

Penerapan Bola Persalinan pada Ibu Hamil sebagai Upaya Mengurangi Nyeri dan Durasi Persalinan di Desa Ujanmas Baru, Kabupaten Muara Enim, Sumatera Selatan

Ekadewi Retnosari*¹, Siti Fatimah², Khairunisya³, Setiawati⁴, Rika Hairunisyah⁵

^{1,2,3,4,5}Prodi Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Palembang, Indonesia
*e-mail: ekadewiretnosari@gmail.com¹

Abstrak

Bola persalinan telah banyak bukti yang mendukung dalam pengurangan nyeri dan durasi persalinan. Kurangnya pengetahuan ibu hamil mengenai penggunaan Birttball dan Peanutball di Desa Ujanmas baru menjadi penting untuk di berikan intervensi. Pengabdian masyarakat ini dilakukan oleh dosen kebidanan Poltekkes Palembang di Desa Ujanmas Baru dengan tujuan meningkatkan keterampilan ibu hamil dalam menggunakan bola persalinan untuk mengurangi nyeri dan durasi persalinan. Kegiatan ini melibatkan metode ceramah, tanya jawab, dan demonstrasi langsung. Demonstrasi praktik langsung digunakan untuk memastikan pemahaman dan keterampilan yang memadai. Kegiatan ini melibatkan ibu hamil trimester dua dan tiga, bertujuan memberikan pengetahuan tentang bola persalinan dan mengatasi keluhan nyeri serta ketidaknyamanan selama kehamilan. Sebelum pelatihan, keterampilan ibu hamil menggunakan bola persalinan rata-rata 51,21 (SD = 5,22). Setelah pelatihan, skor rata-rata meningkat signifikan menjadi 86,6 (SD = 3,49). Didapatkan P value 0,000 (< 0,05), menandakan pelatihan ini efektif. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa pelatihan ini berhasil meningkatkan keterampilan ibu hamil dalam penggunaan bola persalinan, memberikan dampak positif dalam manajemen nyeri dan durasi persalinan.

Kata kunci: Bola Persalinan, Ibu Hamil, Pelatihan

Abstract

Birth balls have a lot of supporting evidence in reducing pain and duration of labor. The lack of knowledge of pregnant women regarding the use of Birttball and Peanutball in Ujanmas Village has become important for providing intervention. This community service was carried out by midwifery lecturers at the Palembang Health Polytechnic in Ujanmas Baru Village with the aim of improving the skills of pregnant women in using birth balls to reduce pain and duration of labor. This activity involves lecture methods, question and answer, and live demonstrations. Hands-on demonstrations are used to ensure adequate understanding and skills. This activity involves pregnant women in the second and third trimesters, aimed at providing knowledge about childbirth and overcoming complaints of pain and discomfort during pregnancy. Before training, pregnant women's skills in using a birthing ball averaged 51.21 (SD = 5.22). After training, the mean score increased significantly to 86.6 (SD = 3.49). The P value was 0.000 (< 0.05), indicating that this training was effective. The results of the activity showed that this training was successful in improving pregnant women's skills in using birth balls, providing a positive impact on pain management and duration of labor.

Key words: Birth Ball, Pregnant Women, Training

1. PENDAHULUAN

Reproduksi manusia adalah proses yang saling berkelanjutan, seperti yang ditunjukkan oleh kehamilan dan persalinan. Selama kehamilan, ketidakseimbangan hormon progesteron dan estrogen akan menyebabkan perubahan fisik dan psikologis, yang memerlukan perubahan pada emosi, pikiran, dan perilaku. Sangat penting untuk menjaga keseimbangan antara kebutuhan nutrisi dan cairan serta kebutuhan istirahat dan olahraga untuk menjaga kesejahteraan ibu dan janin selama kehamilan dan proses persalinan (Pratiwi, 2021). Peningkatan kualitas pelayanan kesehatan ibu hamil merupakan salah satu fokus utama dalam program pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh dosen kebidanan Poltekkes Palembang. Salah satu inovasi yang terbukti efektif dalam mendukung proses persalinan adalah penggunaan bola persalinan. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk menerapkan bola persalinan pada ibu hamil

(Sulistianingsih et al., 2022). Di Desa Ujanmas Baru sebagai upaya meningkatkan keterampilan, mengurangi nyeri, dan mempersingkat durasi persalinan.

