



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 5 Tahun 2024 Page 4232-4245

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

## Efektivitas Posisi Miring Kiri Dan Penggunaan Birthball Dalam Mempercepat Persalinan Kala 1 Fase Aktif Pada Ibu Bersalin Di UPTD Puskesmas Rawat Inap Ciranjang Kabupaten Cianjur

Annisa Tania Dewi<sup>1✉</sup>, Gaidha Khusnul Pangestu<sup>2</sup>, Putri Agus Febriyani<sup>3</sup>, Dedah Jubaedah<sup>4</sup>, Feby Pebryanti Suhendi<sup>5</sup>, Intan Friasta<sup>6</sup>, Siskanti<sup>7</sup>, Yeli Yuliani<sup>8</sup>, Rose Rosidah<sup>9</sup>

Universitas Indonesia Maju

Email: [annisatd1@gmail.com](mailto:annisatd1@gmail.com)<sup>1✉</sup>

### Abstrak

Latar Belakang : Partus lama menjadi salah satu penyebab kematian ibu, World Health Organization (WHO) mencatat 69.000 kasus persalinan lama di seluruh dunia pada tahun 2020. Persalinan lama menyebabkan 2,8% kematian ibu secara global dan menjadi penyebab utama komplikasi persalinan. Kejadian partus lama mengakibatkan munculnya berbagai komplikasi baik bagi ibu maupun janin sehingga, menimbulkan dampak kesakitan dan kematian bagi ibu dan bayi. Intervensi medis baik invasif maupun non-invasif, dilakukan untuk mempercepat kemajuan persalinan, salah satu metode non-invasif yang mudah dilakukan yaitu dengan posisi miring kiri dan penggunaan birthball pada proses persalinan. Tujuan : Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas posisi miring kiri dan penggunaan birthball terhadap kemajuan kala 1 fase aktif pada ibu bersalin. Metode : Penelitian ini menggunakan metode SCLR (Study Case Literatur Review) dengan membandingkan 2 kelompok yaitu dengan jumlah responden 4 orang pada kelompok intervensi posisi miring kiri dan 4 orang pada kelompok penggunaan birthball, keduanya dilakukan intervensi dan di observasi terhadap kemajuan persalinan kala 1 pada ibu bersalin. Hasil : hasil penelitian pada kelompok posisi miring kiri lama persalinan kala 1 fase aktif berlangsung rata-rata selama 5,2 jam dan pada kelompok yang menggunakan birthball persalinan kala 1 fase aktif berlangsung rata-rata 4,5 jam. Kesimpulan : dapat disimpulkan posisi miring kiri dan penggunaan birthball efektif mempercepat kala 1 fase aktif pada ibu bersalin, jika dilihat dari rata-rata lama kala 1 fase aktif dapat disimpulkan penggunaan birthball lebih efektif dalam mempercepat persalinan kala 1 fase aktif pada ibu bersalin primigravida.

Kata kunci : *Posisi Miring Kiri, Birthball, Partus Lama*

## Abstrack

Background: Prolonged labor is one of the causes of maternal death, the World Health Organization (WHO) recorded 69,000 cases of prolonged labor worldwide in 2020. Prolonged labor causes 2.8% of maternal deaths globally and is the main cause of birth complications. Prolonged labor results in various complications for both the mother and fetus, resulting in morbidity and death for the mother and baby. Medical intervention, both invasive and non-invasive, is carried out to speed up the progress of labor, one non-invasive method that is easy to do is the left side position and the use of a birthball during the labor process. Objective: The aim of this research is to determine the effectiveness of the left side position and the use of a birthball on the progress of the first stage of the active phase in mothers giving birth. Method: This study used the SCLR (Study Case Literature Review) method by comparing 2 groups, namely with 4 respondents in the left side position intervention group and 4 people in the birthball use group, both of whom underwent intervention and observed the progress of the 1st stage of labor in the mother. giving birth. Results: research results in the left tilt position group, the duration of labor in the 1st stage of the active phase lasted an average of 5.2 hours and in the group using the birthball, labor in the 1st stage of the active phase lasted an average of 4.5 hours. Conclusion: it can be concluded that the left side position and the use of a birthball are effective in speeding up the 1st stage of the active phase in mothers giving birth. If we look at the average length of the 1st stage of the active phase it can be concluded that the use of a birthball is more effective in speeding up the 1st stage of active phase in primigravida women giving birth.

Keywords: *Left oblique position, Birthball, Prolonged Parturition*

## PENDAHULUAN

Persalinan dan kelahiran merupakan kejadian fisiologi yang normal dalam kehidupan. Kelahiran seorang bayi juga merupakan peristiwa social bagi ibu dan keluarga. Peranan petugas kesehatan tidak kalah penting dalam memberikan bantuan dan dukungan pada ibu agar seluruh rangkaian proses persalinan berlangsung dengan aman baik bagi ibu maupun bagi bayinya yang dilahirkan (Husaidah & Amru, 2023).

