JIUBJ

Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi, 22(1), Februari 2022, 89-91
Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat universitas Batanghari Jambi
ISSN 1411-8939 (Online), ISSN 2549-4236 (Print)
DOI 10.33087/jiubj.v22i1.1666

Pengaruh Metode *Birth Ball* Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di Praktek Mandiri Bidan (PMB) Fifi Maryoni

Linda Wati*, Monarisa, Rischa Hamdanesti
Stikes Alifah Padang
*Correspondence email: lindawati.akbid@gmail.com, monarisa85@gmail.com, rischa.hamdanesti@yahoo.com

Abstrak. Persalinan merupakan suatu proses yang alamiah dan menimbulkan rasa nyeri yang disebabkan oleh kontraksi pada saat ibu yang akan melahirkan. Metode nonfarmakologi yang bisa digunakan salah satunya metode birth ball yang merupakan salah satu metode menggunakan bola karet yang berisi udara dimanfaatkan untuk mengurangi nyeri pada punggung pada saat hamil maupun bersalin yang aman digunakan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh metode birth ball terhadap intensitasnyeri persalinan kala I fase aktif. Jenis penelitian ini quasi eksperiment dengan desain pretest – postets group desain, dengan cara mengukur intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok yang diberikan metode birth ball. Populasi penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin normal di PMB Fifi Maryoni dari bulan November 2020 s.d Februari 2021, sampel penelitian berjumlah 30 orang kelompok perlakuan. Intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif diukur dan dicatat langsung pada lembar observasi yang telah disediakan. Analisis data dilakukan secara bivariat dengan komputerisasi menggunakan program SPSS. Uji statistik yang digunakan adalah T – test dependent dengan derajat kepercayaan 95% (α= 0,05). Hasil penelitian menunjukkan terjadi penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif sesudah dilakukan metode birth ball. Hasil didapatkan ada pengaruh metode birth ball terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif sebelum dan sesudah diberikan metode birth ball dengan p value = 0,000. Disarankan kepada PMB Fifi Maryoni untuk dapat memberikan metode birth ball sebagai salah satu cara non farmakologi dalam pengurangan intensitas nyeri persalinan pada persalinan kala I fase aktif agar ibu dapat mengatasi rasa nyeri dalam melakukan persalinan.

Kata kunci: Nyeri Persalinan; Kala I Fase Aktif; Birth Ball

Abstract. *Labor is a natural process and causes pain caused by contractions when the mother is about to give birth. One of the non-pharmacological methods that can be used is the birth ball method, which is a method of using a rubber ball filled with air to reduce back pain during pregnancy and childbirth which is safe to use. The purpose of this study was to determine the effect of this type of research, a quasi-experimental design with a pretest-postets group design, by measuring the intensity of labor pain in the first stage of the active phase before and after being given treatment in the group given the birth ball method. The population of this study were all mothers who gave birth normally at PMB Fifi Maryoni from November 2020 to February 2021, the study sample consisted of 30 people in the treatment group. The intensity of labor pain in the active phase of the first stage was measured and recorded directly on the observation sheet provided. Data analysis was carried out bivariate with computerization using the SPSS program. The statistical test used was T - test dependent with a 95% confidence degree (α = 0.05). The results showed that there was a decrease in the intensity of labor pain in the active phase of the first stage after the birth ball method was used. The results showed that there was an effect of the birth ball method on decreasing the intensity of labor pain in the first stage of the active phase before and after being given the birth ball method with p value = 0.000. It is recommended to PMB Fifi Maryoni to be able to provide the birth ball method as one of the non-pharmacological methods in reducing the intensity of labor pain in the first stage of active labor so that the mother can overcome pain during labor.*

Keywords: *Labor Pain; Stage I Active Phase; Birth Ball*

PENDAHULUAN

Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia tergolong tinggi. Berdasarkan data *Asean Statistical Yearbook* 2014, AKI di Indonesia menempati urutan ke 3 tertinggi di ASEAN setelah Laos dan Myanmar. Berdasarkan hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) pada tahun 2012, AKI di Indonesia mengalami peningkatan yang signifikan yaitu dari 228 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2007 menjadi 359 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2012. Tingginya AKI ini menggambarkan bahwa derajat kesejahteraan masyarakat di Indonesia masih rendah (Kemenkes RI, 2016).

Persalinan merupakan suatu proses yang alamiah. Secara fisiologis pada ibu bersalin akan terjadi kontraksi yang menyebabkan penipisan dan pembukaan serviks. Pada persalinan normal terdapat nyeri yang hilang timbul. Serangan nyeri mulai terasa ketika kontraksi mencapai puncaknya dan menghilang setelah uterus mengadakan relaksasi. Nyeri persalinan merupakan fisiologis pada proses persalinan dengan intensitas nyeri yang berbeda pada setiap individu (Cunningham *et al*, 2012)

Persalinan akan terasa menyenangkan karena janin yang selama sembilan bulan berada di dalam perut akan terlahir ke dunia. Di sisi lain persalinan juga menjadi mendebarkan khususnya bagi calon ibu baru, dimana terbayang proses persalinan yang mengeluarkan energi yang begitu banyak, sebuah perjuangan yang cukup melelahkan, (Nasrullah et al, 2012)