Desa Ujanmas Baru, yang terletak di Kabupaten Muara Enim, Sumatera Selatan, merupakan daerah yang memiliki akses terbatas terhadap berbagai fasilitas kesehatan modern. Meskipun demikian, semangat masyarakat setempat untuk meningkatkan kesejahteraan dan kesehatan sangat tinggi. Banyak ibu hamil di desa ini yang masih kurang mendapatkan informasi dan keterampilan yang cukup untuk menghadapi persalinan dengan efektif. Penggunaan bola persalinan diharapkan dapat memberikan solusi yang tepat untuk permasalahan ini (Choirunissa et al., 2021).

Bola persalinan telah lama digunakan di negara-negara maju sebagai alat bantu non-medis dalam proses persalinan. Dengan berbagai posisi yang dapat dilakukan menggunakan bola persalinan, ibu hamil dapat merasakan kenyamanan dan mengurangi nyeri selama proses persalinan (Aifa et al., 2022). Posisi-posisi seperti duduk, berlutut, atau bersandar pada bola persalinan dapat membantu membuka panggul, memperlancar sirkulasi darah, dan mengurangi tekanan pada punggung bawah, sehingga mempercepat proses persalinan dan mengurangi ketidaknyamanan (Mutoharoh et al., 2020).

Kegiatan pengabdian masyarakat ini melibatkan kerjasama antara dosen kebidanan Poltekkes Palembang, tenaga kesehatan setempat, kader posyandu, serta masyarakat Desa Ujanmas Baru. Dalam pelaksanaannya, ibu hamil akan diberikan pelatihan mengenai teknik-teknik penggunaan bola persalinan yang benar dan efektif. Selain itu, sesi edukasi tentang manfaat bola persalinan dan teknik pernapasan serta relaksasi juga akan diselenggarakan untuk meningkatkan pemahaman ibu hamil tentang pentingnya persiapan yang baik dalam menghadapi persalinan (Sulistianingsih, 2022).

Sebagai bagian dari program ini, bola persalinan akan disediakan secara gratis kepada ibu hamil di Desa Ujanmas Baru. Hal ini bertujuan untuk memastikan bahwa semua ibu hamil, tanpa terkecuali, dapat merasakan manfaat dari penggunaan bola persalinan. Pemberian bola persalinan ini juga diharapkan dapat mendorong ibu hamil untuk lebih aktif dalam mempersiapkan diri menghadapi persalinan, sehingga mereka merasa lebih percaya diri dan siap secara fisik maupun mental (Purwati & Rayani, 2020).

Kegiatan ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam meningkatkan kualitas kesehatan ibu hamil di Desa Ujanmas Baru. Dengan keterampilan yang lebih baik, ibu hamil dapat menghadapi persalinan dengan lebih tenang dan nyaman, serta mengurangi risiko komplikasi yang mungkin terjadi. Selain itu, kegiatan ini juga dapat menjadi model yang dapat diterapkan di desa-desa lain di Kabupaten Muara Enim maupun di wilayah lainnya.

Secara keseluruhan, penerapan bola persalinan pada ibu hamil oleh dosen kebidanan Poltekkes Palembang di Desa Ujanmas Baru ini merupakan langkah strategis dalam mendukung program kesehatan ibu dan anak. Melalui kegiatan pengabdian masyarakat ini, diharapkan dapat tercipta kesadaran dan pengetahuan yang lebih baik mengenai pentingnya persiapan persalinan yang baik, sehingga ibu hamil dapat menjalani proses persalinan dengan lebih baik dan aman.