Berdasarkan *Sampling Registration System* pada tahun 2018 sekitar 76% kematian ibu terjadi di fase persalinan dan pasca persalinan, dengan proporsi 24% terjadi saat hamil, 36% saat persalinan, dan 40% pasca persalinan. Tingginya komplikasi obstetric terjadi karena salah satu penyebab kematian ibu diantaranya adalah perdarahan, hipertensi, infeksi, partus lama, abortus, serta penyebab tidak langsung lainnya (Husaidah & Amru, 2023), sedangkan berdasarkan pelaporan profil kesehatan kabupaten/kota Angka Kematian Ibu di Provinsi Jawa Barat pada tahun 2024 sebanyak 792 kasus 100.000 KH. Dengan penyebab kematian ibu didominasi oleh Komplikasi Non Obstetrik 24,49%,

Hipertensi dalam kehamilan, persalinan dan nifas 23,61%, Perdarahan Obstetrik 19,07%, Komplikasi Obstetrik lain 5,81% dan yang lainnya 21,34% termasuk akibat partus lama. Kabupaten Cianjur berada pada urutan ketiga kabupaten dengan Angka Kematian Ibu yang tinggi yaitu sebanyak 51 kematian ibu (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 2024).

Partus lama menjadi salah satu penyebab kematian ibu, *World Health Organization* (WHO) mencatat 69.000 kasus persalinan lama di seluruh dunia pada tahun 2020. Persalinan lama menyebabkan 2,8% kematian ibu secara global dan menjadi penyebab utama komplikasi persalinan. Di Indonesia, data Kementerian Kesehatan RI tahun 2022 menunjukkan angka persalinan lama tertinggi di Asia Tenggara, dengan peringkat utama di kecamatan Ngasem, Kabupaten Kediri (Komariyati et al., 2023)

Dalam catatan rekam medis UPTD Puskesmas Rawat Inap Ciranjang bulan Januari-Mei 2024 tercatat 96 orang ibu bersalin dan 7 orang ibu bersalin mengalami partus lama dan berakhir dengan rujukan ke rumah sakit. Artinya ada 7% pada seluruh persalinan di UPTD Puskesmas Rawat Inap Ciranjang yang mengalami partus lama pada proses persalinannya. Dari 7 orang tersebut 6 orang adalah ibu bersalin primigravida.

Kala I persalinan diartikan sebagai permulaan kontraksi yang dapat menyebabkan terjadinya pembukaan serviks dan diakhiri dengan pembukaan lengkap. Kala I persalinan terdiri dari kala I fase laten dan kala I fase aktif. Kala I fase laten adalah keadaan dimana pembukaan serviks berlangsung lambat hingga pembukaan 3 cm yang berlangsung selama 7-8 jam, sedangkan kala I fase aktif adalah keadaan dimana pembukaan serviks berlangsung mulai dari pembukaan 4 cm hingga 10 cm yang berlangsung selama 6 jam yang terdiri dari 2 jam periode akselerasi, 2 jam periode dilatasi maksimal dan 2 jam periode deselerasi. Fase ini ditemui pada primigravida. Sehingga normalnya lama kala I persalinan pada primigravida berlangsung selama 13-14 jam sedangkan pada multigravida berlangsung selama 6-7 jam (Rosiena et al., 2019).

Pada proses persalinan kala 1 fase aktif, frekuensi dan lama kontraksi uterus umumnya meningkat (kontraksi dianggap adekuat atau memadai jika terjadi 3x atau lebih dalam waktu 10 menit dan berlangsung selama 40 detik atau lebih). Mulai dari pembukaan 4 cm hingga mencapai pembukaan lengkap atau 10 cm akan terjadi dengan kecepatan rata-rata 1 cm per jam (nullipara atau primigravida) atau lebih dari 1 cm hingga 2 cm (multipara). Faktor-faktor yang mempengaruhi kala I fase aktif yaitu kelainan letak janin, kelainan panggul, kelainan kontraksi dan mengejan, pimpinan partus yang salah, janin besar, ketuban pecah dini dan, posisi persalinan (Handayani & Pratiwi, 2021).

Lamanya persalinan dapat berpengaruh terhadap kelelahan dan penurunan fisik ibu bersalin. Kelelahan dapat mengakibatkan beberapa penyulit pada kala I, semakin lama persalinan, ibu bersalin akan merasakan kelelahan yang semakin besar (Handayani & Pratiwi, 2021). Sebaliknya, kelelahan juga dapat mengakibatkan persalinan berlangsung lebih lama karena mengakibatkan kontraksi uterus yang tidak adekuat, akibatnya akan terjadi persalinan yang memanjang, peningkatan distress maternal, dan peningkatan resiko perdarahan postpartum (Rosiena et al., 2019). Dampak dari persalinan lama juga dapat dirasakan oleh bayi baru lahir, termasuk risiko fetal distress dan asfiksia (Komariyati et al., 2023). Kelelahan pada ibu saat bersalin dapat dicegah dengan mempercepat proses persalinan (Rosiena et al., 2019).

