

**EVIDENCE BASED CASE REPORT (EBCR)  
PENGARUH PENGGUNAAN BIRTH BALL DALAM  
MENGURANGI NYERI PERSALINAN**

*Evidence Based Case Report (EBCR)  
The Effect Of Birth Ball In Reducing Labor Pain*

**Sarah Nur Azizah<sup>1\*</sup>, Sri Wisnu Wardhani<sup>2</sup>, Ferina<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup>Profesi Bidan Poltekkes Kemenkes Bandung, Email: [sarahnura305@gmail.com](mailto:sarahnura305@gmail.com)

**ABSTRACT**

**Background:** *In the labor process, the cervix opens and thins, and the head descends through the birth canal, uterine contractions occur with regular frequency and intensity that cause pain. Birth ball helps mothers in the first stage of labor, which aims to help the progress of labor that can be used in various positions, the use of birth ball in labor is useful in reducing pain and is a comfortable aid for laboring mothers..* **Objective:** *Implementing the use of a birth ball can reduce the pain felt by mothers in the first stage of labor.* **Method:** *The method of writing this EBCR is by searching for evidence through data based on Pubmed and Google Scholar with publication years 2016-2023,*

*3 articles were obtained to be reviewed critically.* **Results:** *After an evaluation was carried out before and after the intervention using a birth ball, the mother in labor was able to reduce labor pain in the first stage.* **Conclusion:** *The use of a birth ball as a non-pharmacological intervention can be an alternative to reduce pain in mothers in the first stage of labor.*

**Key words:** *birthball therapy, first stage, labor pain*

**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Pada proses persalinan membuka dan menipisnya serviks, serta terjadinya penurunan kepala untuk melewati jalan lahir akan terjadi kontraksi uterus memiliki frekuensi serta intensitas yang teratur yang menimbulkan rasa nyeri. *Birth ball* membantu ibu bersalin kala I yang bertujuan untuk membantu kemajuan persalinan yang dapat digunakan dalam berbagai posisi, penggunaan birth ball pada ibu bersalin bermanfaat dalam mengurangi nyeri dan merupakan alat yang nyaman bagi ibu bersalin. **Tujuan:** Menerapkan penggunaan *Birth ball* dapat mengurangi rasa nyeri yang dirasakan pada ibu bersalin kala I **Metode:** Cara penulisan EBCR ini adalah dengan mencari bukti melalui data berdasarkan Pubmed dan Google Scholar dengan tahun terbit 2016-2023, diperoleh 3 artikel untuk dikaji secara kritis. **Hasil :** Setelah dilakukan evaluasi sebelum dan sesudah pemberian intervensi menggunakan *birth ball* ibu bersalin dapat berpengaruh dalam mengurangi rasa nyeri persalinan pada Kala I. mengurangi rasa. **Kesimpulan:** Penggunaan Birth ball sebagai intervensi nonfarmakologis dapat menjadi alternatif untuk mengurangi nyeri pada ibu bersalin kala I.

**Kata kunci:** kala I, nyeri persalinan, terapi birth ball

## PENDAHULUAN

Persalinan adalah proses membuka dan menipisnya serviks dan janin turun ke dalam jalan lahir. Persalinan dan kelahiran normal adalah proses pengeluaran janin yang terjadi pada kehamilan cukup bulan, lahir spontan dengan presentasi belakang kepala tanpa komplikasi baik ibu maupun janin. Persalinan adalah proses pengeluaran janin yang terjadi pada kehamilan cukup bulan (37-42 minggu) lahir spontan dengan presentasi belakang kepala yang berlangsung dalam 18 jam tanpa komplikasi baik ibu maupun janin.

