

Efektivitas Gym Ball dengan Teknik Rebozo dalam Kemajuan Persalinan di PMB S Parungsari Sajira Kabupaten Lebak Tahun 2020

Gusrida Umairo¹, Nur Anita²

^{1,2}Departement of Midwifery, STIKes Abdi Nusantara, Jakarta, Indonesia

Article Info	Abstrak
<p>Kata Kunci: Gym Ball, Teknik Rebozo, Kemajuan Persalinan</p> <p>Dikirim : 5 Maret 2022 Direvisi : 10 Maret 2022 Diterima : 10 Maret 2022</p> <p> Gusrida Umairo  gusridaumairo@gmail.com  https://orcid.org/0000-0002-2942-4013</p>	<p>Komplikasi dalam lamanya waktu persalinan dapat menyebabkan aliran darah ibu melalui plasenta berkurang sehingga berdampak pada terjadinya asfeksia pada bayi baru lahir. Salah satu cara untuk mempercepat kemajuan persalinan yaitu dengan memberikan gym ball dan tehnik rebozo. Hasil laporan data dari PMB S Parungsari Sajira Kabupaten Lebak diperoleh informasi bahwa pada tahun 2023 dari 243 ibu bersalin ditemukan 31 kasus dengan partus lama sehingga terkadang ada yang dilakukan rujukan, adapun peperian gym ball dan tehnik rebozo belum dilakukan di tempat tersebut. Mengetahui efektivitas gym ball dengan teknik rebozo dalam kemajuan persalinan di PMB S Parungsari Sajira Kabupaten Lebak tahun 2023. Quasy experiment dengan rancangan posttest only with control group design. Sampel adalah ibu bersalin sebanyak 40 sampel dengan teknik total sampling. Intervensi selama 5-10 menit dan diulangi sebanyak 3 kali. Analisis bivariat menggunakan uji Mann Whitney. Hasil penelitian univariat rata-rata kemajuan persalinan pada pemberian gym ball adalah 5,675 jam. Rata-rata kemajuan persalinan pada pemberian teknik rebozo adalah 5,575 jam. Hasil penelitian bivariat uji Mann Whitney kemajuan persalinan kala I sebesar 0,738. Tidak terdapat perbedaan efektivitas gym ball dengan teknik rebozo dalam kemajuan persalinan. Bidan diharapkan untuk mempercepat proses persalinan alangkah baiknya jika pemberian gym ball dan teknik rebozo dilakukan secara bersamaan agar kemajuan persalinan akan berjalan lebih cepat</p>
	<p><i>This is an open access article under the CC BY-SA license.</i></p> 

1. Pendahuluan

Persalinan merupakan hal yang fisiologis yang dialami oleh setiap orang, akan tetapi kondisi fisiologis tersebut dapat menjadi patologis apabila seorang ibu tidak mengetahui kondisi yang fisiologis dan seorang penolong atau tenaga kesehatan tidak memahami bagaimana suatu persalinan dikatakan fisiologis dan bagaimana penatalaksananya sehingga dapat membantu

menurunkan angka kematian ibu sesuai dengan MDGs 2015 yang berganti SDGs (Sustainable Development Goals) (Walyani, et al., 2020). Menurut informasi dari World Health Organization (WHO) ditemukan 99% kematian ibu terjadi di negara berkembang yaitu 239/100.000 kelahiran hidup, hal ini berbanding terbalik jika dibandingkan di negara maju yaitu 12/100.000 kelahiran hidup. Angka kematian ibu di negara maju seperti Eropa dan Amerika Utara mencapai 12 per 100.000 kelahiran hidup, di Australia dan Selandia mencapai 7 per 100.000 kelahiran hidup, sedangkan angka kematian ibu di negara berkembang yaitu sebesar 415 per 100.000 kelahiran hidup (World Health Organization, 2020). Adapun ibu di negara-negara ASEAN masih cukup tinggi, Asia Tenggara seperti Filipina 114 per 100.000 kelahiran hidup, Vietnam 54 per 100.000 kelahiran hidup, Thailand 20 per 100.000 kelahiran hidup, Brunei 23 per 100.000 kelahiran hidup, dan Malaysia 40 per 100.000 kelahiran hidup (World Health Organization, 2020). Sementara itu menurut Profil Kesehatan Indonesia tahun 2021 secara umum terjadi penurunan kematian ibu dari 390 menjadi 305 per 100.000 kelahiran hidup, jika dikaitkan dengan Millenium Development Goals (MDGs) yakni menurunkan angka kematian ibu (AKI) menjadi 102/100.000 kelahiran hidup maka angka kematian ibu tidak berhasil mencapai target MDGs. Jumlah kematian ibu menurut provinsi tahun 2020-2021 terdapat penurunan dari 4.226 menjadi 4.221 kematian ibu di Indonesia berdasarkan laporan, begitu juga dengan Provinsi Banten jumlah kematian ibu sebanyak 329 kematian ibu, sementara itu Kabupaten Lebak ditemukan 34 angka kematian ibu, adapun di PMB S Parungsari Sajira Kabupaten Lebak tahun 2021-2023 tidak ditemukan angka kematian ibu (Kemenkes RI 2021).

