

Hubungan Penerapan Peanut Ball dengan Lama Kala I Persalinan

Suwarnisih¹, Reni Puspita Sari^{2*}, N Kadek SEP³, Kurnia Agustin⁴

^{1,2,3,4}Prodi D3 Kebidanan, STIKes Mitra Husada Karanganyar

Email: suwarnisih@gmail.com¹, renni.puspita@gmail.com^{2*}, kadekputri064@gmail.com³, agustin2208@gmail.com⁴

Abstract

First Stage of Labor is the phase in which the descent of the fetus's presenting part occurs, accompanied by increased uterine contractions. During this stage, the mother experiences contractions that cause prolonged pain. A peanut ball is a type of ball used in physical therapy or simple exercises, shaped like a peanut and placed between the woman's legs so that both legs can open the pelvic muscles to enhance labor progression and facilitate the descent of the fetal head. The purpose of this study is to determine the relationship between the use of the peanut ball and the duration of the first stage of labor. This research is a quantitative correlational study with a cross-sectional design, involving laboring mothers at PMB Permata Hati Matesih from July to December 2024, with a total of 30 participants. Based on the results, among the 30 laboring mothers, 3 did not use the peanut ball — 2 of them experienced a first stage of labor lasting more than 6 hours, while 1 experienced a first stage of labor of 6 hours or less. Of the 27 mothers who used the peanut ball, all had a first stage of labor lasting 6 hours or less. The Asymp. Sig. (2-sided) value was found to be 0.002 (< 0.05), indicating that there is a significant relationship between the use of the peanut ball and the duration of the first stage of labor.

Keyword: First Stage of Labor, peanut ball, duration

Abstrak

Kala 1 Persalinan inilah fase dimana terjadi penurunan bagian terbawah janin yang diikuti dengan bertambahnya kontraksi uterus. Pada kala I persalinan ibu mengalami kontraksi yang menyebabkan rasa nyeri dengan waktu yang lama. Peanut ball adalah bola yang digunakan dalam terapi fisik atau latihan sedernaha yang berbentuk seperti kacang dan tepat di antara kaki wanita sehingga kedua kaki dapat membuka otot panggul untuk meningkatkan kemajuan persalinan dan memfasilitasi penurunan kepala janin. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui hubungan antara penerapan peanut ball dengan lama kala I persalinan. Penelitian ini adalah studi kuantitatif korelasional dengan desain cros-sectional, yang meneliti ibu bersalin di PMB Permata Hati Matesih pada bulan Juli - Desember 2024 pada 30 ibu bersalin. Berdasarkan hasil penelitian antara penerapan peanut ball dengan lama persalinan kala I pada 30 ibu bersalin diketahui bahwa dari 3 ibu bersalin yang tidak menggunakan peanut ball, 2 responden memiliki kala I > 6 jam sementara 1 responden mengalami kala I > 6 jam. Sebanyak 27 responden yang menggunakan peanut ball, semuanya mempunyai lama persalinan kala I ≤ 6 jam. Diketahui nilai Asymp. Sig. (2-sided) adalah sebesar 0.002 < 0.05 maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara penerapan peanut ball dengan lama persalinan kala I.

Kata Kunci: Kala 1 Persalinan, Peanut Ball, durasi

1. Pendahuluan

Masalah kesehatan ibu dan anak sampai saat ini masih merupakan masalah krusial di Indonesia karena masalah tersebut merupakan salah satu indikator kesejahteraan suatu bangsa (1). Angka Kematian Ibu pada tahun 2023 di Indonesia mencapai 205/100.000 kelahiran hidup (KH), angka tersebut masih jauh dari target yang ditentukan yaitu 183/100.00 KH di tahun 2024, sementara AKB di tahun 2023 tercatat sekitar 16 per 1.000 kelahiran hidup. (Kemenkes, 2023)

Angka Kematian Ibu tahun 2023 di Jawa Tengah sebesar 76,15 per 100.000 kelahiran hidup dengan penyebab kematian terbanyak karena Gangguan Hipertensi, perdarahan, infeksi, dan penyebab lainnya, sementara Angka Kematian Bayi di Jawa Tengah tercatat sebanyak 8 per 1.000 kelahiran hidup. (2)