Persalinan merupakan proses aktif untuk melahirkan janin ditandai dengan adanya kontraksi uterus yang frekuensi, intensitas nya teratur yang menimbulkan rasa nyeri. Nyeri persalinan dalam penelitian menyebutkan pada persalinan kala I terdapat 60% primipara melukiskan nyeri akibat kontraksi uterus sangat hebat, 30% nyeri sedang. Pada multipara 45% nyeri hebat, 30% nyeri sedang, 25% nyeri ringan.<sup>2</sup> Penelitian Marpaung (2011) menunjukkan sebagian besar ibu primigravida mengalami nyeri berat, sebanyak 54% mengalami nyeri sedang, dan sebanyak 46% mengalami nyeri ringan. Menurut sebuah penelitian yang dilakukan oleh Bonica terhadap 2.700 parturien di 212 pusat obstetric dari 36 negara menemukan bahwa persalinan yang berlangsung tanpa nyeri 15%, persalinan dengan nyeri sedang 30%, persalinan di sertai dengan nyeri hebat 35%, dan persalinan dengan nyeri yang sangat hebat 20%<sup>3</sup>

Sebagian besar ibu bersalin dengan metode persalinan normal mengalami nyeri pada waktu menjelang persalinan khususnya pada kala I (kala pembukaan). Rasa senang menyambut kelahiran bayi dapat mendadak

berubah menjadi sesuatu yang menakutkan ketika sang ibu membayangkan betapa hebat rasa sakit ketika melahirkan. Nyeri persalinan merupakan rasa sakit yang ditimbulkan saat persalinan yang berlangsung dimulai dari kala I persalinan, rasa sakit terjadi karena adanya aktifitas besar didalam tubuh ibu guna mengeluarkan bayi, semua ini terasa menyakitkan bagi ibu.<sup>4</sup> Rasa sakit kontraksi dimulai seperti sedikit tertusuk, lalu mencapai puncak, kejadian itu terjadi ketika otot-otot rahim berkontraksi untuk mendorong bayi keluar dari dalam rahim ibu. Secara fisiologi nyeri persalinan timbul pada persalinan kala fase laten & fase aktif. Pada kala satu persalinan, nyeri timbul akibat pembukaan serviks dan kontraksi uterus.<sup>5</sup>

Penanganan nyeri dalam persalinan dapat dilakukan secara farmakologis menggunakan obat-obatan maupun non farmakologis berupa penggunaan birth ball, distraksi, terapi musik, mural, acupressure, aromaterapi, relaksasi, hypnobirthing dan lain sebagainya. Keuntungan penggunaan metode non farmakologis ini yaitu efektif, sederhana dan tanpa efek yang merugikan.<sup>6</sup>

Upaya untuk mengatasi nyeri persalinan dapat menggunakan metode non farmakologi dan farmakologis. Metode non farmakologi antara lain distraksi, teknik relaksasi, masase, dan kompres. Sedangkan metode farmakologis dengan penggunaan obat analgetik. Penggunaan metode nonfarmakologis lebih murah, simpel, efektif, dan tanpa efek merugikan. Metode ini juga dapat meningkatkan kepuasan selama persalinan karena ibu dapat mengontrol perasaan dan kekuatannya. Bersamaan dengan nyeri persalinan yang dirasakan ibu-ibu yang akan bersalin dilakukan berbagai cara

untuk menanggulangi nyeri pada persalinan yaitu salah satunya dengan menggunakan teknik Birth Ball.<sup>7</sup>

Birth ball adalah bola yang membantu ibu bersalin kala I yang bertujuan untuk membantu kemajuan persalinan yang dapat digunakan dalam berbagai posisi, penggunaan birth ball pada ibu bersalin bermanfaat dalam mengurangi nyeri dan merupakan alat yang nyaman bagi ibu bersalin, salah satu gerakannya yaitu dengan duduk di bola dan bergoyang-goyang yang membuat rasa nyaman serta membantu dalam kemajuan persalinan dengan menggunakan gravitasi, yang bertujuan meningkatkan pelepasan hormon endorfin yang disebabkan elastisitas dan lengkungan bola merangsang reseptor panggul yang bertanggung jawab untuk mensekresi endorfin.<sup>8</sup> Menurut penelitian, penggunaan birth ball terbukti memiliki pengalaman positif pada persalinan, diantaranya kala I menjadi lebih pendek, mengurangi kejadian sectio caesarea.<sup>5</sup>

