



# PENGARUH BIMBINGAN GYM BALL TERHADAP KEMAJUAN PERSALINAN DI BIDAN PRAKTEK MANDIRI (BPM) NETTY RUSTAM DAN ERNAWENA KOTA PADANG PANJANG

Debby Yolanda

<sup>1</sup>Fakultas Kesehatan, Universitas Mohammad Natsir

\*Email korespondensi: [debbydiko@gmail.com](mailto:debbydiko@gmail.com)

Submitted: 09-06-2024, Reviewer: 17-06-2024, Accepted: 19-06-2024

## ABSTRACT

*Long term labor is one of the leading contributors to maternal deaths in the world, according to the WHO in 2018 there were 289 cases of long term labor in women worldwide, which is 289 per 100,000 live births. The aim of the research is to find out the influence of gym ball guidance on the progress of childbirth in the BPM Netty Rustam and Ernowena Padang Panjang City. This research uses a quantitative research approach by using a pre-experimental research design that uses an intract grop comparison design. The research was conducted at BPM Netty Rustam and Ernowena Padang Panjang City. The population in this study is 40 people. Total sample 20 cases and 20 controls with purposive sampling techniques. The data analyses used are univariate and bivariate with independent T-test samples. The study results obtained an average length of active phase progress of labor in the group not given the gym ball was 298 minutes with sd 29.30. Whereas the average long active phases of labor progress in the groups given the Gym ball was 207 minutes with Sd 27.97. The statistical test results received  $p = 0,000 < 0.05$  means there is a length difference of active stage progression of labor between the control group and the intervention group. So it can be concluded that there is an influence of gym ball guidance on the progress of childbirth in the BPM Netty Rustam and Ernowena Padang Panjang City.*

**Keywords:** *Counselling, Gym Ball, Birth Progress*

## ABSTRAK

Persalinan lama salah satu penyumbang kematian ibu di dunia, berdasarkan world health organization (WHO) tahun 2018 terjadi kasus persalinan lama pada wanita di dunia yaitu 289 per 100.000 kelahiran hidup. Tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui pengaruh bimbingan gym ball terhadap kemajuan persalinan di Bidan Praktek Mandiri Netty Rustam dan Ernowena Kota Padang Panjang. Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian pre-eksperimental design yang menggunakan rancangan intract grop comparison. Penelitian dilakukan di BPM Netty Rustam dan Ernowena Kota Padang Panjang. Populasi dalam penelitian ini adalah 40 orang. Jumlah sampel 20 kasus dan 20 kontrol dengan teknik *purposive sampling*. Analisa data yang digunakan adalah univariat dan bivariat dengan uji independent sample T-test. Hasil penelitian diperoleh rata-rata lama fase aktif kemajuan persalinan pada kelompok yang tidak diberikan gym ball adalah 298 menit dengan sd 29,30. Sedangkan rata-rata lama fase aktif kemajuan persalinan pada kelompok yang diberikan gym ball adalah 207 menit dengan sd 27,97. Hasil uji statistic diperoleh  $p = 0,000 < 0,05$  artinya ada perbedaan lama fase aktif kemajuan persalinan antara kelompok kontrol dan intervensi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh bimbingan gym ball terhadap kemajuan persalinan Di BPM Netty Rustam dan Ernowena Kota Padang Panjang.

**Kata kunci:** *Bimbingan, Gym Ball, Kemajuan Persalinan*

## PENDAHULUAN

Persalinan adalah proses pengeluaran hasil konsepsi yang dapat hidup dari dalam uterus ke dunia luar. Persalinan mencakup proses fisiologis yang memungkinkan serangkaian perubahan yang besar pada ibu untuk dapat melahirkan janinnya melalui jalan lahir. Persalinan dan kelahiran normal merupakan proses pengeluaran janin yang terjadi pada kehamilan cukup bulan (37-42 minggu), lahir spontan dengan presentasi belakang kepala yang berlangsung dalam 18 jam, tanpa komplikasi baik pada ibu maupun janin (Janmah, 2017).

Ada empat tahapan persalinan yaitu Kala I, kala II, kala III dan kala IV persalinan. Pada kala I persalinan terdiri dari 2 fase, yaitu fase laten dan fase aktif. Kemajuan persalinan pada kala I fase aktif merupakan saat yang paling melelahkan, berat, dan kebanyakan ibu mulai merasakan sakit atau nyeri, dalam fase ini kebanyakan ibu merasakan sakit yang hebat karena kegiatan rahim mulai lebih aktif. Kecemasan pada ibu bersalin kala I bisa berdampak meningkatnya sekresi adrenalin. Salah satu efek adrenalin adalah kontraksi pembuluh darah sehingga suplai oksigen ke janin menurun. Penurunan aliran darah juga menyebabkan melemahnya kontraksi rahim dan berakibat memanjangnya proses melahirkan (Janmah, 2017).

Persalinan lama salah satu penyumbang kematian ibu di dunia, berdasarkan world health organization (WHO) tahun 2018 terjadi kasus persalinan lama pada wanita di dunia yaitu 289 per 100.000 kelahiran hidup. Sementara di Indonesia terjadi kejadian partus lama menduduki urutan tertinggi di ASEAN yaitu 359 per 100.000 kelahiran hidup meninggal akibat partus lama.