Berdasarkan data dari Profil Kesehatan Indonesia penyebab kematian ibu terbanyak pada tahun 2021 adalah perdarahan salah satunya disebabkan oleh persalinan lama mencapai 4,3%. Begitu juga dengan Provinsi Banten tahun 2021 tercatat bahwa perdarahan (30,3%), hipertensi dalam kehamilan (27,5%), infeksi (4,5%), gangguan sistim peredaran darah sebesar (14,6%) dan lainnya partus lama merupakan salah satu penyebab kematian ibu sebesar (22,5%) (Kemenkes RI 2021). PMB S Parungsari Sajira Kabupaten Lebak pada tahun 2022 dan 2023 tidak ditemukan kasus kematian akan tetapi tahun 2022 241 ibu yang melahirkan ditemukan 28 ibu (11,6%) mengalami partus lama dan tahun 2023 dari 243 ibu yang melahirkan ditemukan 31 ibu (12,7%) mengalami partus lama sehingga berdampak pada terjadinya perdarahan post partum sebagai salah satu penyebab kematian ibu. Komplikasi dalam lamanya waktu persalinan, kelelahan, stress pada ibu dapat menyebabkan aliran darah ibu melalui plasenta berkurang, sehingga aliran oksigen ke janin berkurang, akibatnya terjadi gawat janin dan hal ini dapat menyebabkan asfiksia. Faktor-faktor yang berhubungan dengan lama persalinan kala II termasuk usia ibu, paritas, TFU, usia kehamilan, jarak dari kehamilan, aktivitas selama kehamilan dan fisioterapi (Machmudah 2019).

Agar dapat mencegah terjadinya komplikasi dalam persalinan tersebut diatas, maka tenaga kesehatan khususnya bidan mempunyai tanggung jawab dan tantangan dalam memberikan asuhan yang adekuat untuk membantu proses persalinan. Namun hal tersebut bukan merupakan tugas yang mudah bagi seorang bidan karena setiap wanita memiliki dimensi biologi, psikologi, sosial, spiritual, budaya dan pendidikan yang berbeda yang berdampak pada cara

mengekspresikan diri dan mempersepsikan rasa nyeri saat persalinan yang merupakan bagian alami dari proses persalinan (Hamilton 2021). Walaupun pendekatan nonfarmakologi untuk mempercepat kemajuan persalinan telah dipelajari secara luas, tetapi penerapan di rumah sakit masih sangat terbatas dan dalam praktiknya tidak semudah apa yang dibayangkan karena belum terdapat tuntunan yang jelas tentang cara untuk mempercepat kemajuan persalinan secara alami (Maryunani 2021). Salah satu cara untuk mempercepat kemajuan persalinan yaitu dengan gym ball yang menunjang persalinan agar berjalan secara fisiologis. Kurniawati et al. (2019) menjelaskan bahwa 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 dapat meningkatkan pelepasan endorfin sehingga memberikan perasaan nyaman dan mendorong kemajuan persalinan. Penelitian yang dilakukan Asriani (2019) mengungkapkan bahwa dari 30 responden ibu primigravida mayoritas melakukan terapi gym ball sebanyak 24 orang (80%), dan mayoritas mengalami kelancaran proses persalinan sebanyak 27 orang (90%) menggunakan perhitungan statistik chi-square yang diperoleh adanya hubungan yang bermakna antara terapi gym ball dengan kelancaran proses persalinan ($p \text{ value} = 0,005 < 0,05$).

