

PENGARUH PELVIC ROCKING EXERCISE DENGAN BIRTHING BALL TERHADAP KEMAJUAN PERSALINAN PADA IBU PRIMIPARA

Putri Lia Prasetyani
STIKES Telogorejo Semarang

Qomariyah., S.ST.,M.Kes
STIKES Telogorejo Semarang

Ns. Resa Nirmala Jona., M.Kep
STIKES Telogorejo Semarang

Korespondensi penulis: diajenggavaputri@gmail.com

Abstract. Prolonged delivery is a contributing factor to the mortality rate of mothers with a prevalence of 20% in Demak regency. Based on the survey in First Clinic Irma Solikin, Mranggen district, Demak regency, the birth data in January 2022 showed that 40% of mothers of 15 mothers experienced prolonged partity. One of the physiological efforts to prevent prolonged delivery is promoting pelvic rocking with a birthing ball. This technique requires the mothers to sit on the ball and rock the ball. This action makes the mothers feel comfortable and help them to promote the delivery due to the influence of gravity force. Thus, the fetus or the lower part of the fetus could move to the pelvis and shorten the delivery time. This research determined the influence of pelvic rocking exercise with a birthing ball on the delivery advancement of primipara mothers. The sample consisted of 20 mothers in the intervention group with pelvic rocking intervention with a birthing ball. Then, the other 20 mothers in the control group received normal delivery. The applied instruments were an observation sheet and a partograph. The researchers analyzed the data with univariate and bivariate analyses. The results found the influence of pelvic rocking exercise with birthing ball technique toward the delivery progress of primipara mothers in the First Clinic, Irma Solikin, Mranggen district, Demak regency.

Keywords: Pelvic Rocking, Birthing ball, Delivery progress, Primipara mothers

Abstrak. Persalinan lama merupakan salah satu faktor yang ikut menyumbang dalam angka kematian ibu dengan prevalensi 20% di Kabupaten Demak. Berdasarkan hasil survey yang dilakukan di Klinik Pratama Irma Solikin Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak melihat data kelahiran pada bulan Januari tahun 2022 dari 15 orang ibu bersalin terdapat 40% ibu diantaranya mengalami partus lama. Salah satu upaya fisiologis yang dilakukan untuk mencegah persalinan lama adalah pelvic rocking dengan birthing ball, yaitu duduk di atas bola dan bergoyang- goyang membuat rasa nyaman dan membantu kemajuan persalinan dengan menggunakan gravitasi bumi akan membantu janin atau bagian terendah janin untuk segera turun ke panggul sehingga didapatkan waktu persalinan lebih pendek atau singkat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui

Received Des 07, 2022; Revised Jan 2, 2023; Feb , 2023

*Corresponding author, diajenggavaputri@gmail.com

pengaruh pelvic rocking exercise dengan birthing ball terhadap kemajuan persalinan pada ibu primipara. Jenis penelitian ini adalah quasi eksperimental. Sampel Penelitian berjumlah 20 ibu bersalin pada kelompok intervensi yang mendapat perlakuan pelvic rocking dengan birthing ball dan 20 orang ibu bersalin kelompok kontrol yaitu hanya dilakukan asuhan persalinan normal. Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi dan partograf. Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat. Hasil penelitian terdapat pengaruh pelvic rocking exercise dengan birthing ball terhadap kemajuan persalinan pada ibu primipara di Klinik Pratama Irma Solikin Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak.

Kata kunci: Pelvic Rocking, Birthing ball, Kemajuan persalinan, Ibu primipara

LATAR BELAKANG

Persalinan merupakan hal yang fisiologis yang dialami oleh setiap orang, akan tetapi kondisi fisiologis tersebut dapat menjadi patologis apabila seorang ibu tidak mengetahui kondisi yang fisiologis dan seorang penolong atau tenaga kesehatan tidak memahami bagaimana suatu persalinan dikatakan fisiologis dan bagaimana penatalaksanaannya (Walyani, 2019). Persalinan ialah suatu proses pengeluaran hasil konsepsi (janin dan plasenta) yang cukup bulan atau dapat hidup di luar kandungan melalui jalan lahir atau melalui jalan lain, dengan menggunakan bantuan atau tanpa bantuan (kekuatan sendiri atau spontan). Proses ini di mulai adanya kontraksi persalinan sejati yang ditandai dengan perubahan serviks secara progresif sampai kelahiran plasenta (Sulistiyawati & Nugraheny, 2010).