Intervensi medis baik invasif maupun non-invasif, dilakukan untuk mempercepat kemajuan persalinan. Namun, terapi non-invasif lebih diminati karena risiko efek samping yang lebih rendah. Salah satu terapi non-invasif adalah posisi miring kiri yang dapat memengaruhi posisi janin dan jalan lahir (Komariyati et al., 2023), sedangkan menurut Monroe dan Mathew salah satu upaya untuk mempercepat proses persalinan yaitu menggunakan birthing ball (Rosiena et al., 2019). Posisi miring ke kiri saat persalinan dapat membantu mempercepat durasi persalinan. Hal ini karena posisi miring kiri dapat membantu memperbaiki posisi janin di dalam rahim dan memperlebar jalan lahir (Komariyati et al., 2023). Selain itu, Membiarkan ibu bersalin untuk memilih posisi miring ke kiri memiliki banyak keuntungan, misalnya mengurangi rasa tidak nyaman, mengurangi trauma perineum, menjadi lebih mudah meneran, dapat menghindari terjadinya hipoksia pada janin, menciptakan pola kontraksi uterus yang efisien, peredaran darah balik yang mengalir dari pembuluh darah ibu ke bayi dapat mengalir lancar, mencegah terjadinya laserasi atau robekan jalan lahir, dan mempercepat penurunan kepala janin (Handayani & Pratiwi, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian Komariyati dkk. (2023) di Rumah Sakit Aura Syifa Kediri didapatkan hasil rerata durasi persalinan sebelum intervensi (*pretest*) adalah 180,23 menit, sedangkan setelah intervensi (*posttest*) menjadi 67,03 menit. Analisis menunjukkan kemajuan durasi persalinan pada kelompok intervensi, yang didukung oleh uji *Wilcoxon signed-rank test* dengan *p-value* < 0,05. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penerapan posisi miring kiri secara signifikan mempengaruhi durasi persalinan pada kala I fase aktif (Komariyati et al., 2023).

Birthball memiliki arti bola lahir yang dapat digunakan pada ibu inpartu kala I, untuk membantu kemajuan persalinan. Adapun keuntungan dari pemakaian birthball ini adalah

meningkatkan aliran darah ke rahim, plasenta dan bayi, meredakan tekanan dan dapat meningkatkan *ouilet* panggul sebanyak 30%, serta dapat memberikan rasa nyaman pada lutut dan pergelangan kaki, memberikan penurunan tekanan pada perineum dan paha, bekerja dengan gravitasi yang mendorong turunnya bayi sehingga mempercepat proses persalinan (Pertasari, 2022).

Pada saat ibu bersalin menggunakan birthing ball, posisi tubuh mengikuti arah gravitasi sehingga memungkinkan mempercepat dilatasi serviks. Birthing Ball dapat membantu mempersingkat lama kala I fase aktif dimana ibu bersalin akan duduk diatas bola dengan gerakan memutar pinggul. Hal ini memungkinkan kepala bayi menekan leher rahim yang dapat mendorong dilatasi (Rosiena et al., 2019).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Husaidah dkk. (2023) dengan hasil adanya pengaruh pelvic rocking exercise menggunakan birthing ball terhadap kemajuan persalinan pada ibu bersalin kala I. Dengan menggunakan uji t sampel independen dimana nilai varians dianggap berbeda dan hipotesis alternatifnya yaitu rata-rata kemajuan persalinan untuk kelompok intervensi dan kelompok kontrol adalah berbeda. Dengan tingkat kepercayaan 95% didapatkan nilai p-value  $0,00001 < 0,05$  yang berarti ada pengaruh yang bermakna antara Pelvic rocking exercise menggunakan birthing ball terhadap kemajuan persalinan (Husaidah & Amru, 2023).

Di UPTD Puskesmas Rawat Inap Ciranjang untuk ibu bersalin yang tidak mau melakukan mobilisasi selalu disarankan untuk memilih posisi miring kiri untuk mempercepat persalinan akan tetapi terkadang ibu bersalin enggan untuk memilih posisi miring kiri dengan alasan karna kontraksi uterus yang lebih kuat dan terus menerus. Di ruang bersalin puskesmas disediakan Birthball untuk ibu bersalin akan tetapi penggunaan birthball belum digunakan secara efektif pada ibu bersalin. Padahal menurut beberapa penelitian terdahulu penggunaan birthball dapat berpengaruh pada kemajuan persalinan. Berdasarkan keadaan di wilayah UPTD Puskesmas Rawat Inap Ciranjang, peneliti tertarik melakukan pemberian asuhan kepada ibu bersalin dengan posisi miring kiri dan penggunaan birthball sebagai upaya untuk mempercepat persalinan kala 1 fase aktif sehingga menurunkan angka rujukan akibat kejadian partus lama di UPTD Puskesmas Rawat Inap Ciranjang .

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah disebutkan, sehingga peneliti tertarik mengambil judul tentang Efektivitas Posisi Miring Kiri dan Penggunaan Birthball Dalam Mempercepat Persalinan Kala 1 Fase Aktif Pada Ibu Bersalin Di UPTD Puskesmas Rawat Inap Ciranjang Kabupaten Cianjur Tahun 2024.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan metode penelitian SCLR (*Study Case Literatur Review*) dengan membandingkan 2 kelompok. Dalam penelitian ini melibatkan 8 responden sebagai subjek yang akan diobservasi sebelum dan setelah dilakukan intervensi. Pada desain ini diberikan intervensi yaitu 4 responden dilakukan intervensi dengan posisi miring kiri dan 4 responden lainnya diberikan intervensi dengan menggunakan birthball. Dengan demikian hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat karena dapat membandingkan dengan keadaan 2 kelompok setelah perlakuan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Efektivitas Posisi Miring Kiri Dalam Mempercepat Persalinan Kala I Fase Aktif

