

**PENERAPAN METODE BIRTH BALL TERHADAP INTENSITAS NYERI
PERSALINAN PADA NY X DI PUSKESMAS
TANJUNG BALAI KARIMUN**

¹Titin Sartini, ²Miftahul Jannah, ³Astri Yuni Fitri

¹titinsartini11@gmail.com, miftahul@univbatam.ac.id, astriyunifitri@univbatam.ac.id

¹Program Studi Profesi Bidan, Universitas Batam,

ABSTRACT

One of the causes of prolonged labor is abnormal contractions, both adequate and inadequate contractions. This causes various complaints experienced by mothers such as anxiety, fatigue, sweating, fast breathing, discomfort and anxiety (Sarwono, 2010). Birth ball is a method of using a rubber ball filled with air to reduce back pain during pregnancy or childbirth. The aim is to provide midwifery care for mothers giving birth comprehensively and continuously, with management of midwifery care in accordance with midwifery service standards. The midwifery care that is applied is the Application of the Birt Ball Method to the Intensity of Labor Pain. The type of research method used in preparing practice reports is descriptive research using the case study method, conducted at the Tanjung Balai Karimun Health Center in February 2023. The subject used in this case study with midwifery care management was Mrs. X. Results and Conclusions Evaluation of the care provided related to Birt Ball Against the Intensity of Labor Pain there is a reduction in the pain that the mother feels

Keywords : *Birth Ball, Labor Pain Intensity*

PENDAHULUAN

Salah satu faktor penyebab dari partus lama adalah kelainan kontraksi baik kontraksi yang adekuat maupun kontraksi tidak adekuat. Hal ini menyebabkan berbagai keluhan yang dialami ibu seperti gelisah, letih, berkeringat, pernafasan cepat, tidak nyaman serta cemas (Sarwono, 2010).

Kontraksi miometrium terjadi pada saat persalinan membuat ibu merasa nyeri. Hal ini sering disebut dengan nyeri persalinan (King et al., 2019). Nyeri persalinan adalah persepsi yang di timbulkan ibu akibat adanya proses persalinan. Beberapa metode telah diterapkan untuk mengurangi nyeri persalinan namun tidak semua

mampu secara efektif mengurangi nyeri (GF GN Cunningham, KJ Leveno, LC Gilstrap, 2016). Ketika mengalami stres termasuk proses persalinan akan menyebabkan (rasa takut) dan mengeluarkan hormon stres yaitu katekolamin dan adrenalin. Hal ini membuat ibu lebih merasakan sakit saat persalinan. Upaya yang dapat dilakukan adalah dengan membuat ibu relaksasi atau terdistraksi dari rasa nyerinya (Kuswandi, 2014)

Nyeri pada persalinan merupakan persepsi subjektif yang diakibatkan dari proses persalinan. Proses persalinan ini melibatkan kontraksi uterus, pembukaan serviks dan perubahan tulang panggul dan syaraf lainnya.

Semakin lebar dilatasi serviks maka durasi kontraksi lebih lama maka rasa nyeri akan semakin meningkat pada kala I persalinan (Mander, 2013). Nyeri persalinan juga dipengaruhi oleh factor psikologi dan fisiologis ibu. Dengan menguatkan kedua factor maka proses persalinan dapat meningkatkan pengalaman yang lebih positif (WHO, 2018).

Banyak metode yang dilakukan untuk mengurangi nyeri pada persalinan, baik secara farmakologi maupun nonfarmakologi. Metode nonfarmakologi cenderung lebih mudah dan aman untuk diberikan kepada ibu bersalin. Metode tersebut antara lain seperti massage, penggunaan birth ball, terapi sentuhan, relaksasi, kompres hangat dan kompres dingin, penggunaan aromatherapy, pengaturan nafas, pengaturan posisi, terapi musik, hipnoterapi, akupuntur dan lain – lain (Henderson dan Jones, 2006).

