

¹SITI KHUZAIYAH, ²RINI KRISTIYANTI

^{1,2}Program Studi Diploma Tiga Kebidanan
Universitas Muhammadiyah Pekajangan
Pekalongan
Jl. Raya Pekajangan No.87 Kedungwuni
Pekalongan, 51172 Jawa Tengah
Email:khuzaiyahpenulis@gmail.com

Paket Edukasi Ibu Hamil untuk Mewujudkan Anak Sehat dan Cerdas Melalui Pendekatan Asuhan Kebidanan Holistik

Education Package for Pregnant Women to Realize Healthy and Smart Children with Holistic Midwifery Approach

<https://doi.org/10.18196/bdr.8278>

ABSTRACT

Children are an investment in a nation, which must be made to optimize their physical and spiritual health. Optimization of children's health must be done holistically since the child is in the womb. This community service was carried out to increase the knowledge, motivation, and skills of pregnant women in realizing healthy and smart mothers and children. The method of this activity was carried out with the stages of education, empowerment, and mentoring. The target of this activity was pregnant women. The form of the activities was community-based in collaboration with the village government of Pangkah Village, Karangdadap Sub-district, Pekalongan District, and Puskesmas (Public health center) Karangdadap. The education for pregnant women was given once a month, including spiritual hypnotherapy relaxation, stimulating the baby's intelligence, and exclusive breastfeeding. This activity was attended by 21 pregnant women and lasted for five months. The results obtained are 1) 17 people (81%) have good knowledge of brain booster, relaxation, and proper breastfeeding, and 19 people (91%) have a strong motivation in applying the three skills; 2) Mothers can do spiritual relaxation hypnotherapy during pregnancy, and; 3) Mothers can practice stimulating their baby's intelligence from the womb with the brain booster method.

Keywords: education package, pregnant women, brain booster, healthy, smart

PENDAHULUAN

Anak adalah investasi suatu bangsa. Anak yang sehat menjadi tujuan dan harapan setiap orangtua. Secara teori, sehat adalah suatu keadaan sempurna baik secara fisik, secara sosial dan mental, tidak sekedar terbebas dari penyakit, kecacatan maupun kelemahan (WHO, 1974). Upaya mewujudkan kesehatan anak juga hendaknya mencakup kesehatan mental dan kecerdasan. Sehat secara mental bermakna bahwa suatu kondisi yang memungkinkan fisik, intelektual, dan emosional dapat berkembang secara optimal dan selaras dengan keadaan orang lain (UU No.3/1961).

Untuk mencapai kesehatan anak yang maksimal diperlukan upaya menyeluruh (holistik) sejak dalam kandungan. Pemberian nutrisi dan stimulasi yang tepat akan

menghasilkan anak yang sehat secara menyeluruh baik fisik, psikis, dan intelektual. Selain pemberian stimulasi ke janin, bidan juga hendaknya memberikan asuhan kepada ibu hamil secara menyeluruh meliputi aspek *mind*, *body*, dan *spirit* ibu hamil. Pelaksanaan asuhan di lapangan saat ini menunjukkan bahwa asuhan kebidanan masih didominasi oleh asuhan fisik (*body*) sehingga kurang mengarah pada asuhan psikologis dan kejiwaan (*mind* dan *spirit*).