Partus lama disebabkan oleh beberapa hal yang multi kompleks yaitu pengawasan selama masa kehamilan, pertolongan persalinan yang baik dan penatalaksanaannya. Salah satu factor penyebab terjadinya partus lama adalah his yang tidak adekuat, paritas dan usia (Riyanto, 2019). Pada penelitian ini memberikan intervensi dengan posisi miring kiri pada ibu bersalin primi gravida usia 20-35 tahun yang sudah memasuki kala 1 fase aktif. Pada saat proses persalinan bisa terjadi persalinan menjadi lama dan sulit yang mengakibatkan komplikasi pada ibu dan bayinya. Penatalaksanaan persalinan yang lama bergantung kepada penyebab dan bisa dilakukan dengan merubah posisi ibu bersalin.

Posisi ibu bersalin dalam persalinan dapat mempengaruhi lamanya proses persalinan sebelum persalinan berlangsung. Saat melahirkan ada 5 posisi yang dapat dilakukan oleh ibu bersalin, ibu dapat memilih posisi persalinan yang dirasakan paling nyaman. Berbagai posisi yang bisa dipilih oleh ibu bersalin dan dirasakan membantu, termasuk posisi setengah duduk, berbaring, berdiri, berlutut dan merangkak. Posisi miring kiri bisa menyebabkan oksigenasi janin maksimal karena dengan miring kiri sirkulasi darah ibu kejanin lebih lancar, memberi rasa santai bagi ibu yang letih dan mencegah terjadinya laserasi (Ijabah et al., 2023).

Pada penelitian ini responden diberikan intervensi dengan posisi miring kiri dengan harapan dapat mempercepat persalinan kala 1 fase aktif. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan rata-rata lama persalinan kala 1 fase aktif pada ke empat responden adalah 313.7 menit artinya terjadi kemajuan persalinan pada ibu bersalin yang mendapatkan intervensi miring kiri.

Secara teori primigravida akan melewati kala 1 fase aktif dalam waktu 6 jam (360 menit) yang terdiri dari 3 fase yaitu 2 jam pada fase akselerasi (pembukaan 3-4 cm), 2 jam

fase dilatasi maksimal (pembukaan 4-9 cm) dan 2 jam fase deselerasi (pembukaan 9-10 cm) (Sulfianti et al., 2020).

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rizki Natia, dkk (2020) dengan judul Efektifitas Posisi Jongkok Dan Posisi Miring Kiri Terhadap Percepatan Kemajuan Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Inpartu Di RSUD Taluk Kuantan didapatkan hasil dari 15 orang responden yang mendapatkan intervensi miring kiri 13 (86,7%) orang diantaranya mengalami percepatan kemajuan persalinan pada kala 1 (Natia Wiji et al., 2020).

Berdasarkan hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Ijabah dkk (2023) dengan judul Efektifitas Pemberian Perlakuan Posisi Miring Kiri dan Upright Position terhadap Percepatan Kemajuan Persalinan Kala I Fase Aktif pada Ibu Inpartu didapatkan hasil pada posisi miring kiri berpengaruh terhadap kemajuan persalinan kala satu fase aktif pada ibu primigravida menunjukkan bahwa dari 20 ibu bersalin sebanyak 15 (75,0%) dalam persalinan Kala I dengan lama persalinan  $\leq$  6 jam yaitu 211,70 menit (3,52 jam) pada posisi miring kiri (Ijabah et al., 2023)

Posisi berbaring miring ke kiri dikatakan dapat mengurangi penekanan pada vena cava inferior sehingga dapat mengurangi kemungkinan terjadinya hipoksia. Suplai oksigen yang tidak terganggu dapat memberikan suasana rileks bagi ibu yang mengalami kecapekan dan dapat mencegah terjadinya laserasi atau robekan jalan lahir. Pada kala I fase aktif posisi miring baik digunakan apabila kepala bayi belum pada tempatnya sehingga dapat mempercepat penurunan kepala bayi (Handayani & Pratiwi, 2021).

Dari ke empat ibu bersalin yang dijadikan responden 3 diantaranya melewati kala 1 fase aktif dalam waktu kurang dari 6 jam, akan tetapi ada 1 responden yang melewati kala 1 fase aktif lebih dari 6 jam. Pada responden tersebut selama kala 1 fase aktif ibu sering gelisah dan tidak tenang, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Citra, dkk (2020) dengan judul Hubungan Tingkat Kecemasan Ibu Dengan Terjadinya Persalinan Lama (Prolong) Pada Ibu Bersalin Kala 1 Fase Aktif Primigravida didapatkan hasil uji statistik ditemukan ada hubungan yang signifikan antara Tingkat Kecemasan dengan terjadinya persalinan lama (Prolong) pada ibu bersalin kala 1 fase aktif primigravida di Rumah Sakit Aura Syifa Kabupaten Kediri (DewiFitri Setiani et al., 2020).

