

## BAB V

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### 5.1 Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini didapatkan melalui proses identifikasi dengan pencarian dilakukan melalui database google scholar, sciencedirect dan pubmed selanjutnya melakukan skrining dengan kriteria inklusi dan eksklusi, dimana yang terpilih dilanjutkan dengan proses uji kelayakan *critical appraisal* menggunakan JBI dan hasil yang masuk kriteria sesuai kategori jurnal Grade A terdapat 8 jurnal, yang disebutkan berikut :

**Tabel 5.1**  
**Hasil Penelitian**

Pengaruh *Birth Ball Exercises* terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I :  
*Literature Review*

No	Peneliti	Judul & Tahun	Metode	Hasil
1	2	3	4	5
1.	Triana Indrayani, S.ST., M.Kes, Shintya Mayang Riyanti.  p-ISSN : 2442- 501X e-ISSN : 2541-2892	Pengaruh Penggunaan <i>Birthing Ball</i> Terhadap Penurunan Skor Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Di Klinik Bersalin Bekasi  Tahun 2018	1. Penelitian <i>pre experimental design</i> menggunakan rancangan <i>One-shot case study</i> 2. Sampel 17 ibu bersalin. 3. Prosedur : Ibu bersalin duduk dengan santai dan bergoyang di atas bola, memeluk bola selama kontraksi.	Pre : Nyeri 64,7 % Post : Nyeri 52,9%  Hasil : <i>p value</i> <0,05 yang artinya ada pengaruh <i>birth ball</i> terhadap nyeri persalinan kala I
2.	Isye Fadmiyanor, Junaida Rahmi	Pengaruh Pemberian Metode <i>Birth</i>	1. <i>Quasi eksperiment</i> dengan desain <i>pretest – postets group desain</i>	Nilai rata-rata Nyeri sebelum intervensi 6,05

dan Mila Putri Ayu	<i>Ball Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif Di BPM Siti Julaeha Tahun 2017</i>	2. Sampel : Terdapat 20 ibu bersalin 3. Prosedur : Birth ball dilakukan ibu bersalin kala I fase aktif (pembukaan serviks 4-8 cm) selama 30 menit. Tindaknya duduk diatas bola, memeluk bola, dan posisi berlutut.	dan setelah intervensi 4,95. Hasil : $p\ value = 0,000$ . Artinya ada pengaruh pemberian <i>birth ball</i> terhadap nyeri persalinan
3. Umu Hani	Hubungan Penggunaan Teknik <i>Birth ball</i> dengan Tingkat Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I Di Bpm Umu Hani Yogyakarta Tahun 2015	1. <i>Desain pre-experimental dengan one-group pre-post test design.</i> 2. Sampel : 15 Ibu bersalin 3. Prosedur : Duduk diatas bola dan dengan perlahan mengayunkan dan menggoyangkan pinggul ke depan dan belakang, sisi kanan, kiri, dan melingkar.(pembukaan serviks 4-10 cm)	Nilai rata-rata skala nyeri 7 sebelum 53,3 % dan sesudah 13,3 %. Hasil : $p\ value 0,000$ . Artinya ada pengaruh <i>birth ball</i> terhadap nyeri persalinan
4. Putu Indah Sintya Dewi, dkk	Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Laten Pada Ibu Inpartu Menggunakan <i>Birth Ball Exercise</i> Tahun 2020	1. Metode penelitian rancangan <i>one group pre-post test design.</i> 2. Sampel : 23 ibu bersalin 3. Prosedur : Duduk dengan santai dan bergoyang di atas bola, memeluk bola selama kontraksi dengan waktu 15 menit	Nilai rata-rata nyeri sebelum 5,57 dan sesudah 4,70 Hasil penelitian didapatkan nilai $p (0,007) < \alpha (0,05)$ . Artinya ada pengaruh <i>birth ball exercises</i> terhadap intensitas nyeri persalinan kala I.
5. Ika Wijayanti, Sri Wahyuni dan Peny Wena Betsy Maran	Efektivitas <i>Birth Ball exercise</i> Pada Ibu Bersalin Kalai Terhadap Kecemasan dan Skala Nyeri Di	1. Penelitian kuantitatif dengan rancangan <i>quasi experiment</i> , yaitu <i>post test only design</i> 2. Sampel : 30 responden (15 kelompok perlakuan, 15 kelompok control) 3. Prosedur :	Skor rata-rata nilai nyeri kelompok kontrol 72.00 dan rata-rata skor nyeri kelompok perlakuan adalah 55.67.

