
**KEMAJUAN PERSALINAN DENGAN MENGGUNAKAN *BIRTH BALL* PADA
IBU BERSALIN PRIMIGRAVIDA DI PMB RENNY INDAH SARI**

Iga Retia Mufti ⁽¹⁾

⁽¹⁾Program Studi Sarjana Kebidanan/Fakultas Kebidanan, Institut Kesehatan Rajawali ,
Griya Cihanjuang A4 Bandung
*email: Igaretia@gmail.com

ABSTRAK

Salah satu komplikasi persalinan yang dapat meningkatkan angka kematian ibu dan bayi adalah persalinan yang berlangsung lama. Hasil survei di PMB Renny Indah Sari pada bulan September 2021 ada sebanyak 18 ibu bersalin, bulan Oktober 2021 sebanyak 23 ibu bersalin, pada bulan November 2021 sebanyak 20 ibu bersalin dan pada bulan Desember 2021 sebanyak 22 ibu bersalin, berdasarkan dari bulan September - Desember 2021 sebanyak 83 ibu yang bersalin di Praktik mandiri bidan Renny Indah Sari, Amd.keb dengan kasus partus lama sebanyak 29 ibu selama tahun 2021 sehingga dilakukan rujukan untuk penanganan persalinan secara *sectio caesarea*.menunjukkan bahwa persalinan yang berkepanjangan dapat mengakibatkan keadaan darurat pada ibu dan bayi. Birth ball adalah sebuah bola terapi fisik yang membantu ibu yang sedang melahirkan pada tahap pertama persalinan. Penelitian ini bertujuan untuk menentukan efek penggunaan birth ball terhadap progresi persalinan pada ibu primigravida di PMB tahun 2023. Penelitian ini dilakukan pada bulan Mei 2024 menggunakan metode Quasi Eksperimen. Data dikumpulkan dengan total sampling, dengan jumlah sampel sebanyak 30 ibu yang sedang melahirkan. Desain penelitian menggunakan perbandingan kelompok statis di mana kelompok intervensi menerima perlakuan (X) dan kemudian diukur dengan observasi kedua (O2) yang di cantumkan ke dalam lembar partigraf. Analisis bivariat diuji dengan uji Independent Samples test untuk melihat hasil uji statistik yang dapat disimpulkan tentang adanya pengaruh bimbingan birthball terhadap kemajuan persalinan tersebut adalah bermakna atau tidak bermakna. Hasil observasi kemudian dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak menerima intervensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa progresi persalinan rata-rata pada kelompok intervensi adalah 292,33 menit, sedangkan pada kelompok kontrol rata-rata progresi persalinan adalah 419 menit. Sebagaimana dibuktikan oleh nilai p uji-t sebesar $0,000 < \alpha (0,5)$. Penelitian ini menyimpulkan bahwa penggunaan birth ball memiliki pengaruh yang signifikan terhadap progresi persalinan pada ibu primigravida pada tahap pertama persalinan, Diharapkan metode *Birth ball* dapat dijadikan sebagai salah satu rekomendasi dalam asuhan persalinan sebagai upaya non farmakologis untuk mencegah terjadinya persalinan lama pada kala I fase aktif

Kata Kunci : Kala 1, *Birth ball*, persalinan

ABSTRACT

One of the complications of childbirth that contributes to maternal and infant mortality is prolonged labor. The survey results found that prolonged labor can cause emergencies is mothers and babies. Birth ball is a physical therapy ball that helps mothers in labor during the first stage of labor. To find out the effect of birth balls on the progress of labor in primigravida mothers at PMB in 2023. The research method used is Quasi Experiment. Data collection used total sampling with a sample of 30 mothers giving birth. By using a static group comparison research design or static group comparison where this design applies treatment or intervention (X) followed by a second measurement or observation. The results of the observations in the control group, which did not receive the intervention. The results of this study showed that the average progress of labor in the intervention group was 292.33 minutes, and in the control group the average progress of labor was 419 minutes. as evidenced by the t-test $p\text{-value } 0,000 < 0,5$. The conclusion of this study is that there is an effect of the birth ball on the progress of labor in primigravida mothers in the first active phase. It is hoped that the Birth ball method can be used as a recommendation in childbirth care as a non-pharmacological effort to prevent prolonged labor during the first stage of the active phase.

