



PENERAPAN BIRTH BALL DAN PELVIC ROCKING TERHADAP LAMA KALA I DAN KALA II PERSALINAN

Junaida Rahmi¹, Riris Andriati², Ikada Septi Arimurti³, Desy Darmayanti⁴,
Yossi Pratiwi⁴, Shella Juniar⁵

STIKes Widya Dharma Husada Tangerang , Kota Tangerang Selatan dan Kode Pos 15417, Indonesia

<p>ARTICLE INFORMATION</p>	<p>A B S T R A C T</p>
<p>*Corresponding Author Junaida Rahmi E-mail: rahmijunaida@gmail.com</p>	<p>Background: Childbirth is the process of opening and thinning the cervix and the fetus descending into the birth canal. Labor and normal delivery is the process of expulsion of the fetus that occurs at term gestation (37-42 weeks), born spontaneously with a percentage of the back of the head, without complications either mother or fetus. Research Objectives: Aim to determine "Methods of Application of Birth Ball, Pelvic Rocking Against Stage I and Stage II Labor Duration". Methodology: This study uses a literature study design or Literature Review. Research result :The research results found Birth Ball (n = 5) journals, journals and Pelvic Rocking (n = 5) journals. Conclusion:The method of application of Birth Ball, Pelvic Rocking is proven to be more effective in accelerating the first and second stage of labor. Suggestion: It is hoped that the next researcher can conduct research on the method of applying the Birth Ball, Pelvic Rocking in accelerating the duration of the first and second stage of labor by using experimental research.</p>
<p>Keywords: Birth Ball Pelvic Rocking Labor</p>	<p>A B S T R A K Latar Belakang : 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 (37-42 minggu), lahir spontan dengan presentase belakang kepala,tanpa komplikasi baik ibu maupun janin. Tujuan Peneliti : Bertujuan untuk Mengetahui “Metode Penerapan Birth Ball, Pelvic Rocking Terhadap Lama Persalinan Kala I dan kala II”. Metodologi : Penelitian ini menggunakan desain studi kepustakaan atau Literature Review. Hasil Penelitian : Hasil penelitian ditemukan Birth Ball (n=5) jurnal, jurnal dan Pelvic Rocking (n=5) jurnal. Kesimpulan : Metode Penerapan Birth Ball, Pelvic Rocking terbukti lebih efektif dalam mempercepat Lama Persalinan Kala I dan kala II. Saran : Diharapkan peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian tentang metode penerapan Birth Ball, Pelvic Rocking dalam mempercepat Lama Persalinan Kala I dan kala II dengan menggunakan penelitian eksperimen.</p>
<p>Kata Kunci: Bola Persalinan Pelvic Rocking Persalinan</p>	<p>This is an open access article under the CC-BY-NC-SA license.</p> 
<p>Manuskrip diterima: 08 10 2021 Manuskrip direvisi: 12 11 2021 Manuskrip dipublikasi: 26 12 2021</p>	<p>© 2020 Some rights reserved</p>

PENDAHULUAN

Angka Kematian Ibu (AKI) merupakan indikator untuk mengetahui derajat kesehatan masyarakat dan menilai keberhasilan pelayanan kesehatan ibu dan keluarga berencana di suatu negara. AKI yang rendah dapat menunjukkan bahwa kesehatan masyarakat suatu negara sedang baik. Begitu pula sebaliknya, AKI yang tinggi menunjukkan bahwa kesehatan masyarakat masih buruk. AKI masih menjadi masalah kesehatan yang serius di dunia dan Indonesia (Kemenkes, 2017).

AKI di dunia pada tahun 2015 sebesar 216 per 100.000 kelahiran hidup atau diperkirakan jumlah kematian ibu sebesar 303.000 kematian dengan jumlah tertinggi berada di negara berkembang yaitu sebesar 302.000 kematian. Angka kematian ibu di negara berkembang 20 kali lebih tinggi dibandingkan angka kematian ibu di negara maju yaitu 239 per 100.000 kelahiran hidup sedangkan di negara maju hanya 12 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2015 (WHO, 2015).