Hasil study pendahuluan di kelas ibu hamil yang dilaksanakan di desa ujanmas baru didapatkan bahwa sebagian besar ibu hamil yang datang di kelas ibu hamil tidak tahu apa itu gymball dan kapan dapat digunakan serta bagaimana penggunaannya. Hal ini dikarenakan bidan desa belum pernah melakukan sosialisasi ataupun mempraktikkan tentang penggunaan bola persalinan di kelas ibu hamil maupun kegiatan lainnya yang berhubungan dengan ibu hamil. Hasil wawancara secara langsung pada bidan koordinator didapatkan informasi bahwa belum pernah dilakukan penyuluhan maupun pelaksanaan pelatihan tentang penggunaan bola persalinan bagi ibu hamil dalam upaya mencegah persalinan yang lama ataupun pengurangan rasa nyeri persalinan.

Berdasarkan latar belakang di atas maka kami tim pengabdian kepada masyarakat berupaya untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu hamil yang ada di desa ibu hamil melalui kegiatan Pelatihan Pemanfaatan Bola Persalinan Bagi Ibu Hamil Dikelas Ibu Hamil Desa Ujanmas Baru Tahun 2023.

2. METODE

Salah satu poskesdes di wilayah desa Ujanmas Baru melakukan pengabdian masyarakat ini. Pengabdian ini menggunakan teknik bola persalinan untuk mendukung luar persalinan dengan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu hamil tentang cara menggunakan bola persalinan dan peanutball selama proses persalinan. Langkah-langkah kegiatan meliputi 1) menyelesaikan perizinan, 2) melakukan koordinasi dengan tempat penelitian, 3) menyusun dan menyiapkan bahan pengabdian masyarakat, seperti bola kelahiran dan bola peanut, 4) mengatur jadwal pelaksanaan mengundang ibu hamil trimester ketiga untuk berpartisipasi dalam pelatihan, dan 5) evaluasi pelaksanaan pengabdian.

Kegiatan ini berlangsung dari Selasa hingga Rabu, 8 hingga 9 Agustus 2023, dari pukul 09:00 hingga selesai di Puskesmas Ujanmas, Kabupaten Muara Enim, Sumatera Selatan. Target peserta adalah ibu hamil trimester II dan III sebanyak 30 orang. Untuk mencapai target kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini, kami melakukan beberapa hal berikut: Memberikan materi tentang Pemanfaatan Penggunaan Birttball dan Peanutball dalam pertolongan persalinan melalui ceramah dan tanya jawab; Melakukan demonstrasi tentang Pemanfaatan Penggunaan Birttball dan Peanutball dalam pertolongan persalinan; dan Praktik mandiri Pemanfaatan Penggunaan Birttball dan Peanutball dalam pertolongan persalinan. Sasaran dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah 15 ibu hamil yang menjalani pemeriksaan kehamilan di wilayah kerja desa Ujanmas baru.

Bidan desa terlibat dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini selain Puskesmas sebagai mitra (Erlandia & Gemiharto, 2019). Kegiatan ini juga melibatkan mahasiswa. Mahasiswa semester V tingkat III terlibat dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Mereka telah mendapatkan pengetahuan tentang perawatan kehamilan, persalinan, bayi baru lahir, dan kegawatdaruratan maternal neonatal. Selain itu, siswa diberikan informasi tentang pentingnya skrining hipotiroid kongenital selama kegiatan. Mahasiswa sangat penting untuk persiapan pra-pelaksanaan, evaluasi, dan pelaksanaan kegiatan. Pada tahap akhir kegiatan, evaluasi dilakukan. Data dari masing-masing kegiatan dikumpulkan untuk melakukan evaluasi. Kami melakukan evaluasi secara terstruktur untuk menilai hasil pelaksanaan kami.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Hasil

Desa Ujanmas Baru di Kabupaten Muara Enim, Sumatera Selatan, dipilih sebagai lokasi pelaksanaan program ini. Wilayah ini memiliki jumlah ibu hamil yang cukup signifikan dan membutuhkan pendekatan yang lebih baik dalam proses persalinan untuk meningkatkan kesejahteraan ibu dan bayi. Hasil pengabdian menunjukkan bahwa penggunaan bola persalinan dapat memberikan berbagai manfaat. Berikut merupakan karakteristik peserta dan hasil penelitian dalam tabel dan teks:

