

**EFEKTIFITAS PENGGUNAAN *BIRTHING BALL*
YANG DIKOMBINASI DENGAN *ENDORPHINE*
MASSAGE TERHADAP PENGURANGAN
INTENSITAS NYERI PADA IBU
BERSALIN KALA I FASE AKTIF
DI RSD MANGUSADA**



SKRIPSI

Oleh:

Ni Putu Yeni Indrayani

NIM A1221115

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI**

**EFEKTIFITAS PENGGUNAAN *BIRTHING BALL*
YANG DIKOMBINASI DENGAN *ENDORPHINE*
MASSAGE TERHADAP PENGURANGAN
INTENSITAS NYERI PADA IBU
BERSALIN KALA I FASE AKTIF
DI RSD MANGUSADA**

SKRIPSI

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan
Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

Oleh

Ni Putu Yeni Indrayani

NIM A1221115


**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Ni Putu Yeni Indrayani
NIM : A1221115
Jurusan : S1 Kebidanan
Judul skripsi : Efektifitas Penggunaan *Birthing ball* yang dikombinasi *Endorphine Massage* Terhadap Pengurangan Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif di RSD Mangusada

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa skripsi ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Mangupura, 22 Januari 2023

Ni Putu Yeni Indrayani

Penulis

HALAMAN PERSETUJUAN

**EFEKTIFITAS PENGGUNAAN *BIRTHING BALL*
YANG DIKOMBINASI DENGAN *ENDORPHINE*
MASSAGE TERHADAP PENGURANGAN
INTENSITAS NYERI PADA IBU
BERSALIN KALA I FASE AKTIF
DI RSD MANGUSADA**

Diajukan Oleh:

Ni Putu Yeni Indrayani

NIM A1221115

Mangupura, 27 Januari 2023

Telah disetujui oleh dosen pembimbing

Pembimbing I

Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb

NIDN : 0808068701

Pembimbing II

Bdn.I Gusti Agung Manik Karuniadi, S.ST., M.Kes

NIDN : 0821098803

Mengetahui

Program Studi Sarjana Kebidanan

Ketua

Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb

NIDN : 0808068701

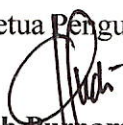
HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DI DEPAN
DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI

Tanggal: 01 Pebruari 2023

Yang terdiri dari:

Ketua Penguji



Bdn.Pande Putu Indah Purnamayanthi,S.ST.,M.Kes

NIDN: 0825068901

Disahkan oleh Tim Penguji Terdiri dari:

Penguji I



Ni Putu Mirah Yunita Udayani,S.ST.,M.Keb

NIDN : 0808068701

Penguji II



Bdn.I Gusti Agung Manik Karuniadi,S.ST.,M.Kes

NIDN: 0821098803

Mengetahui

Program Studi Sarjana Kebidanan

Ketua



Ni Putu Mirah Yunita Udayani,S.ST.,M.Keb

NIDN : 0808068701

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN
Skripsi, Januari 2023**

Ni Putu Yeni Indrayani

Efektifitas Penggunaan *Birthing Ball* yang dikombinasi dengan *Endorphin Massage* terhadap Pengurangan Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif di RSD Mangusada

xv + 64 + 5 tabel + 14 gambar + 9 lampiran

ABSTRAK

Persalinan merupakan proses pengeluaran hasil konsepsi berupa bayi dan plasenta dari rahim ibu. Nyeri dalam persalinan merupakan hal yang sering dan lumrah terjadi karena adanya proses fisiologis dan psikologis tubuh pada proses persalinan. Penanganan rasa nyeri juga dilakukan dengan terapi non farmakologis yaitu menggunakan *birthing ball*, *endorphine massage*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas penggunaan *birthing ball* yang dikombinasi dengan *endorphine massage* terhadap pengurangan intensitas nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif .

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *quasi-eksperiment* dengan rancangan *one group pra-post test design* dengan *purposive sampling*, yang melibatkan 30 ibu bersalin. Nyeri diukur menggunakan VAS (*Visual Analog Scale*), kemudian dilakukan analisis data dengan *wilcoxon t-test* karena data berdistribusi tidak normal.

Hasil penelitian menunjukkan rata-rata nyeri ibu bersalin sebelum intervensi adalah 5,77 sedangkan setelah intervensi rata-rata nyeri menjadi 2,67. Analisis dengan *Wilcoxon* didapatkan nilai *p value*= 0,000 dimana $< 0,05$ sehingga ada pengaruh yang signifikan antara kombinasi *birthing ball* dengan *endorphine massage* dalam mengurangi intensitas nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif.

