

PENGARUH TERAPI *BIRTH BALL* TERHADAP INTENSITAS NYERI PERSALINAN KALA I PADA IBU BERSALIN DI PMB NENG TUTI ALAWIYAH BOGOR

Riya Tanzilatun Amillah¹, Rani Safitri², Raden Maria Veronika Widiatrilupi³
^{1,2,3} Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan Rs Dr. Soepraoen Kesdam V
(riyatanzilatun@gmail.com¹, rani@itsk-soepraoen.ac.id², mariawidia74@gmail.com³)

ABSTRAK

Pendahuluan: Nyeri persalinan adalah suatu hal yang sering terjadi selama persalinan dengan intensitas nyeri yang tidak sama disetiap individu. Metode *birth ball* yaitu metode alternatif nonfarmakologi yang sangat lebih mudah didapat serta relatif lebih terjangkau dari segi harga serta tidak menimbulkan efek samping berisiko pada ibu hamil. *Birth ball* yaitu metode yang digunakan dalam membantu proses kemajuan persalinan dengan menggunakan bola pada inpartu tahap pembukaan. Sehingga memiliki tujuan untuk mengidentifikasi pengaruh terapi *birth ball* terhadap intensitas nyeri persalinan kala I pada ibu bersalin di PMB Neng Tuti Alawiyah Bogor. **Metode:** Penelitian ini memakai jenis kuantitatif dengan menerapkan metode quasi-eksperimen pada satu kelompok (*one group pretest posttest*), jumlah populasi yang digunakan sebanyak 20 orang ibu bersalin di PMB Neng Tuti Alawiyah Bogor dengan memakai teknik total sampling **Hasil:** Hasil uji statistik pengukuran intensitas nyeri persalinan kala I pada ibu bersalin baik sebelum dan setelah penggunaan terapi *birth ball* didapatkan p-value sebesar 0,000 ($p\text{-value} < 0,05$ pada $\alpha = \text{lima}\%$). **Kesimpulan:** Dapat disimpulkan bahwa penggunaan terapi *birth ball* terbukti dapat menurunkan intensitas nyeri ibu saat persalinan pada fase aktif kala I pada di PMB Neng Tuti Alawiyah Bogor.

Kata kunci: Birth Ball, Intensitas Nyeri, Persalinan.

THE EFFECT OF BIRTH BALL THERAPY ON THE INTENSITY OF LABOR PAIN AT STAGE I IN LABORING MOTHERS AT PMB NENG TUTI ALAWIYAH BOGOR

ABSTRACT

Introduction: Labor pain is something that often occurs during labor with a different intensity of pain in each individual. The *birth ball* method is a non-pharmacological alternative method that is very easy to obtain and relatively more affordable in terms of price and does not cause risky side effects in pregnant women. *Birth ball* is a method used to help the process of childbirth progress by using a ball at the opening stage. So that it has the aim of identifying the effect of *birth ball* therapy on the intensity of labor pain in the first period of labor pain in pregnant women at PMB Neng Tuti Alawiyah Bogor. **Methods:** This study used a quantitative type by applying the quasi-experimental method on one group (*one group pretest posttest*), the total population used was 20 mothers giving birth at PMB Neng Tuti Alawiyah Bogor using a total sampling technique **Results:** Results of statistical tests to measure the intensity of labor pain in the first period in pregnant women both before and after the use of *birth ball* therapy A p-value of 0.000 was obtained ($p\text{-value} < 0.05$ at $\alpha = \text{five}\%$). **Conclusion:** It can be concluded that the use of *birth ball* therapy is proven to reduce the intensity of maternal pain during childbirth in the active phase of phase I at PMB Neng Tuti Alawiyah Bogor.

Keywords: Birth Ball, Pain Intensity, Labor.

INFO ARTIKEL

Riwayat Artikel: (diisi oleh editor jurnal)
Diterima: 11 Mei 2024
Disetujui: 07 Oktober 2024
Tersedia secara online Volume 12 No 02; 2024

Alamat Korespondensi:
Nama: Riya Tanzilatun Amillah
Afiliasi:
Alamat: Desa Bulangan 003/002 Kecamatan Dukun Kabupaten
Gresik
Email: riyatanzilatun@gmail.com

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Persalinan merupakan proses alamiah yang terjadi pada kehamilan dengan di mulai terjadinya kontraksi yang menyebabkan pembukaan pada serviks serta penipisan serviks dan akan berakhir ketika plasenta keluar secara sempurna. Jika ibu pada saat terjadinya kontraksi tidak membuat serviks menipis maka belum dikatakan inpartu (Sulfianti *et al.*, 2020).

