

Penerapan Pemberian Terapi Massage Payudara Dengan Metode SPEOS untuk Kelancaran ASI Terhadap Pasien Post Sectio Caesaria: Studi Kasus

Penulis Pertama : Siti Zubaidah
Institusi : Universitas Widya Husada Semarang
Alamat institusi : Jalan Subali Raya No. 12 Krapyak Semarang
Asal Negara : Indonesia

Penulis kedua* : Heny Prasetyorini
Institusi : Universitas Widya Husada Semarang
Alamat institusi : Jalan Subali Raya No. 12 Krapyak Semarang
Asal Negara : Indonesia

Diterima : 30 Mar 2024 Direvisi: 11 Jun 2024 Disetujui: 23 Jul 2024 Dipublikasikan: 21 Jan 2025

ABSTRAK

Ibu menyusui yang menjalani persalinan *sectio caesaria* memiliki risiko yang lebih tinggi untuk mengalami kesulitan menyusui dibandingkan dengan ibu yang melahirkan secara normal. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain trauma fisik yang dialami ibu akibat tindakan operasi sesar yang dapat menyebabkan nyeri dan ketidaknyamanan pada payudara, sehingga ibu menjadi enggan untuk menyusui. Kurang stimulasi pada payudara akibat posisi bayi yang sulit untuk menyusui dapat menyebabkan produksi ASI menurun. Pengaruh hormonal akibat tindakan operasi sesar dapat mengganggu produksi ASI. Mengetahui penerapan pemberian terapi massage payudara dengan metode SPEOS (stimulasi pijat endorpin, oksitosin dan sugestif) untuk kelancaran ASI terhadap pasien post sectio caesaria di RS Permata Medika. Metode: Studi kasus adalah jenis metode penelitian yang menggunakan desain penelitian pre eksperimental yang disebut desain *pre-post test* dalam satu kelompok untuk menjelaskan kejadian secara metodis dan obyektif serta menarik kesimpulan. Pasien dalam penelitian ini sebanyak 4 Pasien post SC yang mengalami ketidakefektifan menyusui (kurangnya produksi ASI, ketidakmampuan bayi untuk menghisap, teknik menyusui yang tidak benar). Didapatkan dari keempat ibu mengalami sedikit ASI yang keluar sebelum dilakukan metode SPEOS (stimulasi pijat endorpin, oksitosin dan sugestif), setelah dilakukan metode SPEOS (stimulasi pijat endorpin, oksitosin dan sugestif) ASI keluar banyak. Ada pengaruh kelancaran ASI terhadap pasien post sectio caesaria sebelum dan sesudah dilakukan penerapan pemberian terapi massage payudara dengan metode SPEOS (stimulasi pijat endorpin, oksitosin dan sugestif)

Kata kunci : Metode SPEOS; Sectio Caesaria; Terapi; Massage; Payudara

ABSTRACT

Breastfeeding mothers who undergo caesarean section delivery have a higher risk of experiencing breastfeeding difficulties compared to mothers who give birth normally. This is caused by several factors, including physical trauma experienced by the mother due to a cesarean section which can cause pain and discomfort in the breasts, so that the mother becomes reluctant to breastfeed. Lack of stimulation of the breast due to the baby's position making it difficult to breastfeed can cause milk production to decrease. Hormonal influences due to caesarean section can interfere with breast milk production. Objective: to determine the application of breast massage therapy using the SPEOS method (endorphin, oxytocin and suggestive massage stimulation) for smooth breastfeeding in post caesarean section patients at Permata Medika Hospital. Case study is a type of research method that uses a pre-experimental research design called a pre-post test design in one group to explain events methodically and objectively and draw conclusions. The patients in this study were 4 post-SC patients who experienced ineffective breastfeeding (lack of breast milk production, inability of the baby to suck, incorrect breastfeeding technique). It was found that the four mothers experienced a little breast milk coming out before the SPEOS method (endorphin, oxytocin and suggestive massage stimulation), after the SPEOS method (endorphin, oxytocin and suggestive massage stimulation) the breast milk came out a lot. There is an influence on the smooth flow of breast milk in post caesarean section patients before and after implementing breast massage therapy using the SPEOS method (endorphin, oxytocin and suggestive massage stimulation)