Ketidaknyaman, rasa takut dan rasa nyeri merupakan masalah bagi ibu bersalin. Hal tersebut merupakan rintangan terbesar dalam persalinan dan jika tidak diatasi akan berdampak pada terhambatnya kemajuan persalinan. Ibu bersalin yang sulit beradaptasi dengan rasa nyeri persalinan dapat menyebabkan tidak terkoordinasinya kontraksi uterus yang dapat mengakibatkan perpanjangan kala I persalinan dan kesejahteraan janin terganggu. Tidak ada kemajuan persalinan atau persalinan lambat yang merupakan salah satu komplikasi persalinan yang mengkhawatirkan, rumit dan tidak terduga. (Kurniawati et al, 2017).

Salah satu faktor penyebab dari partus lama adalah kelainan kontraksi baik kontraksi yang adekuat maupun kontraksi tidak adekuat. Hal ini menyebabkan berbagai keluhan yang dialami ibu seperti gelisah, letih, berkeringat, pernafasan cepat, tidak nyaman serta cemas (Sarwono, 2010).

Salah satu teknik relaksasi dan tindakan nonfarmakologis dalam penanganan nyeri saat persalinan dengan menggunakan birth ball yang juga biasa dikenal dalam senam pilates sebagai fitball, swiss ball dan petzi ball. Birth ball adalah bola terapi fisik yang membantu ibu inpartu kala I ke posisi yang membantu kemajuan persalinan. Sebuah bola terapi fisik yang membantu kemajuan persalinan dan dapat digunakan dalam berbagai posisi. Salah satu gerakannya yaitu dengan duduk di bola dan bergoyanggoyang membuat rasa nyaman dan membantu kemajuan persalinan dengan menggunakan gravitasi sambil meningkatkan pelepasan endorfin karena elastisitas dan lengkungan bola merangsang reseptor di panggul yang bertanggung jawab untuk mensekresi endorfin (Gau M-L, *et al*, 2011)

Metode nonfarmakologi cenderung lebih mudah dan aman untuk diberikan kepada ibu bersalin. Metode tersebut antara lain seperti *massage*, penggunaan *birth ball*, terapi sentuhan, relaksasi, kompres hangat dan kompres dingin, penggunaan *aromatherapy*, pengaturan nafas, pengaturan posisi, terapi musik, hipnoterapi, akupuntur dan lain – lain (Henderson dan Jones, 2006)

Ketidaknyamanan dapat diatasi dengan posisi tubuh yang menunjang gravitasi dan posisi yang mempercepat dilatasi serviks seperti berjalan, berjongkok, berlutut dan duduk. Dengan metode *birthball* akan mendukung ibu untuk menggunakan posisi tersebut selama proses persalinan. Hal ini akan membantu janin turun ke dalam rongga panggul dan ibu lebih sedikit merasakan nyeri (Mathew A, *et al*, 2012)

METODE

Jenis dalam penelitian ini merupakan *quasi eksperiment* pendekatan Dalam penelitian ini terdapat dua kelompok yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol, *pretest* dan *postest* untuk pengurukan sebelum dan sesudah melakukan metode *birth ball* untuk mengetahui perbedaan intensitas nyeri persalinan pada kala I fase aktif. Analisa data yang digunakan adalah univariat dan bivariat. Uji statistic yang digunakan pada penelitian ini adalah *uji T-Test* dependen dengan program SPSS dengan derajat kepercayaan 95% (α=0,05).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Pengaruh Metode Birth Ball Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Sebelum dan Sesudah dilakukan

Intensitas Nyeri	N	Mean	Stdr.Deviasi	*p.value*
Sebelum	30	2,83	0,461	0,000
Sesudah	30	1,60	0,814	

Berdasarkan tabel diatas terlihat sebelum dilakukan metode *birth ball* pada persalinan kala I fase aktif nilai mean 2,83 dan sesudah dilakukan metode *birth ball* pada persalinan kala I fase aktif nilai mean 1,60 dari uji statistik didapat *pvalue* 0,000 (<0,05) terdapat pengaruh metode *birth ball* terhadap penurunan intensitas nyeri pada persalinan kala I fase aktif di PMB Fifi Maryoni.

Pembahasan

Pengaruh Metode Birth Ball Terhadap Intensitas Nyeri Pada Persalinan Kala I Fase Aktif

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan bahwa terdapat pengaruh metode *birth ball* terhadap penurunan intensitas nyer*i* pada persalinan kala I fase aktif dengan hasil uji statistik didapat *p-value* 0,000 (<0,05).