Angka Kematian Ibu di Kabupaten Karanganyar pada Tahun 2023 sebesar 35,99/100.00 kelahiran hidup dengan jumlah kematian sebanyak 4 menurun dibandingkan Tahun 2022

sebesar 52,06/100.000 kelahiran hidup, sementara Angka Kematian Bayi di Kabupaten Karanganyar tahun 2023 tercatat sebanyak 6,9 per 1.000 kelahiran hidup. (3)

Persalinan Menurut WHO (*World Health Organization*) Persalinan normal yakni persalinan yang dimulai secara spontan, dengan resiko rendah pada awal persalinan dan keadaan ini tetap dalam resiko rendah selama proses persalinan, bayi lahir secara spontan dalam presentasi belakang kepala pada usia kehamilan rentang usia 37-42 minggu.(3)

Fase dalam persalinan dibagi menjadi 4 kala. Kala 1 Persalinan inilah fase dimana terjadi penurunan bagian terbawah janin yang diikuti dengan bertambahnya kontraksi uterus. Pada kala I persalinan ibu mengalami kontraksi yang menyebabkan rasa nyeri dengan waktu yang lama. Kala II yaitu kalapengeluaran bayi, Kala III yaitu kala uri dimana pengeluaran ari - ari, kala IV yaitu kala pengawasan. Setiap proses persalinan mengalami nyeri, ibu yang sedang bersalin berharap bahwa persalinannya normal, ibu dan bayi selamat.

Peanut ball adalah bola yang digunakan dalam terapi fisik atau latihan sedernaha yang berbentuk seperti kacang dan tepat di antara kaki wanita sehingga kedua kaki dapat membuka otot panggul untuk meningkatkan kemajuan persalinan dan memfasilitasi penurunan kepala janin (4). Berdasarkan suatu penelitian yang dilakukan oleh mereka menemukan bahwa ada tiga manfaat utama yang ditemukan pada para ibu yang menggunakan peanut ball saat proses persalinan (5). Manfaat tersebut yaitu : Memperpendek proses persalinan : para ibu yang menggunakan peanut ball saat proses persalinan rata rata mengalami fase pertama persalinan selama 90 menit. Mereka menemukan bahwa "*peanut ball* dalam proses persalinan untuk pasien dengan epidural, dibandingkan dengan intervensi standar yang seringkali dilakukan, terbukti dapat mengurangi lama proses persalinan tanpa adanya efek yang merugikan baik bagi bayi maupun sang ibu (5). Memperpendek fase mengejan: para ibu yang menggunakan peanut ball tersebut terbukti mengalami fase mengejan selama 23 menit lebih pendek dibandingkan para ibu yang tidak menggunakan peanut ball. Mengurangi tingkat persalinan SC : tingkat operasi caesar didalam kelompok yang menggunakan *peanut ball* 13 % lebih kecil dibandingkan dengan kelompok yang tidak menggunakan peanut ball. Hal ini sangatlah menguntungkan, mengingat bahwa operasi sesar membutuhkan waktu yang lebih lama untuk pemulihan dan lebih berpotensi untuk terjadinya komplikasi. Penelitian ini dilakukan kepada para ibu yang mendapatkan epidural. Namun, bagaimanapun juga, menggunakan peanut ball akan menjadi sangat berguna untuk ibu manapun yang diharuskan atau ingin berbaring saat proses persalinan. lebih cepat. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui hubungan antara penerapan peanut ball dengan lama kala I persalinan.

2. Metode

Penelitian ini adalah studi kuantitatif korelasional dengan desain *cross-sectional*, yang meneliti ibu bersalin di PMB Permata Hati Matesih pada bulan Juli - Desember 2024. Melalui metode total sampling, diambil sampel 30 responden. Penelitian ini dilaksanakan pada Juli - Desember 2024, dengan partisipasi penuh dari semua responden. Setelah mendapatkan izin penelitian, peneliti kemudian memulai untuk mencari data tentang Karakteristik, penggunaan peanut ball dan lama persalinan kala I. Cara pengumpulan data secara langsung untuk pengumpulan data kuantitatif dengan menggunakan angket dan data sekunder dari PMB Permata Hati Matesih. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk mengetahui gambaran hasil penelitian dengan menggunakan analisis distribusi frekuensi pada masing-masing variable penelitian. Analisis Bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan penerapan peanut ball dan lama kala I.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Hasil