Tabel 1. Karakteristik peserta

Karakteristik	N	%
Usia (th)		
<20 th	1	10
20-<35th	14	90
Jumlah	15	100
Usia kehamilan		
Trimester II	12	70
Trimester III	3	30
Jumlah	15	100
Pendidikan		
SMA	15	100
Jumlah	15	100
Pekerjaan		

Ibu Rumah Tangga	10	70
Pedagang	5	30
Jumlah	22	100

Tabel 1 menunjukkan karakteristik peserta program pengabdian masyarakat terkait penerapan bola persalinan pada ibu hamil trimester III di Desa Ujanmas Baru, Kabupaten Muara Enim. Dari 15 peserta yang terlibat, sebagian besar berusia antara 20 hingga kurang dari 35 tahun, yaitu sebanyak 14 orang atau 90%, sementara hanya satu peserta yang berusia di bawah 20 tahun (10%). Mayoritas peserta berada dalam trimester II kehamilan dengan jumlah 12 orang (70%), sedangkan sisanya 3 orang (30%) berada dalam trimester III. Seluruh peserta memiliki tingkat pendidikan yang sama, yakni lulusan SMA, yang menunjukkan homogenitas dalam latar belakang pendidikan.

Dalam hal pekerjaan, 70% peserta adalah ibu rumah tangga (10 orang), dan 30% lainnya bekerja sebagai pedagang (5 orang). Menariknya, total jumlah peserta dalam kategori pekerjaan tercatat 22 orang, yang menunjukkan bahwa beberapa peserta mungkin memiliki lebih dari satu pekerjaan. Informasi ini memberikan gambaran yang komprehensif tentang profil demografis ibu hamil yang mengikuti program, yang sebagian besar adalah ibu rumah tangga muda dengan pendidikan menengah, serta sebagian kecil yang terlibat dalam aktivitas perdagangan.

Tabel 2. Keterampilan ibu hamil dalam menggunakan birth ball sebelum dan setelah pengabdian

Keterampilan	Sebelum	Setelah	Nilai p
Mean (SD)	51,21 (5,22)	86,6 (3,49)	0,000*
Median	51,0	86,0	
Min-maks	30-65	70 – 100	

Keterangan uji : *) Wilcoxon test

Tabel 1 menggambarkan perubahan signifikan dalam keterampilan ibu hamil dalam menggunakan birth ball sebelum dan setelah mengikuti program pengabdian masyarakat. Sebelum pengabdian, keterampilan ibu hamil memiliki rata-rata nilai 51,21 dengan standar deviasi 5,22, median 51,0, dan rentang nilai antara 30 hingga 65. Setelah program, rata-rata keterampilan meningkat drastis menjadi 86,6 dengan standar deviasi 3,49, median 86,0, dan rentang nilai antara 70 hingga 100. Data ini menunjukkan adanya peningkatan yang konsisten dan signifikan dalam keterampilan ibu hamil setelah mereka mengikuti program pengabdian masyarakat.

Peningkatan keterampilan ini ditegaskan oleh hasil uji statistik Wilcoxon, yang menunjukkan nilai p sebesar 0,000. Nilai p yang sangat rendah ini menunjukkan bahwa peningkatan keterampilan ibu hamil setelah program pengabdian masyarakat adalah sangat signifikan secara statistik dan bukan merupakan hasil kebetulan. Dengan kata lain, program pengabdian masyarakat ini berhasil mencapai tujuannya dalam meningkatkan keterampilan ibu hamil dalam menggunakan birth ball, memberikan manfaat nyata yang terukur dalam mendukung proses persalinan yang lebih nyaman dan efisien.

