

HUBUNGAN TERAPI *BIRTH BALL* DENGAN KEMAJUAN PERSALINAN KALA I FASE AKTIF PADA IBU PRIMIGRAVIDA DI KLINIK PRATAMA LIDYA SIFRA KUDUS

Kamalina Fahria Dina¹⁾, Sifa Altika²⁾, Puji Hastuti³⁾

^{1,2,3}Prodi Sarjana Kebidanan, Stikes Bakti Utama Pati
sifa@stikesbup.ac.id

ABSTRAK

Birthball memiliki arti bola lahir yang dapat digunakan pada ibu inpartu kala I ke posisi yang biasa membantu kemajuan persalinan. *Birthball* 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. Tujuan penelitian ini yaitu untuk hubungan terapi *birthball* dengan kemajuan persalinan kala I fase aktif pada ibu primigravida di Klinik Pratama Lidya Sifra Kudus. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah survey analitik dengan Desain yang digunakan adalah retrospektif kohort study. Berdasarkan teknik total sampling diperoleh jumlah sampel sebanyak 30 responden. Hasil penelitian menunjukkan; 1). Ibu primigravida di Klinik Pratama Lidya Sifra Kudus yang melakukan terapi *birthball* sebanyak 19 orang (63,3%), 2) ibu primigravida di Klinik Pratama Lidya Sifra Kudus yang mengalami kemajuan persalinan kurang dari 1,2 cm per jam sebanyak 18 orang (60,0%) dan 3). Ada hubungan terapi *birthball* dengan kemajuan persalinan kala I fase aktif pada ibu primigravida di Klinik Pratama Lidya Sifra Kudus, dengan p value $0,001 < 0,05$. Diharapkan dapat bermanfaat dalam upaya menambah ilmu pengetahuan tentang terapi *birthball* dengan kemajuan persalinan kala I fase aktif pada ibu primigravida.

Kata kunci : kala I, kemajuan persalinan primigravida dan terapi *birthball*

ABSTRACT

Birthball has the meaning of a birth ball that can be used on first-stage inpartum mothers to a position that usually helps the progress of labor. *Birthball* can stimulate dilatation and widen the pelvic outlet. Sitting straight on the ball, the earth's gravity will help the fetus or the lowest part of the fetus to immediately descend to the pelvis. The purpose of this study is to determine the relationship between birth ball therapy and the progress of the first stage of labor in the active phase of primigravida mothers at the Lidya Sifra Kudus Primary Clinic. The type of research used in this study is an analytic survey with a retrospective cohort study. Based on the total sampling technique, the number of samples obtained was 30 respondents. The results showed; 1). There were 19 primigravida mothers at the Lidya Sifra Kudus Primary Clinic who performed birth ball therapy (63.3%), 2) 18 people (60.0%) and 3). There is a relationship between birth ball therapy and the progress of active phase I labor in primigravida mothers at the Lidya Sifra Kudus Primary Clinic, with p value $0.001 < 0.05$. It is hoped that it can be useful in an effort to increase knowledge about birth ball therapy with the progress of the first stage of labor in the active phase of primigravida mothers.

Keywords: first stage, progress of primigravida labor and *birthball* therapy,

PENDAHULUAN

Pada fase aktif persalinan, ketakutan primigravida lebih tinggi dibandingkan multigravida dan memiliki kontribusi terhadap tingkat nyeri serta durasi persalinan. Kala I untuk primigravida berlangsung 12 jam, untuk kala I fase aktif normalnya berjalan selama 6 jam pada primigravida, sedangkan lama kala I berlangsung pada multigravida 8 jam. Pembukaan primigravida 1 cm tiap jam dan multigravida 2 cm tiap jam (Altika, 2020).

Proses kemajuan persalinan kala I fase aktif pada primigravida dipengaruhi oleh dilatasi servik dan penurunan kepala janin ke dasar panggul. Nyeri persalinan disebabkan oleh kontraksi yang berlangsung secara regular dengan intensitas yang semakin lama semakin kuat dan semakin sering. 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. Rasa tidak nyaman dan nyeri akan dirasakan oleh ibu bersalin seiring kemajuan persalinan. Lamanya waktu yang diperlukan pada kala I dan Kala II akan menambah bahaya kematian janin, sehingga perlu menyelesaikan persalinan dengan tindakan segera baik induksi maupun Sectio Cesarea (Dewi ES, 2016).

