PENGARUH PENERAPAN ACTIVE BIRTH DENGAN METODE BIRTH BALL UNTUK MENGURANGI NYERI PERSALINAN KALA 1: LITERATURE REVIEW

Sherly Marshelia

I Literatur Riview **I** Tahun 2022

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Cirebon Program Studi S1 Kebidanan

Email: Sherlymarshelia01@gmail.com

ABSTRACT

Labor is the birth of a baby, placenta, and amniotic membranes from the uterus to outside world. Labor pain is a physiological part of the labor process with different pain intensity for each individual. The application of active birth is a birth process in which the mother follows her instincts, namely finding the most comfortable position and reducing pain. Many methods are used to reduce pain in labor, one of which is by using the birth ball method. Birth ball is a method of using a rubber ball filled with air to reduce back pain during pregnancy or childbirth. The purpose of this study is to find out the application of Active Birth with the Birth Ball Method to reduce labor pain. This research uses the study literature review method from scientific journals published through Google Scholar with keyword guidance. 5 selected scientific journals from 2017-2022. Based on these journals, it can be concluded that there is effectiveness of giving the birth ball method to the intensity of labor pain in the active phase of the first stage

Keywords: Active Birth , Labor Pain, Birth Ball.

INTISARI

Persalinan merupakan peristiwa lahirnya bayi, plasenta, dan selaput ketuban dari uterus ke dunia luar. Nyeri persalinan merupakan fisiologis pada proses persalinan dengan intensitas nyeri yang berbeda pada setiap individu.. Penerapan active birth merupakan proses persalinan dimana ibu mengikuti insting yaitu mencari posisi paling nyaman dan mengurangi rasa sakit. Banyak metode yang dilakukan untuk mengurangi nyeri pada persalinan, salah satunya dengan menggunakan metode birth ball. Birth ball merupakan salah satu

metodemenggunakan bola karet yang berisi udara dimanfaatkan untuk mengurangi nyeri pada punggung pada saat hamil maupun bersalin. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui Penerapan Active Birth dengan Metode Birth Ball Untuk mengurangi nyeri persalinan.. Penelitian ini menggunakan metode *study literature review* dari jurnal ilmiah yang diterbitkan melalui *google scholar* dengan penuntun kata kunci. Jurnal Ilmiah yang terseleksi sejumlah 5 jurnal dari tahun 2017-2022. Berdasarkan jurnal tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat efektifitas pemberian metode birth ball terhadap intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif

Kata kunci : Active Birth, Birth Ball, Nyeri Persalinan.

PENDAHULUAN

Persalinan adalah proses pengeluaran (kelahiran) hasil konsepsi yang dapat hidup di luar uterus melalui vagina ke dunia luar. Proses tersebut dapat dikatakan normal atau spontan jika bayi yang dilahirkan berada pada posisi letak belakang kepala berlangsung tanpa bantuan alat-alat atau pertolongan, serta tidak melukai ibu dan bayi. Pada umunya proses ini berlangsung dalam waktu kurang dari 24 jam (Jenny.J.S.Sondakh, 2015).

Persalinan yang lama menyebabkan ibu mengalami stres dan kelelahan lebih lama sehingga rasa nyeri akan meningkat. Lamanya persalinan bisa disebabkan oleh bayi yang besar atau kelainan pada pelvis yang mengakibatkan rasa nyeri dan kelelahan. Sehngga berpengaruh pada lamanya proses persalinan (Yulaitun, 2016)

Menurut penelitian yang dilakukan suprida pada tahun 2011 rata rata lama kala I dengan metode aktif birth adalah 4,93 jam dengan standar deviasi 1,387 jam, sedangkan lama kala I pada proses persailinan metode NON Active Birth rata rata 4,75 jam dengan standar deviasi 0,961 jam.

