

EFEKTIFITAS UPRIGHT POSITION DAN SIM POSITION TERHADAP LAMANYA PERSALINAN KALA I FASE AKTIF PADA PRIMIGRAVIDA DI RUMAH SAKIT ISLAM SULTAN HADLIRIN JEPARA

Elly Puspaningrum¹⁾, Nor Asiyah²⁾, Irawati Indrianingrum³⁾

^{1,2,3} Universitas Muhammadiyah Kudus

Email: 62024171109@std.umku.ac.id

ABSTRAK

Lamanya proses persalinan, khususnya kala I fase aktif, merupakan indikator penting kemajuan persalinan. Fase ini ditandai dengan pembukaan serviks yang cepat, kontraksi uterus kuat dan teratur, serta peningkatan nyeri. Persalinan kala I fase aktif yang berlangsung melebihi batas normal dapat meningkatkan risiko komplikasi bagi ibu dan janin, seperti kelelahan, dehidrasi, infeksi, dan distress janin akibat penurunan aliran darah uteroplasenta. Tujuan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas upright position dan Sim's position terhadap lamanya persalinan kala I fase aktif pada ibu primigravida di RSI Sultan Hadlirin Jepara. Metode penelitian menggunakan rancangan quasi eksperimen dengan desain post-test only with control group design. Subjek penelitian dibagi menjadi dua kelompok, yaitu ibu bersalin primigravida yang diberikan upright position dan ibu bersalin primigravida yang diberikan Sim's position selama kala I fase aktif. Lama persalinan diamati setelah pemberian perlakuan. Pendekatan penelitian menggunakan cross sectional, dengan pengukuran variabel dilakukan satu kali. Analisis bivariat menggunakan uji Mann-Whitney. Hasil uji Mann-Whitney menunjukkan nilai $p = 0,000 (<0,05)$. Kesimpulan Posisi upright dan Sim's sama-sama efektif dalam membantu memperpendek lama persalinan kala I fase aktif pada ibu primigravida.

Kata kunci: Upright position, sim position, lama kala I fase aktif, primigravida

ABSTRACT

The duration of labor, particularly during the active phase of the first stage, is an important indicator of labor progress. This phase is characterized by rapid cervical dilatation, strong and regular uterine contractions, and increased pain intensity. Prolonged active labor may increase the risk of complications for both mother and fetus, including fatigue, dehydration, infection, and fetal distress due to decreased uteroplacental blood flow. This study aimed to determine the effectiveness of the upright position and Sim's position on the duration of the active phase of the first stage of labor in primigravida mothers at Sultan Hadlirin Islamic Hospital, Jepara. The study employed a quasi-experimental design with a post-test only with control group design. Participants were divided into two groups: primigravida mothers who were positioned in the upright position and those who were positioned in the Sim's position during the active phase of the first stage of labor. The duration of labor was observed after the intervention. A cross-sectional approach was used, with variables measured once. Bivariate analysis was performed using the Mann-Whitney test. The Mann-Whitney test results showed a p-value of 0.000 (<0.05). In conclusion, both the upright position and Sim's position were effective in shortening the duration of the active phase of the first stage of labor in primigravida mothers.

Keywords: upright position, Sim's position, duration of active phase of the first stage of labor, primigravida

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan proses fisiologis yang menandai akhir kehamilan, di mana janin, plasenta, dan selaput ketuban keluar dari rahim melalui jalan lahir. Proses ini memerlukan koordinasi yang baik antara kontraksi uterus, posisi janin, serta kemampuan ibu dalam mengatur posisi dan respons tubuh terhadap persalinan. Salah satu faktor penting yang memengaruhi keberhasilan dan kenyamanan persalinan adalah posisi ibu selama proses tersebut. Beberapa penelitian terbaru menunjukkan bahwa posisi ibu memiliki pengaruh yang signifikan terhadap durasi dan kenyamanan persalinan (Salsabila, Handaria and Anggraheny, 2024).