Responden yang dijadikan pada penelitian ini adalah ibu bersalin primi gravida dengan rentang usia 20-35 tahun, ke empat orang ibu bersalin yang dijadikan responden berada pada usia produktif. Usia produktif yaitu yaitu usia 20 – 35 tahun yang sering disebut dengan usia ideal atau sering disebut dengan *golden period* untuk ibu hamil dan

bersalin karena organ-organ reproduksi sudah matang dan lebih siap untuk hamil dan bersalin. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Riyanto (2019) menunjukkan adanya hubungan antara usia dengan kejadian partus lama pada ibu bersalin. Ibu dengan usia berisiko memiliki risiko 16,242 kali mengalami partus lama dibandingkan dengan ibu dengan usia tidak berisiko (Riyanto, 2019)

Adapun paritas yang dijadikan responden pada penelitian ini adalah ibu bersalin primigravida, Prawirohardjo (2019) menyatakan bahwa paritas adalah salah satu faktor risiko terjadinya kasus partus lama disamping faktor lainnya seperti pemberian obat-obatan analgesik dan anastesi berlebihan, paritas, usia, wanita dependen, respons stres, pembatasan mobilitas, dan puasa ketat. Jumlah paritas 1 dan lebih dari 3 terbukti meningkatkan kejadian partus lama dibandingkan dengan ibu yang berparitas 2 – 3. Ibu paritas 1 atau >3 cenderung lebih lama mengalami pembukaan lengkap dibanding ibu dengan paritas 2 – 3. Ibu dengan primipara cenderung merasa cemas dan ketakutan karena belum pengalaman sehingga akan mempengaruhi his yang ditimbulkan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh suryanto (2019) didapatkan hasil uji statistik diperoleh ada hubungan antara paritas dengan partus lama ( $p$ - value 0,036). Ibu dengan paritas berisiko memiliki risiko 2,186 kali mengalami partus lama dibandingkan dengan ibu dengan paritas tidak berisiko.

Upaya yang dilakukan untuk mempercepat kala 1 fase aktif yaitu dengan memposisikan ibu pada posisi miring kiri Berdasarkan hasil pemantauan yang dilakukan pada 4 orang responden yang sudah memasuki kala 1 fase aktif dengan memberikan intervensi miring kiri didapatkan hasil sebelum dan sesudah intervensi adalah sebelum dilakukan intervensi ibu bersalin merasakan mulas yang teratur akan tetapi masih pendek dan belum kuat, kemudian dilakukan intervensi dengan posisi miring kiri mulas menjadi teratur dan semakin kuat serta panjang, dilakukan observasi selama pasien mendapatkan intervensi dan melakukan penilaian hasil setelah dilakukan intervensi miring kiri dengan adanya penambahan pembukaan dan penurunan kepala bayi sehingga disimpulkan posisi miring kiri efektif dalam mempercepat persalinan kala 1 fase aktif pada ibu bersalin primigravida.

#### Efektivitas Penggunaan *Birthball* Dalam Mempercepat Persalinan Kala I Fase Aktif

Persalinan lama (partus lama) adalah persalinan pada kala satu fase aktif (dari 4 cm sampai pembukaan 10) biasanya tidak melebihi dari 12 jam. Faktor yang mempengaruhi persalinan menjadi lebih lama yakni kelainan presentasi, kontraksi yang tidak adekuat, kelainan jalan lahir, kehamilan kembar dan anemia (Darma & Abdillah, 2020).

Untuk menangani partus lama, maka di Inggris sudah mulai diperkenalkan teknik persalinan aktif (*active birth*). Penggunaan bola kelahiran menggabungkan gerakan dan latihan, secara teoritis membantu janin menemukan jalan lahir lebih cepat melalui panggul serta mendorong kemajuan persalinan (Darma & Abdillah, 2020)

*Birth ball* (bola persalinan) adalah bola terapi fisik yang membantu ibu inpartu kala I keposisi yang dapat membantu kemajuan persalinan. Sebuah bola terapi fisik dapat digunakan dengan berbagai posisi. Dengan duduk dibola dan bergoyang-goyang membuat rasa nyaman dan membuat kemajuan persalinan menggunakan gravitasi, sambil meningkatkan pelepasan *endorphin* karena elastisitas dan kelengkungan bola, merangsang reseptor dipanggul mensekresi *endorphin* (Pertasari, 2022).

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

Adapun gerakan yang dapat dilakukan pada saat menggunakan *birthball* adalah gerakan *pelvic rocking exercise* yang dilakukan oleh ibu bersalin selama 20 menit per jam. Penggunaan *Birth Ball* secara *pelvic rocking* dapat memperkuat otot-otot perut dan pinggang, mengurangi tekanan pada pinggang, mengurangi tekanan pada kandung kemih, membantu ibu rileks sehingga dapat mengurangi ketegangan yang berdampak pada pengurangan nyeri persalinan yang dirasakan ibu.

Pergerakan fisik yang berpola dengan *pelvic rocking* juga bermanfaat meningkatkan outlet panggul sampai 30%, memfasilitasi peregangan perineum dengan optimal, mengoptimalkan aliran oksigen dan sirkulasi darah ke janin dan posisi yang efektif untuk penurunan janin sehingga janin dapat turun dengan mudah dan cepat selama proses persalinan

Berdasarkan hasil pemantauan yang dilakukan pada 4 orang responden yang sudah memasuki kala 1 fase aktif dengan memberikan intervensi penggunaan *birthball* didapatkan hasil sebelum dan sesudah intervensi adalah sebelum dilakukan intervensi ibu bersalin merasakan mulas yang teratur akan tetapi masih pendek dan belum kuat, kemudian saat dilakukan intervensi mulas teratur dan semakin kuat serta panjang, ibu lebih merasa nyaman saat kontraksi dengan melakukan gerakan diatas *birthball* dan melakukan penilaian hasil setelah dilakukan intervensi dengan adanya penambahan pembukaan dan penurunan kepala bayi.

