

Pengaruh Penggunaan Brith Ball Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Di Klinik Pratama Kasih Bunda Tahun 2024

Dona Seniorita

Akademi Kebidanan Kharisma Husada Binjai
E-mail: donasenorita577@gmail.com

Article History:

Received: 06 Agustus 2024

Revised: 22 Agustus 2024

Accepted: 27 Agustus 2024

Keywords: *Brith Ball*, Nyeri, Persalinan

Abstract: *Pada kehamilan dan persalinan rasa nyeri diartikan sebagai sebuah sinyal untuk memberitahukan kepada ibu bahwa dirinya telah memasuki tahapan proses persalinan. Perry&Bobak (2004) mengatakan rasa nyeri yang dialami selama persalinan bersifat unik pada setiap ibu dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain budaya, takut, kecemasan, pengalaman persalinan sebelumnya, persiapan persalinan dan dukungan. Rasa nyeri pada persalinan adalah manifestasi dari adanya kontraksi (pemendekan) otot rahim. Kontraksi inilah yang menimbulkan rasa sakit pada pinggang, daerah perut dan menjalar kearah paha. Penelitian ini menggunakan desain Desain yang digunakan pada penelitian ini adalah two group only post test desain. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 20 responden terdapat 12 responden yang merasakan tingkat nyeri persalinan kala I dengan nyeri sedang (60,0%), 7 responden (35,0%) yang merasakan tingkat nyeri ringan dan 1 responden (5,0%) yang merasakan tingkat nyeri berat (5,0%) sesudah diberikan terapi birth ball dan kelompok kontrol terdiri dari 20 responden terdapat 1 responden yang merasakan tingkat nyeri persalinan kala I sedang (5,0%) dan 19 responden yang merasakan tingkat nyeri persalinan kala I berat (95,0%) tidak diberikan terapi birth ball. Dapat disimpulkan bahwa terdapat Pengaruh birth ball terhadap intensitas nyeri persalinan kala I di Klinik Pratama Kasih Bunda dengan nilai $P < 0,05$*

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan suatu peristiwa yang sangat penting dalam kehidupan wanita. Proses persalinan memiliki arti yang berbeda disetiap wanita, dengan belum adanya pengalaman akan memunculkan kecemasan dan ketakutan yang berlebih selama proses persalinan. Keadaan ini sering terjadi pada wanita yang pertama kali melahirkan (Wijaya dkk, 2014). Persalinan merupakan suatu proses pengeluaran hasil konsepsi (janin dan plasenta) yang cukup bulan atau dapat hidup diluar kandungan melalui jalan lahir atau melalui jalan lain, dengan bantuan ataupun

tanpa bantuan (kekuatan sendiri) (Sulistiyowati & Nugraheny, 2013).

Berbagai upaya dilakukan untuk menurunkan nyeri pada persalinan, baik secara farmakologi maupun nonfarmakologis, yang disukai oleh ibu melahirkan untuk mengatasi nyeri adalah metode distraksi dengan birth ball yang dapat menurunkan nyeri fisiologis. Birth ball memiliki arti bola lahir yang dapat digunakan pada ibu inpartu kala I ke posisi yang biasa membantu kemajuan persalinan. Adapun keuntungan dari pemakaian birth ball ini adalah meningkatkan aliran darah ke rahim, plasenta dan bayi, meredakan tekanan dan dapat meningkatkan outlet panggul sebanyak 30%, serta dapat memberikan rasa nyaman pada lutut dan pergelangan kaki, memberikan kontra-tekanan pada perineum dan paha, bekerja dengan gravitasi yang mendorong turunnya bayi sehingga mempercepat proses persalinan (Aprilia,2011).

Penatalaksanaan dalam mengatasi nyeri persalinan berdasarkan penelitian di sembilan rumah sakit, di Amerika Serikat, 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 birth ball yang dapat menurunkan nyeri fisiologis, stress dan kecemasan (Aprilia,2011).