Lamanya proses persalinan, terutama pada kala I fase aktif, menjadi indikator penting dalam menilai kemajuan persalinan. Fase aktif ditandai dengan pembukaan serviks yang lebih cepat, kontraksi uterus yang kuat, teratur, serta peningkatan intensitas nyeri. Pada kondisi tertentu, lamanya persalinan yang melebihi batas normal dapat meningkatkan risiko komplikasi, baik pada ibu maupun janin, seperti kelelahan, dehidrasi, peningkatan risiko infeksi, serta distress janin akibat penurunan aliran darah uteroplasenta (Garbelli and Lira, 2021).

Posisi ibu saat persalinan berpengaruh besar terhadap efektivitas kontraksi uterus, sirkulasi darah, kenyamanan ibu, serta lamanya proses persalinan. Posisi yang umum digunakan di fasilitas kesehatan adalah posisi supine atau dorsal recumbent (terlentang), yang sebenarnya kurang menguntungkan secara fisiologis. Posisi ini dapat menyebabkan kompresi vena kava inferior oleh uterus yang membesar, sehingga menghambat aliran balik vena ke jantung dan menurunkan perfusi darah ke uterus serta janin. Akibatnya, kontraksi uterus menjadi kurang efektif dan proses pembukaan serviks berlangsung lebih lama (Wahyuni and Syamsudi, 2025).

Sebaliknya, posisi tegak (upright position) seperti berdiri, duduk tegak, berjongkok, atau berjalan, memanfaatkan gaya gravitasi untuk membantu penurunan kepala janin ke dasar panggul dan mempercepat proses dilatasi serviks. Posisi ini juga memungkinkan fleksibilitas panggul, memperbaiki posisi janin, serta meningkatkan efisiensi kontraksi uterus. Selain itu, posisi tegak dinilai lebih nyaman bagi ibu karena dapat mengurangi rasa nyeri dan tekanan di punggung bawah (Rinda Lamdayani, Anggeriani and Tasya, 2021).

Selain posisi tegak, posisi Sim's (lateral semi-prone) juga menjadi alternatif yang sering digunakan selama persalinan. Posisi ini dilakukan dengan berbaring miring, satu tungkai ditekuk ke depan, dan satu lagi diluruskan. Posisi Sim's dapat meningkatkan sirkulasi darah ke plasenta dengan mengurangi kompresi vena kava, memberikan kenyamanan pada ibu, serta memungkinkan relaksasi otot-otot dasar panggul. Dalam praktik kebidanan, posisi ini sering dipilih ketika ibu merasa lelah atau membutuhkan istirahat, tanpa mengganggu progres persalinan (Wahyuni and Syamsudi, 2025).

Sejumlah penelitian telah membandingkan berbagai posisi selama persalinan untuk mengetahui pengaruhnya terhadap lama kala I fase aktif. Penelitian yang dilakukan oleh Miquelutti et al. (2018) menunjukkan bahwa posisi tegak selama kala I aman dan meningkatkan kenyamanan ibu, namun tidak menunjukkan perbedaan signifikan terhadap lamanya persalinan dibanding posisi berbaring. Hasil berbeda dilaporkan oleh Berta et al. (2019) di Ethiopia, yang menemukan bahwa penggunaan posisi tegak dapat mempercepat pembukaan serviks dan menurunkan durasi fase aktif secara signifikan dibanding posisi terlentang ($p < 0,05$). Sementara itu, penelitian lain oleh Kusuma (2021) di RSUD Dr. Soetomo Surabaya menunjukkan bahwa posisi miring kiri (Sim's position) dapat meningkatkan aliran darah uteroplasenta, mempercepat proses dilatasi, serta menurunkan angka kejadian partus lama pada primigravida (Armayanti *et al.*, 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh Nor Asiyah (2015) dengan judul "Hubungan Posisi Mengejan Telentang Dan Kombinasi Dengan Lama Kala II" didapatkan hasil nilai Berdasarkan Uji Mann Witney dengan uji 1 sisi didapatkan nilai $p=0,036$ atau p . Ibu bersalin seharusnya diperbolehkan untuk bergerak bebas seperti berdiri, duduk, berlutut, berjongkok atau memilih posisi yang lain selama persalinan. Posisi-posisi tersebut sangat bermanfaat saat proses persalinan, karena sesuai dengan arah gravitasi bumi sehingga akan mempermudah proses turunnya bagian terendah dari janin. Posisi yang terbaik dalam proses persalinan yaitu posisi yang paling nyaman untuk ibu bersalin (Asiyah, 2015).