Selama kala I persalinan normal, nyeri diakibatkan oleh kontraksi involunter otot uteri. Pada awal proses persalinan, kontraksi yang dirasakan ibu bersalin cenderung dirasakan di punggung bawah. Semakin maju persalinan, maka nyeri yang dirasakan berada pada daerah abdomen dan punggung. Kontraksi persalinan umumnya berlangsung sekitar 45-90 detik. Ketika persalinan mengalami keamajuan, intensitas kontraksi semakin meningkat sehingga nyeri yang dirasakan akan semakin kuat (Reeder, 2011).

Birth ball merupakan salah satu metode menggunakan bola karet yang berisi udara dimanfaatkan untuk mengurangi nyeri pada punggung pada saat hamil maupun bersalin. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Sahtria di RB Rahayu Unggaran tahun 2015 di dapatkan hasil p value $0,000 < 0,005$ ada penurunan nyeri persalinan

kala I fase aktif sebelum dilakukan pelvic rocking dengan birth ball dan setelah dilakukan pelvic rocking dengan birth ball pada ibu bersalin

Birth ball exercise 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. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan sudah dilakukan menunjukkan berdasarkan analisis didapatkan bahwa nilai p-value 0.001 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh penggunaan birthing ball terhadap penurunan skor nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif di Klinik Bersalin Bekasi (Indrayani T, 2019).

Saat ibu bersalin memfokuskan perhatiannya terhadap nyeri yang dirasakan, hal tersebut akan mempengaruhi persepsi nyeri, yang membuat nyeri yang dirasakan akan meningkat. Hal ini dapat diatasi dengan distraksi yaitu upaya mengalihkan nyeri seseorang kepada stimulus yang lain. Birth Ball merupakan salah satu metode pengurangan nyeri dengan teknik distraksi, yaitu mengalihkan perhatian ibu bersalin ke hal lain sehingga dapat menurunkan kewaspadaan terhadap nyeri dan bahkan meningkatkan ambang batas/toleransi terhadap nyeri.

Penelitian tentang metode-metode non farmakologi untuk mengurangi nyeri persalinan yang sudah pernah dilaksanakan sebelumnya yaitu studi literature yang dilakukan untuk mengetahui metode efektif dalam mengurangi nyeri persalinan, sehingga dapat digunakan sebagai metode alternatif penanganan nyeri pada ibu bersalin. Hasil penelitian ini diperoleh bahwa dalam upaya mengurangi nyeri persalinan ada berbagai metode yang dapat digunakan, antara lain terapi massage, musik, aromaterapi, kompres

hangat, latihan nafas (breath exercise), dan latihan birthball.

Berdasarkan penelitian Makvandi et al, (2015) di Iran didapatkan bahwa p value < 0.05 pada kelompok intervensi yang menggunakan birth ball. Hal tersebut menunjukkan bahwa secara statistik terdapat hubungan yang bermakna antara penggunaan birth ball dengan intensitas nyeri persalinan (Makvandiet al, 2015)

Tehnik birth ball dan aromatherapy sebagai salah satu metode non farmakologi diharapkan dapat membantu bidan dalam persiapan ibu dan keluarga menghadapi persalinan sehingga kebutuhan ibu selama persalinan untuk mendapatkan pengalaman yang menyenangkan dengan rasa nyeri yang minimal.

Penelitian yang dilakukan oleh Irawati, Haryono (2019) yang menunjukkan bahwa sesudah penggunaan birthing ball tingkat nyeri yang dirasakan mengalami perubahan sehingga ibu bersalin tidak lagi merasa nyeri yang sangat mengganggu, dimana responden hanya merasakan nyeri yang mengganggu bukan nyeri yang sangat mengganggu. Karena penggunaan birthing ball sebagian latihan atau terapi birth ball 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. penelitian yang dilakukan oleh Indrayani (2019) yang menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan pada skor nyeri sebelum dan sesudah penggunaan birthing ball. Penggunaan birthing ball selama proses persalinan mampu menurunkan skor nyeri pada persalinan.

