

UPAYA MENURUNKAN KEPALA JANIN SAAT PERSALINAN DENGAN DANCE LABOR ATAUPUN REBOZO.

Nor Asiyah^{a*}, Irawati Indrianingrum^a, Ning Nabila^a, Fania Nurul Khoirun Nisak^a

^aUniversitas Muhammadiyah Kudus. Jalan Ganesha No.1 Kudus. Indonesia

Email: norasiyah@umkudus.ac.id

Abstrak

Banyak cara alami dilakukan untuk mencegah persalinan aman diantaranya dengan dance labor dan rebozo. Dance labor telah terbukti bisa mengurangi rasa sakit dan lama persalinan. Usaha lain yang bisa dilakukan yaitu dengan rebozo. Rebozo membuat ruang panggul lebih luas sehingga janin lebih mudah melewatinya. Dance labor dan rebozo menjadi alternatif karena bisa melenturkan dan merelaksasikan otot dasar panggul sehingga kepala janin bisa dengan mudah melewati jalan lahir. Penelitian ini bertujuan membandingkan antara dance labor dan rebozo terhadap penurunan kepala janin. Jenis penelitian ini dengan menggunakan penelitian kuantitatif rancangannya Quasy-experiment dengan desain dilakukan pengukuran sebelum dan setelah perlakuan dengan bantuan kelompok kontrol dengan jumlah sampel 32 data yang di peroleh di lakukan uji normalitas data dengan dengan Shapiro-Wilk, alat uji bivariate menggunakan uji Mann-Whitney. Hasil pengujian normalitas data untuk dance labor menunjukkan nilai 0,035 sedangkan pada kelompok Rebozo menunjukkan nilai 0,023 di mana nilai $p < 0,05$ hal ini dapat disimpulkan sebagai berikut bahwa kedua kelompok berdistribusi tidak normal. Setelah di dapatkan nilai rata-rata untuk dance labor sebesar 1,25 sedangkan yang senan rebozo sebesar 2,31. Uji Mann-Whitney didapatkan nilai p value selisih dari kedua kelompok sebesar $0,041 < 0,05$ maka H_a di terima Kesimpulan, ada perbedaan efektifitas kelompok Dance labor dan kelompok Rebozo.

Kata Kunci: Penurunan Kepala janin, Dance Labor, Rebozo.

Abstract

There are many natural ways to prevent prolonged labor, including Dance Labor and Rebozo. Dance Labor has been proven to reduce pain and length of labor. Another effort that can be done is with Rebozo. Rebozo makes the pelvic space wider so that the fetus passes more easily. Dance Labor and Rebozo are alternatives because they can flex and relax the pelvic floor muscles so that the fetal head can easily pass through the birth canal. The aims of this study is to compare dance labor and rebozo on fetal head descent. This type of research uses quantitative research with a quasi-experiment design with a post-test design with control group with a sample size of 32. The data obtained was tested for normality of the data using Shapiro-Wilk, a bivariate test tool using the Mann-Wilk test. Whitney. The results of the data normality test for Dance Labor showed a value of 0.035 while the Rebozo group showed a value of 0.023 where the p value was <0.05 so it could be concluded that the two groups had an abnormal distribution. After getting the average score for dance labor it was 1.25 while for senan rebozo it was 2.31. The Mann-Whitney test showed that the p value of the difference between the two groups was $0.041 < 0.05$, so H_a was accepted. Conclusion, there is a difference in the effectiveness of the Dance Labor group and the Rebozo group.

Keywords: Fetal head descent, Dance Labor, Rebozo.

I. PENDAHULUAN

Persalinan merupakan peristiwa yang wajar yang dialami oleh seorang perempuan. Bersalin normal yaitu proses pengeluaran buah konsepsi dalam usia cukup waktu 37 minggu hingga 42 pekan, terjadi spontan,

dengan bagian terendah kepala bagian belakang dan tidak ada masalah pada ibu maupun janinnya (Prawirohardjo, 2015). Setiap persalinan memiliki risiko mengalami penyulit yang terjadi pada ibu dan juga janin. Masalah yang tidak ditangani dengan baik

dapat mengakibatkan kematian pada ibu dan bayi (Sadli, 2018).

Laporan data World Health Organization (WHO) pada tahun 2020, Kejadian Ibu yang meninggal di dunia yaitu 431 per 100.000 kelahiran hidup. Mortalitas ibu di Indonesia mencapai 177 per 100.000 kelahiran (Unicef, 2020). Data yang di dapatkan dari Dinas Kesehatan di Provinsi yang ada di Jawa Tengah, AKI mengalami penurunan akan tetapi belum melampaui target Sustainable Development Goals (SDG's) yang menargetkan sekitar 70 setiap 100.000 kelahiran hidup (Dinkes Prov Jawa Tengah, 2020). Data yang di peroleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten kota Rembang, AKI pada ibu hamil dan bersalin pada tahun 2021 sebanyak 13. Sedangkan di Puskesmas Kragan 2 Rembang terdapat AKI pada tahun 2021 sebanyak 2 orang, dari jumlah total partus sebanyak 350 orang dan terdapat 45 partus lama (12,8 %) (Dinkes. Kab. Rembang, 2021).

Dalam Peristiwa persalinan apabila terjadi kontraksi otot Rahim yang melemah maka akan mengalami pembukaan mulut rahim yang melambat. Tahap pembukaan porsio yang melambat dapat terjadi karena kelemahan otot rahim saat terjadi berkontraksi. Selain itu factor jalan lahir, factor janin, factor ibu, factor penolong dan psikis ibu juga mempengaruhi kekuatan mengejan yang berpengaruh pada proses pembukaan porsio saat menjalani persalinan. Apabila terjadi pembukaan porsio yang melambat akan berdampak pada lama kala I bertambah yang disebut dengan persalinan lama (Surtiningsih, 2017).

Tahapan persalinan dimulai pada kala satu yaitu saat pembukaan yang diawali dari porsio yang belum membuka sampai porsio membuka lengkap (10 cm). Waktu yang di perlukan kala I untuk ibu yang hamil pertama kali berlangsung 12 jam sedangkan wanita yang sudah sering melahirkan sekitar 8 jam. Persalinan primipara terjadi lebih dari 8 jam untuk fase laten (pembukaan 1-3 cm), lebih lama dari 6 jam untuk tahap pembukaan aktif (pembukaan 4-10) (Chapman, 2016). Pada tahap ini di butuhkan kekuatan mengejan yang cukup kuat untuk dapat memulai

persalinan. Melemahnya kontraksi otot rahim atau kontraksi yang tidak adekuat dapat mengakibatkan persalinan lama (Oktariana, 2016).

