

## Pengaruh Terapi Birth Ball terhadap Kemajuan Persalinan Kala I di Klinik Putri May Sarah

Sasmitha<sup>1\*</sup>, Kamelia Sinaga<sup>2\*</sup>, Imran Saputra Surbakti<sup>3</sup>, Asnita Sinaga<sup>4</sup>, Rati Aksari<sup>5</sup>

<sup>1-5</sup> STIKes Mitra Husada Medan, Indonesia

[ssasmitha68@gmail.com](mailto:ssasmitha68@gmail.com)<sup>1</sup>, [kameliasinaga.02@gmail.com](mailto:kameliasinaga.02@gmail.com)<sup>2</sup>, [imranmitrahusada31@gmail.com](mailto:imranmitrahusada31@gmail.com)<sup>3</sup>,  
[asnitasinaga61@gmail.com](mailto:asnitasinaga61@gmail.com)<sup>4</sup>, [ratiaksari23@gmail.com](mailto:ratiaksari23@gmail.com)<sup>5</sup>

Alamat: Jl. Pintu Air IV Jl. Ps. VIII No.Kel, Kwala Bekala, Kec. Medan Johor, Kota Medan, Sumatera Utara 20142

Korespondensi penulis: [kameliasinaga.02@gmail.com](mailto:kameliasinaga.02@gmail.com)

**Abstrak:** Birth balls can assist mothers during the first stage of labor by promoting labor progress. Their benefits include increasing blood flow to the uterus, placenta, and baby, widening the pelvic outlet, reducing knee and ankle discomfort, providing counter-pressure on the perineum and thighs, and utilizing gravity to aid fetal descent. This process facilitates cervical dilation and shortens labor duration. This study examines the effect of birth ball therapy on first-stage labor progress in women giving birth at the Putri May Sarah Clinic, Percut Sei Tuan District, Deli Serdang Regency, in 2024. A quasi-experimental method with a two-group design was used, involving 20 participants. Data analysis was conducted using the Mann-Whitney test. Results showed a significant difference between the intervention and control groups, with a sig value of 0.029 (<0.05) and a z-table value of 2.189. These findings indicate that birth ball therapy positively influences first-stage labor progress. Women who used birth balls experienced faster cervical dilation and fetal descent compared to those who did not. This study highlights the benefits of birth ball therapy as a non-invasive method to improve labor outcomes. The Putri May Sarah Clinic is encouraged to promote birth ball use as a supportive measure for laboring mothers. By implementing birth ball therapy, the clinic can enhance maternal comfort and facilitate a smoother, shorter first stage of labor.

**Keywords:** Birthball, Mother in Labor, Progress of First Stage of Labor

**Abstrak.** Bola persalinan dapat membantu ibu selama tahap pertama persalinan dengan mempercepat proses persalinan. Manfaatnya antara lain meningkatkan aliran darah ke rahim, plasenta, dan bayi, memperlebar pintu keluar panggul, mengurangi rasa tidak nyaman pada lutut dan pergelangan kaki, memberikan tekanan balik pada perineum dan paha, serta memanfaatkan gravitasi untuk membantu penurunan janin. Proses ini memperlancar dilatasi serviks dan memperpendek durasi persalinan. Penelitian ini mengkaji pengaruh terapi bola persalinan terhadap proses persalinan tahap pertama pada ibu yang melahirkan di Klinik Putri May Sarah, Kecamatan Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang, tahun 2024. Metode yang digunakan adalah quasi eksperimen dengan desain two-group design yang melibatkan 20 partisipan. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji Mann-Whitney. Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol, dengan nilai sig sebesar 0,029 (<0,05) dan nilai z-tabel sebesar 2,189. Temuan ini menunjukkan bahwa terapi bola persalinan berpengaruh positif terhadap proses persalinan tahap pertama. Wanita yang menggunakan bola persalinan mengalami dilatasi serviks dan penurunan janin yang lebih cepat dibandingkan dengan mereka yang tidak menggunakannya. Studi ini menyoroti manfaat terapi bola persalinan sebagai metode non-invasif untuk meningkatkan hasil persalinan. Klinik Putri May Sarah didorong untuk mempromosikan penggunaan bola persalinan sebagai tindakan pendukung bagi ibu yang akan melahirkan. Dengan menerapkan terapi bola persalinan, klinik dapat meningkatkan kenyamanan ibu dan memfasilitasi tahap pertama persalinan yang lebih lancar dan lebih singkat.