Diharapkan kombinasi *birthing ball* dengan *endorphine massage* dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam memberikan asuhan kebidanan yang komprehensif pada ibu bersalin terutama pada kala I.

Kata Kunci : *birthing ball*, *endorphine massage*, nyeri, ibu bersalin, kala I
Daftar pustaka : (2015-2022)

BINA USADA BALI BACHELOR DEGREE OF NURSING PROGRAM

Undergraduate thesis, January 2023

Ni Putu Yeni Indrayani

The Effectiveness of Using a Birthing Ball in Combination with Endorphin Massage in Reducing Pain Intensity in Active Phase I Labor Mothers at RSD Mangusada-Badung

xv + 64 + 5 tables + 14 pictures + 9 attachment

ABSTRACT

Childbirth is the process of removing the products of conception in the form of a baby and placenta from the mother's womb. Pain in labor is something that often and commonly occurs due to the physiological and psychological processes of the body during the birth process. Handling of pain is also carried out with non-pharmacological therapy, namely using a birthing ball, endorphine massage. The aim of this study was to determine the effectiveness of using a birthing ball combined with endorphins massage in reducing pain intensity in labor during the first active phase.

This study used a quasi-experimental research design with a one group pre-post test design with purposive sampling, which involved 30 mothers giving birth. Pain was measured using the VAS (Visual Analog Scale), then the data was analyzed using the Wilcoxon t-test because the data were not normally distributed. The results showed that the average maternal pain before the intervention was 5.77, while after the intervention the average pain was 2.67. Analysis with Wilcoxon obtained a p value = 0.000 where <0.05 so that there was a significant effect between the combination of the birthing ball and endorphine massage in reducing pain intensity in labor during the first active phase.

It is hoped that the ball combining birth with endorphins massage can be used as material for consideration in providing comprehensive midwifery care for mothers in labor, especially during the first stage.

Keywords: birthing ball, endorphine massage, pain, women giving birth, first stage

Bibliography: (2015-2020)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmat-Nyalah penulis dapat menyelesaikan skripsi penelitian ini dengan judul “Efektifitas Penggunaan *Birthing Ball* yang Dikombinasi dengan *Endorphine Massage* Terhadap Pengurangan Intensitas Nyeri pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif di RSD Mangusada” tepat pada waktunya.

Skripsi penelitian ini dapat diselesaikan bukanlah semata-mata karena usaha sendiri, melainkan berkat dukungan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu melalui pengantar ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dr. Ir. I Putu Santika, M.M. selaku Ketua STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti pendidikan program S1 Kebidanan di STIKES Bina Usada Bali.
2. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST.,M.Keb selaku Ketua Program Studi S1 Kebidanan STIKES Bina Usada Bali atas kesempatan yang telah diberikan sehingga penulis dapat mengikuti sidang skripsi penelitian ini.
3. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb selaku dosen pembimbing I saya yang telah memberikan waktu luang kepada penulis dengan penuh kesabaran untuk membimbing, memberikan pengetahuan, dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi penelitian ini.
4. Bdn.I Gusti Agung Manik Karuniadi, S.ST., M.Kes selaku dosen pembimbing II yang telah banyak turut membantu penulis dan memberikan masukan atau saran dalam menyelesaikan skripsi penelitian ini.

5. Keluarga Tercinta yang turut andil memberikan dukungan baik moril maupun material selama proses penyusunan skripsi penelitian ini.
6. Teman-teman di manapun berada yang senantiasa memberikan semangat dan motivasi untuk menyelesaikan skripsi penelitian ini.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi penelitian ini oleh karena itu penulis membuka diri untuk menerima segala kritik dan saran yang membangun. Akhir kata penulis berharap penelitian ini mampu menjadi sumber tambahan dalam meningkatkan kualitas ilmu kebidanan profesional. Semoga penelitian ini bermanfaat bagi semua pihak. Terima Kasih.

