

PENGURANGAN INTENSITAS NYERI PERSALINAN PADA IBU HAMIL DENGAN INTERVENSI BIRTH BALL

Melia Indrawati¹, Nensi Utari², Rika Agustina³, Lusiah Asih Wulandari⁴

^{1,2,3,4}Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah
Pringsewu

Email: bumely472@gmail.com¹, nensiutari.bidan@gmail.com²,
rikaagustina938@gmail.com³, wulandaribudiyanto@gmail.com⁴

ABSTRAK

Asuhan Kebidanan berkelanjutan merupakan asuhan yang diberikan seorang bidan terhadap klien/pasien mulai dari masa kehamilan, persalinan, nifas, BBL dan KB. Selama proses persalinan terjadi banyak perubahan pada seorang ibu. Tujuan laporan tugas akhir ini adalah untuk memberikan asuhan kebidanan secara berkelanjutan dengan intervensi pemberian komplementer Brithing Ball untuk mempercepat penurunan kepala dan persalinan dan pemberian komplementer kompres hangat untuk mengurangi nyeri kontraksi pada persalinan kala I di PMB Melia Indrawati, S.ST., M.M Pekon Giri Tunggal Kecamatan Pagelaran Utara Kabupaten Pringsewu Provinsi Lampung Tahun 202. Metode yang digunakan adalah metode deskriptif dengan menggunakan pendekatan studi kasus yang dilakukan dengan memberikan asuhan kebidanan secara komprehensif, dengan subjek studi kasus yaitu Ny. E, Ny. N, dan Ny. H. Hasil Laporan Tugas Akhir ini menunjukkan bahwa pemberian terapi *birthing ball* efektif dalam kemajuan persalinan mampu mengurangi nyeri persalinan pada ketiga pasien. Kesimpulan *birthing ball* dapat diterapkan dalam pemberian asuhan kebidanan secara berkelanjutan untuk mengatasi nyeri persalinan sehingga proses persalinan dapat berjalan dengan lancar dan aman.

Kata Kunci: Asuhan kebidanan berkelanjutan, *Birthing ball*, Nyeri persalinan

ABSTRACT

Continuous midwifery care is care provided by a midwife to clients/patients starting from pregnancy, childbirth, postpartum, BBL, and family planning. During the birth process, there are many changes in a mother. The purpose of this final report is to provide sustainable midwifery care with the complementary intervention of Breathing Ball to accelerate head reduction and labor and complimentary provision of warm compresses to reduce contraction pain in the first stage of labor at PMB Melia Indrawati, S.ST., M.M Pekon Giri Tunggal, North Pagelaran District, Pringsewu Regency, Lampung Province in 202. The method used is a descriptive method using a case study approach which is carried out by providing comprehensive midwifery care, to the subject of the case study, namely NY. E, Mrs. N, and Mrs. H. The results of this final report show that giving birthing ball therapy is effective in the progress of labor therapy can reduce labor pain in the three patients. The conclusion of birthing balls can be applied in the provision of sustainable midwifery care to overcome labor pain so that the delivery process can run smoothly and safely.

Keywords: Continuous obstetric care, *Birthing ball*, Labor pain

LATAR BELAKANG

Continuity Of Care (COC) atau asuhan yang berkesinambungan merupakan asuhan yang diberikan seorang bidan terhadap klien atau pasien mulai dari masa kehamilan, persalinan, nifas, BBL dan KB (Kemenkes, 2020).

Persalinan merupakan suatu proses alamiah yang terjadi pada setiap perempuan. Rasa nyeri selama proses persalinan merupakan kodrat alam yang memang harus dilalui seorang wanita. Rasa takut dalam menjalani persalinan yang nyeri ini menimbulkan suatu pemikiran pada sebagian wanita untuk cenderung memilih persalinan secara operasi *sektio caesaria*. Rasa nyeri persalinan yang sangat hebat juga dapat menimbulkan rupture uteri akibat kontraksi yang berlebihan dan penanganan mengatasi nyeri yang salah (Pratiwi, dkk, 2021).