Keywords: *Birth ball, childbirth.*

PENDAHULUAN

Menurut WHO (*World Health Organization*), persalinan normal adalah persalinan yang dimulai secara spontan dengan risiko rendah pada awal persalinan dan tetap demikian selama proses persalinan, dan bayi lahir secara spontan dengan presentasi kepala pada usia kehamilan antara 37 hingga 42 minggu lengkap. Setelah persalinan, ibu dan bayi dalam keadaan baik. Persalinan adalah proses alami pengeluaran hasil konsepsi (bayi dan plasenta) yang dimulai dengan kontraksi uterus yang cukup, pembukaan dan penipisan serviks (Widiastini, 2015). Angka Kematian Ibu (AKI) merupakan tolak ukur status kesehatan di suatu negara yang dari waktu ke waktu dapat memberikan gambaran perkembangan derajat kesehatan masyarakat dan sebagai indikator dalam penilaian keberhasilan pelayanan kesehatan serta program pembangunan kesehatan lainnya. Kematian ibu menurut *World Health Organization* (WHO) yang dikutip dari

Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI adalah kematian selama kehamilan atau dalam periode 42 hari setelah berakhirnya kehamilan, akibat semua sebab yang terkait dengan atau diperberat oleh kehamilan atau penanganannya, tetapi bukan disebabkan oleh kecelakaan/cedera. Nyeri persalinan adalah kondisi fisiologis yang umumnya dialami oleh hampir semua ibu yang melahirkan (Supliyani, 2017).

Berbagai upaya fisiologis telah dilakukan untuk menghindari persalinan yang berkepanjangan, seperti senam hamil, teknik pernapasan dalam, rebozo, dan terapi aromaterapi. Selain menggunakan partograf, salah satu upaya lain untuk mencegah persalinan yang berkepanjangan adalah dengan menggunakan birth ball, yang mendukung persalinan berjalan sesuai dengan proses fisiologis (Nouyriana, 2017).

Birth ball adalah salah satu metode yang sangat membantu merespons rasa sakit secara aktif dan

mengurangi durasi persalinan pada tahap pertama. Dengan posisi "pelvic rocking" menggunakan birth ball, rongga panggul dapat diperbesar dengan menggoyang panggul di atas bola dan secara perlahan mengayunkan pinggul ke depan, ke belakang, ke samping kanan, ke samping kiri, dan gerakan melingkar. Duduk dengan tegak di atas birth ball dapat membantu bayi bergerak turun ke dalam panggul lebih cepat karena gravitasi bumi membantu, dan juga merangsang pelepasan endorfin karena elastisitas dan bentuk bulat birth ball merangsang reseptor di panggul yang bertanggung jawab atas pelepasan endorfin (Hidajatunnikma, 2020).

Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat tahun 2015 tercatat bahwa partus lama sebesar (1,3%) merupakan penyebab kematian ibu dan lainnya yaitu perdarahan (27,1%), hipertensi (26,3%), infeksi (4,8%), dan penyebab lainnya (40,4%). Dari data tersebut diketahui bahwa tingginya AKI juga disebabkan oleh persalinan lama. Data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2012 menyatakan bahwa penyebab terbesar kematian bayi baru lahir adalah asfiksia yaitu sebesar 37% , dan diikuti oleh prematur sebesar 34% serta sepsis sebesar 12% (Muthia, 2017).

