

Latihan Birthball untuk Penurunan Nyeri Kala I Persalinan di Bidan Praktik Mandiri Juliana Tanjung Morawa

Birthball Exercises to Reduce Pain in the First Stage of Labor at Mandiri practice Midwifery Juliana Tanjung morawa

Eva Solena^{1*}, Elvi Era Liesmayani², Riris Sitorus³

^{1,2,3} Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam

*(Korespondensi : evasolena@gmail.com)

ABSTRACT

Childbirth is the process of expelling the products of conception (fetus and placenta) through the birth canal with or without assistance after they have developed enough to live outside the womb (by their own strength). Labor pain is a natural reaction. The pain that will be felt is the same as the birth process. To find out the effect of birthball training on reducing pain in the first stage of labor in women giving birth before doing birthball training at the Juliana Tanjung Morawa Midwife Clinic. This research is quantitative using a quasi-experimental approach with a One Group Pre test and Post test design. Sampling used accidental sampling with a population of 30 respondents in accordance with exclusion and inclusion criteria. In this research, the instrument used was an observation sheet. The results of the statistical test obtained a $p\text{-value}=0.000$ ($p<0.05$) so it can be concluded that there is an effect of giving birthball exercises on reducing pain in the first stage of labor in mothers giving birth at the Juliana Tanjung Morawa Midwife Clinic in 2023.

Keywords : Labor Pain, Birth Ball, First Stage of Labor

ABSTRAK

Persalinan adalah proses pengeluaran hasil konsepsi (janin dan plasenta) melalui jalan lahir dengan atau tanpa bantuan setelah mereka berkembang cukup bulan untuk hidup di luar kandungan (kekuatan sendiri). Nyeri persalinan adalah reaksi alami. Rasa sakit yang akan dirasakan sama seperti proses melahirkan. Untuk mengetahui Pengaruh Latihan Birthball Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin sebelum dilakukan Latihan Birthball Di Klinik Bidan Juliana Tanjung Morawa. Penelitian ini bertujuan untuk melihat penurunan nyeri pada Kala I dengan metode latihan Birthball. Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan menggunakan pendekatan quasy experimental dengan rancangan One Grup Pre test dan Post test. Pengambilan sampel menggunakan accidental sampling dengan jumlah populasi 30 responden sesuai dengan kriteria eksklusi dan inklusi. Pada penelitian ini instrument yang digunakan adalah lembar observasi. Hasil dari uji statistik diperoleh nilai $p\text{-value}=0,000$ ($p<0,05$) sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian latihan birthball terhadap penurunan nyeri persalinan kala I pada ibu bersalin di Klinik Bidan Juliana Tanjung Morawa tahun 2023.

Kata Kunci : Nyeri Persalinan, Birth Ball, Persalinan Kala I

PENDAHULUAN

WHO menyatakan bahwa hanya 10-15% persalinan yang berlangsung tanpa nyeri, artinya paling banyak ditemukan ibu dengan persalinan nyeri yaitu sebesar 85-90%¹. Kemenkes menyatakan bahwa 15% ibu di Indonesia pada tahun 2019 mengalami komplikasi persalinan disertai nyeri dan 22% menyatakan bahwa persalinan yang dialami adalah persalinan yang menyakitkan karena merasakan nyeri hebat, sedangkan 63% tidak memperoleh informasi tentang persiapan yang harus dilakukan untuk mengurangi nyeri persalinan². Pusat data persatuan Rumah Sakit seluruh Sumatra Utara menjelaskan bahwa 15% ibu di Sumatra Utara mengalami komplikasi persalinan dan 21% menyatakan bahwa persalinan yang dialami merupakan persalinan yang menyakitkan karena merasakan nyeri yang sangat, sedangkan 63% tidak memperoleh informasi tentang persiapan yang harus dilakukan guna mengurangi nyeri pada persalinan³. Menurut Dinkes Tanjung Morawa,



sebagian besar ibu bersalin baik primipara maupun multipara yang masuk kategori nyeri berat sebesar 55% (11 orang) dan yang mengalami nyeri yang sangat berat sebesar 30% (6 orang) dan nyeri ringan sebesar 15% (3 orang). Mengemukakan bahwa, 89% ibu bersalin primipara dan 84% ibu bersalin multipara menggambarkan persalinan sebagai nyeri yang sangat berat dan tidak tertahankan, hal ini menunjukkan bahwa ibu bersalin primipara dan multipara sama-sama merasakan nyeri yang hebat dalam proses persalinan⁴. Berdasarkan survey awal yang telah dilakukan di klinik Bidan Juliana yaitu dengan melakukan wawancara, peneliti mendapatkan bahwa jumlah ibu bersalin pada bulan Januari terdapat 20 orang, diantaranya 10 (45%) ibu bersalin mengalami nyeri sedang pada kala I Fase aktif dan 10 (50%) ibu yang mengalami nyeri berat pada persalinan kala I fase aktif. Berdasarkan hasil wawancara tersebut juga dapat diketahui bahwa ibu bersalin belum pernah melakukan terapi birthball untuk mengurangi nyeri persalinan kala I fase aktif⁸.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan Metode Penelitian Quasi Eksperimen dengan rancangan (one group pre-test dan post-test). Desain ini untuk menentukan intensitas nyeri persalinan kala I sebelum dan sesudah diberikan Latihan *birth ball* pada ibu bersalin. Sebelum memberikan terapi birth ball pada kelompok, akan mengukur intensitas nyeri persalinan kala I persalinan pada ibu bersalin (pretest), kemudian ukur kembali intensitas nyeri persalinan kala I ibu bersalin setelah mendapat intervensi. Dalam menganalisa data secara bivariat penyajian data dilakukan dengan menggunakan uji statistik Wilcoxon-test untuk mengetahui efek dari perlakuan yang diberikan.