Salah satu cara yang digunakan untuk mengatasi kala I melambat saat proses persalinan bisa dilakukan dengan cara menggunakan obat dan tanpa obat. Salah satu metode non-farmakologis yaitu dengan melakukan senam Rebozo. Rebozo akan membuat ruang panggul ibu menjadi lebih luas sehingga bayi lebih mudah turun ke dasar panggul sehingga proses persalinan menjadi lebih cepat (Jaskara, 2015). Usaha lainnya dalam menghindari persalinan yang macet bisa dengan menggunakan dance labor yang bisa mengupayakan agar persalinan dapat terlaksana secara normal. Ini merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk membantu meringankan rasa tidak nyaman dengan melakukan gerakan aktif dan menghindari pelambatan persalinan pada kala satu fase aktif (Aprilia, 2014).

Rebozo dan dance labor merupakan cara praktis yang tidak perlu menggunakan obat dalam menangani pelambatan pembukaan porsio dan penurunan bagian terendah janin dalam proses persalinan yang bertujuan mengelastikan, merilekskan otot penyusun panggul agar bagian terendah janin dapat dengan mudah memasuki jalan lahir. Dalam penelitian yang dilakukan Munafiah (2020), memperoleh hasil dampak rebozo untuk menambah pembukaan porsio sehingga mampu mempercepat jalannya persalinan dan ditemukan selisih atau perbedaan antara pembukaan porsio pada ibu bersalin antara yang belum dilakukan rebozo dan yang telah dilakukan rebozo dari pada kelompok kontrol.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Munafiah, Astuti & Parada, (2020) tentang manfaat penggunaan teknik rebozo terhadap kemajuan persalinan menunjukkan bahwa ada perbedaan antara efektivitas pada grup intervensi dengan grup tanpa perlakuan pada penurunan bagian terendah janin pada saat terjadi persalinan di tempat Bidan Praktik Mandiri atau klinik tipe C Kota Semarang diperoleh p value $0,028 < 0,05$ yang berarti ada efektivitas grup perlakuan dan grup tanpa perlakuan dengan penurunan bagian telendah

janin pada saat bersalin. Hasil penelitian lainnya Tandiono dkk (2017), yang menyimpulkan terdapat hubungan dance labor dengan waktu proses persalinan kala satu dan kala dua. Terbukti dengan alat uji Chi Square nilai signifikansi yang di dapat dance labor dan kala satu 0,000 ($p < 0,000$) dengan di peroleh hasil koefisien kontingensi 0,675. Hasil signifikan dance labor dan kala dua 0,000 ($p < 0,000$) dengan nilai koefisiensi kontingensi 0,686 yang artinya ada hubungan antara dance labor dengan lama proses persalinan kala satu dan dua yang sangat kuat.

Studi awal telah dilakukan pada saat bulan Mei 2022 di Puskesmas Kragan 2 Rembang, terdapat 27 orang ibu yang mengalami partus, 8 pasien mengalami persalinan melambat disebabkan ibu kecapekan yang menimbulkan akibat kontraksi Rahim tidak kuat sehingga butuh dilakukan tindakan merujuk segera ke RS terdekat, sedangkan sisanya 19 pasien lainnya mengalami partus normal. Selama ini di Puskesmas Kragan 2 Rembang untuk memperkuat kontraksi dilakukan rangsangan pada puting, teknik ambulasi, mengosongkan kandung kemih, dan pemberian nutrisi. Berdasarkan wawancara dengan salah satu bidan di Puskesmas Kragan 2 Rembang belum pernah dilakukannya rebozo dengan dance labor untuk mempercepat proses persalinan terhadap parturien yang mengalami partus lama.

Berdasarkan kejadian di atas, kami hendak mengetahui lebih detail mengenai “perbandingan senam rebozo dengan dance labor terhadap penurunan kepala pada persalinan kala 1 fase aktif di Puskesmas Kragan 2 Rembang”

II. LANDASAN TEORI

A. Persalinan

1. Definisi

Persalinan normal yaitu peristiwa lahirnya buah kehamilan dalam usia cukup bulan 37 minggu hingga 42 minggu, dengan cara alami, dengan bagian terendah belakang kepala, memakan waktu maksimal 18 jam, serta tidak ada masalah penyulit apapun baik pada ibu dan janinnya. Proses ini diawali dari

timbulnya kontraksi persalinan yang sebenarnya, ditandai dengan adanya perubahan porsio yang menipis dan membuka serta berakhir dengan lahirnya plasenta (Prawirohardjo, 2015).

2. Kala I

Merupakan stase pembukaan yang berlangsung mulai belum adanya pembukaan sampai porsio membuka secara sempurna. Pada tahap pembukaan dibagi menjadi 2 fase, yakni :

a) Fase Laten

Diawali mulai munculnya kenceng pada rahim yang mampu menyebabkan porsio menipis lalu membuka secara perlahan-lahan, pembukaan porsio ini berlangsung pelan, mulai dari belum ada pembukaan atau 0 cm sampai dengan 3 cm. Waktu yang diperlukan selama kala I pada ibu yang hamil pertama sekitar 12 jam sedangkan pada wanita yang sudah beberapa kali hamil membutuhkan waktu kurang-lebih 8 jam. Saat awal timbulnya his (kenceng), fase pembukaan berlangsung tidak terlalu kuat sehingga parturient masih dapat melakukan aktifitas untuk mengurangi rasa nyeri karena kontraksi.

b) Fase Aktif

Pada tahap ini kontraksi yang timbul menjadi lebih kuat serta lebih sering. Fase aktif memakan waktu selama 6 jam dan terbagi atas 3 sub fase :

- [1] Periode akselerasi : Membutuhkan waktu 2 jam dari mulai pembukaan 3 cm hingga 4 cm.
- [2] Periode yang di sebut dilatasi maksimal : membutuhkan waktu 2 jam dimulai pembukaan 4 cm berlangsung sangat cepat hingga menjadi 9 cm. Fase ini dapat digunakan sebagai alat ukur yang bagus untuk menilai keefektifan persalinan.
- [3] Periode deselerasi : tahap ini berlangsung melambat lagi, butuh waktu 2 jam mulai dari pembukaan 9 cm hingga menjadi 10 cm atau lengkap.