Birthball memiliki arti bola lahir yang dapat digunakan pada ibu inpartu kala I ke posisi yang biasa membantu kemajuan persalinan. Adapun keuntungan dari pemakaian *birthball* ini adalah meningkatkan aliran darah ke rahim, plasenta dan bayi, meredakan tekanan dan dapat meningkatkan outlet panggul sebanyak 30%, serta dapat memberikan rasa nyaman pada lutut dan pergelangan kaki, memberikan kontratekanan pada perineum dan paha, bekerja dengan gravitasi yang mendorong turunnya bayi sehingga mempercepat proses persalinan (Rosmaria, 2021).

Birthing ball merupakan alat bantu yang bisa digunakan untuk melakukan olah tubuh pada masa kehamilan, namun penggunaannya membutuhkan perhatian lebih agar ibu tidak terjatuh pada saat menggunakannya, mengingat bentuk bola yang bundar dan keseimbangan ibu dengan membawa beban besar dibagian perut. *Birthing ball* membantu untuk pemijatan bagian perineum ibu hamil. *Birthing ball* 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 (Riyanti, 2018).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Siregar (2020) yang berjudul "Pengaruh pelaksanaan teknik *birth ball* kemajuan persalinan" dengan hasil penelitian menyatakan 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 dan ada pengaruh yang bermakna dengan pelaksanaan tehnik *birth ball* kepada kemajuan persalinan dengan nilai p-value $0,0000 < 0,05$.

Klinik Pratama Lidya Sifra Kudus merupakan salah satu PMB yang menerapkan teknik *birthing ball* untuk membantu kemajuan kala I persalinan, yang mana terapi teknik *birthing ball* ini masih kurang familiar di masyarakat, tetapi di Klinik Pratama Lidya Sifra Kudus telah menerapkan terapi *birthing ball* yang bertujuan untuk membantu kemajuan persalinan kala I.

Berdasarkan hasil survei awal yang telah dilakukan peneliti di Klinik Pratama Lidya Sifra Kudus dengan cara wawancara kepada 5 ibu bersalin primigravida kala I fase aktif didapatkan hasil sebagai berikut 2 ibu mengatakan bahwa ini adalah persalinan pertamanya, ibu mengatakan merasa khawatir dan cemas dengan proses persalinannya saat ini. Ibu mengatakan saat menunggu pembukaan lengkap dianjurkan ibu untuk melakukan terapi *birth ball* sehingga ibu merasa lebih rileks dan tidak merasakan sakit yang berlebih. Proses persalinan ibu berjalan lancar setelah ibu melakukan terapi *birth ball*. Sedangkan 3 ibu lainnya mengatakan bahwa selama trimester III ibu sudah sering melakukan terapi *gym ball* dan saat proses persalinan bidan menganjurkan ibu untuk melakukan terapi *birth ball* untuk mengurangi nyeri persalinannya dan ibu mengalami kelancaran proses persalinan.

Berdasarkan fenomena diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul "Hubungan Terapi *Birth Ball* dengan Kemajuan Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Primigravida Di Klinik Pratama Lidya Sifra Kudus".

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan terapi *birth ball* dengan kemajuan persalinan kala I fase aktif pada ibu primigravida di Klinik Pratama Lidya Sifra Kudus. Adapun tujuan khususnya adalah untuk mengidentifikasi terapi *birth ball* pada ibu primigravida di Klinik Pratama Lidya Sifra Kudus, untuk mengidentifikasi kemajuan persalinan kala I fase aktif pada ibu primigravida di Klinik Pratama Lidya Sifra Kudus, untuk menganalisis hubungan terapi *birth ball* dengan kemajuan persalinan kala I fase aktif pada ibu primigravida di Klinik Pratama Lidya Sifra Kudus

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah survey analitik dengan pendekatan *Cross-*

Sectional. Ruang lingkup penelitian ini termasuk dalam lingkup ilmu persalinan. Variabel independen adalah terapi *birth ball*, sedangkan variabel dependen adalah kemajuan persalinan kala I. Populasi seluruh ibu bersalin yang melakukan prenatal terapi *birth ball* di klinik Lidya Sifra sebanyak 30 orang ibu bersalin kala I primigravida., sampel sebanyak 30 ibu bersalin yang diambil dengan teknik *total sampling*. Instrumen yang digunakan checklist dan

partograp. Pengolahan data dilakukan dengan cara editing, coding, scoring dan tabulasi data. Sedangkan analisis data meliputi uji univariat dan bivariat dengan korelasi *chi square*.