Hasil penelitian lainnya dilakukan oleh Purwanti & Rayani (2020) sebelum pemberian teknik bola persalinan (gym ball) hampir seluruhnya sebanyak 11 orang (69%) mengalami penurunan bagian bawah janin pada hodge II dan setelah pemberian teknik bola persalinan (gym ball) selama 15-30 menit setelah itu dilakukan pemeriksaan dalam ulang setiap 4 jam sekali untuk menilai kemajuan persalinan sebagian besar mengalami penurunan kepala bagian bawah janin pada hodge III sebanyak 10 orang (63%) dan 6 orang (37%) mengalami penurunan di hodge IV. Berdasarkan uji statistik wilcoxon didapatkan hasil $p \text{ value} 0,000$ dengan nilai signifikan $\alpha = 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian teknik bola persalinan (gym ball) terhadap penurunan bagian bawah janin dan intensitas nyeri pada ibu inpartu kala I fase aktif. Upaya lainnya yaitu dengan melakukan teknik rebozo. Menurut Iversen, et al (2019), teknik rebozo berasal dari Amerika Latin, rebozo adalah kain panjang yang biasa dipakai wanita Meksiko untuk melakukan kegiatan sehari-hari. Kain ini dapat digunakan untuk membantu pasangan memberikan rasa nyaman selama menjelang proses persalinan dengan teknik yang dapat dipelajari bersama pasangan. Metode jarik shaking the apple tree sebagai bagian dari teknik rebozo memiliki tujuan merelaksasikan otot-otot bagian panggul dan bokong. Metode ini dapat digunakan saat kontraksi dan antara kontraksi. Penggunaan rebozo atau jarik memberikan sensasi seperti pijatan pada punggung dan perut mereka. Kenyamanan yang muncul dengan menggoyangkan selendang pada daerah pinggul ini juga membuat otot pinggul mereka terasa rileks dan nyaman. Berdasarkan penelitian, Iversen, et al (2019) tentang teknik rebozo untuk mengatasi malposisi janin berjumlah 7 responden, PROM berjumlah 3 responden, penurunan janin berjumlah 3 responden, pereda nyeri berjumlah 1 responden, dan memperkuat kontraksi 2 responden. Teknik rebozo dapat dilakukan dengan posisi berdiri, tangan dan lutut, serta berbaring serta efektif untuk mengatasi nyeri secara keseluruhan dan dapat meningkatkan rasa kenyamanan selama persalinan. Berdasarkan penelitian Rusniati, et al. (2019) bahwa teknik

rebozo pada ibu bersalin efektif dalam kemajuan persalinan dengan lamanya persalinan kala II sebanyak 29 orang (82,9 %) dengan lamanya persalinan 61-100 menit.

Hasil penelitian Nurpratiwi, et al. (2020) dengan judul teknik rebozo terhadap intensitas nyeri kala I fase aktif dan lamanya persalinan pada ibu multigravida, didapatkan hasil bahwa teknik rebozo shake the apples dan rebozo sifting while lying down dapat mengalihkan nyeri persalinan kala I fase aktif dan mempercepat proses persalinan pada ibu multigravida. Hasil laporan data dari PMB S Parungsari Sajira Kabupaten Lebak diperoleh informasi bahwa pada tahun 2023 setiap bulannya menolong persalinan antara 20-21 ibu bersalin yaitu sekitar 243 ibu bersalin, setiap bulan juga ditemukan 3-4 kasus (31 kasus) dengan partus lama sehingga terkadang ada yang dilakukan rujukan. Kondisi ini menggambarkan lama persalinan kala I kadang terjadi pada ibu bersalin, hal ini dapat meningkatkan risiko kematian ibu dan bayi baru lahir. Menurut informasi yang didapat sejauh ini metode gym ball sering dilakukan, akan tetapi tidak seluruhnya dilaksanakan, tergantung adanya waktu yang tersedia. Selama ini di tempat tersebut belum dilakukan penelitian apakah gym ball berpengaruh terhadap lama persalinan. Sementara untuk tehnik rebozo belum pernah dilakukan, akan tetapi melihat hasil penelitian sebelumnya ternyata tehnik rebozo dapat mempercepat kala I persalinan. Berdasarkan latar belakang tersebut, maka penulis merasa tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Efektivitas Gym Ball dengan Teknik Rebozo dalam Kemajuan Persalinan di PMB S Parungsari Sajira Kabupaten Lebak Tahun 2020”.