Berdasarkan hasil survey yang dilakukan di Praktik mandiri bidan Renny Indah Sari, Amd.keb, pada bulan September 2021 ada sebanyak 18 ibu bersalin, bulan Oktober 2021 sebanyak 23 ibu bersalin, pada bulan November 2021 sebanyak 20 ibu bersalin dan pada bulan Desember 2021 sebanyak 22 ibu bersalin, berdasarkan dari bulan September - Desember 2021 sebanyak 83 ibu yang bersalin di Praktik mandiri bidan Renny Indah Sari, Amd.keb dengan kasus partus lama sebanyak 29 ibu selama tahun 2021 sehingga

dilakukan rujukan untuk penanganan persalinan secara *sectio caesarea*.

Birth Ball adalah terapi fisik atau latihan sederhana menggunakan bola, dimana latihan tersebut diterapkan untuk ibu hamil, ibu melahirkan dan ibu pasca melahirkan. Indikasi penggunaan birth ball adalah untuk meredakan nyeri pada ibu inpartu, untuk pembukaan yang lama dan untuk menurunkan kepala bayi yang lama (Kustari O, 2012).

Birth ball 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 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 di panggul yang bertanggung jawab untuk mensekresi endorfin (Kurniawati, 2017).

Birth ball adalah bola terapi fisik yang membantu ibu yang sedang melahirkan pada tahap pertama persalinan, dan dapat digunakan dalam berbagai posisi. Salah satu gerakan yang digunakan adalah dengan duduk di atas bola dan berayun-ayun untuk merasa lebih nyaman dan membantu proses persalinan dengan memanfaatkan gravitasi, sambil meningkatkan pelepasan endorfin. Lamanya proses persalinan dapat memengaruhi tingkat kelelahan dan fisik ibu yang melahirkan. Kelelahan saat melahirkan dapat dicegah dengan mempercepat proses persalinan. Salah satu upaya untuk mempercepat proses persalinan adalah dengan menggunakan birth ball. Ketika seorang ibu sedang melahirkan dengan menggunakan birth ball, posisi tubuhnya memungkinkan gravitasi membantu pembukaan serviks. Birth ball dapat membantu mempercepat tahap pertama

persalinan, di mana ibu yang melahirkan duduk di atas bola dan bergerak mengayunkan pinggul (Rosieana, 2019).

Penelitian oleh Masbait menunjukkan bahwa kelompok kontrol yang menerima panduan birth ball dengan teknik "pelvic rocking" mengalami pembukaan serviks yang lebih cepat sebesar 60% selama tahap pertama persalinan hingga pembukaan lengkap (Masbait, 2022). Penelitian oleh Sriwenda membuktikan bahwa durasi tahap pertama persalinan menjadi 30% lebih pendek, dan hambatan pada tahap kedua persalinan juga menurun secara signifikan pada kelompok yang melakukan latihan dengan menggunakan birth ball (Sriwenda, 2016). Penelitian di Taiwan menunjukkan hasil bahwa kelompok wanita yang melakukan latihan birth ball mengalami tahap pertama persalinan yang lebih singkat, penggunaan analgesik yang lebih rendah, dan tingkat operasi caesar yang lebih rendah (Kurniawati, 2017).

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh *birth ball* terhadap kemajuan dalam persalinan pada ibu bersalin primigravida di PMB tahun 2023.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode Quasi Eksperimen. Penelitian eksperimen quasi adalah salah satu rancangan penelitian yang digunakan untuk mencari hubungan sebab-akibat (Sastroasmoro, 2008). Eksperimen ini belum memiliki semua ciri-ciri rancangan eksperimen sejati, karena variabel yang seharusnya dikendalikan atau dimanipulasi tidak dapat atau sulit untuk diubah (Notoatmodjo, 2018)

Desain penelitian ini adalah perbandingan kelompok statis, di mana kelompok intervensi menerima perlakuan (X) dan kemudian diukur

dengan observasi kedua (O2). Hasil observasi kemudian dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak menerima intervensi.

