

EFEKTIVITAS PELVIC ROCKING EXERCISE TERHADAP KEMAJUAN PERSALINAN DAN KEJADIAN ROBEKAN PERINEUM DI PMB MEI KURNIAWATI SURABAYA

*Lailatul Khusnul Rizki, Fritria Dwi Anggraini

Prodi D3 Kebidanan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, *lailarizki91@unusa.ac.id

INFO ARTIKEL

Riwayat Artikel:

Diterima: 03 – 09 - 2019

Disetujui: 25 – 11 - 2019

Kata Kunci:

Pelvic Rocking Exercise

Lama Kala II

Robekan Perineum

ABSTRAK

Abstrak: Persalinan yang berlangsung lama dapat menyebabkan kegawatan pada ibu dan bayi. Untuk mengatasi persalinan yang lama disini peneliti mencoba untuk melihat efektivitas *pelvic rocking exercise (PRE)* terhadap kemajuan persalinan dan kejadian robekan perineum. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui lama kala II dan kejadian robekan perineum pada ibu bersalin yang melakukan *PRE* dan tidak. Jenis penelitian yg digunakan adalah analitik observasional, dengan rancangan *Quasi Experiment* jenis *nonequivalent control group design*. Hasil analisis uji *Mann Whitney* didapatkan p value 0,009 ($p < 0,05$), dapat diartikan bahwa ada perbedaan lama kala II yang cukup signifikan antara kelompok yang melakukan *PRE* dan yang tidak melakukan *PRE*. Hasil analisis uji *Chi Square* didapatkan p value 0,028 ($p < 0,05$), yang dapat diartikan bahwa ada hubungan *PRE* dengan kejadian robekan perineum dengan tingkat signifikansi sedang. Ada pengaruh *PRE* terhadap kemajuan persalinan dan kejadian robekan perineum, sehingga *PRE* cukup efektif untuk mempercepat proses persalinan dan menurunkan kejadian robekan perineum pada ibu bersalin.

Abstract: Prolonged labor can cause emergencies in both mother and baby. To overcome the prolonged labor here the researchers tried to see the effectiveness of pelvic rocking exercise (PRE) on the progress of labor and the incidence of perineal tears. This study aims to determine the second time and the incidence of perineal tears in women who do pelvic rocking exercise and not. The type of research used is observational analytic, with Quasi Experiment design type nonequivalent control group design. Mann Whitney test analysis results obtained p value 0.009 ($p < 0.05$), it can be interpreted that there is a significant difference in the period of time II between the groups doing PRE and those not doing PRE. Chi Square test analysis results obtained p value 0.028 ($p < 0.05$), which can be interpreted that there is a relationship between PRE and Perineum Tear Events with a moderate level of significance. There is an effect of PRE on the progress of labor and the tendency of perineal tears, so that the PRE is effective enough to speed up the delivery process and reduce the incidence of perineal tears in the mother.

A. LATAR BELAKANG

Persalinan ialah suatu proses pengeluaran hasil konsepsi (janin dan plasenta) yang cukup bulan atau dapat hidup di luar kandungan melalui jalan lahir atau melalui jalan lain, dengan menggunakan bantuan atau tanpa bantuan (kekuatan sendiri atau spontan). Proses ini di mulai adanya kontraksi persalinan sejati yang ditandai dengan perubahan *serviks* secara *progresif* sampai kelahiran plasenta (Sulistyawati dan Nugraheny, 2010).

Mortalitas dan morbiditas ibu hamil, ibu bersalin dan nifas masih merupakan masalah besar terutama di negara berkembang termasuk Indonesia. Seperti yang telah kita ketahui bersama bahwa angka kematian ibu merupakan tolak ukur status kesehatan di suatu negara. Menurut data dari WHO, Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia 5,2 kali lebih tinggi dibandingkan dengan Malaysia dan 2,4 kali lebih tinggi dibanding dengan

Thailand. Angka kejadian persalinan lama masih tinggi menurut Departemen Kesehatan (Depkes) tahun 2014, ibu partus lama yang rawat inap di Rumah Sakit di Indonesia diperoleh proporsi 4,3% yaitu 12.176 dari 281.050 persalinan. Hasil AMP (Audit Maternal Perinatal) di Provinsi Jawa Tengah yang dilakukan di RSUD Jepara selama periode tahun 2014 sampai 2015 mendapatkan bahwa penyulit ibu terbanyak adalah partus lama sebanyak 16 % (Simkin, 2005). Penelitian yang dilakukan Soekiman di RS Mangkuyudan di Yogyakarta didapatkan bahwa dari 3.005 kasus partus lama, terjadi kematian pada bayi sebanyak 16,4 % (50 bayi), sedangkan pada ibu didapatkan 4 kematian (Wahyuningsih,2010). Kejadian partus lama di Kabupaten Kebumen tahun 2015 adalah 206 kasus dari 5.165 persalinan yaitu sekitar 8 % dari seluruh persalinan. Permasalahan di Indonesia sendiri masih banyak ditemukan diantaranya adalah partus lama yang