2. Metode

Jenis penelitian ini adalah penelitian quasy eksperimental desain. Rancangan yang digunakan adalah rancangan penelitian posttest only with control groups design. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh ibu bersalin yang melahirkan pada bulan Desember 2020- Januari 2021 di PMB S Parungsari Sajira Kabupaten Lebak sebanyak 40 ibu. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan total sampling dengan alasan jumlah sampel kurang dari 100 sehingga diambil sampel sebanyak 40 responden. Waktu penelitian akan dilaksanakan pada bulan Desember 2020-Januari 2021. Tempat penelitian dilakukan di PMB S Parungsari Sajira Kabupaten Lebak. Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer yaitu data yang didapat dari responden langsung. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah gym ball dan teknik rebozo. Variabel terikat pada penelitian ini adalah kemajuan persalinan. Alat dan bahan pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah partograph dan lembar observasi untuk mengetahui frekuensi pemberian gym ball dan teknik rebozo yang dilakukan sesuai dengan standar operasional prosedur dan melihat kemajuan persalinan. Analisis penelitian yang digunakan menggunakan analisis univariat nilai mean dan analisis bivariat t test.

3. Hasil

Tabel 1. Rata Rata Kemajuan Persalinan Pada Pemberian Gym Ball

No	Kemajuan Persalinaan	Rata-rata	Std. Deviasi	Max	Min
1	Sesudah	5.675	0.9904	4.0	7.0

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 1 diketahui bahwa kemajuan persalinan pada pemberian gym ball rata-rata = 5,675 jam std. deviasi = 0,9904 jam maximum = 7,0 jam dan minimum = 4,0 jam.

Tabel 2. Rata Rata Kemajuan Persalinan Pada Pemberian Teknik Rebozo

No	Kemajuan Persalinaan	Rata-rata	Std. Deviasi	Max	Min
1	Sesudah	5.575	0.8807	4.0	7.0

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 2 diketahui bahwa kemajuan persalinan pada pemberian gym ball rata-rata = 5,775 jam std. deviasi = 0,8807 jam maximum = 7,0 jam dan minimum = 4,0 jam.

Tabel 3. Efektivitas Gym Ball Dengan Teknik Rebozo dalam Kemajuan Persalinan

No	Kemajuan Persalinan	Mean	Selisih Mean	P Value
1	Gym Ball	5.675	0.100	0.738
2	Teknik Rebozo	5.775		

Hasil uji Paired Samples T-Test diketahui nilai signifikansi sebelum dan sesudah pemberian pijat oksitosin sebesar $0,738 > 0,05$ maka dapat disimpulkan H_0 diterima dan H_a ditolak, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan efektivitas gym ball dengan teknik rebozo dalam kemajuan persalinan di PMB S Parungsari Sajira Kabupaten Lebak Tahun 2023.

4. Pembahasan

Rata-Rata Kemajuan Persalinan pada Pemberian Gym Ball di PMB S Parungsari Sajira Kabupaten Lebak Tahun 2020

