



Perbedaan Penggunaan *Birth Ball* Terhadap Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif

The Effect Of Using Birth Ball Towards Pain In A Periodic Mom In The Active Phase

Yulianti¹, Ledy Octaviani Iqmy^{2*}, Achmad Farich³

¹Program Studi DIV Kebidanan Universitas Malahayati Bandar Lampung

²Program Studi DIII Kebidanan Universitas Malahayati Bandar Lampung

³Program Studi Kedokteran

Corresponding Author:

ledy@malahayati.ac.id

How to Cite :

Yulianti, dkk. (2022). *The Effect Of Using Birth Ball Towards Pain In A Periodic Mom In The Active Phase*. ANJANI Journal DOI : <https://doi.org/13.11114/anjani.1.x.x1-x2>

Kata Kunci :

Birth Ball, Nyeri
Persalinan, Persalinan

ABSTRAK

Pendahuluan : Berdasarkan data dari Dinas Provinsi Lampung, sebanyak 37.264 ibu mengalami nyeri persalinan sebesar 30,0%. di Kota Bandar Lampung sebesar 20,0%.

Tujuan: Tujuan dari penelitian ini adalah diketahui Perbedaan penggunaan *birth ball* terhadap nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif di Klinik Krakatau Bandar Lampung Tahun 2020.

Metode: Jenis penelitian adalah kuantitatif, rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi eksperimen* yaitu kegiatan percobaan (experiment), *Quasy Eksperimen* yaitu *Two Group Pretest-Postest Design*. Populasi sebanyak 38 orang. Sampel sebanyak 30 orang yang terbagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok kontrol 15 orang, 15 orang untuk kelompok intervensi. Pengambilan sample teknik *purposive sampling*. Analisa data univariat untuk mengetahui rata-rata nyeri pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol, analisa bivariat menggunakan uji *T-test independent*.

Hasil : Hasil penelitian adalah diketahui rata-rata nyeri pada kelompok intervensi sebelum menggunakan *birth ball* sebesar 6,67, sesudah menggunakan *birth ball* sebesar 3,73, pretest pada kelompok kontrol sebesar 6,73, rata-rata nyeri posttest pada kelompok kontrol sebesar 6,13

Simpulan : Diketahui ada Perbedaan menggunakan *birth ball* terhadap nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif di Klinik Krakatau Bandar Lampung Tahun 2020, hasil uji *t-test independent* didapat *p value* 0,000< 0,05.

Saran dalam penelitian ini adalah agar menggunakan *birth ball* pada ibu bersalin kala I fase aktif sebagai salah satu alternatif menurunkan nyeri dalam persalinan.

Keywords :

Birth Ball, Labor
Pain, Labor

ABSTRACT

Background: Based on data from the Lampung Provincial Office, as many as 37,264 mothers experienced labor pain at 30.0%. in the city of Bandar Lampung by 20.0%.

Purpose: The purpose of this study was to know the difference in using a birth ball for pain in the first stage of labor at the Krakatau Clinic in Bandar Lampung in 2020.

Methods: This type of research is quantitative, the design used in this study is a quasi-experimental, namely experimental activities (experiment), Quasy Experiment, namely Two Group Pretest-Postest Design. Population of 38 people. A sample of 30 people divided into 2 groups, namely the control group 15 people, 15 people for the intervention group. Purposive sampling technique sampling. Univariate data analysis to determine the average pain in the intervention group and control group, bivariate analysis using the independent T-test.

Results: The results showed that the average pain in the intervention group before using the birth ball was 6.67, after using the birth ball was 3.73, pretest in the control group was 6.73, the average posttest pain in the control group was 6.13.

Conclusion: It is known that there is a difference in using a birth ball for pain in the first stage of labor in the active phase of the Krakatau Clinic in Bandar Lampung in 2020, the results of the independent t-test obtained *p value* 0.000 < 0.05.

The suggestion in this research is to use a birth ball for mothers who give birth during the first phase of the active phase as an alternative to reduce pain during labor.

ANJANI JOURNAL is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.



PENDAHULUAN

Persalinan adalah proses pengeluaran hasil konsepsi (janin dan uri) yang telah cukup bulan atau dapat hidup diluar kandungan melalui jalan lahir atau bukan jalan lahir, dengan bantuan atau tanpa bantuan (kekuatan sendiri) (Mutmainah, 2017).

