

Penerapan Teknik *Active Birth* Menggunakan *Birth Ball* Terhadap Kemajuan Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin

Ika Yulia Darma¹, Nurul Abdillah²

^{1,2}*Kebidanan, Program studi Kebidanan, STIKES Syedza Saintika Padang, Indonesia*

email: ika_yd1102@yahoo.com¹, Abdillahadik15@gmail.com²

Abstrak

Masih banyak ditemukan permasalahan saat persalinan, diantaranya partus lama yang merupakan salah satu dari beberapa penyebab kematian ibu dan bayi baru lahir di Indonesia. Untuk menangani persalinan lama, maka di Inggris sudah mulai diperkenalkan teknik persalinan aktif (*active birth*). *Birth ball* merupakan diantara metode *active birth* yang dapat digunakan selama kala I persalinan. Penelitian ini bertujuan Untuk mempelajari Pengaruh Penerapan Teknik *Active Birth* Menggunakan *Birth Ball* Terhadap Kemajuan Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin. Jenis penelitian ini adalah Quasy eksperimental dengan pendekatan *Posttest Only Design*. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 15 Mei sampai tanggal 18 Agustus 2020, di 4 Bidan Praktek Mandiri (BPM) Kota Padang pada tahun 2020. Data dikumpulkan melalui lembaran observasi dengan teknik *non probability sampling* yaitu *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 8 sampel. Data dikumpulkan dengan lembaran observasi. Data dianalisis menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *Wilcoxon*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata kemajuan persalinan dengan menggunakan *Birth Ball* adalah 2,6 dan SD $\pm 1,71$ dengan nilai minimal 1 dan maksimal 5. Berdasarkan uji statistik p value 0,034 ($p < 0,05$). Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh Penerapan Teknik *Active Birth* Menggunakan *Birth Ball* Terhadap Kemajuan Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin.

Kata Kunci: Active Birth, Kemajuan persalinan Kala I, Ibu bersalin

Effect of The Implementation Active Birth Technique Using Birth Ball Accelerated The Progress of The First Stage of Labor Among Intrapartum Mother

Abstract

In Indonesia, there are still many problems during childbirth, including old labor, which is one of the causes of death for mothers and newborns. To deal with prolonged labor, the UK has introduced active birth techniques. A birth ball is among the active birth methods that can be used during the first stage of labor. This study aims to study the effect of the application of the active birth technique using birth balls on the progress of the first stage of labor in the mother. This type of research is Quasy experimental with the Posttest Only Design approach. This research was conducted from 15 May to 18 August 2020, in 4 Independent Practice Midwives (BPM) Padang City in 2020. Data were collected through observation sheets using non-probability sampling techniques, namely purposive sampling with a total sample of 10 samples. Data were collected using observation sheets. Data were analyzed using univariate and bivariate analysis using the Wilcoxon test. The results showed that the average progress in labor using the Birth Ball was 2.6 and SD + 1.71 with a minimum value of 1 and a maximum of 5. Based on statistical tests p-value 0.034 ($p < 0.05$). The concluded there is an effect of the application of active birth techniques using a birth ball on the progress of the first stage of labor in the mother.

Keywords: Active Birth, the progress of the first stage of labor, Mother giving birth

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan suatu proses yang alamiah. Secara fisiologis, pada ibu bersalin periode waktu yang ditandai dengan kontraksi uterus yang nyeri dan teratur, penipisan serviks yang cukup besar dan dilatasi serviks yang lebih cepat dari 5 cm sampai 10 dilatasi untuk persalinan pertama dan selanjutnya. (WHO, 2018).

Ada 2 fase pada kala satu persalinan dimana fase laten adalah saat serviks melebar dari 0 cm menjadi 3-4cm dan fase aktif dimulai saat serviks berdilatasi 3-4cm menjadi 8-10cm. Pada tahap ini, nyeri kontraksi seperti kram berasal dari distensi jaringan rahim dan pelebaran serviks, menyebar melalui saraf tulang belakang ke daerah perut dan daerah lumbosakral. Karena, sebagian besar wanita menggambarkan nyeri saat melahirkan sebagai nyeri paling intensif yang pernah mereka alami, manajemen nyeri persalinan yang efektif tetap menjadi aspek penting dalam perawatan intrapartum (Chambers, 2015).