Partus lama merupakan salah satu komplikasi persalinan yang dapat meningkatkan risiko morbiditas dan mortalitas ibu serta janin. Kondisi ini sering terjadi pada ibu primigravida, karena proses adaptasi fisiologis tubuh terhadap persalinan pertama kali. Menurut Riskesdas 2018, angka kejadian partus lama di Indonesia masih tergolong cukup tinggi. Hasil tinjauan nasional menunjukkan bahwa insidensi partus lama berkisar antara 1% hingga 7% dari seluruh persalinan. Penelitian oleh Sari dkk. (2020) di Indonesia melaporkan bahwa kejadian partus lama mencapai 44,9% pada kelompok ibu bersalin primigravida. Di Provinsi Jawa Tengah, angka kejadian partus lama juga masih cukup tinggi. Pada tahun 2021 angka kejadian partus lama sebesar 3,7% dari total 355 kasus persalinan (Salsabila, Handaria and Anggraheny, 2024).

Berdasarkan data rekam medis di Rumah Sakit Islam Sultan Hadlirin Jepara (2024), tercatat sekitar 35% ibu primigravida mengalami persalinan dengan fase aktif lebih dari 12 jam. Angka ini menunjukkan adanya kecenderungan peningkatan kasus partus lama yang dapat meningkatkan risiko

komplikasi persalinan seperti kelelahan, ketuban pecah dini, hingga tindakan operatif. Berdasarkan observasi awal di ruang bersalin, sebagian besar ibu masih menggunakan posisi berbaring selama proses persalinan karena kurangnya edukasi dan dukungan tenaga kesehatan terhadap variasi posisi yang dapat membantu proses fisiologis persalinan.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa lamanya persalinan kala I fase aktif pada primigravida masih menjadi masalah penting dalam pelayanan kebidanan. Salah satu upaya non-farmakologis yang dapat dilakukan untuk mengoptimalkan proses persalinan adalah dengan penerapan upright position dan Sim's position. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian berjudul: "Efektivitas Upright Position dan Sim's Position terhadap Lamanya Persalinan Kala I Fase Aktif pada Primigravida di Rumah Sakit Islam Sultan Hadlirin Jepara."

METODE

Penelitian ini menggunakan rancangan quasi eksperimen dengan desain post-test only with control group design, yang bertujuan membandingkan efektivitas dua posisi persalinan terhadap lama kala I fase aktif tanpa melakukan pre-test. Penelitian melibatkan dua kelompok, yaitu kelompok ibu bersalin primigravida yang diberikan posisi upright dan kelompok ibu bersalin primigravida yang diberikan posisi SIM (miring kiri) selama kala I fase aktif. Setelah perlakuan, kedua kelompok diobservasi untuk menilai lama persalinan. Pendekatan penelitian yang digunakan adalah cross sectional, dengan pengukuran variabel independen dan dependen dilakukan satu kali pada waktu yang sama. Analisis bivariat menggunakan uji Mann-Whitney.

HASIL

1. Karakteristik Responden

Tabel 1

Karakteristik responden berdasarkan umur		
Umur	Jumlah	persentase
< 20 tahun	0	0
20-35 tahun	36	90,0
> 35 tahun	4	10,0
Total	38	100.0

Dari Tabel di atas dapat direpresentasikan bahwa mayoritas umur responden 20-35 tahun sebanyak 36 orang (90,0 %) dan tidak ada responden yang berusia < 20 tahun (0%).