Distribusi Frekuensi Variabel Penelitian

Tabel 3.1 Distribusi Frekuensi Variabel Penelitian

Variabel	f	%
Pendidikan		
Menengah	19	63.3
Tinggi	11	36.7
Umur		
< 20 tahun	0	0
20 – 35 tahun	23	76.7
> 35 tahun	7	23.3
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	16	53.3
Bekerja	14	46.7
Paritas		
Primigravida	3	10
Multigravida	15	50
Grandemultigravida	12	40
Umur Kehamilan		
< 37 minggu	1	3.3
37 – 41 minggu	28	93.4
> 41 minggu	1	3.3
Total	30	100

Berdasarkan tabel 3.1 diatas, dapat diketahui bahwa lebih dari setengahnya ibu mempunyai pendidikan menengah yaitu sejumlah 63.3%. Umur ibu mayoritas antara 20 – 35 tahun sebanyak 76.7%. Sebagian besar ibu tidak bekerja sebanyak 53%. Paritas pada ibu sebagian besar adalah multigravida sebanyak 50% dan dengan umur kehamilan antara 37-41 minggu sebesar 93.4%.

Analisis Bivariat Variabel penerapan Peanut Ball dengan lama persalinan Kala I

Tabel 3.2 Analisis Bivariat Hubungan penerapan Peanut Ball dengan lama persalinan Kala I

Variabel	Lama Kala I		Asymp. Sig. (2-sided)		
	≤ 6 jam	> 6 jam			
	f	%	f	%	
Penerapan Peanut Ball					0.002
Tidak Menggunakan	2	6.7	1	3.3	
Menggunakan	27	90	0	0	
Total	29	96.7	1	3.3	

Dalam Tabel 3,2 disajikan hasil analisis antara penerapan peanut ball dengan lama persalinan kala I pada 30 ibu bersalin. Dari 3 ibu bersalin yang tidak menggunakan peanut ball, 2 responden memiliki kala I > 6 jam sementara 1 responden mengalami kala I > 6 jam. Sebanyak 27 responden yang menggunakan peanut ball, semuanya mempunyai lama persalinan kala I ≤ 6 jam. Diketahui nilai Asymp. Sig. (2-sided) adalah sebesar 0.002 < 0.05 maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara penerapan peanut ball dengan lama persalinan kala I

3.2. Pembahasan

Pada penelitian ini didapatkan pendidikan terbanyak yaitu tingkat menengah sebanyak 19 responden (63.6%) hal ini sejalan dengan penelitian Permatasari dan Setyaningsih (2021) tingkat pendidikan memiliki peranan penting dalam membentuk pengetahuan ibu terkait proses kehamilan dan persalinan(6) . Semakin tinggi pendidikan seorang ibu, semakin mudah baginya untuk memahami informasi kesehatan yang disampaikan oleh tenaga medis seperti bidan atau

petugas kesehatan lainnya. Hal ini memungkinkan ibu untuk lebih memahami kondisi tubuhnya dan mempersiapkan diri dengan baik menjelang persalinan. Kemampuan seseorang dalam menerima, mengolah, dan mengubah informasi menjadi pengetahuan sangat dipengaruhi oleh tingkat pendidikan yang dimilikinya. Oleh karena itu, pendidikan yang baik diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan mendorong penerapan perilaku hidup sehat, terutama dalam aspek kesehatan ibu.

Usia responden mayoritas berusia 20 – 35 tahun yaitu sebanyak 23 responden (76.7%) hal ini menunjukkan sebagian besar responden memiliki kedewasaan yang matang dan kondisi fisik yang fit, sehingga meminimalkan resiko terjadinya persalinan lama. Sejalan dengan penelitian Trihartiningsih dan Munanadia yang dilakukan tahun 2023 yang menyatakan kondisi psikologis, emosional, serta pengalaman baru yang belum pernah dialami sebelumnya dapat menyebabkan kontraksi uterus menjadi tidak aktif, yang pada akhirnya berdampak pada lamanya proses persalinan. Sementara itu, pada ibu berusia di atas 35 tahun, fungsi organ reproduksi cenderung mulai menurun dan energi fisik pun berkurang(7) . Hal ini menyulitkan ibu saat mengejan, dan jika tenaga terus terkuras karena mengejan yang berulang, risiko terjadinya persalinan lama (partus lama) pun meningkat .