HASIL

1. Analisis Univariat

a. Terapi *BirthBall*

Tabel 1

Distribusi Frekuensi Terapi Birth Ball Ibu Primigravida di Klinik Pratama Lidya Sifra Kudus (n=30)

Terapi Birt Ball	Frekuensi	Persen (%)
melakukan	19	63.3
tdk melakukan	11	36.7
Total	30	100.0

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa sebagian besar ibu primigravida di Klinik Pratama Lidya Sifra Kudus melakukan terapi *birt ball* sebanyak 19 orang (63,3%) sedangkan

ibu yang tidak melakukan terapi birt ball sebanyak 11 orang (36,7%). Frekuensi Motivasi

b. Kemajuan Persalinan Kala I Fase Aktif

Tabel 2

Distribusi Frekuensi Kemajuan Persalinan Kala I Fase Aktif Ibu Primigravida di Klinik Pratama Lidya Sifra Kudus (n=30)

Kemajuan Persalinan	Frekuensi	Persen (%)
Pembukaan kurang dari 1 cm per jam	10	33.3
Kurang dari 1,2 cm per jam	18	60.0
Lebih dari 12 jam sejak pembukaan 4 cm sampai pembukaan lengkap	2	6.7
Total	30	100.0

Tabel 2 di atas diketahui bahwa kemajuan persalinan kala I fase aktif ibu primigravida di Klinik Pratama Lidya Sifra Kudus sebagian besar kurang dari 1,2 cm per jam sebanyak 18 orang (60,0%), ibu dengan kemajuan persalinan kala I fase aktif pembukaan kurang dari 1 cm per jam sebanyak 10 orang (33,3%), sedangkan ibu dengan kemajuan persalinan kala I fase aktif mengalami pembukaan lebih dari 12 jam sejak

pembukaan 4 cm sampai pembukaan lengkap sebanyak 2 orang (6,7%).

2. Analisa Bivariat

a. Hubungan Terapi Birth Ball dengan Kemajuan Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Primigravida di Klinik Pratama Lidya Sifra Kudus

Tabel 3

Tabulasi Silang Antara Terapi Birth Ball dengan Kemajuan Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Primigravida di Klinik Pratama Lidya Sifra Kudus (n=30)

Kemajuan Persalinan	Terapi Birtball				Tot	
	Melakukan		Tdk Melakukan		F	%
	F	%	F	%		
Pembukaan kurang dari 1 cm per jam	3	10.0%	7	23.3%	10	33.3%
Kurang dari 1,2 cm per jam	16	53.3%	2	6.7%	18	60.0%

Lebih dari 12 jam sejak pembukaan 4 cm sampai pembukaan lengkap	0	0.0%	2	6.7%	2	6.7%
Jumlah	19	63.3%	11	36.7%	30	100.0%

Pada Tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar ibu primigravida di Klinik Pratama Lidya Sifra Kudus melakukan terapi *birt ball* sebanyak 19 orang (63,3%) 16 orang diantaranya dengan ibu primigravida dengan kemajuan persalinan kurang dari 1,2 cm per jam (53,3%), ibu primigravida dengan kemajuan persalinan pembukaan kurang dari 1 cm per jam sebanyak 3 orang (10,0%) sedangkan tidak ada (0,0%) ibu primigravida yang mengalami pembukaan lebih dari 12 jam sejak pembukaan 4 cm sampai pembukaan lengkap. Ibu primigravida di Klinik Pratama Lidya Sifra Kudus yang tidak melakukan terapi *birt ball* sebanyak 11 orang (36,7%) 7 orang (23,3%) diantaranya ibu primigravida dengan kemajuan persalinan kurang dari 1 cm per jam, 2 orang (6,7%) ibu primigravida dengan kemajuan persalinan kurang dari 1,2 cm per jam dan 2 orang (6,7%) ibu primigravida mengalami pembukaan lebih dari 12 jam sejak pembukaan 4 cm sampai pembukaan lengkap.

Hasil uji hubungan dengan Chi square di dapatkan hasil nilai chi square hitung 13,301 > chi square tabel 5,991 dan p value 0,001 < 0,05 artinya H_a diterima dan H_0 ditolak, berarti ada hubungan Terapi *Birth Ball* dengan Kemajuan Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Primigravida di Klinik Pratama Lidya Sifra Kudus.