Berdasarkan Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) Berdasarkan SDKI tahun 2012 bahwa AKI tercatat mengalami kenaikan yang

signifikan yaitu sebesar 359 per 100.000. Target Rencana Strategi Kementerian Kesehatan tahun 2015 AKI sebanyak 306 per 100.000 kelahiran hidup (Departemen Kesehatan Republik Indonesia RI, 2015). Selain itu menurut Dinas Kesehatan Banten Tahun 2019 kasus kematian ibu tertinggi tahun 2017 adalah kabupaten serang yaitu 58 kasus, diikuti kabupaten tangerang 43 kasus, dan lebak 40 kasus. Sedangkan kasus kematian ibu terendah adalah kota Tangerang yaitu 7 kasus, diikuti kota Cilegon 12 kasus, dan kota Serang 13 kasus. Ditahun 2018 kasus kematian ibu tertinggi adalah kota Tangerang yaitu 77 kasus, diikuti kabupaten Serang 61 kasus, dan Pandeglang 53 kasus. Sedangkan kasus kematian ibu terendah adalah kota Tangerang selatan 13 kasus, diikuti kota Cilegon 14 kasus, dan kota Serang 24 kasus (Kemenkes, 2019).

Sebagian besar kematian ibu tergolong pada kematian secara langsung yaitu karena perdarahan, sepsis, hipertensi dalam kehamilan, partus lama, komplikasi aborsi tidak aman dan sebab-sebab lainnya. Indonesia masih harus berbenah dan bekerja keras untuk menyelesaikan

target dalam menurunkan AKI. Sebenarnya sebagian besar penyebab utama dari mortalitas dan morbiditas ibu tersebut dapat dicegah melalui upaya pencegahan yang efektif (JNPK-KR, 2014, dalam Annisa, 2018).

Salah satu penyebab AKI yaitu partus lama kala I dan kala I, untuk mencegah partus lama pada kala I dan kala II bidan dapat memberikan asuhan persalinan normal yang mengandalkan penggunaan partograf untuk memantau kondisi ibu dan janin serta kemajuan proses persalinan diharapkan menjadi salah satu upaya yang dapat diterapkan sesuai dengan standar asuhan bagi semua ibu bersalin disetiap tahapan persalinan oleh setiap penolong persalinan dimanapun hal tersebut terjadi.

Dukungan suami atau kerabat yang diharapkan mampu memberikan rasa tenang, aman, mengenali kebutuhan ibu akan layanan persalinan selama proses persalinan berlangsung dan juga akan membantu kelancaran proses persalinan ibu. Penerapan praktik terbaik asuhan persalinan normal yang dilakukan secara optimal terbukti mampu mencegah terjadinya berbagai penyulit yang dapat mengancam keselamatan ibu dan bayi sehingga mampu memperbaiki status

kesehatan dan kualitas hidup masyarakat di Indonesia (JNPK-KR, 2014).

Selain menggunakan partograf, ada beberapa upaya fisiologis yang dapat dilakukan untuk mencegah persalinan lama pada kala I dan kala II seperti, senam hamil dan teknik napas dalam. Upaya lainnya dalam mencegah persalinan lama pada kala I dan kala II seperti *Birth Ball* dan *Pelvic Rocking* (Gustyar, 2017)

Birth Ball merupakan bola terapi fisik yang membantu persalinan dan dapat digunakan dalam berbagai posisi yaitu duduk di atas bola dan menggoyangkan panggul yang dianggap dapat memberikan kenyamanan dan mempercepat waktu persalinan. Menggunakan *Birth Ball* selama kehamilan menstimulasi refleks postural dan menjaga otot yang menopang tulang belakang. Diasumsikan bahwa postur duduk di atas bola mirip dengan jongkok untuk membuka panggul, yang membantu mempercepat persalinan (Siti, 2016)

Penelitian di Taiwan menunjukkan hasil bahwa pada kelompok wanita yang melakukan *Birth Ball exercise* mengalami kala I dan kala II persalinan yang lebih pendek, sehingga menurunkan penggunaan analgesik

yang rendah dan kejadian *sectio caesaria* yang rendah (Kurniawati, 2017).

Pelvic Rocking juga dapat dilakukan dengan cara menggoyangkan panggul maju mundur. Latihan goyang panggul dapat melatih otot pinggang dan bokong serta membantu menurunkan kepala bayi ke dalam rongga panggul jalan lahir (Hermina, 2015).