Dalam konteks pelayanan kebidanan, asuhan yang diberikan diharapkan dapat bersifat holistik (*holistic care*). Asuhan holistik mencakup aspek fisik, *mind*, *body*, dan spiritual (Erickson dan Sandor, 2017). Selain ASI, nutrisi ibu selama hamil juga berperan dalam meningkatkan perkembangan otak. Selain memberikan stimulasi, asupan makanan dengan komposisi gizi seimbang selama proses kehamilan juga dapat mencerdaskan otak janin (Soedjatmiko, 2012). Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pada ibu hamil tentang upaya mewujudkan kesehatan yang holistik baik kepada ibu maupun pada anak yang dikandung sehingga terwujud ibu dan anak sehat serta cerdas.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan ini dilaksanakan di Desa Pangkah Kecamatan Karangdadap Kabupaten Pekalongan kegiatan dilaksanakan selama lima bulan yaitu pada bulan April – Agustus 2017. Waktu pertemuan antara tim pengabdian dengan sasaran adalah sebulan sekali yaitu pada setiap pekan pertama setiap bulan. Sasaran kegiatan ini adalah seluruh ibu hamil di Desa Pangkah Kecamatan Karangdadap dengan usia kehamilan e”20 minggu. Ibu hamil yang berpartisipasi dalam kegiatan ini sebanyak 21. Kegiatan pengabdian ini menggunakan beberapa alat pendukung, seperti LCD, laptop, matras dan peralatan stimulasi *brain booster* (*headset* dan pemutar musik).

Bentuk kegiatan berbasis komunitas bekerjasama dengan pemerintah Desa Pangkah Kec. Karangdadap Kab. Pekalongan dan Puskesmas Karangdadap. Dalam kegiatan ini, tim pengabdian masyarakat melakukan pendekatan kepada puskesmas, pemerintah desa, bidan desa dan ibu hamil di Desa Pangkah Kec. Karangdadap. Selanjutnya, tim memberikan edukasi keada ibu hamil sebulan sekali. Edukasi yang diberikan adalah edukasi terkait kehamilan, cara stimulasi kecerdasan bayi dan ASI eksklusif. Selain itu, tim juga memberikan pendampingan kepada ibu untuk mempraktikkan cara stimulasi kecerdasan bayi, relaksasi ibu hamil, dan cara menyusui yang benar.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini terdiri atas 5 tahap: tahap pendahuluan, tahap pemberian layanan 1, pemberian layanan 2, pemberian layanan 3,

dan tahap evaluasi. Pada tahap pendahuluan, pelaksana melakukan survei ke mitra, identifikasi permasalahan mitra, pengenalan dan kontrak program, persiapan media pelatihan dan pembuatan jadwal bersama mitra. Pada tahap pemberian layanan, pelaksana pengabdian masyarakat memberikan paket edukasi berupa penyuluhan, diskusi, demonstrasi, dan simulasi kecerdasan bayi secara langsung. Materi yang diberikan meliputi ketidaknyamanan kehamilan, ASI eksklusif, spiritual hipnopenatal, dan simulasi *brain booster* bagi bayi. Tim pengabdian masyarakat melakukan pengamatan terhadap pengetahuan, motivasi, dan keetrampilan dengan cara menilai pengetahuan dan motivasi serta observasi ibu secara langsung pada saat melakukan keterampilan yang diajarkan. Analisis data menggunakan analisis *univariate* untuk melihat persentase pengetahuan motivasi dan keterampilan ibu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini memberikan dampak yang positif bagi ibu hamil sasaran. Dari kegiatan pengabdian masyarakat ini, didapatkan hasil pengetahuan dan motivasi seperti tampak pada Tabel 1.

Tabel 1. Distribusi frekuensi pengetahuan dan motivasi ibu hamil (n=21)

Variabel	n	(%)	N
Pengetahuan			
Baik	17	81	
Cukup	4	19	21
Motivasi			
Kuat	19	91	
Sedang	2	9	21
Total	21	100	

Sumber: data primer, 2017 (diedit)

Tabel 1 menginterpretasikan bahwa sebagian besar ibu memiliki pengetahuan yang baik (81%) tentang *brain booster*, relaksasi spiritual hipnoterapi dan juga cara menyusui yang benar. Hampir seluruh ibu (91%) juga memiliki motivasi yang kuat untuk melakukan keterampilan *brain booster*, relaksasi, dan cara menyusui yang benar. Observasi langsung terhadap ibu menunjukkan bahwa ibu mampu mengikuti sesi praktik dan melaksanakan praktik *brain booster*, spiritual hipnoterapi, dan cara menyusui dengan benar. Dampak yang baik ini diharapkan memberi efek jangka panjang terhadap anak yang sedang dikandungnya.