Adapun kemajuan persalinan pada intervensi *birthball* yang dilakukan pada 4 orang responden memiliki rata rata lama kala 1 fase aktif yaitu 273,7 menit. Secara teori primigravida akan melewati kala 1 fase aktif dalam waktu 6 jam (360 menit) yang terdiri dari 3 fase yaitu 2 jam pada fase akselerasi (pembukaan 3-4 cm), 2 jam fase dilatasi maksimal (pembukaan 4-9 cm) dan 2 jam fase deselerasi (pembukaan 9-10 cm) (Sulfianti et al., 2020).

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Gemini Astrica, dkk (2019) dengan judul Pengaruh *Birthing Ball* Terhadap Lama Kala I Fase Aktif Pada Primigravida Di PMB Yulis Indriana, Malang didapatkan hasil dari 10 orang responden yang mendapatkan intervensi menggunakan *Birthing Ball* 7 orang (70%) diantaranya mengalami mengalami lama kala I fase aktif yang cepat (Rosiena et al., 2019).

Penelitian lain yang dilakukan oleh Ika, dkk (2020) dengan judul Penerapan Teknik *Active Birth* Menggunakan *Birth Ball* Terhadap Kemajuan Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin didapatkan hasil uji statistik dengan nilai p-value 0,034 ( $p < 0.05$ ) berarti ada pengaruh penerapan teknik *active birth* menggunakan *birthball* dan hypnobirthing terhadap kemajuan persalinan kala I pada ibu bersalin (Darma & Abdillah, 2020).

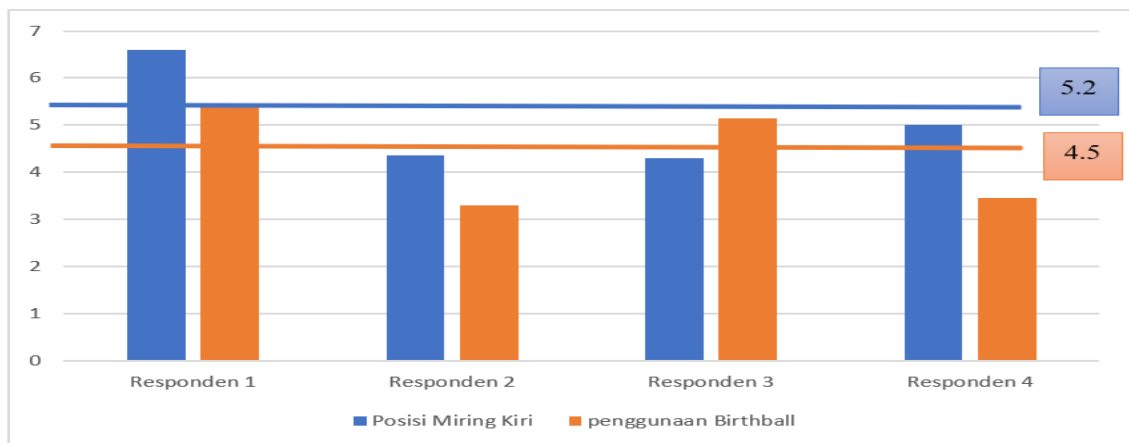
Penggunaan *birthball* selama persalinan tepatnya pada fase aktif sangat berpengaruh pada kemajuan persalinan. *Birthball* membantu kala I persalinan menjadi lebih pendek. Dengan duduk di bola perempuan akan menggerakkan paha, memutar. Hal ini akan mendorong kepala bayi menekan serviks dan membantu dilatasi (Darma & Abdillah, 2020). Sehingga disimpulkan penggunaan *birthball* efektif dalam mempercepat persalinan kala 1 fase aktif pada ibu bersalin primigravida.

Perbedaan Efektifitas Pelaksanaan Posisi Miring Kiri dan Penggunaan *BirthBall* Dalam Mempercepat Persalinan Kala I Fase Aktif setelah dilakukan observasi pada 4 orang responden yang mendapatkan intervensi posisi miring kiri dan intervensi penggunaan *birthball* rata-rata lama kala 1 fase aktif pada intervensi posisi miring kiri adalah 5.2 jam dan rata-rata lama kala 1 fase aktif pada intervensi penggunaan *birthball* adalah 4.5 jam.

Kala 1 fase aktif pada primigravida terjadi dalam waktu 6 jam yang terdiri dari 3 fase yaitu fase akselerasi selama 2 jam, fase dilatasi maksimal selama 2, dan fase deselerasi selama 2 jam. Posisi miring kiri sebagai tindakan non invasive dapat ditetapkan sebagai posisi saat persalinan harus dapat menghindari terjadinya hipoksia pada janin, menciptakan pola kontraksi uterus yang efisien, meningkatkan dimensi pelvis, memudahkan pengamatan janin, menyediakan daerah yang bersih untuk melahirkan dan menimbulkan perasaan yang nyaman bagi ibu (Handayani & Pratiwi, 2021). Berdasarkan

hasil penelitian, penerapan posisi miring kiri pada ibu bersalin dalam fase aktif kala I di UPTD Puskesmas Rawat Inap Ciranjang memiliki dampak positif terhadap peningkatan durasi persalinan, posisi miring kiri dapat menjadi alternatif yang bermanfaat dalam memfasilitasi proses persalinan yang lebih efisien (Komariyati et al., 2023).

