

## ABSTRAK

Mikayani Midyawati NIM B2015071 Program Studi Diploma Keperawatan	Dosen Pembimbing 1. Mulyaningsih, S.Kep, Ns, M.Kep. 2. Dyah Rahmawati RBU, S.Kep, Ns, M.Kep.
<b>PENERAPAN METODE PIJAT ENDORPHIN, OKSITOSIN DAN SUGESTI (SPEOS) TERHADAP PENGELUARAN ASI PADA IBU POST PARTUM DI BIDAN PRAKTEK MANDIRI (BPM) FINULIA SURAKARTA 2018</b>	
<b>ABSTRAK</b>	
<p><b>Latar Belakang;</b> Memberikan ASI (Air Susu Ibu) pada bayi sangatlah penting, tapi tidak semua ibu memberikan ASInya pada bayinya. Pengeluaran ASI yang sedikit atau tidak keluarnya ASI merupakan salah satu yang menjadikan alasan ibu tidak memberikan ASI secara eksklusif pada bayinya. Masalah ASI keluar sedikit atau ASI tidak keluar dapat diatasi, salah satunya dengan menerapkan metode SPEOS (Stimulasi Pijat Endorphin, Oksitosin dan Sugesti). Metode SPEOS merupakan metode perawatan payudara dengan mengkombinasi pijat endorphin dan oksitosin, serta memberikan sugesti pada ibu. <b>Tujuan;</b> Mengidentifikasi dan mendiskripsikan penerapan metode SPEOS terhadap pengeluaran ASI pada ibu nifas. <b>Metode;</b> Penelitian menggunakan studi kasus dengan desain penelitian diskriptif, dengan jumlah responden 2 orang, sedangkan instrumen penelitian menggunakan lembar observasi dan wawancara. Penelitian ini dilakukan selama 3 hari dengan 1 kali penerapan dalam sehari. <b>Hasil;</b> Responden mengeluhkan ASI belum keluar sebelum dilakukan penerapan dan bayi belum BAK (buang air kecil bayi). Sedangkan setelah penerapan responden mengatakan ASI sudah keluar, dan dari hasil observasi rata-rata buang air kecil bayi (BAK) menjadi 4. Terdapat peningkatan pengeluaran ASI sesudah dan sebelum dilakukan penerapan dengan ditandai buang air kecil bayi meningkat setiap harinya dan ASI mulai memancar. <b>Kesimpulan;</b> Ada perbedaan pengeluaran ASI sebelum dan sesudah dilakukan penerapan.</p>	
<b>Kata Kunci:</b> Ibu nifas, Pengeluaran ASI, Metode SPEOS (Stimulasi Pijat Endorphin, Oksitosin dan Sugesti).	