Tabel 2

Karakteristik responden berdasarkan pendidikan		
Pendidikan	jumlah	persentase
SMP	5	12,5
SMA	29	72,5
Diploma /Sarjana	6	15,0
Total	40	100.0

Dari Tabel di atas dapat direpresentasikan bahwa mayoritas pendidikan terbanyak SMA 29 responden (72,5%) dan terendah adalah lulusan SMP sebanyak 5 responden (12,5%).

Tabel 3

Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan		
Pekerjaan	Jumlah	Persentase
Karyawan	17	42,5
Wiraswasta	11	27,5
IRT	10	25,0
ASN	2	5,0
Total	40	100.0

Dari Tabel di atas dapat direpresentasikan bahwa mayoritas pekerjaan adalah karyawan 17 orang (42,5%) dan paling sedikit bekerja sebagai ASN sebanyak 2 orang (5%).

2. Hasil Analisis univariat

Tabel 4

Distribusi frekuensi lama kala I fase aktif dengan posisi Sim

Lama Kala I Fase aktif	Jumlah	prosentase
Normal	20	100,0
Lama	0	00,0
Total	20	100.0

Berdasarkan tabel diatas lama kala I fase aktif dengan posisi Sim 20 responden (100 %) berkategori normal.

Tabel 5

Distribusi frekuensi lama kala I fase aktif dengan posisi Upright

Lama Kala I Fase aktif	Jumlah	prosentase
Normal	20	100,0
Lama	0	00,0
Total	20	100.0

Berdasarkan tabel diatas lama kala I fase aktif dengan posisi upright 20 responden (100 %) berkategori normal.

3. Hasil Analisa Bivariat

Tabel 6

Uji Normalitas

Kelompok	Shapiro Wilk	
	Statistik	Sig
Sim	0.580	0,000
Upright	0.433	0,000

Peneliti menggunakan uji normalitas dengan metode Shapiro Wilk dikarenakan jumlah sampel kecil atau < 50 . Berdasarkan uji normalitas diperoleh hasil nilai signifikansi 0,000 dimana nilai sig $<$ dari 0,05, yang berarti data tidak berdistribusi normal. Selanjutnya peneliti dapat menggunakan uji Mann Whitney U untuk melakukan uji pengaruh dikarenakan data tidak berdistribusi normal.

Tabel 7

Efektifitas posisi sim dan upright terhadap lama kala I fase aktif

Posisi \ Lama Kala I	≤ 6 jam	≥ 6 jam	p
Sim	20	0	0,000
Upright	20	0	0,000

Uji Mann Whitney U

Berdasarkan uji Mann Whitney U $p:0,000 < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa posisi sim dan upright efektif terhadap lama kala I fase aktif pada primigravida di RSI Sultan Hadlirin Jepara.

PEMBAHASAN

Secara teori, posisi ibu selama persalinan berperan penting dalam mempengaruhi kemajuan persalinan, terutama pada kala I fase aktif. Posisi SIM memberikan efek relaksasi, meningkatkan kenyamanan ibu, serta membantu mengurangi tekanan langsung pada pembuluh darah besar sehingga sirkulasi uteroplasenta tetap optimal. Kondisi ini mendukung suplai oksigen yang adekuat ke uterus dan janin, sehingga kontraksi uterus dapat berlangsung lebih efektif dan terkoordinasi. Sementara itu, posisi upright (berdiri, duduk, atau setengah duduk) memanfaatkan gaya gravitasi untuk membantu penurunan kepala janin ke jalan lahir dan meningkatkan tekanan kepala janin terhadap serviks. Tekanan ini merangsang refleks Ferguson yang meningkatkan pelepasan hormon oksitosin, sehingga