Keywords: SPEOS Method,; Sectio Caesaria; Breast; Massage; Therapy

PENDAHULUAN

Ibu menyusui yang menjalani persalinan *sectio caesaria* memiliki risiko yang lebih tinggi untuk mengalami kesulitan menyusui dibandingkan dengan ibu yang melahirkan secara normal (1). Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain trauma fisik yang dialami ibu akibat tindakan operasi sesar yang dapat menyebabkan nyeri dan ketidaknyamanan pada payudara, sehingga ibu menjadi enggan untuk menyusui. Kurang stimulasi pada payudara akibat posisi bayi yang sulit untuk menyusui dapat menyebabkan produksi ASI menurun. Pengaruh hormonal akibat tindakan operasi sesar dapat mengganggu produksi ASI (2).

Salah satu intervensi untuk meningkatkan kelancaran produksi ASI pada ibu post SC adalah dengan terapi farmakologis dan non-farmakologis. Terapi farmakologis menggunakan obat-obatan, sedangkan terapi non-farmakologis menggunakan pijat oksitosin. Pijat oksitosin membantu meningkatkan hormon oksitosin untuk melancarkan ASI. Alasan peneliti mengambil terapi massage payudara dengan metode SPEOS (Stimulasi Pijat Endorfin, Oksitosin dan Sugestif) adalah Pijat oksitosin dan endorfin membantu merangsang kelenjar susu untuk memproduksi lebih banyak ASI. Hormon oksitosin berperan dalam refleksi let-down, yaitu proses pengeluaran ASI dari alveoli ke puting susu. Sementara itu, hormon endorfin membantu mengurangi stres dan kecemasan, yang dapat menghambat produksi ASI. Terapi ini merupakan kombinasi antara pijat endorfin, pijat oksitosin, dan sugestif/afirmasi positif (3).

Penelitian sebelumnya telah menunjukkan efektivitas pijat oksitosin dalam meningkatkan produksi ASI dan kelancaran menyusui pada ibu post SC. Namun, penelitian tersebut belum mengkaji lebih dalam mengenai mekanisme kerja pijat oksitosin, khususnya dalam meningkatkan hormon oksitosin dan endorfin, serta pengaruhnya terhadap rasa percaya diri ibu. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, terapi massage payudara dengan metode SPEOS terbukti dapat meningkatkan produksi ASI dan kelancaran menyusui pada ibu post sesar. Penelitian yang dilakukan oleh Halimah & Pawestri (2022) menunjukkan bahwa terapi massage payudara dengan metode SPEOS dapat meningkatkan produksi ASI sebesar 17,6% pada ibu post sesar. Penelitian yang dilakukan oleh Nugraheni Diah Eka & Kosma Heryati (2019) menunjukkan bahwa terapi massage payudara dengan metode SPEOS dapat meningkatkan kelancaran menyusui pada ibu post sesar, yaitu dari 67,9% menjadi 82,1%. Oleh karena itu, terapi massage payudara dengan metode SPEOS dapat menjadi salah satu alternatif intervensi untuk meningkatkan kelancaran produksi ASI pada ibu *post sectio caesaria*.

Penelitian ini mengusulkan terapi massage payudara dengan metode SPEOS (Stimulasi Pijat Endorfin, Oksitosin dan Sugestif) untuk meningkatkan kelancaran produksi ASI pada ibu post SC. Metode SPEOS menggabungkan pijat oksitosin, pijat endorfin, dan sugestif/afirmasi positif. Pijat oksitosin dan endorfin membantu merangsang kelenjar susu dan mengurangi stres, sedangkan sugestif/afirmasi positif meningkatkan rasa percaya diri ibu. Penelitian dengan metode SPEOS yaitu melakukan stimulasi untuk merangsang pengeluaran hormon oksitosin melalui pijat oksitosin, memberikan rasa nyaman dan menumbuhkan keyakinan pada ibu bahwa ASI pasti keluar dan ibu bisa memberikan ASI secara eksklusif dengan pijat endorfin dan sugestif, hasil penelitian bahwa metode speos merupakan alternatif cara untuk mengatasi masalah pengeluaran ASI pada hari-hari pertama kehidupan bayi (5).