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa kemajuan persalinan pada pemberian gym ball rata-rata = 5,675 jam std. deviasi = 0,9904 jam maximum = 7,0 jam dan minimum = 4,0 jam. Maurenne (2005) dalam Asriani (2020) menyatakan bahwa gym ball merupakan bola terapi fisik yang membantu ibu inpartu kala I ke posisi yang membantu kemajuan persalinan. Sebuah bola terapi fisik dapat digunakan dalam berbagai posisi, dengan duduk di bola dan bergoyang-goyang membuat rasa nyaman dan membantu kemajuan persalinan dengan menggunakan gravitasi, sambil meningkatkan pelepasan endorphen karena elastisitas dan lengkungan bola merangsang reseptor di panggul yang bertanggung jawab untuk mengsekresi endorphen. Muthoharoh et al. (2019) menambahkan bahwa dengan gym ball membantu mempercepat persalinan karena membantu panggul membuka, gym ball juga dapat menambah aliran darah menuju rahim, plasenta, dan bayi, mengurangi tekanan dan menambah outlet panggul 30%, membuat rasa nyaman di daerah lutut dan pergelangan kaki, memberikan tekanan balik di daerah perineum dan juga paha, melalui gaya gravitasi, gym ball juga mendorong bayi untuk turun sehingga proses persalinan menjadi lebih cepat. Sesuai dengan hasil penelitian Asriani (2020) dari 30 responden ibu primigravida mayoritas melakukan terapi gym ball sebanyak 24 orang (80%), dan mayoritas mengalami kelancaran proses persalinan sebanyak 27 orang (90%).

Gerakan yang dilakukan pada saat melakukan gym ball dengan menggoyangkan panggul kesisi kanan, kiri dan melingkar akan memberikan tekanan dari kepala bayi terhadap serviks, sehingga dilatasi serviks akan lebih cepat dan memperpendek waktu kala I.

Purwati & Rayani (2020) dalam penelitiannya sebelum pemberian teknik gym ball hampir seluruhnya sebanyak 11 orang (69%) mengalami penurunan bagian bawah janin pada hodge II dan setelah pemberian teknik bola persalinan (birthing ball) selama 15-30 menit setelah itu dilakukan pemeriksaan dalam ulang setiap 4 jam sekali untuk menilai kemajuan persalinan sebagian besar mengalami penurunan kepala bagian bawah janin pada hodge III sebanyak 10 orang (63%) dan 6 orang (37%) mengalami penurunan di hodge IV. Hal ini menandakan bahwa gym ball dinilai efektif untuk memperpendek waktu kala I fase aktif sampai dengan pembukaan lengkap pada ibu bersalin primipara. Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Hernawati (2021) menunjukkan bahwa pada kelompok yang dilakukan bimbingan gym ball kemajuan persalinannya lebih cepat dibandingkan dengan yang tidak mendapatkan bimbingan gym ball. Peneliti berasumsi, adanya kemajuan persalinan pada ibu yang mendapatkan terapi gym ball, hal ini disebabkan oleh karena dengan dapat membantu proses penurunan janin, dengan melakukan duduk diatas bola sambil mendorong seperti melakukan ayunan atau membuat gerakan memutar panggul, dapat membantu proses penurunan janin. Bola memberikan dukungan pada perineum tanpa banyak tekanan dan membantu menjaga janin sejajar di panggul. Posisi duduk diatas bola, diasumsikan mirip dengan berjongkok membuka panggul sehingga membantu mempercepat proses persalinan. Gerakan lembut yang dilakukan diatas bola sangat mengurangi rasa sakit saat kontraksi. Penyebab lainnya ibu yang diberikan gym ball akan lebih rileks, menimbulkan aliran oksigen lancar dan aktivitas kontraksi uterus semakin adekuat sehingga menjadikan persalinan menjadi lebih singkat. 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. Dapat diketahui bahwa dengan melakukan gym ball pada kala I fase aktif yang dilakukan oleh ibu bersalin membantu ibu dalam beradaptasi dengan rasa nyeri dan ketidaknyamanan yang dialaminya.

Rata-Rata Kemajuan Persalinan pada Pemberian Teknik Rebozo di PMB S Parungsari Sajira Kabupaten Lebak Tahun 2020

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa bahwa kemajuan persalinan pada pemberian gym ball rata-rata = 5,775 jam std. deviasi = 0,8807 jam maximum = 7,0 jam dan minimum = 4,0 jam. Kecepatan maksimum penurunan rata-rata pada primigravida 1,6 cm per jam dan normalnya paling sedikit 1 cm perjam, sedangkan pada multigravida kecepatan penurunan rata-rata 5,4 cm per jam, dengan kecepatan minimal 2,1 cm per jam (Varney, 2021). Salah satu cara untuk mempercepat kemajuan persalinan yaitu dengan memberikan tehnik rebozo. Iversen et al (2019) menjelaskan melalui tehnik rebozo dapat dapat memperluas rongga panggul sehingga memungkinkan janin untuk lebih leluasa bergerak pada proses jalan lahir tanpa hambatan dan menurunkan bagian terbawah janin serta memperbaiki posisi janin yang malposisi sehingga proses persalinan berjalan cepat. Sesuai dengan hasil penelitian Iversen, et al (2019)