## KASUS

Pada tanggal 13 Oktober 2023 pukul 11.05 WIB terdapat pasien bernama Ny. R usia 29 tahun sedang pada kala I persalinan. Pada hasil pengkajian didapatkan hasil bahwa Ny. R merasakan mulan-mulas yang semakin sering dan lama yang membuat kesakitan dengan keadaan baik dan hasil pemeriksaan abdomen dengan Tidak ada luka bekas jahitan operasi, terdapat striae dan hyperpigmentasi, TFU: 31cm, DJJ: 142x/menit, His: 3x10'40", Leopold I: Teraba bokong, Leopold II :Teraba punggung sebelah kanan,ekstremitas sebelah kanan, Leopold III :Teraba kepala, dan Leopold

IV: Divergent. Pada pemeriksaan Genitalia sudah terdapat pengeluaran lendir dan darah dari jalan lahir, v/v: tidak ada kelainan Portio: tipis lunak Ketuban: Utuh, Pembukaan: 4cm, Presentasi : kepala. Asuhan yang diberikan kepada ibu dengan penggunaan Birth ball selama 30 menit dengan diselingi waktu istirahat.

## RUMUSAN MASALAH

Rumusan pertanyaan klinis pada kasus ini adalah Apakah penggunaan birth ball dapat berpengaruh terhadap penurunan rasa nyeri ibu bersalin pada kala I fase aktif.