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa mayoritas ibu tidak bekerja sebanyak 16 responden (53,3%). Pekerjaan ibu dapat memengaruhi durasi persalinan kala I, terutama saat diberikan intervensi berupa penggunaan peanut ball. Menurut Vaughan (dalam Ningsih et al., 2023), penelitian yang dilakukan terhadap ibu hamil yang menjalani gaya hidup pasif, seperti sering menonton dan kurang beraktivitas fisik, menunjukkan bahwa kelompok ini cenderung mengalami kesulitan saat melahirkan. Cara ibu menggunakan tubuhnya dalam aktivitas sehari-hari diyakini memiliki peran penting dalam proses persalinan, baik sebelum, selama, maupun setelah kelahiran.

Berdasarkan tabel diketahui bahwa responden yang melakukan peanut ball untuk lama persalinan kala I fase aktif kurang dari 6 jam ada 27 responden (96.7 %), yang tidak melakukan peanut ball ada 3 responden tetapi persalinan kala 1 fase aktif juga kurang dari 6 jam. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Sri Mulyaningsih dan Fifi Ishak (2021) dimana Penggunaan peanut ball selama persalinan berfungsi untuk memfasilitasi perjalanan yang aman untuk janin selama persalinan dan sampai pada lahirnya bayi (8). Perjalanan yang aman dapat ditingkatkan oleh peanut ball karena ibu dapat menggunakan peanut ball ini dalam posisi duduk atau posisi jongkok untuk memfasilitasi pembukaan diameter panggul ibu agar terjadi penurunan janin dengan cepat, dalam penelitiannya menjelaskan bahwa ada pengaruh penggunaan peanut ball tersebut untuk kemajuan persalinan pada wanita yang sudah dijadwalkan induksi persalinan. Penelitian ini menggunakan sampel sebanyak 200 orang yang dilakukan oleh beberapa peneliti dalam jangka waktu satu tahun dan telah ditemukan hasil yaitu analisis kekuatan apriori menentukan bahwa sampel disetiap kelompok studi akan mencapai kekuatan 80%. Penelitian ini menunjukkan bahwa peanut ball merupakan alat yang menjanjikan dalam mempercepat persalinan kala I untuk pasien primipara dan multipara yang mengalami induksi persalinan. Penelitian tersebut telah disetujui oleh Institutional Review Board rumah sakit di Amerika Serikat (8). Hasil ini juga sesuai dengan hasil penelitian Permatasari dan Setyaningsih (2021) dimana hasil analisis uji korelasi variabel PRE (*Pelvic Rocking Exercise*) dengan peanut ball terhadap lamanya kala 1 fase aktif persalinan dengan uji man whitney didapatkan ρ value atau nilai Asymp.sig (2- tailed) sebesar 0,043 ($\rho < 0,05$), yang dapat diartikan bahwa hipotesis diterima artinya ada perbedaan lama durasi kala I persalinan Antara kelompok yang diberi perlakuan dengan menggunakan tehnik PRE (*Pelvic Rocking Exercise*) dengan peanut ball lama persalinan kala 1 fase aktif dengan kelompok control yang tidak diberi perlakuan, sehingga dapat dikatakan metode PRE (*Pelvic Rocking Exercise*) dengan peanut ball sangat efektif bagi ibu bersalin multigravida untuk memperpendek lama kala I fase aktif persalinan(9)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu mengalami persalinan normal dengan durasi kurang dari 6 jam (53,3%), sedangkan sisanya mengalami persalinan lebih dari 6

jam (46,7%). Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tussey et al. (2015) serta Mayestika & Hasmira (2021), yang menunjukkan bahwa penggunaan peanut ball selama proses persalinan dapat mempercepat kala I hingga hampir 90 menit dan kala II sekitar 23 menit dibandingkan dengan kelompok yang tidak menggunakannya(5)(10).