Menurut laporan data dari WHO (2015) mencatat bahwa setiap hari pada tahun 2015 ada 830 ibu yang meninggal dunia karena komplikasi kehamilan dan persalinannya. WHO juga mencatat AKI di Indonesia (2015) sebesar 126/100.000 kelahiran hidup (WHO, 2015). Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012 mencatat bahwa AKI di Indonesia masih tinggi sebesar 359/100.000 kelahiran hidup. Angka tersebut masih cukup tinggi jika dibandingkan dengan negara-negara tetangga di kawasan ASEAN. Data terkini dari Kementerian Kesehatan (2016) menyatakan bahwa hingga semester I di tahun 2014 terjadi 1.712 kasus kematian ibu saat proses persalinan (Kemenkes RI, 2016a). Tingginya AKI ini menggambarkan bahwa derajat kesejahteraan masyarakat di Indonesia masih rendah (Kemenkes RI, 2016b). Data yang dikeluarkan oleh Direktorat Bina Kesehatan Ibu pada tahun 2012 menunjukkan bahwa kematian Ibu di Indonesia disebabkan oleh beberapa faktor. Faktor-faktor tersebut antara lain adalah perdarahan (30,1%), Hipertensi (26,9%), infeksi (5,6%), partus lama (1,8%), abortus (1,6%) dan penyebab lain (34,5%). Berdasarkan data tersebut, partus lama merupakan salah satu faktor yang ikut berkontribusi dalam menyumbangkan angka kematian ibu di Indonesia meskipun dengan

persentasi yang cukup kecil. Di Indonesia sendiri masih banyak ditemukan permasalahan saat persalinan, diantaranya partus lama yang merupakan salah satu dari beberapa penyebab kematian ibu dan bayi baru lahir (Kemenkes RI, 2016a).

Persalinan lama (partus lama) adalah persalinan pada kala satu aktif (dari 4 cm sampai pembukaan 10) biasanya tidak melebihi 12 jam (WHO, 2018).

Faktor yang mempengaruhi persalinan menjadi lebih lama yakni kelainan presentasi, kontraksi yang tidak adekuat, kelainan jalan lahir, kehamilan kembar dan anemia. Untuk menangani partus lama, maka di Inggris sudah mulai diperkenalkan teknik persalinan aktif (*active birth*). Penggunaan bola kelahiran menggabungkan gerakan dan latihan yang, secara teoritis, membantu janin menemukan lebih bugar melalui panggul serta mendorong kemajuan persalinan (Zaky, 2016). Penggunaan bola kelahiran dianggap sebagai salah satu metode persalinan non-farmakologis pereda sakit. Bola kelahiran juga dikenal sebagai bola fit, bola Swiss dan bola petzi. Penggunaannya bermanfaat secara fisik selama kehamilan dan persalinan (Gallo, R. B. S., *et al* 2018).

Metode *active birth* di Indonesia sebenarnya sudah dilaksanakan sebagai salah satu asuhan perawatan pada proses persalinan, yakni dalam hal mobilisasi yang menganjurkan ibu untuk memilih posisi yang dianggap paling nyaman dengan tujuan untuk meminimalkan rasa nyeri serta dapat mempengaruhi lamanya kala I dan kala II persalinan, hal ini sesuai dengan standar bidan menurut WHO tahun 2010 dalam hal bidan sebagai pendamping persalinan (Susanti, *et al* 2015).

Metode yang dapat dilakukan dalam teknik *active birth* yaitu seperti jalan-jalan, miring ke kiri, mobilisasi, pendampingan suami, yoga, kompres hangat dingin, bola-bola persalinan (*birth ball*) yang sudah dilaksanakan oleh sebagai salah satu asuhan kebidanan pada proses persalinan untuk membantupartus lama (Reeder, S.J., *et al* 2017).

Keuntungan dari *active birth* diantaranya adalah untuk kemajuan persalinan, berkurangnya rasa sakit karena

kontraksi rahim maju kearah depan rahim secara alamiah dan tidak melawan gravitasi, meningkatkan tenaga pada kala II, lebih kecil resiko robekan perineum pada kala II dan kondisi ibu serta bayi lebih optimal karena mengurangi terapi medis yang dapat menimbulkan efek samping pada keduanya(Simkin,P.&Bolding, 2017).

Birth ball merupakan diantara metode *active birth* yang dapat digunakan selama kala I persalinan. *Birth ball* (bola persalinan) adalah bola terapi fisik yang membantu ibu inpartu kala I keposisi yang dapat membantu kemajuan persalinan. Sebuah bola terapi fisik dapat digunakan dengan berbagai posisi. Dengan duduk dibola dan bergoyang-goyang membuat rasa nyaman dan membuat kemajuan persalinan menggunakan gravitasi, sambil meningkatkan pelepasan endorphin karena elastisitas dan kelengkungan bola, merangsang reseptor dipanggil mensekresi endorphin (Souza, J.P., 2016).