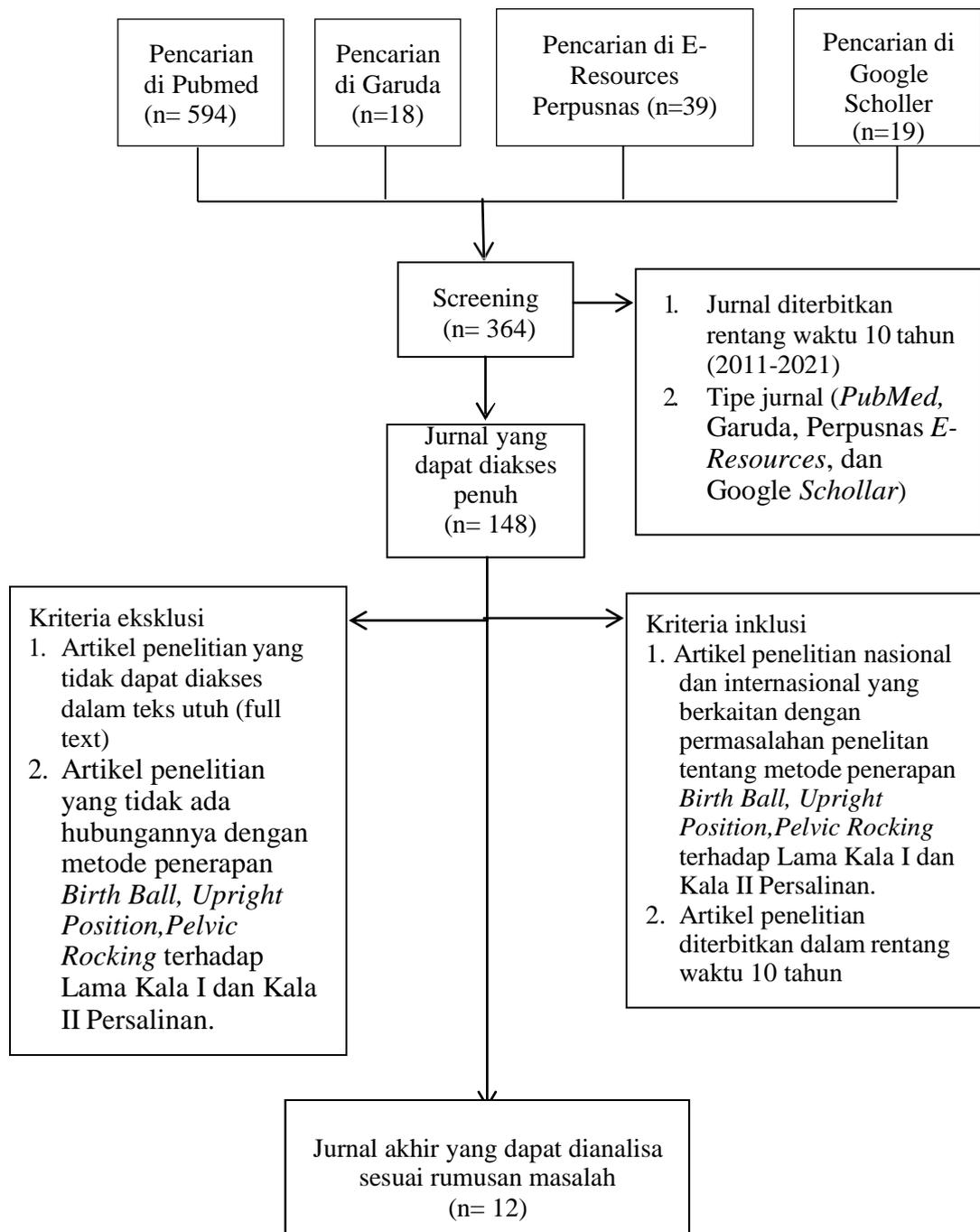
Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Sriwenda (2016) membuktikan bahwa lama fase aktif persalinan 30% lebih pendek dan hambatan selama kala II persalinan menurun secara signifikan pada kelompok yang menggunakan *Pelvic Rocking*. Studi lain yang dikemukakan oleh Masbait (2015) menunjukkan bahwa kelompok kontrol yang diberi teknik *pelvic rocking* lebih cepat mengalami pembukaan yaitu 60% selama persalinan kala I sampai pembukaan lengkap.