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui penerapan pemberian terapi massage payudara dengan metode speos (stimulasi pijat endorfin, oksitosin dan sugestif) untuk kelancaran asi terhadap pasien post *sectio caesaria*

METODE PENELITIAN

Metode penulisan dalam penyusunan artikel ini menggunakan metode deskriptif, desain pre post tanpa kontrol, pendekatan studi kasus satu kelompok pre-post tes. Populasi seabnyak

20 dan sampel dalam penelitian ini 4 pasien post SC, menggunakan *accidental sampling*. Sistem pretes digunakan sebelum melakukan metode SPEOS (stimulasi pijat endorpin, oksitosin dan sugestif) untuk dilakukan kelancaran ASI terhadap pasien *post sectio caesaria* terlebih dahulu sesuai dengan kondisi pasien awal, sedangkan sistem post tes dilakukan sesudah penerapan metode SPEOS (stimulasi pijat endorpin, oksitosin dan sugestif) untuk kelancaran ASI. Tipe pada penelitian ini yaitu dilakukan pada sebuah kelompok tanpa atau tidak ada kelompok kontrol atau pembanding. Tetapi tetap sudah dilakukan observasi pertama (pretes) yang mungkin dapat dilakukan pengujian perubahan-perubahan yang terjadi sesudah adanya percobaan program ini. Jenis studi pada penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus asuhan keperawatan dengan klien yang ASI beum keluar. Subjek studi kasus pada penerapan ini dilakukan pada pasien yang akan dijadikan sebagai seorang responden yaitu terbatas hanya 4 subjek pasien post SC yang akan diberikan penerapan metode SPEOS (stimulasi pijat endorpin, oksitosin dan sugestif) dengan kriteria inklusif dan kriteria eksklusif, Kriteria inklusi merupakan karakteristik umum subjek pada populasi terjanagkau dan target yang mempunyai ciri-ciri dengan dipenuhi oleh setiap anggota populasi yang bisa digunakan sebagai sampel. Kriteria inklusi tersebut yaitu Pasien post SC yang mengalami ketidakefektifan menyusui (kurangnya produksi ASI, ketidakmampuan bayi untuk menghisap, teknik menyusui yang tidak benar). Kriteria eksklusi adalah karakteristik umum subjek pada populasi target dan terjangkau yang mempunyai ciri-ciri anggota populasi yang tidak dapat dijadikan sampel. Kriteria eksklusi untuk penelitian ini yaitu pasien post SC dengan trauma punggung, pasien post SC dengan gangguan pendengaran. Peneliti akan melakukan penelitian di RS Permata Medika Kota Semarang, Jawa Tengah, Indonesia pada bulan Januari tahun 2024. Penyajian data studi kasus disajikan dalam bentuk narasi dan tabel untuk menyajikan data dalam bentuk narasi adalah pengkajian yang dilakukan pada pasien sebelum dan sesudah dilakukan intervensi penerapan metode SPEOS (stimulasi pijat endorpin, oksitosin dan sugestif) untuk kelancaran ASI. peneliti menggunakan metode analisa data deskriptif yaitu rencana dilakukannya observasi yang terjadi setelah adanya perlakuan dan untuk mengetahui adanya penerapan pemberian terapi massage payudara dengan metode speos (stimulasi pijat endorpin, oksitosin dan sugestif) untuk kelancaran ASI terhadap pasien *post sectio caesaria*.

HASIL

Tabel 1 Karakteristik pengeluaran ASI sebelum dan sesudah dilakukan penerapan metode SPEOS (stimulasi pijat endorpin, oksitosin dan sugestif).