Pada tahap ini parturien akan merasakan kontraksi otot Rahim yang terjadi tiap 10

menit selama 20-30 detik. Frekuensi kontraksi otot Rahim ini makin meningkat hingga 2 sampai 4 kali tiap menit, dengan durasi > 40 detik. Kontraksi otot Rahim terjadi bersama dengan keluarnya darah bercampur lender, serta pecah ketuban secara mendadak.

Mekanisme membuka porsio berbeda-beda antara primigravida dengan multigravida. Pada primigravida lubang mulut Rahim bagian dalam akan membuka terlebih dahulu, sehingga porsio akan mendatar dan menipis, kemudian lubang mulut Rahim bagian luar membuka. Pada multigravida lubang mulut rahim bagian dalam sudah sedikit terbuka. Lubang mulut Rahim bagian dalam dan luar mengalami penipisan dan pendataran serviks terjadi dalam saat yang sama (Sofian & Rustam, 2015).

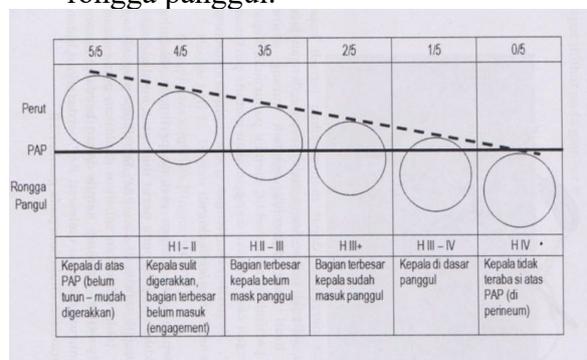
Ketuban akan pecah dengan mendadak ketika pembukaan porsio hampir atau sudah lengkap. Tidak jarang ketuban harus dipecahkan dengan alat oleh penolong persalinan ketika pembukaan hampir lengkap atau telah lengkap. Bila telah dilakukan amniotomi sebelum pembukaan mencapai 5 cm disebut ketuban pecah dini. Kala I akan berakhir apabila pembukaan porsio telah lengkap. Pada primigravida kala satu memakan waktu kira-kira 13 jam, sedangkan multigravida kira-kira 7 jam (Sofian & Rustam, 2015).

3. Penurunan kepala janin

Penilaian penurunan kepala atau bagian terendah janin dilakukan dengan menghitung proporsi bagian paling bawah janin yang masih bisa diraba dibagian atas tepi atas tulang kemaluan dan dapat diukur dengan perlima jari tangan pemeriksa (perlima). Bagian diatas tulang kemaluan merupakan bagian yang belum masuk pintu atas panggul dan sisanya (tidak teraba) menunjukkan sudah sejauh mana bagian terbawah janin telah masuk kedalam pintu atas rongga panggul (Eniyati & Melisa, 2015). Penurunan bagian paling bawah janin dengan menggunakan perlima sebagai berikut :

- 5/5: Jika bagian terbawah janin seluruhnya masih teraba diatas tulang kemaluan.

- 4/5: Jika empat jari pemeriksa masih mampu meraba kepala janin yang berada di atas tulang kemaluan atau (1/5) bagian terbawah janin telah memasuki pintu atas panggul (PAP)
- 3/5: Jika tiga jari pemeriksa masih dapat meraba bagian terbawah janin atau (2/5) bagian terbawah janin telah memasuki rongga panggul.
- 2/5: Jika dua jari pemeriksa masih mampu meraba bagian terendah janin atau hanya sebagian dari terbawah janin masih berada diatas tulang kemaluan dan 3/5 bagian telah turun melewati bidang tengah rongga panggul (tidak dapat digerakan)
- 1/5: Jika hanya 1 dari 5 jari pemeriksa masih dapat meraba bagian terbawah janin yang berada diatas tulang kemaluan dan 4/5 bagian telah turun kerongga panggul.
- 0/5: tangan pemeriksa sudah tidak meraba kepala janin dari tepi atas tulang kemaluan atau Bagian terbawah janin sudah tidak dapat diraba dari pemeriksaan luar dan seluruh bagian terbawah janin sudah masuk ke dalam rongga panggul.



Sumber: (Eniyati & Melisa, 2015)

B. Dance Labor

Dance Labor yaitu suatu program kebugaran yang dirancang bagi ibu hamil dengan tujuan untuk mengencangkan otot tubuh dan menyiapkan otot-otot lain yang diperlukan dalam proses persalinan sebagai bagian tambahan yang harus dilakukan selama kehamilan tua dan aktivitas rutin lainnya masih tetap dapat dilakukan dan tidak menimbulkan ketegangan, bisa dilakukan secara aman dan terus-menerus. (Fauziah & Sutejo, 2017).

Dance Labor pada ibu hamil diperlukan untuk menguatkan dan mengencangkan otot-otot pada perut, ekstremitas bawah serta otot dasar panggul yang dapat membantu proses persalinan, selain itu Dance Labor juga membantu ibu mendapatkan tehnik pernafasan yang baik, serta cara istirahat yang benar (Wulandari & Wahyuni, 2019).

C. Rebozo

Rebozo ditemukan dari Bahasa Spanyol yang mempunyai makna “shawl” atau lebih tepatnya kita kenal dengan istilah selendang. Terbuat dari berbagai macam bahan, bisa dari katun, campuran serat fiber tiruan, wool atau yang lainnya (Elloianza, 2017).

Sedangkan menurut saudari Nadina (2018), Rebozo mempunyai makna selendang dalam bahasa Spanyol dimana merupakan selendang kuno negara Meksiko. Selendang kuno ini biasanya digunakan untuk kegiatan sehari-hari sebagai hiasan pemanis, membantu membawa barang belanjaan, maupun untuk menggendong bayi, sama seperti selendang kuno di Indonesia. Tetapi biasanya para bidan juga menggunakan rebozo untuk bebat agar bisa meredakan rasa tidak nyaman pada saat hamil dan untuk menfiksasi kandungan agar berada di dalam posisi yang seimbang.

Jadi dapat disimpulkan, Rebozo adalah suatu cara yang digunakan sebagai selendang dengan bola gym sebagai alat tambahan untuk membantu melakukan gerakan-gerakan tertentu.

III. METODE PENELITIAN

Penelitian menggunakan desain kuantitatif dengan rancangan quasy-experiment untuk mengetahui gejala atau pengaruh yang muncul, sebagai akibat dari perlakuan tertentu. (Sugiyono, 2014) Studi komparatif dalam penelitian ini membandingkan antara Dance Labor dengan Rebozo terhadap penurunan kepala janin pada kala I.