Hasil penelitian Kurniawati et al., (2017) menunjukkan bahwa terdapat

perbedaan yang bermakna antara kelompok perlakuan latihan birth ball pada pengukuran pertama (setelah 30 menit) dengan tanpa latihan birth ball. Rata-rata tingkat nyeri pada kelompok latihan birth ball 4,5 dengan standar deviasi 1,0 dan rata-rata tingkat nyeri pada kelompok tanpa perlakuan latihan birth ball 5,4 dengan standar deviasi 1,1. Berdasarkan hasil tersebut diketahui bahwa rata-rata nyeri persalinan pada kelompok perlakuan latihan birth ball pada pengukuran pertama lebih rendah dibandingkan dengan kelompok kontrol dengan nilai p -value sebesar 0,01 dengan nilai beda mean sebesar -0,9 hal ini berarti secara statistik terdapat perbedaan skala nyeri persalinan pada ibu bersalin yang dilakukan latihan birth ball dengan rata-rata sebesar 0,9 lebih rendah dibandingkan dengan ibu bersalin yang tidak dilakukan latihan birth ball. Pengukuran ke-2 (setelah 60 menit) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara kelompok perlakuan latihan birth ball dengan tanpa latihan birth ball. Rata-rata tingkat nyeri pada kelompok latihan birth ball 4,9 dengan standar deviasi 1,0 dan rata-rata tingkat nyeri pada kelompok tanpa perlakuan latihan birth ball 6,3 dengan standar deviasi 1,3

Metode birth ball untuk menurunkan nyeri persalinan pada Kala I ditemukan pada beberapa penelitian yang dilakukan pada tahun 2019. Penelitian yang dilakukan oleh Hiyana pada tahun 2019 menggunakan teknik pelvic rocking dengan birthing ball untuk melihat pengaruhnya pada lama persalinan kala I fase aktif. Pre experiment dengan rancangan statistik group comparison. Penelitian dilakukan di 2 BPM dengan sampel 15 ibu bersalin dengan teknik konvensional dan 15 dengan pelvic rocking dengan penilaian menggunakan partograf. Data di analisis bivariat menggunakan uji Mann-

whitney tes. Hasil penelitian teknik konvensional 5 (33,3%) orang mengalami persalinan lambat, 6 orang (40%) normal, 4 orang (26,7%) cepat. Persalinan dengan pelvic rocking dengan birthing ball 1 (6,6%) orang mengalami persalinan lambat, 4 orang (26,7%) normal, 10 orang (66,7%) cepat. Hasil p-value sebesar 0,006, sehingga ada pengaruh pelvic rocking dengan birthing ball terhadap lama persalinan kala I fase aktif. Rekomendasi dari penelitian ini adalah tenaga kesehatan yang memberikan pertolongan persalinan dapat menggunakan teknik pelvic rocking dengan birthing ball sebagai alternatif dalam mempercepat persalinan kala I fase aktif. Teknik pelvic rocking dengan birthing ball bersifat praktis dan efektif dalam mempercepat proses persalinan kala I, sehingga dapat disosialisasikan kepada ibu hamil (Hiyana, Masini, 2019).

Penelitian 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*, 3(2), 456-465. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai rata-rata intensitas nyeri persalinan kala I fase laten sebelum diberikan birth ball exercise adalah pada skala nyeri sedang sampai skala nyeri berat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi perubahan nilai rata-rata skala nyeri mengalami penurunan setelah diberikan birth ball exercise. Dengan demikian terdapat pengaruh yang signifikan birth ball exercise terhadap intensitas nyeri persalinan sebelum dan setelah diberikan intervensi

Berdasarkan uraian tersebut penulis tertarik melakukan asuhan kebidanan Penerapan Penerapan

Metode Birth Ball Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan

TUJUAN PENELITIAN

Memberikan asuhan kebidanan pada Ibu bersalin secara komprehensif dan berkesinambungan, dengan manajemen asuhan kebidanan sesuai dengan standar pelayanan kebidanan. Asuhan kebidanan yang di terapkan adalah Penerapan Penerapan Metode Birt Ball Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penyusunan laporan praktik adalah penelitian deskriptif dengan metode studi kasus. Penelitian deskriptif yaitu suatu penelitian yang dilakukan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan suatu fenomena yang ada di masyarakat (Notoatmodjo, 2010).