Berdasarkan catatan dari program kesehatan keluarga di Indonesia tahun 2020 total korban jiwa ibu mencapai 4.627 kasus, dan mengalami peningkatan dari 4.221 kasus yang terjadi di tahun 2019. Di Jawa Barat sendiri, tercatat 684 kasus kematian ibu. Mayoritas angka kematian ibu (AKI) di tahun 2020 terjadi karena hemorrhagic postpartum (1.330 korban jiwa), hipertensi gestasional (1.110 korban jiwa), dan masalah pada peredaran darah (230 korban jiwa) (Kemenkes, 2022).

Berbagai cara yang dapat digunakan dalam meminimalisir tingkat nyeri pada persalinan seperti farmakologi yang terdiri dari pethidine,ILA, anastesi epidural serta metode non farmokologi yang terdiri dari

massage, aromatherapy, kompres hangat, napas dalam, serta birth ball.

Birth ball exercise adalah metode non farmakologi yang mudah didapatkan dan tidak memiliki risiko yang berfungsi untuk meminimalisir tingkat nyeri serta kecemasan pada saat terjadinya persalinan. Metode ini dapat membantu kemajuan persalinan pada ibu inpartu tahap pembukaan. *Birth ball* di Indonesia masih jarang di temui, akan tetapi di beberapa pelayanan Kesehatan sudah mulai mengaplikasikan metode ini. Sedangkan di beberapa Negara sudah mengaplikasikan metode *birth ball* termasuk Negara Iran. Metode ini sangat disarankan untuk digunakan ibu hamil selama 1 hingga 1,5 jam setiap hari (Tri Utami *et al.*, 2023)

Menurut hasil penelitian Berdasarkan oleh Yeung *et al.*, (2019), terapi *birth ball* dapat menurunkan rasa nyeri pada saat melahirkan. Ibu yang sedang bersalin mengatakan bahwa penggunaan *birth ball* tidak hanya digunakan pada saat puncak terjadinya kontraksi saja melainkan bisa digunakan pada saat 2-4 jam pasca bersalin untuk mengurangi rasa nyeri tersebut (Yeung *et al.*, 2019)

Oleh karena itu, tujuan dalam penelitian ini untuk mengetahui pengaruh terapi *birth ball* terhadap intensitas nyeri kala 1 pada ibu bersalin di PMB Neng Tuti Alawiyah.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian memakai jenis kuantitatif dengan menerapkan metode quasi-eksperimen pada satu kelompok (*one group pretest posttest*). Tujuan dari penelitian ini untuk mengevaluasi intensitas nyeri pada ibu yang sedang bersalin pada fase aktif kala I sebelum dan setelah diberikan terapi *birth ball*.

Penelitian ini melibatkan populasi ibu yang sedang bersalin di PMB Neng Tuti Alawiyah dengan sampel sebanyak 20 orang ibu bersalin. Pengumpulan sampelnya menggunakan tehnik *total sampling*. Data dikumpulkan dengan cara menjelaskan prosedur penelitian yang akan dilakukan kepada responden, setelah itu akan dilakukan pengisian lembar persetujuan serta mengisi lembar observasi sebelum intervensi atau terapi diberikan (*pre-test*). Selanjutnya responden akan diberikan intervensi berupa terapi *birth ball* selama 30 menit. Setelah itu responden akan dilakukan pengukuran kembali untuk membandingkan tingkat nyeri sebelum dan sesudah intervensi dilakukan pada lembar observasi (*posttest*). Penelitian ini dijalankan di PMB Neng Tuti Alawiyah

Bogor mulai bulan Januari – Februari. Data skala nyeri di ukur dengan menggunakan skala nyeri VAS. Analisis data ini memakai analisis univariat dan bivariat. Sebelum dilakukan penelitian terlebih dahulu dilakukan kaji etik di komite etik penelitian kesehatan Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang dengan nomor SK No.KEPK-EC / 73 / V / 2024.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1 Perbedaan Hasil Pengukuran Intensitas Nyeri Persalinan kala I pada Ibu Bersalin pada Terapi *Birth Ball* di PMB Neng Tuti Alawiyah Bogor.