Berdasarkan temuan para ahli dapat disimpulkan bahwa *pelvic rocking* mampu memperlancar proses persalinan khususnya pada kala I dan membantu ibu mengalami waktu

persalinan kala I yang normal (Hermina dkk, 2015; Aprilia, 2011). Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul Metode Penerapan *Birth Ball* dan *Pelvic Rocking* terhadap Lama Kala I dan Kala II Persalinan.

METODE

Sistematis, jelas dan komprehensif yang menggunakan metode pencarian eksplisit untuk mengumpulkan data yang ada untuk identifikasi, analisis dan evaluasi, dan melibatkan proses tinjauan kritis dalam pemilihan penelitian. Penelitian ini adalah 1) *Background and Purpose* (penyusunan latar belakang dan tujuan), 2) *Research Question* (pertanyaan penelitian), 3) *Searching for the literature* (pengambilan dokumen), 4) *Selection Criteria & Practical Screen* (kriteria pemilihan dan layar praktis), 5) *Quality Checklist and Procedures* (checklist kualitas dan prosedur), 6) *Data Extraction Strategy* (strategi ekstraksi data), 7) *Data Synthesis Strategy* (strategi sintesis data).



Bagan 1. Pencarian Jurnal Literatur Review

Kriteria Eksklusi yaitu artikel penelitian yang tidak dapat diakses dalam teks utuh (*full text*), artikel penelitian yang tidak ada

hubungannya dengan metode penerapan *Birth Ball* dan *Pelvic Rocking* terhadap Lama Kala I dan Kala II Persalinan, Jurnal

diterbitkan dalam rentang waktu 10 tahun (2011-2021). Kriteria

diterbitkan dalam rentang waktu 10 tahun.

Inklusi yaitu artikel penelitian nasional dan internasional yang berkaitan dengan permasalahan penelitian tentang metode penerapan *Birth Ball* dan *Pelvic Rocking* terhadap Lama Kala I dan Kala II Persalinan, artikel penelitian

HASIL

1. Penerapan *Birth Ball* terhadap lama kala I dan kala II persalinan

Hasil dari penelitian tentang Metode Penerapan *Birth Ball* dan *Pelvic Rocking* terhadap Lama Kala I dan Kala II Persalinan pada tabel berikut :

Tabel 1. Hasil Pencarian tentang Penerapan *Birth Ball* terhadap Lama Kala I dan Kala II Persalinan

<i>Authors and years (penulis dan tahun)</i>	<i>Study design, sample, variabele,instrument, analisis</i>	<i>Outcome of analysis factors (hasil faktor analisis)</i>	<i>Summary of results (ringkasan hasil)</i>
Sri, dkk 2021	Design: <i>Quasi experiment</i> Sampel: 30 responden, (15 kelompok perlakuan, 15 kelompok control) Variabel: <i>Post test only design</i>	Perbedaan lama waktu kala 1 pada ibu yang diberi perlakuan <i>Birth ball Exercise</i> dan yang tidak diberi perlakuan <i>Birth Ball Excercise</i> dengan p value $0,015 < 0,05$. Sedangkan lama waktu kala 2 pada ibu yang diberi perlakuan <i>Birth Ball Excercise</i> dan yang tidak diberi perlakuan <i>Birth Ball Excercise</i> dengan p value $0,032 < 0,05$.	<i>Birth ball Exercise</i> efektif dalam mempercepat lama kala I dan lama kala II
Muliani, dkk, 2020	Design: <i>Pre-experimental</i> Sampel: 30 orang Analisis: uji <i>Mann-Whitney</i>	Hasil analisis teknik bola pernapasan terhadap lama persalinan kala I fase aktif diperoleh p $0,000 < 0,05$.	Ada pengaruh yang signifikan antara teknik bola pernapasan terhadap lama persalinan fase aktif
Wilda, dkk, 2020	Design: <i>pra eksperimental</i> Sampel: 30 orang Analisis: <i>purposive sampling, Mann Withney</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai p value $0,0000 < 0,05$	Terdapat pengaruh yang signifikan antara penerapan teknik bola persalinan terhadap kemajuan persalinan.