### PICO

P : Nyeri persalinan/ Labor pain

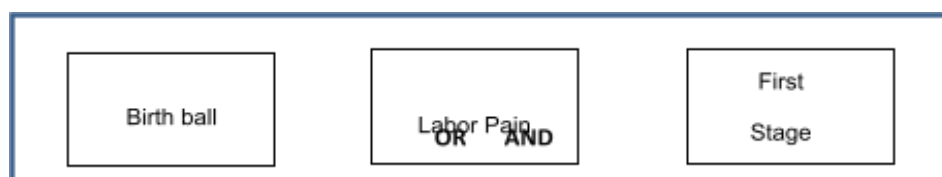
I : Birth Ball

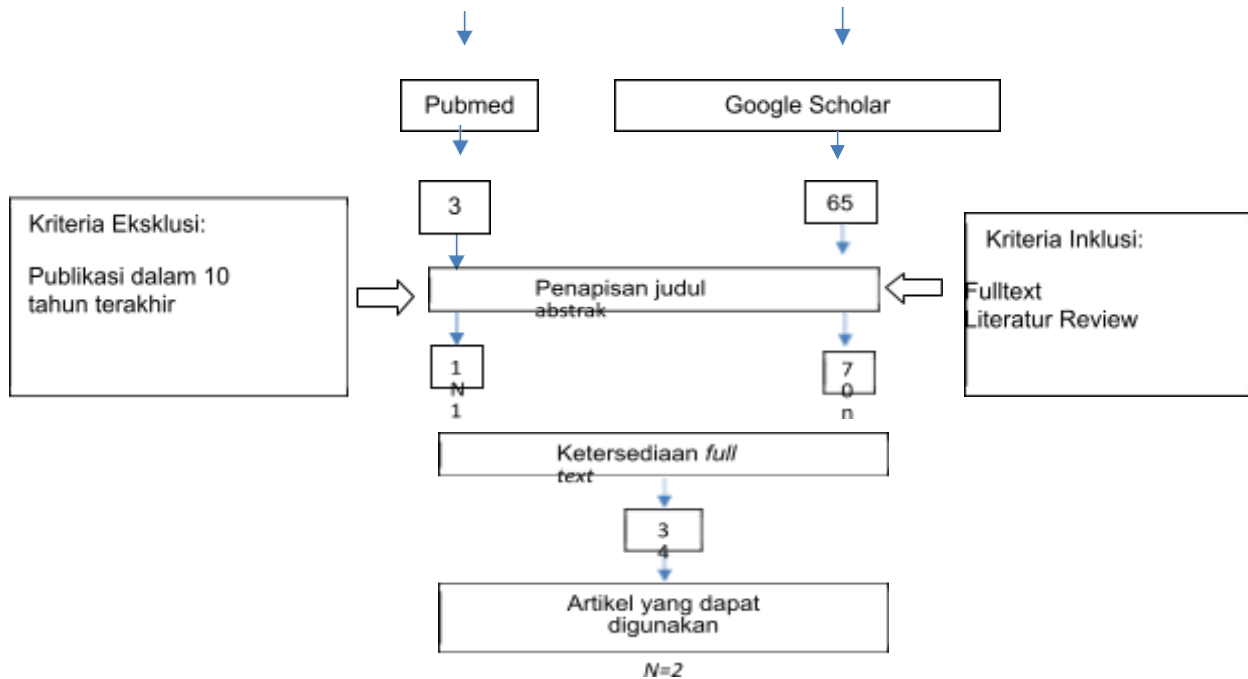
C : Tidak ada intervensi lainnya

O : Penurunan nyeri persalinan pada kala I fase aktif

## METODE

Penelusuran artikel dengan menggunakan e-data based Pubmed, dan Google Scholar. Kata kunci yang digunakan adalah kata mewakili populasi yakni First stage AND Labor Pain, Birthball Therapy. Artikel jurnal yang relevan kemudian diseleksi berdasarkan kriteria inklusi yang meliputi batasan pada publikasi 10 tahun terakhir , yaitu dalam rentang 2016 sampai dengan publikasi terbaru tahun 2023, tersedia full text, desain penelitian adalah experimental/RCT. Terdapat 3 artikel yang terpilih berdasarkan level of evidance atau derajat kekuatan bukti.





Gambar 1. Diagram alur pemilihan literatur

Berdasarkan hasil skrining diperoleh tiga artikel yang digunakan. Kemudian artikel tersebut diidentifikasi terkait rancangan penelitian, level of evidence, validity, importance, dan applicability seperti yang tertuang pada

Tabel 1. Telaah Kritis

| Artikel                                                                                                                                                                             | Desain Penelitian | Level Of Evidence | Validity                                                                                                                                                                                                                    | Impotance                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Applicability                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Judul: <i>Birth ball or heat therapy, A randomized controlled trial to compare the effectiveness of birth ball usage with sacrum perineal heat therapy in lanor pain management</i> | Quasi experiment  | IA                | Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain quasi experiment menggunakan Desain penelitian ini menggunakan RCT dengan responden sebanyak Sampel 90 wanita primipara yang sesuai dengan kriteria inklusi | Hasil nilai statistik deskriptif berupa rata-rata skor keparahan nyeri pada kelompok terapi panas kurang dari pada kelompok kontrol pada 60 dan 90 menit setelah intervensi (p<0,05). Selain itu, terdapat perbedaan yang signifikan antara skor nyeri pada kelompok bola bersalin setelah ketiga kali pemeriksaan dibandingkan dengan kelompok kontrol | Hasil penelitian didapatkan setelah (post) pemberian birth ball pengaruh yang signifikan Birth ball dapat digunakan sebagai terapi komplementer yang murah dan berisiko rendah untuk mengurangi nyeri selama persalinan |
| Penulis :<br>Taavoni, et al.                                                                                                                                                        |                   |                   |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                         |
| Tahun terbit :<br>2019                                                                                                                                                              |                   |                   |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                         |

