

# **LAMPIRAN-LAMPIRAN**

**SOP BRITHING BALL**

<b>Pengertian</b>	<i>Birthing Ball</i> adalah suatu terapi fisik atau tindakan non-farmakologi pada proses persalinan yang menggunakan media bola yang terbuat dari plastik yang lunak dan berukuran besar serta diisi dengan udara.
<b>Tujuan</b>	Permemberian Birthing ball bertujuan untuk mengurangi intensitas nyeri dan membantu kemajuan proses persalinan
<b>Manfaat</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Gerakan lembut yang dilakukan diatas bola sangat mengurangi rasa sakit saat kontraksi</li> <li>2) Goyang panggul menggunakan birth ball dapat memperkuat otot-otot perut dan punggung bawah.</li> <li>3) Mengurangi tekanan pada pembuluh darah di daerah sekitar rahim, dan tekanan kandung kemih.</li> <li>4) Terapi birthball ini akan membuat ligamentum atau otot disekitar panggul lebih relaks, meningkatkan proses pencernaan dan mengurangi keluhan nyeri di daerah pinggang, inguinal, vagina dan sekitarnya.</li> <li>5) Membantu kontraksi rahim lebih efektif dalam membawa bayi melalui panggul jika posisi ibu bersalin tegak dan bias bersandar kedepan.</li> </ol>
<b>Indikasi dan Kontraindikasi</b>	<p>Indikasi: Semua ibu bersalin dapat menggunakan birthing ball pada proses persalinan. Birthing ball bermanfaat secara fisik sehingga dapat digunakan selama persalinan. Birthing ball juga tidak memiliki dampak negatif terhadap keadaan ibu maupun bayi</p> <p>Kontraindikasi: Menurut American Collage of Obstetrician dan Gynecologist dalam Artal (2003), latihan atau olahraga pada masa kehamilan dihentikan apabila dalam kondisi berikut:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kehamilan dengan penyakit jantung.</li> <li>2. Kehamilan dengan penyakit paru-paru</li> <li>3. Leher rahim/serviks tidak kompeten</li> <li>4. Kehamilan ganda</li> <li>5. Kelahiran prematur</li> <li>6. Antepartum Bleeding</li> <li>7. Ketuban pecah dini</li> <li>8. Kehamilan dengan hipertensi</li> <li>9. Kelemahan otot</li> <li>10. Menurunnya gerakan janin</li> </ol>
<b>Alat</b>	Bola (Birth Ball) Bola disesuaikan dengan tinggi bada klien. Umumnya bola

	berukuran 65 cm adalah ukuran yang tepat untuk wanita dengan tinggi badan 165 cm, sedangkan bola berukuran 55 cm tepat untuk wanita dengan tinggi badan kurang dari 165 cm
<b>Pelaksanaan</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memberi salam kepada klien</li> <li>2. Menjelaskan tujuan, prosedur tindakan</li> <li>3. Menanyakan kesediaan ibu untuk diberikan tindakan</li> <li>4. Mempersiapkan alat yang dibutuhkan</li> <li>5. Mencuci tangan</li> <li>6. Mempersilahkan ibu untuk duduk diatas bola dengan membuka kaki dan tungkai terpisah selebar 61 cm. Pastikan posisi pinggul lebih tinggi daripada lutut. Apabila posisi lutut lebih tinggi dari pinggul, maka dapat menyebabkan kurang optimalnya posisi bayi yang dapat menjadikan persalinan lebih lama</li> <li>7. Meminta suami/keluarga untuk membantu ibu.</li> <li>8. Memastikan postur tubuh yang bagus untuk mempertahankan keseimbangan. Ini memungkinkan ibu mengambil posisi tegak.</li> <li>9. Melakukan gerakan memutar panggul dalam pola lingkaran atau pola angka delapan. Pola ini dapat membantu mendorong penurunan janin. Gerakan dilakukan perlahan 2-3 menit.</li> <li>10. Meminta ibu menjulurkan badan ke depan beberapa saat lalu kembali lagi untuk posisi semula (posisi istirahat). Posisi ini dapat meluruskan sumbu panjang uterus dan janin dengan panggul ibu dan memfasilitasi posisi ubun-ubun kecil. Gerakan dilakukan perlahan 2-3 menit.</li> <li>11. Meminta ibu untuk melakukan gerakan memantul dengan lembut diatas bola. Gerakan dilakukan perlahan 2-3 menit.</li> <li>12. Menganjurkan ibu untuk istirahat dan mengambil nafas dalam setiap selesai melakukan satu gerakan atau ketika ibu merasakan adanya kontraksi.</li> <li>13. Gerakan-gerakan diatas dapat dilakukan selama 60 menit.</li> <li>14. Bilamana menyudahi posisi dan gerakan diatas: <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Ketika wanita sangat lelah.</li> <li>b. Ketika kelahiran sudah menjelang.</li> <li>c. Ketika wanita menolak, berkaitan dengan bertambahnya nyeri. Namun, jika dijelaskan bahwa posisi ini akan meningkatkan kemajuan persalinan, wanita mungkin bersedia untuk mencobanya.</li> </ol> </li> </ol> <p>14 Melakukan evaluasi</p>



## APA ITU NYERI PERSALINAN

### DAMPAK NYERI PERSALINAN

Dampak yang ditimbulkan apabila tidak dilakukan penanganan terhadap rasa nyeri persalinan antara lain depresi postpartum, perdarahan, partus lama, peningkatan tekanan darah dan nadi, pada janin menyebabkan asidosis akibat hipoksia janin, serta kecemasan dan ketakutan (psikologis).