WHO menyebutkan bahwa kematian ibu umumnya terjadi akibat komplikasi saat, dan pasca kehamilan. Data WHO pada tahun 2018 terdapat jenis-jenis komplikasi yang menyebabkan mayoritas kasus kematian ibu sekitar 75% dari total kasus kematian ibu adalah pendarahan, infeksi, tekanan darah tinggi saat kehamilan, komplikasi persalinan, dan aborsi yang tidak aman. Salah satu komplikasi persalinan yang ikut menyumbang dalam angka kematian ibu adalah partus lama (Rizki & Anggraini, 2020). Berbagai upaya fisiologis dilakukan untuk mencegah persalinan lama, seperti senam hamil, teknik nafas dalam dan rebozo. Upaya lainnya dalam mencegah persalinan lama seperti *pelvic rocking* dengan *birthing ball* yang mendukung persalinan agar dapat berjalan secara fisiologis. Hal ini juga merupakan salah satu metode yang sangat membantu merespon rasa sakit dengan cara aktif dan mengurangi lama persalinan kala I fase aktif (Aprilia & Ritchmond, 2011). *Pelvic rocking* dengan *birthing ball* adalah cara

menambah ukuran rongga pelvis dengan menggoyang panggul di atas bola dan dengan perlahan mengayunkan pinggul ke depan dan ke belakang, sisi kanan, kiri, dan melingkar (Batubara et al., 2019). Dengan duduk lurus di atas bola maka gaya gravitasi bumi akan membantu janin atau bagian terendah janin untuk segera turun ke panggul sehingga didapatkan waktu persalinan lebih pendek atau singkat (Hidajatunnikma et al., 2020).

Birth ball adalah bola terapi fisik yang membantu ibu inpartu kala I dalam kemajuan persalinan yang dapat digunakan dalam berbagai posisi. Salah satu gerakannya yaitu dengan duduk di atas 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 di panggul yang bertanggung jawab untuk mensekresi endorfin (Kurniawati, 2016). Indikasi penggunaan birth ball adalah untuk meredakan nyeri pada ibu inpartu, untuk pembukaan yang lama dan untuk menurunkan kepala bayi yang lama (Hidajatunnikma et al., 2020). Berdasarkan Penelitian terdahulu oleh Setyorini dkk. (2021) menunjukkan hasil bahwa *pelvic rocking exercise* berpengaruh terhadap kemajuan persalinan kala I fase aktif. Berdasarkan hasil pada kelompok intervensi diperoleh nilai rata- rata 240,67, pada kelompok kontrol diperoleh nilai rata- rata 348,67. dengan nilai sigifikansi $0,001 < 0,05$.

Pada penelitian lainnya oleh Rizzki dan Anggraini (2020) yang menunjukkan hasil bahwa Ada pengaruh *Pelvic rocking exercise* terhadap kemajuan persalinan dan kejadian robekan perineum, sehingga *Pelvic rocking exercise* cukup efektif untuk mempercepat proses persalinan dan menurunkan kejadian robekan perineum pada ibu bersalin. Dengan didapatkan p value 0,009 ($p < 0,05$), dapat diartikan bahwa ada perbedaan lama kala II yang cukup signifikan antara kelompok yang melakukan *Pelvic rocking exercise* dan yang tidak melakukan *Pelvic rocking exercise*.

