

PENYULUHAN PELAKSANAAN TEKNIK BIRTH BALL TERHADAP KEMAJUAN PERSALINAN PADA IBU BERSALIN KALA I FASE AKTIF

Sharfina Haslin^{1*}, Eva Hotmaria Simanjuntak², Netti Meilani Simanjuntak³

¹⁾ Program Studi Sarjana Kebidanan, Universitas Sari Mutiara Indonesia Medan

²⁾ Program Studi Sarjana Kebidanan, Universitas Sari Mutiara Indonesia Medan

³⁾ Program Studi Sarjana Kebidanan, Universitas Sari Mutiara Indonesia Medan

Article history

Received : 20 Mei 2022

Revised : 27 Juni 2022

Accepted : 20 Juli 2022

*Sharfina Haslin

Email : sharfinahaslin97@gmail.com

Abstrak

Salah satu komplikasi persalinan yang ikut menyumbang dalam angka kematian ibu adalah persalinan lama. Persalinan lama merupakan persalinan yang berlangsung lebih dari 24 jam dan jika tidak ditangani dengan cepat dan tepat akan mengakibatkan ibu mengalami infeksi, kehabisan tenaga sebelum bayi dilahirkan, dehidrasi, kadang dapat terjadi pendarahan. Salah satu upaya dalam mencegah persalinan lama seperti pelvic rocking dengan birthing ball yang mendukung persalinan agar dapat berjalan secara fisiologis. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk membantu mengurasi waktu persalinan kala I. Birth ball dilakukan dengan cara duduk di atas birth ball dan dibantu oleh petugas kesehatan atau keluarga. Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini berlangsung selama 7 hari di Klinik Pratama Tanjung. Kegiatan ini diawali dengan melakukan pemeriksaan tanda-tanda vital, lalu diikuti edukasi mengenai pemanfaatan dan cara penggunaan birth ball. Pelaksanaan penyuluhan dilakukan pada 4 orang ibu bersalin kala I, seluruh responden mengalami kemajuan persalinan dan merasa adanya penurunan rasa nyeri pada pinggang.

Kata Kunci: Penyuluhan Kesehatan, Birth Ball, Persalinan,

Abstract

One of the complications of childbirth that contributes to maternal mortality is prolonged labor. Prolonged labor is labor that lasts more than 24 hours and if not treated quickly and appropriately will result in the mother experiencing infection, exhaustion before the baby is born, dehydration, sometimes bleeding can occur. One of the efforts to prevent prolonged labor is pelvic rocking with a birthing ball that supports labor so that it can run physiologically. The purpose of this community service is to help reduce the time of delivery in the first stage. Birth ball is done by sitting on the birth ball and assisted by health workers or family members. The implementation of this community service lasted for 7 days at the Tanjung Pratama Clinic. This activity begins with checking vital signs, then followed by education about the use and how to use birth balls. The counseling was carried out on 4 mothers who gave birth in the first stage, all respondents experienced progress in labor and felt a decrease in pain in the waist.

Keywords: Health Education, Birth Ball, Labour

PENDAHULUAN

Persalinan dan kelahiran merupakan kejadian fisiologis yang normal. Peran petugas kesehatan adalah memantau persalinan untuk mendeteksi dini adanya komplikasi. Persalinan dianggap normal jika prosesnya terjadi pada usia cukup bulan (setelah 37 minggu) tanpa disertai adanya penyulit. Pada proses persalinan melewati empat kala, pada kala satu dibagi ke dalam dua fase, yaitu fase laten dan fase aktif. Pada fase laten merupakan periode dari awal persalinan hingga titik ketika pembukaan mulai berjalan secara progresif. Fase aktif merupakan periode waktu awal dari kemajuan aktif pembukaan hingga pembukaan menjadi lengkap (Varney, 2017).

Berdasarkan data dari Profil Kesehatan Indonesia penyebab kematian ibu terbanyak pada tahun 2019 adalah perdarahan salah satunya disebabkan oleh persalinan lama mencapai 4,3% (Kemenkes RI, 2020). Partus lama dapat disebabkan oleh kelainan kontraksi yang adek kuat dan tidak atekuat, sehingga ibu mengalami rasa gelisah, letih dan berkeringat, cemas dan bernafas lebih cepat (Sarwono Prawirohardjo, 2014).