Rancangan penelitian menggunakan post test whit control group, yaitu peneliti melakukan pengukuran tridmen pada kelompok eksperimen dengan

membandingkannya dengan kelompok control (Dharma, 2014). Pengukuran penurunan kepala janin dilakukan setelah responden melakukan Dance labor atau Rebozo.

Populasi penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin di wilayah kerja puskesmas Kragan 2 Rembang rata-rata perbulan 35 responden. Dengan sampel penelitian sebanyak 32 responden di hitung dengan Rumus Slovin. Dibagi menjadi 2 kelompok yaitu klompok control dengan Dance labor dan kelompok perlakuan dengan Rebozo. Masing-masing sebanyak 16 responden. Dipilih dengan kriteria inklusi dan eksklusi.

Instrumen penelitian menggunakan alat ukur dengan SOP tehnik Dance Labor dan Rebozo, sedangkan untuk mengukur penurunan kepala pada kala I menggunakan lembar observasi, SOP penurunan kepala berdasarkan indicator palpasi perlimaan.

Analisa bivariat dengan menggunakan uji T Test jika data yang di peroleh berdistribusi normal, namun jika data berdistribusi tidak normal, maka akan dilakukan dengan alat uji Mann Whitney. Karena untuk penelitian komparatif dan bentuk skalanya nominal dan ordinal. Sedangkan untuk uji normalitas datanya menggunakan Shapiro Wilk di karenakan jumlah responden kurang dari 50. (Dahlan S. 2011).

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

Data karakteristik Responden pada penelitian ini di ambil berdasarkan usia, pendidikan, pekerjaan dan grafida.

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi usia Responden di puskesmas Kragan 2 Rembang (n=32)

| Usia | Frekuensi | Prosentase (%) |
|-----------|-----------|----------------|
| tahun | 22 | 68,8 |
| >30 tahun | 10 | 31,2 |
| Total | 32 | 100,0 |

Sumber : Data Primer, 2022

Berdasarkan tabel 4.1 diperoleh simpulan bahwa sebagian besar usia responden adalah 20-30 tahun sebanyak 22 responden (68,8%), sedangkan yang berusia >30 tahun hanya 10 responden (31,2%).

a. Pekerjaan

Tabel 4.2 Distribusi Karakteristik Berdasarkan pekerjaan Responden di puskesmas Kragan 2 Rembang (n=32)

| Pekerjaan | Frekuensi | Prosentase (%) |
|-----------|-----------|----------------|
| Ibu RT | 4 | 12,5 |
| Tani | 1 | 3,1 |
| Buruh | 16 | 50,0 |
| Karyawan | 8 | 25,0 |
| PNS | 3 | 9,4 |
| Total | 32 | 100,0 |

Sumber : Data Primer, 2022

Tabel 4.2 diatas menunjukkan distribusi frekuensi ciri khusus responden berdasarkan pekerjaan. maka sebagian besar subjek penelitian bekerja sebagai buruh sebanyak 16 orang (50,0%), dan paling sedikit bekerja sebagai tani yaitu 1 orang (3,1%).

b. Pendidikan

Tabel 4.3 Distribusi Karakteristik Berdasarkan Pendidikan Responden di puskesmas Kragan 2 Rembang (n=32)

| Pendidikan | Frekuensi | Prosentase (%) |
|------------|-----------|----------------|
| SD | 6 | 18,8 |
| SMP | 10 | 31,2 |
| SMA | 12 | 37,5 |
| PT | 4 | 12,5 |
| Total | 32 | 100,0 |

Sumber : Data Primer, 2022

Tabel 4.3 menunjukkan bahwa responden paling banyak berpendidikan SMA dengan frekuensi 12 orang (37,5%) dan yang paling sedikit berpendidikan perguruan tinggi dengan frekuensi 4 orang (12,5%).

c. Gravidita

Tabel 4.4 Distribusi Karakteristik Berdasarkan Gravidita Responden di puskesmas Kragan 2 Rembang (n=32)

| Pendidikan | Frekuensi | Prosentase (%) |
|------------|-----------|----------------|
| Primi | 9 | 28,1 |
| Multi | 23 | 71,9 |
| Total | 32 | 100,0 |

Sumber : Data Primer, 2022

Tabel 4.4 menunjukkan bahwa paling banyak responden mempunyai riwayat Multigravida sebanyak 23 responden (71,9%), dan paling sedikit Primigravida sebanyak 9 responden (28,1%).

2. Analisa Univariat

a. Penurunan Kepala Janin Sebelum pemberian Dance Labor

Tabel 4.5 Distribusi frekuensi penurunan kepala janin sebelum pemberian Dance Labor di puskesmas Kragan 2 Rembang (n=16)

| Perlakuan | Penurunan kepala janin | Frekuensi | Prosentase (%) |
|-----------|------------------------|-----------|----------------|
| Dance | 2/5 | 3 | 18,8 |
| Labor | 3/5 | 6 | 37,5 |
| | 4/5 | 4 | 25,0 |
| | 5/5 | 3 | 18,8 |
| | Total | 16 | 100,0 |

Sumber : Data Primer, 2022

Tabel 4.5 menunjukkan penurunan kepala janin sebelum pemberian Dance labor dengan kategori penilaian penurunan kepala 3/5 sebanyak 6 orang (37,5%). Sedangkan yang terkecil penurunan kepala 2/5 dan 5/5 masing-masing sebanyak 3 orang (18,8%).

b. Penurunan Kepala Janin Setelah pemberian Dance Labor

Tabel 4.6 Distribusi frekuensi penurunan kepala janin sebelum pemberian Dance Labor di puskesmas Kragan 2 Rembang (n=16)

| Perlakuan | Penurunan kepala janin | Frekuensi | Prosentase (%) |
|-----------|------------------------|-----------|----------------|
| Dance | 0/5 | 5 | 31,2 |
| Labor | 1/5 | 5 | 31,2 |
| | 2/5 | 4 | 25,0 |
| | 3/5 | 1 | 6,2 |
| | 4/5 | 1 | 6,2 |
| | Total | 16 | 100,0 |

Sumber : Data Primer, 2022

Tabel 4.6 menunjukkan bahwa responden mengalami penurunan kepala janin pada persalinan kala 1 fase aktif menggunakan dance labor dengan kategori penilaian penurunan kepala 0/5 dan 1/5 masing-masing sebanyak 5 orang (31,2%), sedangkan yang mengalami penurunan kepala 3/5 dan 4/5 masing-masing sebanyak 1 orang (6,2%).