kontraksi uterus menjadi lebih kuat dan teratur. Kedua posisi ini memiliki mekanisme fisiologis yang berbeda namun sama-sama mendukung kemajuan persalinan, sehingga secara teoritis dapat menghasilkan durasi kala I fase aktif yang relatif sebanding (Simbolon, Pangaribuan and Sinaga, 2020).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nor Asiyah, dkk. (2022) dengan judul “Pengaruh Pelvic Rocking terhadap Penurunan Kepala pada Persalinan Kala I Fase Aktif di BPM Isni Handayani Utami”, hasil uji statistik menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang bermakna antara pelaksanaan pelvic rocking exercise dengan penurunan kepala janin pada persalinan kala I fase aktif. Hal ini dibuktikan dengan nilai p value sebesar 0,004, yang lebih kecil dari nilai signifikansi 0,05, sehingga secara statistik intervensi pelvic rocking dinyatakan efektif dalam membantu kemajuan persalinan. Pelvic rocking exercise merupakan salah satu bentuk latihan fisik sederhana yang aman dan efektif dilakukan oleh ibu bersalin, terutama pada kala I fase aktif. Latihan ini melibatkan gerakan mengayun dan memutar panggul secara teratur, yang bertujuan untuk meningkatkan fleksibilitas panggul serta mengoptimalkan posisi janin di dalam uterus. Gerakan tersebut membantu memperkuat otot-otot perut, punggung bawah, dan pinggang, sehingga dapat menunjang kekuatan ibu selama proses persalinan berlangsung. Selain itu, pelvic rocking exercise juga berperan dalam mengurangi tekanan berlebih pada daerah pinggang ibu dengan cara menggeser posisi janin ke arah depan secara sementara. Kondisi ini dapat meningkatkan kenyamanan ibu, mengurangi rasa nyeri pada punggung bawah, serta membantu memperbaiki keselarasan antara kepala janin dan jalan lahir. Dengan posisi janin yang lebih optimal, proses penurunan kepala dapat berlangsung lebih efektif dan progres persalinan menjadi lebih baik. Manfaat lain dari pelvic rocking exercise adalah kemampuannya dalam mengurangi tekanan pada pembuluh darah di area uterus, sehingga sirkulasi darah ke rahim dan plasenta menjadi lebih lancar. Selain itu, latihan ini juga dapat menurunkan tekanan pada kandung kemih (vesika urinaria), yang sering menjadi salah satu sumber ketidaknyamanan pada ibu bersalin. Dari sisi psikologis, pelvic rocking exercise membantu ibu merasa lebih rileks, mengurangi ketegangan, serta meningkatkan rasa percaya diri dalam menghadapi proses persalinan. Relaksasi yang baik ini juga berkontribusi pada peningkatan fungsi pencernaan dan keseimbangan fisiologis tubuh ibu selama persalinan (Asiyah, Indrianingrum and Andriani, 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Heni Sumastri (2023) dengan judul “Pengaruh Upright Position terhadap Lama Persalinan Kala I Fase Aktif” menunjukkan bahwa upright position memberikan pengaruh yang signifikan terhadap lama persalinan kala I fase aktif. Hasil analisis statistik memperoleh nilai p value sebesar 0,009, yang lebih kecil dari nilai signifikansi 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa penggunaan posisi tegak selama persalinan berkontribusi secara nyata dalam memperpendek lama kala I fase aktif.

Upright position merupakan posisi persalinan di mana ibu berada dalam posisi tegak, seperti berdiri, duduk, berjalan, atau berlutut. Pada saat ibu bersalin menerapkan upright position, efek gravitasi bekerja secara optimal terhadap tubuh ibu dan janin. Gaya gravitasi ini membantu mendorong bagian terendah janin, khususnya kepala, untuk turun ke arah jalan lahir, sehingga proses penurunan janin dapat berlangsung lebih efektif. Kondisi ini berperan penting dalam merangsang pembukaan serviks secara lebih cepat dan fisiologis. Selain memanfaatkan efek gravitasi, upright position juga membantu meningkatkan kesesuaian posisi janin dengan bentuk panggul ibu. Dengan posisi tubuh yang tegak, diameter panggul dapat menjadi lebih optimal, sehingga memudahkan janin untuk beradaptasi dan menemukan posisi terbaik saat melewati jalan lahir. Hal ini dapat mengurangi hambatan mekanis selama persalinan dan mendukung kemajuan persalinan yang lebih lancar. Dari sisi fisiologis, upright position juga diketahui dapat meningkatkan kontraksi uterus menjadi lebih efektif dan terkoordinasi. Kontraksi yang adekuat akan mempercepat dilatasi serviks dan mendorong kemajuan persalinan. Selain itu, posisi ini dapat meningkatkan kenyamanan ibu, mengurangi tekanan pada punggung, serta memperbaiki aliran darah uteroplasenta, sehingga kebutuhan oksigen janin tetap terjaga dengan baik selama proses persalinan berlangsung (Heni Sumastri, 2023).