Mangupura, 22 Januari 2023

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
1. Tujuan umum	4
2. Tujuan khusus	4
D. Manfaat Penelitian	5
1. Teoritis	5
2. Praktis.....	5
E. Keaslian Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Konsep Dasar Persalinan.....	7
B. Konsep Nyeri Persalinan.....	8
C. Birthing Ball.....	12
D. Endorphin Massage.....	21

E. Kajian Empiris.....	26
F. Kerangka Teori.....	28
BAB III	30
KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI OPERASIONAL ...	30
A. Kerangka Konsep	30
B. Hipotesis	30
C. Definisi Operasional	28
BAB IV	30
METODOLOGI PENELITIAN	30
A. Rancangan Penelitian.....	30
B. Populasi dan sampel penelitian	31
C. Tempat Penelitian.....	32
D. Waktu Penelitian	32
E. Etika Penelitian.....	32
F. Alat Pengumpulan Data.....	35
G. Prosedur pengumpulan data	36
H. Pengolahan data.....	38
I. Analisis data	40
BAB V HASIL PENELITIAN	41
A. Kondisi Lokasi Penelitian	41
B. Hasil Uji Univariat.....	42
C. Hasil Analisis Bivariat.....	44
BAB VI PEMBAHASAN	46
A. Interpretasi Penelitian.....	46
B. Keterbatasan Penelitian	55
C. Implikasi Terhadap Pelayanan, Pendidikan, dan Penelitian	55
BAB VII SIMPULAN DAN SARAN	57
A. Simpulan.....	57
B. Saran.....	58
DAFTAR PUSTAKA	59

LAMPIRAN.....	60
----------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Definisi operasional Efektifitas Penggunaan <i>Birthing Ball</i> yang Dikombinasi dengan <i>Endorphine Massage</i>.....	28
Table 5.1	Identifikasi Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I fase Aktif Sebelum Dilakukan <i>Birthing Ball</i> dengan <i>Endorphin Massage</i> di RSDMangusada.....	42
Table 5.2	Identifikasi Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I fase Aktif Setelah Dilakukan <i>Birthing Ball</i> dengan <i>Endorphin Massage</i> di RSDMangusada.....	43
Table 5.3	Uji Normalitas <i>Saphiro Wilk</i>.....	43
Table 5.4	Analisis Efektifitas Penggunaan <i>Birthing Ball</i> dengan <i>Endorphin Massage</i> terhadap Pengurangan Intensitas Nyeri Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif di RSD Mangusada	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Skala Pengukuran Nyeri VAS	10
Gambar 2.2 Posisi Duduk Di atas Bola	17
Gambar 2.3 Posisi Bersandar Di atas Bola	18
Gambar 2.4 Berlutut dan Bersandar Di atas Bola	19
Gambar 2.5 Jongkok Bersandar Pada Bola	20
Gambar 2.6 Suami Duduk dengan Nyaman di Samping atau di Belakang Istri	22
Gambar 2.7 Suami Menghelus Permukaan Luar Istri	23
Gambar 2.8 Suami Memijat dan Berpindah ke Lengan Lain	24
Gambar 2.9 Teknik Sentuhan Ringan di Punggung	24
Gambar 2.10 Suami Menyentuh Perut Istri dari Belakang	25
Gambar 2.11 Suami Mengucapkan Kata Kata yang Menentramkan Istri ...	25
Gambar 2.12 Kerangka Teori	Error! Bookmark not defined.
Gambar 3.0.1 Kerangka Kosep	30
Gambar 4.1 Rancangan one group Pretest Posttest	30