Variabel	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	p-value
Sebelum Intervensi	4,90	1,55	0,35	0,00
Sesudah Intervensi	7,10	1,55	0,35	0

Data tabel menunjukkan bahwa terdapat selisih hasil pengukuran intensitas nyeri yang di alami oleh ibu pada saat persalinan pada fase aktif kala I baik sebelum dan setelah intervensi menggunakan *birth ball* di PMB Neng Tuti Alawiyah Bogor. Sehingga dapat diartikan bahwa penggunaan metode *birth ball* mampu menurunkan Intensitas nyeri saat persalinan fase aktif kala I.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis pengukuran intensitas nyeri saat persalinan fase aktif kala I di Neng Tuti Alawiyah

pada pengukuran sebelum intervensi didapatkan nilai rata-rata sebesar 4,90.

Pada penelitian Fadmiyor (2017) sependapat dengan penelitian ini. Metode penelitiannya menerapkan metode quasi eksperiment dengan desain pretest–posttest group desain dengan prosedur untuk mengukur tingkat rasa nyeri selama persalinan sebelum dan sesudah dilakukan pemberian metode *birth ball*. Penelitian mengindikasikan skala nyeri sebelum dilakukan terapi yaitu 4,95 dengan menggunakan nilai *p value* = 0,000. Sehingga sangat dianjurkan kepada pemilik Praktik Mandiri Bidan Siti Julaeha menggunakan pilihan terapi non farmakologi berupa *birth ball* untuk meminimalisir intensitas nyeri persalinan pada ibu yang mengalami persalinan pervaginam (Fadmiyanor, Rahmi and Ayu, 2017).

Selama proses terjadinya kontraksi serta relaksasi ibu bersalin membutuhkan bantuan untuk mengurangi tingkat rasa nyeri yang dirasakan. Metode terapi *birth ball* atau bola kelahiran adalah salah satu metode alternatif yang mampu meminimalisir rasa nyeri dengan cara memberikan stimulus kepada ibu bersalin melalui gerakan sehingga ibu bersalin hanya memusatkan perhatiannya kepada aktifitas gerakan berpola. Dengan menggunakan metode ini, ibu yang sedang melahirkan pada fase aktif kala I akan

teralihkan perhatiannya dari rasa nyeri yang dirasakan pada aktifitas tersebut. Namun bukan berarti rasa nyeri pada saat persalinan berkurang dapat menyebabkan kontraksi his kurang atau hilang. Kontraksi his akan dialami oleh semua ibu bersalin, jika kontraksi his hilang atau berkurang kebanyakan proses persalinan dapat memerlukan waktu yang cukup lama.

Penelitian lainnya dilakukan oleh Wati et al. (2022). Penelitian ini memakai metode quasi eksperiment dengan menggunakan desain pretest-posttest group desain. Pada penelitian ini semua ibu dengan persalinan normal dengan total 30 orang ibu bersalin kelompok perlakuan di PMB Fifi Maryoni digunakan sebagai populasi. Dengan hasil penelitian didapatkan bahwa setelah intervensi diberikan, rasa sakit saat bersalin fase aktif pada kala I berkurang. Dengan hasil yang didapat setelah diberikan terapi dengan metode ini yaitu nilai *p value* = 0,000 yang membuktikan bahwa terdapat efek untuk mengurangi rasa ketidaknyamanan saat persalinan. Maka dari itu metode ini sangat di anjurkan untuk dapat di aplikasikan di PMB Fifi Maryoni sebagai alternatif non farmakologi yang dapat membantu meminimalisir tingkat nyeri yang dirasakan selama persalinan fase aktif kala I, supaya ibu lebih rileks pada saat persalinan karena rasa nyeri berkurang (Wati, Monarisa and Hamdanesti, 2022).

Pengendalian rasa nyeri secara farmakologi sangat efektif jika dibandingkan dengan metode yang menggunakan non farmakologi. Karena metode farmakologi tergolong relatif sangat tidak terjangkau jika dibandingkan dengan non farmakologi, selain itu metode farmakologi mempunyai efek yang tidak baik serta hanya dapat dilakukan di fasilitas kesehatan tertentu saja. Oleh karena itu banyak terapi nonfarmakologi yang mulai bermunculan seperti metode *birth ball* untuk mengurangi rasa nyeri saat persalinan sehingga semua kalangan masyarakat bisa menggunakan metode ini di fasilitas Kesehatan yang sudah menyediakan karena tergolong terjangkau, mudah, efektif dan tanpa efek samping berbahaya bagi penggunanya. Terapi *birth ball* adalah salah metode komplementer yang efektif untuk mengurangi tingkat nyeri ibu bersalin (Wati, Monarisa and Hamdanesti, 2022).