**Kata Kunci :** Birthball, Ibu Bersalin, Kemajuan Persalinan Kala I

## **1. LATAR BELAKANG**

Menurut *World Health Organization (WHO)* Menyatakan bahwa untuk mencapai target AKI Global di bawah 70 pada tahun 20230, di perlukan penurunan tahunan sebesar 11,6%. Pada tahun 2023, angka kematian Ibu (AKI) di Indonesia mencapai penurunan 4.129, menurut data maternal perinatal Death Notification (MPDN) sistem pencatatan kematian ibu kementerian kesehatan. Kematian ibu disebabkan karena adanya perdarahan parah, infeksi pasca salin, Preeklampsia atau Eklampsia. Partus lama dan abortus yang tidak aman. Sebagian besar komplikasi tidak terprediksi, maka memerlukan kesiapan pelayanan yang berkualitas setiap saat atau 24 jam agar semua ibu hamil/melahirkan yang mengalami komplikasi setiap saat memiliki akses pelayanan darurat yang berkualitas dalam waktu yang cepat. Karena sebagian komplikasi memerlukan pelayanan kegawat-daruratan dalam hitungan jam.

Di Provinsi Sumatera Utara AKI pada tahun 2018 yaitu sebanyak 185 orang dengan distribusi kematian ibu hamil sebanyak 38 orang, dan kematian ibu bersalin sebanyak 79 orang, dan kematian masa nifas sebanyak 55 orang. Jumlah kematian ibu tertinggi perkabupaten yaitu Kabupaten Deli Serdang (15 orang), Kabupaten Mandailing Natal (13 orang), dan Kabupaten Asahan (12 orang). Serta ada beberapa kabupaten yang dilaporkan tidak ada kematian ibu pada masa kehamilan, persalinan, dan nifas, yaitu Kota Sibolga dan Kabupaten Nias Utara (Profil Kesehatan Kabupaten/Kota, 2018)

Jumlah Kematian Ibu di Kota Medan sebanyak 5 jiwa dari 37.918 kelahiran hidup, dengan Angka Kematian Ibu (AKI) dilaporkan sebesar 13 per 100.000 kelahiran hidup, artinya dari 100.000 kelahiran hidup 13 ibu meninggal saat kehamilan, persalinan atau nifas. AKI di Kota Medan mengalami kenaikan bila dibandingkan dengan tahun sebelumnya. Dimana tahun 2017 jumlah kematian ibu sebanyak 3 jiwa dari 39.594 kelahiran hidup, tahun 2016 jumlah kematian ibu sebanyak 3 jiwa dari 47.541 kelahiran hidup dan di tahun 2015 jumlah kematian ibu sebanyak 6 jiwa dari 49.251 kelahiran hidup dengan AKI sebesar 12 per 100.000 kelahiran hidup (Profil Kesehatan Kota Medan, 2018).

Aprilla (2014) menyatakan bahwa setiap ibu merasakan kala I yang berbeda. Semakin seorang ibu tersebut merasakan relaks dan semakin mobile maka akan semakin singkat waktu yang diperlukan untuk menuju ke pembukaan lengkap. Diawal proses persalinan sebaiknya ibu tidak hanya duduk atau berbaring di tempat tidur. Mengganti posisi setiap setengah jam atau dua jam sekali dapat membantu proses pembukaan. Ibu dapat jongkok, jalan-jalan kecil, atau menggunakan birthball atau bean bag chair untuk bersandar serta menggoyangkan panggul.

