

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Persalinan merupakan suatu proses dimana adanya pengeluaran hasil konsepsi (janin dan uri) yang dikatakan sudah cukup bulan atau dapat hidup diluar kandungan baik secara normal keluar dari jalan lahir, dengan bantuan atau tanpa bantuan (Marmi, 2012). Persalinan merupakan suatu peristiwa yang sangat penting dalam kehidupan wanita. Proses persalinan memiliki makna yang berbeda disetiap wanita, dengan belum adanya pengalaman akan memunculkan kecemasan dan ketakutan yang berlebih selama proses persalinan (Wijaya, 2014).

Proses persalinan identik dengan rasa nyeri yang akan dijalani. Secara fisiologis nyeri terjadi ketika otot-otot rahim berkontraksi sebagai upaya membuka servik dan mendorong kepala bayi kearah panggul. Nyeri pada persalinan merupakan proses fisiologis yang disebabkan oleh proses dilatasi servik, hipoksia otot uterus saat kontraksi, iskemia korpus uteri dan peregangan segmen bawah rahim dan kompresi saraf di servik (Na'im, 2019)

Indah (2020) mengemukakan bahwa nyeri persalinan biasanya terjadi pada kala I, sehingga perlu adanya pengawasan proses persalinan, ini penting dilakukan untuk menentukan proses persalinan bisa berjalan dengan normal atau tidak. Nyeri pada persalinan terjadi pada semua ibu bersalin. Nyeri yang dialami ibu ketika

menghadapi persalinan dapat merangsang ketakutan sehingga hal ini dapat menimbulkan respon fisiologis yang mengurangi kemampuan rahim untuk berkontraksi dengan akibat akan memperpanjang waktu persalinan.

Waktu proses persalinan akan menyebabkan ketidaknyamanan, rasa takut dan rasa nyeri ini merupakan masalah bagi ibu bersalin. Hal tersebut merupakan rintangan terbesar dalam persalinan dan jika tidak diatasi akan berdampak pada terhambatnya kemajuan persalinan. Nyeri persalinan dapat menimbulkan stres yang menyebabkan pelepasan hormon stres yang berlebihan seperti katekolamin dan steroid. Hormon ini dapat menyebabkan ketegangan otot polos dan vasokonstriksi pembuluh darah sehingga terjadi penurunan kontraksi uterus, penurunan sirkulasi uteroplasenta, pengurangan aliran darah dan oksigen ke uterus yang membuat impuls nyeri bertambah banyak dan tidak ada kemajuan persalinan atau kemajuan persalinan yang lambat merupakan salah satu komplikasi persalinan yang mengkhawatirkan, rumit, dan tidak terduga (Adam, 2015)

Rasa ketidaknyamanan dan nyeri dalam persalinan merupakan hal unik dan fisiologis yang akan di alami oleh setiap ibu yang akan bersalin. Nyeri persalinan tidak bersifat terus menerus yang akan hilang dengan sendirinya. Nyeri persalinan mulai timbul pada persalinan kala I fase laten pada pembukaan 0-3 cm nyeri tersebut menimbulkan rasa sakit yang tidak nyaman, pada pembukaa 4-7 cm nyeri yang dirasakan agak menusuk, dan pada pembukaan 7-10 cm nyeri yang

ditimbulkan menjadi lebih hebat, menusuk dan kaku. Nyeri tersebut disebabkan oleh kontraksi uterus dan dilatasi serviks (Noviyanti, 2019)

Pada kala satu persalinan, nyeri timbul akibat pembukaan servik dan kontraksi uterus. Sensasi nyeri menjalar melewati syaraf simposis yang memasuki modula spinalis melalui segmen posterior syaraf spinalis torakalis 10, 11 dan 12. Penyebaran nyeri pada kala satu persalinan adalah nyeri punggung bawah yang dialami ibu disebabkan oleh tekanan kepala janin terhadap tulang belakang, nyeri ini tidak menyeluruh melainkan nyeri disuatu titik. Akibat penurunan janin, lokasi nyeri punggung berpindah ke bawah, ke tulang belakang bawah serta lokasi denyut jantung janin berpindah ke bawah pada abdomen ibu ketika terjadi penurunan kepala. (Sisanto, 2012)