<i>Authors and years (penulis dan tahun)</i>	<i>Study design, sample, variabel, instrument, analisis</i>	<i>Outcome of analysis factors (hasil faktor analisis)</i>	<i>Summary of results (ringkasan hasil)</i>
Tri, dkk, 2016	Design : <i>Quasi eksperimen.</i> Variabel: <i>pretest-posttest</i> Sampel : 30 orang Analisis : <i>chi-square</i>	Ada pengaruh terapi birthball terhadap lama kala II persalinan (p value 0.001), rerata lama kala II kelompok perlakuan lebih singkat (rerata 21.3 menit)	Ada pengaruh terapi <i>birth ball</i> terhadap lama kala II persalinan
Gemini, dkk, 2019	Design : <i>Analtik Observasional</i> Variabel: <i>Cross sectional</i> Sampel : 20 orang Analisis : <i>chi-square</i>	Data dilakukan dengan menggunakan lembar identitas responden, lembar observasi serta partograf, kemudian data dianalisa menggunakan Uji Chi Square dengan tingkat signifikansi $\alpha=0,05$. Berdasarkan hasil analisa data didapatkan p value (0,045) < nilai α (0,05), maka H_0 ditolak	Ada pengaruh <i>birthing ball</i> terhadap lama kala I fase aktif pada primigravida.

2. Penerapan *Pelvic Rocking* terhadap lama kala I dan kala II persalinan

Pelvic Rocking terhadap Lama Kala I dan Kala II Persalinan pada tabel berikut :

Hasil dari penelitian tentang Metode Penerapan *Birth Ball* dan

Tabel 2. Hasil Pencarian tentang Penerapan *Pelvic Rocking* terhadap Lama Kala I dan Kala II Persalinan

<i>Authors and years (penulis dan tahun)</i>	<i>Study design, sample, variabel, instrument, analisis</i>	<i>Outcome of analysis factors (hasil faktor analisis)</i>	<i>Summary of results (ringkasan hasil)</i>
Fadjriah , 2018	Design : <i>Quasi eksperimen.</i> Sampel : 30 orang Analisis : <i>chi-square</i>	30 orang yang dijadikan sebagai sampel, yang normal pada lama persalinan kala I fase aktif sebanyak 16 orang (53,3%) dan yang tidak normal sebanyak 14 orang (46,7%).	Ada pengaruh <i>pelvic rocking</i> terhadap lama kala I pada ibu inpartu dengan nilai $p = 0,001$

Ardian, dkk, 2018	<p>Design: praeksperimen Sampel: 2 kelompok, Variabel: static group comparison dengan teknik accidental sampling Analysis: Independent</p>	<p>Rata-rata kemajuan persalinan untuk status <i>birth ball</i> dilakukan dan tidak dilakukan adalah berbeda dengan nilai p-value $0,00001 < 0,05$. Status <i>birth ball</i> dilakukan lebih cepat 138,2 menit dibandingkan dengan status <i>birth ball</i> tidak dilakukan.</p>	<p>Ada pengaruh <i>pelvic rocking</i> dengan <i>birth ball</i> terhadap kemajuan persalinan</p>
Catur, dkk, 2019	<p>Design : <i>Quasi eksperimen.</i> Variabel: <i>Post test only design</i> Sampel: 28 orang Analisis : <i>chi square</i></p>	<p><i>Pelvick Rocking Exercise</i> dengan lama kala I dengan p value 0,008 (<0.05) dan <i>Pelvick Rocking Exercise</i> dengan lama Kala II dengan p value 0,007(<0.05).</p>	<p><i>Pelvick Rocking Exercise</i> dapat mempercepat kemajuan dan lama persalinan.</p>
Surtiningsih, dkk, 2016	<p>Design : <i>Quasi eksperimen.</i> Variabel: <i>Post test only design</i> Sampel: 40 orang</p>	<p><i>Pelvick Rocking Exercise</i> sangat efektif dalam memperpendek lama kala I fase aktif dengan p-value $0,000 < \alpha 0.05$ dan efek size sebesar 0.6. PRE juga efektif dalam memperpendek lama kala II dengan p-value $0.007 < \alpha 0.05$</p>	<p><i>Pelvick Rocking Exercise</i> efektif memperpendek lama kala I dan kala II persalinan pada primigravida.</p>
Surtiningsih, dkk, 2019	<p>Design : <i>Eksprimen semu</i> Sampel: 164 orang Analisis: <i>Mann-Whitney</i></p>	<p>persalinan kala I p-value $(0,25-0,89) > 0,05$. persalinan kala II dengan nilai p value $(0,0001-0,020) < \alpha (0,05)$. kelompok kontrol dengan nilai p $0,0001 < \alpha (0,05)$. kelompok kontro dengan p-value $0,451 > \alpha (0,05)$.</p>	<p><i>Pelvick Rocking Exercise</i> efektif secara efektif mempersingkat lama waktu persalinan kala I</p>