Penelitian dilakukan di Puskesmas Tanjung Balai Karimun pada Februari 2023. Subjek yang digunakan dalam studi kasus dengan manajemen asuhan kebidanan ini adalah Ny X

Metode pengumpulan data yaitu observasi partisipatif, wawancara, pengukuran, dokumentasi. Instrumen penelitian ada tiga macam yaitu Format asuhan kebidanan. Alat dan bahan untuk observasi dan pemeriksaan fisik: timbangan, pengukur tinggi badan, pengukur LILA, thermometer, tensimeter, dll. Alat dan bahan untuk melakukan dokumentasi : Foto dokumentasi, status pasien.

HASIL PENELITIAN**Asuhan Kebidanan pada Ny X di Puskesmas Tanjung Balai Karimun, tanggal 20 Februari 2023**

Data Subjektif : Ny X, usia 27 Tahun, G1P0A0 mengatakan merasakan nyeri.

Data objektif : Kesadaran umum baik dan komposmentis. TD : 120/80 mmHg, Nadi : 80 x/menit, Pernapasan 23 x/menit, Suhu 36,7 c, BB 60 TT 157 cm, pemeriksaan penunjang Hb 9,0. Pembukaan 5 cm

Diagnosa Nn X, umur 27 Tahun, kehamilan 39 minggu, janin tunggal hidup intrauterine, presentasi kepala, ku ibu dan janin baik, dengan masalah nyeri punggung

Penatalaksanaan awal yang di berikan dengan :

Memberitahu hasil pemeriksaan Observasi nyeri persalinan ibu Memberitahu ibu tentang manfaat Birt Ball Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan. a) Birthing Ball atau dikenal dengan bola persalinan telah digunakan selama bertahun-tahun oleh terapis fisik dalam berbagai cara untuk mengobati gangguan tulang dan saraf, serta untuk latihan. Sedangkan untuk kehamilan dan proses persalinan, bola ini akan merangsang reflex postural. Duduk diatas Birthing Ball akan membuat ibu merasa lebih nyaman. b) Duduk diatas bola sambil mendorong seperti melakukan ayunan atau membuat gerakan memutar panggul, dapat membantu proses penurunan janin. Bola memberikan dukungan pada perineum tanpa banyak tekanan dan membantu menjaga janin sejajar di panggul. Posisi duduk diatas bola, diasumsikan mirip dengan berjongkok membuka panggul, sehingga membantu mempercepat proses persalinan. c) Gerakan lembut yang dilakukan diatas bola sangat

mengurangi rasa sakit saat kontraksi. Dengan bola ditempatkan di tempat tidur, ibu bisa berdiri dan bersandar dengan nyaman diatas bola, mendorong dan mengayunkan panggul untuk mobilisasi. Ibu juga dapat berlutut dan membungkuk dengan berat badan tertumpu diatas bola, bergerak mendorong panggul yang dapat membantu bayi berubah ke posisi yang benar (belakang kepala), sehingga memungkinkan kemajuan proses persalinan menjadi lebih cepat Goyang panggul menggunakan birth ball dapat memperkuat otot-otot perut dan punggung bawah. e) Mengurangi tekanan pada pembuluh darah di daerah sekitar rahim, dan tekanan di kandung kemih. f) Terapi birth ball ini akan membuat Ligamentum atau otot disekitar panggul lebih relaks, meningkatkan proses pencernaan dan mengurangi keluhan nyeri di daerah pinggang, inguinal, vagina dan sekitarnya. g) Membantu kontraksi rahim lebih efektif dalam membawa bayi melalui panggul jika posisi ibu bersalin tegak dan bisa bersandar ke depan. h) Tekanan dari kepala bayi pada leher rahim tetap konstan ketika ibu bersalin diposisi tegak, sehingga dilatasi (pembukaan) serviks dapat terjadi lebih cepat. i) Bidang luas panggul lebih lebar sehingga memudahkan kepala bayi turun ke dasar panggul. (Aprilia, 2011)