Penelitian lain yang dilakukan oleh Herviza Wulandary (2024) dengan judul “Effectiveness of Upright Position and SIM Position on Acceleration of Active Phase of First Stage Labor” menunjukkan bahwa penerapan upright position dan SIM position memiliki pengaruh yang signifikan terhadap percepatan persalinan kala I fase aktif. Hasil penelitian ini menegaskan bahwa perubahan posisi ibu selama persalinan merupakan salah satu faktor penting yang dapat memengaruhi kemajuan persalinan

secara fisiologis dan efektif. Berdasarkan hasil analisis sebelum dan sesudah intervensi perubahan posisi, terdapat peningkatan yang sangat signifikan pada proporsi ibu bersalin yang mengalami percepatan persalinan, yaitu dari 30% sebelum intervensi menjadi 93,3% setelah intervensi. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu bersalin mengalami kemajuan persalinan yang lebih cepat setelah diberikan intervensi berupa penerapan upright position dan SIM position secara bergantian. Uji statistik Wilcoxon yang dilakukan dalam penelitian ini menunjukkan nilai p value sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang mengindikasikan adanya perbedaan yang bermakna antara kondisi sebelum dan sesudah penerapan kedua posisi tersebut. Secara fisiologis, upright position berperan dalam memanfaatkan gaya gravitasi untuk membantu penurunan kepala janin ke arah jalan lahir. Posisi ini meningkatkan tekanan kepala janin pada serviks, sehingga merangsang pembukaan serviks secara lebih cepat dan efektif. Selain itu, posisi tegak juga dapat meningkatkan kekuatan dan efektivitas kontraksi uterus, memperbaiki kesejajaran antara sumbu janin dan panggul ibu, serta mengurangi hambatan mekanis selama proses persalinan kala I fase aktif. Sementara itu, SIM position memberikan manfaat yang tidak kalah penting dalam mendukung kemajuan persalinan. Posisi ini membantu menciptakan relaksasi pada otot-otot panggul dan punggung bawah, sehingga mengurangi ketegangan fisik yang dialami ibu selama persalinan. SIM position juga diketahui dapat mengurangi tekanan pada pembuluh darah besar, seperti vena cava inferior, sehingga aliran darah balik ke jantung menjadi lebih lancar. Kondisi ini berkontribusi pada peningkatan perfusi uteroplasenta, yang berdampak positif terhadap suplai oksigen dan nutrisi bagi janin serta efektivitas kontraksi uterus. Kombinasi penerapan upright position dan SIM position memberikan kesempatan bagi ibu bersalin untuk bergerak lebih bebas dan memilih posisi yang paling nyaman sesuai dengan kondisi dan kebutuhan tubuhnya. Fleksibilitas posisi ini dapat mengurangi kelelahan, meningkatkan rasa nyaman dan relaksasi, serta membantu ibu mempertahankan energi selama proses persalinan berlangsung. Dengan kondisi fisik dan psikologis ibu yang lebih baik, kemajuan persalinan kala I fase aktif dapat terjadi secara lebih optimal (Herviza Wulandary, 2024).