tentang teknik rebozo untuk mengatasi malposisi janin berjumlah 7 responden, PROM berjumlah 3 responden, penurunan janin berjumlah 3 responden, pereda nyeri berjumlah 1 responden, dan memperkuat kontraksi 2 responden. Teknik rebozo dapat dilakukan dengan posisi berdiri, tangan dan lutut, serta berbaring serta efektif untuk mengatasi nyeri secara keseluruhan dan dapat meningkatkan rasa kenyamanan selama persalinan. Berdasarkan penelitian Rusniati (2019) bahwa teknik rebozo pada ibu bersalin efektif dalam kemajuan persalinan dengan lamanya persalinan kala I sebanyak 18 responden (51,4%) dengan lamanya persalinan 9 jam. Peneliti berasumsi terjadinya kemajuan persalinan kala I pada ibu bersalin yang mendapatkan pemberian teknik rebozo, hal ini disebabkan oleh karena melalui teknik rebozo menjadikan rongga panggul pada ibu bersalin mendapatkan goyangan yang menjadikan janin dengan sendirinya akan bergerak sesuai dengan goyangan yang dilakukan. Kondisi ini memungkinkan janin untuk lebih leluasa bergerak pada jalan persalinan yang mengakibatkan turunnya bagian terbawah janin, di samping itu memperbaiki posisi janin yang letaknya tidak sesuai menjadi sesuai dan mengikuti jalan lahir.

Efektivitas Gym Ball dengan Teknik Rebozo dalam Kemajuan Persalinan di PMB S Parungsari Sajira Kabupaten Lebak Tahun 2020

Hasil uji Paired Samples T-Test diketahui nilai signifikansi sebelum dan sesudah pemberian pijat oksitosin sebesar $0,738 > 0,05$ maka dapat disimpulkan H_0 diterima dan H_a ditolak, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan efektivitas gym ball dengan teknik rebozo dalam kemajuan persalinan di PMB S Parungsari Sajira Kabupaten Lebak Tahun 2020. Menurut Aprilia (2019) gym ball mampu membantu memperlancar proses persalinan terutama kala I serta manfaatnya yakni tekanan dari kepala bayi pada leher rahim tetap ringan ketika ibu bersalin diposisi tegak, sehingga dilatasi (pembukaan) serviks dapat terjadi lebih cepat selain itu bidang luas panggul lebih lebar sehingga memudahkan kepala bayi turun ke dasar panggul. Asriani (2020) menyatakan bahwa latihan atau terapi menggunakan gym ball dapat mendorong dengan kuat tenaga ibu yang diperlukan saat melahirkan, posisi tubuh yang tegak akan menyokong proses kelahiran serta membantu posisi janin berada di posisi optimal sehingga memudahkan melahirkan dengan normal. Selain itu, ibu bersalin menjadi lebih rileks sehingga aliran oksigen pun lancar dimana ketersediaan oksigen ini akan mempengaruhi aktifitas kontraksi uterus, semakin banyak oksigen yang ditransfer ke otot rahim maka kontraksi uterus semakin adekuat sehingga persalinan menjadi lebih singkat. Adapun kaitannya dengan tehnik rebozo menurut Ekayani (2019) teknik rebozo membantu pasangan memberikan rasa nyaman selama menjelang proses persalinan dengan teknik yang dapat dipelajari bersama pasangan. Teknik rebozo dapat melenturkan panggul otot dan ligamen memungkinkan janin untuk lebih leluasa bergerak pada proses jalan lahir tanpa hambatan dan menurunkan kejadian kegagalan bayi bernafas secara spontan (Cohen & Thomas, 2019). Teknik rebozo menjadikan ibu memiliki pengalaman psikologis yang menyenangkan yang dapat menyebabkan sinyal stimulus-respons oleh proses berinteraksi selama menghadapi proses persalinan dengan teknik

rebozo yang juga dapat berinteraksi bersama suami dan provider dengan kebersamaan sebagai mediator dalam manajemen rasa sakit (Iversen et al., 2019).