Dari hasil penelitian Makvendi *et al* (2015), di Iran terdapat *P value* < 0,05 pada kelompok yang menggunakan *birthball*. Dari hasil penelitian tersebut, menunjukkan bahwa secara statistik terdapat hubungan yang signifikan yang bermakna antara penggunaan *birthball* dengan intensitas nyeri persalinan. Lain halnya dengan hasil penelitian yang diteliti oleh peneliti di Taiwan menunjukkan hasil bahwa pada kelompok wanita yang melakukan terapi *birthball* mengalami kala I yang lebih singkat, hal tersebut berarti dapat mengurangi penggunaan analgesik yang berlebihan dan mengurangi kejadian *section caesaria* (Kurniawati, 2017).

*Birthball* atau bola lahir dapat digunakan oleh ibu inpartu kala I yang bermanfaat untuk membantu kemajuan persalinan. Keuntungan dari pemakaian *birthball* yaitu dapat meningkatkan aliran darah ke rahim, plasenta dan bayi, dan dapat meningkatkan outlet panggul, memberikan rasa nyaman untuk lutut dan pergelangan kaki, memberikan kontraksi pada perineum dan paha, bekerja dengan gravitasi yang mendorong turunnya bayi sehingga mempercepat proses pembukaan serta penurunan kepala bayi dan proses persalinan dapat berlangsung secara fisiologis.

Berdasarkan dari survey awal yang dilakukan di Klinik Putri May Sarah Kec.Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang Tahun 2024” terdapat beberapa ibu yang mengalami kala I lama dan kemudian dicoba untuk melakukan *birthball*. Dan dari 8 orang yang mengalami kala I lama terdapat 5 orang yang mengalami kemajuan persalinan dengan cepat setelah diberikan terapi *birthball*. Tujuan Penelitian Mengetahui Pengaruh Terapi *Birthball* Terhadap Kemajuan Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin Di Klinik Putri May Sarah Kec.Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang Tahun 2024.

## 2. METODE PENELITIAN

Desain Penelitian yang digunakan adalah Metode *Quasy Eksperiment* (Eksperimen). Dengan menggunakan rancangan *Two Group Design* yang menggunakan populasi pendekatan dan populasi control dimana penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya Pengaruh Terapi *Birthball* Terhadap Kemajuan Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin Di Klinik Putri May Sarah Kec.Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang Tahun 2024. Dalam penelitian ini populasinya adalah seluruh ibu bersalin sebanyak 20 orang. Dalam menganalisis data dalam penelitian ini menggunakan uji *statistic t-independent komperatif* menggunakan Uji *Mann-Withney*.

### **3. KAJIAN PUSTAKA**

#### **Persalinan Kala I**

Persalinan kala I merupakan tahap awal dalam proses persalinan yang dimulai sejak adanya kontraksi uterus yang menyebabkan perubahan progresif pada serviks hingga mencapai pembukaan lengkap (10 cm). Lama waktu kala I dapat bervariasi tergantung pada beberapa faktor seperti usia ibu, paritas, kondisi psikologis, serta posisi ibu saat persalinan berlangsung. Menurut Aprillia (2014), semakin relaks dan mobile seorang ibu saat persalinan, maka waktu yang dibutuhkan untuk mencapai pembukaan lengkap akan semakin singkat. Oleh karena itu, strategi nonfarmakologis seperti perubahan posisi dan penggunaan alat bantu seperti birth ball menjadi penting dalam mendukung kelancaran kala I.

#### **Terapi Birth Ball**

Birth ball adalah bola terapi berukuran besar yang dapat digunakan oleh ibu bersalin dalam berbagai posisi untuk membantu kenyamanan dan mempercepat kemajuan persalinan. Penggunaan birth ball bekerja dengan prinsip meningkatkan aliran darah ke rahim dan plasenta, memperbesar outlet panggul, memberikan tekanan balik (counter pressure) pada perineum dan paha, serta memanfaatkan gaya gravitasi untuk membantu penurunan kepala janin (Kurniawati, 2017). Selain itu, gerakan yang dilakukan ibu saat duduk atau bertumpu pada birth ball dapat membantu mempercepat dilatasi serviks serta mengurangi rasa nyeri selama proses persalinan (Makvandi et al., 2015).