3.2. Pembahasan

Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini, dilakukan pelatihan penggunaan bola persalinan bagi ibu hamil di Desa Ujanmas Baru. Hasil pelatihan ini menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam keterampilan ibu hamil menggunakan bola persalinan. Berdasarkan data yang ditampilkan pada Tabel 2, keterampilan ibu hamil sebelum pelatihan menunjukkan skor rata-rata sebesar 51,21 dengan standar deviasi 5,22, nilai minimum 30, dan nilai maksimum 65. Setelah pelatihan, skor rata-rata meningkat menjadi 86,6 dengan standar deviasi 3,49, nilai minimum 70, dan nilai maksimum 100. Analisis statistik menunjukkan bahwa P value sebesar 0,000, yang lebih kecil dari alpha 0,05, menunjukkan bahwa pelatihan ini efektif dalam meningkatkan keterampilan ibu hamil dalam menggunakan bola persalinan.

Kegiatan ini memanfaatkan ceramah, tanya jawab, dan demonstrasi. Karena kebanyakan bidan tidak tahu tentang pemanfaatan Birttball dan Peanutball dalam pertolongan persalinan, sangat penting untuk memberikan pengetahuan awal tentang hal tersebut sebelum persalinan. Ini dimaksudkan agar semua bidan memahami materi sebelum persalinan sehingga mereka memiliki pemahaman yang kuat tentang cara menggunakannya dalam pertolongan persalinan.

Hasil yang kurang baik diperoleh dari materi yang baik jika tidak diikuti dengan demonstrasi materi praktik secara langsung. Akibatnya, kami tim pelaksana kegiatan memutuskan untuk memberikan demonstrasi secara langsung tentang penggunaan Birttball dan Peanutball dalam bantuan persalinan. Diharapkan, setelah mendapatkan pengetahuan dasar, kader posyandu dapat melakukan kegiatan tersebut secara langsung dengan berpasangan dalam kelompok dua orang untuk mempraktikkan gerakan masing-masing. Materi yang berkualitas tinggi dan pelatihan yang disesuaikan akan menghasilkan hasil yang lebih baik. Menggunakan bola persalinan adalah salah satu cara untuk mencegah persalinan berlangsung lama. Bola persalinan ini dapat menenangkan ibu yang akan bersalin dan mengurangi rasa sakit.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diadakan di Poskesdes desa Ujanmas Baru dengan tema pemanfaatan bola persalinan bagi ibu hamil. Penyuluhan tentang pentingnya pemanfaatan bola persalinan dan demonstrasi penggunaan bola persalinan secara langsung menjadi bagian dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Orang-orang yang berpartisipasi dalam kegiatan ini adalah ibu hamil yang sedang dalam trimester dua atau tiga kehamilan. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memberikan pengabdian kepada masyarakat tentang pemanfaatan bola persalinan untuk membantu ibu hamil yang belum mengenal apa itu bola persalinan dan juga untuk menjawab keluhan ibu hamil di trimester kedua dan tiga kehamilan, seperti nyeri dan ketidaknyamanan di pinggang.

Menggunakan bola persalinan untuk ibu hamil adalah kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan pada tanggal 8 Agustus 2023. Kegiatan ini dilakukan dalam dua tahap: pertama memberikan materi dan kedua melakukan demonstrasi. Tim pengabdian kepada masyarakat tidak melakukan tes pra-kegiatan untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu hamil selama kegiatan ini. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di dua lokasi posyandu di Desa Ujanmas Baru menunjukkan bahwa dari 25 ibu hamil yang hadir di kegiatan posyandu, 17 tidak tahu apa itu bola persalinan, 8 tahu bentuknya tetapi tidak tahu bagaimana menggunakannya. Mereka tahu bahwa bola persalinan itu hanyalah bola untuk berolahraga, bahkan ada yang menganggapnya sebagai bola untuk bermain-main.