Sesuai dengan hasil penelitian Batubara & Ifwana (2021) didapatkan hasil variabel pelaksanaan gym ball berpengaruh terhadap variabel lamanya persalinan kala I dengan tingkat signifikansi sebesar 0,000. Melakukan gym ball mampu memperlancar proses persalinan khususnya pada kala I dan membantu ibu mengalami waktu persalinan kala I yang normal. Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Hernawati (2021) terdapat pengaruh bimbingan gym ball terhadap kemajuan persalinan ibu bersalin primigravida kala I fase aktif dibuktikan dengan Uji-T nilai $p\text{-value} = 0,000$. Duduk di atas bola sambil mendorong seperti melakukan ayunan atau membuat gerakan memutar panggul, dapat membantu proses penurunan janin. Bola memberikan dukungan pada perineum tanpa banyak tekanan dan membantu menjaga janin sejajar di panggul. Gerakan lembut yang dilakukan di atas bola sangat mengurangi rasa sakit saat kontraksi. Studi lain yang dikemukakan oleh Purwati & Rayani (2020) menunjukkan ada pengaruh pemberian gym ball terhadap penurunan bagian bawah janin dan intensitas nyeri pada ibu inpartu kala I fase aktif. Adapun mengenai tehnik rebozo sejalan dengan hasil penelitian Iversen, et al (2019) terdapat pengaruh teknik rebozo terhadap kemajuan persalinan. Teknik rebozo efektif untuk mengatasi nyeri secara keseluruhan dan dapat meningkatkan rasa kenyamanan selama persalinan berdampak pada kemajuan persalinan. Rusniati (2019) bahwa teknik rebozo pada ibu bersalin efektif dalam kemajuan persalinan dengan lamanya persalinan kala II. Hasil penelitian Yulidian, dkk (2020) didapatkan hasil bahwa teknik rebozo dapat mengalihkan nyeri persalinan kala I fase aktif dan mempercepat proses persalinan pada ibu multigravida. Yulidian (2020) hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu multigravida sebelum dan sesudah pemberian tehnik rebozo ($p\text{ value} = 0,007$).

Peneliti berasumsi pemberian gym ball dan rebozo sama-sama efektif terhadap kemajuan persalinan, hal ini disebabkan oleh karena dengan menggunakan bola sambil melakukan gerakan memutar pada panggul maka dapat membantu proses penurunan janin dimana serviks berdilatasi lebih cepat, selain itu bidang luas panggul lebih lebar sehingga memudahkan kepala bayi turun ke dasar panggul. Adanya gerakan tersebut dapat mengurangi rasa sakit saat kontraksi. Posisi duduk di atas bola dengan memutar pada panggul lebih disukai karena ibu lebih rileks dan tidak mudah lelah, dengan duduk ibu tetap dapat membantu penurunan kepala dengan gravitasi tetapi tidak lelah karena tidak membawa beban perut sehingga posisi ini membuat ibu lebih bertahan lama. Melakukan gerakan duduk di atas bola dan bergoyang-goyang membuat rasa nyaman dan membantu kemajuan persalinan dengan menggunakan gravitasi sambil meningkatkan pelepasan endorphen karena elastisitas dan lengkungan bola merangsang reseptor di panggul yang bertanggung jawab untuk mensekresi endorphen, dengan demikian maka gym ball merupakan salah satu metode yang sangat membantu merespon rasa sakit dengan cara aktif dan mengurangi lama persalinan kala I fase aktif. Oleh karena itu secara keseluruhan pelaksanaan gym ball sudah berjalan dengan baik dan dari hasil uji statistik terdapat pengaruh yang signifikan antara gym ball dengan kemajuan persalinan kala I fase aktif. Adapun kaitannya dengan pemberian tehnik rebozo terhadap kemajuan persalinan, hal ini disebabkan oleh karena melalui teknik rebozo