c. Penurunan Kepala Janin Sebelum pemberian Rebozo

Tabel 4.7 Distribusi frekuensi penurunan kepala janin sebelum pemberian Rebozo di puskesmas Kragan 2 Rembang (n=16)

| Perlakuan | Penurunan kepala janin | Frekuensi | Prosentase (%) |
|-----------|------------------------|-----------|----------------|
| Rebozo | 1/5 | 1 | 6,2 |
| | 2/5 | 2 | 12,5 |
| | 3/5 | 2 | 12,5 |
| | 4/5 | 4 | 25,0 |
| | 5/5 | 7 | 43,8 |
| Total | | 16 | 100,0 |

Sumber : Data Primer, 2022

Tabel 4.7 menunjukkan penurunan kepala janin sebelum pemberian Rebozo dengan kategori penilaian penurunan kepala 5/5 sebanyak 7 orang (43,8%). Sedangkan yang terkecil penurunan kepala 1/5 sebanyak 1 orang (6,2%).

d. Penurunan Kepala Janin Sesudah pemberian Rebozo

Tabel 4.8 Distribusi frekuensi penurunan kepala janin sebelum pemberian Rebozo di puskesmas Kragan 2 Rembang (n=16)

| Perlakuan | Penurunan kepala janin | Frekuensi | Prosentase (%) |
|-----------|------------------------|-----------|----------------|
| Rebozo | 0/5 | 3 | 18,8 |
| | 1/5 | 2 | 12,5 |
| | 2/5 | 2 | 12,5 |
| | 3/5 | 5 | 31,2 |
| | 4/5 | 4 | 25,0 |
| | Total | | 16 |

Sumber : Data Primer, 2022

Tabel 4.8 Menunjukkan bahwa responden mengalami penurunan kepala janin pada persalinan kala 1 fase aktif menggunakan tehnik rebozo dengan kategori penilaian penurunan kepala 0/5 sebanyak 3 orang (18,8%), sedangkan yang mengalami penurunan kepala 1/5 dan 2/5, masing-masing sebanyak 2 orang (12,5%), penurunan kepala 2/5 sebanyak 2 orang (12,5%).

3. Analisa Bivariat

a. Uji Normalitas data

Tabel 4.9 Uji Normalitas data terhadap penurunan kepala janin pada kala I fase aktif di puskesmas Kragan 2 Rembang (n=32)

| Kelompok Kategori | Kolmogorof-Smirnove | Shapiro-Wilk |
|-------------------|---------------------|--------------|
| Dance Labor | 0,061 | 0,035 |
| Rebozo | 0,014 | 0,023 |

Berdasarkan Tabel 4.9 dapat diketahui bahwa uji normalitas data kategori kelas Dance Labor menunjukkan nilai 0,035 pada uji Shapiro-Wilk dengan nilai $p < 0.050$. sedangkan untuk kategori kelompok rebozo menunjukkan nilai 0,023 pada uji Shapiro-Wilk dimana nilai $p < 0.05$. Berdasarkan hasil diatas dapat disimpulkan bahwa dengan tingkat kepercayaan 95% membuktikan bahwa data pada setiap kategori kelompok tidak terdistribusi normal sehingga dapat dilakukan uji lanjutan dengan menggunakan uji Mann-Whitney.

Tabel 4.10 Analisis Statistik penurunan Kepala Pada Persalinan Kala I Fase Aktif pada kelompok control dengan Dance Labor dan kelompok perlakuan dengan Rebozo.

| Kelompok | N | Mean | Median | Mean-Rank | P Value |
|-------------|----|------|--------|-----------|---------|
| Dance Labor | 16 | 1,25 | 1,0 | 13,19 | 0,041* |
| Rebozo | 16 | 2,31 | 3,0 | 19,81 | |

* : Mann-Whitney

Berdasarkan table 4.10 terlihat bahwa nilai rerata setelah dilakukan tehnik senam rebozo sebanyak 2,31 sedangkan dance labor sebanyak 1,25. Uji statistic dengan memakai Mann-Whitney didapatkan P value untuk perbedaan selisih antara kelompok intervensi tehnik senam rebozo dan dance labor sebesar $0,041 < 0,05$ maka H_a diterima, maknanya adalah ada perbedaan antara efektivitas pada kelompok senam rebozo (intervensi) dengan yang dance labor (control) terhadap penurunan bagian terendah janin (kepala janin) Pada Persalinan Kala I Fase Aktif di Puskesmas Kragan 2 Rembang.

A. Pembahasan Univariat

1. Distribusi Penurunan Kepala Janin pada persalinan kala 1 fase aktif dengan Dance Labor

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh data bahwa responden mengalami penurunan kepala janin pada persalinan kala 1 fase aktif menggunakan dance labor dengan kategori penilaian penurunan kepala 0/5 sebanyak 5 orang (31,2%), penurunan kepala 1/5 sebanyak 5 orang (31,2%), penurunan kepala 2/5 sebanyak 4 orang (25,0%), penurunan kepala 3/5 sebanyak 1 orang (6,2%), dan

penurunan kepala 4/5 sebanyak 1 orang (6,2%).

Dance Labor suatu kegiatan kebugaran yang digunakan untuk ibu hamil dengan tujuan mengencangkan sistem tubuh dan menyiapkan otot-otot yang dibutuhkan sebagai tambahan yang harus jalani selama kehamilan walaupun aktivitas rutin masih tetap perlu dilakukan dan tidak menimbulkan ketegangan otot sehingga bisa terus dilakukan secara aman (Fauziah & Sutejo, 2017).

Latihan gerakan pada ibu hamil yang diperlukan untuk memperkuat dan mengencangkan otot perut, ekstremitas serta otot dasar panggul yang akan membantu saat peristiwa persalinan, selain itu gerakan senam hamil juga dapat membantu ibu mendapatkan irama pernafasan yang baik, serta teknik istirahat yang benar (Wulandari & Wahyuni, 2019).

Dance Labor pada penelitian ini dengan menggoyangkan otot panggul. Kombinasi latihan goyang panggul dengan perut menari untuk melahirkan dapat melatih kekuatan perut dan otot pinggang. Latihan dapat mengurangi tekanan dari kepala janin selama persalinan, mengurangi tekanan pembuluh darah di daerah rahim, dan mengurangi tekanan pada kandung kemih. Latihan ini dapat membantu ibu untuk rileks dan meningkatkan proses persalinan.

Hal ini didukung penelitian oleh hasil penelitian Hendri dkk dalam Berlita,2021). penelitian yang menyatakan bahwa ibu hamil yang melakukan Belly Dance selama proses persalinan akan membantu dalam memperkuat otot lengan, dada, perut, dan panggul untuk memberikan efek relaksasi pada otot dan mempermudah proses persalinan.