	p-ISSN : 2338-5375 e-ISSN : 2655-9870	Ruangbersalin Puskesmas Arso 3 Kabupaten Keroomprovinsi Papua Tahun 2021	<i>Birth ball Excercise</i> pada kelompok intervensi dilakukan setiap 1 jam sekali selama 20 menit dalam kala I fase aktif pembukaan 4 cm (saat kontraksi berlangsung) sesuai dengan prosedur penatalaksanaan <i>birth ball Excercise</i>	Ada pengaruh <i>Birth ball Excercise</i> terhadap nyeri persalinan dengan <i>p value</i> 0,000<0,05.
6.	Sutriningsih, Yuhelva Destri dan Andiani Shaqinatunissa  ISSN 2655-9951 (print), ISSN 2656-0062 (online)	Pengaruh <i>birth ball</i> terhadap nyeri persalinan  Tahun 2019	1. <i>Experimental</i> dengan rancangan <i>pretest posttest control group design</i> . 2. Sampel : 40 Ibu bersalin (20 kelompok perlakuan dan 20 kelompok kontrol) 3. Prosedur : Latihan atau terapi <i>birthball</i> yang dilakukan ibu bersalin dengan cara duduk dengan santai dan bergoyang di atas bola, memeluk bola selama kontraksi.	Pre : skor rata-rata nyeri 6,30 Post : 4,80  Hasil nilai Asymp. Sig. (2-tailed) adalah <0,001 yang artinya ada pengaruh penggunaan <i>birthing ball</i> terhadap penurunan nyeri
7.	Ayu Irawati1, Susianti dan Iranita Haryono  e-ISSN: 2654-9352 p-ISSN: 2715-9965	Mengurangi Nyeri Persalinan dengan Teknik <i>Birthing Ball</i>  Tahun 2019	1. <i>Experimental</i> dengan rancangan <i>Pretest-Posttest Control Group Design</i> 2. Sampel : 40 ibu bersalin ( 20 kelompok intervensi 20 kelompok kontrol) 3. Prosedur : Selama terapi ibu bersalin duduk nyaman mungkin dan bentuk bola yang dapat menyesuaikan dengan bentuk tubuh ibu membuat ibu lebih mudah relaksasi, bergoyang di atas bola dan memeluk bola.	Pre : skor rata-rata nyeri 6,30 Post : skor rata-rata nyeri 4,80  Hasil nilai p adalah <0,001. ada pengaruh penggunaan <i>birthing ball</i> terhadap nyeri persalinan kala I
8.	Noviyanti, Nurdahliaana,	Pengurangan nyeri persalinan	1. Penelitian <i>eksperimental</i> dengan pendekatan <i>Pre and</i>	Nilai rata-rata Pre : 2,6 Post : 1,7

Fitri Munadya dan Gustiana	dengan latihan <i>birth ball</i>	<i>Post-Test Control Group Design.</i>	Hasil ( $0,001 < 0,05$ ) jadi terdapat perbedaan yang bermakna pada intensitas nyeri persalinan sebelum dan sesudah diberikan latihan <i>Birth Ball</i> .
p-ISSN : 1978-3337 e-ISSN : 2620-7478	Tahun 2020	2. Sampel : 15 ibu bersalin 3. Prosedur : Latihan <i>Birth Ball</i> dilakukan 2 sesi selama 60 menit. Sesi 1 klien duduk diatas bola dengan bimbingan instruktur selama 30 menit dan sesi kedua duduk kembali di atas bola selama 30 menit dengan gerakan sesi 1 dan 2 sama yaitu gerakan mengayunkan dan menggoyangkan pinggul kedepan dan kebelakang sisi kanan, sisi kiri dan gerakan melingkar. Dan setiap sesi dilakukan pengukuran skala nyeri.	

## 5.2 Pembahasan

Hasil penelitian yang didapatkan peneliti setelah melakukan tahapan literatur dari indentifikasi, skrining dan uji kelayakan critical appraisal maka didapatkan 5 jurnal yang memiliki kesesuaian yaitu membahas pengaruh terapi *birth ball exercises* terhadap nyeri persalinan pada ibu bersalin kala I. Nyeri persalinan merupakan suatu keadaan fisiologis pada ibu saat bersalin. *Birth Ball* adalah terapi fisik atau latihan sederhana menggunakan bola. Kata *birth ball* dapat diartikan ketika latihan dengan menggunakan bola diterapkan untuk ibu hamil, ibu melahirkan dan ibu pasca melahirkan (Oktifa, dkk. 2012)