Memiliki anak yang sehat dan cerdas secara menyeluruh adalah harapan semua orangtua. Bahkan, seorang ibu yang hamil di luar nikah juga memiliki harapan terbaik

untuk anak-anaknya, di antaranya adalah harapan agar anak pintar dan bermanfaat untuk bangsa (Khuzaiyah, 2019). Untuk mewujudkan anak sesuai harapan tersebut, diperlukan upaya yang menyeluruh. Dalam konteks pelayanan kebidanan, asuhan yang diberikan diharapkan dapat bersifat holistik (*holistic care*). Asuhan holistik mencakup aspek fisik, *mind*, *body*, dan spiritual (Erickson dan Sandor, 2017). Pada konteks keperawatan, layanan asuhan holistik akan membangun hubungan penuh percaya dari pasien kepada perawat. Kepercayaan yang baik ini terjadi karena perawat berusaha menjalin hubungan dan komunikasi untuk memenuhi kebutuhan pasien. Secara umum, pasien menunjukkan kepuasan dalam pelayanan keperawatan (Mundakir., Wulandari, & Mukarromah, 2016). Pada konteks kehamilan dan perawatan ibu terhadap bayi yang dikandung, pengasuhan holistik akan membawa manfaat yang baik terhadap psikologis, tubuh maupun spiritual anak.

Pengabdian masyarakat ini menerapkan proses asuhan yang menyeluruh (*holistic*). Setiap tahapan kegiatan layanan asuhan kebidanan berjalan lancar diikuti oleh ibu hamil. Partisipasi aktif ibu hamil dalam kegiatan ditunjukkan dengan antusiasme yang besar dan keaktifan bertanya.

Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini, tim memberikan layanan kebidanan yang memadukan ketiga aspek yaitu *mind*, *body* (fisik) dan *spirit*. Aspek fisik meliputi pemberian informasi tentang ketidaknyamanan selama kehamilan, ASI eksklusif dan pemberian nutrisi pengungkit otak (sesuai program *brain booster* yang dicanangkan pemerintah) untuk mewujudkan anak sehat dan cerdas. Air susu ibu (ASI) eksklusif adalah pemberian ASI saja kepada bayi lahir selama 6 (enam) bulan, tanpa menambahkan dan/atau mengganti dengan makanan atau minuman lain (PP RI, 2012). ASI bermanfaat untuk kesehatan dan kecerdasan bayi. Di dalam ASI terkandung beberapa zat yang bermanfaat, seperti kolostrum, lemak, karbohidrat, vitamin, protein, mineral, zat besi dan faktor pelindung ASI (Roesli, 2005). Kandungan ASI yang lengkap akan sangat bermanfaat untuk pertumbuhan dan perkembangan tubuh dan otak bayi. Pemberian informasi tentang ASI sangat penting bagi ibu sejak masa kehamilan. Penelitian pada ibu hamil yang berpantang makanan di Pekalongan menunjukkan bahwa masih ada 23,5% ibu yang tidak yakin bahwa ASI mampu memenuhi nutrisi pada 6 bulan pertama; lebih lanjut, lebih dari separuh (52,9%) ibu yang berpantang makanan sudah mengetahui gizi ibu nifas, tetapi memiliki kelatukan terhadap orangtua (Kristiyanti & Khuzaiyah, 2019).

Selain ASI, nutrisi ibu selama hamil juga berperan dalam meningkatkan perkembangan otak. Selain memberikan stimulasi, asupan makanan yang memiliki kandungan gizi seimbang yang dikonsumsi selama hamil juga dapat mencerdaskan otak

janin (Soedjatmiko, 2012). Gizi berpengaruh terhadap susunan anatomi otak yang memengaruhi sel syaraf melalui jalur pembelahan sel-sel syaraf. Selanjutnya, akan ditentukan jumlah dari sel-sel syaraf yang dibentuk. Melalui sel-sel syaraf yang tumbuh, akan ditentukan ukuran sel syaraf menuju terbentuknya sel syaraf dengan bagian-bagiannya yang sempurna. Selain itu, gizi juga memengaruhi zat kimia otak, yaitu pada proses pembentukan konsentrasi neurotransmitter, pembentukan jumlah reseptor, dan jumlah pengangkutan neurotransmitter (Diana, 2010).