Keberhasilan sebuah proses persalinan sangat dipengaruhi oleh kondisi fisik ibu dan bayi, kondisi psikis maupun penolong yang membantu proses persalinan. Bila salah satu dari faktor tersebut ada yang tidak sesuai bisa terjadi masalah dalam proses persalinan, baik terhadap ibu atau bayinya. Hal ini sangat penting, mengingat beberapa kasus kematian ibu dan bayi diakibatkan oleh tidak terdeteksinya secara dini adanya salah satu dari faktor-faktor tersebut, sehingga terjadi keterlambatan penanganan (Prawirahardjo, 2010).

Menurut WHO kejadian nyeri pada 2.700 ibu bersalin, 15% mengalami nyeri ringan, 35% dengan nyeri sedang, 30% dengan nyeri hebat dan 20% persalinan disertai nyeri sangat hebat (WHO, 2019).

Angka kejadian nyeri persalinan di Indonesia pada persalinan kala I terdapat 60% primipara melukiskan nyeri akibat kontraksi uterus sangat hebat, 30% nyeri sedang. Pada multipara 45% nyeri hebat, 30% nyeri sedang, 25% nyeri ringan. Dikarenakan ketidakmampuan beradaptasi terhadap nyeri persalinan dapat mengakibatkan bahaya pada ibu dan janin, maka diperlukan penanganan untuk mengatasi nyeri persalinan dengan tujuan ibu dapat beradaptasi terhadap nyeri persalinan dan tidak menimbulkan masalah atau komplikasi saat proses persalinan (Maryunani, 2010).

Berdasarkan data dari Dinas Provinsi Lampung, sebanyak 37.264 ibu mengalami nyeri persalinan sebesar 30,0%. di Kota Bandar Lampung sebesar 20,0% (Data Dinkes Lampung, 2019).

Bayangan rasa nyeri saat melahirkan seringkali menghantui ibu hamil menjelang persalinan. Bagi ibu hamil, persalinan mungkin menjadi saat yang mendebarkan. Rasa gembira karena bakal melahirkan bayi yang lucu. Namun, terbesit rasa takut bila mengingat rasa sakit, mulas dan nyeri yang bakal menyertainya. Rasa senang menyambut bayi mendadak berubah menjadi sesuatu menakutkan, ketika ibu membayangkan betapa hebat rasa sakit ketika melahirkan (Maryunani, 2010).

Saat ini timbul trend/kecenderungan para wanita muda lebih memilih persalinan secara operasi *Sectio Caesarea* demi menghindari nyeri saat melahirkan pervaginam. Alasan lain para wanita lebih memilih operasi *Sectio Caesarea* adalah dengan takut/fobia terhadap proses persalinan, takut terhadap rasa nyeri yang diakibatkan selama masa persalinan (Maryunani, 2010).

Penanganan nyeri bisa dilakukan secara farmakologis yakni dengan pemberian obat-obatan analgesik dan penenang. Sedangkan secara non farmakologis melalui distraksi, relaksasi dan stimulasi kulit kompres hangat atau dingin, latihan nafas dalam musik, aromaterapi, imajinasi terbimbing, hypnosis, relaksasi (*birth ball*) (Maryunani, 2010).

Proses persalinan identik dengan rasa nyeri yang akan dijalani. Secara fisiologis nyeri terjadi ketika otot-otot rahim berkontraksi sebagai upaya membuka servik dan mendorong kepala bayi kearah panggul. Nyeri pada persalinan kala I merupakan proses fisiologis yang disebabkan oleh proses dilatasi servik, hipoksia otot uterus saat kontraksi, *iskemia korpus uteri* dan peregangan segmen bawah rahim dan kompresi saraf di servik (Indrayani, 2019).

Dampak terjadinya nyeri persalinana kala I yang berlebihan jika tidak ditangani dapat menyebabkan ibu merasa cemas sehingga akan mengakibatkan persalinan lama, dengan adanya persalinan lama akan menyebabkan kematian pada bayi (Prawirahardjo, 2010).

Berbagai upaya dilakukan untuk menurunkan nyeri pada persalinan, baik secara farmakologi maupun nonfarmakologi. Penatalaksanaan dalam mengatasi nyeri persalinan berdasarkan penelitian di sembilan rumah sakit, di Amerika Serikat tahun 1996, sebanyak 4171 pasien, yang persalinannya ditolong oleh perawat-bidan menggunakan beberapa tipe penatalaksanaan dalam mengatasi nyeri dengan metode nonfarmakologis, metode tersebut adalah pilihan yang disukai oleh ibu melahirkan. Salah satu metode untuk mengatasi nyeri dengan cara non farmakologis adalah metode distraksi dengan bola kelahiran *bith ball* yang dapat menurunkan nyeri fisiologis, stress dan kecemasan (Indrayani, 2019).