2. Distribusi Penurunan Kepala Janin pada persalinan kala 1 fase aktif dengan Teknik Senam Rebozo

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh data bahwa responden mengalami penurunan kepala janin pada persalinan kala 1 fase aktif menggunakan senam Rebozo dengan kategori penilaian penurunan kepala 0/5 sebanyak 3 orang (18,8%), penurunan kepala

1/5 sebanyak 2 orang (12,5%), penurunan kepala 2/5 sebanyak 2 orang (12,5%), penurunan kepala 3/5 sebanyak 5 orang (31,2%), dan penurunan kepala 4/5 sebanyak 4 orang (25,0%).

Senam rebozo merupakan salah satu terapi yang tidak menggunakan obat untuk membantu mempercepat proses pembukaan persio ibu bersalin dan biasanya dapat dilakukan pada ibu hamil setelah menginjak usia kehamilan 28 minggu, serta juga dilaksanakan saat menjelang atau proses persalinan, Pada fase awal menjelang persalinan, dan saat memasuki fase aktif. Dilakukan dengan cara Shake, The Apple Tree, itu merupakan salah satu yang paling biasa dilakukan pada panggul seorang wanita yang akan melahirkan, dengan menggunakan gerakan yang terkontrol untuk membantu mengayunkannya mulai dari satu sisi ke sisi yang lainnya sedikit demi sedikit. Menurut Elloianza dalam (Simbolon et all., 2021).

Menurut Simbolon et all., pada saat akan menggunakan tehnik, penolong persalinan maupun pendampingnya melakukan tarikan dengan menggunakan kain dan menggoyang-goyangkannya sebagian perut ibu secara lembut. Lilitan yang pas dan sesuai akan membuat ibu merasakan seperti didekap dan akan memicu keluarnya hormon oksitosin yang mampu membantu proses persalinan lebih lancar. Ibu tidak hanya akan merasakan kenyamanan saat persalinan saja, tapi senam rebozo juga dapat membantu proses pelebaran ruang pelvic sehingga bayi akan lebih mudah turun ke dasar panggul dan proses persalinan menjadi lebih cepat (Simbolon&Siburian,2021). Teknik ini dilakukan saat terjadi kontraksi sampai dengan kontraksi berhenti.

Pada penelitian ini tehnik yang digunakan rebozo, sifting rebozo shake the apples dan rebozo sifting while lying down. Selama melakukan senam ibu nampak lebih tenang dalam menjalani persalinan, selain itu ibu juga merasa lebih nyaman karena senam ini mampu mengurangi nyeri yang dirasakan. Pada saat ibu merasakan nyaman dan tenang hal ini dapat memicu keluarnya hormone

oksitosin yang bisa membuat proses persalinan lebih lancar.

Gerakan pada otot panggul serta penolong mengoyangkan kain jarik pada saat kontraksi yang dililitkan pada perut ibu hal ini juga mengurangi rasa sakit pada kala 1. Selain itu, gerakan pada panggul membuat ruang pelvis mejadi lebih luas sehingga dapat terjadi penurunan pada kepala janin dan membantu pembukaan porsio dalam proses persalinan yang bermaksud mampu melenturkan, merilekskan otot-otot dasar panggul sehingga kepala janin dapat dengan mudah masuk dan turun ke jalan lahir.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Munafiah,dkk (2020) membandingkan teknik rebozo dengan pelvic rocking untuk menunjukkan bahwa teknik rebozo padat lebih efektif terhadap pembukaan porsio pada ibu bersalin kala I.

B. PEMBAHASAN BIVARIAT

Perbandingan Dance Labor dan Rebozo terhadap penurunan kepala janin pada kala I

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh data bahwa nilai rata-rata setelah dilakukan senam rebozo sebesar 2,31 dan kelompok control sebesar 1,25. Uji statistic menggunakan Mann-Whitney diperoleh P value untuk selisih antara kelompok senam rebozo (intervensi) dan control sebesar 0,041 < 0,05 maka H_0 diterima, sehingga disimpulkan bahwa ada perbedaan efektivitas kelompok senam rebozo (intervensi) dan Dance Labor (Kontrol) terhadap penurunan kepala janin Pada Persalinan Kala I Fase Aktif di Puskesmas Kragan 2 Rembang.

Dalam penelitian membuktikan keefektifan senam rebozo untuk kala I lebih efektif dari pada dance labor. Nilai rata-rata senam rebozo 2,31 lebih besar dibandingkan dance labor sebesar 1,25

Senam rebozo dan dance labor adalah terapi tanpa menggunakan obat untuk mempercepat kala I saat ibu bersalin. Senam rebozo merupakan cara terapi tanpa obat yang menjadi pilihan lain oleh praktisi dalam menangani penurunan kepala janin yang melambat dan pembukaan serviks dalam proses persalinan agar jalan lahir lebih lentur

dan otot-otot dasar panggul lebih rileks sehingga kepala janin dapat masuk dan turun ke jalan lahir dengan mudah (Munafiah, dkk, 2020).

Menurut Oktariana, kehamilan setelah 36 minggu akan mengalami kontraksi Rahim yang akan meningkat hingga persalinan dimulai. Kontraksi rahim akan semakin kuat setiap 10 menit sekali dan porsio akan membuka 2 cm. kontraksi yang baik mempunyai kejang otot paling kuat di bagian puncak rahim yang memiliki lapisan otot paling tebal dan puncak kontraksi terjadi secara simultan atau menjalar ke seluruh bagian rahim. Sesudah itu setiap terjadi his, otot-otot pada bagian corpus Rahim akan menjadi lebih pendek daripada sebelumnya (retraksi), sedangkan di bagian porsio yang susunan ototnya lebih sedikit akan tertarik keatas dan terbuka, hal inilah yang membuat pembukaan menjadi lebih cepat pada kala persalinan, frekuensi kontraksi akan terjadi 2 sampai 4 kontraksi tiap 10menit, dengan durasi yang semakin meningkat mulai dari 20 detik pada permulaan partus menjadi 60-90 detik pada akhir kala I atau permulaan kala II (Oktariana, M, 2016).

Menurut friedman, batas kecepatan paling cepat pada penurunan kepala rata-rata pada nulipara adalah 1,6 cm tiap jam dan normalnya 1,0 cm tiap jam. Dan pada multipara kecepatan penurunan rata-rata sekitar 5,4 cm dan minimal kira-kira 2,4 cm tiap jam.