PEMBAHASAN

1. Terapi *Birt Ball*

Birth ball (bola kelahiran) adalah 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 endorfin karena elastisitas dan lengkungan bola merangsang reseptor di

panggul yang bertanggung jawab untuk mengsekresi endorfin.

Birthing ball 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 (Riyanti, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar ibu bersalin di Klinik Pratama Lidya Sifra Kudus melakukan terapi *birt ball*, yang dilakukan pada kala I persalinan yang didampingi oleh tenaga kesehatan atau suami dan keluarga dengan tujuan agar membantu kontraksi rahim lebih efektif dalam membawa bayi melalui panggul pada ibu bersalin.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wilda Wahyuni Siregar, dkk (2020) dengan judul "Pengaruh Pelaksanaan Teknik Birth ball terhadap Kemajuan Persalinan", dengan hasil penelitian diketahui bahwa terdapat pengaruh yang bermakna antara pelaksanaan tehnik birth ball terhadap kemajuan persalinan, dimana rata-rata kemajuan persalinan untuk status birth ball dilakukan dan tidak dilakukan adalah berbeda (two-tailed) dan lebih cepat sebesar 9,13 menit dibandingkan status birth ball tidak dilakukan dengan nilai p -value sebesar 0,00000 > 0,05.

Berdasarkan hasil penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa birth ball merupakan salah satu metode yang dapat membantu ibu dalam posisi proses persalinan pada kala I dengan melakukan birth ball 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. Selain hal tersebut terapi birth ball bermanfaat untuk mengurangi rasa tidak nyaman dan nyeri yang dirasakan oleh ibu bersalin kala I fase aktif ibu primigravida di Klinik Pratama Lidya Sifra Kudus.

2. Kemajuan Persalinan Kala I Fase Aktif

Sondakh (2013), menyatakan bahwa kemajuan yang cukup baik pada persalinan kala I ditandai dengan kontraksi teratur yang progresif dengan peningkatan frekuensi dan durasi, selama fase aktif dalam persalinan, kecepatan pembukaan serviks paling sedikit 1 cm per jam (dilatasi serviks berlangsung atau ada di sebelah kiri garis waspada) dan serviks tampak dipenuhi oleh bagian bawah janin.

Proses kemajuan persalinan kala I fase aktif pada primigravida dipengaruhi oleh dilatasi servik dan penurunan kepala janin ke dasar panggul. Nyeri persalinan disebabkan oleh kontraksi yang berlangsung secara regular dengan intensitas yang semakin lama semakin kuat dan semakin sering. 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. Rasa tidak nyaman dan nyeri akan dirasakan oleh ibu bersalin seiring kemajuan persalinan. Lamanya waktu yang diperlukan pada kala I dan Kala II akan menambah bahaya kematian janin, sehingga perlu menyelesaikan persalinan dengan tindakan segera baik induksi maupun Sectio Cesarea (Dewi ES, 2016).

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar ibu bersalin mengalami kemajuan persalinan baik yaitu setelah pembukaan 4 ibu mengalami kemajuan persalinan rata 1 cm per jam sehingga dari pembukaan 4 sampai pembukaan 10 berlangsung selama kurang lebih 3-4 jam. Kemajuan persalinan pada

ibu primigravida di Klinik Pratama Lidya Sifra Kudus ditandai dengan ditandai dengan kontraksi teratur yang progresif dengan peningkatan frekuensi dan durasi, selama fase aktif dalam persalinan, kecepatan pembukaan serviks paling sedikit 1,2 cm per jam (dilatasi serviks berlangsung atau ada di sebelah kiri garis waspada) dan serviks tampak dipenuhi oleh bagian bawah janin.

3. Hubungan Terapi *Birth Ball* dengan Kemajuan Persalinan Kala I Fase Aktif pada Ibu Primigravida di Klinik Pratama Lidya Sifra Kudus