Berdasarkan hasil survey yang peneliti lakukan di Klinik Pratama Irma Solikin Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak melihat data kelahiran pada bulan Januari tahun 2022 dari 15 orang ibu bersalin terdapat 6 (40%) ibu diantaranya mengalami partus lama. Pada ibu dengan persalinan lama lebih berisiko terjadi perdarahan karena atonia uteri, laserasi jalan lahir, infeksi, kelelahan dan syok, sedangkan pada janin dapat

meningkatkan risiko asfiksia berat, trauma cerebral, infeksi dan cedera akibat tindakan (William & Oxorn, 2010). Pada proses persalinan melewati empat kala, pada kala satu dibagi ke dalam dua fase, yaitu fase laten dan fase aktif. Pada fase laten merupakan periode dari awal persalinan hingga titik ketika pembukaan mulai berjalan secara progresif. Fase aktif merupakan periode waktu awal dari kemajuan aktif pembukaan hingga pembukaan menjadi komplit (Varney, 2011). Mengingat persalinan lama masih menyumbang cukup banyak kejadian mortalitas dan morbiditas pada ibu dan janin, maka masalah ini dipandang perlu untuk diteliti. Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh *Pelvic Rocking Exercise* dengan *Birthing Ball* Terhadap Kemajuan Persalinan Pada Ibu Primipara”.

KAJIAN TEORITIS

1. Tinjauan Tentang Persalinan

Persalinan adalah suatu proses dimana seorang wanita melahirkan bayi yang diawali dengan kontraksi uterus yang teratur dan memuncak pada saat pengeluaran bayi sampai dengan pengeluaran plasenta dan selaputnya dimana proses persalinan ini akan berlangsung selama 12 sampai 14 jam (Kurniarum, 2016). Sedangkan menurut Sofian (2011), persalinan adalah suatu proses pengeluaran hasil konsepsi (janin dan uri) yang dapat hidup ke dunia luar, dari rahim melalui jalan lahir atau dengan jalan lain. Persalinan adalah proses pengeluaran (kelahiran) hasil konsepsi yang dapat hidup di luar uterus melalui vagina ke dunia luar. Menurut Eniyati dan Putri (2012) karakteristik dalam persalinan normal adalah : a. Terjadi pada kehamilan cukup bulan (aterm) bukan prematur ataupun *postmature*; b. Terjadi secara spontan; c. Terjadi selama 4 jam sampai 24 jam, bukan partus presipitatus (kurang dari 3 jam) ataupun lama (lebih dari 24 jam pada primi atau lebih dari 18 jam pada multi); d. Janin tunggal dengan presentasi puncak kepala dan oksiput; e. Tidak adanya penyulit atau komplikasi; dan f. Kelahiran plasenta normal.

2. Kemajuan Persalinan

Sondakh dan Astikawati (2013), menyatakan bahwa kemajuan yang cukup baik pada persalinan kala I ditandai dengan : a. kontraksi teratur yang progresif dengan peningkatan frekuensi dan durasi; b. selama fase aktif dalam persalinan, kecepatan pembukaan serviks paling sedikit 1 cm per jam (dilatasi serviks berlangsung atau ada di sebelah kiri garis waspada); dan c. serviks tampak dipenuhi oleh bagian bawah

janin. Menurut Anik dan Sari (2013), komplikasi yang terjadi pada kemajuan persalinan yaitu tidak adanya kemajuan dalam persalinan. Persalinan lama adalah persalinan yang telah berlangsung 12 jam atau lebih tanpa kelahiran bayi dimana fase laten lebih dari 8 jam dan dilatasi serviks di kanan garis waspada pada partograf. Pada fase aktif yang memanjang, pembukaan serviks dan turunnya bagian janin yang dipresentasi tidak maju, sedangkan hisnya baik 2–4 kali 45 detik dalam 10 menit.