Dalam studi lain oleh dijelaskan bahwa persalinan yang berlangsung terlalu lama dapat menimbulkan komplikasi pada ibu maupun bayi, dan berpotensi meningkatkan angka kematian keduanya. Partus lama didefinisikan sebagai proses persalinan yang melebihi 24 jam pada ibu primipara dan lebih dari 18 jam pada multipara, dengan rata-rata kala I berlangsung 6–8 jam pada primipara dan 6–7 jam pada multipara (10).

Penggunaan peanut ball selama persalinan berfungsi seperti halnya pemberian epidural untuk mengurangi rasa nyeri. Pada ibu yang mendapatkan epidural, metode alternatif seperti posisi jongkok tidak dapat dilakukan, sehingga peanut ball menjadi solusi yang efektif. Alat berbentuk seperti kacang ini diletakkan di antara kaki ibu, membantu membuka panggul dan mempermudah jalur lahir bagi bayi (5) (10)

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian antara penerapan peanut ball dengan lama persalinan kala I pada 30 ibu bersalin diketahui bahwa dari 3 ibu bersalin yang tidak menggunakan *peanut ball*, 2 responden memiliki kala I > 6 jam sementara 1 responden mengalami kala I > 6 jam. Sebanyak 27 responden yang menggunakan peanut ball, semuanya mempunyai lama persalinan kala I ≤ 6 jam. Diketahui nilai *Asymp. Sig. (2-sided)* adalah sebesar $0.002 < 0.05$ maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara penerapan peanut ball dengan lama persalinan kala I.

Daftar Pustaka

1. PP IBI. Buku Acuan Midwifery Update. Cetakan 1. Jakarta : Pengurus Pusat Ikatan Bidan Indonesia. 2016.
2. Dinas Kesehatan Jawa Tengah. Profil kesehatan Jawa Tengah 2023. 2023.
3. Dinas Kesehatan Kabupaten Karanganyar. Dinas Kesehatan Kabupaten Karanganyar 2023. 2024.
4. Zwelling E. Overcoming the challenges: Maternal movement and positioning to facilitate labor progress. *MCN Am J Matern Child Nurs.* 2010;
5. Tussey C, Botsios E. Reducing Length Of Labor and Cesarean Surgery Rate Using a Peanut Ball For Women Laboring With an Epidural. *Jurnal Internasional Vol 24 (1)*, 16-24.
6. Sari RD, Setyaningsih FY. “Efektifitas Pelvic Rocking Exercise Dengan Peanut Ball Terhadap Percepatan Kala I Fase Aktif Persalinan Ibu Multigravida. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan.* 2021;12(2):441.
7. Trihartiningsih E, Munanadia M. Peanut Ball Efektif Mengurangi Lama Persalinan Kala I. *Pengembangan Ilmu dan Praktik Kesehatan.* 2023;2(2):118–25.
8. Mulyaningsih S, Ishak F. Studi Literatur : Perbandingan Peanut Ball Dan Birthing ball Terhadap Kemajuan Persalinan kala I Fase Aktif Literature Study : A Comparison Study of Peanut Ball and Birthing ball to the Progress of Stage 1 Labor in the Active Phase of Maternity. *Jurnal Komunitas Kesehatan Masyarakat (JKKM).* 2021;3(2):1–8.
9. William S, Surabaya B. PENGGUNAAN PEANUT BALL UNTUK MENGURANGI NYERI PERSALINAN DAN MEMPERLANCAR PROSES PENURUNAN Use of Peanut Balls to Reduce Labor Pain And Prevent The Process of Fetal Head Reduction in 1 st Stage Labor at BPM of Surabaya Region Dianita Primihastuti *, Shint. 2021;12:1–11.
10. Mayestika Pebyola, Hasmira MH. Peran Orang Tua Dalam Mengawasi Penyalahgunaan Gadget oleh Anak di Masa Pandemi Covid-19 (Studi: Nagari Durian Gadang Kabupaten Limapuluh Kota). *Jurnal Perpektif: Jurnal Kajian Sosiologi dan Pendidikan [Internet].* 2021; Available from: <https://perspektif.ppj.unp.ac.id/index.php/perspektif/issue/view/13>