**Grafik 1** Kala 1 Fase Aktif Pada Ibu Bersalin Dengan Posisi Miring Kiri dan Penggunaan Birthball



Penggunaan Birthball sebagai salah satu tindakan non invasif dapat mempercepat persalinan sangat baik untuk gerakan dan reaksi selama proses persalinan. Hasil penelitian menunjukkan penggunaan birthball berpengaruh terhadap lama kala 1 fase aktif pada ibu bersalin primigravida. Penggunaan birthball memungkinkan wanita bersalin berada dalam posisi tegak yang dapat berpengaruh terhadap percepatan durasi kala I fase aktif (Rosiana et al., 2019).

Berdasarkan hasil penelitian tindakan non invasif posisi miring kiri dan penggunaan birthball dalam mempercepat kala 1 fase aktif keduanya efektif, hal ini didapat berdasarkan rata-rata lama kala 1 pada ibu bersalin dengan posisi miring kiri adalah 5,2 jam (< 6 jam) dan penggunaan birthball adalah 4.5 jam (< 6 jam). Akan tetapi jika dibandingkan dalam durasi lama persalinannya penggunaan birthball lebih efektif dalam mempercepat kala 1 fase aktif pada ibu bersalin primigravida di UPTD Puskesmas Rawat Inap Ciranjang

Metode active birth yakni membuat ibu melakukan mobilisasi dengan tujuan untuk meminimalkan rasa nyeri serta dapat mempengaruhi lamanya kala I dan kala II persalinan, hal ini sesuai dengan standar bidan dalam hal bidan sebagai pendamping persalinan (Susanti, et al 2015).

Metode yang dapat dilakukan dalam teknik active birth yaitu melakukan beberapa gerakan di atas birthball sehingga membantu meminimalkan angka kejadian partus lama. Birthing ball dapat membantu ibu dalam posisi tegak, tetap tegak ketika dalam proses persalinan akan memungkinkan rahim untuk bekerja seefisien mungkin dengan membuat

bidang panggu lebih uas dan terbuka. Dengan kata lain dapat merangsang diatasi dan memperlebar outlet panggul. Duduk urus di atas boa maka gaya gravitasi bumi akan membantu janin atau bagian terendah janin untuk segera turun ke panggu (Dina et a., 2023).

Hasi peneitian yang dilakukan oleh Kamaina, dkk (2023) yang melakukan penelitian dengan membandingkan kemajuan persalinan pada primigravida dengan dan tanpa menggunakan birthball, dari 30 ibu bersalin yang dijadikan responden 19 orang menggunakan birthball pada kala 1 fase aktif dan 11 orang tidak menggunakan birthball, hasil penelitian ibu bersalin yang menggunakan birthball mengalami kemajuan persalinan lebih cepat dibandingkan dengan ibu bersalin yang tidak menggunakan birthball dengan nilai p-vaue 0,001 ( $p < 0,05$ ) sehingga disimpulkan ada hubungan terapi birthball dengan kemajuan persalinan kala I fase aktif pada ibu primigravida. (Dina et a., 2023)

Pada keompok intervensi miring kiri dari 4 ibu bersain yang dijadikan responden terdapat 1 ibu bersain dengan ama kaa 1 fase aktif ebih dari 6 jam, responden tersebut geisah dan merasa cemas, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Citra (2020) menyatakan terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan terjadinya persainan lama pada ibu bersalin primigravida (DewiFitri Setiani et a., 2020). Salah satu manfaat penggunaan birthball adalah membantu ibu merasa relaks dan mengurangi nyeri saat his, dalam penelitian yang dilakukan oleh Apriia (2023) menyatakan bahwa semakin seorang ibu merasa relaks dan semakin mobile maka akan semakin singkat waktu yang diperlukan untuk menuju ke pembukaan lengkap . Sehingga dapat disimpulkan penggunaan birthball ini efektif untuk mempercepat persainan kala 1 fase aktif jika dibandingkan dengan posisi miring kiri, dengan kala 1 yang ebih cepat diharapkan angka kesakitan dan kematian pada ibu dan bayi akibat partus lama bisa diminimalisir.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang “Efektivitas Posisi Miring Kiri Dan Penggunaan *Birthball* Dalam Mempercepat Persalinan Kala 1 Fase Aktif Pada Ibu Bersalin”

1. Didapatkan hasil ibu bersalin yang melakukan posisi miring kiri, rata-rata lama persalinan kala 1 fase aktif adalah 5.2 jam, Ada percepatan kala1 fase aktif sebanyak 0.8 jam.
2. Didapatkan hasil ibu bersalin yang menggunakan *birthball*, rata-rata lama persalinan kala 1 fase aktif adalah 4.5 jam, Ada percepatan kala 1 sebanyak 1.5 jam.