Latihan atau terapi *birthball* yang dilakukan ibu bersalin dengan cara duduk dengan santai dan bergoyang di atas bola, memeluk bola selama kontraksi memiliki manfaat membantu ibu dalam mengurangi rasa nyeri saat persalinan. Seorang ibu yang mampu melakukan relaksasi seirama kontraksi uterus berlangsung maka ibu tersebut akan merasakan kenyamanan selama proses persalinannya (Indrayani, 2019).

Selain itu *birthball* sangat baik mendorong dengan kuat tenaga ibu yang diperlukan saat melahirkan, posisi postur tubuh yang tegak akan menyokong proses kelahiran serta membantu posisi janin berada di posisi optimal sehingga memudahkan melahirkan dengan normal. Selama terapi ibu bersalin duduk nyaman mungkin dan bentuk bola yang dapat menyesuaikan dengan bentuk tubuh ibu membuat ibu lebih mudah relaksasi, selain itu ligamen dan otot terutama yang ada di daerah panggul menjadi kendor dan mengurangi tekanan pada sendi *sacroiliac*, pembuluh darah sekitar uterus dan tekanan pada kandung kemih, punggung, pinggang, tulang ekor serta dapat mengurangi tekanan pada perineum (Indrayani, 2019).

METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini penulis membatasi ruang lingkup penelitian sebagai berikut : jenis penelitian ini adalah *Quasi eksperimen* dengan desain *Two Group Pretest-Posttest Design*. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil sebanyak 38 ibu bersalin. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 30 ibu bersalin yang memenuhi kriteria penelitian, dimana dibagi menjadi 2 kelompok, 15 sebagai kelompok intervensi dan 15 sebagai kelompok kontrol.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Tabel 1

Rata-Rata Nyeri Pada Kelompok Intervensi Sebelum Dan Sesudah Menggunakan *Birth Ball* Terhadap Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Di Klinik Krakatau Bandar Lampung Tahun 2020.

Variabel	N	Mean	Median	SD	Min	Max
Sebelum <i>birth ball</i>	15	6,67	6,00	0,976	5	8
Sesudah <i>birth ball</i>	15	3,37	4,00	0,799	3	5

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa dari 15 responden penelitian, diperoleh hasil nilai mean atau nilai rata-rata nyeri sebelum diberikan intervensi sebesar 6,67, standar deviasi sebesar 0,976, hasil rata-rata terendah atau hasil minimal yaitu sebesar 5 dan hasil jumlah tertinggi atau hasil maksimal sebesar 8. Sedangkan rata-rata nyeri setelah dilakukan intervensi yaitu sebesar 3,37, standar deviasi sebesar 0,799, hasil rata-rata terendah atau hasil minimal yaitu sebesar 3 dan hasil jumlah tertinggi atau hasil maksimal sebesar 5.

Tabel 2

Rata-Rata Nyeri Sebelum Dan Sesudah Pada Kelompok Kontrol Terhadap Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Di Klinik Krakatau Bandar Lampung Tahun 2020

Variabel	N	Mean	Median	SD	Min	Max
Sebelum Kelompok kontrol	15	6,73	7,00	1,100	5	8
Sesudah Kelompok kontrol	15	6,13	6,00	0,990	5	8

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa dari 15 responden penelitian, diperoleh hasil nilai mean atau nilai rata-rata nyeri sebelum pada kelompok kontrol sebesar 6,73, standar deviasi sebesar 1,100, hasil rata-rata terendah atau hasil minimal yaitu sebesar 5 dan hasil jumlah tertinggi atau hasil maksimal sebesar 8. Sedangkan rata-rata nyeri setelah pada kelompok kontrol yaitu sebesar 6,13, standar deviasi sebesar 0,990, hasil rata-rata terendah atau hasil minimal yaitu sebesar 5 dan hasil jumlah tertinggi atau hasil maksimal sebesar 8.