Berdasarkan riskesdas tahun 2018 terdapat di Jawa Barat yang mengalami

partus lama sebesar 4,1%, sementara yang mengalami partus lama sedikit terdapat di provinsi Papua sebesar 2,7% dengan total kelahiran 78,736 kelahiran di seluruh provinsi (Kemenkes, 2018).

Saat proses persalinan rasa nyeri akan semakin meningkat ketika ibu mengalami stress dan kelelahan akibat persalinan lama. Nyeri persalinan perlu mendapatkan penanganan yang baik dan tidak menimbulkan komplikasi yang dapat mengganggu persalinan (Tetti, 2018). Upaya dalam mencegah persalinan lama salah satunya dengan bimbingan gym ball yang menunjang persalinan agar berjalan secara fisiologis.

Penelitian Siregar pada tahun 2020 yang berjudul pengaruh pelaksanaan teknik birth ball kemajuan persalinan yang mengungkapkan bahwa rata-rata kemajuan persalinan untuk status birth ball dilaksanakan dan tidak dilaksanakan adalah berbeda dimana status birth ball dilaksanakan lebih cepat 224,3 menit dibandingkan dengan status birth ball tidak dilaksanakan. Dengan tingkat kepercayaan 95% diperoleh nilai  $p\text{-value } 0,0000 < 0,05$  yang berarti ada pengaruh yang bermakna dengan pelaksanaan teknik birth ball kepada kemajuan persalinan (Siregar et al., 2020).

Gym Ball adalah bola fisioterapi yang membantu ibu dalam tahap pertama persalinan dan dapat digunakan dalam berbagai posisi. Elastisitas dan kelengkungan bola merangsang reseptor di panggul, sehingga dengan menerapkan gravitasi sambil meningkatkan pelepasan endorfin, gerakan duduk di atas bola dan batu memberikan perasaan nyaman dan mendorong kemajuan persalinan. Penanggung jawab. Mengeluarkan endorfin (Hernawati et al., 2021).

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian pre-eksperimental designs yang menggunakan rancangan intract grop comparison yaitu untuk menentukan pengaruh dari suatu tindakan pada kelompok yang diberi perlakuan dengan metode bimbingan gym ball dan kelompok yang tidak diberi bimbingan gym ball sebagai kelompok control. Variabel independen dalam penelitian ini adalah bimbingan gym ball sedangkan kemajuan persalinan menjadi variabel dependen.

Penelitian dilakukan di BPM Netty Rustam dan Ernawena Kota Padang Panjang. Populasi dalam penelitian ini adalah 40 orang. Jumlah sampel 20 kasus dan 20 kontrol dengan teknik *purposive sampling*. Analisa data yang digunakan adalah univariat dan bivariat dengan uji *independent sample T-test*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Analisa Univariat

#### Rata-rata Lama Fase Aktif Kemajuan Persalinan pada kelompok yang diberikan gym ball dan kelompok yang tidak diberikan gym ball

**Tabel 1. Rata-rata Lama Fase Aktif Kemajuan Persalinan pada kelompok yang tidak diberikan gym ball dan kelompok yang diberikan gym ball**

Lama Fase Aktif	n	Mean	Sd	Min-Max
Kelompok Kontrol	20	298	29,30	250-360
Kelompok Intervensi	20	207	27,97	180-270

Berdasarkan tabel 1 diperoleh rata-rata lama fase aktif kemajuan persalinan pada kelompok yang tidak diberikan gym ball adalah 298 menit dengan sd 29,30. Lama fase aktif tercepat adalah 250 menit dan terlama 360 menit. Sedangkan rata-rata lama fase aktif kemajuan persalinan pada kelompok yang diberikan gym ball adalah 207 menit dengan sd 27,97. Lama fase aktif tercepat adalah 180 menit dan terlama 270 menit.

Saat proses persalinan rasa nyeri akan semakin meningkat ketika ibu mengalami stress dan kelelahan akibat persalinan lama. Nyeri persalinan perlu mendapatkan penanganan yang baik dan tidak menimbulkan komplikasi yang dapat mengganggu persalinan (Tetti, 2018). Upaya dalam mencegah persalinan lama salah satunya dengan bimbingan gym ball yang menunjang persalinan agar berjalan secara fisiologis.

Menurut penelitian Rini *et al* (2020) menyatakan bahwa berdasarkan tabel dapat diketahui bahwa pada kategori kelompok yang melakukan gym ball memiliki rata-rata kemajuan persalinan selama 215.71 menit sedangkan pada kategori kelompok yang tidak melakukan gym ball memiliki rata-rata kemajuan persalinan selama 302.14 menit.

Asumsi peneliti, pelaksanaan gym ball terhadap kemajuan persalinan pada ibu primigravida kala I fase aktif sangat berpengaruh. Dimana pelaksanaan gym ball membantu ibu untuk mempersingkat kala I fase aktif. Responden yang tidak melaksanakan gym ball mengalami fase aktif lebih lama yaitu rata-rata 298 menit dan ada yang mencapai 360 menit. Namun bagi responden yang melaksanakan gym ball mengalami fase aktif yang singkat dimana waktu tersingkat yang dilalui oleh responden pada kala I fase aktif setelah dilakukan gym

ball adalah rata-rata 207 menit dengan waktu tercepat 180 menit.