Gambar 1. Tim narasumber pengabdian masyarakat memberikan edukasi sesi teori di Balai Desa Pangkah.

Selain berpengaruh pada perkembangan otak bayi, kebiasaan makan ibu juga akan berpengaruh terhadap kebiasaan makan bayi pada waktu lahir. Makanan yang dikonsumsi oleh ibu hamil akan dialirkan menuju cairan ketuban dan ditelan oleh janin di dalam rahim. Dampaknya, beberapa jenis makanan yang dikonsumsi ibu juga ikut dirasakan oleh janin. Apa yang dimakan ibu saat hamil atau menyusui akan memengaruhi penerimaan dan respon bayi terhadap makanan tersebut. Sebagai contoh, ibu yang saat hamil atau saat menyusui makan wortel maka janin ikut merasakan wortel melalui cairan ketuban atau ASI. Ketika datang masa penyapihan dan bayi dikenalkan dengan makanan tambahan wortel, bayi dari ibu yang mengkonsumsi wortel akan cenderung lebih menerima dan menikmati wortel dibanding bayi yang dilahirkan oleh ibu yang saat hamil tidak mengkonsumsi wortel (Mennella, Jagnow, Beauchamp, 2001). Dari sini, dapat dipahami bahwa jika seorang ibu ingin anaknya mudah mengkonsumsi aneka jenis makanan, salah satu caranya adalah dengan memperbanyak variasi/ jenis makanan yang dikonsumsi pada saat hamil dan menyusui sehingga lidah bayi sudah familiar dengan

rasa aneka jenis makanan sejak dalam kandungan. Semakin bervariasi makanan yang dikonsumsi oleh ibu dan bayi, nutrisi yang didapatkan oleh bayi akan semakin lengkap. Lebih jauh lagi, hal ini memberikan efek pada pertumbuhan dan perkembangan otak bayi lebih maksimal.

Dalam kegiatan layanan pengabdian masyarakat ini, pelaksana memberikan asuhan dalam konteks psikologis dan spiritual dengan memberikan informasi terkait relaksasi kehamilan, praktik hipnorelaksasi, mengajak mendekatkan diri kepada Sang Pencipta, dan memperbanyak doa menjelang kelahiran agar ibu lebih rileks dan tenang. Kondisi ibu yang rileks dan tenang akan berdampak positif kepada bayi yang dikandungnya. Sebaliknya, kondisi ibu yang cemas dan stress akan berefek buruk terhadap ibu dan janin yang dikandungnya. Kecemasan (ansietas) merupakan rasa khawatir atau takut yang tidak jelas penyebabnya. Berdasarkan data ADAA (*Anxiety and Depression Association of America*), disebutkan bahwa 52% dari wanita yang sudah hamil melaporkan bahwa rasa cemas atau depresi meningkat pada saat kehamilan (ADAA, 2016). Ibu hamil harus mendapatkan penanganan dini agar kecemasan yang dialami tidak semakin parah dan ibu semakin tenang. Jika seseorang berpikiran tenang, detak jantungnya akan lebih teratur dan tidak terlalu cepat. Sebaliknya, detak jantung akan cenderung menjadi lebih cepat apabila ibu dalam kondisi stress. Ibu dan bayi mempunyai ikatan yang kuat sejak dalam kandungan, apa yang dirasakan ibu juga dirasakan oleh janin. Oleh karena itu, jika ibu merasa tenang, janin juga bisa merasakannya dan salah satu responsnya yaitu detak jantungnya melambat, tetapi teratur (Ghodrati & Akbarzadeh, 2018).



