

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH TASIKMALAYA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN
Laporan Tugas Akhir, Februari 2021**

**An Nisaa Nur Syaban
NIM E.18.154.01.037**

ABSTRAK

**EFEKTIVITAS LATIHAN *BIRTHBALL* UNTUK
PENURUNAN INTENSITAS NYERI
PERSALINAN KALA 1**

Persalinan merupakan proses fisiologis yang akan dialami oleh seorang ibu tetapi pada umumnya dapat menimbulkan rasa takut karena saat bersalin disertai nyeri berat. Nyeri persalinan mulai dirasakan pada pembukaan serviks 0-10 cm. Rasa nyeri selama persalinan disebabkan oleh kala I persalinan yang kontraksinya menyebabkan dilatasi dan penipisan serviks serta *iskemia* rahim akibat kontaksi arteri myometrium. Kontaksi ini menyebabkan adanya pembukaan serviks untuk memulai terjadinya persalinan. Berbagai upaya dilakukan untuk menurunkan rasa nyeri persalinan baik secara farmakologi maupun non-farmakologi. Adapun metode non-farmakologi yang dilakukan ialah dengan latihan *Birthball*. Telaah pustaka ini bertujuan untuk membuktikan pengaruh penggunaan *Birthball* terhadap pengurangan intensitas nyeri persalinan kala I pada ibu bersalin. Metode telaah pustaka ini adalah studi literatur dengan mengkaji 5 artikel penelitian yang berasal dari Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia, *Wellness And Healthy Magazine*, Jurnal Penelitian Kebidanan & Kespro, Tunas-Tunas Riset Kesehatan, dan Jurnal Keperawatan Silampari. Hasil studi literatur ini mengungkapkan metode nonfarmakologis dengan latihan *Birthball* dapat menurunkan skala nyeri persalinan kala I fase laten pada ibu bersalin dengan rata-rata hasil penelitian $P_v=0,00 \leq a = 0,05$. Simpulan latihan *Birthball* terbukti efektif dalam menurunkan skala nyeri persalinan kala I fase laten pada ibu bersalin.

Kata Kunci: *Birth Ball Exercise*, Intensitas Nyeri, Persalinan Kala I , Persalinan

Kepustakaan : 2017-2020

UNIVERSITY MUHAMMADIYAH OF TASIKMALAYA
THE STUDIES DIPLOMA OF MIDWIFERY
The Final Project, Februari 2021

An Nisaa Nur Syaban
NIM E.18.154.01.037

ABSTRACT

EFFECTIVENESS OF BIRTHDAY EXERCISES
REDUCTION OF LABOR PAIN
INTENSITY^{1st} STAGE

Childbirth is a physiological process that a mother will experience but in general it can cause fear due to severe pain during labor. Labor pain begins to feel at the cervical opening 0-10 cm. Pain during labor is caused by the first stage of labor, whose contractions cause dilation and thinning of the cervix and uterine ischemia due to contraction of the myometrial arteries. This contraction causes the cervix to open to initiate labor. Various attempts were made to reduce labor pain both pharmacologically and non-pharmacologically. The non-pharmacological method used was birthball training. This literature review aims to prove the effect of using Birthball on reducing the intensity of the first stage labor pain in laboring mothers. This literature review method is a literature study by examining 5 research articles from the Indonesian Nurse and Midwifery Journal, Wellness And Healthy Magazine, Midwifery & Health Research Journal, Health Research Tunas, and Silampari Nursing Journal. The results of this literature study reveal that non-pharmacological methods with birthball training can reduce the latent phase of the labor pain scale of the first stage of labor in women with an average study result $P_v = 0.00 \leq a = 0.05$. Conclusion Birthball training is proven to be effective in reducing the pain scale of the latent phase of labor in mothers of labor

Keywords: Birth Ball Exercise, Pain Intensity, Stage I Labor, Labor

Bibliography: 2017-2020