HASIL

Hasil penelitian yang telah dilakukan meliputi analisis univariat yang menggambarkan karakteristik responden dan analisis bivariat yang menggambarkan Pengaruh Latihan Birth Ball Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden pada Ibu Bersalin di Klinik Bidan Juliana Tanjung Morawa Tahun 2023

Variabel	N	%
Usia		
1. 16 – 25 tahun	5	31,3
2. 26 – 35 tahun	8	50
3. 36 – 45 tahun	3	18,8
Tingkat Pendidikan		
SD	2	12,5
SMP	3	18,8
SMA	7	43,8
PT	4	25
Pekerjaan		
PNS	5	31,3
Wiraswasta	9	56,3
Tidak bekerja	2	12,5
Agama		
Islam	16	100
Suku		
Jawa	16	100
Jumlah	16	100

Tabel 1. menunjukkan bahwa dari 16 bersalin di Klinik Bidan Juliana Tanjung Morawa mayoritas ibu berusia 26 – 35 tahun sebanyak 8 orang (50%), tingkat pendidikan responden mayoritas berada dalam tingkat pendidikan SMA sebanyak 7 orang (43,8%), pekerjaan responden mayoritas wiraswasta sebanyak 9 orang (56,3%), mayoritas responden beragama Islam sebanyak 16 orang (100%), dan mayoritas responden suku Jawa sebanyak 16 orang (100%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Nyeri Persalinan Sebelum Intervensi Latihan Birth ball pada Ibu Bersalin di Klinik Bidan Juliana Tanjung Morawa Tahun 2023

NyeriPersalinan	N	%
Nyeri ringan	2	12,5
Nyeri sedang	12	75
Nyeri berat	2	12,5
jumlah	16	100

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui tingkat nyeri persalinan sebelum melakukan terapi birth ball yaitu dari 16 responden terdapat 12 responden (75%) yang merasakan tingkat nyeri sedang, 2 responden (12,5%) yang merasakan tingkat nyeri berat, dan 2 responden (12,5%) yang merasakan tingkat nyeri ringan.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Nyeri Persalinan Sesudah Intervensi Latihan Birth Ball Pada Ibu Bersalin Di Klinik Bidan Juliana Tanjung Morawa Tahun 2023

NyeriPersalinan	N	%
Nyeriringan	13	81,3
Nyerisedang	3	18,8
Nyeriberat	0	0
Jumlah	16	100

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui tingkat nyeri persalinan sesudah melakukan terapi birth ball yaitu dari 16 responden terdapat 13 orang responden (81,3%) yang merasakan tingkat nyeri persalinan ringan dan 3 responden (18,8%) yang merasakan tingkat nyeri sedang.

Hasil Analisis Bivariat

Tabel 4. Pengaruh Latihan Birthball terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I pada Ibu Bersalin di Klinik Bidan Juliana Tanjung Morawa Tahun 2023

Variabel	N	Rank	MeanRank	p-value
Nyeri persalinan sebelum Intervensi-	16	NegatifRanks	7,00	0,000
Nyeri persalinan sesudah Intervensi	16			

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa negatif ranks atau selisih negatif antara nyeri persalinan sebelum intervensi dan sesudah intervensi. Disini terdapat 16 data negatif (N) yang artinya ke 16 responden mengalami penurunan nyeri persalinan sebelum intervensi dan sesudah intervensi. Berdasarkan output test statistics diperoleh hasil nilai signifikansi sebesar p-Value 0,000 lebih kecil dari taraf signifikan ($p\text{-value} = 0,000 < 0,05$), maka kesimpulannya adalah H_a diterima yang artinya ada pengaruh pemberian latihan *birth ball* terhadap penurunan nyeri persalinan Kala I pada Ibu Bersalin di Klinik Bidan Juliana Tanjung Morawa Tahun 2023.

