

SOP Hypnobreastfeeding

SOP Hypnobreastfeeding	
Pengertian	Hypno-breastfeeding terdiri dari dua kata yaitu hypno=hipnosis yang artinya adalah suatu kondisi nir sadar yang terjadi secara alami, dimana seseorang menjadi mampu menghayati pikiran dan sugesti tertentu untuk mencapai perubahan psikologis, fisik maupun spritual yang diinginkan. untuk diketahui, pikiran bawah sadar (subconscious mind) berperan 88% terhadap fungsi diri..
Manfaat	<ol style="list-style-type: none">1. Sebagai sarana relaksasi2. Biayanya relatif rendah karena tanpa penggunaan obat-obatan3. Metode yang digunakan relatif sederhana sehingga mudah dipahami dan dipraktikkan oleh orang banyak, termasuk subjek.4. Dapat dilakukan sendiri oleh subjek (ibu menyusui) dan cukup dibantu oleh satu terapis (perawat)5. Dapat menyehatkan unsur tindakan, perilaku, hasrat, semangat, motivasi, inisiatif, kebiasaan buruk, dan lain-lain.6. Mempersiapkan ibu agar berhasil pada masa menyusui7. Mempersiapkan bayi menjadi generasi yang sehat, cerdas dan kreatif8. Meningkatkan kualitas tidur ibu menyusui
Indikasi	Ibu post partum
Kontraindikasi	<ol style="list-style-type: none">1. Dalam keadaan mengalami penurunan produksi asi2. Dalam keadaan mengalami kecemasan3. Dalam keadaan gangguan pola tidur
Persiapan Alat	<ol style="list-style-type: none">1. Alunan Musik
Tahapan Kerja	<p>Fase Orientasi</p> <ol style="list-style-type: none">1. Mengucapkan salam kepada klien dan memperkenalkan diri2. Membina hubungan saling percaya

3. Mengidentifikasi klien dengan nama, umur, dan tanggal lahir
 4. Menjelaskan kepada klien tentang prosedur yang akan dilakukan
 5. Memvalidasi kontrak waktu yang telah disepakati
 6. Memberikan kesempatan klien untuk bertanya
-

Fase Kerja

1. Cuci tangan sebelum melakukan tindakan
 2. Menjaga privasi pasien
 3. Mengatur posisi pasien dengan nyaman
 4. Persiapkan secara menyeluruh tubuh, pikiran dan jiwa agar proses pemberian ASI sukses.
 5. Persiapkan batin dan pikiran yang positif, ibu harus mengosongkan pikiran tidak boleh berpikir negative, ibu dalam kondisi rileks.
 6. Niatkan yang tulus dari batin untuk memberi ASI eksklusif pada bayi yang kita sayangi dan yakin bahwa semua ibu, bekerja atau di rumah, memiliki kemampuan untuk menyusui/memberi ASI pada bayinya.
 7. Dengan berniat pikiran ibu menyusui semakin tenang, seluruh sel, organ, hormonal pun seimbang sehingga produksi ASI cukup untuk kebutuhan bayi.
 8. Mulailah memberi sugesti positif. Contoh kalimat sugesti atau afirmasi, misalnya “ASI saya cukup untuk bayi saya sesuai dengan kebutuhannya” atau “saya selalu merasa tenang dan rileks saat mulai memerah”. Ibu diminta untuk membayangkan sedang dalam posisi menyusui bayinya, produksi ASI yang melimpah, payudara yang terasa keras, ASI menetes dari kedua puting ibu.
 9. Kalimat sugesti saat melakukan hypnotherapy juga dapat diberikan suami saat menemani istri melakukannya.
 10. Suasana nyaman benar-benar harus tercipta saat terapi hypno-breastfeeding. Lingkungan sekitar harus dapat membantu ibu menciptakan suasana nyaman
-

11. Ini juga bisa dilakukan oleh ibu-ibu hamil untuk mempersiapkan ASI eksklusif buat sang buah hati. Tujuan afirmasi positif tersebut adalah untuk menjadikan aktivitas menyusui sebagai suatu kegiatan yang mudah, sederhana dan menyenangkan

Fase Terminasi

1. Mengevaluasi respon pasien
 2. Berikan *reinforcement positive* ke pasien
 3. Membuat kontrak waktu untuk pertemuan selanjutnya
 4. Mengucapkan salam dan terimakasih kepada pasien
-