

**PENGARUH PEMBERIAN COUNTERPRESSURE BIRTH BALL
TERHADAP PENURUNAN NYERI PERSALINAN DI BPM
MAIHARTI KISARAN BARAT TAHUN 2022**

*The Effect Of Counterpressure Birth Ball On The Reduction Of Labor
Pain In Bpm Maiharti Kisaran Barat In 2022*

Yurizki Telova

PRODI SARJANA KEBIDANAN, FAKULTAS KEIDANAN
INSTITUT KESEHATAN MEDISTRA LUBUK PAKAM
Jl. Sudirman No.38, Petapahan, Kec. Lubuk Pakam, Kabupaten Deli Serdang,
Sumatera Utara 20512
e-mail : yurizki_line@yahoo.com

DOI: 10.35451/jkk.v5i1.1342

Abstrak

Melahirkan merupakan proses alami terjadi pada setiap ibu hamil. Persalinan dapat di beri arti peregangan serta melebarnya serviks karena adanya dorongan bayi dari dalam bersama otot rahim. Persalinan adalah proses yang menyakitkan bagi sebagian ibu dikarenakan adanya nyeri yang dahsyat ketika pembukaan, lebih banyak di alami terutama di kala I pada ibu primipara yang akan terjadi selama kurang lebih 13jam, dimana fase ini terjadi ketika pembukaan awal sampai pembukaan akhir yaitu pembukaan ke sepuluh, menuju fase ini ibu akan merasakan sakit yang lama dan teratur setiap lima belas menit sekali, sensasi nyeri yang hebat karena dilatasi serviks terjadi dan dapat menimbulkan kecemasan yang dapat menaikkan *hormon adrenalin* ibu yang dapat menimbulkan partus lama karena hal inilah ibu sangat membutuhkan latihan yang dapat melatih otot seperti gaya *birthball* saat senam dan yoga agar otot ibu dapat terlatih untuk peregangan, hal ini juga dilakukan pada ibu ketika bersalin, hal yang dilakukan seperti *birthball* pada umumnya yaitu posisi seperti berlutut dan bersandar di bola, hal ini dapat mengurangi rasa nyeri di bagian punggung ibu. *Counterpressure* adalah pijatan tekanan yang dilakukan pada tulang *sacrum* ibu, dengan menggunakan pangkal atau kepalan tangan bidan selama 20 menit setiap 1 jam selama persalinan berlangsung, Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh *Counterpressure birth ball* dengan pengurangan nyeri saat persalinan, Desain yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *Quasy Eksperiment* , sampel penelitian yaitu 16 orang ibu partus di BPM Maiharti kisaran Barat yang dibagi menjadi dua kelompok *pretest* dan *posttest* hasil dari Kombinasi *counterpressure birthball* dengan mendapatkan nilai *p-value* 0,000 yang bearti ada hubungan yang signifikan untuk penurunan skala nyeri saat persalinan.

Kata Kunci: *Counterpressure Birth Ball*, Nyeri Persalinan

Abstract

Childbirth is a natural process that occurs in every pregnant woman. Labor can be interpreted as stretching and dilating the cervix due to the push of the baby from the inside along with the uterine muscles. Labor is a painful process for some mothers due to severe pain when opening, more experienced especially in the first stage in primiparous mothers which will occur for approximately 13 hours, where this phase occurs when the initial opening to the final opening is the tenth opening, towards this phase the mother will feel long and regular pain every fifteen minutes, the sensation of intense pain due to cervical dilatation occurs and can cause anxiety which can increase the mother's adrenaline hormone which can cause prolonged labor because of this the mother really needs exercises that can train muscles such as birthball style during gymnastics and yoga so that the mother's muscles can be trained to stretch, this is also done for mothers when giving birth, things that are done like birthballs in general are positions such as kneeling and leaning on the ball, this can reduce back pain mother. Counterpressure is a pressure massage performed on the mother's sacrum bone, using the base or midwife's fist for 20 minutes every 1 hour during labor. This study is a Quasy Experiment, the research sample is 16 sample mothers at BPM Maiharti, West range which is divided into two groups, pretest and posttest. The results of the combination counterpressure birthball are obtained by obtaining a p-value of 0.000 which means that there is a significant relationship for decreasing pain scale during labor.

Keywords: Counterpressure, Birth Ball, Labor Pain

1. PENDAHULUAN

Persalinan adalah sesuatu yang alamiah di alami pada ibu hamil. Persalinan dapat diartikan peregangan dan pelebaran dari mulut Rahim dikarenakan otot Rahim berkontraksi yang berguna untuk mendorong bayi dan plasenta keluar (Danuatmaja, 2014). WHO menyebutkan ada sebagian besar pada kejadian persalinan sebanyak 90% mengalami rasa nyeri yang mencapai skala sepuluh, sedangkan pada dasarnya persalinan sangat sering terjadi pada setiap persalinan.