Secara fisiologis nyeri terjadi ketika otot-otot rahim berkontraksi sebagai upaya membuka servik dan mendorong kepala bayi kearah panggul. Nyeri pada persalinan kala I merupakan proses fisiologis yang disebabkan oleh proses dilatasi serviks, hipoksia otot uterus saat kontraksi, iskemia korpus uteri dan peregangan segmen bawah rahim dan kompresi saraf diservik (Lowdermilk et al, 2012).

Nyeri persalinan saat kala I merupakan nyeri berat yang dirasakan ibu bersalin dalam waktu yang lebih lama. Jumlah ibu bersalin Primigravida yang mengalami nyeri berat sebanyak 46%, 64% mengalami nyeri sedang dan ringan, sedangkan pada multigravida sebanyak 37% ibu bersalin mengalami nyeri berat, dan 63% mengalami nyeri sedang dan ringan (Farida, 2016)

Nyeri persalinan yang tidak teratasi dapat mempengaruhi kontraksi uterus melalui sekresi kadar katekolamin dan kortisol yang menaikkan aktivitas sistem saraf simpatis, perubahan tekanan darah, denyut jantung, pernapasan dan akibatnya mempengaruhi lama persalinan. Nyeri juga dapat menyebabkan aktivitas uterus tidak

terkoordinasi yang akan mengakibatkan persalinan lama (Lowdermilk et al, 2012). Berdasarkan data International NGO on Indonesian Development (INFID) pada tahun 2013 angka kejadian persalinan kala I memanjang di Indonesia sebesar 5% dari seluruh penyebab kematian ibu dan persalinan kala I memanjang menjadi penyebab kematian langsung pada ibu. Kala I memanjang dapat mengakibatkan fetal distress.

Menurut data dengan 700.000 kematian intrapartum diseluruh dunia, sebanyak 45% berhubungan dengan fetal distress (Liam, et al., 2016). Di Indonesia kejadian fetal distress pada saat intrauterine terdapat sebesar 34,7% dari 100.000 kelahiran hidup. (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2013). Menurut WHO dari data penyebab kematian bayi pada tahun 2010-2015 di Indonesia, sejumlah 637.000 kematian disebabkan fetal distress.

Untuk menghilangkan rasa nyeri dapat digunakan dengan metode farmakologis dan nonfarmakologis (terapi komplementer). Penanganan nyeri secara farmakologis masih banyak menimbulkan pertentangan karena pemberian obat selama proses persalinan akan memberikan efek negatif bagi janin maupun ibu (Kartini, 2017).

Salah satu tehnik relaksasi dan tindakan nonfarmakologi dalam penanganan nyeri saat persalinan dengan menggunakan *birthing ball* (Pratiwi, dkk, 2021). *Birthing ball* adalah terapi fisik atau latihan sederhana menggunakan bola, dimana latihan tersebut diterapkan untuk ibu hamil, ibu melahirkan dan ibu pasca melahirkan (Kustari et al 2012).

Bola ini berperan membantu ibu saat inpartu kala I persalinan dalam memajukan persalinannya. Selain itu dapat digunakan dalam berbagai posisi, misalkan dengan duduk diatas bola dan bergoyang-goyang membuat rasa nyaman dan memajukan persalinan dengan menggunakan gravitasi sambil meningkatkan pelepasan endorphen karena elastisitas dan lengkungan bola merangsang reseptor dipanggul yang

bertanggung jawab untuk mensekresikan endorphin (Kurniawati, 2017).

Tujuan dari latihan *Birthing ball* adalah membuat rileks otot-otot dan ligamentum, membuat Kepala janin cepat turun, melatih jalan lahir, membuat otot dasar panggul menjadi elastis dan lentur, membuat Dasar Panggul Bermanuver, memposisikan janin ke posisi yang benar, membuat ibu hamil merasa nyaman dan membantu kemajuan serta mempercepat proses persalinan, mempersingkat kala I persalinan dan tidak memiliki efek negatif pada ibu dan janin, menyembuhkan masalah pada tulang dan saraf, menurunkan rasa nyeri, membantu mengurangi tekanan kandung kemih dan pembuluh darah (Mathew, 2012).