Menurut peneliti, tidak ditemukannya perbedaan yang bermakna antara posisi SIM dan posisi upright dalam penelitian ini menunjukkan bahwa efektivitas posisi persalinan tidak semata-mata ditentukan oleh jenis posisi yang digunakan, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor pendukung lain yang saling berinteraksi selama proses persalinan. Hasil ini mengindikasikan bahwa kedua posisi tersebut sama-sama mampu mendukung kemajuan persalinan kala I fase aktif apabila diterapkan dalam kondisi yang optimal dan disertai dengan dukungan yang memadai. Karakteristik responden dalam penelitian ini relatif homogen, di mana sebagian besar ibu berada pada usia reproduksi sehat, memiliki tingkat pendidikan menengah, serta memperoleh pendampingan tenaga kesehatan yang adekuat selama proses persalinan. Kondisi tersebut diduga berkontribusi besar terhadap tercapainya lama kala I fase aktif yang berada dalam batas normal pada seluruh responden, sehingga perbedaan efektivitas antara posisi SIM dan posisi upright menjadi tidak tampak secara signifikan. Usia reproduksi sehat dan tingkat pendidikan yang cukup memungkinkan ibu memiliki kesiapan fisik dan pemahaman yang lebih baik terhadap proses persalinan, termasuk dalam mengikuti arahan tenaga kesehatan terkait perubahan posisi.

Peneliti berasumsi bahwa peran bidan dan dukungan keluarga merupakan faktor kunci yang memengaruhi keberhasilan penerapan posisi persalinan dalam penelitian ini. Bidan memiliki peran strategis dalam memberikan edukasi kepada ibu mengenai manfaat berbagai posisi persalinan, memandu ibu dalam memilih dan mempertahankan posisi yang sesuai dengan kondisi klinisnya, serta melakukan pendampingan aktif selama persalinan berlangsung. Pendampingan ini tidak hanya bersifat teknis, tetapi juga mencakup dukungan emosional yang berkesinambungan. Dukungan verbal berupa pemberian motivasi, arahan yang menenangkan, serta komunikasi yang empatik dari bidan dan keluarga dapat meningkatkan rasa aman dan percaya diri ibu selama persalinan. Selain itu, sentuhan terapeutik dan kehadiran pendamping persalinan yang suportif terbukti mampu menurunkan tingkat kecemasan dan stres ibu, yang secara fisiologis dapat memengaruhi pelepasan hormon oksitosin. Peningkatan oksitosin berperan penting dalam memperkuat kontraksi uterus yang efektif, sehingga kemajuan persalinan kala I fase aktif dapat berlangsung dengan baik, terlepas dari jenis posisi persalinan yang digunakan.

Dengan adanya dukungan yang optimal dari tenaga kesehatan dan keluarga, baik posisi SIM maupun posisi upright mampu memberikan hasil yang sama-sama efektif dalam memperlancar persalinan kala I fase aktif. Kedua posisi tersebut memungkinkan ibu berada dalam kondisi yang lebih

nyaman, rileks, serta mampu beradaptasi dengan proses persalinan yang sedang berlangsung. Oleh karena itu, peneliti menyimpulkan bahwa posisi SIM dan posisi upright dapat direkomendasikan sebagai pilihan posisi persalinan yang aman dan efektif bagi ibu primigravida, dengan tetap mempertimbangkan kenyamanan ibu, kondisi klinis, serta ketersediaan pendampingan dari tenaga kesehatan dan keluarga.

Selain faktor individu dan dukungan sosial, penerapan Standar Operasional Prosedur (SOP) rumah sakit yang konsisten dan berbasis pada asuhan persalinan fisiologis juga merupakan faktor penting yang mendukung keberhasilan proses persalinan dalam penelitian ini. SOP yang diterapkan secara optimal, seperti identifikasi dini faktor risiko, pemantauan kemajuan persalinan secara berkala, serta pemberian kesempatan bagi ibu tanpa komplikasi untuk menjalani persalinan normal, memungkinkan proses persalinan berlangsung secara aman dan terkendali.