Sampel dalam penelitian ini dipilih menggunakan teknik total sampling, dengan jumlah sampel sebanyak 30 ibu yang sedang melahirkan. Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah: Ibu bersalin primigravida yang bersedia menjadi responden, Ibu bersalin primigravida yang akan melahirkan secara normal di praktik mandiri Bidan Renny Indah Sari, Ibu bersalin primigravida dengan letak janin belakang kepala, Ibu bersalin primigravida yang ketubannya utuh, Ibu bersalin fase akselerasi (pembukaan 4), His teratur minimal 3x10'30", Tidak ada riwayat komplikasi selama masa prenatal maupun Penyakit penyerta pada masa kehamilan, Tidak ada komplikasi selama proses persalinan berlangsung. Kriteria eksklusi merupakan sebagian subjek atau ciri-ciri anggota populasi yang memenuhi kriteria inklusi sehingga tidak dapat dijadikan sampel (Notoatmodjo, 2018). Kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah: Ibu bersalin yang tidak kooperatif, DJJ tidak normal, Terdapat penyulit persalinan.

Jenis data yang digunakan pada penelitian ini adalah data primer yang diperoleh langsung dari pasien serta data sekunder yang diperoleh dari PMB Renny Indah sari Pengumpulan data dilakukan dengan cara memantau kemajuan persalinan ibu inpartu kala 1 fase aktif yang telah diberikan *birth ball* selama 60 menit. Pelaksanaan birth ball diobservasi sedangkan perkembangan kemajuan persalinan diobservasi dengan menggunakan lembar partograf & lembar observasi yang dimulai dengan pembukaan ≥ 4 cm.

Prosedur yang dilakukan untuk pengumpulan data pada penelitian ini yaitu: Peneliti menentukan tempat

penelitian dan menemui responden untuk menjelaskan tujuan dan manfaat kegiatan yang dilakukan, Reponden yang setuju dan sesuai dengan criteria akan menjadi objek penelitian dan menandatangani lembar informed consent, Peneliti melakukan pemeriksaan terlebih dahulu sebagai syarat yang harus dipenuhi oleh responden sebelum dilakukan birthball, yaitu : kondisi ibu dan janin dalam keadaan baik dengan denyut nadi ibu maksimal 98x/menit dan djj 120-160x/menit, Peneliti melakukan pemeriksaan dalam pada Ibu bersalin primigravida. Bila pasien tersebut sudah masuk fase akselerasi (pembukaan 4 cm) His teratur dan adekuat maka akan dilakukan intervensi *birthball*, Responden melakukan intervensi dengan menerapkan bimbingan *birthball* selama 60 menit., Peneliti melakukan observasi kemajuan persalinan yang dipantau dengan menggunakan lembar partograf.

Analisis univariat pada penelitian ini memuat table distribusi frekuensi dan presentase variable serta nilai rata-rata atau mean.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis univariat

Tabel 1. Kemajuan Persalinan Pada Kelompok Yang Diberikan *Birth ball* pada Ibu Bersalin Primigravida Kala 1 Fase Aktif

Kelompok	N	Min	Max	SD	Mean
Diberi Birthball	15	204	380	58,427	292,33

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 15 ibu primigravida yang berada di tahap pertama persalinan dan menerima panduan birth ball, progresi persalinan rata-rata adalah 292,33 menit. Progresi persalinan tercepat adalah 204 menit, dan yang terlama adalah 380 menit. Hasil Penelitian ini sejalan

dengan penelitian yang dilakukan oleh Erni Hernawati (2021) yang memperoleh hasil bahwa dari 25 ibu bersalin pada kelompok yang diberikan bimbingan *birthball* rata-rata kemajuan persalinannya yaitu 265,20 menit, dengan nilai minimum 320 menit dan nilai maximum yaitu 360 menit. Kemajuan persalinan kala I adalah kemajuan yang cukup baik ditandai dengan kontraksi teratur yang progresif dengan peningkatan frekuensi dan durasi, Selama fase aktif dalam persalinan, kecepatan pembukaan serviks paling sedikit 1 cm per jam (dilatasi serviks berlangsung atau ada di sebelah kiri garis waspada) dan Serviks tampak dipenuhi oleh bagian bawah janin.