Analisis Bivariat

Tabel 3

Perbedaan menggunakan *birth ball* terhadap nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif di Klinik Krakatau Bandar Lampung Tahun 2020

Hasil Pengukuran nyeri	N	Mean	P value
Intervensi	15	3,3	0.000
Kontrol	15	0.6	

Berdasarkan tabel diatas dapat hasil *uji t* didapat *p value* $0,000 < \alpha (0,05)$ artinya H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti ada Perbedaan menggunakan *birth ball* terhadap nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif di Klinik Krakatau Bandar Lampung Tahun 2020.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian diatas dapat diketahui bahwa dari 15 responden penelitian, diperoleh hasil nilai mean atau nilai rata-rata nyeri sebelum diberikan intervensi sebesar 6,67 dengan nilai median 6,00, standar deviasi

sebesar 0,976, hasil rata-rata terendah atau hasil minimal yaitu sebesar 5 dan hasil jumlah tertinggi atau hasil maximal sebesar 8. Sedangkan rata-rata nyeri setelah dilakukan intervensi yaitu sebesar 3,37, median sebesar 4,00, standar deviasi sebesar 0,799, hasil rata-rata terendah atau hasil minimal yaitu sebesar 3 dan hasil jumlah tertinggi atau hasil maximal sebesar 5.

Berdasarkan hasil penelitian diatas dapat diketahui bahwa dari 15 responden penelitian, diperoleh hasil nilai mean atau nilai rata-rata nyeri sebelum pada kelompok kontrol sebesar 6,73 dengan nilai median 7,00, standar deviasi sebesar 1,100, hasil rata-rata terendah atau hasil minimal yaitu sebesar 5 dan hasil jumlah tertinggi atau hasil maximal sebesar 8. Sedangkan rata-rata nyeri setelah pada kelompok kontrol yaitu sebesar 6,13, median sebesar 6,00, standar deviasi sebesar 0,990, hasil rata-rata terendah atau hasil minimal yaitu sebesar 5 dan hasil jumlah tertinggi atau hasil maximal sebesar 8.

Berdasarkan hasil penelitian analisa bivariat menggunakan uji *uji t* didapat *p value* $0,000 < \alpha (0,05)$ artinya H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti ada Perbedaan menggunakan *birth ball* terhadap nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif di Klinik Krakatau Bandar Lampung Tahun 2020.

Hasil Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Indrayani (2019) dengan judul Pengaruh Penggunaan Birthing Ball Terhadap Penurunan Skor Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Di Klinik Bersalin Bekasi Tahun 2018, dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan pada skor nyeri sebelum dan sesudah penggunaan *birthing ball* (*pvalue* $<0,05$). Penggunaan *birthing ball* selama proses persalinan mampu menurunkan skor nyeri pada persalinan. Penggunaan *birthing ball* ini dapat diaplikasikan dalam implementasi praktik kebidanan sejak masa kehamilan, persalinan, hingga nifas.

Berdasarkan teori Latihan atau terapi *birthball* yang dilakukan ibu bersalin dengan cara duduk dengan santai dan bergoyang di atas bola, memeluk bola selama kontraksi memiliki manfaat membantu ibu dalam mengurangi rasa nyeri saat persalinan. Seorang ibu yang mampu melakukan relaksasi seirama kontraksi uterus berlangsung maka ibu tersebut akan merasakan kenyamanan selama proses persalinannya. Selain itu *birthball* sangat baik mendorong dengan kuat tenaga ibu yang diperlukan saat melahirkan, posisi postur tubuh yang tegak akan menyokong proses kelahiran serta membantu posisi janin berada di posisi optimal sehingga memudahkan melahirkan dengan normal. Selama terapi ibu bersalin duduk nyaman mungkin dan bentuk bola yang dapat menyesuaikan dengan bentuk tubuh ibu membuat ibu lebih mudah relaksasi, selain itu ligamen dan otot terutama yang ada di daerah panggul menjadi kendor dan mengurangi tekanan pada sendi *sacroiliac*, pembuluh darah sekitar uterus dan tekanan pada kandung kemih, punggung, pinggang, tulang ekor serta dapat mengurangi tekanan pada perineum (Indrayani, 2019).

Menurut pendapat peneliti nyeri persalinan akan bertambah kuat dengan bertambahnya pembukaan, puncak nyeri terus meningkat sampai dengan pembukaan lengkap. Hal ini disebabkan karena anoksia miometrium dimana terjadi kontraksi otot selama periode anoksia relative menyebabkan rasa nyeri. Kalau relaksasi uterus antara saat-saat terjadi kontraksi tidak cukup untuk memungkinkan oksigenisasi yang adekuat maka beratnya rasa nyeri semakin bertambah. Penghirupan aromaterapi dapat menyebabkan perubahan psikologis dan fisiologis. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil tingkat nyeri pada ibu bersalin berbeda-beda hal tersebut disebabkan oleh faktor usia, paritas, tingkat pendidikan, his, ketuban dan penurunan kepala.