Menurut teori yang dikemukakan oleh Aprilla (2014) yang menyatakan bahwa kala I persalinan akan beragam pada setiap ibu. Semakin seorang ibu merasa relaks dan semakin mobile maka akan semakin singkat waktu yang diperlukan untuk menuju ke pembukaan lengkap. Di awal proses persalinan sebaiknya ibu tidak hanya berbaring di tempat tidur. Mengganti posisi setiap setengah hingga dua jam sekali akan sangat membantu proses persalinan. Ibu dapat jongkok atau menggunakan birthing ball atau beanbag chair untuk bersandar dan menggoyangkan panggul. Dengan bola ditempatkan di tempat tidur, ibu dapat berdiri dan bersandar dengan nyaman di atas bola, mendorong dan mengayunkan panggul untuk mobilisasi. Dengan bola di lantai atau tempat tidur, ibu dapat berlutut dan membungkuk dengan berat badan tertumpu di atas bola, bergerak mendorong panggul dan dapat membantu bayi berubah ke posisi yang benar (posisi belakang kepala) sehingga memungkinkan kemajuan persalinan menjadi lebih cepat

Salah satu upaya untuk mempercepat proses persalinan yaitu menggunakan birthing ball. Pada saat ibu bersalin menggunakan birthing ball, posisi tubuh memungkinkan gravitasi mempercepat dilatasi serviks. Birthing Ball dapat membantu mempersingkat lama kala I fase aktif dimana ibu bersalin akan duduk di atas bola dengan gerakan memutar pinggul. Birthing Ball dapat dilakukan pada kala I

fase laten dimana pembukaan serviks berlangsung lambat hingga pembukaan 3 cm yang berlangsung selama 7-8 jam, sedangkan pada kala I fase aktif birthing ball dapat dilakukan dimana pembukaan serviks berlangsung mulai dari pembukaan 4 cm hingga 10 cm yang berlangsung selama 6 jam yang terdiri dari 2 jam periode akselerasi, 2 jam periode dilatasi maksimal dan 2 jam periode deselerasi. Fase ini ditemui pada primigravida (Rosieana, 2019).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ratu Miki Yulieti Pertasari, (2022) dengan judul "Efektifitas Birth Ball terhadap Kemajuan Persalinan pada Ibu Bersalin di Klinik Permata Bunda Kota Serang" hasil penelitian menunjukkan terjadi perubahan HIS sebelum dilakukan birthball dan sesudah dilakukan birthball. Metode birthball mampu membantu mempercepat kemajuan persalinan. Proses persalinan lebih cepat 2 jam 15 menit pada primigravida.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ibu primigravida di Klinik Pratama Lidya Sifra Kudus yang melakukan terapi birth ball pada kala I persalinan sebagian besar mengalami kemajuan persalinan dengan baik, hal ini sesuai dengan upaya pemerintah yang dilakukan untuk mengatasi kejadian partus lama (prolonged active phase) terdapat pada Permenkes Nomor 369/Menkes/SK/III/2007, dalam memberikan pelayanan dalam asuhan kebidanan pada kala I persalinan salah satunya yaitu dengan terapi birth ball. Dapat ditarik kesimpulan bahwa terapi birth ball sangat membantu ibu bersalin primigravida di Klinik Pratama Lidya Sifra Kudus untuk mengurangi rasa tidak nyaman dan nyeri persalinan pada kala I dan mempercepat proses kemajuan persalinan sehingga dapat mengurangi angka kejadian partus lama.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

1. Dari 30 ibu primigravida di Klinik Pratama Lidya Sifra Kudus yang melakukan terapi *birth ball* sebanyak 19 orang (63,3%) sedangkan ibu yang tidak melakukan terapi *birth ball* sebanyak 11 orang (36,7%).
2. Dari 30 ibu primigravida di Klinik Pratama Lidya Sifra Kudus yang mengalami kemajuan persalinan kurang dari 1,2 cm per jam sebanyak 18 orang (60,0%), ibu persalinan kala I fase aktif yang mengalami kemajuan persalinan kurang dari 1 cm per jam sebanyak 10 orang (33,3%), dan ibu persalinan kala I fase aktif mengalami pembukaan lebih dari 12 jam sejak pembukaan 4 cm sampai pembukaan lengkap fase lama sebanyak 2 orang (6,7%).
3. Ada hubungan terapi *birth ball* dengan kemajuan persalinan kala I fase aktif pada ibu primigravida di Klinik Pratama Lidya Sifra Kudus, dengan p value $0,001 < 0,05$.