#### **Pengaruh Birth Ball terhadap Kemajuan Persalinan Kala I**

Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa penggunaan birth ball memiliki pengaruh signifikan terhadap kemajuan persalinan kala I. Penelitian oleh Siregar (2020) menunjukkan bahwa ibu yang menggunakan teknik birth ball mengalami waktu persalinan yang lebih singkat dibandingkan dengan yang tidak menggunakannya. Hal ini juga didukung oleh penelitian Ardiana Batubara (2019) yang menemukan adanya pengaruh signifikan penggunaan birth ball terhadap percepatan kala I fase aktif. Selain mempercepat persalinan, terapi ini juga membantu mengurangi penggunaan analgesik dan risiko tindakan medis seperti sectio caesarea (Annisa, 2018).

#### **Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kemajuan Persalinan**

Usia, pendidikan, dan paritas merupakan faktor yang dapat mempengaruhi proses persalinan. Surtiningsih (2016) menyatakan bahwa usia ideal untuk persalinan adalah antara 20–35 tahun karena risiko komplikasi lebih rendah dibandingkan usia di bawah 20 tahun atau di atas 35 tahun. Pendidikan juga berpengaruh karena ibu dengan tingkat

pendidikan lebih tinggi cenderung lebih aktif mencari informasi dan menerapkan pengetahuan kesehatan, termasuk dalam proses persalinan (Kusumawati, 2016). Sementara itu, paritas berpengaruh pada elastisitas rahim dan jalan lahir; semakin sering melahirkan, risiko komplikasi seperti partus lama dapat meningkat (Annisa, 2018).

### Penelitian Terkait

Penelitian ini sejalan dengan berbagai studi sebelumnya yang menunjukkan manfaat birth ball dalam mempercepat proses persalinan kala I. Wilda Wahyuni Siregar (2020) menemukan bahwa penggunaan birth ball mempercepat kemajuan persalinan hingga rata-rata 9,1 menit lebih cepat dibandingkan yang tidak menggunakan birth ball. Penelitian lain oleh Sunarmi (2020) juga menunjukkan adanya pengaruh signifikan pelvic rocking dengan birth ball terhadap durasi kala I fase aktif.

## 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Klinik Putri May Sarah Kec. Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang Tahun 2024. Adapun saran dan prasarana dari fasilitas disekitar klinik yaitu: Ruang Bersalin, Ruang Rawat Inap, Ruang KIA, Ruang Obat, Ruang Pojok ASI, Ruang Dokter dll dan lingkungan yang Asri, Nyaman, Bersih dan memiliki tenaga kesehatan yang Profesional

### Hasil Penelitian

#### a. Karakteristik Responden

Subjek penelitian ini adalah ibu bersalin di Klinik Putri May Sarah Kec.Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang Tahun 2024

**Tabel 1.** Distribusi Berdasarkan Karakteristik Responden di Klinik Putri May Sarah Kec. Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang Tahun 2024

No.	Karakteristik Responden	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
		Frekuensi	Persentase %	Frekuensi	Persentase %
1.	Umur				
	< 20 Tahun	2	20	2	20
	20 - 35 Tahun	7	70	7	70
	> 35 Tahun	1	10	1	10
	Total	10	100	10	100
2.	Pendidikan				
	SMP	-	-	2	20
	SMA	8	80	7	70
	Perguruan Tinggi	2	20	1	10
	Total	10	100	10	100

3.	Paritas	Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
			%		%
	Primigravida	3	30	2	20
	Multigravida	7	70	8	80
	Total	10	100	10	100

Berdasarkan tabel 1. menunjukkan umur pada kelompok intervensi mayoritas 20 - 30 tahun sebanyak 7 orang (70%) dan minoritas umur > 35 tahun sebanyak 1 orang (10%), untuk pendidikan mayoritas SMA sebanyak 8 orang (80%) dan minoritas perguruan tinggi sebanya 2 orang (20%), pada paritas mayoritas multigravida sebanyak 7 orang (70%) dan minoritas primigravida sebanyak 3 orang (30%). Sedangkan umur pada kelompok kontrol mayoritas 20 - 30 tahun sebanyak 7 orang (70%) dan minoritas umur > 35 tahun sebanyak 1 orang (10%), untuk pendidikan mayoritas SMA sebanyak 7 orang (70%) dan minoritas perguruan tinggi sebanya 1 orang (10%), pada paritas mayoritas multigravida sebanyak 8 orang (80%) dan minoritas primigravida sebanyak 2 orang (20%).

