

TERAPI BIRTHBALL TERHADAP KEMAJUAN PERSALINAN KALA 1 PADA IBU BERSALIN DI PUSKESMAS SURADITA

Reni Nofita¹, Chairunnisa Minarni Alamsyah², Intan Nurhikmah²

¹Program Studi Diploma 3 Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banten

²Program Studi Diploma 3 Kebidanan, Universitas Singaperbangsa Karawang

³Program Studi Diploma 3 Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banten

Abstrak

Latar Belakang: Partus lama merupakan salah satu penyumbang kematian ibu di dunia, berdasarkan *World Health Organization* (WHO) tahun 2018 terjadi kasus persalinan lama pada wanita di dunia yaitu 289 per 100.000 kelahiran hidup. Sementara di Indonesia kejadian partus lama menduduki urutan tertinggi di ASEAN yaitu 359 per 100.000 kelahiran hidup ibu meninggal akibat partus lama (WHO, 2018). Partus lama menjadi komplikasi persalinan yang paling banyak dilaporkan yaitu sebesar 41%. Insidensi partus lama bervariasi dari 1 hingga 7%. Partus lama rata-rata menyebabkan kematian ibu pada primigravida diakibatkan prolong sebesar 8% di dunia dan sebesar 9% di Indonesia. Terdapat beberapa upaya fisiologis yang dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya partus lama, yaitu dengan terapi latihan fisik salah satunya menggunakan bola *gym* pada kala I yang disebut latihan *Birthing ball*. *Birthball* adalah bola terapi fisik yang membantu ibu inpartu kala I dalam kemajuan persalinan yang dapat digunakan dalam berbagai posisi. **Tujuan:** Untuk menganalisis hubungan terapi birthball dengan kemajuan persalinan kala I **Metode:** Penelitian ini yaitu analitik korelasional dengan pendekatan cross sectional / potong lintang. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 56 orang. Sampel diambil dengan teknik *purposive sampling*. Hasil penelitian diuji dengan uji statistik cross sectional dengan signifikansi $\alpha = <0,05$ dengan program SPSS 23. Instrumen penelitian dengan menggunakan data sekunder diambil dari lembar catatan dokumentasi untuk terapi *birth ball* dan partograf yang ada di Puskesmas Suradita. **Hasil:** Hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0,001$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara lama terapi *birth ball* dengan kemajuan persalinan kala I di mana nilai $\alpha < 0,05$. **Kesimpulan:** Birth Ball merupakan metode efektif yang bisa digunakan oleh ibu bersalin fase aktif untuk menambah kemajuan persalinan. Sehingga resiko persalinan lama dapat dihindari apabila metode ini diterapkan.

Kata Kunci : Terapi *birth ball*, kemajuan persalinan

BIRTHBALL THERAPY ON THE PROGRESS OF THE FIRST STAGE OF LABOR IN MOTHERS IN LABOR AT SURADITA COMMUNITY HEALTH CENTER

Abstrack

Background: Prolonged labor is one of the contributors to maternal mortality in the world, according to the World Health Organization (WHO), in 2018 there were cases of prolonged labor in women in the world, namely 289 per 100,000 live births. Meanwhile in Indonesia, the incidence of prolonged labor is the highest in ASEAN, namely 359 per 100,000 live births, mothers die due to prolonged labor (WHO, 2018). Prolonged labor is the most frequently reported birth complication, namely 41%. The incidence of prolonged labor varies from 1 to 7%. On average, prolonged labor causes maternal death in primigravida due to prolongation by 8% in the world and 9% in Indonesia. There are several physiological efforts that can be done to prevent prolonged labor, namely physical exercise therapy, one of which is using a gym ball in the first stage, which is called Birthing ball training. Birth ball is a physical therapy ball that helps mothers in the first stage in the progress of labor and can be used in various positions. **Objective:** To analyze the relationship between birth ball therapy and the progress of the first stage of labor. **Method:** This research is correlational analysis with a cross sectional approach. The sample in this study amounted to 56 people. Samples were taken using purposive sampling technique. **The research results** were tested using the cross sectional statistical test with a significance of $\alpha = <0.05$ with the SPSS 23 program. The research instrument using secondary data was taken from documentation record sheets for birth ball and partograph therapy at the Suradita Community Health Center. Results: The statistical test results obtained a p value = 0.001, so it can

be concluded that there is a significant relationship between the length of birth ball therapy and the progress of the first stage of labor where the α value <0.05 . **Conclusion:** Birth Ball is an effective method that can be used by mothers in active phase labor to increase the progress of labor. So the risk of prolonged labor can be avoided if this method is applied.