Penyebab dari nyeri tersebut terdapat fisiologis dan psikologi, fisiologis meliputi keadaan fisik seseorang, sedangkan psikologis adalah faktor kejiwaan seseorang atau perasaan seseorang. Nyeri persalinan adalah perasaan tidak nyaman karena adanya rasa fisik yang berkaitan dengan kondisi kontraksi uterus yang disertai

penipisan serta terjadi pembukaan sampai mencapai puncak persalinan (Rejeki dkk, 2014).

Ibu Primigravida saat persalinan di alami 13 jam dan pada ibu multipara dapat mengalami persalinan lebih singkat berlangsung selama 7 jam. Saat persalinan kala satu untuk primigravida lebih lama terasa nyeri dan informasi yang kurang pada ibu hamil menyebabkan sugesti nyeri semakin terasa, cemas yang berlebihan dan resiko mengalami psikologis yang dapat mengganggu ibu selama proses persalinan.

Kecemasan yang terjadi akan memicu lepasnya hormon-hormon seperti *hormon adrenalin* dan ketokolamin yang berespon terhadap tubuh memberikn sensasi kaku, tegang bersama dengan sel yang membentuk impuls ketika nyeri bertambah maka akan menghambat aliran darah menuju plasenta sehingga suplai ke janin

menurun dan dapat melemahkan otot rahim saat berkontraksi dan dapat terjadi partus lama dan juga nyeri yang semakin kuat, sehingga ibu akan mempunyai rasa alamiah untuk meneran sehingga dapat menyebabkan robekan perineum (Saifuddin, 2014).

Birth ball dapat diartikan sebagai terapi fisik yang menggunakan bola yang dapat mengurangi nyeri dan dapat membantu penurunan kepala bayi dan rotasinya dan dapat melatih otot Rahim dan pinggang untuk lebih elastis dan tidak tegang saat terjadinya kontraksi, dan pendamping persalinan juga sangat penting karena dapat mengalihkan rasa nyeri (Aprillia, 2014).

2. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian *quasy eksperimen with pretest and posttest* yaitu kelompok eksperimen dengan melihat *pretest* dan *posttest* setelah dan sebelum dilakukan intervensi, teknik pengambilan sampel menggunakan pendekatan *simple random sampling* dimana peneliti melakukan *randomize* sesuai dengan kriteria *Inklusi* dan *Eksklusi* dengan menggunakan sample sebanyak 16 orang ibu partus kala I, penelitian ini dilakukan di Klinik Maiharti Kisaran Barat, Medan Sumatera Utara.

Penelitian ini menggunakan instrument lembar observasi pada sampel dan *Visual Analog Scale (VAS)* merupakan alat yang dapat mengukur Nyeri dengan menggunakan garis angka 0-10 yang masing-masing nomor melambangkan intensitas nyeri pada ibu.

3. HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pada Ibu Bersalin Berdasarkan Tingkat Nyeri Persalinan Sebelum Diberikan Perlakuan *Counterpressure* dengan *Birthball*

Tingkat nyeri	f	%
Ringan	0	0
Sedang	15	93,75
Berat	1	6,25
Total	16	100

Keterangan dari tabel 1 diketahui ada sebagian besar 15 dari 16 responden merasakan nyeri sedang 4-6 (97,3%) responden tingkat nyeri pada skala 7-9 yaitu nyeri berat dan 1 Responden (6,25%) yang merasakan tingkat nyeri pada skala 10 atau nyeri sangat berat.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi table setelah Perlakuan *CounterpressurenBirthball*

Tingkat Nyeri	f	%
Ringan	14	87,5
Sedang	2	12,5
Berat	-	-
Total	16	100

Berdasarkan tabel 2 terdapat penurunan nyeri yaitu dari 16 ibu bersalin terdapat 14 ibu bersalin (87,5%) yang merasakan tingkat nyeri yang berkurang dari sedang ke ringan dan ada 2 ibu bersalin (12,5%) yang merasakan tingkat nyeri sedang, sedangkan sebelumnya ibu yang merasakan nyeri berat ada 1 orang (6,25%)

Tabel 3 Berdasarkan Analisis pengaruh antara variabel dependen dan independen dengan menggunakan uji statistik *paired t-test*

Variabel	Mean	SD	P value
<i>Pre test</i>	7,940	7,591	0,000
<i>Post test</i>	6,417	9830	

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa rata-rata tingkat nyeri persalinan sebelum diberikan perlakuan *counterpressure* dengan *birth ball* adalah 7,940 sedangkan rata-rata tingkat nyeri sesudah diberikan perlakuan *counterpressure birth ball*

berkurang menjadi 6,417 Hasil ini menunjukkan terdapat penurunan nyeri persalinan sebelum dan sesudah intervensi yang mempunyai selisih 1,523. Hasil dari signifikansi penelitian ini yaitu didapatkan *P-value* 0,000 yang berarti ada pengaruh birthball dan *counterpressure* terhadap penurunan skala nyeri peralihan kala 1 fase aktif.