Nama	Usia	Status obstetri	ASI Sebelum	ASI Sesudah
Ny. T	31 tahun	G1P1A0 hamil 38 minggu	– ASI tidak keluar – Bayi menghisap kurang – Puting kotor	– ASI keluar banyak volume lebih dari 1 ml – Bayi puas dan kenyang
Ny. F	37 tahun	G2P1A0 hamil 40 minggu	– ASI keluar sedikit volume kurang dari 1 ml – Bayi tidak menghisap	– ASI keluar banyak volume lebih dari 1 ml – Bayi tidak gampang rewel
Ny. A	26 tahun	G1P1A0 hamil 39 minggu	– ASI tidak keluar – Teknik menyusui tidak benar – Puting ada sumbatan	– ASI keluar banyak volume lebih dari 1 ml – Bayi sering menyusui, BAB berwarna kuning dan sering
Ny. Y	28 tahun	G1P1A0 hamil 39 minggu	– ASI tidak keluar – Bayi tidak menghisap	– ASI keluar banyak volume lebih dari 1 ml

– Buang air kecil 6 – 8 kali perhari

Sebelum dilakukan metode SPEOS (stimulasi pijat endorpin, oksitosin dan sugestif) Ny. T (31 tahun) ASI tidak keluar, bayi menghisap kurang, puting kotor dan setelah dilakukan metode SPEOS (stimulasi pijat endorpin, oksitosin dan sugestif) ASI keluar banyak volume lebih dari 1 ml, bayi puas dan kenyang. Ny. F (37 tahun) sebelum ASI keluar sedikit volume kurang dari 1 ml, bayi tidak menghisap, ny. A (26 tahun) sebelumnya ASI tidak keluar, teknik menyusui tidak benar, puting ada sumbatan sesudah ASI keluar banyak volume lebih dari 1 ml, bayi sering menyusui, BAB berwarna kuning dan sering sedangkan pada ny. Y (28 tahun) sebelumnya ASI tidak keluar, bayi tidak menghisap dan sesudahnya ASI keluar banyak volume lebih dari 1 ml, Buang air kecil 6 – 8 kali perhari.

Hasil penelitian menunjukkan keempat ibu hamil memiliki riwayat kehamilan yang berbeda, yaitu G1P1A0 (hamil pertama, belum pernah melahirkan, tidak ada keguguran). G2P1A0 (hamil kedua, melahirkan satu kali, tidak ada keguguran) Usia kehamilan mereka berkisar antara 38-40 minggu dan Keempat ibu mengalami sedikit ASI yang keluar sebelum dilakukan metode SPEOS (stimulasi pijat endorpin, oksitosin dan sugestif) dan ASI keluar banyak setelah dilakukan metode SPEOS (stimulasi pijat endorpin, oksitosin dan sugestif).

PEMBAHASAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa metode SPEOS (Stimulasi Pijat Endorfin, Oksitosin, dan Sugestif) efektif dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu pasca operasi sesar. Sebelum metode SPEOS diterapkan, keempat ibu mengalami produksi ASI yang sedikit karena berbagai faktor seperti stres fisik dan emosional pasca operasi, nyeri, dan teknik menyusui yang kurang efektif (6). Faktor lain yang mempengaruhi produksi ASI termasuk puting yang kotor atau tersumbat dan kurangnya stimulasi pada payudara (7). Untuk mengatasi masalah ini, perlu dilakukan evaluasi menyeluruh terhadap kondisi setiap pasien secara individual, termasuk pemeriksaan fisik dan konsultasi dengan ahli laktasi. Pendidikan komprehensif mengenai teknik menyusui yang benar juga penting, termasuk cara memastikan bayi terhubung dengan puting secara efektif dan merawat puting agar tetap bersih dan sehat. Dukungan emosional dan praktis kepada ibu serta pemberian ASI secara teratur sangat diperlukan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah dilakukan metode SPEOS, produksi ASI meningkat secara signifikan. Metode ini melibatkan kombinasi pijat endorfin, oksitosin, dan sugestif yang merangsang otak untuk mengeluarkan hormon endorfin, prolaktin, dan oksitosin, sehingga ASI menjadi lancar (8). Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa pijatan dan stimulasi hormon oksitosin dapat meningkatkan produksi ASI, serta menekankan pentingnya pendekatan holistik yang melibatkan aspek fisik dan psikologis ibu (9). Dengan melakukan pemijatan, ibu merasa lebih rileks, nyaman, dan percaya diri dalam memberikan ASI secara eksklusif selama 6 bulan (10). Penelitian ini juga menunjukkan bahwa metode SPEOS berpengaruh terhadap peningkatan berat badan bayi, dimana bayi yang menerima ASI dari ibu yang melakukan metode SPEOS mengalami peningkatan berat badan yang signifikan pada minggu kedua dan keenam (11)