Hasil ini menunjukkan bahwa progresi persalinan berbeda-beda setiap ibu, dan semakin ibu merasa relaks dan aktif, waktu yang diperlukan untuk mencapai pembukaan lengkap akan lebih pendek. Posisi berubah selama proses persalinan dapat sangat membantu. Ibu dapat mengganti posisi setiap setengah hingga dua jam sekali, yang dapat membantu proses persalinan. Menggunakan birth ball atau berjongkok dengan bantuan bola bisa membantu bayi bergerak ke posisi yang benar (yaitu kepala di bawah), yang dapat mempercepat progresi persalinan (Aprillia, 2014).

Menurut pendapat peneliti banyak faktor yang mempengaruhi kemajuan persalinan. Hal tersebut sejalan dengan hasil olah data yang dilakukan bahwa hampir seluruhnya responden berusia 20 - 35 tahun yaitu sebanyak 93.3%. Menurut Surtiningsih (2016) usia ibu merupakan salah satu faktor resiko yang berhubungan dengan kualitas kehamilan dan persalinan yang berkaitan dengan kesiapan ibu dalam bereproduksi. Usia reproduksi sehat yaitu antara 20 - 35 tahun merupakan usia yang paling ideal untuk bereproduksi. Pada usia <20 tahun

alat-alat reproduksi masih belum matang sehingga sering terjadi komplikasi persalinan. Pada usia >35 tahun berhubungan dengan mulai terjadinya regresi sel-sel tubuh, terutama terjadi pada endometrium serta kesehatan ibu juga sudah mulai menurun dan jalan lahir menjadi kaku sehingga dapat menyebabkan persalinan lama.

Sriwenda (2016) juga menyatakan bahwa usia juga sangat memengaruhi seorang wanitadalam menghadapi kehamilan dan persalinan baik secara fisik ataupun psikologis sehingga seseorang dengan usia < 20 tahun dimungkinkan belum siap secara psikologis dalam menghadapi kehamilan ataupun persalinan. Kesiapan untuk hamil ditentukan oleh 3 faktor, yaitu : kesiapan fisik, mental dan ekonomi. Secara umum perempuan dikatakan siap untuk hamil jika sudah berusia di atas 20 tahun.

Tabel 2. Kemajuan Persalinan Pada Kelompok Yang Tidak Diberikan *Birth ball* Pada Ibu Bersalin Primigravida Kala 1 Fase Aktif Di PMB Renny Indah Sari Tahun 2023

Kelompok	N	Min	Max	SD	Mean
Tidak Diberi <i>Birtball</i>	15	320	545	63,925	419

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 15 ibu primigravida yang berada di tahap pertama persalinan dan tidak menerima panduan *birth ball*, progresi persalinan rata-rata adalah 419 menit. Progresi persalinan tercepat adalah 320 menit, yang setara dengan 5 jam 30 menit. Hasil ini dapat dijelaskan oleh fakta bahwa semua subjek penelitian adalah ibu primigravida yang mengalami persalinan pertama mereka. Kecemasan yang mungkin dirasakan oleh ibu saat persalinan pertama ini dapat menyebabkan pembukaan serviks yang lebih lambat.

Hal tersebut dikarenakan seluruh responden dalam penelitian ini adalah ibu primigravida yang baru pertama kali mengalami persalinan. Sehingga pada saat proses persalinan ibu merasakan kecemasan yang berlebihan, sehingga hal ini mengakibatkan pembukaan menjadi lambat. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Wiknjosastro bahwa pada primigravida umumnya dijumpai pada fase deselerasi. Pembukaan menjadi lambat kembali. Dalam waktu 2 jam, pembukaan dari 9 cm menjadi lengkap.