Keywords: Birthball therapy, labor progress

Korespondensi:

Chairunnisa Minarni Alamsyah, Universitas Singaperbangsa Karawang, Jl.HS. Ronggowaluyo, Telukjambe Timur, Karawang, Jawa barat , Indonesia 41361, Email: chairunnisa.alamsyah@fikes.unsika.ac.id

Received: 01/02/2025 | Revised: 05/02/2025 | Accepted: 07/02/2025

LATAR BELAKANG

Partus lama merupakan salah satu penyumbang kematian ibu di dunia, berdasarkan World Health Organization (WHO) tahun 2018 terjadi kasus persalinan lama pada wanita di dunia yaitu 289 per 100.000 kelahiran hidup. Sementara di Indonesia kejadian partus lama menduduki urutan tertinggi di ASEAN yaitu 359 per 100.000 kelahiran hidup ibu meninggal akibat partus lama (WHO, 2018). Partus lama menjadi komplikasi persalinan yang paling banyak dilaporkan yaitu sebesar 41%. Insidensi partus lama bervariasi dari 1 hingga 7%. Partus lama rata-rata menyebabkan kematian ibu pada primigravida diakibatkan prolong sebesar 8% di dunia dan sebesar 9% di Indonesia Qonitil, U., & Fadilah, S. N. (2019).

Kejadian partus lama menurut data profil kesehatan Indonesia pada tahun 2019 sekitar 4,3 % merupakan penyebab kematian ibu di Indonesia (Kemenkes RI, 2020). Begitu juga dengan Provinsi Banten, penyebab kematian ibu sekitar 19, 7% disebabkan oleh penyebab lain salah satunya karena partus lama (Dinkes Provinsi Banten, 2020). Pemerintah Kabupaten Tangerang mencatat angka kematian ibu (AKI) dan angka kematian bayi (AKB) di Kabupaten Tangerang, Banten pada periode Januari hingga Juni 2022 sebanyak 95 orang.

Partus lama merupakan lamanya masa pengeluaran hasil konsepsi dengan berbagai faktor yang melatar belakangi. Ada pun persalinan lama dapat menimbulkan konsekuensi yang buruk bagi ibu maupun janin. Pada ibu bisa berdampak terjadinya infeksi intrapartum, rupture uri, pembentukan fistula, dan cedera otot-otot dasar panggul. Pada janin bisa terjadi caput suksedeneum, molase kepala janin, bahkan bisa sampai mengalami asfiksia. Kejadian partus lama disebabkan oleh beberapa faktor seperti letak janin, kelainan panggul, kelainan his, pimpinan partus yang salah, janin besar, kelainan kongenital, primitua perut gantung, grande multigravida dan ketuban pecah dini. Power: kekuatan his

dan mengejan (Inersia uteri, his yang tidak terkoordinasi, kelelahan ibu mengejan, salah pimpinan kala II), Passage: jalan lahir (kelainan bentuk panggul, kesempitan panggul, ketidakseimbangan, sefalopelvik, kelainan jalan lahir lunak) dan Passenger: (kelainan bentuk dan besar janin, kelainan pada letak kepala kelainan letak janin) (JNPK-KR, 2014).

Kala I persalinan terdiri dari kala I fase laten dan kala I fase aktif. Kala I fase laten adalah keadaan dimana pembukaan serviks berlangsung lambat hingga pembukaan 3 cm yang berlangsung selama 7-8 jam, sedangkan kala I fase aktif adalah keadaan dimana pembukaan serviks berlangsung mulai dari pembukaan 4 cm hingga 10 cm yang berlangsung selama 6 jam yang terdiri dari 2 jam periode akselerasi, 2 jam periode dilatasi maksimal dan 2 jam periode deselerasi.

Menurut Wahyuningsih dalam Baktiyani, dkk (2016), di Indonesia insiden persalinan yang memanjang rata-rata menyebabkan kematian ibu sebesar 9%. Lamanya persalinan dapat berpengaruh terhadap kelelahan dan penurunan fisik ibu bersalin. Menurut Lestari dalam Wahyuni (2017), kelelahan dapat mengakibatkan beberapa penyulit pada kala I. Semakin lama persalinan, ibu bersalin akan merasakan kelelahan yang semakin besar. Sokol, dkk dalam Prawirohardjo (2014), melaporkan bahwa 25% persalinan pada primigravida dipersulit oleh kelainan Kala I fase aktif.