Mencegah partus lama dengan memberikan asuhan persalinan normal yang mengandalkan penggunaan partograf untuk memantau kondisi ibu dan janin serta kemajuan proses persalinan diharapkan menjadi salah satu upaya yang dapat diterapkan sesuai dengan standar asuhan bagi semua ibu bersalin disetiap tahapan persalinan oleh setiap penolong persalinan dimanapun hal tersebut terjadi. Dukungan suami atau kerabat yang diharapkan mampu memberikan rasa tenang, aman, mengenali kebutuhan ibu akan layanan persalinan selama proses persalinan berlangsung juga akan membantu kelancaran proses persalinan ibu. Penerapan praktik terbaik asuhan persalinan normal yang dilakukan secara optimal terbukti mampu mencegah terjadinya berbagai penyulit yang dapat mengancam keselamatan ibu dan bayi diharapkan mampu memperbaiki status kesehatan dan kualitas hidup masyarakat di Indonesia (JNPK-KR, 2017).

Beberapa upaya fisiologis yang dapat dilakukan untuk mencegah persalinan lama seperti, senam hamil dan teknik napas dalam. Upaya lainnya dalam mencegah persalinan lama seperti pelvic rocking dengan birthing ball yang mendukung persalinan agar dapat berjalan secara fisiologis. Hal ini juga merupakan salah satu metode yang sangat membantu merespon rasa sakit dengan cara aktif dan mengurangi lama persalinan kala I fase aktif. Pelvic rocking dengan 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 (Gustyar, 2017).

Birth ball 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 diatas bola dan bergoyang goyang membuat rasa nyaman dan membantu kemajuan persalinan dengan menggunakan gravitasi sambil meningkatkan pelepasan endorfin karena elastisitas dan lengkungan bola merangsang reseptor di panggul yang bertanggung jawab untuk mensekresi endorfin (Kurniawati et al., 2017).

Tujuan dari pelaksanaan pengabdian masyarakat dengan judul Penyuluhan Pelaksanaan Teknik Birth Ball Terhadap Kemajuan Persalinan Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Laten adalah untuk membantu memajukan durasi persalinan kala I. Hal ini dapat dilakukan agar menjaga dan

mengurangi rasa cemas dan stress pada ibu bersalin. Lokasi pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Klinik Pratama Tanjung.

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat dimulai dari mengidentifikasi jumlah persalinan normal yang berlangsung di Klinik Pratama Tanjung. Selesai pendataan ibu bersalin maka dilakukan terlebih dahulu pemeriksaan tanda vital dan anamneses pada ibu bersalin. Sebelum memulai mengajarkan teknik birth ball pada ibu bersalin maka dilakukan terlebih dahulu edukasi mengenai birth ball, manfaat birth ball, cara menggunakan birth ball, beserta pemberian leaflet mengenai birth ball tersebut. Demonstrasi pelaksanaan terapi birth ball dan leaflet tentang cara penggunaannya juga dibagikan kepada ibu bersalin. Setelah selesai melakukan latihan terapi birth ball, ibu bersalin melakukan terapi birth ball secara mandiri.

Peralatan yang digunakan saat melakukan birth ball adalah birthing ball. Cara melakukan birthing ball yaitu yang pertama duduk di atas birthing ball, ibu duduk diatas bola selayaknya duduk diatas kursi, buka kaki selebar bahu dan jejakkan telapak kaki di lantai. Yang kedua bersandar pada bola, ibu bisa menempatkan bola di lantai sambil berlutut dan bersandar di atasnya. Yang ketiga bersandar pada tempat tidur dengan birthing ball. Letakkan bola di atas tempat tidur kemudian bersandarlah sembari berdiri. Selain di lantai, bola juga bisa dipakai di tempat tidur dalam posisi berbaring dengan bantuan orang lain untuk melakukan pemijitan punggung.

Sasaran kegiatan ini adalah ibu bersalin kala I dan keluarga dari ibu dengan melakukan sosialisasi dan penyuluhan singkat mengenai pemanfaatan birth ball dalam kemajuan persalinan kala I. Berdasarkan pengamatan saya sebagai ketua pengabdian masyarakat, kami memilih Klinik Pratama Tanjung karena memiliki potensi untuk diadakan pengabdian masyarakat yang dilakukan tentang pemanfaatan birth ball.