menjadikan otot panggul menjadi lentur sehingga memungkinkan janin untuk lebih leluasa bergerak pada proses Jalan lahir tanpa adanya hambatan. Di samping itu melalui teknik rebozo menjadikan ibu merasa nyaman karena selama proses persalinan ibu didampingi oleh suami dan tenaga kesehatan yang selalu membimbing ibu dan keluarga saat melakukan teknik rebozo. Hal ini menjadikan adanya rasa nyaman yang dialami ibu. Melihat dari hasil penelitian, menandakan bahwa gym ball dan tehnik rebozo sama-sama berpengaruh terhadap kemajuan persalinan. Perlu kiranya kedua tehnik tersebut bisa digunakan pada ibu bersalin kala I sebagai upaya untuk mempercepat kemajuan persalinan.

5. Kesimpulan

Rata-rata kemajuan persalinan pada pemberian gym ball di PMB S Parungsari Sajira Kabupaten Lebak Tahun 2023 adalah 5,675 jam. Rata-rata kemajuan persalinan pada pemberian teknik rebozo di PMB S Parungsari Sajira Kabupaten Lebak Tahun 2023 adalah 5,575 jam. Tidak terdapat perbedaan efektivitas gym ball dengan teknik rebozo dalam kemajuan persalinan di PMB S Parungsari Sajira Kabupaten Lebak Tahun 2023 dengan nilai $p = 0,738$.

6. Daftar Pustaka

- Asriani. (2020). Hubungan Terapi Birth ball Pada Ibu Primigravida dengan Kelancaran Proses Persalinan di Klinik Eka Tahun 2017. Skripsi. Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan Jurusan Kebidanan Medan Prodi D-IV.
- Cohen, S. R., & Thomas, C. R. (2019). Rebozo Technique for Fetal Malposition in Labor. *Journal of Midwifery and Women's Health*. Vol 3 No 2 <https://doi.org/10.1111/jmwh.12352>
- Dinkes Prov Banten. (2022). Profil Kesehatan Provinsi Banten Tahun 2021.
- Ekayani, K. (2019). Kombinasi Teknik Relaksasi Dan Pijatan Bagi Ibu Bersalin Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri, Lama Persalinan Dan APGAR Score Bayi Baru Lahir. *Jurnal Kesehatan Prima* 11(2): 93–103.
- Hamilton, P M. (2021). Pereda Nyeri dan Kenyamanan Dalam Persalinan. eds. D M Frasse and M A Cooper. Jakarta: EGC.
- Indrayani, D. (2021). Asuhan Persalinan dan Bayi Baru Lahir. Jakarta: CV. Trans Info Media.
- Iversen, M. L., Midtgaard, J., Ekelin, M., & Hegaard, H. K. (2019). Danish women's experiences of the rebozo technique during labour: A qualitative explorative study. *Sexual and Reproductive Healthcare*. <https://doi.org/10.1016/j.srhc.2016.10.005>
- Kemenkes RI. (2021). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2021. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kurniawati, A. (2019). Efektivitas Latihan Birth Ball terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada Primigravida. *Indonesian Journal of Nursing and Midwifery*. Volume 5 Nomor 1: Hal. 1-10.
- Machmudah. (2019). Pengaruh Persalinan dengan Komplikasi Terhadap Kemungkinan Terjadinya Baby Blues di Kota Semarang. Tesis FK UI.
- Maryunani, A. (2021). Nyeri Dalam Persalinan Teknik Dan Cara Penanganannya. Jakarta: Trans Info Media.

- Nurpratiwi, Y., Hadi, M., Idriani. (2020). Teknik Rebozo terhadap Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif dan Lamanya Persalinan pada Ibu Multigravida. *Jurnal Keperawatan Silampari*. 4(1). DOI: <https://doi.org/10.31539/jks.v4i1.1627>.
- Rusniati, R., Halimatussakdiah, H., & Halimatussakdiah, H. (2017). Tindakan Keperawatan Post Partum Normal dan Adaptasi Fisiologi pada Ibu Postpartum di Rumah Sakit Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 2(4), 1–5. <http://jim.unsyiah.ac.id/FKep/article/view/4533>
- Varney, H. (2021). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*. Jakarta: EGC.
- Walyani, E. (2020). *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- World Health Organization. (2020). *Maternal Mortality*. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/maternal-mortality>.