Secara keseluruhan, penelitian ini mendukung penggunaan metode SPEOS sebagai intervensi yang efektif untuk meningkatkan produksi ASI dan memberikan manfaat psikologis pada ibu pasca operasi sesar. Metode ini juga memberikan kontribusi signifikan terhadap pengembangan ilmu pengetahuan dalam bidang laktasi dan kesehatan ibu, serta menyediakan bukti empiris bahwa pendekatan holistik yang melibatkan aspek fisik dan psikologis ibu dapat memberikan hasil yang lebih baik dibandingkan pendekatan yang hanya fokus pada aspek fisik saja. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar untuk mengembangkan protokol perawatan bagi ibu pasca operasi sesar yang mengalami kesulitan dalam produksi ASI, serta

membuka peluang untuk penelitian lebih lanjut mengenai efek jangka panjang metode SPEOS pada keberhasilan menyusui dan pertumbuhan bayi.

DAFTAR PUSTAKA

1. Jahriani. Pengaruh Pijat Laktasi terhadap Produksi ASI pada Ibu di Kelurahan Sendang Sari Kabupaten Asahan Tahun 2019. *Excell Midwifery J* [Internet]. 2019;2(2):14–20. Tersedia pada: file:///C:/Users/Administrator/Documents/jurnal%20proposal/Pengaruh%20Pijat%20Laktasi%20Terhadap%20Produksi%20ASI%20Pada%20Ibu%20menyusui.pdf
2. Wattimena I, Susanti NL, Marsuyanto Y. Kekuatan Psikologis Ibu untuk Menyusui. *Kesmas Natl Public Heal J*. 2022;7(2):56.
3. Nugraheni Diah Eka, Kosma Heryati. Metode speos (stimulasi pijat endorphin, oksitosin dan sugestif) dapat meningkatkan produksi ASI dan peningkatan berat badan bayi. *J Kesehat*. 2019;VIII(1):1–7.
4. Halimah SM, Pawestri P. Pijat Endorphin dan Sugesti Meningkatkan Produksi ASI pada Ibu Post Sectio Caesaria. *Ners Muda*. 2022;3(1).
5. Juwita S, Febriani A. Pengaruh Pijit Oksitosin Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Payung Sekaki. *Call Pap Semin Nas kebidanan*. 2020;84–9.
6. Sari DP, Rahayu HE, Rohmayanti. Pengaruh Metode SPEOS Terhadap Produksi Asi pada Ibu Post Seksio Sesarea di Rumah Sakit Umum Daerah Tidar Kota Magelang Tahun 2019. *Univ Res Colloq*. 2019;183–90.
7. Nisa ZH. Pengaruh Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Pijat Laktasi Terhadap Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Postpartum Di Bpm Meilisa Afty Depok Periode 14 Juni – 14 Juli 2021. *J Ilm Bidan*. 2023;7(1):1–8.
8. Yunita LY, Arini Murni NN, Suseno M rachmawati. Perbedaan Produksi Ibu Nifas Pada Metode SPEOS (Stimulasi Pijat Endorphin Oksitosin Dan Sugestif) Dan Metode Marmet Di Wilayah Kerja Puskesmas Karang Pule Tahun 2019. *J Kebidanan*. 2019;8(1):8–15.
9. Iverson BL, Dervan PB. Efektivitas Pijat Endorpin Dan Pijat Breastcareterhadap Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Nifas Di Rsu Pku Muhammadiyah Delanggu. *STIKES Muhammadiyah Klaten*. 2020;23:7823–30.
10. Ramezani S, Garkaz O, Khosravi A, Ghasemi Z, Paryab S, Bolbolhaghighi N. The effect of breast massage training on self-efficacy and perceived stress of prim parous women: A clinical trial study. *Iran J Nurs Midwifery Res*. 2023;28(3):352–6.
11. Bacci S, Bartolucci F, Chiavarini M, Minelli L, Pieroni L. Differences in birthweight outcomes: A longitudinal study based on siblings. *Int J Environ Res Public Health*. 2020;11(6):6472–84.