Faktor yang dapat mempengaruhi lama persalinan yaitu: karakteristik ibu, indeks masa tubuh, usia ibu, paritas, pemberian oksitosin, analgesik epidural. Hasil penelitian Barakat et al, 2018 menyatakan bahwa mayoritas komplikasi perinatal berhubungan dengan persalinan yang lama.

Tahap pertama persalinan di definiskan sebagai durasi dari awal persalinan sampai pembukaan serviks penuh. Pada tahap ini, nyeri kontraksi pada persalinan akan semakin kuat dan teratur seiring dengan kemajuan

pembukaan serviks. Kontraksi persalinan (his) seperti kram akan selalu dirasakan setiap wanita pada proses kelahiran alami. Mayoritas wanita menggambarkan nyeri persalinan sebagai intensitas nyeri yang paling adekuat yang pernah dialami. Manajemen nyeri pada proses persalinan merupakan hal penting dalam proses persalinan termasuk kemajuan proses persalinan (Anuhgera, D. E.,2020).

Penyebab nyeri persalinan diakibatkan dari berbagai faktor seperti kontraksi otot rahim, regangan dasar otot panggul, episotomi dan kondisi psikologis. Pada kondisi psikologis, nyeri dan rasa sakit yang berlebih akan menimbulkan rasa cemas. Kecemasan dapat meningkatkan timbulnya stress. Kondisi stress dapat mempengaruhi kemampuan tubuh menahan rasa nyeri, stres menyebabkan pelepasan hormon yang berlebihan seperti katekolamin dan steroid. Hormon ini dapat menyebabkan terjadinya ketegangan otot polos dan vasokonstriksi pembuluh darah sehingga terjadi penurunan kontraksi uterus penurunan sirkulasi uteroplasenta, pengurangan aliran darah dan oksigen ke uterus, serta (Herry Rosyati, SST, 2017)

Untuk menangani partus lama, maka di Inggris sudah mulai diperkenalkan teknik persalinan aktif (active birth). Penggunaan bola kelahiran menggabungkan gerakan dan latihan yang, secara teoritis, membantu janin menemukan lebih bugar melalui panggul serta mendorong kemajuan persalinan (Zaky,2016). Penggunaan bola kelahiran dianggap sebagai salah satu metode persalinan nonfarmakologis pereda sakit. Bola kelahiran juga dikenal sebagai bola fit, bola Swiss dan bola petzi. Penggunaannya bermanfaat secara fisik selama kehamilan dan persalinan (Gallo, R. B. S.,et al 2018).

Metode active birth di Indonesia sebenarnya sudah dilaksanakan sebagai salah satu asuhan perawatan pada proses persalinan, yakni dalam hal mobilisasi yang menganjurkan ibu untuk memilih posisi yang dianggap paling nyaman dengan tujuanuntuk meminimalkan rasa nyeri serta dapat mempengaruhi lamanya kala I dan kala II persalinan, hal ini sesuai dengan standar bidan menurut WHO tahun 2010 dalam hal bidan sebagai pendamping persalinan (Susanti,et al2015).

Metode yang dapat dilakukan dalam teknik active birth yaitu seperti jalanjalan, miring kekiri, mobilisasi, pendampingan suami, yoga, kompres hangat dingin, bola-bola persalinan

(birth ball) yang sudah dilaksanakan oleh sebagai salah satu asuhan kebidanan pada proses persalinan untuk membantu partus lama(Reeder, S.J., et al 2017).

Keuntungan dari active birth diantaranya adalah untuk kemajuan persalinan, berkurangnya rasa sakit karena kontraksi rahim maju kearah depan rahim secara alamiah dan tidak melawan gravitasi, meningkatkan tenaga pada kala II, lebih kecil resiko robekan perineum pada kala II dan kondisi ibu serta bayi lebih optimal karena mengurangi terapi medis yang dapat menimbulkan efek samping pada keduanya (Simkin,P.&Bolding, 2017).