Salah satu intervensi non farmakologis yang dapat membantu mempercepat kala I pada ibu bersalin yaitu dengan senam rebozo dan dance labor. Senam rebozo dapat meningkatkan kemajuan saat persalinan yang berfungsi untuk mengoptimalkan posisi janin karena otot ligamen dalam panggul dan rahim sedang mengalami ketegangan sehingga janin dalam rahim dalam posisi kurang baik. Pada usia kehamilan 38 minggu kehamilan janin sudah mulai turun ke dasar panggul dan gerakan rebozo sangat membantu ibu dalam proses persalinan (Afrilia,Eka& Suksesty,2021).

Sedangkan dance labor adalah gerakan senam kebugaran yang dikhususkan untuk ibu hamil dengan tujuan mengencangkan

system tubuh dan menyiapkan otot-otot yang dibutuhkan sebagai bagian yang harus dilakukan selama kehamilan dan ibu masih dapat melakukan aktifitas rutin lainnya dengan santai dan terus dilakukan secara aman (Fauziah&Sutejo, 2017)

Dalam penelitian ini menggunakan shifting, shake apple tree rebozo dan sifting while lying down. Tehnik shifting dalam rebozo yaitu dengan menyuruh ibu melakukan posisi merangkak, atau dengan merebahkan tubuhnya sambil memeluk bola persalinan atau berdiri sambil memegang kursi saat merasakan timbul kontraksi, teman yang mendampingi persalinan akan menarik kain dan menggoyang-goyangkan kain tersebut pada bagian perut ibu secara pelan dan lembut seperti gerakan mengayak tepung. Gerakan ini dapat menimbulkan rasa nyaman pada perut bagian bawah ibu dan dapat merangsang pengeluaran hormon oksitosin sehingga membuat persalinan menjadi lebih lancar.

Tehnik rebozo selanjutnya shake apple tree rebozo dan sifting while lying down tehnik tersebut membantu menguatkan otot-otot penyangga tulang panggul di dalam rahim sedangkan apple tree lebih ke ligamen otot panggul dengan melakukan pergerakan secara perlahan pada pantat ibu. Apabila otot ligamen ibu kaku dan dengan posisi melahirkan yang kurang tepat akan menyebabkan rahim dalam keadaan miring berakibat bayi sulit untuk turun ke dasar panggul.

Pada penelitian ini kelompok control mendapatkan dance labor. dance labor dalam penelitian ini dengan menggoyangkan otot panggul. Gerakan otot panggul kedepan samping belakang dapat mendorong janin untuk turun ke panggul. Gerakan ini juga membuat ibu merasa nyaman dan mengurangi rasa nyeri yang dialami. Gerakan dance labor dapat memperkuat otot panggul dan sekitarnya dapat memberikan efek relaksasi pada otot dan mempermudah proses persalinan.

Senam rebozo maupun dance labor dapat menimbulkan kenyamanan sendiri bagi ibu yang akan melahirkan. Kenyamanan tersebut merupakan pengalaman yang dialami oleh

seseorang dari suatu perlakuan. Hal ini dapat merupakan pengalaman yang terjadi secara langsung dan menyeluruh saat kebutuhan fisik, psikospiritual, sosial, dan lingkungan dapat terpenuhi. Senam rebozo dan dance labor keduanya dapat digunakan sewaktu persalinan untuk membuat otot-otot dan serat otot dalam ligament Rahim lebih rileks sehingga dapat mengurangi rasa sakit ketika timbul kontraksi. Beberapa peneliti menyatakan bahwa senam rebozo dan dance labor dapat menimbulkan efek yang baik pada psikologis seseorang dari perasaan dan dukungan yang diperoleh ibu bersalin melalui tim pendamping persalinan seperti bidan, suami, dan keluarga ketika mereka menggunakan gerakan rebozo (Afrilia, Eka & Suksesty, 2021).

Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang diperoleh oleh Munafiah(2020) yang meneliti tentang manfaat senam rebozo terhadap kemajuan persalianan diperoleh hasil bahwa ada keefektifan pada pemberian senam rebozo terhadap pembukaan porsio dan penurunan kepala janin pada ibu yang sedang bersalinan di kala I fase aktif dan tehnik rebozo juga sangat bermanfaat terhadap kemajuan persalinan.

Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang di jalani oleh Iversen et al,(2017) yaitu rebozo shake the apples dan rebozo sifting while lying down mampu memberikan efek yang baik pada persalinan, salah satunya mampu menimbulkan rasa kenyamanan selama persalinan. Sedangkan dalam penelitian Iversen ditemukan hasil bahwa rebozo shake the apples dengan rebozo sifting while lying down kedua tehnik ini dapat memberi kenyamanan pada pasien. Meliputi tehnik rebozo ini secara anatomis dapat menimbulkan tekanan pada area lumbal sampai kogsigiuis dengan kain selendang atau rebozo, dengan rangsangan tehnik rebozo ini dapat menimbulkan peregangan pada otot panggul dan mengeluarkan hormone endorphin dalam darah meningkat, dan membantu mengatur kontraksi otot rahim serta mengembalikan keseimbangan pada proses persalinan.

Hasil penelitian terkait yaitu Lawrence et all gerakan panggul atau goyang, baik di

kursi atau bergoyang ke depan dan belakang, memungkinkan panggul wanita bergerak dan mendorong janin untuk turun. Harus ditegaskan bahwa dalam posisi tegak, gravitasi membantu persalinan janin (Lawrence et all dalam Abdolahian dkk, 2014)

V. KESIMPULAN

Simpulan dari hasil penelitian berjudul “Menurunkan Kepala Janin Saat Persalinan Dengan Dance Labor Ataupun Rebozo.” adalah sebagai berikut;

Karakteristik responden yang melakukan senam rebozo paling banyak mengalami penurunan kepala janin pada persalinan kala 1 fase aktif, dengan kategori penilaian penurunan kepala 3/5 sebanyak 5 orang (31,2%) dan paling sedikit penurunan kepala 1/5 dan penurunan kepala 2/5 masing-masing sebanyak 2 responden (12,5%).

Karakteristik responden yang melakukan Dance Labor paling banyak mengalami penurunan kepala janin pada persalinan kala 1 fase aktif menunjukkan penurunan kepala 0/5 dan 1/5 masing-masing sebanyak 5 orang (31,2%) dan paling sedikit penurunan kepala 3/5 dan 5/5 masing-masing sebanyak 1 (6,2%).