merupakan salah satu dari beberapa penyebab kematian ibu dan bayi baru lahir. Pada proses persalinan melewati empat kala, pada kala satu dibagi ke dalam dua fase, yaitu fase laten dan fase aktif. Pada fase laten merupakan periode dari awal persalinan hingga titik ketika pembukaan mulai berjalan secara progresif. Fase aktif merupakan periode waktu awal dari kemajuan aktif pembukaan hingga pembukaan menjadi komplisit (Hellen varney, 2002). Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2014 juga mencatat bahwa partus lama sebesar 42,96% merupakan penyebab kematian maternal dan perinatal utama disusul oleh perdarahan 35,26%, dan eklampsia 16,44%. Hasil survey didapatkan bahwa partus lama dapat menyebabkan kegawatdaruratan pada ibu dan bayi, ibu dapat terjadi perdarahan dan syok, pada bayi dapat terjadi fetal distress, asfiksia dan caput. Hal ini menggambarkan pentingnya pertolongan persalinan oleh tenaga kesehatan yang terampil, karena sebagian besar komplikasi terjadi pada saat persalinan. Menurut penelitian yang dilakukan Dyah Renaningtyas (2013) membuktikan bahwa kelompok kontrol yang diberi teknik nafas dalam mengalami kemajuan persalinan 42,5% selama proses persalinan kala I dibandingkan penelitian yang dilakukan. Satria Ningsih Masbait (2015) membuktikan bahwa kelompok kontrol yang diberi teknik *Pelvic Rocking* lebih cepat yaitu 60% selama persalinan kala I sampai pembukaan lengkap Berbagai upaya fisiologis dilakukan untuk mencegah persalinan lama, seperti senam hamil, teknik nafas dalam. Upaya lainnya dalam mencegah persalinan lama seperti *pelvic rocking* dengan *birthing ball* yang mendukung persalinan agar dapat berjalan secara fisiologis. Hal ini juga merupakan salah satu metode yang sangat membantu merespon rasa sakit dengan cara aktif dan mengurangi lama persalinan kala I fase aktif. (Aprilia, 2011).

Pelvic rocking dengan *birthing ball* adalah menambah ukuran rongga pelvis dengan menggoyang panggul dengan diatas bola dan dengan perlahan mengayunkan pinggul ke depan dan belakang, sisi kanan, kiri, dan melingkar. *Pelvic rocking* dapat membantu ibu dalam posisi tegak, tetap tegak ketika dalam proses persalinan akan memungkinkan rahim untuk bekerja seefisien mungkin dengan membuat bidang panggul lebih luas dan terbuka. Dengan kata lain dapat merangsang dilatasi dan memperlebar outlet panggul. Duduk lurus di atas bola maka gaya gravitasi bumi akan membantu janin atau bagian terendah janin untuk segera turun ke panggul sehingga didapatkan waktu persalinan lebih pendek atau singkat (Aprilia, 2011).

Pelvic rocking exercise adalah salah satu bentuk latihan efektif dan mempunyai beberapa keuntungan. *Pelvic rocking exercise* dapat memperkuat otot-otot perut dan pinggang. Latihan ini dapat mengurangi tekanan pada pinggang dengan menggerakkan janin

ke depan dari pinggang ibu secara sementara. Latihan ini juga dapat mengurangi tekanan pembuluh darah di area uterus, dan mengurangi tekanan pada kandung kemih (vesika urinaria) ibu. *Pelvic rocking exercise* juga membantu ibu untuk relax dan meningkatkan proses pencernaan.

B. METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini desain penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian observasional, dengan rancangan *quasi experiment* jenis *nonequivalent control group design*. Dalam rancangan ini kelompok eksperimen diberi perlakuan *pelvic rocking exercise*, sedangkan pada kelompok kontrol tidak diberi perlakuan. Peneliti melakukan observasi lama persalinan kala 2 untuk mendapatkan data kemajuan persalinan serta observasi robekan perineum pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin di PMB Mei Kurniawati Surabaya yang berjumlah 35 orang. Pengambilan Sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling* dan diperoleh 30 orang ibu bersalin. Kriteria Inklusi dalam penelitian ini adalah (1) Inpartu yang memasuki kala I fase aktif (pembukaan > 3 cm, aterm, tunggal, preskep, rencana melahirkan normal, (2) Ketuban masih utuh, (3) tidak mendapatkan obat atau ramuan lain yang mempunyai efek memajukan persalinan, dan (4) Bersedia menjadi subjek penelitian. Penelitian dilakukan di PMB Mei Kurniawati Surabaya, dilaksanakan selama 2 bulan mulai bulan April 2019 – Juni 2019.