Memberikan therapy non farmakologis. Memberitahu jika ada keluhan. Memantau perkembangan. Mendokumentasikan asuhan

Evaluasi dari asuhan yang diberikan yang berkaitan dengan Birth Ball Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan terdapat pengurangan rasa nyeri yang ibu rasakan.

PEMBAHASAN

Nyeri persalinan adalah reaksi alami. Rasa sakit yang akan dirasakan sama seperti proses melahirkan. Beberapa ibu khawatir bahwa mereka tidak akan mampu melewati persalinan karena rasa sakit membuat mereka frustrasi dan putus asa (Dirgahayu & Rustikayanti, 2022). Menurut sebuah penelitian, yang melibatkan 2.700 ibu bersalin dari 212 rumah sakit kebidanan di 36 negara, persalinan hanya berlangsung 15% tanpa rasa sakit, 30% dengan nyeri sedang, 35% dengan nyeri parah, dan 20% kali dengan rasa sakit yang parah (Delgado et al., 2019)

Manajemen nyeri secara farmakologi lebih efektif dibandingkan dengan metode nonfarmakologi namun metode farmakologi lebih mahal dan berpotensi menimbulkan efek yang kurang baik dan tidak semua fasilitas kesehatan menyediakan layanan tersebut. Sehingga banyak terapi nonfarmakologi yang muncul untuk mengurangi nyeri pada persalinan dimana setiap lapisan masyarakat dapat melakukannya serta pelayanan kesehatan dapat memfasilitasi, bersifat murah, simpel, efektif dan tanpa efek yang merugikan. Salah satu metode non farmakologi yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri persalinan adalah terapi birth ball (Grenvik et al., 2021).

Latihan atau terapi menggunakan birthball dapat mendorong dengan kuat tenaga ibu yang diperlukan saat melahirkan, posisi tubuh yang tegak akan menyokong proses kelahiran serta membantu posisi janin berada di posisi optimal sehingga memudahkan melahirkan dengan normal. Selain itu, ibu bersalin menjadi lebih rileks sehingga aliran oksigen pun lancar dimana ketersediaan oksigen ini akan mempengaruhi aktifitas kontraksi uterus, semakin banyak oksigen yang

ditransfer ke otot rahim maka kontraksi uterus semakin adekuat sehingga persalinan menjadi lebih singkat (Simpkin, dkk, 2007)

Posisi berdiri akan mendorong proses kelahiran dan membantu janin berada pada posisi yang ideal, sehingga memudahkan untuk melahirkan secara normal. Selain itu, birthball sangat efektif untuk mendorong dengan kuat energi yang dibutuhkan ibu saat melahirkan (Shanti & Utami, 2021). Ibu duduk nyaman mungkin saat menerima terapi persalinan, dan bentuk bola yang bisa menyesuaikan dengan bentuk tubuh ibu membantu ibu rileks. Selain itu, ligamen dan otot, terutama di daerah panggul, menjadi longgar dan mengurangi tekanan pada sendi sakroiliaka, pembuluh darah di sekitar rahim, dan rahim itu sendiri. Tekanan pada perineum dapat dihilangkan dengan kandung kemih, punggung, pinggang, dan tulang ekor (Sari, 2020; Subagio, 2022)