PEMBAHASAN

1. Penerapan *Birth Ball* terhadap lama kala I dan kala II persalinan

Menurut Sri (2021) didapatkan Hasil rata rata lama Kala 1 pada kelompok control adalah 6 jam dan rata-rata lama kala I kelompok perlakuan adalah 4,67 jam dan jama kala II pada kelompok kontrol (tidak diberi perlakuan *Birth ball Exsersice*) adalah 43,3 menit. sedangkan rata-rata lama Kala II pada kelompok perlakuan (diberi perlakuan *Birth ball exsersice*) adalah adalah 31,00 menit. Hal ini sesuai dengan teori bahwa apabila dilihat dari partograf fase aktif yang diawali dari pembukaan 4 cm sampai 10 cm normalnya adalah 6 jam atau 360 menit. Dapat di simpulkan bahwa *Birth Ball Exercise* efektif dalam mempercepat lama kala I dan kala II persalinan.

Birth Ball merupakan bola terapi fisik yang membantu ibu inpartu kala I dalam kemajuan persalinan yang dapat digunakan dalam berbagai posisi. Salah satu gerakannya yaitu dengan duduk diatas bola dan bergoyang goyang membuat rasa nyaman dan membantu kemajuan persalinan dengan menggunakan gravitasi sambil meningkatkan pelepasan endorfin karena elastisitas dan lengkungan bola

merangsang reseptor dipanggul yang bertanggung jawab untuk mensekresi endorphin (Kurniawati, 2017).

Dari hasil beberapa penelitian yang dilakukan tentang metode Penerapan *Birth ball* terhadap lama kala I dan kala II persalinan, bahwa metode *Birth ball* lebih efektif dalam memperpendek kala I dan kala II persalinan.

2. Penerapan *Pelvic Rocking* terhadap lama kala I dan kala II persalinan

Menurut Surtiningsih (2016) yang menyimpulkan bahwa pelvic rocking sangat efektif dalam memperpendek kala I fase aktif dengan p-value $0,000 < 0,05$. Penelitian ini juga didukung oleh penelitian Zaky (2016) yang menyatakan bahwa ada hubungan antara *pelvic rocking* dengan *birth ball* terhadap perkembangan persalinan dalam hal penurunan interval dan meningkatkan durasi dan frekuensi kontraksi uterus, dilatasi serviks dan penurunan kepala janin. Para peneliti merekomendasikan bahwa *pelvic rocking* dengan *birth ball* dapat mempengaruhi kemajuan persalinan.

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa ada pengaruh *pelvic rocking* dengan *birth ball* terhadap kemajuan persalinan pada ibu inpartu kala I fase aktif. Hasil penelitian ini didukung oleh

penelitian Renaningtyas, dkk (2013) dengan hasil x hitung $> x$ tabel (13,333 $>$ 9,488), dan p -value (0,01 $<$ 0,05). Dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pelaksanaan *pelvic rocking* dengan *birthing ball* dengan lamanya kala I pada ibu bersalin. Sebagaimana riset yang dilakukan oleh Ondek (2014) tentang praktek kelahiran yang sehat dengan berjalan, berpindah dan mengganti posisi selama persalinan, bahwa persalinan akan lebih pendek kira-kira 1 jam dan 22 menit untuk ibu secara acak terhadap posisi tegak dibandingkan dengan ibu yang berbaring.