Oleh karena itu yang memungkinkan untuk dilakukan karena dalam prosesnya lebih gampang dengan adanya bimbingan tenaga kesehatan atau melihat video dari internet untuk dilakukan oleh ibu yang akan bersalin adalah menggunakan birth ball yang juga biasa dikenal dalam senam pilates sebagai fitball, swiss ball dan petzi ball (Baston, 2011).

Birth ball merupakan diantara metode active birth yang dapat digunakan selama kala I persalinan. Birth ball (bola persalinan) adalah bola terapi fisik yang membantu ibu inpartu kala I keposisi yang dapat membantu kemajuan persalinan. Sebuah bola terapi fisik dapat digunakan dengan berbagai posisi. Dengan duduk dibola dan bergoyang-goyang membuat rasa nyaman dan membuat kemajuan persalinan menggunakan gravitasi, sambil meningkatkan pelepasan endorphin karena elastisitas dan kelengkungan bola, merangsang reseptor dipanggul mensekresi endorphin (Souza, J.P., 2016).

Pernyataan di atas dibuktikan dengan Hasil penelitian dari Makvandi et al, (2015) di Iran didapatkan bahwa pvalue < 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.

Hasil yang sama diungkapkan juga oleh Fadmiyanor (2017) yang mengungkapkan seorang ibu bersalinan yang mengalami nyeri persalinan sebelum dilakukan terapi memiliki nilai 6,05 dan setelah diberikan terapi birth baal exercises didapatkan nilai 4,95 sehingga terlihat ada penurunan nilai nyeri terhadap intervensi yang diberikan. Pada jurnal ini Latihan yang dilakukan selama 30 menit pada ibu bersalin kala I dengan fase aktif di pembukaan serviks 4 –8

cm dengan prosedur duduk diatas bola, berlutut dan memeluk bola. Hasil ini sesuai dengan teroi yang diungkapkan oleh Oktifa (2012) bahwa prosedur gerakan birth ball salah satunya dengan duduk diatas bolah, berlutut dan memeluk bola.

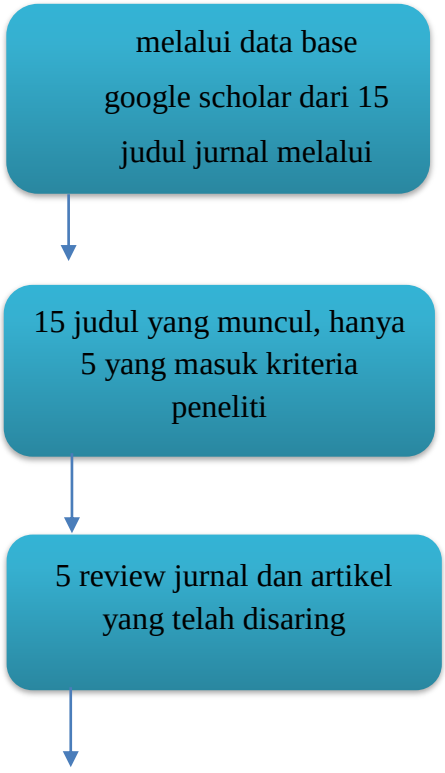
Dari hasil studi pendahuluan penulis, didapatkan bahwa banyak yang menerapkan active birth dengan metode birth ball untuk mengurangi intensitas nyeri pada persalinan. Terjadi peningkatan penggunaan birth ball maka penulis tertarik melakukan case studi research tentang Active Birth dengan Latihan Birth Ball untuk mengurangi nyeri persalinan.

Tujuan penelitian ini secara umum bertujuan untuk mempelajari pengaruh penerapan active birth menggunakan metode Birth Ball untuk mengurangi nyeri persalinan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan kajian Literatur review dengan metode Traditional review, Traditional Riview adalah metode tinjauan pustaka yang selama ini umum dilakukan oleh para peneliti, dan hasilnya banyak kita temukan pada survey paper yang ada. Paper-paper ilmiah yang direview dipilih sendiri oleh para peneliti pada satu topik penelitian, dan dipilih berdasarkan pengetahuan dan pengalaman yang dimiliki oleh seorang peneliti. Kelemahan dari traditional review adalah tergantung kepada pengetahuan dan pengalaman peneliti, sehingga memungkinkan terjadinya bias pada saat memilih paper-paper yang direview, yang akhirnya berpengaruh pada kualitas survey paper yang dihasilkan.