Pada penelitian ini alat ukur yang digunakan adalah pemberian perlakuan *pelvic rocking exercise (PRE)* dengan *birthing ball* serta lembar observasi partograf. Ibu inpartu diberikan perlakuan untuk menggunakan *birthing ball* pada kala I Persalinan dengan cara duduk di atas *birthing ball* seperti duduk diatas kursi setelah itu menggerakkan pinggul memutar ke kanan dan ke kiri mengikuti arah gerak bola. *PRE* dengan *birthing ball* dilakukan saat ibu berada pada kala I fase aktif. Peneliti tidak membatasi waktu penggunaan *birthing ball*, hanya saja disesuaikan dengan kemampuan responden. Metode pengumpulan data menggunakan data primer.

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah distribusi frekuensi dan menggunakan uji statistik *mann whitney* dan *chi square* untuk mengetahui adanya pengaruh.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil

TABEL 1.
Distribusi Frekuensi Usia Responden di PMB Mei Kurniawati

No	Usia	Frekuensi	Persentase (%)
1	< 20 th	2	6,7
2	20-35 th	26	86,7
3	>35 th	2	6,7
Total		30	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan usia didapatkan hasil sebagian besar responden (86,7%) berusia antara 20-35 tahun.

TABEL 2.
Distribusi Frekuensi Paritas Responden di PMB Mei Kurniawati

No	Paritas	Frekuensi	Persentase (%)
1	Primigravida	6	20
2	Multigravida	24	80
Total		30	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan paritas didapatkan hasil sebagian besar responden (80%) adalah multigravida.

TABEL 3.
Analisis Bivariate variabel *Pelvic Rocking Exercise* terhadap Lama Kala II dengan uji *Mann Whitney* di PMB Mei Kurniawati

No	<i>Pelvic Rocking Exercise</i>	Frekuensi (N)	Lama Kala II		<i>P value</i> (<i>Mann Whitney</i>)
			Mean of Rank	Sum of Rank	
1	Ya	15	11,33	170	0.009
2	Tidak	15	19,67	295	
Total		30			

Berdasarkan tabel 3, hasil analisis uji beda variabel Kemajuan Persalinan (lama kala II) pada kelompok yang diberi perlakuan *Pelvic Rocking Exercise* dengan kelompok yang tidak diberi perlakuan berdasarkan uji analisis *Mann Whitney* didapatkan ρ value 0,009 ($\rho < 0,05$), yang dapat diartikan bahwa ada perbedaan lama kala II yang cukup signifikan antara kelompok yang melakukan PRE dan yang tidak melakukan PRE.

Dalam penelitian ini didapatkan nilai rerata lama kala II pada kelompok perlakuan sebesar 11,3% sedangkan pada kelompok kontrol sebesar 19,67%

TABEL 4.
Analisis Bivariat *Pelvic Rocking Exercise* terhadap Kejadian Robekan Perineum dengan uji *Chi Square* di PMB Mei Kurniawati

No	<i>Pelvic Rocking Exercise</i>	Kejadian Robekan Perineum		Frekuensi (N)	<i>P value</i> (<i>Chi Square</i>)
		Robek	Tidak		
1	Ya	5	10	15	0.028
2	Tidak	11	4	15	
Total		16	14	30	

Hasil analisis uji korelasi variabel PRE dg Kejadian Robekan Perineum dg uji Chi Square didapatkan ρ value 0,028 ($\rho < 0,05$), yang dapat diartikan bahwa ada hubungan PRE dengan Kejadian Robekan Perineum dengan tingkat signifikansi sedang.

2. Pembahasan

- a. Pengaruh *Pelvic Rocking Exercise* terhadap Kemajuan Persalinan (lama kala II)

Hasil analisis uji beda variabel Kemajuan Persalinan (Lama Kala II) dg uji Mann Whitney didapatkan ρ value 0,009 ($\rho < 0,05$), yang dapat diartikan bahwa ada perbedaan lama kala II yang cukup signifikan antara kelompok yang melakukan PRE dan yang tidak melakukan PRE.

Dalam penelitian ini didapatkan nilai rerata lama kala II pd Klp Perlakuan sebesar 11,3% sedangkan pd Klp Kontrol sebesar 19,67%.