Saran

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi ibu bersalin khususnya primigravida bahwa dengan melakukan terapi *birth ball* dapat berpengaruh terhadap adanya kemajuan persalinan kala I fase aktif.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriany Ramadhan Batubara, dkk. 2021. *Pengaruh Pelaksanaan Birthing Ball Terhadap Lamanya Persalinan Kala I pada Ibu Primigravida Di PMB Desita, S.SiT, Kabupaten Bireuen*. Journal of Healthcare Technology and Medicine Vol. 7 No. 2 Oktober 2021 Universitas Ubudiyah Indonesia e-ISSN : 2615-109X
- Aprillia, Yessie. 2014. *Gentle Birth Balance : Persalinan Holistik mind, Body and Soul*. Bandung : Qanita
- Christin Hiyana, M. 2019. *Pengaruh Teknik Pelvic Rocking Dengan Birthing Ball Terhadap Persalinan Kala I*.
- Dinkes Jateng. 2020. *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah Tahun 2020*. Dinkes Jateng. Semarang.

- Indrayani, dan Djami, M. 2016. *Asuhan Persalinan dan Bayi Baru Lahir*. Jakarta : CV. Trans Info Media
- International NGO Forum on Indonesian Development, 2015. *Dokumen Hasil Tujuan Pembangunan Berkelanjutan, New York: INFID*.
- Kementerian Kesehatan RI. 2020. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020*. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI; 2020.
- Kustari, Oktifa, dkk.2012. *Birth Ball Pengaruh Terapi Birth Ball Terhadap Nyeri Persalinan*. Malang : Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya Program Studi Ilmu Keperawatan
- Manuaba, IBG. 2014. *Ilmu Kebidanan Buku Ajar Obstetri dan Ginekologi*. Bali: Graha Cipta
- Martaadisoebrata D. 2014. *Obstetri patologi ilmu kesehatan reproduksi. Edisi 3*. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Maryunani, Anik dan Eka Puspita. 2013. *Asuhan Kegawatdaruratan Maternal dan Neonatal*. Jakarta : TIM
- Notoadmodjo, S. 2013. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Oktifa, dkk, 2012. *Birth Ball, Seminar Akhir Departemen Maternitas, PSIK, FK Universitas Brawijaya, Malang*
- Ratu Miki Yulieti Pertasari. 2022. *Efektifitas Birth Ball terhadap Kemajuan Persalinan pada Ibu Bersalin di Klinik Permata Bunda Kota Serang*. Journal Of Midwifery Vol. 10 No. 1 April 2022. P-ISSN: 2338-7068, E-ISSN: 2722-4228
- Riyanti, R. 2018. *Hubungan Pelaksanaan Birthing Ball Dengan Lamanya Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Primigravida Di BPM I*. Ujung berung Kota Bandung Diambil dari: [http://RITA%20RIYANTI%20CK115108\(2018\)-1-42.pdf](http://RITA%20RIYANTI%20CK115108(2018)-1-42.pdf). Diakses pada 8 Juni, 2022.
- Rosieana, G.A. 2019. *Pengaruh Birthing Ball Terhadap Lama Kala I Fase Aktif Pada Primigravida Di Pmb Yulis Indriana, Malang*. Jurnal Pendidikan Kesehatan. Diakses pada 18 Juni, 2022
- Irfana Tri Wijayanti, Sifa Altika. 2020. *Efektivitas Penggunaan Aplikasi Kontraksi Nyaman Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I*. Community of Publishing in Nursing (COPING), p-ISSN 2303-1298, e-ISSN 2715-1980. https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=id&user=wdowdQUAAAAJ&citation_for_view=wdowdQUAAAAJ:YsMSGLbcyi4C. diakses pada tanggal 18 Juli 2022
- Sulistiyawati dan Nugraheny. 2013. *Asuhan Kebidanan pada Ibu Bersalin*. Yogyakarta: Salemba Medika.
- Siregar, W. W. Sihotang, S. H, Maharani, S. dkk. 2020. *Bola Kelahiran Pengaruh Pelaksanaan Teknik Terhadap Kemajuan Persalinan*. Jurnal Penelitian Kebidanan dan Kespro.
- Sondakh, Jenny J.S.2013. *Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir*. Jakarta : Erlangga
- Sugiyono. 2016. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Teti, S. 2018. *Terapi Nonfarmakologi Nyeri pada Persalinan: Systematic Review 3*. <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/1568>.
- Wiknjosastro, S. 2014. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Wilda Wahyuni Siregar, dkk. 2020. *Pengaruh Pelaksanaan Teknik Birth Ball Terhadap Kemajuan Persalinan*. Jurnal Penelitian Kebidanan & Kespro. Vol. 3 No. 1. Edition: November 2020–April 2021. <http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php./JPK2R>.
- Varney, H. 2015. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*. Jakarta : EGC