Terdapat beberapa upaya fisiologis yang dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya partus lama, yaitu dengan terapi latihan fisik menggunakan bola gym pada kala I yang disebut latihan *Birthing ball*. *Birthball* adalah bola terapi fisik yang membantu ibu inpartu kala I dalam kemajuan persalinan yang dapat digunakan dalam berbagai posisi. Salah satu gerakannya yaitu dengan duduk diatas bola dan bergoyang-goyang membuat rasa nyaman dan membantu kemajuan persalinan menggunakan gravitasi sambil meningkatkan pelepasan

lengkungan bola merangsang reseptor dipanggul yang bertanggung jawab untuk mensekresi endorfin. birth ball bermanfaat secara fisik sehingga dapat digunakan selama kehamilan dan persalinan. Dalam hal ini, birth ball memposisikan tubuh ibu secara optimal dan pengurangan nyeri dalam kontraksi uterus memunculkan Gerakan yang tidak biasa. Alasan yang mendasari hal ini adalah Latihan birth ball dapat bekerja secara efektif dalam persalinan (Gau et al., 2011).

Latihan *Birthing ball* dapat meredakan nyeri kelelahan wanita dengan meningkatkan kelenturan panggul, mobilitas dan posisi janin sehingga secara bersamaan dapat meningkatkan kesejahteraan psikososial wanita dan mengurangi tindakan selama proses kelahiran bayi serta mendorong terjadinya percepatan proses kelahiran. Manfaat penggunaan *Birthing ball* atau *Birthball* ketika proses kelahiran bayi dapat dirasakan terutama pada saat awal mulai terjadinya kontraksi ibu yang dipercaya dapat menambah ukuran rongga panggul (Yeung et al., 2019).

Penggunaan *Birthing ball* merupakan gabungan atau kolaborasi yang melibatkan bidan dan fisioterapis bersertifikat yang dapat menjadi program dan dapat menjadi contoh bagi rumah sakit lain. Latihan dengan menggunakan *Birthing ball* juga dapat meningkatkan mobilitas panggul ibu hamil dalam posisi tegak dan duduk yang diyakini dapat mendorong persalinan, mendukung perineum untuk relaksasi, meredakan nyeri persalinan, mengurangi keluhan nyeri di daerah pinggang inguinal vagina dan sekitarnya, selain itu dapat membantu kontraksi rahim lebih efektif dan memposisikan janin masuk ke dasar panggul. Selain itu, faktor lain yang dapat mempengaruhi penurunan intensitas nyeri pada saat persalinan, yaitu kecemasan dan dukungan suami/keluarga terdekat (Raidanti & Mujiyanti, 2021)

Pada masa persalinan, *birthing ball* ini juga dinilai sangat penting. Bola ini dapat dapat dilakukan dengan berbagai

posisi. Bola tersebut akan memberi dukungan pada perineum dan janin tetap sejajar pangul. *Birthing ball* juga dinilai mampu mengurangi rasa sakit saat kontraksi dan membantu mempercepat persalinan karena membantu panggul membuka (Rahim et al., 2024). Pendapat lain juga dikemukakan dalam penelitian Dina, (2023). bahwa terapi *birth ball* mempercepat kemajuan persalinan 1,2 cm per jam pada ibu bersalin primigravida di Klinik Pratama Lidya Sifra Kudus. Dina, K. F., Altika, S., & Hastuti, P. (2023).

Berdasarkan hasil penelitian diatas bahwa bola ini berperan membantu ibu saat inpartu kala I persalinan dalam memajukan persalinannya. Selain itu bola juga dapat digunakan dalam berbagai posisi, misalnya dengan duduk di atas bola dan bergoyang-goyang membuat rasa nyaman dan membantu kemajuan persalinan dengan menggunakan gravitasi sambil meningkatkan pelepasan endorfin karena elastisitas dan lengkungan bola merangsang reseptor dipanggul yang bertanggung jawab untuk mensekresi *endorphin* (Kurniawati, 2017).