Gambar 2. Ibu hamil melakukan praktik relaksasi sipiritual hipnopenatal

Selain rileksasi, kekuatan doa juga akan memberikan pengaruh positif kepada ibu dan bayi yang dikandung. Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini, ibu didorong untuk berdoa dengan khusyuk dan rutin. Doa merupakan sugesti diri yang dapat memotivasi seorang untuk bertindak sesuai dengan kalimat yang diucapkan dalam doa.

Jika doa dipanjatkan secara sungguh-sungguh akan memengaruhi perubahan badan dan jiwa sehingga seseorang menjadi lebih tenang, optimistis, merasakan kehadiran Tuhan, percaya diri dan damai (Sholeh, 2005 & Rinker, 2001). Ibu hamil didorong agar meminta kepada Tuhan supaya kehamilannya berlangsung dengan lancar dan sehat, serta anak yang dikandung diberikan kesehatan, kecerdasan dan solih. Ibu juga dikuatkan motivasinya bahwa dengan kekuatan doa kepada Tuhan (Allah swt) maka bukanlah suatu hal yang mustahil bahwa ibu bisa memiliki anak yang sehat dan cerdas. Hal ini sejalan dengan firman Allah dalam Al-Qur'an (QS Al Mu'minin yang artinya: *Dan Tuhanmu berfirman, "Berdoalah kepada-Ku, niscaya akan kuperkenankan bagimu. Sesungguhnya orang-orang yang menyombongkan diri dari menyembah-Ku akan masuk neraka Jahannam dalam keadaan hina dina"*).

Selain doa, ibu hamil juga dimotivasi untuk rutin membaca Al-Qur'an sebagai bentuk stimulasi pendengaran janin. Pada minggu ke-16, janin mulai dapat mendengar dan mengenal suara-suara dari luar kantong ketuban, termasuk suara denyut jantung ibu dan suara-suara di lingkungan sekitar ibu, seperti suara gaduh, teriakan atau sapaan lembut (Irianto, 2004). Pada sisi ibu, mendengarkan Al-Qur'an memiliki manfaat untuk mengurangi nyeri dan menjadi salah satu bentuk terapi nonfarmakologi (Bayrami & Ebrahimipour, 2014). Di dalam Al-Qur'an (QS Bani Israil: 82 yang artinya: *"Dan Kami turunkan dari Al-Qur'an suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al-Qur'an itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian."*

Ibu hamil juga bisa membaca ayat-ayat *ruqyah* dalam Al-Qur'an sebagai salah satu upaya mewujudkan kesehatan ibu dan bayi secara menyeluruh baik fisik maupun jiwanya. Menurut Ibnul Qayyim Al-Jauziyah, *ruqyah* ini mengandung unsur *tawassul* kepada Allah melalui kesempurnaan penciptaan dan kasih sayang-Nya dalam memberikan kesembuhan. Sesungguhnya kesembuhan itu berasal dari-Nya. Oleh karena itu, *ruqyah* ini sudah mengandung *tawassul* kepada Allah melalui tauhid, ihsan, dan keyakinan terhadap *Rububiyah* Allah (Al-Maidani, 2005). *Ruqyah* bermanfaat untuk beberapa pengobatan, termasuk pengobatan masalah fisik dan psikis. Dalam ilmu kedokteran, efektivitas *ruqyah* untuk pengobatan gangguan fisik dan psikis sudah diakui (Ariyanto, 2007). Dengan dilakukannya *ruqyah* mandiri oleh ibu hamil, diharapkan ibu dan bayi dapat mencapai kondisi sehat yang lebih optimal. Selain itu, ibu dan bayi juga akan lebih dekat kepada Sang Pencipta dan meningkatkan ketenangan keduanya.

