



KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI METODE SPEOS (STIMULASI PIJAT ENDORFIN, OKSITOSIN,
DAN SUGESTIF) DALAM PENURUNAN TINGGI FUNDUS
UTERUS PADA IBU *POST PARTUM* PERVAGINAM
DI RSUD PANDEGA PANGANDARAN**

Oleh:

HERNA RAMADHANI

NIM. P2.06.20.1.22.052

PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN

JURUSAN KEPERAWATAN

POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

TAHUN 2025





KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat
untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan

Pada Program Studi Keperawatan

Tasikmalaya

**IMPLEMENTASI METODE SPEOS (STIMULASI PIJAT ENDORFIN, OKSITOSIN,
DAN SUGESTIF) DALAM PENURUNAN TINGGI FUNDUS UTERUS
PADA IBU POST PARTUM PERVAGINAM
DI RSUD PANDEGA PANGANDARAN**

Oleh:

HERNA RAMADHANI

NIM. P2.06.20.1.22.052

PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN

JURUSAN KEPERAWATAN

POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

TAHUN 2025

LEMBAR PENGESAHAN

**JUDUL : IMPLEMENTASI METODE SPEOS (STIMULASI PIJAT
ENDORFIN, OKSITOSIN, DAN SUGESTIF) DALAM
PENURUNAN TINGGI FUNDUS UTERUS PADA IBU *POST
PARTUM* PERVAGINAM DI RSUD PANDEGA
PANGANDARAN**

PENYUSUN : HERNA RAMADHANI
NIM : P2.06.20.1.22.052

Karya Tulis Ilmiah ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada Sidang Hasil Karya Tulis Ilmiah

Tasikmalaya, 20 Mei 2025

Pembimbing

Ketua

Dr. Hj. Tetet Kartilah, S.Kp., M.Kes
NIP. 196907151992032002

Anggota

Tetik Nurhayati, S.Kep., Ners., M.Kep
NIP. 198701122019022001

Anggota

Sofia Februanti, S.Kep., Ners., M.Kep
NIP. 198202062002122002



Mengetahui :
Ketua Jurusan Keperawatan
Tasikmalaya

Ridwan Kustiawan, Ns., M.Kep., Sp. Kep.J
NIP. 197504142006041007

Mengesahkan :
Ketua Program Studi DIII
Keperawatan Tasikmalaya

Sofia Februanti, S.Kep., Ners., M.Kep
NIP. 198202062002122002

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : **HERNA RAMADHANI**
NIM : **P2.06.20.1.22.052**
Program Studi : **Prodi Keperawatan Tasikmalaya**
Judul : **IMPLEMENTASI METODE SPEOS (STIMULASI PIJAT ENDORFIN, OKSITOSIN, DAN SUGESTIF) DALAM PENURUNAN TINGGI FUNDUS UTERUS PADA IBU *POST PARTUM* PERVAGINAM DI RSUD PANDEGA PANGANDARAN**

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa karya tulis ilmiah yang saya susun ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa karya tulis ilmiah ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Tasikmalaya, 20 Mei 2025

Yang membuat pernyataan,



HERNA RAMADHANI

NIIM P2.06.20.1.22.052

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : **HERNA RAMADHANI**

NIM : **P2.06.20.1.22.052**

Program Studi : **D-III Keperawatan Tasikmalaya**

Judul KTI : **IMPLEMENTASI METODE SPEOS
(STIMULASI PIJAT ENDORFIN,
OKSITOSIN, DAN SUGESTIF) DALAM
PENURUNAN TINGGI FUNDUS UTERUS
PADA IBU *POST PARTUM* PERVAGINAM DI
RSUD PANDEGA PANGANDARAN**

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa saya mengijinkan/menyetujui Karya Tulis Ilmiah yang saya susun dipublikasikan untuk kepentingan akademis, baik secara keseluruhan maupun sebagian dari karya tulis ini.