Menurut pendapat peneliti berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dengan melakukan *birth ball* pada ibu bersalin dapat menurunkan nyeri pada persalinannya tersebut hal tersebut disebabkan oleh *birth ball*. Menurut pendapat peneliti nyeri persalinan berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil tingkat nyeri pada ibu bersalin berbeda-beda hal tersebut disebabkan oleh faktor usia, paritas, tingkat pendidikan, his, ketuban dan penurunan kepala. Dimana berdasarkan hasil penelitian ibu dengan usia yang lebih muda akan mengalami nyeri yang lebih tinggi dibandingkan dengan usia yang lebih tua hal tersebut disebabkan karena organ reproduksi responden masih muda sehingga lebih sensitif merasakan nyeri, pada karakteristik paritas ibu, ibu dengan paritas pertama akan mengalami nyeri yang lebih tinggi dibandingkan dengan paritas multipara hal tersebut disebabkan karena responden belum pernah merasakan pengalaman nyeri sebelumnya, pada karakteristik pendidikan responden, responden yang tinggi mengalami nyeri yaitu responden dengan pendidikan S1 hal tersebut disebabkan oleh faktor lain seperti paritas ibu yaitu primipara, pada karakteristik his responden dengan his 2x/10 menit selama 40 detik mengalami nyeri yang lebih tinggi dibandingkan dengan responden dengan his 2x/10 menit selama 40 detik hal tersebut disebabkan oleh faktor lain seperti paritas dan pendidikan responden, pada karakteristik ketuban, responden dengan ketuban positif mengalami nyeri yang lebih tinggi dibandingkan dengan responden dengan ketuban negatif hal tersebut dipengaruhi oleh faktor lain seperti his dan paritas ibu, sedangkan pada karakteristik penurunan kepala responden dengan penurunan kepala 1/5 mengalami nyeri yang lebih tinggi hal tersebut disebabkan karena kepala sudah masuk panggu dan akan mengalami persalinan sehingga his bertambah dan nyeri yang dirasakan bertambah pula.

SIMPULAN

Diketahui Perbedaan menggunakan *birth ball* terhadap nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif di Klinik Krakatau Bandar Lampung Tahun 2020

SARAN

Agar menggunakan *birth ball* pada ibu bersalin kala I fase aktif sebagai salah satu alternatif menurunkan nyeri dalam persalinan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ade Kurniawati. 2017. *Efektivitas Latihan Birth Ball Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada Primigravida*. <https://www.researchgate.net/publication/317021894>. Diakses pada tanggal 05 Maret 2020.
- Brunner & Suddarth. 2005. *Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta:EGC
- Dinkes Provinsi Lampung. 2019. *Profil Dinas Kesehatan Provinsi Lampung*. Lampung.
- Hastono, *Analisa Data Kesehatan*. Jakarta : FKM. UI.
- Hidayat. Alimul. 2014. *Metode Penelitian Kebidanan Dan Tehnik Analisis Data*. Surabaya: Salemba Medika.
- Indrayani. 2019. *Pengaruh Penggunaan Birthing Ball Terhadap Penurunan Skor Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Di Klinik Bersalin Bekasi Tahun 2018*. <https://journal.umbjm.ac.id/index.php/healthy/article/view/282>. Diakses pada tanggal 05 Maret 2020.
- Mander, Rosemary. 2012. *Nyeri Persalinan*. Jakarta: EGC.
- Manuaba, 2010, *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana Untuk Pendidikan*, Jakarta: EGC.
- Maryunani, Anik. 2010. *Nyeri Persalinan*. Jakarta: Trans Info Media
- Mochtar, Rustam. 2012. *Sinopsis Obstetri*. Jakarta; EGC.
- Mutmainnah, Annisa, dkk. 2017. *Asuhan Persalinan dan Bayi Baru Lahir*. Yogyakarta: ANDI.
- Notoatmodjo, Soekidjo, 2012, *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Potter & Perry. 2005. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses & Praktek*. Edisi 4. Vol 1. Jakarta : EGC
- Prawirohardjo, S. 2010. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.
- Somayeh Makvandi. 2015. *Effect of birt ball on labor pain relief: a systematic review and metta-analysis*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26419499>. Diakses pada tanggal 05 Maret 2020.
- Syaifuddin, 2008. *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kesehatan Maternal & Neonatal*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif kualitatif dan R & D*. Bandung : ALFABETA.
- WHO. 2019. *Angka kejadian nyeri pada ibu bersalin*. <http://repository.unhas.ac.id>. Diakses pada tanggal 05 Maret 2020.