

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
ABSTRAK	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR BAGAN.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.4 Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Masa Nifas	6
2.1.1 Pengertian.....	6
2.1.2 Tujuan Asuhan Masa Nifas	6
2.1.3 Periode Masa Nifas	7
2.1.4 Kunjungan Masa Nifas.....	7
2.2 Konsep Tanda-tanda Bahaya Masa Nifas	9

2.2.1	Pengertian.....	9
2.2.2	Tanda-tanda Bahaya Masa Nifas	10
2.3	Involusi Uteri	18
2.3.1	Pengertian.....	18
2.3.2	Proses Involusi Uteri	18
2.3.3	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Involusi Uteri..	20
2.3.4	Indikator Involusi Uteri.....	22
2.4	Senam Nifas	24
2.4.1	Pengertian Senam Nifas	24
2.4.2	Tujuan Senam Nifas.....	25
2.4.3	Manfaat Senam Nifas.....	25
2.4.4	Kontra Indikasi Senam Nifas	26
2.4.5	Waktu Senam Nifas.....	26
2.4.6	Tujuan Senam Nifas.....	27
2.4.7	Persiapan Senam Nifas.....	27
2.4.8	Pelaksanaan Senam Nifas	28
2.5	Pengaruh Senam Nifas Terhadap Involusi Uteri.....	34

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

3.1	Metode Penelitian.....	36
3.2	Populasi Penelitian	36
3.3	Sampel dan Cara Pengambilan Sampel.....	37
3.4	Kerangka Pemikiran dan Kerangka Konsep	38

3.5 Definisi Operasional.....	42
3.6 Prosedur Penelitian	42
3.7 Pengumpulan Data	44
3.8 Pengplahan dan Analisa Data.....	44
3.9 Tempat dan Waktu Penelitian	47

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian	48
4.2 Pembahasan	51

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan	56
5.2 Saran.....	56

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
2.1 Tinggi Fundus Uteri Menurut Masa Involusi	23
2.2 Pengeluaran Lochea Dapat Dibagi Berdasarkan Waktu dan Warnanya.....	24
3.1 Definisi Oprasional	42
4.1 Distribusi Frekuensi Involusi Uteri pada Ibu Nifas yang Melakukan Senam Nifas di Puskesmas Kiaragoong Kecamatan Kadungora Kabupaten Garut Tahun 2019	48
4.2 Distribusi Frekuensi Involusi Uteri pada Ibu Nifas yang Tidak Melakukan Senam Nifas di Puskesmas Kiaragoong Kecamatan Kadungora Kabupaten Garut Tahun 2019	49
4.3 Pengaruh Senam Nifas terhadap Involusi Uteri di Puskesmas Kiaragoong Kecamatan Kadungora Kabupaten Garut Tahun 2019	50

DAFTAR BAGAN

Bagan	Halaman
3.1 Kerangka Konsep	41

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Prosedur Senam Nifas
- Lampiran 2 : Lembar Observasi
- Lampiran 3 : Data Hasil Penelitian
- Lampiran 4 : Hasil Perhitungan
- Lampiran 5 : Lembar Konsultasi