Jurnal pertama Indaryani (2018) latihan *birth ball* yang dilakukan ibu bersalin dengan cara duduk dengan nyaman diatas bola dengan bergoyang dan memeluk bola selama kontraksi menyebutkan bahwa ada perbedaan nilai nyeri pada ibu bersalin sebelum dan sesudah dilakukanya terapi *birth baal exercises* yang dimana artinya adalah ada pengaruh pemberian terapi ini terhadap tingkat nyeri persalinan ibu bersalin, dengan posisi duduk ini akan memudahkan ibu untuk relaksasi dan ligament serta otot daerah panggul akan menjadi kendor serta mengurangi tekanan pada sendi sacroiliac, punggung, tilang ekot, pinggang, pembuluh darah sekitar uterus, kandung kemih dan mengurangi tekanan perineum. Hasil ini sesuai dengan teori yang disampaikan Afrila (2011) yang mengungkapkan bahwa gerakan yang disampaikan dapat membantu kelancaran proses persalinan. Secara umum tindakan latihan *birth ball* ini dilakukan dengan gerakan yang disebutkan ini membutuhkan waktu 15-20 menit dan bisa dilakukan saat menjelang persalinan dengan waktu setiap 1 jam sekali sampai proses persalinan tiba.

Hasil yang sama diungkapkan juga oleh Fadmiyanor (2017) yang mengungkapkan seorang ibu bersalinan yang mengalami nyeri persalinan sebelum dilakukan terapi memiliki nilai 6,05 dan setelah diberikan terapi *birth baal exercises* didapatkan nilai 4,95 sehingga terlihat ada penurunan nilai nyeri terhadap intervensi yang diberikan. Pada jurnal ini Latihan yang dilakukan selama 30 menit pada ibu bersalin kala I dengan fase aktif di pembukaan serviks 4 – 8

cm dengan prosedur duduk diatas bola, berlutut dan memeluk bola. Hasil ini sesuai dengan teroi yang diungkapkan oleh Oktifa (2012) bahwa prosedur gerakan *birth ball* salah satunya dengan duduk diatas bolah, berlutut dan memeluk bola.

Hasil serupa juga diungkapkan oleh hasil penelitian Hani (2015) dan Dewi (2020) dimana hasil yang diungkapkan bahwa ada pengaruh intervensi *birth baal exercises* terhadap nyeri persalinan pada ibu bersalin kala I fase aktif, sehingga dikatakan hal ini efektif untuk dapat diaplikasikan dalam proses penanganan nyeri persalinan, karena pada saat ibu bersalin menerapkan penggunaan *birth ball*, perhatiannya terhadap nyeri akan teralihkan atau adanya distraksi oleh aktivitas fisik yang dilakukan dengan begitu, maka nyeri yang dirasakan ibu dapat berkurang, namun pada penelitian Dewi disebutkan waktunya selama 15 menit perlakuan.

Hasil lainnya yang sama mendukung pernyataan diatas diungkapkan juga oleh Irawati (2019) dan Sutriningsih (2019) dimana penelitian dilakukan dengan adanya dua kelompok yaitu perlakuan dan kontrol, hal ini dilakukan untuk menilai serta membandingkan efektivitas dari intervensi yang diberikan. Responden pada penelitian ini terdiri dari 40 ibu bersalin dengan dibagi dua yaitu 20 kelompok kontrol dan 20 kelompok perlakuan. Hasil yang diperoleh dinyatakan bahwa ada perbedaan skor nyeri kelompok kontrol dan perlakuan

yang artinya ada pengaruh penggunaan *birthing ball* terhadap penurunan tingkat nyeri pada Ibu bersalin kala I fase aktif.

Penelitian Wijayanti (2021) melakukan latihan *birth ball* dengan waktu setiap 1 jam sekali dengan 20 menit perlakuan, dan hasil yang disebutkan bahwa pemberian intervensi *birth ball exercises* memiliki pengaruh terhadap ibu bersalin hal ini dinyatakan dalam penelitiannya dimana penelitian ini menilai efektivitas dari pemberian *birth ball exercises* terhadap kecemasan dan nyeri persalinan pada ibu bersalin kala I di Puskesmas Arso 3 Kabupaten Keroro Provinsi Papua. Hasil yang diperoleh menunjukkan ada perubahan skor nyeri dan kecemasan sebelum dan sesudah diberikan intervensi *birth ball exercises*, sehingga disimpulkan ada pengaruh pemberian *birth ball exercises* terhadap nyeri dan kecemasan ibu bersalin kala I. Hal yang sama juga diungkapkan oleh (Noviyanti, 2020) dengan hasil penelitiannya bahwa ada pengaruh pemberian *birth ball exercises* terhadap nyeri persalinan, namun tindakan setiap 1 jam sekali dengan waktu 30 menit persesi.