METODE

Studi ini menggunakan pendekatan *cross sectional* penelitian potong lintang untuk mempelajari korelasi antara faktor-faktor resiko dengan efek, dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (*point time approach*). Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Suradita pada Januari – Februari 2024. Responden terpilih menggunakan *purposive sampling* yaitu 56. Dengan kriteria Ibu bersalin kala I fase aktif tanpa penyulit komplikasi.

Data dikumpulkan menggunakan data sekunder diambil dari lembar catatan dokumentasi untuk terapi *birth ball* dan partograph yang ada di Puskesmas Suradita untuk menilai kemajuan persalinan. Pelaksanaan penelitian terlebih dahulu

mendapat persetujuan kemudian melakukan penelitian dan dalam pelaksanaan penelitian tetap memperhatikan prinsip etik, termasuk *informed consent*, *anonymity* (tanpa nama), *confidentiality* (kerahasiaan).

HASIL

Hasil penelitian diperoleh dari 56 responden yang berpartisipasi dan disajikan

dalam bentuk analisis univariat dan bivariat sebagai berikut. Analisis data dilakukan secara univariat baik variabel dependen maupun independen. Analisis ini menghasilkan distribusi dan presentase dari tiap variabel yang diteliti sedangkan secara bivariat dilakukan untuk melihat hubungan kedua variabel baik independen maupun dependen.

Tabel 1. Durasi Terapi *Birth ball*

Durasi Terapi	Frekuensi	Persentase (%)
≥ 1 Jam	50	89,3
< 1 Jam	6	10,7
Total	56	100

Hasil Analisa Univariat Durasi Terapi

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden mendapatkan

terapi *Birth ball* dengan durasi selama ≥ 1 Jam yaitu sebanyak 50 (89,3 %) dan responden yang mendapatkan terapi <1 jam sebanyak 6 (10,7%).

Tabel 2. Kemajuan Persalinan

Kemajuan Persalinan	Frekuensi	Persentase (%)
Sesuai Garis Waspada	46	82,1
Tidak Sesuai Garis Waspada	10	17,9
Total	56	100

Kemajuan Persalinan

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari total responden sebanyak 56 orang yang mengalami kemajuan persalinan sesuai

garis waspada sebanyak 46 (82,1%) orang, sedangkan 10 (17,9%) orang adalah responden yang kemajuan persalinannya tidak sesuai dengan garis wasapada.

Tabel 3. Hubungan Durasi Terapi *Birth Ball* dengan Kemajuan Persalinan

Durasi Terapi	Kemajuan Persalinan				Total		Pvalue
	Sesuai Garis Waspada		Tidak Sesuai garis Wapada		n	%	
	n	%	n	%			
≥ 1 Jam	44	88	6	12	50	100	0,001
< 1 Jam	2	33,3	4	66,7	6	100	
Total	46	82,1	10	17,9	56		

Hasil Analisa Bivariat

Hubungan Durasi Terapi *Birth Ball* dengan Kemajuan Persalinan

Berdasarkan Tabel 3 dari 56 responden, semua pasien ini berdasarkan data sudah memasuki fase aktif, dengan variasi pembukaan ada yang 4 cm, 5 cm dan mayoritas ada dipembukaan 6 cm. dari total jumlah sampel yang diambil terdapat 44 responden yang diberikan terapi ≥ 1 Jam dan ini disesuaikan dengan pembukaan ibu serta kondisi fisik ibu. Dari total responden tersebut 44 responden mengalami kemajuan persalinan sesuai garis waspada dan 6 responden tidak mengalami kemajuan persalinan sesuai garis waspada. Sementara pada responden yang diberikan terapi < 1 jam dan mengalami kemajuan persalinan sesuai garis waspada sebanyak 2 orang, serta yang tidak sesuai garis waspada sebanyak 4 orang.

Hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0,001$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara lama terapi *birth ball* dengan kemajuan persalinan di mana nilai $\alpha < 0,05$.