Pendapat lain menjelaskan persalinan lama adalah *power* (kekuatan ibu). Kekuatan yang mendorong janin dalam persalinan adalah his, kontraksi otototot perut, kontraksi diafragma, dan aksi dari ligamen. Kekuatan primer yang diperlukan dalam persalinan adalah his, sedangkan sebagai kekuatan sekundernya adalah tenaga meneran ibu. His atau kontraksi uterus adalah kontraksi otot-otot rahim pada persalinan. His dibedakan menjadi dua yakni his pendahuluan dan his persalinan. His pendahuluan atau his palsu (*false labor pains*), yang sebetulnya hanya merupakan peningkatan dari kontraksi *braxton hicks*. His ini bersifat tidak teratur dan menyebabkan nyeri di perut bagian bawah dan lipat paha, tidak menyebabkan nyeri yang memancar dari pinggang ke perut bagian bawah. His pendahuluan tidak mempunyai pengaruh terhadap serviks. His persalinan merupakan suatu kontraksi dari otot-otot rahim yang fisiologis, akan tetapi bertentangan dengan kontraksi fisiologis lainnya dan bersifat nyeri. Kontraksi rahim bersifat otonom yang artinya tidak dipengaruhi oleh kemauan, namun dapat dipengaruhi dari luar misalnya rangsangan oleh jari-jari tangan (Rohani, 2013). Tenaga meneran ini serupa dengan tenaga meneran saat buang air

besar, tetapi jauh lebih kuat lagi. Ketika kepala sampai pada dasar panggul, timbul suatu refleks yang mengakibatkan pasien menekan diafragmanya kebawah. Tenaga meneran pasien akan menambah kekuatan kontraksi uterus. Pada saat pasien meneran, diafragma dan otot-otot dinding abdomen akan berkontraksi. Kombinasi antara his dan tenaga meneran pasien akan meningkatkan tekanan intrauterus sehingga janin akan semakin terdorong keluar.

Ini sejalan dengan pendapat yang mengatakan bahwa pada primigravida, pembukaan serviks sering melambat selama fase deselerasi. Proses pembukaan serviks yang lambat dapat terjadi dalam waktu 2 jam, saat pembukaan serviks dari 9 cm menjadi lengkap (Winkjosastro, 2009).

Tabel 3. Kemajuan Persalinan Pada Kelompok Yang Tidak Diberikan *Birth ball* Pada Ibu Bersalin Primigravida Kala I Fase Aktif

Kelompok	N	Mean	SD	P value
Diberi <i>Birthball</i>	15	292,33	58,427	0,000
Tidak diberi <i>birthball</i>	15	419,00	63,925	

Dari hasil analisis menggunakan uji-t yang tidak berpasangan, dapat disimpulkan bahwa rata-rata progresi persalinan pada ibu primigravida yang berada di tahap pertama persalinan, dan menerima panduan birth ball, adalah 292,33, sementara pada ibu yang tidak menerima panduan birth ball, rata-rata progresi persalinan adalah 419,00. Perbedaan ini menunjukkan bahwa penggunaan birth ball berpengaruh secara signifikan terhadap progresi persalinan pada ibu primigravida di tahap pertama persalinan, dengan nilai p-pujian sebesar $0,000 < \alpha (0,05)$, yang berarti bahwa hipotesis nol ditolak. Dengan demikian, dapat disimpulkan

bahwa panduan birth ball memiliki pengaruh signifikan terhadap progresi persalinan pada ibu primigravida kala I fase aktif di PMB.

Hasil ini sesuai dengan pendapat yang mengungkapkan *birth ball* adalah bola terapi fisik atau latihan sederhana dengan menggunakan bola. Kata birth ball dapat diartikan ketika latihan dengan menggunakan bola diterapkan untuk ibu hamil, ibu melahirkan dan ibu pasca persalinan (Kustari dkk, 2012), pendapat tersebut didukung oleh pendapat Kurniawati (2017) bahwa bahwa birth ball bisa menjadi alat yang berguna untuk ibu bersalin *Birth ball* adalah bola terapi fisik yang dapat membantu ibu inpartu kala I dalam kemajuan persalinannya. Sebuah bola terapi fisik yang dapat digunakan dalam berbagai posisi. Tujuan dilakukan terapi birth ball juga bertujuan untuk membantu kemajuan persalinan ibu.