Ibu bersalin mengatakan nyaman dan rileks dalam menghadapi persalinan karena bantuan gym 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 gym ball yang dilakukan oleh ibu bersalin membantu ibu dalam beradaptasi dengan rasa nyeri dan ketidaknyamanan yangalaminya.

### **Analisa Bivariat**

#### **Pengaruh Bimbingan Gym Ball Terhadap Kemajuan Persalinan Di Bidan Praktek Mandiri (Bpm) Netty Rustam dan Ernawena Kota Padang Panjang**

**Tabel 2. Pengaruh Bimbingan Gym Ball Terhadap Kemajuan Persalinan Di Bidan Praktek Mandiri (BPM) Netty Rustam dan Ernawena Kota Padang Panjang**

Lama Fase Aktif	n	Mean	Sd	P -value
Kelompok Kontrol	20	298	29,30	0,000
Kelompok Intervensi	20	207	27,97	

Hasil uji statistic diperoleh  $p = 0,000 < 0,05$  ( $H_0$  ditolak) artinya ada perbedaan lama fase aktif kemajuan persalinan antara kelompok kontrol dan intervensi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh bimbingan gym ball terhadap kemajuan persalinan Di Bidan Praktek Mandiri (BPM) Netty Rustam Kota Padang Panjang.

Gym Ball adalah bola fisioterapi yang membantu ibu dalam tahap pertama persalinan dan dapat digunakan dalam berbagai posisi. Elastisitas dan kelengkungan bola merangsang reseptor

di panggul, sehingga dengan menerapkan gravitasi sambil meningkatkan pelepasan endorfin, gerakan duduk di atas bola dan batu memberikan perasaan nyaman dan mendorong kemajuan persalinan. Penanggung jawab. Mengeluarkan endorfin (Hernawati et al., 2021).

Penelitian Siregar pada tahun 2020 yang berjudul pengaruh pelaksanaan teknik birth ball kemajuan persalinan yang mengungkapkan bahwa rata-rata kemajuan persalinan untuk status birth ball dilaksanakan dan tidak dilaksanakan adalah berbeda dimana status birth ball dilaksanakan lebih cepat 224,3 menit dibandingkan dengan status birth ball tidak dilaksanakan. Dengan tingkat kepercayaan 95% diperoleh nilai  $p\text{-value } 0,0000 < 0,05$  yang berarti ada pengaruh yang bermakna dengan pelaksanaan tehnik birth ball kepada kemajuan persalinan (Siregar et al., 2020).

Menurut asumsi peneliti, pelaksanaan tehnik gym ball terhadap kemajuan persalinan sangat berpengaruh. Karena gym ball dapat membantu ibu bersalin untuk mempersingkat kala I. Hal ini terbukti dengan gym ball mampu membuat perbedaan waktu kelompok kontrol 298 menit dan intervensi 207 menit sehingga memiliki selisih sekitar 90 menit. Responden yang melakukan tehnik gym ball mengalami waktu kala I fase aktif yang singkat dimana waktu tersingkat yang dilalui oleh responden pada kala I fase aktif setelah dilakukan tehnik gym ball adalah 180 menit.

Ibu bersalin mengatakan nyaman dan rileks dalam menghadapi persalinan karena bantuan gym 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.



## SIMPULAN

Ada pengaruh bimbingan gym ball terhadap kemajuan persalinan Di Bidan Praktek Mandiri (BPM) Netty Rustam dan Ernawena Kota Padang Panjang.

## REFERENSI

- Hernawati, E. (2021, Agustus). Pengaruh Bimbingan Gym Ball Terhadap Kemajuan Persalinan Ibu Primigravida. *Jurnal Asuhan Ibu & Anak*, 6, 83-90.
- Janmah. (2017). Asuhan Persalinan Normal & Inisiasi Menyusui Dini. Jakarta: Depkes RI.
- Kemenkes RI. (2018). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kurniawati, Sulistyowati, A., Putra, & Umami, R. (2017). Hubungan antara Usia dan Tingkat Pendidikan dengan Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil tentang Perawatan Payudara selama Hamil di Poli Kandungan RSUD Jasem, Sidoarjo. *Nurse and Health: Jurnal Keperawatan*, 6(2), 40-43

- Notoatmodjo. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rinneka Cipta.
- Rini. (2020). The Effect Of Gym Ball On The Progress Of Active Phase I Labor In Primigravida Mothers In Alisah Treisya Clinic Medan North Sumatera Province In 2020. *Gentle Birth*. Vol 3 (2), 71-77.
- Siregar. (2020). Pengaruh Pelaksanaan Teknik Birth Ball Terhadap Kemajuan Persalinan. *Jurnal Penelitian Kebidanan dan Kespro*. Vol 3(1), pp: 76-83.
- World Health Organization. (2018). *Sustainable Development Goals*. WHO.