Menurut peneliti, rasa sakit yang dirasakan saat melahirkan disebabkan merupakan respon fisiologis tubuh saat melahirkan, seperti bayi yang terus mendorong rahim dan terus memberikan tekanan pada leher rahim. Dalam situasi ini, rasa sakit akan menjadi semakin kuat dan tidak tertahan.

KESIMPULAN

Berdasarkan temuan penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa hasil analisis

pengukuran intensitas nyeri saat proses persalinan kala I pada ibu bersalin pada terapi *birth Ball* di PMB Neng Tuti Alawiyah Bogor pada pengukuran sebelum intervensi didapatkan nilai rata-rata sebesar 4,90. Sedangkan hasil analisis pengukuran Intensitas nyeri saat proses persalinan kala I pada ibu bersalin pada terapi *birth ball* di PMB Neng Tuti Alawiyah Bogor pada pengukuran sesudah intervensi didapatkan nilai rata-rata sebesar 7,10. Dari hasil uji statistik pengukuran intensitas nyeri saat proses persalinan fase aktif kala I pada ibu bersalin baik sebelum dan sesudah intervensi menggunakan terapi *birth ball* menunjukkan p-value sebesar 0,000 (p-value < 0,05 pada $\alpha = 5\%$).

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa pengukuran intensitas nyeri ibu saat bersalin pada fase aktif kala I baik sebelum maupun sesudah diberikan intervensi di PMB Neng Tuti Alawiyah Bogor terdapat perbedaan. Selain itu, studi ini juga membuktikan bahwa terapi *birth ball* terbukti mampu untuk mengurangi intensitas nyeri ibu saat bersalin pada fase aktif kala I pada di PMB Neng Tuti Alawiyah Bogor.

DAFTAR PUSTAKA

- Andreinie. (2016). Analysis of the Effectiveness of Warm Compresses for Reducing Labor Pain. *Jurnal Rakernas Aipkema*, 2(1).
- Fadmiyanor, I., Rahmi, J. And Ayu, P.M.

- (2017) ‘Pengaruh Pemberian Metode Birth Ball Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif Di Bpm Siti Julaeha’, *Jurnal Ibu Dan Anak*, 5(2), Pp.
- Ilmiasoh R. (2010). *Pengaruh Teknik Hypnobirthing Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Pada Masa Persiapan Menghadapi Persalinan*.
- Kemenkes (2022) ‘Profil Kesehatan Indonesia 2021’, In. Jakarta.
- Notoatmodjo. (2014). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. PT. Rineka Cipta.
- Puspita Indah. (2017). *Tekhnik Massage Punggung Untuk Mengurangi Nyeri*.
- Judha. (2012). *Teori Pengukuran Nyeri dan Persalinan*. Nuha Medika.
- Safitri, J., Sunarsih, S., & Yuliasari, D. (2020). Terapi Relaksasi (Napas Dalam) dalam Mengurangi Nyeri Persalinan. *Jurnal Dunia Kesmas*, 9(3).
- Sari, et al. (2018). Nyeri persalinan. *Stikes Majapahit Mojokerto*.
- Sulfianti And Et Al (2020) *Asuhan Kebidanan Pada Persalinan*. Yogyakarta: Yayasan Kita Menulis.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif. Metod Penelit Kuantitatif Kualitatif*.
- Tri Utami, I. Et Al. (2023) *Pengaruh Birth Ball Excercise Terhadap Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin*. Available At: <https://Sinta.Kemdikbud.Go.Id/Journals/Profile/8437>.
- Wati, L., Monarisa, M. And Hamdanesti, R. (2022) ‘Pengaruh Metode Birth Ball Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di Praktek Mandiri Bidan (Pmb) Fifi Maryoni’, *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 22(1), P. 89. Available At: <https://Doi.Org/10.33087/Jiubj.V22i1.1666>.
- Yeung, M.P.S. Et Al. (2019) ‘Birth Ball For Pregnant Women In Labour Research Protocol: A Multi Centre Randomised Controlled Trial’, *Bmc Pregnancy And Childbirth*, 19(1). Available At: <https://Doi.Org/10.1186/S12884-019-2305-8>.
- Yuanti. (2021). Efektifitas Aromaterapi Dan Pendamping Persalinan Terhadap Nyeri Persalinan. *Jurnal Ayurveda Medistra*, 3(11).