Nyeri persalinan dalam penelitian Maslikhanah (2010) menyebutkan pada persalinan kala I terdapat 60% primipara melukiskan nyeri akibat kontraksi uterus sangat hebat, 30% nyeri sedang. Pada multipara 45% nyeri hebat, 30% nyeri sedang, 25% nyeri ringan. Penelitian Marpaung (2011) menunjukkan sebagian besar ibu primigravida mengalami nyeri berat, sebanyak 54% mengalami nyeri sedang, dan sebanyak 46% mengalami nyeri ringan. Menurut sebuah penelitian yang dilakukan oleh Bonica terhadap 2.700 parturien di 212 pusat obstetric dari 36 negara menemukan bahwa persalinan yang berlangsung tanpa nyeri 15%, persalinan dengan nyeri sedang 30%, persalinan di sertai dengan nyeri hebat 35%, dan persalinan dengan nyeri yang sangat hebat 20% (Hanesty, 2017).

Nyeri persalinan harus diatasi dengan cara yang efektif salah satunya dengan melakukan manajemen nyeri persalinan, adapun tindakanya bisa dengan menggunakan musik, hidroterapi, *hypnobirthing*, *counterpressure*, kompres panas dingin, aromaterapi, tehnik pernafasan, *active birth*, visualisai dan *birth ball exercises* (Johariyah, 2016).

Beberapa tindakan ini tidak semuanya mudah untuk dilakukan seperti halnya musik, pijat, hidroterapi, *counterpressure*, dan aromaterapi yang membutuhkan banyak perlengkapan serta prosedur yang cukup beragam dalam pelaksanaannya terlebih dalam aromaterapi tidak semua ibu bersalin menyukai wangi yang sama. Tindakan hipnosis atau *hypnobirthing* dan visualisasi pun harus dilakukan oleh orang yang terlatih dan bersertifikat selain itu dalam hipnosis memiliki kriteria khusus untuk menjadi klien atau tidak semua orang dapat diberikan hipnosis (Shannon, 2014). Oleh karena itu yang memungkinkan untuk dilakukan karena dalam prosesnya lebih gampang dengan adanya bimbingan tenaga kesehatan atau melihat video dari internet untuk dilakukan oleh ibu yang akan bersalin adalah menggunakan *birth ball* yang juga biasa dikenal dalam senam pilates sebagai *fitball*, *swiss ball* dan *petzi ball* (Baston, 2011).

Latihan *birth ball* merupakan sebuah latihan gerakan tubuh sederhana dengan menggunakan bola yang dapat dilakukan pada saat hamil, melahirkan, dan setelah melahirkan, dengan bertujuan sebagai pengurang rasa nyeri serta dapat dicoba untuk meningkatkan komponen asuhan yang bersifat emosional dan

psikologis. Penggunaan *birth ball* selama persalinan mampu menurunkan tingkat nyeri karena merangsang refleks postural dan menjaga otot-otot serta menjaga postur tulang belakang dalam keadaan baik, selain itu juga dilaporkan bahwa para ibu merasa lebih nyaman dan relaks dan 95% responden menyatakan bahwa latihan *birth ball* dapat meningkatkan kenyamanan. Studi lain menemukan bahwa lama fase aktif persalinan (pembukaan serviks uteri) 30% lebih pendek dan hambatan selama kala II persalinan menurun secara signifikan pada kelompok yang melakukan latihan (Sriwenda, 2016).

Adapun keuntungan dari pemakaian *birth ball* ini adalah meningkatkan aliran darah ke rahim, plasenta dan bayi, meredakan tekanan dan dapat meningkatkan outlet panggul sebanyak 30%, memberikan rasa nyaman untuk lutut dan pergelangan kaki, memberikan kontra-tekanan pada perineum dan paha tegak. Postur ini bekerja dengan gravitasi mendorong turunnya bayi sehingga mempercepat proses persalinan (Noviyanti, 2019). Manfaat lain yang didapatkan dengan menggunakan *birth ball* selama persalinan adalah mengurangi rasa nyeri, dan kecemasan, meminimalkan penggunaan petidin, membantu proses penurunan kepala, mengurangi durasi persalinan kala I, meningkatkan kepuasan dan serta kesejahteraan ibu-ibu. Latihan *birth ball* dapat meningkatkan mobilitas panggul ibu hamil. Latihan ini dilakukan dalam posisi tegak dan duduk, yang diyakini untuk mendorong persalinan dan mendukung perineum untuk relaksasi dan meredakan nyeri persalinan.