|                                                                                                                                                                                                                                          |                         |           |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Judul :<br/>Non-pharmacologic al interventions during childbirth for pain relief, anxiety, and neuroendocrine stress parameters:<br/>A randomized controlled trial</p> <p>Penulis:<br/>Henrique, et</p> <p>Tahun terbit:<br/>2018</p> | <p>Quasi experiment</p> | <p>IA</p> | <p>Jenis study ini adalah analisis dengan menggunakan tinjauan literatur tentang perawatan komplementer dengan metode yang menggunakan intervensi GA = hidroterapi, GB = latihan menggunakan bola, GC = kombinasi antara hidroterapi dengan latihan menggunakan bola.</p> | <p>Pengukuran dilakukan dengan observasi nyeri persalinan tentang penurunan nyeri pada Kala I dengan menggunakan birth ball.<br/>Hasil uji statistik membuktikan ada pengaruh penggunaan birth ball dalam mengurangi rasa nyeri</p> | <p>Hasil dari pemberian intervensi terdapat perbedaan sebelum dan sesudah intervensi, ada perbedaan yang signifikan secara statistik antara kelompok untuk pelepasan hormon endorfin. Hal ini menunjukkan bahwa kelompok latihan perineum menggunakan birth ball (GB) memiliki efek yang lebih tinggi pada peningkatan pelepasan -endorfin selama persalinan (<math>.2537 \pm .08</math>) (<math>P = .007</math>). Ini menunjukkan bahwa kelompok latihan perineum menggunakan birth ball (GB) memiliki efek yang lebih tinggi pada pengurangan rasa sakit saat melahirkan (<math>.3588 \pm .34</math>). Untuk kecemasan, yang menurun pada semua kelompok studi di pasca-intervensi, sarana dan SD untuk intervensi gabungan (GC) menunjukkan bahwa intervensi ini memiliki efek yang lebih tinggi pada</p> |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                                                                                                                                                 |                       |     |                      |                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                 |                       |     |                      |                                                                                                                                                                                                                                                                              | pengurangan kecemasan saat melahirkan (0,020 ± 0,349)                                                                                                                                     |
| Judul:<br>Pengaruh Pemberian Metode Birth Ball Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif<br><br>Penulis :<br>Isye Fadmiyanor, Junaida Rahmi dan Mila Putri Ayu<br><br>Tahun : 2017 | Quasi Eksperiment al. | IIB | Quasi Eksperimental. | Berdasarkan dari 5 Artikel yang didapatkan bahwa Birth ball dilakukan ibu bersalin kala I fase aktif (pembukaan serviks 4-8 cm) selama 30 menit. Tindaknya duduk diatas bola, memeluk bola, dan posisi berlutut. ada pengaruh pemberian birth ball terhadap nyeri persalinan | Hasil menunjukkan Nilai rata-rata Nyeri sebelum intervensi 6,05 dan setelah intervensi 4,95. Hasil : p value = 0,000. Artinya ada pengaruh pemberian birth ball terhadap nyeri persalinan |

## HASIL

Berdasarkan hasil review jurnal didapatkan 3 jurnal. Merujuk pada jurnal tersebut didapatkan hasil bahwa penggunaan Birthball pada ibu bersalin Kala 1 fase aktif berpengaruh dalam

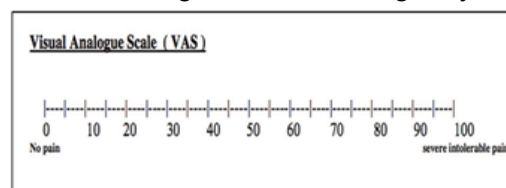
mengurangi nyeri persalinan. pemberian terapi Birthball Direkomendasikan melakukan selama 30 menit dengan diselangai istirahat.

## PEMBAHASAN

Nyeri pada saat persalinan disebabkan karena refleks fisik dan psikis ibu, ketegangan emosi akibat rasa cemas akan memperburuk respon nyeri yang dirasakan oleh ibu selama proses persalinan, nyeri yang timbul dalam proses persalinan ini memerlukan manajemen pengelolaan nyeri yang tepat. Salah satunya dengan melakukan intervensi birth ball, intervensi ini mudah dilakukan, efektif dan berisiko rendah.<sup>9</sup>

Pada saat pasien datang, dilakukan pengkajian data subjektif dan data objektif. Pengkajian data subjektif didapatkan dari hasil anamnesa kepada pasien dengan melakukan beberapa pengkajian seperti identitas,

keluhan, riwayat (kesehatan, kehamilan sekarang, kehamilan, persalinan dan nifas yang lalu, dan lain sebagainya. Pada hasil anamnesa didapatkan bahwa ibu mengeluh nyeri selama merasakan mulas, ibu tampak gelisah ketika merasakan mulas. Pengukuran skala nyeri dilakukan dengan metode visual analogue scale. Visual analogue scale merupakan skala unidimensional untuk pengukuran nyeri berupa garis horizontal maupun vertikal dengan 0 mm mengindikasikan tidak nyeri dan 100 mm mengindikasikan sangat nyeri.<sup>2</sup>