PEMBAHASAN

Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh latihan *birth ball* terhadap penurunan nyeri persalinan kala 1 pada ibu bersalin dengan uji wilcoxon. Berdasarkan output test statistics diperoleh hasil nilai signifikan sebesar p-value 0,000 lebih kecil dari taraf signifikan ($P\text{-value} = 0,000 < 0,05$), maka kesimpulannya adalah H_a diterima yang artinya ada pengaruh pemberian latihan *birth ball* terhadap penurunan nyeri persalinan Kala I pada Ibu Bersalin di Klinik Bidan Juliana Tanjung Morawa. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori Monsdragon (2018) yang mengungkapkan bahwa, massage atau pijatan berupa stimulasi tekanan kuat pada sakrum yang digunakan selama proses persalinan dapat menimbulkan efek relaksasi sehingga mengurangi nyeri akibat kontraksi uterus yang ibu bersalin rasakan⁶. Hal tersebut dapat terjadi karena kebenaran teori gate control yang mengatakan bahwa selama proses persalinan impuls nyeri berjalan dari uterus ke substansi gelatinosa di dalam spinal kolumna, sel-sel transmisi memproyeksi pesan nyeri ke otak. Adanya simulasi seperti menggosok-gosok, menekan dengan kuat atau memijat mengakibatkan pesan yang berlawanan yang lebih kuat, cepat dan berjalan sepanjang serat saraf kecil. Pesan yang berlawanan ini menutup substansi gelatinosa lalu memblokir pesan nyeri sehingga otak tidak mencatat pesan nyeri tersebut

dan terjadi pembatasan intensitas nyeri⁷. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Pasongli (2018) yang berjudul Efektifitas Counterpressure Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan Normal Di Rumah Sakit Advent Manado yaitu, nyeri persalinan sebelum dilakukan masase counterpressure berada pada skala 9-10 (100%) dan setelah dilakukan masase counterpressure nyeri menurun paling besar pada skala 3-6 sebanyak 13 responden (86,7%)⁵. Hasil uji Paired Samples T Test didapatkan nilai signifikan lebih kecil dari 5% ($p=0,000<0,05$) yang artinya counterpressure efektif untuk menurunkan intensitas nyeri kala I persalinan normal di rumah sakit advent manado.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengenai pengaruh latihan birth ball terhadap penurunan nyeri persalinan kala I pada ibu bersalin dapat disimpulkan bahwa Frekuensi nyeri persalinan sebelum dilakukan latihan *birth ball* mayoritas responden (75%) merasakan tingkat nyeri persalinan dengan nyeri sedang. Frekuensi nyeri persalinan sesudah dilakukan latihan *birth ball* mayoritas responden (81,3%) merasakan tingkat nyeri persalinan dengan nyeri ringan dengan hasil uji statistik menggunakan uji wilcoxon diperoleh $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$. ada pengaruh latihan *birth ball* terhadap penurunan nyeri persalinan kala I pada ibu bersalin di Klinik Bidan Juliana Tanjung Morawa Tahun 2023

DAFTAR PUSTAKA

1. WHO. 2020. Constitution of the World Health Organization edisi ke-49. Jenewa:. hlm. 1. ISBN 978-92-4-000051-3
2. Kementrian Kesehatan RI (Kemenkes RI). 2022. Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.02.01/MENKES/18/2022 Tentang Pencegahan Dan Pengendalian Kasus COVID-19 Varian Omicron (B.1.1.529). Departemen Kesehatan, Jakarta.
3. Yuliasari, D., & Santriani, E. S. (2018). Hubungan Counterpressure Dengan Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Ibu Primipara Di Bps Hj. Sulastri, Amd. Keb Pekalongan Lampung Timur Tahun 2013. JKM (Jurnal Kebidanan Malahayati), 1(1).
4. Bidan Cerdas, J., Irawati, A., & Haryono, I. (N.D.). *Mengurangi Nyeri Persalinan Dengan Teknik Birthing Ball* [Http://Jurnal.Poltekkespalu.Ac.Id/Index.Php/Jbc/](http://Jurnal.Poltekkespalu.Ac.Id/Index.Php/Jbc/)
5. Pasongli, Sesi. Rantung, Maria. Pesak, Ellen. 2014. EFEKTIFITAS COUNTERPRESSURE TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI KALA I FASE AKTIF PERSALINAN NORMAL DI RUMAH SAKIT ADVENT MANADO. : Jurnal Ilmiah Bidan (JIDAN), 2 (2), pp. 14-16.
6. Kurniawati, A., Dasuki, D., & Kartini, F. (2017). Efektivitas Latihan Birth Ball Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Primigravida. *Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia*, 5(1), 1. [https://doi.org/10.21927/Jnki.2017.5\(1\).1-10](https://doi.org/10.21927/Jnki.2017.5(1).1-10)
7. Maryani, T., & Estiwidani, D. (2018). Terapi Birth Ball Berpengaruh Terhadap Lama Kala I Dan Intensitas Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin Primigravida Di Rb Kasih Ibu Yogyakarta. *Kesehatan Ibu Dan Anak*, 10(November), 22-27.
8. Kurniawati, A., Dasuki, D., & Kartini, F. (2017). Efektivitas Latihan Birth Ball Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Primigravida. *Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia*, 5(1), 1. [https://doi.org/10.21927/Jnki.2017.5\(1\).1-10](https://doi.org/10.21927/Jnki.2017.5(1).1-10)
9. Kurniawati, A., Dasuki, D., & Kartini, F. (2017). Efektivitas Latihan Birth Ball Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Primigravida. *Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia*, 5(1), 1. [https://doi.org/10.21927/Jnki.2017.5\(1\).1-10](https://doi.org/10.21927/Jnki.2017.5(1).1-10)