

DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN	i
SAMPUL DEPAN	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PROYE KIE	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
PERSETUJUAN PEMBIMBING	v
PENGESAHAN PENGUJI	vi
KATA PENGANTAR	vii
RINGKASAN	ix
SUMMARY	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Landasan Teori	5
1. Nifas	4
a. Definisi Nifas	4
b. Tahapan Masa Nifas.....	4
2. Laktasi	5
a. Definisi Laktasi	5
b. Anatomi Payudara	6
3. Pembentukan ASI	7
a. Definisi ASI	7
b. Kandungan ASI	7
c. Manfaat ASI	8
d. Proses Produksi ASI	9
e. Faktor Produksi ASI	10
f. Faktor Penghambat ASI	11
4. Hypnobreastfeeding	11
a. Definisi Hypno	11
b. Cara Kerja Pikiran	12

c. Manfaat Manfaat <i>hypnobreastfeeding</i> bagi ibu dan bayi	13
d. Self Hypnosis	13
e. Pengaruh Relaksasi <i>Hypnobreastfeeding</i> Pada Ibu Post Partum	14
f. Waktu Untuk Mulai Melakukan Relaksasi <i>Hypnobreastfeeding</i>	15
g. Langkah-Langkah Melakukan <i>Hypnobreastfeeding</i>	16
5. Media Pendidikan Berupa Video	22
a. Definisi video	22
b. Ciri-ciri video	22
c. Kelebihan dan Kekurangan	23
d. Ketepatan Solusi Yang Ditawarkan	23
B. Hasil Penelitian Penerapan Tehnk Hypnobresfeeding	24
BAB III DESKRIPSI DESAIN YANG DIHASILKAN	27
A. Tema	27
B. Tujuan	27
C. Keaslian Karya Project	27
D. Deskripsi Desain Project Luaran	28
E. Uji Coba Hasil Project Terhadap 3 Responden	36
BAB IV LUARAN YANG DICAPAI	37
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	39
DAFTAR PUSTAKA	40
LAMPIRAN	42
LEMBAR KONSUL	46

DAFTAR GAMBAR

GAMBAR 2.1 Anatomi Payudara	10
GAMBAR 2.2 Isi Video	36

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Uji Coba Hasil Projek