Latihan *birth ball* dilaksanakan selama 30 menit pada ibu inpartu primigravida setelah pembukaan 4cm-7cm (kala I fase aktif persalinan) akan berdampak pada nyeri persalinan. Ketidaknyamanan dapat diatasi dengan posisi tubuh yang menunjang grafitasi dan posisi yang mempercepat dilatasi serviks seperti berjalan, berjongkok, berlutut, dan duduk. Penggunaan *birth ball* akan mendukung ibu untuk menggunakan posisi tersebut selama proses persalinan. Hal ini akan membantu janin turun ke dalam rongga panggul dan ibu lebih sedikit merasakan nyeri. (Kurniawati, 2017)

Salah satu penelitian tentang *birth ball* yang dilakukan oleh Kwan et al, yaitu evaluasi penggunaan *birth ball* pada intrapartum. Sebanyak 66% melaporkan penurunan tingkat nyeri setelah menggunakan *birth ball*, 8% melaporkan nyeri yang lebih dari sebelumnya, 26% melaporkan tidak ada perubahan dalam tingkat nyerinya. Dalam hal kepuasan pemakaian, 84% menyatakan *birth ball* dapat meredakan nyeri kontraksi, 79% dapat meredakan nyeri punggung dan 95% menyatakan nyaman ketika menggunakan *birth ball*.

Studi pendahuluan yang dilakukan dengan wawancara kepada beberapa teman bidan di PMB Kabupaten Pringsewu mengatakan bahwa penggunaan *Birthing ball* dapat

mengurangi nyeri persalinan, rileksasi dan mempercepat proses persalinan tetapi belum semua bidan menerapkan latihan *birthing ball* sehingga masih sedikit dimanfaatkan oleh ibu hamil dan bersalin. Berdasarkan data persalinan di PMB Melia Indrawati pada tahun 2021 diketahui terdapat 140 (25 %) ibu bersalin yang mengalami kala I memanjang.

Berdasarkan permasalahan diatas maka peneliti tertarik untuk memberikan asuhan kebidanan secara *Continuity of Care* pada Ny. E, Ny. H, dan Ny. N Di PMB Melia Indrawati, S.ST., M.M Pekon Giri Tunggal Kecamatan Pagelaran Utara Kabupaten Pringsewu Provinsi Lampung Tahun 2022.

METODE PENELITIAN

Metode deskriptif dengan menggunakan pendekatan studi kasus yang dilakukan dengan memberikan asuhan kebidanan secara komprehensif, dengan subjek studi kasus yaitu Ny. E, Ny. N, dan Ny. H.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan asuhan kebidanan persalinan terhadap Ny. E, Ny. H, dan Ny. N, diketahui merasakan nyeri persalinan kala I, sementara pada Ny. R, Ny. S dan Ny. U diketahui merasakan nyeri pada pinggang dan kram pada kaki.

Pada asuhan kebidanan ini menggunakan skala nyeri *Numeric Rating Scale* (NRS) dimana menerangkan angka 0 sampai 10 untuk menggambarkan tingkat nyeri. Pengukuran dikatakan tidak nyeri 0, nyeri ringan 1-3, nyeri sedang 4-6, nyeri berat 7-9 dan nilai sangat berat yaitu 10. Tingkat nyeri diukur sebelum dan sesudah diberikan terapi *Birthing ball* dengan hasil : Pada Ny. E dari Skala Nyeri 6 (Nyeri sedang) menjadi Skala Nyeri 3 (Nyeri ringan), Pada Ny. H dari Skala Nyeri 8 (Nyeri berat) menjadi Skala Nyeri 5 (Nyeri sedang), Pada Ny. N dari Skala Nyeri 7 (Nyeri berat) menjadi Skala Nyeri 4 (Nyeri sedang) sementara Pada Ny. R dari Skala Nyeri 6 (Nyeri sedang) menjadi Skala Nyeri 3 (Nyeri ringan), Pada Ny. S dari Skala Nyeri 8 (Nyeri berat) menjadi Skala

Nyeri 5 (Nyeri sedang), Pada Ny. U dari Skala Nyeri 7 (Nyeri berat) menjadi Skala Nyeri 4 (Nyeri sedang).