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian adalah suatu strategi dalam penelitian untuk mengidentifikasi permasalahan serta mengidentifikasi bagaimana struktur penelitian yang akan dilaksanakan (Nursalam, 2018). Rancangan penelitian yang digunakan adalah posttest only design with control groups. Desain ini dilakukan untuk menguji pengaruh pelvic rocking exercise dengan birthing ball terhadap kemajuan persalinan kala I fase aktif. Penelitian ini dibentuk dua kelompok, pada kelompok intervensi diberikan intervensi pelvic rocking exercise, sedangkan kelompok kontrol tidak dilakukan pelvic rocking exercise (*usual care*) setelah itu masing-masing kelompok dilakukan pengukuran sesudah diberikannya intervensi untuk melihat perbedaan diantara dua kelompok tersebut.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin primipara di Klinik Pratama Irma Solikin. Tercatat sebanyak 60 persalinan ibu primipara dari bulan Desember tahun 2021 sampai bulan Maret 2022. Jika dirata - ratakan setiap bulannya didapatkan persalinan primipara sebanyak 60 responden : 4 bulan = 15 persalinan primipara/bulan. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah Ibu bersalin primipara di Klinik Pratama Irma Solikin. Untuk menentukan besar sampel yang digunakan pada penelitian ini menggunakan rumus Slovin Berdasarkan perhitungan tersebut, maka sampel dalam penelitian ini berjumlah 20 ibu bersalin pada kelompok intervensi yang mendapat perlakuan pelvic rocking dengan birth ball dan 20 orang ibu bersalin kelompok kontrol yaitu hanya dilakukan asuhan persalinana normal. Pengambilan subyek penelitian ini dilakukan secara *non probability sampling* dengan purposive sampling, yaitu pengambilan *sampling* atas dasar suatu pertimbangan tertentu seperti sifat-sifat populasi atau ciri-ciri yang sudah diketahui sebelumnya (Notoatmodjo,

2012). Objek penelitian ini dilakukan di Klinik Pratama Irma Solikin Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak.

Pengumpulan data dilakukan dengan cara memantau kemajuan persalinan ibu inpartu fase aktif yang telah diberikan pelvic rocking dengan birth ball selama 30 menit persesi. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah: a. Lembar observasi, yaitu pelaksanaan pelvic rocking dengan birth ball diobservasi dengan menggunakan lembar observasi; dan b. Partograf, yaitu perkembangan kemajuan persalinan diobservasi dengan menggunakan lembar partograf yang dimulai dengan pembukaan 4 cm. Data kelompok control dikumpulkan oleh peneliti pembantu yaitu perawat atau bidan yang telah ditunjuk dan diberi penjelasan tentang cara pengambilan data. Pengolahan data merupakan hal yang penting dalam sebuah penelitian karena data yang diperoleh oleh peneliti masih mentah, belum memberikan informasi dan belum siap untuk disajikan, untuk memperoleh hasil dan kesimpulan yang baik, maka diperlukan pengolahan data (2012). Proses pengolahan data ini melalui beberapa tahap, yaitu: a. *Editing*; b. *Coding*; c. *Data Entry*; dan d. *Tabulating*. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan dua pendekatan, yaitu analisa univariat dan analisis bivariat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Berdasarkan penelitian tentang kemajuan persalinan yang telah dilakukan terhadap 40 Primipara inpartu kala I fase aktif di Klinik Pratama Irma Solikin Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak yang terbagi menjadi 2 kelompok yakni kelompok intervensi dimana responden mendapat perlakuan *pelvic rocking exercise* dengan *birth ball* yang dilakukan selama 30 menit persesi sedangkan pada kelompok control dimana responden mendapat asuhan persalinana normal kala I fase aktif sesuai dengan standar. Penelitian ini dimulai pada tanggal 02 Juni sampai 28 Juli 2022. Alat yang digunakan dalam penelitian ini berupa lembar observasi dan didapatkan hasil sebagai berikut:

1. Hasil Analisis Univariat

a. Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil analisis data dapat diketahui bahwa dari 40 primipara inpartu kala I fase aktif di Klinik Pratama Irma Solikin Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak mayoritas adalah ibu rumah tangga yaitu sebanyak 21 orang (52,5%) dan posisi kedua pegawai swasta (45%).