Kecuali relaksasi dan doa, ibu juga diajarkan cara merangsang kecerdasan anak dengan memberikan stimulasi *brain booster*. *Brain booster* merupakan upaya untuk meningkatkan kecerdasan janin selama kehamilan dengan jalan memberikan stimulasi otak dan nutrisi

yang tepat (Depkes RI, 2009). Komponen utama *brain booster* adalah dengan memberikan nutrisi pengungkit otak dan stimulasi musik *Mozart*. Nutrisi *brain booster* yang diberikan selama hamil sangat vital dalam mengoptimalkan kecerdasan otak janin hingga dapat terwujud generasi cerdas di masa mendatang (Fitriyani, et.al., 2017). Pada tahap ini, ibu juga dimotivasi untuk merangsang kecerdasan janin dengan cara mengajak bermain dari luar (dengan elusan, usapan, bermain hitungan, ketukan dan bermain gelap-terang) serta mengajak bayi berbicara sesering mungkin.

Selain mengacu pada komponen utama dengan musik *Mozart*, ibu hamil juga dianjurkan untuk mengkombinasikan *brain booster* dengan ayat Al-Qur'an dikarenakan seluruh ibu hamil beragam muslim. *Murotal* dapat membantu meningkatkan kemampuan otak anak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rangsangan suara *murotal* Al-Qur'an dapat menjadi salah satu pilihan terapi komunikasi pada anak dengan gangguan autisme. Gelombang delta yang dihasilkan oleh rangsangan terapi suara *murotal* surah Ar-Rahman di daerah *frontal* dapat meningkatkan fungsi kecerdasan anak autisme; termasuk kemampuan komunikasi dan berhubungan dengan lingkungan sosial (Mayrani & Hartati, 2013).

Kembali pada proses pengabdian masyarakat, pada sesi *brain booster*, sebagian ibu membawa anak kecil sehingga suasana tempat layanan ramai dan ibu kurang dapat berkonsentrasi maksimal dalam kegiatan. Namun, ibu dapat memahami materi penyuluhan dan dapat mempraktikkan secara langsung kepada bayi yang dikandung. Lebih jauh lagi, tidak semua ibu hamil datang pada sesi spiritual hipnoterapi sehingga tidak semua ibu hamil berkesempatan melakukan relaksasi hipnoterapi. Selain itu, pada sesi penyuluhan ASI eksklusif, didapatkan bahwa alat peraga penyuluhan ASI eksklusif kurang memadai sehingga demonstrasi teknik pemerah ASI pada ibu bekerja tidak maksimal. Namun demikian, seluruh ibu hamil (100%) menyatakan akan memberikan ASI eksklusif pada anaknya.



Gambar 3. Tim pengabdian masyarakat bersama mahasiswa yang terlibat di Aula Balai Desa Pangkah.

Kendala yang dihadapi pada kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah jarak antara institusi dengan tempat layanan yang cukup jauh serta frekuensi yang hanya sebulan sekali. Namun demikian, kendala ini tentu nilainya lebih kecil dibanding manfaat yang didapatkan. Pada setiap akhir sesi pelaksanaan pengabdian masyarakat, ibu hamil terlihat sangat antusias mengikuti anjuran dan mempraktikkan ilmu yang didapatkan.