Hal ini sesuai dengan penelitian yang juga dilakukan oleh Isye Fadmiyanor dkk menunjukkan nyeri partisipan yang diukur dengan menggunakan alat ukur Numeric Rating Scale (NRS) sebelum dilakukan partisipan pertama mendapatkan hasil skala nyeri dengan nilai 6 yaitu nyeri sedang dan partisipan kedua yaitu mendapatkan hasil dengan nilai 6 yaitu nyeri . nyeri setelah dilakukan Birth Ball selama 30 menit didapatkan hasil pengukuran pada partisipan pertama menggunakan alat ukur NRS sesudah dilakukan Birth Ball mendapatkan penurunan nyeri dengan skala nyeri 3 (nyeri ringan) dan mendapat penurunan skala nyeri dengan skala nyeri 3 (nyeri ringan). (Jurnal ibu dan anak Vol. 5 No. 2 (November 2017)). Sehingga metode Birth Ball terbukti dapat menurunkan rasa nyeri pada persalinan kala I Fase aktif.

Terapi *brithing ball* yang bertujuan untuk mempercepat proses persalinan. Sesuai dengan teori Kurniawati (2017) yang menjelaskan bahwa *brithing ball* berperan membantu ibu saat inpartu kala I persalinan dalam memajukan persalinannya. Selain itu dapat digunakan dalam berbagai posisi, misalkan dengan duduk diatas bola dan bergoyang-goyang membuat rasa nyaman dan memajukan persalinan dengan menggunakan gravitasi sambil meningkatkan pelepasan endorphin karena elastisitas dan lengkungan bola merangsang reseptor dipanggul yang bertanggung jawab untuk mensekresikan endorphin.

Penelitian Irawati dkk (2019) yang dilakukan pada ibu bersalin di Puskesmas Lompoe sebanyak 20 orang yang mendapat perlakuan *brithing ball* dan 20 orang sebagai sampel kontrol. Berdasarkan hasil analisis bivariat menunjukan bahwa nilai p adalah $<0,001$. Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh penggunaan *birthing ball* terhadap penurunan tingkat nyeri pada Ibu bersalin kala I fase aktif.

Hasil tersebut sesuai dengan asuhan yang diberikan oleh bidan bahwa intervensi *brithing ball* dapat mempercepat proses persalinan. Birth ball dapat menambah aliran darah menuju rahim, plasenta dan bayi. Mengurangi tekanan dan menambah outlet panggul 30 % . Membuat rasa nyaman didaerah lutut dan kaki. Memberikan kontra tekanan didaerah perineum dan juga paha. Melalui gaya gravitasi, *birthing ball* juga mendorong bayi untuk turun sehingga proses persalinan menjadi lebih cepat (Kurniawati 2017).

Hasil tersebut sesuai dengan intervensi yang diberikan oleh bidan dimana nyeri persalinan diberikan asuhan komplementer yaitu *brithing ball* dan terapi kompres hangat dimana hasil yang didapat adalah pada Ny.E merupakan multigravida yang dapat mengontrol emosi saat proses persalinan berlangsung sehingga pemberian terapi *breathing ball* dan kompres hangat yang diberikan dapat mempercepat kemajuan persalinan dan rasa nyeri berkurang dan tidak terjadi rupture perenium sementara pada Ny.H dan Ny.N merupakan primigravida belum dapat mengontrol emosi saat proses persalinan berlangsung namun setelah diberikan terapi *brithing ball* dan kompres hangat terbukti dapat mempercepat kemajuan persalinan dan mengurangi rasa nyeri persalinan yang dialami namun terjadi rupture perenium derajat 1.