b. Kemajuan Persalinan Primipara Kelompok Intervensi (*pelvic rocking exercise dengan birth ball*)

Berdasarkan hasil analisis data dapat diketahui bahwa pada primipara yang melakukan *pelvic rocking exercise* dengan *birth ball* memiliki rata-rata kemajuan persalinan selama 3 jam 85 menit atau 4 jam 25 menit. dengan nilai *standard deviation* sebesar 0.66627.

c. Kemajuan Persalinan Primipara Kelompok Kontrol (*Usual Care*)

Berdasarkan hasil analisis data dapat diketahui bahwa pada primipara yang melakukan *pelvic rocking exercise* dengan *birth ball* memiliki rata-rata kemajuan persalinan selama 5 jam 65 menit atau 6 jam 5 menit dengan nilai *standard deviation* sebesar 1.35053.

2. Hasil Analisis Bivariat

a. Normalitas Data

Berdasarkan uji normalitas data yang dilakukan menggunakan *Kolmogorov-Smirnov* menunjukkan nilai *Pelvic rocking exercise* dengan *birth ball* sebesar 0,119 dan *Usual Care* sebesar 0,200 ($p\text{-value} > 0.050$). Hasil tersebut membuktikan bahwa data pada setiap kelompok berdistribusi normal sehingga analisis bivariat dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan uji independen sampel T test.

b. Pengaruh *Pelvic Rocking Exercise* dengan *Birth Ball* Terhadap Kemajuan Persalinan Pada Ibu Primipara

Berdasarkan hasil analisis menggunakan *independent samples test* dengan tingkat kepercayaan 95% menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0.000 < 0,05$ yang berarti ada perbedaan antara primipara yang melakukan *pelvic rocking exercise* dengan *birthing ball* dengan primipara yang tidak melakukan *pelvic rocking exercise* dengan *birthing ball* di Klinik Pratama Irma Solikin Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak. Hasil statistik diperoleh nilai thitung sebesar 5,345 dengan $df = 38$, sehingga nilai ttabel sebesar 2,02439 ($t_{hitung} >$

t_{tabel}). Hasil tersebut menunjukkan bahwa kemajuan persalinan yang terjadi perbedaan antara primipara yang melakukan *pelvic rocking exercise* dengan primipara yang tidak melakukan *pelvic rocking exercise* pada dasarnya berbeda, sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh latihan *pelvic rocking exercise* dengan birthing ball terhadap kemajuan persalinan pada ibu primipara.

B. Pembahasan

1. Karakteristik Responden

a. Usia Responden

Karakteristik responden berdasarkan usia dari 40 primipara inpartu kala I fase aktif di Klinik Pratama Irma Solikin Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak, sebagian besar yaitu sebanyak 38 orang atau 95% tergolong umur resiko rendah (20– 35 tahun). Menurut Surtiningsih (2018) usia ibu merupakan salah satu faktor resiko yang berhubungan dengan kualitas kehamilan dan persalinan yang berkaitan dengan kesiapan ibu dalam bereproduksi. Menurut Prawirohardjo (2011) bahwa usia reproduksi sehat yaitu antara 20- 35 tahun merupakan usia yang paling ideal untuk bereproduksi. Pada usia < 20 tahun alat-alat reproduksi masih belum matang sehingga sering terjadi komplikasi persalinan. Pada usia >35 tahun berhubungan dengan mulai terjadinya regresi sel-sel tubuh, terutama terjadi pada endometrium serta kesehatan ibu juga sudah mulai menurun dan jalan lahir menjadi kaku sehingga dapat menyebabkan persalinan lama.