DISKUSI

Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar kemajuan persalinan sesuai garis waspada sebanyak 44 (88%) dengan diberikan terapi berdurasi selama ≥ 1 Jam. Hasil ini sejalan dengan penelitian oleh Faranina et al. (2024), yang menyatakan bahwa penggunaan *birth ball* mempercepat dilatasi serviks dan mengurangi intensitas nyeri selama fase aktif persalinan (Arana Faranina et al., 2024). Hasil metaanalisis yang dilakukan oleh Grenvik (2022) dengan membanding antara kelompok control dan kelompok intervensi, dimana nyeri persalinan pada kelompok intervensi dengan birthball turun secara signifikan

sebesar 1,70 poin dibandingkan dengan kelompok control. (Grenvik, J. M., Rosenthal, E., et.al, 2022)

Studi oleh Dina et al. (2023) menunjukkan bahwa primigravida yang melakukan terapi *birthball* 19 orang dan yang mengalami kemajuan persalinan kurang dari 1,2 cm per jam sebanyak 18 orang artinya hampir seluruh ibu bersalin yang menggunakan terapi ini mengalami kemajuan persalinan. (Fahria Dina et al., 2023). Murni (2023) juga menemukan bahwa implementasi teknik *birth ball* berpengaruh signifikan terhadap kemajuan persalinan, dengan nilai $p < 0,05$ (Murni et al., 2023).

KESIMPULAN

Birth Ball merupakan metode efektif yang bisa digunakan oleh ibu bersalin fase aktif untuk menambah kemajuan persalinan. Sehingga resiko persalinan lama dapat dihindari apabila metode ini diterapkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Arana Faranina, N., Pratiwi Ramadani, P., Saputri, I., Profesi Bidan, P., & Tinggi Ilmu Kesehatan Nani Hasanuddin, S. (2024). *Terapi Birth Ball dengan Kemajuan Persalinan dan Pengurangan Nyeri Birth Ball Therapy with Labor Progress Progression and Pain Reduction* (Vol. 2, Issue 2).
- Dina, K. F., Altika, S., & Hastuti, P. (2023). Hubungan Terapi Birth Ball Dengan Kemajuan Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Primigravida Di Klinik Pratama Lidya Sifra Kudus. *Jurnal Ilmu Kebidanan dan Kesehatan*

- (*Journal of Midwifery Science and Health*), 14(1), 35-41.
- Fahria Dina, K., Altika, S., & Hastuti, P. (2023). Hubungan Terapi Birth Ball Dengan Kemajuan Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Primigravida Di Klinik Pratama Lidya Sifra Kudus. *Jurnal Ilmu Kebidanan Dan Kesehatan*, 14(1), 35–41.
- Gau, M.-L., Chang, C.-Y., Tian, S.-H., & Lin, K.-C. (2011). Effects of birth ball exercise on pain and self-efficacy during childbirth: A randomised controlled trial in Taiwan. *Midwifery*, 27(6), e293–e300. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.midw.2011.02.004>
- Grenvik, J. M., Rosenthal, E., Wey, S., Saccone, G., De Vivo, V., De Prisco LCP, A., ... & Berghella, V. (2022). Birthing ball for reducing labor pain: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *The Journal of Maternal-Fetal & Neonatal Medicine*, 35(25), 5184-5193.
- Kurniawati, I. (2017). Pemanfaatan Gym Ball dalam Proses Persalinan. *Bandung: Alfabeta*.
- Murni, Setiawandari, & Yuni Khoirul Waroh. (2023, July 14). *Efektivitas Metode Birth Ball Terhadap Lama Persalinan Kala I Fase Aktif Di Wilayah Kerja Puskesmas Lakudo*.
- Rahim, R., Suseno, M. R., Sulianty, A., Yuni, B., & Hamidiyanti, F. (2024). Pengaruh Birth Ball Terhadap Lama Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Primigravida ARTICLE INFO. *Indonesian Helath Issue*.
- Raidanti, D., & Mujianti, C. (2021). *Birthing Ball*. Ahlimedia Press .
- Qonitul, U., & Fadilah, S. N. (2019). Faktor-faktor yang Melatarbelakangi Kejadian Partus Lama pada Ibu Bersalin di RSUD dr. R. Koesma Tuban. *Jurnal Kesehatan dr. Soebandi*, 7(1), 51-57.
- Yeung, M. P. S., Tsang, K. W. K., Yip, B. H. K., Tam, W. H., Ip, W. Y., Hau, F. W. L., Wong, M. K. W., Ng, J. W. Y., Liu, S. H., Chan, S. S. W., Law, C. K., & Wong, S. Y. S. (2019). Birth ball for pregnant women in labour research protocol: A multi-centre randomised controlled trial. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 19(1). <https://doi.org/10.1186/s12884-019-2305-8>