b. Hasil Analisa Univariat

Rata – Rata Kemajuan Kala I Pada Ibu Bersalin Yang Diberikan Terapi *Birthball* Dan Tidak Diberikan Terapi *Birthball*

**Tabel 2.** Distribusi Rata – Rata Lama Kemajuan Kala I Pada Ibu Bersalin Yang Diberikan Terapi *Birthball* Dan Tidak Diberikan Terapi *Birthball*

Kategori Kelompok	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kemajuan Persalinan_Intervensi	10	6	9	7,00	1,155
Kemajuan Persalinan_Kontrol	10	7	12	8,40	1,713

Berdasarkan tabel 2. dapat diketahui bahwa pada kategori kelompok yang melakukan *birth ball* memiliki rata-rata kemajuan persalinan selama 7 jam sedangkan pada kategori kelompok yang tidak melakukan *birth ball* memiliki rata-rata kemajuan persalinan selama 8 jam 40 menit.

c. Hasil Analisa Bivariat

Sebelum dilakukan analisis bivariat perlu dilakukan uji normalitas data untuk melihat data berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dalam penelitian ini yaitu uji normalitas data shapiro wilk hal ini dikarenakan dalam penelitian ini responden nya berjumlah 10 responden untuk masing – masing kelompok. (Dahlan, 2015).

**Uji Normalitas Data**

**Tabel 3.** Uji Normalitas Data

Uji Normalitas Data	Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.

Kemajuan Persalinan_Intervensi	,773	10	,007
Kemajuan Persalinan_Kontrol	,733	10	,002

Berdasarkan hasil output test normality pada bagian uji Shapiro – wilk, diketahui kelompok intervensi didapat nilai sig sebesar 0,007 sedangkan pada kelompok kontrol didapatkan nilai sig sebesar 0,002 karena nilai  $< 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi tidak normal, Sehingga akan dilakukan Uji *Mann – Whitney*.

Pengaruh *Birthball* Terhadap Kemajuan Kala I Pada Ibu Bersalin Di Klinik Putri May Sarah Kec.Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang Tahun 2024

**Tabel 4.** Pengaruh *Birthball* Terhadap Kemajuan Kala I Pada Ibu Bersalin Di Klinik Putri May Sarah Kec.Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang Tahun 2024

	Kelompok	Mean	Std. Deviation	Z	Asymp. Sig. (2-tailed)
Kemajuan Persalinan	Intervensi	7,00	1,155	2,189	,029
	Kontrol	8,40	1,713		

Berdasarkan tabel 4. dapat diketahui bahwa responden yang melakukan *birth ball* dengan jumlah 15 orang mengalami rata-rata kemajuan persalinan sebesar 7jam dengan simpangan baku sebesar 1.155 Sedangkan pada responden yang tidak melakukan *birth ball* mengalami rata – rata kemajuan persalinan sebesar 8 jam 40 menit dengan simpangan baku sebesar 1,713. Hasil analisis menggunakan uji *Man Whitney* untuk melihat perbandingan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol didapat nilai sig sebesar 0,029 atau  $< 0,05$  dengan nila z tabel 2,189. Maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang berarti ada pengaruh *birthball* terhadap kemajuan kala I pada ibu bersalin yang diberikan terapi *birthball* dengan yang tidak diberikan terapi *birthball* Di Klinik Putri May Sarah Kec.Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang Tahun 2024.

### Pembahasan

Berdasarkan tabel 1. menunjukkan umur pada kelompok intervensi mayoritas 20 - 30 tahun sebanyak 7 orang (70%) dan minoritas umur  $> 35$  tahun sebanyak 1 orang (10%). 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 wanita dalam 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.