b. Pendidikan Responden

Karakteristik responden berdasarkan pendidikan dari 40 primipara inpartu kala I fase aktif di Klinik Pratama Irma Solikin Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak, sebagian besar yaitu sebanyak 30 orang atau 75% responden berpendidikan SMA. Menurut Kusumawati (2006) pendidikan yang ditempuh oleh seseorang merupakan salah satu faktor demografi yang sangat berpengaruh terhadap kondisi kesehatan individu maupun masyarakat. Semakin tinggi tingkat pendidikan maka akan semakin mudah seseorang menerima informasi yang baru dan akan mudah menyesuaikan diri. Sebaliknya, jika tingkat pendidikan seseorang mrendah, akan menghambat

perilaku terhadap penerimaan informasi dan pengetahuan yang baru sehingga mempengaruhi sudut pandang dalam menyelesaikan masalah nyeri persalinan.

c. Pekerjaan Responden

Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan dari 40 primipara inpartu kala I fase aktif di Klinik Pratama Irma Solikin Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak, sebagian besar yaitu sebanyak 21 orang atau 52,5% responden adalah ibu rumah tangga. Menurut Notoatmodjo (2012) pekerjaan adalah salah satu faktor struktur sosial dalam teori *Health System Models* dapat memberikan dorongan kepada seseorang dalam mengambil tindakan untuk kesehatannya. Ibu hamil yang tidak banyak bergerak dalam bekerja harus lebih sering berjalan di sekitar tempat kerja dan berupaya untuk tidak duduk atau berdiri dalam waktu yang lama.

2. Pengaruh *Pelvic Rocking Exercise* dengan *Birthing Ball* Terhadap Kemajuan Persalinan Pada Ibu Primipara

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh pelvic rocking exercise dengan birth ball terhadap kemajuan persalinan pada ibu primipara di Klinik Pratama Irma Solikin Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak, setelah dilakukan uji *independent samples test* dengan tingkat kepercayaan 95% menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Setyorini dkk. (2021) hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh *pelvic rocking exercise* terhadap kemajuan persalinan kala I fase aktif ($p=0,001$). Pada penelitian Renaningtyas, dkk (2015) dengan hasil $x\text{-hitung} > x\text{-tabel}$ ($13,333 > 9,488$), dan $p\text{-value}$ ($0,01 < 0,05$). Dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pelaksanaan pelvic rocking dengan birthing ball dengan lamanya kala I pada ibu bersalin. Hasil penelitian ini juga selaras dengan penelitian dari Surtiningsih (2018) yang menyimpulkan bahwa pelvic rocking sangat efektif dalam memperpendek kala I fase aktif dengan $p\text{-value}$ $0,000 < 0,05$. *Birth ball* membantu ibu untuk tetap pada posisi berdiri dan juga membuka panggul, mendorong bayi untuk bergerak ke arah bawah.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa karakteristik umur responden mayoritas tergolong umur resiko rendah yaitu sebanyak 95%. Berdasarkan pendidikan, mayoritas responden berpendidikan SMA yaitu sebanyak 75% serta pekerjaan responden mayoritas adalah ibu rumah tangga yaitu sebanyak 52,5%. Rata-rata kemajuan persalinan pada primipara yang melakukan *pelvic rocking exercise* dengan *birth ball* terjadi selama 4 jam 25 menit. Sedangkan rata-rata kemajuan persalinan pada primipara yang tidak melakukan *pelvic rocking exercise* dengan *birth ball* terjadi selama 6 jam 5 menit. Terdapat pengaruh *pelvic rocking exercise* dengan *birth ball* terhadap kemajuan persalinan pada ibu primipara di Klinik Pratama Irma Solikin Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak ($p\text{-value} = 0,000 < 0,05$). Nilai perbedaan rata-rata sebesar 2 jam 20 menit, sehingga primipara yang melakukan *pelvic rocking exercise* dengan *birth ball* memiliki kemajuan persalinan 2 jam 5 menit lebih cepat dibandingkan dengan primipara yang tidak melakukan *pelvic rocking exercise*.