Adapun faktor nyeri persalinan adalah disebabkan karena secara fisiologis nyeri terjadi ketika otot-otot rahim berkontraksi sebagai upaya membuka servik dan mendorong kepala bayi kearah panggul. Nyeri pada persalinan kala I merupakan proses fisiologis yang disebabkan oleh proses dilatasi serviks, hipoksia otot uterus saat kontraksi, iskemia korpus uteri dan peregangan segmen bawah rahim dan kompresi saraf diservik (Bandiyah, 2019). Pemberian Asuhan komplementer *Birthing Ball* pada ibu bersalin Ny. E multi gravida berbeda dengan primi gravida Ny H dan Ny. N dimana dari segi emosinya untuk

primi gravida sendiri karena ini adalah pengalaman pertama bagi ibu sehingga si ibu masih belum focus pada asuhan yang diberikan, persalinan ibu primi gravida tetap mengalami kemajuan tapi dengan rupture perineum derajat 1 sedangkan bagi multi gravida karena ibu sudah pernah melahirkan sebelumnya dan ibu dapat menerima asuhan komplementer birthing ball yang diberikan oleh bidan dan di terapkan secara berulang sesuai arahan bidan sehingga persalinan ibu yang multi gravida mengalami kemajuan dan minim trauma.

Pengurangan rasa nyeri persalinan kala I terjadi setelah dilakukan intervensi berupa pelaksanaan latihan birth ball yang dilakukan selama tiga puluh menit pada pengukuran ke-1 maupun ke-2. Menurut Graston dalam Rumbin, menyatakan bahwa secara signifikan derajat nyeri lebih berat dirasakan pada primipara daripada multipara. Ada perbedaan tingkat nyeri antara paritas primipara dengan multipara terhadap nyeri persalinan kala I, sebagian besar pada multipara mengalami tingkat nyeri berat. Paritas primigravida mengalami proses pendataran serviks terjadi terlebih dahulu dibandingkan dengan pembukaan, sehingga proses persalinan lebih lama dibandingkan dengan multigravida.

Latihan birth ball dilaksanakan selama 30 menit pada ibu inpartu primigravida setelah pembukaan 4cm-7cm (kala I fase aktif persalinan) akan berdampak pada nyeri persalinan. Ketidaknyamanan dapat diatasi dengan posisi tubuh yang menunjang grafitasi dan posisi yang mempercepat dilatasi serviks seperti berjalan, berjongkok, berlutut, dan duduk. Penggunaan birth ball akan mendukung ibu untuk menggunakan posisi tersebut selama proses persalinan. Hal ini akan membantu janin turun ke dalam rongga panggul dan ibu lebih sedikit merasakan nyeri. (Kurniawati, 2017).

KESIMPULAN

Hasil dari asuhan kebidnan persalinan yang diberikan didapatkan hasil terdapat penurunan tingkat nyeri persalinan kala I dan terdapat kemajuan persalinan sebelum dan setelah diberikan *birthing ball*. Sehingga dapat disimpulkan bahwa birthing ball efektif dalam meningkatkan kemajuan persalinan. Saran untuk bidan yaitu dapat menerapkan atau memberikan terapi *birthing ball* dalam penatalaksanaan asuhan persalinan.

DAFTAR PUSTAKA

- Bobak, Lowdermilk, Jense. (2012). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Jakarta: EGC.
- Kemenkes RI, (2019), Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2018.
- Kurniawati, 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
- Mathew, Albin et al. (2012). A Comparative Study On Effect of Ambulation and Birthing ball On Maternal and Newborn Outcome Among Primigravida Mothers in Selected Hospitals in Mangalore. *Nitte University Journal of Health Science*.2(2) : 2-5
- Pratiwi, D., Hadi, S. P. I., Sari, N., & Okinarium, G. Y. (2021). *Asuhan Kebidanan Komplementer Dalam Mengatasi Nyeri Persalinan*. Pustaka Aksara.
- Morvarid Ghasab Shirazi¹ ID, Shahnaz Kohan², Firoozeh Firoozehchian¹, Elham Ebrahimi^{3*} ID. (2019). Experience of Childbirth With Birth Ball international. *Journal of Women's Health and Reproduction Sciences*, Volume 7, No. 3, July 2019.