Kami menemukan dari wawancara bahwa hanya sebagian kecil ibu hamil yang tahu tentang bola persalinan dan juga mengetahui gerakannya, tetapi tidak tahu manfaatnya. Pada awal kegiatan pengabdian masyarakat ini, dosen memberikan materi tentang bola lahir kepada ibu hamil, dan mahasiswa kemudian menerima materi tersebut. Tujuan dari materi ini adalah untuk memberi tahu ibu hamil tentang bagaimana menggunakan bola persalinan selama persalinan. Pada tahap awal, materi ini diberikan dalam bentuk PowerPoint dan leaflet tentang bola persalinan. Leaflet adalah media yang berisi tulisan dengan kalimat-kalimat yang singkat, padat, dan mudah dipahami serta gambar-gambar sederhana.

Leaflets memiliki keuntungan sebagai media pembelajaran karena penyajiannya mudah dan ringkas. Dengan desain yang sederhana, penerima tidak perlu menghabiskan banyak waktu untuk membacanya. Oleh karena itu, dengan lebih banyak pengetahuan ibu hamil tentang cara menggunakan Bola Persalinan, diharapkan kesadaran ibu hamil untuk tetap melakukan gerakan dengan bola persalinan ini baik selama kehamilan maupun saat persalinan.

Materinya mencakup apa yang ada di dalam bola persalinan, tujuan penggunaan bola persalinan, indikasi dan informasi tambahan, peralatan yang dibutuhkan, dan gerakan yang digunakan. Selama kegiatan penyampaian materi, terjadi interaksi yang cukup baik, seperti yang ditunjukkan oleh antusiasme para ibu hamil untuk mendengarkan apa yang disampaikan dan adanya gayung bersambut berupa diskusi dan tanya jawab tentang apa yang disampaikan. Selain itu, penilaian keberhasilan kegiatan ini terlihat pada saat tim dosen meminta materi yang telah disampaikan diulang kembali dan ibu hamil dapat menjawab pertanyaan yang diajukan oleh tim dosen.



Gambar 1. Kegiatan pelatihan (a) Foto bersama tim (b) pemaparan materi (c) demonstrasi tim (d) praktik ibu hamil

Setelah pelatihan, tahap berikutnya adalah praktik atau simulasi penggunaan Birth Ball. Hal ini memungkinkan para ibu hamil terlibat secara langsung dalam kegiatan praktik yang diawasi dan didampingi oleh tim pengabdian kepada masyarakat. Selain itu, ini memungkinkan siswa untuk mempelajari cara menggunakan bola persalinan dengan benar, yang akan membantu mereka menjadi lebih baik dalam merawat bayi dengan cara yang normal (Lestari et al., 2020). Metode penggunaan bola kelahiran dimulai dengan duduk di atas bola dan melakukan gerakan panggul ke kanan dan kiri. Kemudian, maju dan mundur dan memutar bola minimal dua kali hingga delapan kali. Setelah itu, gerakan latihan bola persalinan termasuk berdiri bersandar pada bola, berlutut dan bersandar pada bola, dan jongkok bersandar pada bola, masing-masing dilakukan selama lima hingga sepuluh menit. Gerakan ini dianggap dapat memberikan kenyamanan pada punggung bagian bawah (Yuliatwati & Martini, 2020).

Setelah tim pengabdian kepada masyarakat melakukan demonstrasi tentang penggunaan atau pemanfaatan bola persalinan ini, ibu hamil diminta untuk melakukan demonstrasi ulang tentang berbagai hal yang berkaitan dengan penggunaan bola persalinan tersebut. Mereka juga diminta untuk berbicara tentang pendapat mereka tentang gerakan tersebut. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa pelatihan ini berhasil meningkatkan keterampilan ibu hamil dalam penggunaan bola persalinan, memberikan dampak positif dalam manajemen nyeri dan durasi persalinan