Dengan menggunakan database google Scholar didapatkan 15 judul diantaranya, pengetahuan, wanita hamil dan persalinan dari jurnal yang diperoleh hanya 5 publikasi jurnal yang masuk dalam kriteria inklusi, dari tahun 2017-2022. Literatur yang digunakan sebagai sampel selanjutnya dianalisis kemudian disimpulkan dan disajikan dalam bentuk narasi



Dibagi 3 Kategori yaitu:

Pengetahuan Penanganan = 1

Pengetahuan = 2

Umum = 2

HASIL PENELITIAN

Lima studi (5 studi) memenuhi kriteria inklusi sesuai yang dibutuhhkan oleh peneliti. Dari 6 studi ini terdapat berbagai perbedaan hasil dari penelitian yang sudah dilakukannya.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Linda Wati (2022) didapatkan bahwa terdapat pengaruh metode birth ballterhadap penurunan intensitas nyeri pada persalinan kalaI fase aktif dengan hasil uji statistik didapat p-value 0,000 (<0,05).

Hasil penelitian Rahmi Fitria, Romy Wahyuny (2021) diperoleh frekuensi responden sebelum diberikan metode paling banyak mengalami nyeri skala 5 yakni 22 orang (71%). Sedangkan setelah diberikan metode frekuensi responden paling banyak mengalami nyeri skala 3 sebanyak 23 orang (74,2%). Rata-rata nyeri sebelum diberikan metode adalah 5,16 sedangkan setelah diberikan metode rata-rata skala nyeri 3,13. Standar deviasi nyeri sebelum diberikan metode 0,52 dan setelah diberikan metode standar deviasi 0,49. Hasil uji statitik menunjukan nilai p = 0,000 , hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh terhadap intensitas nyeri setelah diberikan metode birt ball.

Hasil Penelitian Maria Ulfah, Rosmania (2021) diketahui bahwa sebanyak 13 (35,2%)intensitas nyeri ibu bersalin dengan nyeri sedang, sebanyak 23 (57,7%) intensitas nyeri ibu bersalin dengan nyeri berat, dan sebanyak 4 (10%) intensitas nyeri ibu bersalin dengan nyeri sangat berat (panik).

Hasil yang sama diungkapkan juga oleh Fadmiyanor (2017) yang mengungkapkan seorang ibu bersalinan yang mengalami nyeri persalinan sebelum dilakukan terapi memiliki nilai 6,05 dan setelah diberikan terapi birth baal exercises didapatkan nilai 4,95 sehingga terlihat ada penurunan nilai nyeri terhadap intervensi yang diberikan. Pada jurnal ini Latihan yang dilakukan selama 30 menit pada ibu bersalin kala I dengan fase aktif di pembukaan serviks 4 –8 cm dengan prosedur duduk diatas bola, berlutut dan memeluk bola. Hasil ini sesuai dengan teroi yang diungkapkan oleh Oktifa (2012) bahwa prosedur gerakan birth ball salah satunya dengan

duduk diatas bolah, berlutut dan memeluk bola.

Hasil serupa juga diungkapkan oleh hasil penelitian Dewi (2020) dimana hasil yang diungkapkan bahwa ada pengaruh intervensi birth baal exercises terhadap nyeri persalinan pada ibu bersalin kala I fase aktif, sehingga dikatakan hal ini efektif untuk dapat diaplikasikan dalam proses penanganan nyeri persalinan, karena pada saat ibu bersalin menerapkan penggunaan birth ball, perhatiannya terhadap nyeri akan teralihkan atau adanya distraksi oleh aktivitas fisik yang dilakukan dengan begitu, maka nyeri yang dirasakan ibu dapat erkurang, namun pada penelitian Dewi disebutkan waktunya selama 15 menit perlakuan.