DAFTAR REFERENSI

- Anik, M., & Sari, E. P. (2013). Asuhan kegawatdaruratan maternal dan neonatal. *Jakarta: Trans Info Media*.
- Aprilia, Y., & Ritchmond, B. (2011). Gentle Birth: Melahirkan Nyaman Tanpa Rasa Sakit. *Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia*.
- Batubara, A., Mahayani, E., & Al Faiq Agma, A. (2019). Pengaruh Pelaksanaan Pelvic Rocking Dengan Birth Ball Terhadap Kemajuan Persalinan Pada Ibu Bersalin di Klinik Pratama Tanjung Deli Tua Tahun 2018. *COLOSTRUM: Jurnal Kebidanan*, 1(1), 11–18.
- Eniyati, E., & Putri, M. (2012). Asuhan Kebidanan Pada Masa Persalinan. *Yogyakarta : Pustaka Pelajar*, 135.
- Hidajatunnikma, H., Setyawati, E., & Palin, Y. (2020). *Efektifitas Pelvic Rocking Exercise Menggunakan Birthing Ball Terhadap Kemajuan Persalinan Pada Ibu Primipara Tahun 2020 Systematic Literature Review*.
- Kurniarum, A. (2016). *Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir*. Pusdik SDM Kesehatan.

- Kurniawati, A. (2016). *Efektifitas Latihan Birth Ball Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Primigravida di Bidan Praktek Mandiri Kota Tasikmalaya*. STIKES Aisyiyah Yogyakarta.
- Kusumawati, Y. (2006). Faktor-faktor Risiko Yang Berpengaruh Terhadap Persalinan Dengan Tindakan. *Program Pasca Sarjana Universitas Diponegoro*. Semarang.
- Notoatmodjo, S. (2012). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. *Jakarta: Rineka Cipta*, 193.
- Nursalam, I. I. (2018). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis. *Salemba Medika*.
- Prawirohardjo, S. (2011). Ilmu kandungan. *Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo*.
- Renaningtyas, D., Sucipto, E., & Chikmah, A. M. (2015). Hubungan pelaksanaan pelvic rocking dengan birthing ball terhadap lamanya kala I pada ibu bersalin di Griya Hamil Sehat Mejasem. *Siklus: Journal Research Midwifery Politeknik Tegal*, 3(2).
- Rizki, L. K., & Anggraini, F. D. (2020). Efektivitas Pelvic Rocking Exercise terhadap Kemajuan Persalinan dan Kejadian Robekan Perineum di PMB Mei Kurniawati. *Midwifery Journal: Jurnal Kebidanan UM Mataram*, 5(1), 9–12.
- Setyorini, D., Rukmaini, R., & Azzahroh, P. (2021). Pengaruh Pelvic Rocking Exercise Terhadap Kemajuan Persalinan Kala I Fase Aktif Di UPT Puskesmas Cimanggu Pandeglang Banten. *Journal for Quality in Women's Health*, 4(2), 152–159.
- Sofian, A. (2011). Rustam Mochtar Sinopsis Obstetri: Obstetri Fisiologi, Obstetri Patologi. *Jakarta: EGC*.
- Sondakh, J., & Astikawati, R. (2013). Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir. *Jakarta : Erlangga*, 228.
- Sugiyono, S. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D. *Bandung: Alfabeta*.
- Sulistiyawati, A., & Nugraheny, E. (2010). Asuhan Kebidanan Pada Ibu Bersalin. *Jakarta : Salemba Medika*, 298.
- Surtiningsih, S. (2018). Efektifitas Pelvic Rocking Exercises terhadap Lama Waktu Persalinan pada Ibu Primipara di Puskesmas Wilayah Kabupaten Banjarnegara. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 11(2), 117–129.
- Varney, H. (2011). Buku Ajar Asuhan Kebidanan, Edisi Empat. *Jakarta: EGC*.
- Walyani, E. S. (2019). Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir. *Yogyakarta: Pustaka Baru Press*, 152.
- William, R. F., & Oxorn, H. (2010). *Ilmu Kebidanan: Patologi dan Fisiologi Persalinan*. Yogyakarta: CV Andi Offset.