa Pandemi*. Bandung: LP2M UIN SGD.
- Henryadi. Tricahyadinata, I. Zannati, R. (2019). *Metode Penelitian: Pedoman Penelitian Bisnis dan Akademik*.Jakarta: Lembaga Pengembangan Manajemen dan Publikasi Imperium (LPMP Imperium)
- Hu H, Pasca I. (2016). Management of Complex Cardiac Issues in the Pregnant Patient. *Crit Care Clin*.32(1).97-107.
- Indrayani, T. & Syafar, M. (2020). *Promosi Kesehatan untuk Bidan*.2020. Banten: CV. AA. RIZKY.
- Irawati H., Kartini A., Nugraheni S.A. (2019). Pengaruh Lembar Balik terhadap Pengetahuan dan Sikap Kesehatan Reproduksi Calon Pengantin terkait Pencegahan Risiko Kehamilan di Kabupaten Pematang. *Jurnal Manajemen Kesehatan Indonesia*. 2019. 7(2). 124-131
- Ghozali, I. (2016). Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS 2.Universitas Diponegoro.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). *Pedoman Pelaksanaan Kelas Ibu Hamil*. Jakarta: Kemenkes RI
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2013*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kuncoro IA, Hidayati YM (2021). Learning Videos Increase Students' Cognitive Learning Outcomes on Animal Life Cycle Materials. *Jurnal Ilmiah Sekolah Dasar*. 5(2). 299-306
- Kurniyati, E. (2020). “Efektivitas Edukasi Menggunakan Media Sosial Whatsapp Terhadap Tingkat Pengetahuan pada Pasien TB Paru di Poliklinik DOTS

- RSUP Dr Soeradji Tirtonegoro Klaten". Skripsi. Stikes Muhammadiyah Klaten.Klaten
- Langapa, et al. (2015). Hubungan Karakteristik Ibu Hamil Dengan Pengetahuan. *E-Journal Keperawatan*, 2(2).
- Leilani, A., Nurmala, N., & Patekkai, M. (2017). Efektivitas Penggunaan Media Penyuluhan. *Jurnal Penyuluhan Kelautan dan Perikanan Indonesia*. 9 (1).43-54.
- 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
- Maulida, L.F. (2017). Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Lembar Balik Terhadap Perilaku Pemberian ASI pada Ibu Post Partum. *Jurnal Kebidanan Midwiferia*. 3. (2). 40-56.
- Marmi. (2014). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Salemba Medika
- Mirawati. Masdiputri, S.N. Puteri, M.D. Hikmah, T. Fatmawati. (2022). Edukasi ASI Eksklusif untuk Persiapan Menyusui Menjelang Persalinan. *Jurnal pengabdian Masyarakat*. 2(1).2
- Muliani, R.H. (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". Skripsi.STIKES Ngudi Waluyo.Semarang.
- Myers KM, Elad D. (2017). Biomechanics of the human uterus. *Wiley Interdiscip Rev Syst Biol Med*.9(5).1388
- Notoatmodjo, S. (2014). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nugroho, D.T. Nurrezki, Warnaliza, D. Wilis. (2017). *Buku Ajar I Askeb I Kehamilan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Nursalam. (2014). *Metode Penelitian Ilmu Keperawatan (1st ed.)*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pascual, Z.N, Langaker, M.D. (2022). *Physiology Pregnancy*. Diakses pada 26 April 2024 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.
- 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, DE. (2014).” Penerapan Media papan Lembar Balik (Flip Chart) Pada Pembelajaran Tematik Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Sekolah Dasar”. Skripsi, Universitas Negeri Surabaya. Surabaya.
- Prawirohardjo, S. (2016). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- 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.

- Rahmawati, AI. & Umbul, C. (2014). Faktor yang mempengaruhi Kelengkapan Imunisasi Dasar di Kelurahan Krembangan Utara. *Jurnal Berkala epidemiologi*. 2 (1).59-70
- Rakhman, KA. Saraha, AR. & 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>.
- Rangkuti, NA. & Harahap, MA. (2020). Hubungan Pengetahuan dan Usia Ibu Hamil dengan Kehamilan Risiko Tinggi di Puskesmas Labuhan Rasoki. *Jurnal Education and Development*. 8 (4).513
- Resmaniasih, K. (2018). Pengaruh Pijat Hamil Terhadap Perubahan Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester Tiga. *JIK Jurnal Ilmu Kesehatan*.2(2).93–99.
- Rinata, E. and Syahilda, HP. (2016). Persiapan Asi Eksklusif Ibu Hamil Di Rb Eva Candi Sidoarjo'. *Midwiferia*, 1(2)125. doi: 10.21070/mid.v1i2.356.
- Riskesdas. (2018). *Hasil Utama Riskesdas 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI.
- Saurabh, A. (2019) Efect of Media on Human Behaviour. *he 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. (2016). Physiological changes in pregnancy. *Cardiovasc J Afr*.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”. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Surakarta. Surakarta.
- Susanto, AV. Fitriana, Y. (2019). *Asuhan pada Kehamilan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press
- Susanti, D.& Dewi, R. (2022). Education on Prevention of Stunting Through Exclusive Breastfeeding in the Community: Edukasi Pencegahan Stunting Melalui Pemberian ASI Eksklusif Pada Masyarakat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*. 1(2). 107–114. <https://doi.org/10.53770/amjpm.v1i2.85>
- 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. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*. 2 (3).
- Umarianti, T. Listyaningsih, KD. Putriningrum, R. (2018). Efektivitas Metode BOM Terhadap Produksi ASI. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*. 9 (1).120-124. Diakses pada 6 April 2024 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.

- Wahyuningsih, E. Rohmawati, W. (2018). Efektivitas Pijat Endorpin Dan Pijat Breascare Terhadap Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Nifas Di Rsu Pku Muhammadiyah Delanggu. *Jurnal Involusi Kebidanan*, 9(17): 47–60
- Wawan, A. Dewi, M. (2019). *Teori & Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia*. Cet.3. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Wijayanti. (2014). “*Hubungan Pengetahuan tentang Kesehatan Reproduksi dengan Sikap terhadap Kehamilan pada Usia Remaja pada Siswa Kelas XI di SMAN 1 Karangmojo Gunung Kidul*”. Skripsi thesis. STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta. Yogyakarta.
- Wulandari, R. (2014). “*Hubungan Tingkat Pendidikan Ibu Hamil Dengan Pengetahuan Tanda Bahaya Kehamilan Pada Trimester III Di RB Harapan Bunda Surakarta*”. Skripsi. STIKES PKU Muhammadiyah Surakarta. Surakarta.
- Yustisa, PF. Aryana, IK, Suyasa, I. N. G. (2014). Efektifitas Penggunaan Media Cetak dan Media Elektronika dalam Promosi Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Perubahan Sikap Siswa SD. *Jurnal Kesehatan Lingkungan*. 4 (1). 29-39