Birthball merupakan, alat sederhana dan berguna dalam praktik bersalin, diperkenalkan bertahun-tahun yang lalu, namun bukti tentang efeknya pada hasil persalinan jarang. Latihan birthball dapat meningkatkan efikasi diri selama persalinan. Keterampilan koping dapat membantu mengatasi rasa sakit. Selain itu, birth ball dapat memfasilitasi mobilisasi sendi sakroiliaka dan lumbosakral, serta tonus otot oblik dan transversal sehingga dapat membantu ibu hamil untuk mengatur persalinannya dengan postur yang baik (Hau et al., 2012; Shirazi et al., 2019; Taavoni et al., 2011).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Renaningtyas, D, dkk (2013) berjudul hubungan pelaksanaan pelvic rocking dengan birthing ball terhadap lamanya kala I pada ibu bersalin di Griya hamil sehat Mejasem 2013 yang mendapatkan hasil dari 30 persalinan

yang berlangsung, 27 diantaranya ibu bersalin melakukan teknik Pelvic Rocking dengan Birthing Ball dan 3 responden tidak melakukan Pelvic Rocking dengan Birthing Ball. Pada ibu bersalin yang melakukan Pelvic Rocking dengan Birthing Ball waktu persalinan masuk dalam kategori normal, sedangkan pada 3 responden yang tidak melakukan Pelvic Rocking dengan Birthing Ball masuk dalam kategori persalinan lama

Pelaksanaan terapi birth ball pada ibu primigravida saat inpartu yang paling diminati adalah melakukan dengan duduk diatas bola, Duduk diatas bola paling digemari karena membuat responden nyaman dan dalam menggoyangkan panggul ibu menjadi lebih mudah. Dengan duduk ibu tidak mudah merasa lelah, namun efek dari duduk seperti ibu berdiri, gaya grafitasi tetap dapat membantu penurunan kepala bayi tapi ibu tak merasa lelah karna membawa beban perut. Sehingga posisi ini mampu membuat ibu bertahan lebih lama daripada posisi yang lainnya. Namun posisi lainnya pun tetap dipilih responden meskipun sedikit seperti pada posisi berdiri dan bersandar diatas bola, posisi berlutut dilantai, dan melakukan dengan jongkok dilantai. Semua responden yang melakukan terapi birth ball dengan lancar walalupun cara yang berbeda mengalami lama kala I normal

Teknik Dan Cara Melakukan Birth Ball : a. Duduk diatas bola 1. Duduklah diatas bola seperti duduk diatas kursi dengan kaki sedikit membuka agar keseimbangan badan diatas bola terjaga 2. Dengan tangan dipinggang atau di lutut, gerakkan pinggul ke samping kanan dan ke samping kiri mengikuti aliran gelinding bola. Lakukan secara berulang minimal 2x8 hitungan 3. Tetap dengan tangan di pinggang, lakukan gerakan pinggul ke

depan dan ke belakang mengikuti aliran menggelinding bola. Lakukan secara berulang minimal 2x8 hitungan 4. Dengan tetap duduk diatas bola, lakukan gerakan memutar pinggul searah jarum jam dan sebaliknya seperti membentuk lingkaran 5. Kemudian lakukan gerakan pinggul seperti spiral maju dan mundur. b. Berdiri bersandar di atas bola 1. Letakkan bola di atas kursi 2. Berdiri dengan kaki sedikit dibuka dan bersandar ke depan pada bola seperti merangkul bola 3. Lakukan gerakan ini selama 5 menit. c. Berlutut dan bersandar di atas bola 1. Letakkan bola di lantai 2. Dengan menggunakan bantal/ pengalas yang empuk lakukan posisi berlutut 3. Kemudian posisikan badan bersandar kedepan diatas bola seperti merangkul bola 4. Dengan tetap pada posisi merangkul bola, gerakkan badan ke samping kanan dan kiri mengikuti aliran menggelinding bola 5. Dengan tetap merangkul bola, minta pendamping untuk memijat atau melakukan tekanan halus pada punggung bawah. Lakukan tindakan ini selama 5 menit d. Jongkok bersandar pada bola 1. Letakkan bola menempel pada tembok atau papan sandaran 2. Ibu duduk di lantai dengan posisi jongkok dan membelakangi atau menyandar pada bola 3. Sisipkan latihan tarikan nafas pada posisi ini 4. Lakukan selama 5-10 menit

