

## ABSTRAK

Nyeri persalinan secara fisiologis memang merupakan sebuah kejadian yang terjadi pada setiap proses persalinan karena akan ada proses pengeluaran janin, namun hal ini jika tidak ditangani dengan baik akan menimbulkan dampak yang buruk juga untuk ibu bersalin, sehingga perlu adanya tindakan yang efektif untuk mengurangi hal tersebut. Salah satu terapi yang dapat dilakukan adalah dengan *birth ball exercises*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menggambarkan Pengaruh *Birth Ball Exercises* terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah metode *Literature Riview*. Metode pengambilan sampel menggunakan tehnik purposive sampling dengan berdasarkan kriteria inklusi dan eklusi yang kemudian di uji kelayakan dengan Instrument yang digunakan *critical appraisal Joanna Briggs Institute Checklist for Quasi Experimental Studies (non-randomized experimental studies)* sehingga hasil yang didapatkan terdapat 8 jurnal dengan memiliki nilai grade A yang dijadikan sampel dari website google scholar, pubmed dan sciencedirect.

Hasil penelitian melalui tahapan identifikasi, *screening*, *eligibility* dan *include* dadapatkan bahwa ada pengaruh pemberian terapi *birth ball exercises* terhadap nyeri persalinan kala I pada Ibu bersalin. Hal ini dikarenakan pada *birth ball* mampu mengurangi rasa nyeri serta membantu dalam proses kemajuan persalinan dan juga meningkatkan pelepasan endorphen, hal ini karena elastisitas dan lengkungan bola merangsang reseptor di panggul yang bertanggung jawab untuk mensekresi endorphen. Berdasarkan hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk penambah landasan ilmu keperawatan khususnya dalam penanganan nyeri persalinan

Kata Kunci : *Birth Ball Exercises*, Nyeri Persalinan  
Daftar Pustaka : 7 Buku (2011-2021)  
32 Jurnal (2011-2021)  
2 Website (2011-2021)

## **ABSTRACT**

*Physiological labor pain is indeed an event that occurs in every delivery process because there will be a process of expulsion of the fetus, but if it is not handled properly it will have a bad impact on the mother in labor, so there needs to be effective action to reduce it. One therapy that can be done is with birth ball exercises. The purpose of this study was to describe the effect of birth ball exercises on the intensity of labor pain in the first*

*Type of research used in this study was the method stage. The Literature Review. The sampling method uses a purposive sampling technique based on inclusion and exclusion criteria which is then tested for feasibility with the instrument used critical appraisal. Joanna Briggs Institute Checklist for Quasi Experimental Studies (non-randomized experimental studies) so that the results obtained are 8 journals with grade A grades which are sampled from google scholar, pubmed and sciencedirect websites.*

*The results of the study through the stages of identification, stage of screening, eligibility labor in and include found that there was an effect of giving therapy women birth ball exercises on labor pain in the first. This is because the birth ball can reduce pain and help in the progress of labor and also increase the release of endorphins, this is because the elasticity and curvature of the ball stimulate the receptors in the pelvis which are responsible for secreting endorphins. Based on the results of this study, it is hoped that it can be used to add to the foundation of nursing science, especially in the management of labor pain*

*Keyword : Birth ball Exercises, Labor Pain*  
*References : 7 Book (2011-2021)*  
*32 Journal (2011-2021)*  
*2 Website (2011-2021)*