

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Proses persalinan merujuk pada proses kelahiran bayi hasil konsepsi yang dapat bertahan hidup di luar rahim ibu dan melalui saluran vagina menuju dunia luar. Persalinan dapat dianggap normal atau spontan jika bayi lahir dalam posisi kepala menghadap belakang dan berlangsung tanpa bantuan alat atau pertolongan, serta tidak menimbulkan cedera pada ibu atau bayi. Biasanya, persalinan normal berlangsung kurang dari 24 jam (Amelia, 2019). Persalinan normal terjadi pada kehamilan penuh (37-42 minggu), di mana bayi lahir secara spontan dengan posisi kepala belakang, dan berlangsung selama 18 jam tanpa komplikasi pada ibu atau bayi (Yulizawati, 2019).

Faktor-faktor yang dapat menyebabkan ketidak lancarannya proses persalinan meliputi kondisi jalan lahir (*passage*), bayi (*passenger*), dan kekuatan kontraksi rahim ibu (*power*) (Puji, 2020). Proses persalinan juga terkait erat dengan pengalaman nyeri. Secara fisiologis, rasa nyeri muncul ketika otot-otot rahim melakukan kontraksi untuk merenggangkan serviks dan mendorong kepala bayi melalui panggul (Firdaus, 2019).

Rasa nyeri yang terjadi selama proses persalinan bersifat subjektif dan berkaitan dengan kontraksi rahim, pembukaan dan penipisan serviks, serta penurunan bayi dalam rahim selama proses persalinan. Reaksi fisiologis terhadap rangsangan nyeri melibatkan peningkatan parameter-parameter seperti

tekanan darah, denyut nadi, frekuensi pernapasan, produksi keringat, diameter pupil, dan ketegangan otot. Jika nyeri tidak dikelola dengan baik, dapat menyebabkan ketegangan, kecemasan, dan stres yang akhirnya memperlambat proses persalinan (Fitriana, 2018).

Nyeri persalinan disebabkan oleh kontraksi rahim, dilatasi serviks, peregangan vagina, dan dasar panggul untuk menampung bagian bayi yang keluar. Pada tahap persalinan kala II, nyeri somatik dirasakan oleh ibu saat bayi lahir, sedangkan pada persalinan kala III, nyeri lokal disertai dengan kram dan sensasi robekan karena distensi dan laserasi pada serviks, vagina, atau perineum (Rejeki, 2020). Nyeri persalinan juga dapat menyebabkan hiperventilasi, peningkatan kebutuhan oksigen, peningkatan tekanan darah, dan gangguan pada kontraksi rahim yang dapat mengakibatkan inersia uteri. Kegagalan mengatasi nyeri persalinan dapat menyebabkan persalinan yang berkepanjangan (Astuti, 2022).

Berbagai faktor baik eksternal maupun internal, mempengaruhi persepsi nyeri ibu saat persalinan, salah satu faktornya yaitu pengetahuan. Pengetahuan merupakan hasil dari penginderaan terhadap objek tertentu dan dapat memengaruhi sikap seseorang. Pemahaman individu terhadap suatu objek dipengaruhi oleh dua dimensi, yaitu dimensi positif dan dimensi negatif. Kedua dimensi ini memiliki peran dalam membentuk sikap individu terhadap objek tersebut. Jumlah dimensi yang dikenali oleh individu berkontribusi pada pembentukan sikap yang lebih positif terhadap objek tersebut. Pembekalan

pengetahuan selama kehamilan dapat membantu mengurangi nyeri dalam persalinan (Andayani, 2021).

Asuhan kebidanan modern cenderung mengurangi penggunaan obat-obatan dan memperkenalkan pendekatan non-farmakologis, seperti latihan dengan gymball. Latihan ini telah terbukti mengurangi nyeri persalinan, meningkatkan rotasi panggul, mobilitas panggul ibu hamil, serta mempercepat proses persalinan. Wanita melakukan latihan gymball dengan duduk tegak, yang pada akhirnya membantu relaksasi dan mengurangi nyeri persalinan (Sulistianingsih, 2022).

Pengenalan gymball sebaiknya dilakukan selama kehamilan agar ibu memiliki pemahaman dan kenyamanan dalam menggunakannya saat persalinan (Hernawati, 2021). Metode gymball melibatkan penggunaan bola untuk membantu pergerakan selama kehamilan, persalinan, dan setelah melahirkan. Gerakan yang dilakukan dengan bola ini dapat merangsang pelepasan hormon endorphen dan merelaksasi otot panggul, mengurangi rasa nyeri selama persalinan (Andayani, 2021).

Pengenalan penggunaan gymball selama persalinan mungkin merupakan pendekatan yang efektif. Namun, perlu diingat bahwa ibu yang sedang melahirkan umumnya berada dalam keadaan psikologis yang kurang optimal untuk menerima informasi baru melalui proses edukasi. Selain itu, ada kemungkinan bahwa ibu merasa takut untuk jatuh dari bola yang berbentuk bulat. Oleh karena itu, pengenalan penggunaan gymball sebaiknya dilakukan selama masa kehamilan. Hal ini memungkinkan ibu untuk lebih mudah

memahami konsepnya dan membiasakan diri dengan penggunaannya sehingga saat persalinan, ibu sudah terampil dalam menggunakannya (Sulistianingsih, 2022).