LANDASAN TEORI

Nyeri Persalinan

Pada kehamilan dan persalinan rasa nyeri diartikan sebagai sebuah sinyal untuk memberitahukan kepada ibu bahwa dirinya telah memasuki tahapan proses persalinan. Perry&Bobak (2004) mengatakan rasa nyeri yang dialami selama persalinan bersifat unik pada setiap ibu dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain budaya, takut, kecemasan, pengalaman persalinan sebelumnya, persiapan persalinan dan dukungan. Rasa nyeri pada persalinan adalah manifestasi dari adanya kontraksi (pemendekan) otot rahim. Kontraksi inilah yang menimbulkan rasa sakit pada pinggang, daerah perut dan menjalar kearah paha. Kontraksi ini menyebabkan adanya pembukaan mulut rahim (serviks). Dengan adanya pembukaan serviks ini maka akan terjadi persalinan (Judha et al, 2012:73).

Dampak Nyeri Persalinan

Nyeri juga dapat menyebabkan aktivitas uterus yang tidak terkoordinasi yang akan mengakibatkan persalinan lama, yang akhirnya dapat mengancam kehidupan janin maupun ibu (Noviyanti, 2016). Persalinan umumnya disertai nyeri dengan adanya nyeri akibat kontraksi uterus. Intensitas nyeri selama persalinan dapat mempengaruhi proses persalinan dan kesejahteraan janin. Nyeri persalinan dapat menimbulkan stress yang menyebabkan pelepasan hormon yang berlebihan seperti katekolamin dan steroid. Hormon ini dapat menyebabkan terjadinya ketegangan otot polos dan vasokonstriksi pembuluh darah. Hal ini dapat mengakibatkan penurunan kontraksi uterus, serta timbulnya iskemia uterus yang membuat impuls nyeri bertambah banyak (Noviyanti, 2016).

Pengertian Birth Ball

Birth ball (bola kelahiran) adalah bola terapi fisik yang membantu ibu inpartu kala I ke posisi yang membantu kemajuan persalinan. Birth ball merupakan bola berukuran cukup besar dengan bentuk yang menyerupai gym ball, namun dengan ukuran sedikit lebih besar. Birth ball juga dirancang khusus supaya tidak licin saat digunakan di lantai sehingga aman digunakan. Sebuah bola terapi fisik dapat digunakan dalam berbagai posisi.

Teknik ini dapat membuat rasa nyaman dan membantu kemajuan persalinan dengan

menggunakan gravitasi, sambul meningkatkan pelepasan endorphin karena elastisitas dan lengkungan bolamerangsang reseptor di panggul yang bertanggung jawab untuk mengsekresi endorphin. Teknik birth ball merupakan salah satu cara yang dapat di aplikasikan oleh ibu hamil untuk memperoleh ketenangan saat menghadapi kehamilan dan persalinan (Ilmiasih, 2010).

Manfaat birthing ball

Ada berbagai macam cara yang berbeda untuk menggunakan birth ball selama masa kehamilan dan persalinan. Namun perlu diingat saat persalinan, biasanya Anda akan banyak dibantu oleh seorang doula atau orang terlatih lainnya untuk memastikan keamanan penggunaan birth ball. Birth ball banyak disarankan untuk digunakan selama masa kehamilan maupun untuk mempermudah proses persalinan, karena penggunaan bola ini memiliki beragam mafaat seperti berikut :

1. Mengurangi rasa nyeri, dan kecemasan;
2. Meminimalkan penggunaan petidin;
3. Membantu Bumil mendapatkan posisi yang nyaman saat persalinan;
4. Membantu proses penurunan kepala;
5. Mengurangi durasi persalinan kala I;
6. Membantu membuka panggul, sehingga memudahkan janin turun ke
7. Meningkatkan kepuasan; dan serta kesejahteraan ibu-ibu (Hau & Kwan W, 2012).

METODE PENELITIAN

Pengaruh Penggunaan Brith Ball Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I di Klinik Pratama Kasih Bunda Tahun 2024.