Demikian pernyataan surat pernyataan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya

Tasikmalaya, 20 Mei 2025

Yang membuat pernyataan



HERNA RAMADHANI
NIM P2.06.20.1.20.052

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA POLTEKKES
KEMENKES TASIKMALAYA**

**Herna Ramadhani
Tetet Kartilah
Tetik Nurhayati**

“Implementasi Metode SPEOS (Stimulasi Pijat Endorfin, Oksitosin, dan Sugestif) Dalam Penurunan Tinggi Fundus Uterus Pada Ibu *Post Partum* Pervaginam Di RSUD Pandega Pangandaran”

ABSTRAK

Post partum adalah periode pemulihan setelah persalinan, ditandai dengan proses involusi uterus atau kembalinya rahim ke ukuran semula. Kegagalan involusi, dikenal sebagai subinvolusi, dapat menyebabkan perdarahan yang berkontribusi pada 22,6% kematian ibu. Di Jawa Barat, terdapat 34 kasus kematian akibat subinvolusi pada tahun 2020. Salah satu cara untuk mencegah terjadinya subinvolusi uteri adalah dengan melakukan metode SPEOS (Stimulasi Pijat Endorfin, Oksitosin, dan Sugestif) dengan meningkatkan relaksasi, menurunkan kecemasan, dan merangsang produksi oksitosin secara alami. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh implementasi metode SPEOS (Stimulasi Pijat Endorfin, Oksitosin, dan Sugestif) terhadap penurunan tinggi fundus uterus (TFU) pada ibu *Post partum* pervaginam. Teknik pengumpulan data yang digunakan pada karya tulis ilmiah ini adalah deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus dimana membandingkan kedua responden ibu *Post partum* pervaginam yang diberikan intervensi metode stimulasi pijat endorfin, oksitosin dan sugestif selama 3 hari dengan durasi 10 menit dalam 1 kali pemberian. Hasil dilakukannya asuhan keperawatan, terdapat penurunan TFU: 3 cm (1,5 cm/hari) pada responden pertama dan 2,7 cm (1,35 cm/hari) pada responden kedua. Dalam penelitian ini metode SPEOS dapat bekerja efektif membantu penurunan tinggi fundus uterus. Metode ini dapat dipertimbangkan dalam praktik keperawatan *Post partum* untuk membantu penurunan tinggi fundus uterus.

Kata kunci: Asuhan Keperawatan, Metode SPEOS, Penurunan TFU, *Post partum* Pervaginam

**MINISTRY OF HEALTH OF THE REPUBLIC OF INDONESIA POLTEKKES
KEMENKES TASIKMALAYA**

**Herna Ramadhani
Tetet Kartilah
Tetik Nurhayati**

**"Implementation of the SPEOS Method (Endorphin, Oxytocin, and Suggestive
Massage Stimulation) in Reducing Uterine Fundus Height in Postpartum
Vaginal Mothers at Pandega Hospital Pangandaran"**

ABSTRACT

Post partum is the recovery period after delivery, characterized by the process of uterine involution or the return of the uterus to its original size. Involution failure, known as subinvolution, can cause bleeding which contributes to 22.6% of maternal deaths. In West Java, there were 34 cases of death due to subinvolution in 2020. One way to prevent uterine subinvolution is to perform the SPEOS (Stimulation of Endorphins, Oxytocin, and Suggestive Massage) method by increasing relaxation, lowering anxiety, and stimulating natural oxytocin production. This study aims to determine the effect of implementing the SPEOS (Stimulation of Endorphin, Oxytocin, and Suggestive Massage) method on reducing the height of the uterine fundus (TFU) in vaginal post partum mothers. The data collection technique used in this scientific paper is descriptive qualitative with a case study approach which compares the two respondents of vaginal post partum mothers, and were given the SPEOS intervention (Stimulation of Endorphin Massage, Oxytocin Massage, and Suggestive Techniques) for 3 days, with each session lasting 10 minutes. The results of the nursing care show a decrease in fundal height of 3 cm (1,5 cm/day) in the first respondent and 2,7 cm (1,35 cm/day) in the second respondent. In this study, the SPEOS method can work effectively to help reduce the height of the uterine fundus. This method can be considered in post partum nursing practice to help decrease the height of the uterine fundus.

Keywords: Nursing Care, Postpartum Vaginal, SPEOS Method, TFU reduction.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan karya tulis ilmiah dengan judul “Implementasi Metode SPEOS (Stimulasi Pijat Endorfin, Oksitosin, Dan Sugestif) Dalam Penurunan Tinggi Fundus Uterus Pada Ibu *Post partum* Pervaginam Di RSUD Pandega Pangandaran“. Karya Tulis Ilmiah ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan Program Studi D III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.

Dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini, penulis banyak mengalami hambatan dan kesulitan, namun berkat dukungan dan bimbingan dari berbagai pihak akhirnya penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini. Oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep.,Ners,M.Kep., selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak H. Ridwan Kustiawan, Ns., M.Kep., Sp. Kep. J selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya
3. Ibu Sofia Februanti, S.Kep.,Ners,M.Kep., selaku ketua Program Studi D III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
4. Ibu Dr. Tetet Kartilah, S.Kp M,Kes., selaku pembimbing I yang telah membimbing penulis dengan saran dan masukan yang membangun selama penyusunan karya tulis ilmiah ini sehingga dapat diselesaikan dengan tepat waktu.
5. Ibu Tetik Nurhayati, S.Kep., Ners., M.Kep., selaku pembimbing II yang telah membimbing penulis dengan saran dan masukan yang membangun selama penyusunan karya tulis ilmiah ini sehingga dapat diselesaikan dengan tepat waktu.
6. Seluruh staf pendidikan dan dosen di lingkungan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya, yang telah memberikan bantuan dan bimbingan selama penulis menjalani perkuliahan.

7. Karya Tulis Ilmiah ini saya persembahkan kepada orang tua saya Bapak Heruman dan Ibu Rina Maryana tersayang, yang selalu memberikan semangat dan doa selama penyusunan Karya tulis ilmiah ini.
8. Rekan - rekan angkatan 30 Jurusan Keperawatan khususnya kelas 3B D3 Keperawatan yang berjuang bersama menyelesaikan karya tulis ilmiah.
9. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penulisan karya tulis ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan karya tulis ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan. Hal ini tidak luput dari kekurangan ataupun keterbatasan yang penulis miliki. Oleh karena itu, penulis memohon maaf yang sebesar-besarnya dan sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna memperbaiki karya tulis ilmiah ini. Semoga karya tulis ilmiah ini dapat bermanfaat bagi penulis maupun pembaca.

Tasikmalaya, 20 Mei 2025

Herna Ramadhani

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	ii
DAFTAR GAMBAR.....	iii
DAFTAR BAGAN.....	iv
DAFTAR LAMPIRAN	v
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penulisan	7
D. Manfaat KTI.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Konsep Biomedis	10
B. Konsep Asuhan Keperawatan.....	33
C. Konsep Dasar Metode SPEOS	47
D. Kerangka Teori.....	58
E. Kerangka Konsep	59
BAB III METODE KTI.....	60
A. Desain KTI	60
B. Subjek KTI.....	60
C. Definisi Operasional / Batasan Istilah	62
D. Lokasi dan Waktu.....	63
E. Prosedur Penyusunan KTI.....	64
F. Teknik Pengumpulan Data	65
G. Instrumen Pengumpulan Data	66
H. Keabsahan Data.....	67

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Tinggi Fundus Uterus pada Masa Nifas	30
Tabel 2. 2 Intervensi Keperawatan	41
Tabel 4. 1 Karakteristik Responden	71
Tabel 4. 2 Data Fokus Hasil Pengkajian.....	72
Tabel 4. 3 Analisa Data dan Diagnosa Keperawatan	73
Tabel 4. 4 Intervensi Keperawatan.....	75
Tabel 4. 5 Implementasi Keperawatan	76
Tabel 4. 6 Evaluasi Keperawatan.....	78
Tabel 4. 7 Gambaran Pelaksanaan Tindakan Metode SPEOS.....	81
Tabel 4. 8 Gambaran respon atau perubahan	83

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Ilustrasi TFU pada masa nifas	31
Gambar 2. 2 Titik – titik pijat endorfin	53
Gambar 2. 3 Alur pijat endorfin	53
Gambar 2. 4 Pijat oksitosin	57
Gambar 2. 5 Pijat oksitosin	57

DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 <i>Pathway</i>	23
Bagan 2. 2 Kerangka teori.....	58
Bagan 2. 3 Kerangka konsep.....	59

DAFTAR LAMPIRAN

<i>Lampiran 1 Penjelasan Sebelum Studi kasus (PSP)</i>	<i>103</i>
<i>Lampiran 2 Lembar Informed Consent Responden 1</i>	<i>104</i>
<i>Lampiran 3 Lembar Informed Consent Responden 2</i>	<i>105</i>
<i>Lampiran 4 Standar Operasional Prosedur Metode SPEOS.....</i>	<i>106</i>
<i>Lampiran 5 Lembar Observasi Involusi Uteri Responden 1.....</i>	<i>109</i>
<i>Lampiran 6 Lembar Observasi Involusi Uteri Responden 2.....</i>	<i>110</i>
<i>Lampiran 7 Satuan Acara Penyuluhan Metode SPEOS.....</i>	<i>111</i>
<i>Lampiran 8 Dokumentasi</i>	<i>116</i>
<i>Lampiran 9 Daftar Riwayat Hidup</i>	<i>118</i>
<i>Lampiran 10 Turnitin</i>	<i>120</i>