Hasil penelitian oleh Ade, dkk tahun 2017 dengan judul Efektivitas Latihan *Birth Ball* terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada Primigravida didapatkan hasil bahwasanya ibu bersalin yang melakukan latihan *birth ball* mengalami perbedaan yang signifikan terhadap intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu primigravida. Dengan hasil menunjukkan rata-rata nyeri persalinan pada kelompok yang diberikan latihan *birth ball* lebih rendah 4,5 dibandingkan dengan kelompok kontrol 5,4 dengan nilai p-value sebesar 0,01.

Penelitian yang sama juga dilakukan oleh Rusmayani (2012) di Malang didapatkan bahwa teknik distraksi *birth ball* terhadap penurunan nyeri ibu inpartu kala I yang didapatkan bahwa pengaruh skala nyeri ibu setelah diberikan teknik distraksi *birthball* lebih rendah dari skala nyeri ibu sebelum diberikan teknik latihan *birthball*, sehingga perlu dilakukan tehnik ini karena pada dasarnya manajemen nyeri persalinan jika tidak ditangan akan berdampak apad proses persalinan.

Nyeri bersalinan akan berdampak pada pada kondisi ibu seperti halnya ibu tidak bisa istirahat, kurang nya asupan nutrisi sehingga menjadi kurangnya tenaga dan menyebabkan kelelahan serta adanya cairan yang terlalu banyak keluar, selain itu juga bisa terjadi gangguan sirkulasi uteroplasenta, kurangnya aliran darah dan oksigen ke uterus hingga timbul iskemia uterus yang menyebabkan implus nyeri bertambah dan sampai dengan adanya hipoksia janin. Nyeri persalinan juga disebutkan dapat mengakibatkan terjadinya hiperventilasi atau peningkatan

kebutuhan oksigen, tekanan darah meningkat serta penurunan mortalitas usus serta vesika urniaria. Kondisi ini dapat merangsang meningkatnya katekoalmin sehingga mengakibatkan gangguan pada kekuatan kontraksi uterus dan memungkinkan terjadi inersia uteri, apabila nyeri ini tidak teratasi maka kemungkinan partus akan lama (Kurniawati, 2017).

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti sangat tertarik untuk melakukan penelitian *literature review* dengan judul Pengaruh *Birth Ball Exercises* terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I pada Ibu Bersalin.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan maka rumusan masalah penelitian ini adalah bagaimana Pengaruh *Birth Ball Exercises* terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I

1.3 Tujuan

Tujuan penelitian adalah ini untuk menggambarkan Pengaruh *Birth Ball Exercises* terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan tambahan informasi dan *literature* tentang Pengaruh *Birth Ball Exercises*

terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I yang dapat dijadikan data dasar untuk penelitian

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Keperawatan

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan kompetensi tambahan perawat untuk menciptakan pelayanan yang optimal kepada masyarakat terkhususnya pada Ibu Bersalin

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian dapat digunakan untuk bahan dasar teori dan memperkuat kerangka dasar penelitian untuk penelitian dalam ranah persalinan

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini adalah Keperawatan Maternitas. Penelitian ini merupakan penelitian *Literature Review* dengan menganalisis dari sumber berdasarkan *evidence based* dengan pencarian bersumber dari database Google Scholar, *Pubmed* dan *ScienceDirect*. Teknik Sampling yang digunakan adalah *Purposive Sampling*. Kelayakan artikel menggunakan analisis JBI. *Keyword* yang merupakan kata kunci adalah “Nyeri Persalinan” dan “*Birth Ball exercises*”