Berdasarkan pada paritas mayoritas multigravida sebanyak 7 orang (70%) dan minoritas primigravida sebanyak 3 orang (30%). Paritas adalah jumlah anak yang dilahirkan oleh ibu. Paritas merupakan faktor penting dalam menentukan nasib ibu dan janin baik selama kehamilan maupun persalinan, sampai dengan paritas ketiga maka rahim ibu bisa kembali semula seperti sebelum hamil. (Annisa, 2018).

Berdasarkan pendidikan, mayoritas ibu bersalin berpendidikan SMA masing – masing kelompok yaitu sebanyak 7 orang (70%). Menurut Kusumawati (2016), pendidikan yang ditempuh oleh seseorang merupakan salah satu faktor demografi yang sangat berpengaruh terhadap kondisi kesehatan individu maupun masyarakat. Seseorang dengan tingkat pendidikan yang tinggi akan lebih mudah menerima informasi-informasi kesehatan dari berbagai media dan biasanya ingin selalu berusaha untuk mencari informasi tentang hal-hal yang berhubungan dengan kesehatan yang belum diketahuinya. Pengaruh *Birthball* Terhadap Kemajuan Kala I Pada Ibu Bersalin Di Klinik Putri May Sarah Kec.Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang Tahun 2024

Dari hasil penelitian yang dilakukan di Pustu Bangun Rejo Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang Provinsi Sumatera Utara diketahui bahwa pada kategori kelompok yang melakukan *birthball* memiliki rata-rata kemajuan persalinan selama 7 jam sedangkan pada kategori kelompok yang tidak melakukan *birthball* memiliki rata-rata kemajuan persalinan selama 8 jam 40 menit, yang mana pada kelompok intervensi lebih cepat pembukaan lengkap dibanding dengan kelompok kontrol.

Menurut teori yang dikemukakan oleh Aprilla didalam Wilda Wahyuni Siregar (2020) yang menyatakan bahwa kala I persalinan akan beragam pada setiap ibu. Semakin seorang ibu merasa relaks dan semakin mobile maka akan semakin singkat waktu yang diperlukan untuk menuju ke pembukaan lengkap. Di awal proses persalinan sebaiknya ibu tidak hanya berbaring di tempat tidur. Mengganti posisi setiap setengah hingga dua jam sekali akan sangat membantu proses persalinan. Ibu dapat jongkok atau menggunakan birthing ball atau bean bag chair untuk bersandar dan menggoyangkan panggul.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk membantu serviks berdilatasi lebih cepat dengan *birthball*. *Birthing ball* adalah cara menambah ukuran rongga pelvis dengan



menggoyang panggul di atas bola dan dengan perlahan mengayunkan pinggul ke depan dan ke belakang, sisi kanan, kiri, dan melingkar. *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 di atas bola dan bergoyang-goyang membuat rasa nyaman dan membantu kemajuan persalinan dengan menggunakan gravitasi sambil meningkatkan pelepasan *endorphin* karena elastisitas dan lengkungan bola merangsang reseptor di panggul yang bertanggung jawab untuk mensekres *endorphin* (Kurniawati, 2017).

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan menggunakan uji *Man Whitney* untuk melihat perbandingan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol didapat nilai sig sebesar 0,029 atau  $< 0,05$  dengan nilai  $z$  tabel 2,189. Maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang berarti ada perbandingan pengaruh *birthball* terhadap kemajuan kala I pada ibu bersalin yang diberikan terapi *birthball* dengan yang tidak diberikan terapi *birthball* di Klinik Putri May Sarah Kec. Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang Tahun 2024

Hasil penelitian ini didukung oleh (Wilda Wahyuni Siregar, 2020) yang menyatakan bahwa responden yang melakukan *birthball* dengan jumlah 15 orang mengalami rata-rata kemajuan persalinan sebesar 9,1 menit. Sedangkan pada responden yang tidak melakukan Teknik *birthball* mengalami kemajuan persalinan sebesar 21,8 menit. Hasil analisis menggunakan independent samples test dengan tingkat kepercayaan 95% menunjukkan nilai  $p$ -value = 0.00000  $> 0,05$  yang berarti ada pengaruh pelaksanaan teknik *birthball* terhadap kemajuan persalinan pada ibu inpartu kala I di klinik pratama hamidah tanjung morawa. Hasil ini juga sejalan dengan penelitian Ardiana Batubara (2019) dimana hasil analisis menggunakan *independent samples test* dengan tingkat kepercayaan 95% menunjukkan nilai  $p$ -value = 0.00001  $< 0,05$  yang berarti ada pengaruh *birthball* terhadap kemajuan persalinan pada ibu inpartu kala I fase aktif di Klinik Putri May Sarah Kec. Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang Tahun 2024.