SIMPULAN

Serangkaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat meningkatkan pengetahuan, motivasi dan keterampilan ibu dalam melakukan *brain booster*, relaksasi, dan teknik menyusui yang benar. Asuhan kebidanan secara holistik pada ibu hamil ini dapat meningkatkan kesehatan ibu dan pemahaman ibu hamil mengenai cara menstimulasi kesehatan dan kecerdasan anak sejak dalam kandungan sehingga berdampak pada praktik kesehatan dan stimulasi terhadap janin yang dilakukan sehari-hari oleh ibu hamil. Tenaga kesehatan, khususnya bidan diharapkan memberikan asuhan secara lebih menyeluruh (*holistic*) dalam mewujudkan bayi yang sehat dan cerdas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat STIKES Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan yang telah memberikan izin dan memberikan pendanaan sehingga kegiatan ini dapat berjalan secara lancar. Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada segenap mitra yang telah mendukung berjalannya kegiatan ini, yaitu Puskesmas Karangdadap, Pemerintah Desa Langkap Kec. Karangdadap, Bidan Desa Krangdadap dan segenap ibu hamil peserta kelas ibu hamil.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Quran dan Terjemahnya. 2005. Al Jumaanatul Ali, Yayasan Penyelenggara Penterjemah/pentafsir Alquran: tanpa kota
- Al-Maidani, A.U.B. (2005). Metode Pengobatan Nabi SAW. Jakarta: Griya Ilmu
- Ghodrati, F., & Akbarzadeh, M. (2018). A review of the importance of maternal-fetal attachment according to the Islamic recommendations. *Journal of Midwifery and Reproductive Health*, 6(1), 1193-1200..
- Anxiety and Depression Association of America. (2016). *Pregnancy and Medication*
- Ariyanto, MD, (2007). Terapi Ruqyah terhadap Penyakit Fisik, Jiwa dan Gangguan Jin. Ariyanto, M. D. *Jurnal Suhuf*. Vol. 19, No. 1, Mei 2007: 48 - 59
- Bayrami, R., & Ebrahimipour, H. (2014). Effect of the Quran sound on labor pain and other maternal and neonatal factors in nulliparous women. *J Research Health* 2014; 4(4): 898-902.
- Depkes RI. (2009). *Pedoman Stimulasi Dan Nutrisi Pengungkit Otak (Brain Booster) Pada Janin Melalui Ibu Hamil*. Pusat Pemeliharaan Peningkatan dan Penanggulangan Intelegensia Kesehatan Tahun 2009. Depkes RI
- Diana, FM. (2010). *Pemantauan Perkembangan Anak Balita*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, Maret 2010-September 2010, Vol. 4, No.2

- Erickson and K. Sandor (2017). Prepared by H Erickson, March, 2012. (2017), (December), 1–26.
- Fitriyani, Aisyah RD, Suparni. (2017). IbM Pemberian Nutrisi Brain Booster Pada Ibu Hamil. Prosiding Seminar Nasional Publikasi Hasil-Hasil Penelitian dan Pengabdian Masyarakat “Implementasi Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Untuk Peningkatan Kekayaan Intelektual” Universitas Muhammadiyah Semarang, 30 September 2017
- Irianto. (2004). Struktur dan Fungsi Tubuh Manusia. Jakarta: Yrama Widya
- Khuzaiyah, S. (2019). The Effort of Caring Baby during Pregnancy and Early Childbirth among Teenage Mothers with an Unwanted and an Unmarried Pregnancy: A Qualitative Study. In Proceedings International Seminar: Elevating Quality of Early Childhood Education and Care (pp. 216-229).
- Kristiyanti, R., & Khuzaiyah, S. (2019). Karakteristik Ibu Nifas Yang Berpantang Makanan. Proceeding of The URECOL, 355-359.
- Mayrani, D.E., & Hartati, E. (2013). Intervensi Terapi Audio dengan Murottal Surah Ar-Rahman Terhadap Perilaku Anak Autis [Versi elektronik]. Jurnal Keperawatan Soedirman, 8 (2)
- Mennella, J.A., Jagnow, C.P., Beauchamp, G.K., (2001). Prenatal and Postnatal Flavor Learning by Human Infants. *Jurnal Pediatrics*. 2001 June ; 107(6): E88.
- Mundakir., Wulandari, Y., & Mukarromah, N. (2016). Pendekatan Model Asuhan Keperawatan Holistik Sebagai Upaya Peningkatan Kepuasan Dan Keselamatan Pasien Di Rumah Sakit. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 1 (2)
- Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif
- Rinker, Rosalind. (2001). *Keluarga yang Berdoa*. Yogyakarta: Andi Offset
- Roesli, Utami. (2005). *Mengenal ASI Eksklusif*. Jakarta: Trubus Agriwidya
- Sholeh, M. (2005). *Agama Sebagai Terapi Telaah Menuju Kedokteran Holistik*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Soedjatmiko. (2012). *Cara Praktis Membentuk Anak Sehat , Tumbuh Kembang Optimal, Kreatif dan Cerdas Multipel*. PT Kompas Media Nusantara. Jakarta