Bahan dan alat yang digunakan adalah birth ball dan partogram sebagai alat ukur.

HASIL PEMBAHASAN

Pelaksanaan dilakukan kepada seluruh ibu bersalin yang datang sejak tanggal 16 - 23 Mei 2023 di Klinik Pratama Hamidah sejumlah 4 orang.

Pengabdian masyarakat melalui penyuluhan dilakukan dengan menyampaikan informasi melalui demonstrasi (latihan) dan leaflet yang dibagikan kepada responden. Responden juga diberikan kesempatan untuk bertanya dan meredemonstrasi cara melakukan birth ball. Respon responden ketika dilakukan promosi kesehatan dapat terlihat aktif, responden juga mendengarkan penyampaian informasi dan cara melakukan birth ball dari tim pelaksana dengan baik.

Hasil dari latihan birth ball pada ibu bersalin yakni ibu merasa semakin rileks dalam menghadapi persalinan sebanyak 4 orang (100%) dengan rata – rata kemajuan persalinan paka kala I. Hal ini menunjukkan bahwa latihan birth ball dapat membantu menurunkan durasi lama persalinan yang dapat menyebabkan persalinan lama.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Pelaksanaan Teknik Birth Ball

| Kategori | F | % |
|-------------------|---|----|
| Usia | | |
| < 20 Tahun | 1 | 25 |
| 20 – 35 Tahun | 2 | 50 |
| > 35 Tahun | 1 | 25 |
| Pendidikan | | |
| SMP | 1 | 25 |
| SMA | 3 | 75 |

Pelvic rocking dengan birth ball terhadap kemajuan persalinan sangat bermanfaat karena membantu ibu bersalin untuk mempersingkat kala I. 4 responden yang melakukan pelvic rocking dengan birth ball mengalami waktu kala I fase aktif yang singkat dimana waktu tersingkat yang dilalui oleh responden pada kala I fase aktif setelah dilakukan pelvic rocking dengan birth ball adalah 1 – 2 jam. 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 pelvic rocking dengan birth ball yang dilakukan oleh ibu bersalin membantu ibu dalam beradaptasi dengan rasa nyeri dan ketidaknyamanan yang dialaminya.

Gambar 1. Penyuluhan *Birth Ball*



Gambar 2. Birth Ball (a) pelaksanaan (b) dan mobilisasi kemajuan persalinan

KESIMPULAN

Pemberian latihan teknik birth ball merupakan salah satu terapi sederhana secara farmakologi untuk kemajuan durasi persalinan kala I. Berdasarkan pelaksanaan penyuluhan yang dilakukan pada 4 orang bersalin, seluruh responden mengalami penurunan durasi kala I dan penurunan rasa nyeri pada pinggang dan punggung dan mereka juga sudah mengetahui bahwa dengan teknik ini pada akan mempercepat proses kala satu sehingga nyeri yang dialami akan semakin singkat. Responden mengerti tentang sosialisasi yang diberikan dengan baik dan diharapkan dapat diterapkan secara mandiri dipersalinan selanjutnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada ibu Klinik Pratama Tanjung dan seluruh ibu bersalin yang telah membantu dalam melaksanakan proses pengabdian masyarakat.

PUSTAKA

Gustyar, I. (2017). *Penerapan Teknik Pelvic Rocking dengan Birth Ball pada Ibu Bersalin terhadap Kemajuan Persalinan di BPM Syafrida Kabupaten Kebumen Tahun 2017*. STIKES Muhammadiyah Gombong.

JNPK-KR. (2017). *Asuhan Persalinan Normal dan Inisiasi Menyusui Dini*. Depkes RI.

Kemendes RI. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020*. Balitbang Kemendes RI.

Kurniawati, A., Dasuki, D., & Kartini, F. (2017). Efektivitas Latihan Birth Ball Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada Primigravida. *Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia*, 5(1), 1. [https://doi.org/10.21927/jnki.2017.5\(1\).1-10](https://doi.org/10.21927/jnki.2017.5(1).1-10)

Sarwono Prawirohardjo. (2014). *Ilmu Kebidanan Ed. 4*. PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

Varney, H. (2017). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Edisi 14*. EGC.