3. Didapatkan hasil bahwa penggunaan birthball lebih efektif dalam mempercepat kala 1 fase aktif dilihat dari rata-rata lama persalinan kala 1 fase aktif dengan membandingkan 2 metode non invasive yaitu miring kiri dan menggunakan *birthball*.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Aprillia, Y. (2015, January 30). Keuntungan dan Kekurangan Posisi Persalinan. *BidanKita*.
- Chapman, V. (2016). *Asuhan Kenidanan, Persalinan dan Kelahiran* (V. Chapman, Ed.). EGC.
- Choirunissa, R., Widowati, R., & Nabila, P. (2021). Peningkatan Pengetahuan Tentang Terapi Birth Ball Untuk Pengurangan Rasa Nyeri Persalinan Di Klinik P Kota Serang. *Journal of Community Engagement in Health*, 4, 219–224.
- Darma, I. Y., & Abdillah, N. (2020). Penerapan Teknik Active Birth Menggunakan Birth Ball Terhadap Kemajuan Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin. *Jurnal Ilmu Kesehatan*.
- DewiFitri Setiani, C., Titisari, I., & DwiAntono, S. (2020). Hubungan Tingkat Kecemasan Ibu Dengan Terjadinya Persalinan Lama (Prolong) Pada Ibu Bersalin Kala 1 Fase Aktif Primigravida. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 168–173.
- Dina, K. F., Altika, S., & Hastuti, P. (2023). Hubungan Terapi Birth Ball Dengan Kemajuan Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Primigravida Di Klinik Pratama Lidya Sifra Kudus. *Jurnal Ilmu Kebidanan Dan Kesehatan*, 14.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat. (2023). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat 2023*.
- Handayani, S., & Pratiwi, A. (2021). Posisi Miring Kiri Pada Persalinan Terhadap Lama Kala I Fase Aktif Pada Ibu Bersalin. *Babul Ilmi\_Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, 13, 72–80.
- Harahap, T. R. (2021). Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Penyakit Persalinan Lama Di Desa Sihobuk Lama Kecamatan Sorkam Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2021. *Jurnal Kenidanan Matorkis*, 3.
- Husaidah, S., & Amru, D. E. A. H. (2023). Pelvic Rocking Exercise Menggunakan Birthing ball Mempengaruhi Kemajuan Persalinan Kala I. *Midwifery Care Journal*, 4, 10–15.
- Ijabah, N., Achyar, K., & Kusuma, I. R. (2023). Efektifitas Pemberian Perlakuan Posisi Miring Kiri dan Upright Position terhadap Percepatan Kemajuan Persalinan Kala I Fase Aktif pada Ibu Inpartu. *Jurnal Riset Kesehatan Masyarakat*.
- JNPK-KR. (2014). *Asuhan Persalinan Normal Dan Inisiasi Menyusui Dini*. Bakti Husada.
- Komariyati, N. A., Pratamaningtyas, S., & Rahayu, D. E. (2023). Pengaruh Posisi Miring Kiri Terhadap Durasi Persalinan Kala I Fase Aktif. *Jurnal Kebidanan*, 12, 87–93.

- Lubis, E., & Sugiarti, W. (2021). Hubungan Umur Dan Paritas Dengan Kejadian Partus Lama Di RSB Permata Hati Metro Tahun 2019. *Bunda Edu - Midwefery Journal*, 4, 18–30.
- Manuaba, I. B. G. (2017). *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan & Keluarga Berencana Untuk Pendidikan Bidan*. EGC.
- Natia Wiji, R., Mardia, A., & Anita Yuningsih, S. (2020). Efektifitas Posisi Jongkok Dan Posisi Miring Kiri Terhadap Percepatan Kemajuan Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Inpartu Di RSUD Taluk Kuantan. *Zona Kebidanan*, 10.
- Pertasari, R. M. Y. (2022). Efektivitas Birth Ball Terhadap Kemajuan Persalinan Pada Ibu Bersalin Di Klinik Permata Bunda Kota Serang. *Journal Of Midwefery*, 10, 77–82.
- Prawirohardjo, S. (2014). *Ilmu Kebidanan* (A. B. Saifuddin, Ed.). PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Riyanto. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Partus Lama Di Puskesmas Poned Kabupaten Lampung Timur. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*.
- Rosiena, G. A., Panggayuh, A., & Mardiyanti, T. (2019). Pengaruh Birth Ball Terhadap Lama Kala I Fase Aktif Pada Primigravida Di PMB Yulis Indriana, Malang. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 8, 164–175.
- Sari, M. H. N., Sebtalezy, C. Y., Saragih, H. S., Simangunsong, D. E., Astuti, A. D., Jannah, S. R., Gultom, L., Argaheni, N. B., Rahmiati, B. F., Putri, N. R., Wulandari, D. T. W., & Azizah, N. (2022). *Obstetri dan Ginekologi untuk Kebidanan* (R. Watrianthos, Ed.). Yayasan Kita Menulis.
- Sulfianti, Indryani, Purba, D. H., Sitorus, S., Yuliani, M., Haslan, H., Ismawati, Sari, M. H. N., Pulungan, P. W., Purba, A. M. V., & Aini, F. N. (2020). *Asuhan Kebidanan Pada Persalinan* (J. Simarmata, Ed.). Yayasan Kita Menuli.