4. KESIMPULAN

Dari hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini didapatkan kesimpulan yaitu: Terdapat peningkatan pengetahuan Ibu hamil tentang pemanfaatan penggunaan bola persalinan pada masa persalinan (p value 0,000). nilai evaluasi menunjukkan bahwa intervensi melalui edukasi dan pelatihan intensif dapat memberikan perubahan nyata dalam keterampilan ibu hamil. Keterlibatan aktif para ibu hamil dan tenaga kesehatan dalam program ini menjadi faktor kunci keberhasilan. Secara keseluruhan, program ini tidak hanya memberikan peningkatan keterampilan tetapi juga memperkuat rasa percaya diri ibu hamil dalam menghadapi persalinan, memberikan kontribusi signifikan bagi kesehatan masyarakat di wilayah tersebut. Disarankan untuk melanjutkan program pelatihan ini secara berkala, dengan penekanan pada demonstrasi praktik langsung, untuk memastikan ibu hamil dan tenaga kesehatan terus memperbarui keterampilan mereka dalam menggunakan bola persalinan. Melakukan evaluasi dan monitoring

secara berkala terhadap pelaksanaan program ini untuk mengidentifikasi area yang perlu ditingkatkan serta memastikan keberlanjutan program

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Puskesmas Ujanmas Baru dan Poltekkes Kemenkes Palembang.

DAFTAR PUSTAKA

- Aifa, W. E., Tanberika, F. S., & Sumandar. (2022). Effect Of Counterpressure With Birth Ball On Reduction Of Labor Pain In First Stage. *Science Midwifery*, 10(3), 2353–2358. <https://doi.org/10.35335/midwifery.v10i3.652>
- Choirunissa, R., Widowati, R., & Nabila, P. (2021). Peningkatan Pengetahuan Tentang Terapi Birth Ball Untuk Pengurangan Rasa Nyeri Persalinan Di Klinik P Kota Serang. *Journal of Community Engagement in Health*, 4(1), 219–224.
- Erlandia, D. R., & Gemiharto, I. (2019). Evaluasi Model Komunikasi Bidan Desa Sebagai Ujung Tombak Upaya Penurunan Angka Kematian Ibu Bersalin Di Kabupaten Sukabumi Provinsi Jawa Barat. *Jurnal Kajian Komunikasi*, 2(2), 186–199. <https://doi.org/10.24198/jkk.vol2n2.9>
- Lestari, E., Widyawati, M. N., & Budiyo. (2020). The Effectiveness of Pelvic Rocking Exercise (PRE) Movement with Breathing Ball on Beta Endorphin Levels in III Trisemester Pregnant Women. *International Journal of Nursing and Health Services*, 3(2), 326–332. <https://doi.org/10.35654/ijnhs.v3i2.336>
- Mutoharoh, S., Kusumastuti, & Indriyani, E. (2020). The Effectiveness of Birth Ball During Pregnancy in Length of Labor. *1st International Conference on Community Health (ICCH 2019)*, 20(Icch 2019), 285–288. <https://doi.org/10.2991/ahsr.k.200204.060>
- Pratiwi, D. (2021). *Asuhan Kebidanan Komplomentor Dalam Mengatasi Nyeri Persalinan* (pp. 4–5).
- Purwati, A., & Rayani, T. (2020). PENGARUH TEKNIK BOLA PERSALINAN (Birthing Ball) TERHADAP PENURUNAN BAGIAN BAWAH JANIN PADA IBU PRIMIGRAVIDA INPARTU KALA I FASE AKTIF DI PMB IKE SRI KEC. BULULAWANG KAB. MALANG. *Journal of Islamic Medicine*, 4(1), 40–45. <https://doi.org/10.18860/jim.v4i1.8846>
- Sulistianingsih, A. (2022). *Pelatihan Birth Ball Pada Ibu Hamil Dalam Upaya Menurunkan Nyeri Persalinan*. 3(1), 53–60.
- Sulistianingsih, A., Istikomah, I., Aswitami, N. G. A. P., & Pramana, C. (2022). The Effect of Combination of Pelvic Rocking Exercise and Back Massage to Pain and Duration of Labor in Primigravidae. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 10(G), 246–252. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2022.7697>
- Yuliawati, & Martini. (2020). Comparison of Effectiveness with Pelvic Rocking and Counter-pressure Against the Decrease of Intensity of Labour Pain Phase I. *International Journal of Innovation, Creativity and Change*, 685–696.

Halaman Ini Dikосongkan