Latihan birth ball efektif dapat mengurangi intensitas nyeri ligamen dan durasi nyeri. Latihan ini meningkatkan kenyamanan pasien dan memfasilitasi perawatan diri dalam menghilangkan rasa sakit selama persalinan. Gerakan panggul, bentuk bergoyang ke depan dan belakang, memungkinkan panggul wanita bergerak menyerusakan posisinya sehingga dapat membuat persalinan lebih nyaman (Zaky, 2016).

Penelitian yang dilakukan oleh Na'im pada tahun 2019 melakukan penelitian untuk meningkatkan efikasi diri pada ibu hamil. Setelah melakukan penerapan latihan birth ball sebanyak 3 kali terjadi peningkatan percaya diri pada kelima partisipan dengan kategori percaya diri. Selain itu lama kala I semua partisipan berlangsung cepat yaitu kurang dari 12 jam. Lama kala II semua partisipan kurang dari 50 menit. Hasil penelitian menyimpulkan bahwa penerapan latihan birth ball efektif meningkatkan efikasi diri dan mempercepat persalinan normal pada ibu primipara (Na'im, Mutoharoh, 2019)

KESIMPULAN

Pada tahap akhir dari pembuatan laporan praktik Stase Persalinan dengan Penerapan Metode Birt Ball Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan di Puskesmas Tanjung Balai Karimun Tahun 2023, maka penulis dapat mengambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Data SOAP pada Asuhan kebidanan terkait Asuhan Kebidanan pada Ibu bersalin dengan melakukan Penerapan Metode Birt Ball Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan.
2. Setelah dilakukan pengkajian sampai evaluasi kasus tidak terdapat kesenjangan antara teori dan praktik di lapangan.

SARAN

1. Bagi penulis Diharapkan dapat menambah wawasan dan pengalaman untuk melakukan asuhan kebidanan dengan menerapkan asuhan yang diberikan
2. Bagi responden Diharapkan mendapatkan asuhan kebidanan sesuai dengan kebutuhan dan

menambah pengetahuan mengenai pelayanan yang telah diterima

3. Bagi Institusi pendidikan Diharapkan dapat menjadi sumber referensi di perpustakaan
4. Bagi tenaga kesehatan Diharapkan dapat membantu meningkatkan kualitas pelayanan yang berkualitas

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, A. S., Aulya, Y., & Widowati, R. (2021). Pengaruh Terapi Birth Ball terhadap Tingkat Kecemasan dan Penurunan Intensitas Nyeri pada Ibu Bersalin Primipara Kala I Fase Aktif. *Jurnal Penelitian Dan Kajian Ilmiah Kesehatan Politeknik Medica Farma Husada Mataram*, 7(2), 116–123. <https://www.lppm.poltekmfh.ac.id/index.php/JPKIK/article/view/260>
- APN, 2008. *Asuhan Persalinan Normal*. Penerbit JNPK - KR, Jakarta
- Aprilia, Y. dan Ritchmond, B. (2011). *Gentle Birth : Melahirkan Nyaman Tanpa Rasa Sakit*. Jakarta : PT Gramedia Widiasarana Indonesia
- Asrinah, Shinta Siswoyo Putri, dkk. 2010. *Konsep kebidanan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Darma, I. Y., & Abdillah, N. (2020). Penerapan Teknik Active Birth Menggunakan Birth Ball Terhadap Kemajuan Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin. *JIK JURNAL ILMU KESEHATAN*, 4(2), 160-164.
- Delgado, A., Maia, T., Melo, R. S., & Lemos, A. (2019). Birth Ball Use for Women in Labor: A Systematic Review and Meta-