Berdasarkan hasil ketiga jurnal yang didapatkan membahas mengenai efektivitas gym ball dalam mengurangi nyeri persalinan kala I. Hasil penerapan gym ball yang dilakukan selama 30 menit pada ibu bersalin kala I terdapat pengurangan skala nyeri yang dirasakan oleh ibu bersalin, dengan skala nyeri sebelum dilakukan intervensi menggunakan Visual Analogue Scale di range 75 – 100 mm (80 mm) dan setelah dilakukan intervensi skala nyeri menurun yaitu di range 45 – 74 mm (60 mm).

Sesuai dengan penelitian sebelumnya, Penggunaan birth ball selama persalinan selama minimal 30 menit mampu secara efektif signifikan dalam mengurangi rasa nyeri pada kala I fase aktif persalinan tanpa mengakibatkan peningkatan persalinan dengan sectio caesarea. Pereda nyeri ini dapat dicapai dengan menggunakan birth ball selama kehamilan dan dalam persalinan atau dengan menggunakan birth ball dalam persalinan saja, dengan pengelolaan nyeri yang tepat dapat mengurangi nyeri yang ibu rasakan selama persalinan. Penggunaan birth ball ini dilakukan ibu bersalin dengan cara duduk serta bergoyang diatas bola, memeluk bola selama kontraksi memiliki manfaat membantu ibu dalam mengurangi rasa nyeri saat persalinan dengan posisi ibu nyaman mungkin.<sup>8</sup> Nyeri persalinan bukan merupakan sesuatu yang bersifat patologis tetapi merupakan kondisi fisiologis akibat kontraksi otot polos rahim proses pengeluaran janin. Pengurangan rasa nyeri memiliki manfaat untuk menciptakan pengalaman yang positif ibu selama proses persalinan. Teknik pengurangan nyeri nonfarmakologis memiliki efek terbaik untuk waktu yang singkat, murah, dan tanpa efek samping. Sehingga banyak terapi non farmakologi yang dipakai dan efektif dalam mengurangi nyeri pada persalinan, yang bersifat murah, mudah, efektif dan tanpa efek yang

merugikan. Salah satu metode nonfarmakologi yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri persalinan adalah terapi birth ball.<sup>9</sup>

Setelah dilakukan pengkajian skala nyeri, selanjutnya ibu bersalin dilakukan intervensi latihan birth ball selama 30 menit lalu, kemudian dilakukan pengukuran skala nyeri persalinan yang dirasakan oleh ibu setelah dilakukan intervensi. Intervensi birth ball ini dilakukan pada kala I fase aktif (pembukaan 4 – 8 cm). Hasil evaluasi dari intervensi yang telah dilakukan ibu merasa lebih nyaman, ibu merasa nyerinya teralihkan karena ibu melakukan gerakan – gerakan tersebut sehingga rasa nyeri ibu berkurang jika dibandingkan dengan tidak menggunakan birth ball, pengukuran skala nyeri sebelum dilakukan intervensi berada di range 75-100 mm (80 mm) setelah dilakukan

Dalam penggunaan birth ball terbukti memiliki pengalaman positif melahirkan, kala satu persalinan lebih pendek, penggunaan analgesik rendah dan kejadian seksio sesaria lebih rendah. Dalam hal ini, birth ball memposisikan tubuh ibu secara optimal dan memiliki efek mengurangi rasa sakit saat kontraksi rahim menimbulkan gerakan yang tidak biasa. Hal tersebut dikarenakan latihan birth ball dapat bekerja secara efektif dalam persalinan. Penggunaan birth ball pada ibu bersalin bermanfaat dalam pengurangan nyeri, birth ball merupakan alat yang nyaman bagi ibu bersalin yang membuat ibu bersalin mencapai posisi yang lebih nyaman untuk meningkatkan kemajuan persalinan dan menciptakan rasa nyaman selama proses persalinan, penggunaan birth ball dapat mengurangi rasa sakit kurang lebih 30 menit setelah menggunakan birth ball. Posisi active birth membuat lebih fleksibel dan tidak membatasi rongga panggul, yang efektif untuk mendorong proses pengeluaran janin, mengurangi nyeri persalinan. dan membuat ibu bersalin merasa lebih nyaman.<sup>11</sup>