Hasil penelitian ini juga mendukung hasil penelitian yang dilakukan oleh Erni Hernawati (2020), yang menunjukkan bahwa panduan birth ball memiliki pengaruh signifikan terhadap progresi persalinan ibu primigravida kala I fase aktif, dengan nilai p-pujian sebesar 0,000 ($p < 0,05$) (Hernawati, 2020).

Hasil ini sesuai dengan pendapat yang mengungkapkan *birth ball* adalah bola terapi fisik atau latihan sederhana dengan menggunakan bola. Kata birth ball dapat diartikan ketika latihan dengan menggunakan bola diterapkan untuk ibu hamil, ibu melahirkan dan ibu pasca persalinan (Kustari O, 2012).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa penggunaan birth ball memiliki pengaruh yang signifikan terhadap progresi persalinan pada ibu primigravida kala I fase aktif di PMB. Progresi persalinan rata-rata pada

kelompok yang menerima panduan birth ball lebih cepat dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak menerima panduan birth ball. Hasil ini mendukung penggunaan birth ball sebagai salah satu metode yang dapat membantu mengurangi durasi persalinan dan mempercepat progresi persalinan pada ibu primigravida. Oleh karena itu, birth ball dapat menjadi pilihan yang efektif dan alami untuk meningkatkan pengalaman persalinan bagi ibu primigravida. Diharapkan penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi ibu yang sedang melahirkan dengan cara mempercepat proses persalinan dengan risiko yang minimal. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat menjadi dasar untuk pengembangan penelitian yang lebih lanjut dalam bidang persalinan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprillia, Y. (2014). *Gentle Birth Balance : Persalinan Holistik mind, body and soul*. Qanita.
- Hernawati, E. (2020). Pengaruh Bimbingan Gym Ball Terhadap Kemajuan Persalinan Ibu Primigravida. *Jurnal Unisa Bandung*.
- Hidajatunnikma. (2020). *Efektifitas Pelvic Rocking Exercise Menggunakan Birthing Ball Terhadap Kemajuan Persalinan Pada Ibu Primipara Tahun 2020*. Politeknik Kesehatan Kalimantan Timur.
- Kurniawati, A. dkk. (2017). Efektifitas Latihan Birth Ball Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Primigravida. *Indonesian Journal*.
- Kustari O, dkk. (2012). *Birth Ball Pengaruh Terapi Birth Ball Terhadap Nyeri Persalinan*. Brawijaya.
- Masbait, S. N. (2022). Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Maternal. *Journal For Quality In Public Health, V*.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metode Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nouyriana, G. I. (2017). *Penerapan Teknik Pelvic Rocking Dengan Birth Ball Pada Ibu Bersalin Terhadap Kemajuan Persalinan di BPM Syafrida Kabupaten Kebumen*. STIKes Muhammadiyah Gombang.
- Rosieana, G. (2019). Pengaruh Birthing Ball Terhadap Lama Kala I Fase Aktif Pada Primigravida Di PMB Yulis Indriana Malang. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*.
- Sriwenda, D. (2016). Efektifitas Latihan Birth Ball Terhadap Efikasi Diri Primipara Dengan Persalinan Normal. *Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia, 4*.
- Supliyani, E. (2017). Pengaruh Massage Punggung Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Di Kota Bogor. *Bidan Midwife Journal, 3*.
- Widiastini, L. . (2015). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Ibu Bersalin dan Bayi Baru Lahir*. In Media.
- Winkjosastro. (2009). *Ilmu Kebidanan (4th ed.)*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.