- Analysis. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 35, 92–101.
<https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2019.01.015>
- Ferinawati, F., & Zahara, R. (2022). Pengaruh Penggunaan Birthing Ball terhadap Penurunan Tingkat Nyeri pada Ibu Bersalin di BPM Yulia Fonna, A. Md. Keb, SKM Desa Lipah Rayeuk Kecamatan Jeumpa Kabupaten Bireuen. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 7(2), 651–660.
<https://doi.org/10.33143/jhtm.v7i2.1578>
- Grenvik, J. M., Rosenthal, E., Wey, S., Saccone, G., De Vivo, V., De Prisco LCP, A., Delgado Garcia, B. E., & Berghella, V. (2021). Birthing Ball for Reducing Labor Pain: A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials. *The Journal of Maternal-Fetal & Neonatal Medicine*, 1–10.
<https://doi.org/10.1080/14767058.2021.1875439>
- Indrayani, T., & Riyanti, S. M. (2019). Pengaruh Penggunaan Birthing Ball terhadap Penurunan Skor Nyeri pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif di Klinik Bersalin Bekasi Tahun 2018. *Jurnal Akademi Keperawatan Husada Karya Jaya*, 5(1), 3–8.
<https://ejurnal.husadakaryajaya.ac.id/index.php/JAKHKJ/article/view/102>
- Irawati, A., Susianti, S., & Haryono, I. (2019). Mengurangi Nyeri Persalinan dengan Teknik Birthing Ball. *Jurnal Bidan Cerdas*, 2(1), 15–22.
<https://doi.org/10.33860/jbc.v2i1.78>
- Kurniawati, A., Dasuki, D., & Kartini, F. (2017). Efektivitas Latihan Birth Ball terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif pada Primigravida. *Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia*, 5(1), 1–10.
[https://doi.org/10.21927/jnki.2017.5\(1\).1-10](https://doi.org/10.21927/jnki.2017.5(1).1-10)
- Makvandi, S., Mirzaiinajmabadi, K., Tehranian, N., Mirteimouri, M., & Sadeghi, R. (2019). The Impact of Birth Ball Exercises on Mode of Delivery and Length of Labor: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Journal of Midwifery and Reproductive Health*, 7(3), 1718–1727.
<https://doi.org/10.22038/jmrh.2019.33781.1367>
- Nurhidayati, S., Hidayati, E., & Saleha, S. (2022). Pengaruh Massage Effleurage dan Birthing Ball terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I di PMB Muaddah Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen. *Journal of Midwifery*, 10(1), 91–100. <https://doi.org/10.12345/jikp.v9i02.191>
- Renaningtyas, D., dkk. (2013). Hubungan Pelaksanaan Pelvic Rocking dengan Birthing Ball terhadap Lamanya Kala I pada Ibu Bersalin di Griya Hamil Sehat Majasem Tahun 2013.
- Sari, N. M. (2020). Pengaruh Terapi Birth Ball pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif terhadap Penurunan Nyeri di Praktik Mandiri Bidan (PMB) Hartati Kecamatan Sawang Kabupaten Aceh Utara. *Jurnal Penelitian Kebidanan & Kespro*, 3(1), 69–75.
<https://doi.org/10.36656/jpk2r.v3i1.406>
- Sheishaa, D. M. R., El-Mashad, H. A. M., & Khedr, N. F. H. (2019). Effect of Birthing Ball Exercises during Pregnancy on the First Stage Progress of Labor.

International Journal of Nursing,
6(2), 47–67.
<https://doi.org/10.15640/ijn.v6n2.a6>

10(1), 65–70.
<https://doi.org/10.37676/jm.v10i1.2321>

Subagio, S. U. (2022). Efektivitas Birth Ball untuk Mengurangi Nyeri Persalinan pada Ibu Bersalin Ny. Y Kala I Fase Aktif di Klinik Mahabbah Prima Medika Kota Serang. *Journal of Midwifery*,