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Penelitian

Lampiran 2. Surat ijin penelitian

Lampiran 3. Surat permohonan menjadi responden

Lampiran 4. Surat persetujuan menjadi responden

Lampiran 5. Standar Operasional Prosedur (SOP) *Birthing Ball*

Lampiran 6. Standar Operasional Prosedur (SOP) *Endorphin Massage*

Lampiran 7. Kuesioner Nyeri

Lampiran 8. Lembar bimbingan proposal penelitian

Lampiran 9. Lembar bimbingan skripsi

Lampiran 10. Dokumentasi penelitian

DAFTAR PUSTAKA

- Dharma (2017) *Metodologi Penelitian Keperawatan: Panduan Melaksanakan dan Menerapkan Hasil Penelitian*. Edisi Revi. Jakarta: Cv. Trans Info Media.
- Ferinawati and Zahara, R. (2021) ‘Pengaruh Penggunaan Birthing ball Terhadap Penurunan Nyeri pada Ibu Bersalin Di BPM Yulia Fonna, A.Md. Keb, SKM Desa Lipah Rayeuk Kecamatan Jeumpa Kabupaten Bieuen’, *Journal of Healthcare Technology and Medivine*, 7(2), pp. 651–660.
- Fitriana and Putri, N.A. (2017) ‘Pengaruh Pijat Endorphin Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Bersalin Primigravida Kala I Fase Aktif’, *Jurnal Keperawatan*, 8(1), pp. 31–34.
- Hairunnisyah, R. and Retnosari, E. (2022) ‘Effect of the Birthball Method and Massage Endorphin on the Intensity of Labor Pain’, *Jambura Journal of Health Sciences and Research*, 4(2), pp. 524–537. Available at: <https://doi.org/10.35971/jjhsr.v4i2.12495>.
- Handayani, F., Patimah, M. and Wahyuni, M. (2019) ‘Penatalaksanaan Pemberian Aromaterapi Boswellia Carterii Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif’.
- Hawari (2018) *Manajemen Stres, cemas dan depresi*. Jakarta: FKUI.
- Herinawati, H., Hindriati, T. and Novilda, A. (2019) ‘Pengaruh Effleurage Massage terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di Praktik Mandiri Bidan Nuriman Rafida dan Praktik Mandiri Bidan Latifah Kota Jambi Tahun 2019’, *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 19(3), p. 590. Available at: <https://doi.org/10.33087/jiubj.v19i3.764>.
- Juniartati, E. and Widyawati, M.N. (2018) ‘Literature Review : Penerapan Counter Pressure Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I’, *Jurnal Kebidanan*, 8(2), p. 112. Available at: <https://doi.org/10.31983/jkb.v8i2.3740>.
- Karuniawati, B. (2019) ‘Efektivitas Massage Counter Dalam Menurunkan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I’, *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 10(2), pp. 69–75. Available at: <https://doi.org/10.36569/jmm.v10i2.63>.
- Khasanah, N.A. and Sulistyawati, W. (2020) ‘Pengaruh Endorphin Massage Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin’, *Journal for Quality in Women's Health*, 3(1), pp. 15–21. Available at: <https://doi.org/10.30994/jqwh.v3i1.43>.
- Kozier (2015) *Faktor-Faktor Kecemasan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Kurniawati, A., Dasuki, D. and Kartini, F. (2017) ‘Efektivitas Latihan Birth Ball terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada Primigravida Effectiveness of Birth Ball Exercise to Decrease Labor Pain in The Active Phase of The First Stage of Labor on The Primigravida Women’, *Jurnal*

Kebidanan, 5, pp. 2–3.

Lestari, F.M. (2021) ‘Penggunaan birthing ball terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan karya tulis ilmiah’. Available at: <http://e-repository.stikesmedistra-indonesia.ac.id/xmlui/handle/123456789/117>.

Manuaba (2012) *Ilmu kebidanan dan penyakit kandungan ,dan KB*. Jakarta: EGC.

Milton, Sarah Hagoood, M. (2019) *Normal Labor and Delivery, The Global Library of Women’s Medicine*. Available at: <https://doi.org/10.3843/glowm.10127>.

Paramitha, I.A. (2017) ‘Tinjauan Pustaka Tinjauan Pustaka’, *Convention Center Di Kota Tegal*, pp. 6–37.

Ramaiah, S. and Pandey, V. (2013) *Kecemasan : Bagaimana Mengatasi Penyebabnya*. 1st edn. Jakarta: Pustaka Popular Obar.

Rejeki RM. Bagus, S.I. (2012) ‘Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Persalinan Melalui Terapi Alat Mekanik Manual Regio Sakralis’, *Prosiding Seminar Nasional* [Preprint].

Sari, N. *et al.* (2020) ‘Practices of Counter Pressure and Birth Ball Exercise Combination to Increase β -Endorphin Hormone Levels in Labor Pain’, 27(ICoSHEET 2019), pp. 314–317. Available at: <https://doi.org/10.2991/ahsr.k.200723.079>.

Sintya Dewi, P.I. *et al.* (2020) ‘Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Laten pada Ibu Inpartu menggunakan Birth Ball Exercise’, *Jurnal Keperawatan Silampari*, 3(2), pp. 456–465. Available at: <https://doi.org/10.31539/jks.v3i2.1050>.

Sulistianingsih, A. and Wijayanti, Y. (2022) ‘Kombinasi Birth Ball Dan Latihan Pernafasan Dengan Penurunan Nyeri Persalinan Kala I’, *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 13(1), p. 66. Available at: <https://doi.org/10.26751/jikk.v13i1.1243>.

Suliswati (2015) *Reaksi-Reaksi Kecemasan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Sutriningsih, Yuhelva Destri and Andiani Shaqinatunissa (2019) ‘Pengaruh birth ball terhadap nyeri persalinan’, *Wellness and Healthy Magazine*, 1(1), pp. 125–132.

Tanjung, W.W. and Antoni, A. (2019) ‘Efektifitas Endorphin Massage Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I pada Ibu Bersalin’, *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia ...*, 4(2), pp. 48–53. Available at: <http://jurnal.stikes-aufa.ac.id/index.php/health/article/view/65>.