PENUTUP

Berdasarkan temuan hasil keenam jurnal ini mengungkapkan bahwa birth ball exercises memiliki manfaat yang baik dalam proses penanganan pencegahan nyeri persalinan pada ibu bersalian kala I, hal ini sama dengan halnya teori yang disebutkan oleh Johariyah (2016) yang menyebutkan bahwa manajemen nyeri persalinan dapat dilakukan dengan beberapa tindakan seperti halnya musik, hidroterapi, hypnobirthing, counterpressure, kompres panas dingin, aromaterapi, tehnik pernafasan, active birth, visualisai dan birth ball exercises. Selain itu juga hal ini sejalan dengan teori disebutkan oleh Asriani (2017) yang menyebutkan bahwa indikasi untuk dilakukanya birth ball adalah pada ibu inpartu yang mengalami nyeri persalinan.

Saran yang dapat diberikan untuk pelaksanaan literature review selanjutnya adalah sebaiknya database yang digunakan lebih banyak sehingga bisa mendapatkan artikel yang lebih lengkap dan baik, serta batasan tahun pencarian jurnal dengan kata kunci yang ditetapkan adalah lima tahun terakhir agar *literature* lebih *update*.

DAFTAR PUSTAKA

1 Dewi, P. I. S., Aryawan, K. Y., Ariana, P. A., & Nandarini, N. A. P. E. (2020). Intensitas nyeri persalinan kala I fase laten pada ibu inpartu menggunakan birth ball exercise. Jurnal Keperawatan Silampari.

2 Fadmiyanor, I., Rahmi, J., & Ayu, M. P. (2017). Pengaruh pemberian metode birth ball terhadap intensitas nyeri persalinan kala 1 fase aktif di BPM Siti Julaeha. Jurnal Ibu Dan Anak, 5(2), 102-109.

3 Rahmi Fitria, Romy Wahyuny. (2021). Efektivitas pemberian metode birth ball terhadap intensitas nyeri persalinan kala 1 fase aktif di BPM Rokan Hulu. Journal: Maternity And Neonatal.

4 Linda Wati, Monarisa, Rischa Hamdanesti. (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.

5 Maria Ulfah, Rosmaria. (2021). Pengaruh Terapi Birth Ball pada Ibu In-Partu terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di PMB Nuriman Rafida Jambi. Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan.

LAMPIRAN 1: HASIL PENELUSURAN ARTIKEL

JUDUL:

PENGARUH PENERAPAN ACTIVE BIRTH DENGAN METODE BIRTH BALL UNTUK MENGURANGI NYERI PERSALINAN KALA 1.

No.	*Elecronic Database*	*Key word*	*Methode*	*Result*
1.	Google Scholar, 20 November 2022	Dewi, P. I. S., Aryawan, K. Y., Ariana, P. A., & Nandarini, N. A. P. E. (2020). Intensitas nyeri persalinan kala I fase laten pada ibu inpartu menggunakan birth ball exercise. Jurnal Keperawatan Silampari.	*one group pre-post test design*	Nilai rata-rata nyerisebelum 5,57 dan sesudah 4,70 Hasil penelitian didapatkan nilai p (0,007) < α (0,05). Artinya ada pengaruh birth ball exercises terhadap intensitas nyeri persalinan kala I.
2.	Google Scholar, 20 November 2022	Fadmiyanor, I., Rahmi, J., & Ayu, M. P. (2017). Pengaruh pemberian metode birth ball terhadap intensitas nyeri persalinan kala 1 fase aktif di BPM Siti Julaeha. Jurnal Ibu Dan Anak, 5(2), 102-109.	*Quasi eksperiment : pretest-postets group desain*	Nilai rata-rata Nyeri sebelum intervensi 6,05 dan setelah intervensi 4,95. Hasil : p value = 0,000. Artinya ada pengaruh pemberian birth ball terhadap nyeri persalinan.
3.	Google Scholar, 20 November 2022	Rahmi Fitria, Romy Wahyuny. (2021). Efektivitas pemberian metode birth ball terhadap intensitas	*quasi eksperiment dengan desain pretest-*	Hasil penelitian ini diperoleh frekuensi responden sebelum diberikan metode paling banyak mengalami nyeri skala 5 yakni 22 orang (71%). Sedangkan setelah diberikan metode frekuensi responden