Penelitian yang dilakukan oleh Rohmah (2016) di Gombang tentang penerapan teknik *active birth* menggunakan *birth ball* terhadap kemajuan persalinan yaitu kemajuan persalinan menjadi lebih cepat 2-3 jam (Rohmah, 2017).

Tujuan penelitian untuk mempelajari Pengaruh Penerapan Teknik *Active Birth* Menggunakan *Birth Ball* Terhadap Kemajuan Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan design Jenis penelitian ini adalah Quasy eksperimental dengan pendekatan *Postest Only Design*(Siyoto,2015). Penelitian dilaksanakan di 4 Bidan Praktek Mandiri (BPM) Kota Padang . Dilaksanakan pada tanggal 15 Mei-18 Agustus 2020. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin di Bidan Praktek Mandiri Kota Padang dengan usia kehamilan cukup bulan $\geq 37-42$ minggu dengan tidak ada komplikasi kehamilan. Teknik pengambilan sampel dengan *non probability sampling* yaitu *purposive sampling*.Data diperoleh dengan menggunakan lembaran observasi. Sampel dalam penelitian ini adalah 10orang ibu bersalin dengan perlakuan melakukan teknik *birth ball*. Kriteria inklusi yaitu ibu hamil dengan usia kehamilan $\geq 37-42$ minggu, Kala I Fase Aktif

(Pembukaan ≥ 4 cm), presentasi kepala, tidak ada komplikasi kehamilan/ibu dengan penyulit (*bekas secio caesarea*, Mc Donald > 40 cm, TB ibu < 145 cm, tekanan darah ibu $> 140/90$ mm/Hg, ibu anemia), DJJ normal.Data dikumpulkan menggunakan lembaran observasi. Data dianalisis secara deskriptif menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *Wilcoxon*.

HASIL PENELITIAN

1. Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk melihat distribusi frekuensi masing-masing variabel

Tabel 1 Distribusi frekuensi RerataPenerapan Teknik *Active Birth* Menggunakan *Birth Ball* Terhadap Kemajuan Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin

Perlakuan	Mean	Min-Max	SD
<i>Birth Ball</i>	2,6	1-5	$\pm 1,71$

Berdasarkan tabel 1 didapatkan rerata kemajuan persalinan dengan menggunakan *birth Ball* adalah 2,6 dan SD $\pm 1,71$ dengan nilai minimal 1 dan maximal 5

2. AnalisisBivariat

Tabel 2Pengaruh Penerapan Teknik *Active Birth* Menggunakan *Birth Ball* Terhadap Kemajuan Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin

Perlakuan	n	P-value
birth ball	10	0,034

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa hasil uji statistik dengan didapatkan *p-value* 0,034 ($p \leq 0.05$) berarti ada pengaruh Penerapan Teknik*Active Birth* Menggunakan *Birth Ball* Dan *Hypnobirthing* Terhadap Kemajuan Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin.

Berdasarkan hasil penelitian

menunjukkan bahwa hasil uji statistik dengan didapatkan *p-value* 0,034 ($p \leq 0.05$) berarti ada pengaruh Penerapan Teknik *Active Birth* Menggunakan *Birth Ball* Dan *Hypnobirthing* Terhadap Kemajuan Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin.

Penelitian ini sejalan dengan Sheishaa Ramadhan *et al* (2019) dengan hasil analisis bahwa terdapat pengaruh *active birth* menggunakan *Birth Ball* terhadap kemajuan persalinan kala I (Sheishaa Doaa Mustafa Ramadan, *et al* 2019). Dengan menggunakan uji statistik diperoleh $P = 0,007$ yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Selain itu, juga sejalan dengan Zaky(2016) dengan hasil persalinan menunjukkan durasi yang cepat kelompok kasus dibandingkan dengan kelompok kontrol dengan nilai $p = <0,05$ (Zaky, 2016).

Penggunaan *birth ball* selama persalinan mampu menurunkan tingkat nyeri karena merangsang refleks postural dan menjaga otot-otot serta menjaga postur tulang belakang dalam keadaan baik sehingga mengurangi kecemasan, sedikitnya penggunaan pethidin, memfasilitasi penurunan kepala janin, mengurangi lamanya kala I serta meningkatkan kepuasan dan kesejahteraan ibu, selain itu juga dilaporkan bahwa para ibu merasa lebih nyaman dan relaks dan 95% responden menyatakan bahwa latihan *birth ball* dapat meningkatkan kenyamanan (Makvandi, S., 2015). Studi lain menemukan bahwa lama fase aktif persalinan (pembukaan serviks uteri) 30% lebih pendek dan hambatan selama kala II persalinan menurun secara signifikan pada kelompok yang melakukan latihan (Sriwenda, 2016).