Menurut teori yang dikemukakan oleh Aprilla (2014), Persalinan ibu akan berbeda. Semakin santai ibu, semakin mudah bergerak semakin pendek waktu yang dibutuhkan untuk menuju pembukaan lengkap. Pada awal proses persalinan sebaiknya tidak hanya berbaring di tempat tidur. Ubah posisi setiap setengah hingga dua jam akan sangat membantu proses persalinan. Ibu bisa jongkok atau gunakan *Birth Ball* untuk bersandar dan menggoyangkan panggul. Setelah meletakkan bola di atas ranjang, ibu dapat berdiri dan bersandar pada bola dengan nyaman, dorong dan ayun panggul untuk mobilisasi. Ibu memiliki bola di lantai

atau tempat tidur bisa berlutut dan menekuk dengan beban gerakan mendorong bola panggul juga dapat membantu bayi berbalik ke posisi yang benar (posisi di belakang kepala) agar mempercepat proses persalinan.

Dengan begitu setiap ibu bersalin dapat melewati proses persalinan yang menyenangkan baik bagi ibu maupun bagi bayi. Bayangan bahwa persalinan merupakan hal yang melelahkan dan menyakitkan dapat digantikan dengan pengalaman yang luar biasa bermakna yang seharusnya dirasakan setiap ibu bersalin dengan dukungan penerapan praktik terbaik asuhan persalinan normal yang dilakukan secara optimal sehingga mampu mencegah terjadinya berbagai penyulit sehingga persalinan dapat berjalan secara fisiologis. Dari hasil beberapa penelitian yang dilakukan tentang metode Penerapan *Pelvic Rocking* terhadap lama kala I dan kala II persalinan, bahwa metode *Pelvic Rocking* lebih efektif dalam memperpendek kala I dan kala II persalinan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dari beberapa sumber yang telah dikumpulkan oleh penulis mengenai “metode penerapan *Birth Ball*, dan *Pelvic Rocking* terhadap lama kala I

Rahmi et al_ Penerapan *Birth Ball* dan *Pelvic Rocking*

dan kala II persalinan“ penulis menyimpulkan bahwa :

1. Metode penerapan *Birth Ball* terbukti lebih efektif dalam mempercepat lama kala I dan kala II persalinan
2. Metode penerapan *Pelvic Rocking* terbukti lebih efektif dalam mempercepat lama kala I dan kala II persalinan karena *pelvic rocking* terhadap perkembangan persalinan dalam hal penurunan interval dan meningkatkan durasi dan frekuensi kontraksi uterus, dilatasi serviks dan penurunan kepala

DAFTAR PUSTAKA

- Aprillia, Yessie. 2014. *Gentle Birth Balance : Persalinan Holistik mind, Body and Soul*. Bandung : Qanita Aprillia
- Depkes RI. 2015. *Rencana Strategi Kementerian Kesehatan Tahun 2015*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Gustyar, Indah dan Eka Nouyriana. 2017. *Penerapan Teknik Pelvic Rocking dengan Birth Ball pada Ibu Bersalin terhadap Kemajuan Persalinan di BPM Syafrida Kabupaten Kebumen Tahun 2017*. Program Studi Diploma III Kebidanan STIKES Muhammadiyah. Gombong.
- Nasrudin Andi Mappaware, N. M. 2020. *Kesehatan Ibu dan Anak*. Yogyakarta: CV Budi Utama.
- Hermina, Conny Widya dan Agus Wirajaya. 2015. *The Conny Method : Menjala Penuh Percaya Diri*. Jakarta : Gramedia.
- Kemenkes RI. 2020. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*. Jakarta.
- Jaringan Nasional Pelatihan Klinik Kesehatan Reproduksi. 2014. *Asuhan Persalinan Normal*. Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
- Jenderal, K. K. 2019. *Profil Kesehatan*. Jakarta: Kementerian Republik Indonesia. Kemenkes. 2017. *Keberhasilan AKB Dapat Turunkan Angka Kematian* <http://www.depkes.go.id/article/view/17021000003/keberhasilan-kb.s>.
- Kurniawati, Ade, dkk. 2017. *Efektivitas Latihan Birth Ball terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada Primigravida*. Indonesian Journal of Nursing and Midwifery.
- Ondeck, Michele. 2014. *Healthy Birth Practice: Walk, move around, and change position Throughout Labor*. The Journal of Perinatal Education.
- Pratiwi, R.D, dkk. 2020. *Panduan Penulisan Literatur Review dan Systematic Review Bidang Kesehatan*. Pamulang : WDH Press.
- Yessie. 2014. *Gentle Birth Balance : Persalinan Holistik mind, Body and Soul*. Bandung: Qanita.

