

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMBUNG DEPAN.....	i
HALAMAN SAMBUNG DALAM .....	ii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN .....	iii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	v
HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
ABSTRAK .....	ix
ABSTRACT.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR .....	xv
DAFTAR SINGKATAN .....	xvi
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Tujuan Penelitian .....	3
D. Manfaat Penelitian .....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>5</b>
A. Nifas .....	5
1. Pengertian Nifas .....	5
2. Perubahan Fisiologis Masa Nifas .....	6
3. Perubahan Psikologis Masa Nifas .....	10
B. ASI (Air Susu Ibu) .....	12
1. Pengertian ASI .....	12
2. Proses Pembentukan ASI .....	13
3. Kandungan Dalam ASI .....	17
4. Manfaat ASI .....	19
5. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Pemberian ASI.....	21
6. Masalah Menyusui Pada Ibu Nifas .....	24
C. Metode stimulasi pijat endorfin, oksitosin dan sugesti (SPEOS).....	25
1. Pengertian Metode SPEOS .....	25
2. Langkah Metode SPEOS .....	30
3. Metode SPEOS Terhadap ASI.....	33
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>35</b>
A. Rancangan Penelitian .....	35
B. Subjek Penelitian.....	35
C. Fokus Studi .....	35
D. Definisi Operasional.....	36
E. Tempat dan Pengambilan Data .....	36
F. Pengumpulan Data .....	37

G. Cara Pengelolaan Data .....	38
H. Penyajian Data .....	38
I. Etika Penelitian .....	38
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b> .....	40
A. Hasil Penelitian .....	40
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	40
2. Gambaran Umum Responden .....	40
3. Hasil Penelitian .....	41
B. PEMBAHASAN .....	43
1. Pengeluaran ASI Sebelum Penerapan Metode SPEOS.....	43
2. Pengeluaran ASI Sesudah Penerapan Metode SPEOS .....	45
3. Perkembangan pengeluaran ASI sebelum dan sesudah penerapan metode SPEOS .....	45
C. KETERBATASAN PENELITIAN.....	48
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b> .....	49
A. KESIMPULAN .....	49
B. SARAN .....	49
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 Jadwal Penelitian
- Lampiran 2 Surat Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 4 Surat Bukti Selesai Melakukan Penelitian
- Lampiran 5 Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 6 Lembar Observasi
- Lampiran 7 Daftar Riwayat Hidup
- Lampiran 8 Lembar Konsul

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 1.1 Presentase ASI Eksklusif Kecamatan Surakarta 2015.....	2
Tabel 2.1 Manfaat Yang Terkandung Dalam Kolostrum.....	17
Tabel 3.1 Data Operasional.....	34
Tabel 4. 1 Pengukuran BAK bayi sesudah dilakukan metode SPEOS .....	40
Tabel 4.2 Perkembangan pengukuran BAK bayi sebelum dan sesudah dilakukan metode SPEOS.....	40

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Proses Terbentuknya ASI.....	13
Gambar 2.2 Reflek Prolaktin dan <i>let down</i> .....	16

## DAFTAR SINGKATAN

ASI	Air Susu Ibu
BAK	Buang Air Keci
HCG	<i>Human Chorionic Gonadotropin</i>
HPL	<i>Human Placental Lactogen</i>
MAL	Metode Aneborchoe Laktasi
SPEOS	Stimulasi Pijat Endorphin, Oksitosin dan Sugesti
TFU	Tinggi Fundus Uteri
UNICEF	United Nations Childrens Fund
WHO	World Health Organization