*Birth ball exercises* dapat mengurangi dan mengontrol nyeri persalinan terkhusus pada kala I. Gerakannya dengan posisi berlutut dan dada condong kedepan seperti bersandar dan memeluk bola kemudian menggoyangkan pinggul dengan searah jarum jam. Tindakan ini akan membuat nyeri persalinan berkurang dan nyaman 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 endorfin (Kuniawati, 2017)

Berdasarkan hasil kedelapan jurnal ini disampaikan bahwa memang ada pengaruh pemberian latihan *birth ball* ini terhadap nyeri persalinan kala I pada ibu bersalin. Pada setiap jurnal memiliki waktu pelatihan yang berbeda-beda namun pada teori disampaikan oleh (Oktifa, 2012 ) bahwa latihan ini memiliki waktu yang efektif 20 – 30 menit dengan gerakan duduk diatas bola 5 menit, duduk di atas bola bersandar ke depan 5 menit, berdiri bersandar di atas bola 5 menit, berlutut dan bersandar di atas bola 5 dan jongkok bersandar pada bola 5-10 menit, sehingga kan lebih efektif.

Berdasarkan hasil kedelapan jurnal ini menyebutkan bahwa semua mengatakan ada pengaruh dengan dibuktikan nilai statistik  $<0,05$ , namun menurut peneliti jurnal dari Wijayanti (2021) memiliki efektifitas yang paling baik karena dilihat dari nilai *p value* 0,000 serta prosedir yang dilakukan sesuai dengan teori Oktifa (2012) yang menyebutkan waktu efektif pelaksanaan tindakan *birth ball* adalah 20-30 menit, dan pada jurnal wijayanti (2021) dilakukan setiap 1 jam sekali dengan waktu 20 menit latihan dengan gerakan duduk diatas bola, bergoyang-goyangkan pinggul ke kiri, kanan dan melingkar serta memeluk bola hal ini dilakukan selama kontraksi berlangsung diantara pembukaan serviks 4-10 cm.

Selama ibu menggunakan *Birth Ball* saat kontraksi ibu duduk nyaman mungkin dan bentuk bola yang dapat menyesuaikan dengan bentuk tubuh ibu membuat ibu lebih relaks dan ligament otot terutama di bagian panggul menjadi kendor dan mengurangi tekanan pada sendi sacriiliaka, pembuluh darah sekitar uterus dan tekanan pada kandung kemih, punggung, pinggang, serta mengurangi tekanan pada perineum (Sutriningsih, 2019). Latihan ini membuat ibu merasa nyaman dan lebih rilek. Selain itu, latihan *birth ball* juga bermanfaat untuk mempercepat pembukaan serviks, memperlebar diameter panggul serta mempercepat penurunan kepala janin. (Sriwenda, & Yulinda, 2017).

Penggunaan *birth ball* mampu membantu mengurangi nyeri akibat kontraksi, menurunkan kecemasan, memperpendek lama kala I persalinan. Penggunaan *birth ball* juga dapat membantu ibu bersalin untuk melakukan perubahan posisi yang mampu membantu ibu untuk melawati proses persalinan secara efektif. Penggunaan *birth ball* dapat memperbesar outlet panggul hingga 30% untuk membantu mempermudah kelahiran bayi, dengan bantuan gravitasi *birth ball* dapat membantu penurunan kepala bayi, penggunaan *birth ball* dapat mempercepat kemajuan persalinan, efektif untuk mengurangi rasa nyeri ketika terjadi kontraksi dan *birth ball* dapat memberikan *counter pressure* pada paha dan perineum ibu ketika diduduki. (Fitria, 2021)

Berdasarkan temuan hasil kedelepan jurnal ini mengungkapkan bahwa *birth ball exercises* memiliki manfaat yang baik dalam proses penanganan

pengecahan nyeri persalinan pada ibu bersalian kala I, hal ini sama dengan halnya teori yang disebutkan oleh Johariyah (2016) yang menyebutkan bahwa manajemen nyeri persalinan dapat dilakukan dengan beberapa tindakan seperti halnya musik, hidroterapi, *hypnobirthing*, *counterpressure*, kompres panas dingin, aromaterapi, tehnik pernafasan, *active birth*, visualisai dan *birth ball exercises*. Selain itu juga hal ini sejalan dengan teori disebutkan oleh Asriani (2017) yang menyebutkan bahwa indikasi untuk dilakukanya *birth ball* adalah pada ibu inpartu yang mengalami nyeri persalinan.