Metode gymball merupakan salah satu bentuk terapi fisik atau latihan sederhana yang memanfaatkan bola sebagai alat. Latihan ini dapat diterapkan pada ibu selama masa kehamilan, persalinan, dan pasca melahirkan. Penggunaan bola pada tahap inpartu kala 1 fase aktif memiliki peran penting dalam memfasilitasi proses persalinan dengan mempercepat penurunan kepala bayi atau posisi janin yang lebih rendah, serta mengurangi intensitas rasa nyeri yang dirasakan oleh ibu (Andarwulan, 2022).

Posisi-posisi yang diadopsi saat menggunakan bola melibatkan berbagai teknik. Salah satu tekniknya adalah dengan duduk di atas bola sambil digoyangkan, atau meletakkan bola sejajar dengan tubuh ibu dan kemudian memeluk serta menggoyangkannya, serta teknik lainnya. Secara fisiologis, gerakan-gerakan ini dapat merangsang pelepasan hormon endorfin karena elastisitas dan lengkungan bola memberikan rangsangan pada daerah panggul. Rangsangan ini mempengaruhi reseptor di daerah panggul yang bertanggung jawab dalam sekresi hormon endorfin, yang pada gilirannya merelaksasi otot selama proses persalinan (Andarwulan, 2022).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di PMB Muthiah Yuli Hartati S.Keb didapatkan jumlah ibu hamil trimester 3 tahun 2022 sebanyak 467 orang dan jumlah persalinan tahun 2022 sebanyak 271 orang. Sedangkan periode Januari-April 2023 didapatkan jumlah ibu hamil trimester 3 sebanyak 180 orang

dan jumlah persalinan sebanyak 79 orang. Berdasarkan hasil wawancara dengan 10 orang ibu hamil didapatkan 7 orang tidak memahami metode gymball dan 3 orang sudah memahami mengenai metode gymball yang ditunjukkan dengan menyebutkan pengertian metode gymball dan manfaatnya.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III Tentang Metode Gymball Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan di PMB Muthiah Yuli Hartati S.Keb”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu Bagaimanakah pengetahuan ibu hamil trimester III tentang metode gymball untuk mengurangi nyeri persalinan di PMB Muthiah Yuli Hartati S.Keb?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengetahuan ibu hamil trimester III tentang metode gymball untuk mengurangi nyeri persalinan di PMB Muthiah Yuli Hartati S.Keb.

2. Tujuan Khusus

- a. Menggambarkan pengetahuan tentang pengertian metode gymball pada ibu hamil trimester III di PMB Muthiah Yuli Hartati S.Keb.
- b. Menggambarkan pengetahuan tentang tujuan metode gymball pada ibu hamil trimester III di PMB Muthiah Yuli Hartati S.Keb.
- c. Menggambarkan pengetahuan tentang manfaat metode gymball pada ibu hamil trimester III di PMB Muthiah Yuli Hartati S.Keb.
- d. Menggambarkan pengetahuan tentang indikasi dan kontra indikasi metode gymball pada ibu hamil trimester III di PMB Muthiah Yuli Hartati S.Keb.
- e. Menggambarkan pengetahuan tentang teknik metode gymball pada ibu hamil trimester III di PMB Muthiah Yuli Hartati S.Keb.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Bagi Ilmu Kebidanan

Hasil penelitian menjadi masukan dan bahan pertimbangan bagi ilmu kebidanan untuk mengembangkan pembelajaran mengenai metode pembelajaran terkait pemahaman ibu hamil trimester III tentang penggunaan gymball sebagai alat untuk mengurangi nyeri persalinan.

b. Bagi Penelitian

Hasil penelitian ini dijadikan bahan referensi sumber acuan bagi penelitian masa depan yang menggunakan metode penelitian yang berbeda, sehingga mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam mengenai pengetahuan ibu hamil trimester III terkait metode gymball dalam mengatasi nyeri.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi PMB Muthiah Yuli Hartati S.Keb

Hasil penelitian ini menambah pengetahuan dalam ranah pelayanan kebidanan, terutama terkait pemahaman ibu hamil trimester III mengenai penggunaan gymball sebagai metode untuk mengurangi nyeri persalinan.

b. Bagi Bidan

Hasil penelitian ini digunakan sebagai tambahan wawasan kepada para bidan mengenai pengetahuan ibu hamil trimester III terkait metode gymball dalam mengatasi nyeri persalinan.

c. Bagi Universitas Ngudi Waluyo

Hasil penelitian ini digunakan sebagai sumber informasi dan referensi yang berguna dalam pengembangan ilmu pengetahuan di bidang kesehatan, terutama yang terkait dengan pemahaman ibu hamil trimester III mengenai penggunaan gymball untuk meredakan rasa nyeri saat persalinan.

d. Bagi Responden

Hasil penelitian ini digunakan sebagai sumber data dan informasi mengenai praktik kebidanan dan perawatan ibu hamil trimester III secara efektif dan holistik.