Annisa (2018) juga menyatakan ada pengaruh yang bermakna antara pelaksanaan *birth ball* terhadap kemajuan persalinan, dimana rata - rata kemajuan persalinan untuk status *birth ball* dilakukan dan tidak dilakukan adalah berbeda (*two-tailed*) dan lebih cepat sebesar 138,2 menit dibandingkan status *birth ball* tidak dilakukan dengan nilai  $p$ value sebesar 0,001  $< 0,05$ . (Ika Yulia Rahma, 2020) juga melakukan penelitian dengan intervensi yang sama dan disimpulkan bahwa ada pengaruh penerapan teknik *Activ Birth* menggunakan *Birt Ball* terhadap kemajuan persalinan kala I pada ibu bersalin.

Penelitian ini juga didukung oleh penelitian Zaky (2016) yang menyatakan bahwa ada hubungan antara *birth ball* terhadap perkembangan persalinan dalam hal penurunan interval dan meningkatkan durasi dan frekuensi kontraksi uterus, dilatasi serviks dan penurunan kepala janin. Para peneliti merekomendasikan bahwa *pelvic rocking* dengan *birth ball* dapat mempengaruhi kemajuan persalinan, mengelola rasa sakit, serta mempromosikan pengendalian diri dan mencapai pengalaman melahirkan yang lebih memuaskan dan penelitian Sunarmi (2020) juga ada pengaruh *pelvic rocking* menggunakan *birth ball* terhadap lama persalinan kala 1 fase aktif dengan nilai  $p = 0,000$ .

*Birth ball* membantu ibu untuk tetap pada posisi berdiri dan juga membuka panggul, mendorong bayi untuk bergerak ke arah bawah. Mengubah posisi selama persalinan akan mengubah bentuk dan ukuran panggul yang mana akan membantu kepala bayi bergerak ke posisi optimal selama kala I persalinan dan membantu bayi berotasi Berbeda dengan ibu yang hanya berbaring selama kala I, maka tekanan kepala ke serviks akan lebih banyak di serviks posterior (serviks arah jam 6) sehingga akhirnya banyak sekali kasus bibir serviks anterior yang membuat proses persalinan menjadi semakin lama dan semakin menyakitkan (Aprillia, didalam Annisa ,2018)

Dengan bola ditempatkan di tempat tidur, ibu dapat berdiri dan bersandar dengan nyaman di atas bola, mendorong dan mengayunkan panggul untuk mobilisasi. Dengan bola di lantai atau tempat tidur, ibu dapat berlutut dan membungkuk dengan berat badan tertumpu di atas bola, bergerak mendorong panggul dan dapat membantu bayi berubah ke posisi yang benar (posisi belakang kepala) sehingga memungkinkan kemajuan persalinan menjadi lebih cepat. *Birth ball* membantu ibu untuk tetap pada posisi berdiri dan juga membuka panggul, mendorong bayi untuk bergerak ke arah bawah. Mengubah posisi selama persalinan akan mengubah bentuk dan ukuran panggul yang mana akan membantu kepala bayi bergerak ke posisi optimal selama kala I persalinan dan membantu bayi berotasi (Wilda Wahyuni, 2020)

Menurut asumsi peneliti, intervensi *birth ball* terhadap kemajuan persalinan sangat berpengaruh dimana dengan *birth ball* membantu ibu bersalin untuk mempersingkat kala 1. Ibu bersalin mengatakan nyaman dan rileks dalam menghadapi persalinan karena bantuan *birth ball*. Semangat dan antusiasme para ibu bersalin juga sangat membantu psikologis ibu dalam mengolah rasa sakit dan menciptakan suasana yang positif bagi ibu sehingga rahim dapat berkontraksi secara maksimal. Gerakan *birth ball* yang dilakukan oleh ibu bersalin membantu ibu dalam beradaptasi dengan rasa nyeri dan ketidaknyamanan yang dialaminya.