		nyeri persalinan kala 1 fase aktif di BPM Rokan Hulu. Journal: Maternity And Neonatal.	*postest group design*	paling banyak mengalami nyeri skala 3 sebanyak 23 orang (74,2%). Rata-rata nyeri sebelum diberikan metode adalah 5,16 sedangkan setelah diberikan metode rata-rata skala nyeri 3,13. Standar deviasi nyeri sebelum diberikan metode 0,52 dan setelah diberikan metode standar deviasi 0,49. Hasil uji statitik menunjukan nilai p = 0,000 , hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh terhadap intensitas nyeri setelah diberikan metode birt ball. Hasil dari efektifitas metode birth ball sebelum dan setelah diberikan memperoleh nilai p = 0,00. Maka diperoleh kesimpulan bahwa ada pengaruh pemberian metode birth ball terhadap responden pada kala I fase aktif
4	Google Scholar, 20 November 2022	Linda Wati, Monarisa, Rischa Hamdanesti. (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.	*quasi eksperiment dengan desain pretest-postest group design*	Berdasarkan tabel terlihat sebelumdilakukan metode birth ball pada persalinan kala I faseaktif nilai mean 2,83 dan sesudah dilakukan metodebirth ball pada persalinan kala I fase aktif nilai mean1,60 dari uji statistik didapat pvalue 0,000 (<0,05) terdapat pengaruh metode birth ball terhadap penurunanintensitas nyeri pada persalinan kala I fase aktif.
5	Google Scholar, 20 November 2022	Maria Ulfah, Rosmaria. (2021). Pengaruh Terapi	*quasi eksperiment dengan*	Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa paling tinggi intensitas nyeri ibu In-Partu sebelum dilakukan terapi birth ball berada

		Birth Ball pada Ibu In-Partu terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di PMB Nuriman Rafida Jambi. Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan.	*desain pretest-postest group design*	pada kategori nyeri berat sebanyak 23 (57,7%) dan paling rendah intensitas nyeri ibu In-Partu intensitas nyeri ibu In-Partu sebelum dilakukan terapi birth ball berada pada kategori nyeri ringan sebanyak 0 (0%). Sebanyak 16 responden (40%) mengalami nyeri ringan, sebanyak 20 responden (50%) mengalami nyeri sedang, dan sebanyak 4 responden (10%) mengalami nyeri berat. Intensitas nyeri tertinggi pada ibu In-Partu sesudah dilakukan terapi birth ball berada pada kategori nyeri sedang sebanyak 20 responden (50%) dan paling rendah intensitas nyeri ibu In-Partu intensitas nyeri ibu In-Partu sesudah dilakukan terapi birth ball berada pada kategori nyeri sangat berat sebanyak 0 (0%). Berdasarkan penelitian diketahui bahwa nilai mean intensitas nyeri sebelum dilakukan terapi birth ball sebanyak 2,78 dan nilai mean intensitas nyeri sesudah dilakukan terapi birth ball sebanyak 1,70. Selisih nilai mean sebelum dan sesudah diberikan terapi birth ball dengan Intensitas nyeri sebanyak 1,08.Nilai p value =0,000 artinya ada pengaruh intensitas nyeri sebelum dan sesudah diberikan terapi birth ball