Variabel Independent

Variabel Dependent



Gambar 1. Kerangka Penelitian

Desain yang digunakan pada penelitian ini adalah *two group only post test desain*. Pada kelompok intervensi penelitian menggunakan metode *birth ball*, sedangkan pada kelas kontrol peneliti menggunakan metode berjalan ringan di ruangan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi tingkat nyeri persalinan kala I sebelum diberikan intervensi pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Tingkat Nyeri	Kelompok eksperimen (%)		Kelompok Control (%)	
	N	%	N	%

Nyeri Ringan	2	10,00	0	0
Nyeri Sedang	3	15,00	16	80,00
Nyeri Berat	15	75,00	4	20,00
Total	20	100,0	20	100,0

Dari tabel 1 menunjukkan bahwa pada kelompok eksperimen dari 20 responden terdapat 15 responden mayoritas yang mengalami nyeri berat pada persalinan kala I (75,0%), nyeri sedang sebanyak 3 responden (15,0%) dan nyeri ringan sebanyak 2 responden (10,0%) sedangkan kelompok kontrol dari 20 responden terdapat 16 responden mayoritas mengalami nyeri sedang pada persalinan kala I (80,0%) dan nyeri berat sebanyak 4 responden (20,0%).

Tabel 2. Distribusi tingkat nyeri persalinan kala I sesudah diberikan intervensi pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

Tingkat Nyeri	Kelompok eksperimen (%)		Kelompok Control (%)	
	N	%	N	%
Nyeri Ringan	7	35,00	0	0
Nyeri Sedang	12	60,00	1	5,0
Nyeri Berat	1	5,00	19	95,00
Total	20	100,0	20	100,0

Dari tabel 4.2 menunjukkan bahwa pada kelompok eksperimen dari 20 responden terdapat 12 responden yang merasakan tingkat nyeri persalinan kala I dengan nyeri sedang (60,0%), 7 responden (35,0%) yang merasakan tingkat nyeri ringan dan 1 responden (5,0%) yang merasakan tingkat nyeri berat (5,0%) sesudah diberikan terapi *birth ball* dan kelompok kontrol terdiri dari 20 responden terdapat 1 responden yang merasakan tingkat nyeri persalinan kala I sedang (5,0%) dan 19 responden yang merasakan tingkat nyeri persalinan kala I berat (95,0%) tidak diberikan terapi *birth ball*.

KESIMPULAN

Hasil penelitian yang dilakukan tentang Pengaruh *birth ball* terhadap intensitas nyeri persalinan kala I di Klinik Pratama Kasih Bunda didapatkan :

1. Intensitas skala nyeri persalinan sebelum dilakukan terapi *birth ball* berada di skala 7 (Nyeri berat).
2. Intensitas skala nyeri persalinan sesudah dilakukan terapi *birth ball* berada di skala 4 (Nyeri sedang).
3. Ada pengaruh terapi *birth ball* terhadap intensitas nyeri persalinan kala I di Klinik Pratama Kasih Bunda dengan nilai $P < 0,05$.

DAFTAR REFERENSI

- Afroh, F., Judha, M. & S. (2014). *Teori Pengukuran Nyeri & Nyeri Persalinan*. Nuha Medika.
- Andarwulan. (2023). Efektivitas Birthing Ball pada Ibu Primipara terhadap Persalinan Kala Dua. *Oksitosin: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 10.
- Aprilia, Yessie. 2011. *Melahirkan Nyaman Tanpa Rasa Sakit*. Jakarta : PT Gramedia Widiasarana Indonesia.

- Aprillia Yesi. (2017). *Gentle Birth Melahirkan Tanpa Rasa Sakit*. Widiararana Indonesia. Corwin, E. J. (2019).
- Asrinah, Shinta Siswoyo Putri, dkk. 2010. *Konsep kebidanan*. Yogyakarta: Graha Ilmu Buku Saku Patofisiologi (3rd ed.). EGC.
- Dewi Citra et al. (2020). Hubungan Tingkat Kecemasan Ibu Dengan Terjadinya Persalinan Lama Pada Ibu Bersalin Kala 1 Fase Aktif Primigravida. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(2).
- Dinas Kesehatan Kabupaten Mandailing Natal. 2018. *Profil Kesehatan Kabupaten Mandailing Natal Tahun 2018*. Mandailing Natal : Dinas Kesehatan Kabupaten Mandailing Natal.
- Indrayani, Triana. 2018. *Pengaruh Penggunaan Birthing Ball terhadap Penurunan Skor Nyeri pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Di Klinik Bersalin Bekasi Tahun 2018*. Jurna JAKHKJ