Penelitilan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Makvandi *et al*, (2015) di Iran didapatkan bahwa p-*value* <0.05 pada kelompok intervensi yang menggunakan *birth ball*. Hal tersebut menunnjukkan bahwa secara statistik terdapat hubungan yang bermakna antara penggunaan *birth ball* dengan intensitas nyeri persalinan (Makvandi *et al*, 2015).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Fadmiyanor et al., (2017) menunjukkan rata-rata intensitas nyeri sebelum diberikan metode *birth ball* adalah 6,05, rata-rata intensitas nyeri sesudah diberikan metode *birth ball* adalah 4,95. Hasil didapatkan ada perbedaan intensitas nyeri persalinan sebelum dan sesudah diberikan metode *birth ball* pada kala I fase aktif dengan *p value = 0,000*.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Taavoni *et al.,* (2011) yang berjudul *Effect of Birth Ball Usage on Pain in the Active Phase of Labor:A Randomized Controlled Trial* didapatkan hasil bahwa rata-rata skor nyeri pada kelompok yang menggunakan metode *birth ball* secara signifikan lebih rendah bila dibandingkan dengan kelompok kontrol dengan nilai p<0,05 dengan jumlah responden 60 orang yang terbagi atas masing 30 pada setiap kelompok yang artinya

adanya perbedaan penurunan nyeri sebelum dan sesudah di berikan *birth ball.*

Penggunaan birth ball akan mendukung ibu untuk menggunakan posisi tersebut selama proses persalinan. Hal ini akan membantu janin turun ke dalam rongga panggul dan ibu lebih sedikit merasakan nyeri. Sebagai pereda nyeri persalinan, *birthball* dapat digunakan secara simultan dengan metode nonfarmakologi yang lain seperti pijat, aroma terapi, terapi musik dan kompres hangat atau dingin (Widyaswara P, 2012)

Nyeri persalinan merupakan pengalaman subjektif tentang sensasi fisik yang terkait dengan kontraksi uterus, dilatasi dan penipisan serviks, serta penurunan janin selama persalinan. Respon fisiologis terhadap nyeri meliputi peningkatan tekanan darah, denyut nadi, pernapasan, keringat, dan ketegangan otot (Mathew A, et al, 2012)

Manajemen nyeri secara farmakologi lebih efektif dibandingkan dengan metode nonfarmakologi namun metode farmakologi lebih mahal dan berpotensi menimbulkan efek yang kurang baik dan tidak semua fasilitas kesehatan menyediakan layanan tersebut. Sehingga banyak terapi nonfarmakologi yang muncul untuk mengurangi nyeri pada persalinan dimana setiap lapisan masyarakat dapat melakukannya serta pelayanan kesehatan dapat memfasilitasi, bersifat murah, simple, efektif dan tanpa efek yang merugikan. Salah satu metode nonfarmakologi yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri persalinan adalah terapi birth ball. (Nasrullah et al., 2012)

SIMPULAN

Terdapat Pengaruh penggunan Metode *Birth Ball Terhadap* Intensitas Nyeri Pada Persalinan Kala I Fase Aktif dengan p-*value* 0,000 di PMB Fifi Maryoni.

DAFTAR PUSTAKA

Cunningham, F. Gary, *et al*. *Obstetri Williams Volume 1 Edisi 23*. 2012. Jakarta : EGC.

Fadmiyanor, dkk.. Pengaruh Pemberian metode birth ball terhadap intensitas nyeri persalinan kala I Fase Aktif di BPM Siti Julaeha. Jurnal Ibu dan Anak. 2017.5(2).102-109.

Kementerian Kesehatan RI. 2016. *INFODATIN Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI Situasi Balita Pendek*. Jakarta Selatan.

Henderson, C., Jones, K. 2006. *Buku Ajar Konsep Kebidanan*. Jakarta: EGC

Gau M-L, Chang C-Y, Tian S-H, Lin K-C. Effects of birth ball exercise on pain and self-efficacy during childbirth: A randomised controlled trial in Taiwan. Midwifery [Internet]. 2011 Dec;27(6):e293–300. Available from: http://linkinghub.elsevier.com/ retrieve/pii/S0266613811000192

Kurniawati, A., Dasuki, D., & Kartini, F. (2022). Efektivitas Latihan Birth Ball Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada Primigravida. *JNKI, Vol. 5, No. 1, Tahun 2017, 1-10.* http://dx.doi.org/10.21927/jnki.2017.5(1).1-10

Makvandi *et al.* 2015.*Effect of Birth Ball on Labor Pain Relief: A Sytematic Review and Metaanalysis.*Journal Obstetric and Gynecology Research. Vol. 41, No.11, pp. 1679-1686

Mathew A, Nayak, K Vandana. A Comparative Study on Effect of Ambulation and Birthing Ball on Maternal and New Born Outcome among Primigravida Mothers in Selected Hospital in Mangalore. Nitte Usha Institute of nursing Science, Nitte Universitty Mangalore India, NUJHS, vol 2, 2012.

Nasrullah, dkk, 2012. Pengaruh Terapi Birth Ball Terhadap Nyeri Persalinan, Malang:Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya.

Prawiroharjo, Sarwono. 2010. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.

Taavoni, S. et al., 2010. Effect of Birth Ball Usage on Pain in the Active Phase of Labour: A Randomized Controlled Trial. Journal of Midwifery and Women ‘s Health.

Widyaswara P. Pengaruh Terapi Birth Ball Terhadap Nyeri Persalinan Kala I. 2012.