Penggunaan *Birth Ball* secara *pelvic rocking* dapat memperkuat otot-otot perut dan pinggang, mengurangi tekanan pada pinggang, mengurangi tekanan pada kandung kemih, membantu ibu relaks sehingga dapat mengurangi ketegangan yang berdampak pada pengurangan nyeri persalinan yang dirasakan ibu. Pergerakan fisik yang berpola dengan *pelvic rocking* juga bermanfaat meningkatkan outlet panggul sampai 30%, memfasilitasi peregangan perineum dengan optimal, mengoptimalkan aliran oksigen dan sirkulasi darah ke janin dan posisi yang efektif untuk penurunan janin sehingga janin dapat turun dengan mudah dan cepat selama proses persalinan dan nyeri persalinan pun akan

berlangsung singkat (Zaky, 2016).

Manfaat yang disarankan menggunakan *birth ball* selama persalinan meliputi berkurangnya rasa sakit, penurunan tingkat kecemasan, penggunaan analgesik yang lebih sedikit, kepala janin lebih mudah keturunan dan rotasi, durasi yang lebih pendek dari kala satu persalinan dan meningkatkan kepuasan dan kesejahteraan ibu. Secara psikologis, olahraga dengan bola meningkatkan postur tubuh, keseimbangan, koordinasi, dan kesadaran tubuh karena sifatnya yang dinamis sehingga membantu ibu menjaga kontrol tubuhnya dan membangun kepercayaan diri (Makvandi, S., 2015)

Pada penelitian ini, penggunaan *birth ball* selama persalinan tepatnya pada fase aktif sangat berpengaruh pada kemajuan persalinan. *Birthball* membantu kala I persalinan menjadi lebih pendek. Dengan duduk di bola perempuan akan menggerakkan paha, memutar. Hal ini akan mendorong kepala bayi menekan cerviks dan membantu dilatasi.

SIMPULAN

Ada pengaruh Penerapan Teknik *Active Birth* Menggunakan *Birth Ball* Dan *Hypnobirthing* Terhadap Kemajuan Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin di BPM Kota Padang

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih untuk semua pihak LLDIKTI Wilayah X, Kemeristek-Brin dan BPM kota Padang dan PPPM Stikes Syedza Sainatika Padang.

DAFTAR PUSTAKA

- Gallo, R. B. S., et al. (2018). The sequential application of non-pharmacological interventions reduces the severity of labor pain, delays the use of pharmacological analgesia, and improves some obstetric outcomes: a randomized trial. *Journal of Physiotherapy*, 64(1), 33–40.
- Kemendes RI. *InfoDATIN*. , (2016).
- Kemendes RI. *Profil Kesehatan 2015*. , (2016).
- Makvandi, S., et al. (2015). Effect of the

- birth ball on labor pain relief: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Obstetrics and Gynaecology Research*, 41(11), 1679–1686.
- Reeder, S.J., et al. (2017). Maternity nursing: family, newborn, and women's health care. 18th ed. Philadelphia. *Lippincott*.
- Rohmah. (2017). Penerapan Teknik Active Birth menggunakan Birth Ball terhadap kemajuan Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Bersalin di BPM Wiwik Gunandari, S.SiT. *Jurnal Riset Kesehatan*, 4(2).
- Sheishaa Doaa Mustafa Ramadan, et al. (2019). Effect of Birthing Ball Exercises during Pregnancy on the First Stage Progress of Labor. *International Journal of Nursing*, 6(2), 47–67.
- Simkin, P.&Bolding, A. (2017). Update on nonpharmacologic approaches to relieve labor pain and prevent suffering. *Journal of Midwifery & Women's Health*.
- Siyoto. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Souza, J.P., et al. (2016). Maternal position during the first stage of labor: a systemic review. *Reproductive Health*, 3(10), 1–9.
- Sriwenda, D. (2016). Efektifitas Latihan Birth Ball Terhadap Efikasi Diri Primipara Dengan Persalinan Normal. *Jurnal DIII Poltekes Kemenkes Bandung*.
- Susanti, et al. (2015). Pengaruh Active Birth Terhadap Proses Persalinan Kala I Fase Aktif. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 4, 199–210.
- WHO. *Global Health Observatory (GHO) data : Maternal Mortality*. , (2015).
- WHO. (2018). *Intrapartum care for a positive childbirth experience*.
- Zaky, N. H. (2016). Effect of pelvic rocking exercise using sitting position on the birth ball during the first stage of labor on its progress. *IOSR Journal of Nursing*.