## PERSALINAN???

Nyeri persalinan adalah kondisi fisiologis yang normal terjadi pada ibu bersalin, akibat adanya proses dilatasi serviks dan hipoksia otot uterus saat kontraksi. Nyeri yang dirasakan ibu semakin bertambah kuat seiring dengan bertambahnya dilatasi serviks.

### FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGAR PERSALINAN

**Faktor Internal**

- Umur
- Pengalaman
- Pendidikan
- Aktifitas fisik
- Psikologis ibu

**Faktor Eksternal**

- Tindakan medis
- support system

UMAPRI

## MANAJEMEN NYERI PERSALINAN DENGAN METODE BIRTHING BALL DAN PINDOR (PIJAT ENDORPHIN)

Oleh:

**ARNI FEBIANTI**  
2022207209279

NERS KONFERSI LAMPUNG TENGAH

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU  
TAHUN 2022/2023

## APA SAJA MANAJEMEN NYERI PERSALINAN ITU???

Upaya non farmakologis untuk menurunkan nyeri antara lain terapi es dan panas/kompres panas dan dingin, stimulasi saraf elektrik transkutan, distraksi, relaksasi, imajinasi terbimbing, hypnosis, akupuntur dan massage, akupresur, aromaterapi, pelvic rocking dan penggunaan birthing ball

## BIRTHING BALL

### Tentang

Latihan atau terapi birthing ball dilakukan ibu bersalin dengan cara duduk dengan santai dan bergoyang di atas bola, memeluk bola selama kontraksi.

### Kelebihan

Elastisitas dan fleksibilitas birthing ball bermanfaat membantu merelaksasikan otot-otot panggul yang kaku, mengurangi tekanan nyeri bersalin karena menghasilkan posisi yang nyaman untuk ibu, menghasilkan proses bersalin yang lebih mudah dan minim nyeri, bayi juga lebih cepat lahir sehingga proses persalinan lebih cepat dan dapat menghindari risiko partus lama.

	<b>FKES UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS TAHUN AKADEMIK 2022/2023</b>	Nomor :	SOP-SKP/00/11/023
		Revisi ke :	00
		Berlaku :	
		Jumlah halaman :	1 dari 2

**BLANKO KONSULTASI BIMBINGAN KIA**

NAMA MAHASISWA : Arni febianti

NPM : 2022207209279

PROGRAM STUDI : Ners konversi

Pembimbing : Ns Desi Ari Madiyanti, M Kep, Sp. Kep. Mat

JUDUL KIA : karya ilmiah Asuhan keperawatan pada ibu bersalin kala  
1 dengan metode Birthing ball dalam upaya  
mengurangi nyeri persalinan di ruang Beliyuk RSUD  
Demang Sepulau Raya Lampung Tengah tahun 2022.

Tanggal Bimbingan	Hasil Konsultasi	Paraf
Konsul 2-12- 2022	<b>BAB 1</b> 1. Perbaiki jarak dan spasi penulisan 2. pengetahuan nyeri di bab 1 jangan terlalu banyak 3. tambahkan prevalensi nyeri persalinan 4. kalimat penjabaran birthing ball sebaiknya di bab 2 5. untuk pembahasan diperbaiki berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh,,sebutkan nama peneliti,,tahun,,hasil penelitian. 6. Tujuan khusus diganti kalimat "peneliti mampu melakukan pengkajian pada ibu... sampai dengan evaluasi 7. bahasa asing harus ditulis miring 8. sumber nyeri dituliskan.	

Konsul 13-1-2023	Silahkan lanjut sampai dengan bab 5.	
Konsul 19-1-2023	<p>BAB 2</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Diagnosa keperawatan persalinan silahkan menggunakan tabel dummy</li> <li>2. untuk diagnosa semua yang ada di teori bukan hanya nyeri saja karena digunakan di pembahasan.</li> <li>3. sub judul diganti kajian menurut islam</li> <li>4. format pengkajian tidak sesuai dengan format nya yang disesuaikan.</li> </ol>	
Konsul 6 -2-2023	Acc untuk maju sidang	
Konsul 2 maret 2023	Perbaiki bab 3	
Konsul 8 marer 2023	Acc untuk cetak	