4. PEMBAHASAN

Pengaruh *Counterpressure* dengan *Birth ball* terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif dengan menggunakan software SPSS versi 22.0 dengan *uji t berpasangan*. Berdasarkan pembahasan *analisis univariat* diatas dapat diketahui adanya penurunan tingkat nyeri persalinan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan *counterpressure* dengan birthball yaitu, dari skala 7–9 atau nyeri sedang sebanyak 15 responden (93,75%) menurun ke skala 1-3 atau nyeri ringan 14 responden (87.5%), dan sedangkan dari nyeri berat 1 orang responden (6,25) ketika diberikan intervensi menjadi 0%. Uji Bivariat didapatkan hasil uji *-t berpasangan* dengan nilai *P-Value* $0,000 < 0,05$ yang artinya ada pengaruh pemberian *Counterpressure Birthball* terhadap penurunan nyeri persalinan Kala I fase aktif.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori Mondragon yang mengungkapkan bahwa, massage atau pijatan berupa stimulasi tekanan kuat pada sakrum yang digunakan selama proses persalinan dapat menimbulkan efek relaksasi sehingga mengurangi nyeri akibat kontraksi uterus yang ibu bersalin rasakan.

Hal tersebut dapat terjadi karena kebenaran Teori gate control yang mengatakan bahwa selama proses persalinan impuls nyeri berjalan dari uterus ke substansi gelatinosa di dalam spinal kolumna, sel-sel transmisi memproyeksi pesan nyeri ke otak.

Adanya simulasi seperti menggosok-gosok, menekan dengan kuat atau memijat mengakibatkan pesan yang berlawanan yang lebih kuat, cepat dan berjalan sepanjang serat saraf kecil. Pesan yang berlawanan ini menutup substansi gelatinosa lalu memblokir pesan nyeri sehingga otak tidak mencatat pesan nyeri tersebut dan terjadi pembatasan intensitas nyeri (Suparni, 2016).

Teori *birthball* diatas sejalan dengan hasil penelitian Kurniawati yang berjudul Efektivitas Latihan Birth Ball terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada Primigravida bahwa, didapatkan nilai R^2 sebesar 0,49 yang berarti bahwa latihan *birth ball* dan dukungan suami dan keluarga berkontribusi terhadap nyeri persalinan yaitu sebesar 49%. Intensitas nyeri persalinan kala I pada ibu primigravida yang melakukan latihan birth ball lebih rendah dibandingkan dengan yang tidak melakukan latihan *birth ball*.

Berdasarkan uraian diatas peneliti berasumsi bahwa pemberian *counterpressure* yang dilakukan dengan pijatan tekanan kuat pada sakrum menggunakan bagian datar dari tangan pada daerah sakrum atau lumbal lima selama 20 menit setiap kontraksi ($\pm 6-8$ kali pijatan) Penggunaan *birthball* dengan posisi berlutut sebagai media yang membantu penerapan *counterpressure* serta penilaian melalui metode observasi lansung ke responden dan penggunaan skala VAS, secara keseluruhan, semua responden rata-rata merasa lebih rileks, tenang dan nyaman saat persalinan sehingga nyeri juga berkurang dan respon responden juga berbeda-beda (Kurniawati, 2016)

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil uji *t berpasangan* diperoleh *p-value* $0,000 < 0,05$ Artinya ada pengaruh

counterpressure birthball terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif Di Klinik Bidan Maiharti Kisaran Barat Tahun 2022.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprillia, Yessie. (2014). Bebas Takut Hamil Dan Melahirkan. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.
- Danuatmaja, B.d. M. (2014) Persalinan Normal Tanpa Rasa Sakit. Penerbit: Puspa swara.
- Saifuddin, dkk (ed), (2014). Pelayanan Kesehatan Maternal dan Bayi Baru Lahir, Jakarta : Erlangga.
- Suparmi Siti Isfandi (2016). Peran Teman Sebaya terhadap Perilaku Seksual Pranikah pada Remaja Laki-Laki dan Perempuan di Indonesia. Buletin Penelitian Kesehatan, Vol. 44, No. 2.
- Kurniawati, D dan Yunita. (2016). Analisis Kemampuan Kognitif Mahasiswa Pada Konsep Asam-Basa Menggunakan Tes Berdasarkan Taksonomi Bloom Revisi. Jurnal Kimia dan Pendidikan Vol.1 No.1.Banten : Universitas Sultan Ageng Tirtayasa.
- Rejeki, S., Hartiti, T., & Khayati, N. (2014). Nyeri Persalinan Kala I Melalui Praktik Counterpressure oleh Suami di RSUD Soewondo Kendal. Jurnal Keperawatan Maternitas, Vol 2(2), 127-135