

EFEKTIFITAS LATIHAN *BIRTH BALL* TERHADAP PENURUNAN NYERI PERSALINAN KALA I FASE AKTIF PADA *PRIMIGRAVIDA* DI BIDAN PRAKTEK MANDIRI KOTA TASIKMALAYA

Ade Kurniawati¹, Djaswadi Dasuki², Farida Kartini³

INTISARI

Latar belakang: Ketidaknyamanan, rasa takut dan rasa nyeri merupakan masalah bagi ibu bersalin. Nyeri pada kala I persalinan merupakan nyeri yang berat dengan waktu yang lebih lama, untuk itu perlu diperhatikan penanganan untuk mengatasi nyeri pada kala I persalinan. Latihan *birth ball* merupakan salah satu metode nonfarmakologi untuk mengurangi nyeri persalinan.

Tujuan: mengetahui efektifitas latihan *birth ball* terhadap pengurangan nyeri persalinan kala I fase aktif pada primigravida.

Metode: Jenis penelitian ini menggunakan metode *quasi* eksperimen dengan rancangan *post test-only non equivalent control group*. Populasi target dalam penelitian ini akan mencakup semua ibu bersalin primigravida yang memenuhi kriteria inklusi di Bidan Praktek Mandiri (BPM) Kota Tasikmalaya. Sampel penelitian ibu bersalin sebanyak 38 dengan teknik *consecutive sampling*. Sampel dibagi 2 kelompok, kelompok perlakuan diberikan latihan *birth ball* pada ibu *inpartu* kala I fase aktif, selama 30 menit dan sebanyak 2 kali, kelompok kontrol tidak diberikan latihan *birth ball*. Analisis bivariabel dilakukan dengan uji korelasi dan *t-test* sedangkan analisis multivariabel menggunakan regresi linear.

Hasil: Rata-rata nyeri persalinan pada kelompok yang diberikan latihan *birth ball* lebih rendah $4,5 \pm 1,0$ dibandingkan dengan kelompok kontrol $5,4 \pm 1,1$ dengan nilai *p value* sebesar 0,01. Variabel luar yang berpengaruh terhadap nyeri persalinan adalah kecemasan, dukungan suami dan keluarga dengan nilai $p < 0,05$. Analisis multivariat model 4 didapatkan nilai R^2 sebesar 0,49 yang berarti bahwa latihan *birth ball* dan dukungan suami dan keluarga itu berkontribusi terhadap nyeri persalinan yaitu sebesar 49%.

Simpulan: Terdapat perbedaan yang signifikan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu primigravida yang melakukan latihan *birth ball* dengan yang tidak melakukan latihan *birth ball*. Intensitas nyeri persalinan kala I pada ibu primigravida yang melakukan latihan *birth ball* lebih rendah dibandingkan dengan yang tidak melakukan latihan *birth ball*.

Kata Kunci : *birth ball*, nyeri persalinan, kala I, fase aktif, primigravida
Kepustakaan : 34 Buku (2006-2012), 9 Jurnal
Jumlah halaman : xiii-89, 11 tabel, 8 Gambar, 9 Lampiran

1. Mahasiswi Prodi Ilmu Kebidanan Program Magister (S2) Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta
2. Dosen Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta
3. Dosen Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

EFFECTIVENESS OF BIRTH BALL EXERCISE TO DECREASE LABOR PAIN IN THE ACTIVE PHASE OF THE FIRST STAGE OF LABOR ON THE PRIMIGRAVIDA WOMEN AT PRIVATELY PRACTICING MIDWIVES IN TASIKMALAYA

Ade Kurniawati¹, Djaswadi Dasuki², Farida Kartini³

ABSTRACT

Background: Some problems may appear due to childbirth, such as discomfort, fear and pain. Particularly for pain in the first stage of labor, it can be severe and takes place a longer time; thus, pain management is necessary. Birth ball exercise is one of nonpharmacological methods to reduce labor pain.

Objective: To determine the effectiveness of birth ball exercise towards the reduction of labor pain in the active phase of the first stage of labor in primigravida.

Methods: This was a quasi-experimental study with a post test-only nonequivalent control group study design. The target population included all primigravida mothers who met the inclusion criteria in Privately Practicing Midwives (BPM) in Tasikmalaya. Thirty eight women were recruited with consecutive sampling technique, divided into 2 groups, the treatment group given ball birth exercise in active phase of the first stage for 30 minutes for two times and the control group not given the exercise. The bivariable analysis was conducted with correlation and t-test, while the multivariable analysis used linear regression.

Results: The mean labor pain in the group given birth ball exercise was lower 4.5 ± 1.0 than that in the control group at 5.4 ± 1.1 with a p value of 0,01. The extraneous variables that influenced labor pain were anxiety, husband and family support with a p value of <0.05 . The multivariate analysis using Model 4 obtained an R^2 value of 0.49, which means that the birth ball exercise and husband and family support contributed to labor pain equal to 49%.

Conclusions: There were significant differences in pain intensity in active phase of the first stage of labor between primigravida who practiced birth ball exercise and those who did not. The pain intensity was lower in women practicing birth ball exercise than that in those who did not.

Keywords : birth ball, labor pain, the first stage, the active phase, primigravida

Reference : 34 Books (2006-2012), 9 Journals

Number of pages : xiii-89, 11 tables, 8 drawing, 9 attachments

-
1. The Student of Midwifery Master Program 'Aisyiyah University of Yogyakarta
 2. Lecturer of 'Aisyiyah University of Yogyakarta
 3. Lecturer of 'Aisyiyah University of Yogyakarta