Pendekatan berbasis asuhan persalinan fisiologis memberikan ruang bagi tubuh ibu untuk menjalani proses persalinan secara alami, termasuk kebebasan dalam memilih dan mengganti posisi persalinan yang dirasa paling nyaman dan mendukung kemajuan persalinan. Hal ini sejalan dengan prinsip woman-centered care yang menempatkan ibu sebagai subjek utama dalam proses persalinan. Selain itu, ruang bersalin yang nyaman, aman, dan mendukung mobilisasi ibu juga menjadi faktor pendukung penting, karena memungkinkan ibu untuk bergerak bebas dan menerapkan berbagai posisi persalinan tanpa hambatan.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Hasil penelitian berdasarkan uji Mann–Whitney U menunjukkan bahwa $p:0,000 < 0,05$. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa posisi SIM maupun posisi upright sama-sama efektif dalam membantu mengurangi lama persalinan kala I fase aktif pada ibu primigravida.

Saran

Bidan diharapkan dapat lebih aktif dan proaktif dalam memberikan edukasi, informasi, serta pendampingan yang komprehensif kepada ibu bersalin dan keluarganya mengenai berbagai pilihan posisi persalinan yang aman, efektif, dan berbasis bukti ilmiah, terutama posisi SIM (lateral) dan upright position.

DAFTAR PUSTAKA

- Armayanti, L.Y. *et al.* (2023) 'Effect of Acupressure Therapy to Reduce The Intensity of Low Back Pain on The Third Semester Pregnant Women', *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 7(2), pp. 115–122. Available at: <https://doi.org/10.37294/jrkn.v7i2.505>.
- Asiyah, N. (2015) 'Hubungan Posisi Mengejan Telentang Dan Kombinasi Dengan Lama Kala II', *University Research Coloqium*, 2407–9189, pp. 88–95.
- Asiyah, N., Indrianingrum, I. and Andriani, L. (2022) 'The Effect of Pelvic Rooking on Head Decrease in Active Phase 1 Labor at BPM Isni Handayani Utami Pengaruh Pelvic Rooking terhadap Penurunan Kepala pada Persalinan Kala 1 Fase Aktif di BPM Isni Handayani Utami', 5, pp. 392–400.
- Garbelli, L. and Lira, V. (2021) 'Maternal positions during labor: Midwives' knowledge and educational needs in northern Italy', pp. 1–9.
- Heni Sumastri (2023) 'PENGARUH UPRIGHT POSITION TERHADAP LAMA PERSALINAN KALA 1 FASE AKTIF THE EFFECT OF UPRIGHT POSITION ON THE LENGTH OF LABOR DURING Poltekkes Kemenkes Palembang, Sumatera Selatan, Indonesia (E-mail penulis korespondensi: dwianaakbari@gmail.com)', 18(2), pp. 119–124.
- Herviza Wulandary (2024) 'Journal of Language and Health EFFECTIVENESS OF UPRIGHT POSITION AND SIM POSITION ON ACCELERATION OF', 5(3), pp. 1623–1628.
- Rinda Lamdayani, Anggeriani, R. and Tasya, M. (2021) 'Efektifitas Upright Position dan Sim Position Terhadap Lamanya Persalinan Kala I Fase Aktif pada Primigravida', *Cendekia Medika*, 6(1), pp. 1–10. Available at: <https://doi.org/10.52235/cendekiamedika.v6i1.78>.
- Salsabila, F.S., Handaria, D. and Anggraheny, H.D. (2024) 'Analisis faktor ibu dan bayi yang mempengaruhi tindakan seksio sesarea pada primigravida di rsjd dr amino gondohutomo provinsi

- jawa tengah', 07(1), pp. 1–8.
- Simbolon, M.L., Pangaribuan, I.K. and Sinaga, K. (2020) 'Efektifitas Posisi Miring Dan Posisi Setengah Duduk Pada Persalinan Kala Ii Untuk Mengurangi Trauma Dalam Persalinan Normal Di RSUD. Rhidos', *Dinamika Kesehatan Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 11(2), pp. 544–550. Available at: <https://doi.org/10.33859/dksm.v11i2.639>.
- Wahyuni, S. and Syamsudi, N.A. (2025) 'Pengaruh Posisi Persalinan Terhadap Lamanya Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Primigravid', *Judika (Jurnal Nusantara Medika)*, 9(1), pp. 1–10. Available at: <https://doi.org/10.29407/judika.v9i1.25190>.