### SIMPULAN

Asuhan kebidanan persalinan pada Kala I fase aktif persalinan dengan Penggunaan birth ball pada Ny. R terbukti efektif dalam mengurangi nyeri persalinan kala I fase aktif, birth ball membantu dalam memposisikan tubuh ibu secara optimal dan memiliki efek mengurangi rasa sakit saat rahim berkontraksi.

### UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih penulis berikan kepada pihak puskesmas yang sudah memfasilitasi ibu nifas dalam mendapatkan intervensi pijat woolwich untuk memperlancar produksi ASI.

### DAFTAR RUJUKAN

1. Zakiyah Z, Palifiana D, Ratnaningsih E. Buku Ajar FISILOGI KEHAMILAN, PERSALINAN, NIFAS DAN BAYI BARU LAHIR. 2020. 3–32 p.
2. Rawati, A., Susianti, S., & Haryono I. Mengurangi nyeri persalinan dengan teknik birthing ball. *J Bidan Cerdas.*, 2(1), 15–2.
3. Hasnah, H., Kb, M. A. R., & Muaningsih, M. (2018). Literatur Review: Tinjauan Tentang Efektifitas Terapi Non Farmakologi Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I. *Journal of Islamic Nursing*, 3(2), 45-57.
4. Mawaddah S, Iko J. The Rose Essential To Reduce Labor Pain In Active Phase Labor. *J Kebidanan.* 2020;10(2):80–4.
5. Kurniawan. (2017) “Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Primigravida Kala I Fase Aktif Persalinan,” *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes.*
6. Ulfa, R. M. (2021). Effect of the use of birth balls on the reduction of pain and duration of labor during the first stage of active and second stage of labor in primigravida maternity. *Science Midwifery*, 9(2), 418-430.
7. Sharifipour, P., Kheirkhah, M., Rajati, M., & Haghani, H. (2022). The effect of delivery ball and warm shower on the childbirth experience of nulliparous women: a randomized controlled clinical trial. *Trials*, 23(1), 1-8.
8. Vitani, R. A. I. (2019). Tinjauan Literatur: Alat Ukur Nyeri Untuk Pasien Dewasa Literature Review: Pain Assessment Tool To Adults.
9. Noviyanti, N., Nurdahlia, N., Munadya, F., & Gustiana, G. (2020). Kebidanan komplementer: Pengurangan nyeri persalinan dengan latihan birth ball. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 14(2), 226-231.
10. Purwati, A. 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>. 2020.
11. Dinengsih S. Pengaruh Kombinasi Pijat Woolwich dan Pijat Oksitoksin Terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum. *jqwh.* 2020;3(2):133-139. doi:10.30994/jqwh.v3i2.62
12. Utami, dkk (2022). Terapi Komplementer Pada Ibu Bersalin. Yogyakarta: Pustaka Egaliter 2022
13. Nurahmawati D. Analisis faktor breast care pada ibu post partum terhadap produksi ASI di Rumah Sakit Angkatan Darat Kota Kediri. *Jurnal Nusantara Medika.* 2021;5(1):61-70.
14. Widiawati, I., & Legiati, T. (2017). Mengenal Nyeri Persalinan Pada



- Primipara Dan Multipara. Jurnal Bimtas,  
2(1), 42–48.;7(3) :576-583.
15. Kurniawati, A., Dasuki, D., & Kartini,  
F. Efektivitas Latihan Birth Ball  
Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan

Kala I Fase Aktif pada Primigravida.  
Jurnal Ners Dan Kebidanan  
Indonesia,2020:  
5(1),1.[https://doi.org/10.21927/jnki.2017.5\(1\).1-10](https://doi.org/10.21927/jnki.2017.5(1).1-10)