Berdasarkan teori, PRE yg dilakukan dg cara duduk diatas *Birthing Ball* dapat membantu proses penurunan janin. Posisi duduk diatas bola diasumsikan seperti jongkok dg tujuan untuk membuka panggul, sehingga dapat mempercepat proses persalinan.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tri Maryani (2016) yang menyebutkan bahwa PRE menggunakan *Birthing Ball* dapat mendorong lebih optimal power ibu yang diperlukan saat meneran, posisi tubuh tegak akan mendukung proses persalinan serta membantu posisi janin berada di posisi paling baik untuk melahirkan secara normal.

Disisi lain ketika ibu melakukan PRE, ibu akan lebih rileks sehingga aliran oksigen lancar sehingga aktivitas kontraksi uterus semakin adekuat dan persalinan menjadi lebih singkat.

- b. Pengaruh *Pelvic Rocking Exercise* terhadap kejadian robekan perineum

Hasil analisis uji korelasi variabel PRE dengan Kejadian Robekan Perineum dg uji Chi Square didapatkan ρ value 0,028 ($\rho < 0,05$), yang dapat diartikan bahwa ada hubungan PRE dg Kejadian Robekan Perineum dengan tingkat signifikansi sedang.

Berdasarkan teori, latihan dasar panggul (melakukan PRE dg *Birthing Ball*) bermanfaat untuk membuat otot dasar panggul dan otot perineum menjadi lebih rileks dan elastis, sehingga latihan ini akan membantu memudahkan ibu dalam proses persalinan, utamanya adalah menurunkan kejadian episiotomy dan laserasi jalan lahir.

D. SIMPULAN

1. Ada perbedaan lama kala II pada Kelompok yang melakukan *Pelvic Rocking Exercise* dan

tidak (*Pelvic Rocking Exercise* dengan *Birthing Ball* dapat mempersingkat lama kala II)

2. Ada pengaruh antara *Pelvic Rocking Exercise* terhadap Kejadian Robekan Perineum (*Pelvic Rocking Exercise* dengan *Birthing Ball* juga dapat menurunkan tindakan episiotomy dan laserasi jalan lahir)

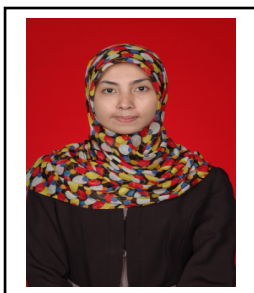
UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada tim LPPM Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya yang telah memberikan dukungan kepada staff dosen untuk melakukan penelitian, serta kepada PMB Mei Kurniawati yang telah memberikan ijin untuk melakukan penelitian di wilayahnya.

DAFTAR RUJUKAN

- [1] Arikunto, S. 2008. *Prosedure Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Rhineka cipta. Jakarta.
- [2] Aprilia, Y. 2011. *Birthing Ball*. <http://mynaturalchildbirth.org/birthing-ball/>. Diakses 6 Februari 2019:15.11
- [3] Ali. 2011. *Labor Exercise Birthing Ball*. http://www.ehow.com/way_5316835_labor-exercises-birthing-ball.html. Diakses 6 Februari 2019: 14.37
- [4] Bobak, Lowdermilk, Jensen. 2005. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas Edisi 4*. Jakarta EGC.
- [5] Hopewell, Nikki. 2012. *Birthing Ball Exercise: Baby Move Down*. <http://www.livestrong.com/article/125330-birthing-ball-exercises-baby-movedown/>. Diakses 6 Februari 2019: 14.47
- [6] Maureen. 2011. *Activities for fetal Positioning*. <http://spinningbabies.com/techniques/activities-for-fetalpositioning/birth-ball/>. Diakses 6 Februari 2019
- [7] Rusmayani Astrina, 2012. *Pengaruh teknik distraksi birthball terhadap penurunan intensitas nyeri ibu inpartu kala I*. <http://old.fk.ub.ac.id/artikel/id/>. diakses 22 Februari 2019
- [8] Widyaswara, Pradnya et all. 2012. *Pengaruh Terapi Birth Ball Terhadap Nyeri Persalinan Kala I*. Makalah Seminar, Disajikan dalam seminar departemen Maternitas Universitas Brawijaya Malang

PROFIL PENULIS UTAMA



DATA PRIBADI

Nama : Lailatul Khusnul Rizki,
SST., MPH.
Alamat: JL. KH. Samanhudi 05,
Kel. Mindi, Kec Porong,
Kab. Sidoarjo
TTL : Pasuruan, 10 Maret 1991
Telp : 082231660854
Email : lailarizki91@unusa.ac.id

Menyelesaikan Pendidikan D3 Kebidanan Poltekkes Kemenkes Malang pada tahun 2011, D4 Kebidanan Poltekkes Kemenkes Malang pada tahun 2012, dan S2 Ilmu Kesehatan Masyarakat Minat Kesehatan Ibu dan Anak di Universitas Sebelas Maret Surakarta pada tahun 2015.