## 5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada 20 orang ibu bersalin di Klinik Putri May Sarah Kecamatan Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang Tahun 2024, mayoritas responden berusia 20–30 tahun (70%), berpendidikan SMA (70%), dan merupakan multigravida (70%). Penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh terapi birth ball terhadap kemajuan persalinan kala I, di mana rata-rata lama persalinan pada kelompok yang diberikan terapi birth ball adalah 7 jam, sedangkan pada kelompok yang tidak diberikan terapi birth ball rata-rata 8 jam 40 menit, dengan hasil uji statistik diperoleh nilai signifikansi 0,029 ( $<0,05$ ) yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan. Berdasarkan hasil penelitian ini, disarankan agar tenaga kesehatan dapat menerapkan terapi birth ball sebagai salah satu upaya nonfarmakologis dalam membantu mempercepat kemajuan persalinan kala I serta memberikan edukasi kepada ibu bersalin mengenai manfaat terapi ini untuk mendukung proses persalinan yang lebih nyaman dan efektif.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ade, dkk. (2017). Efektivitas latihan birth ball terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif pada primigravida. *Indonesian Journal of Nursing and Midwifery*, 5(1), 1-10.
- Aprillia, Y. (2014). *Gentle birth balance: Persalinan holistik mind, body, and soul*. Bandung: Qanita.
- ASEAN. (2012). *ASEAN statistical report on Millennium Development Goals*. Diakses dari <https://asean.org>
- Batubara, A., dkk. (2018). Pengaruh pelaksanaan pelvic rocking dengan birth ball terhadap kemajuan persalinan pada ibu bersalin di Klinik Pratama Tanjung Deli Tua tahun 2018. *Colostrum Jurnal Kebidanan*, 1(1), 1-10.
- Kementerian Kesehatan RI. (2017). *Profil kesehatan Indonesia 2017*. Jakarta. Diakses dari [https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Data-dan-Informasi\\_Profil-Kesehatan-Indonesia-2017.pdf](https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Data-dan-Informasi_Profil-Kesehatan-Indonesia-2017.pdf)
- Makvandi, S., et al. (2015). Effect of birth ball on labor pain relief: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Obstetric and Gynecology Research*, 41(11), 1679-1686.
- Mallak, J. S. (2017). Suggested birthing ball protocol. *International Journal of Childbirth Education*, 13(1), 1-3.
- Manuaba, I. B. G., dkk. (2010). *Ilmu kebidanan, penyakit kandungan, dan KB*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Maryunani, A., & Puspita, E. (2013). *Asuhan kegawatdaruratan maternal dan neonatal*. Jakarta: TIM.

- Notoatmodjo, S. (2016). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka.
- Prawirohardjo, S. (2013). *Ilmu kebidanan*. Jakarta: PT Bina Pustaka Prawirohardjo.
- Profil Kesehatan Republik Indonesia. (2015). *Profil kesehatan Indonesia 2015*. Diakses dari <http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/profil-kesehatan-Indonesia-2015.pdf>
- Siregar, W. W., dkk. (2020). Pengaruh pelaksanaan teknik birth ball terhadap kemajuan persalinan. *Jurnal Penelitian Kebidanan & Kespro*, 3(1).
- Sofian, A. (2012). *Rustam Mochtar: Sinopsis obstetri: Obstetri fisiologis, obstetri patologi*. Jakarta: EGC.
- Sondakh, J. J. S. (2013). *Asuhan kebidanan persalinan dan bayi baru lahir*. Jakarta: Erlangga.
- Sriwenda, D., & Yulinda. (2016). Efektivitas latihan birth ball terhadap efikasi diri primipara dengan persalinan normal. *Journal Ners and Midwifery Indonesia*, 4(3), 141-147.