Berdasarkan hasil penelitian bahwa rata-rata setelah dilakukan senam rebozo sebesar 2,31 dan kelompok control sebesar 1,25. Uji statistic menggunakan Mann-Whitney diperoleh P value untuk selisih antara kelompok intervensi (teknik rebozo) dan control sebesar $0,041 < 0,05$ maka H_0 diterima, sehingga disimpulkan bahwa ada perbedaan efektivitas kelompok senam rebozo (intervensi) dan dance labor (kontrol) terhadap penurunan kepala janin pada persalinan kala I fase aktif di Puskesmas Kragan 2 Rembang

DAFTAR PUSTAKA

Abdolahian et all.2014. Effect of Dance Labor on the Management of Active Phase Labor Pain & Clients' Satisfaction: A Randomized Controlled Trial Study. Diakses melalui : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articl>

[es/PMC4825221/](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articl). Diakses pada tanggal 19 Oktober 2022

Aprilia, Y. (2014). Hipnostetri : Rileks, Nyaman, dan Aman Saat Hamil dan Melahirkan. Gagas Media

Afrilia,Eka & Suksesty. (2021). Pengaruh Teknik Rebozo Terhadap Lama Kala I Dalam Persalinan Pervaginam. Jurnal IMJ: Indonesia Midwifery Journal. Diakses melalui : <http://jurnal.umt.ac.id/index.php/imj/article/view/6010>. Diakses pada tanggal 19 Oktober 2022.

Bobak, L. (2014). Keperawatan Maternitas, Edisi 5. Jakarta: EGC.

Berlita, dkk.2021. Combination pelvic rocking exercises with belly dance to reduce labor pain. Jurnal Ilmiah. Diakses melalui : <http://jurnal.nasional.ump.ac.id/index.php/medisains/article/view/11812>. Diakes pada tanggal 19 Oktober 2022.

Chapman, V. (2016). Persalinan dan Kelahiran Asuhan Kebidanan. Jakarta

Dharma, K. K. (2014). Metodologi Penelitian Keperawatan : Panduan Melaksanakan dan Menerapkan Hasil Penelitian. Jakarta: Trans Info Media

Dinkes Prov Jawa Tengah. (2020). Profil Kesehatan Profinsi Jawa Tengah Tahun 2020. Semarang; Dinas Kesehatan

Dinkes. Kab. Rembang (2021). Angka Kematian Ibu di Kabupaten Rembang. Rembang; Dinas Kesehatan Rembang.

Elloianza, G. N. (2017). Bidan Kita. Diakses melalui www.bidankita.com.

Eniyati & Melisa Putri R. (2015). Asuhan Kebidanan pada Ibu Bersalin. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.

Fauziah & Sutejo. (2017). Keperawatan Maternitas Kehamilan. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

Febby, Adam. (2019). Rebozo Technique: Membantu Persalinan Lebih Nyaman dengan Jarik. The Asian Parent Indonesia.

- Hidayat, A. A (2016). Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah (1st ed.). Jakarta: Salemba Medika.
- Iversen, M. L., Midtgaard, J., Ekelin, M., & Hegaard, H. K. (2017). Danish Women's Experiences of the Rebozo Technique during Labour: A Qualitative Explorative Study. *Sexual & Reproductive Healthcare: Official Journal of the Swedish Association of Midwives*, 11, 79–85. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.srh.2016.10.005>.
- Jaskara, Dela. (2015). Healthy Pregnancy, Gentle Birth and Mindful Parenting; 2015. Child birth International.
- Munafiah, dkk. (2020). Manfaat Teknik Rebozo Terhadap Kemajuan Persalinan. *Midwifery Care Journal*, Vol. 1 No.3, April 2020, e-ISSN 2715-5978 (online).
- Nadina (2018). *Bidan Kita*. Diakses melalui www.bidankita.com.
- Notoatmodjo, S. (2016). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nursalam. (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktis Edisi 3*. Jakarta: salemba medika.
- Oktariana, M. (2016). *Buku ajar Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir*. Yogyakarta
- Prawirohardjo. (2015) *Ilmu Kebidanan Edisi Ketiga*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Rachmat. (2014). *Teknik Praktis Riset Komunikasi Cetakan ke-6*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Riyanto, A. (2014). *Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Sadli, S. (2018). *Pemikiran Tentang Kajian Perempuan*. Jakarta: PT Kompas Media Nusantara
- Saleha, Siti. (2017). *Asuhan kebidanan Pada Masa Nifas*. Jakarta: Salemba Medika.
- Sari, Wenny Indah Purnama Eka (2019). Pengaruh Senam Hamil Menggunakan Bola Persalinan Terhadap Persepsi Nyeri Persalinan Dan Efikasi Diri Primigravida. *Jurnal Ilmiah Bidan*, Vol.IV, No.1, 2019.
- Saryono & Setiawan, A. (2014). *Metodologi Penelitian Kebidanan*. Nuha Medika. Jakarta.
- Sofian A, Rustam M. (2015). *Sinopsis Obstetri Jilid I Edisi Ketiga*. Jakarta: EGC.
- Simbolon & Siburian. (2021). Menguji Efektifitas Teknik Rebozo Dalam Persalinan Fase Aktif Pada Ibu Bersalin Primigravida Diwilayah Kabupaten Tapanuli Utara. *Jurnal Ilmiah Indonesia*. Diakses melalui: <https://www.jurnal.syntaxliterate.co.id/index.php/syntax-literate/article/view/4686/2663>. Diakses pada tanggal 19 oktober 2022.
- Sugiyono. (2014). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kuantitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- Suksesty, C. E. (2019). Efektifitas Pelvic Rocking Terhadap Lama Persalinan, Dilatasi Serviks dan Penurunan Kepala Janin Pada Ibu Primigravida. *Prosiding Seminar Nasional Kebidanan Dan Call Paper*, 225–230.
- Surtiningsih. (2017). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Lama Waktu Persalinan Di Puskesmas Klampok 1 Kabupaten Banjarnegara Bidan Prada: *Jurnal Ilmiah Kebidanan*. Desember 2017; 8 (2) 101-115.
- Susanna R. Cohen & Celeste R Thomas (2018) *Rebozo Technique for Fetal Malposition in Labor*.
- Tandiono, Eka Triani (2017). Hubungan Senam Hamil Dengan Lama Proses Persalinan Kala I & II Pada Ibu Hamil Primigravida Di Rsia Sakina Idaman Yogyakarta. Skripsi. Program Studi Bidan Pendidik Jenjang Diploma IV Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Unicef. (2020). *Estimates of Maternal Mortality Ratio (MMR, Maternal Deaths per 100.000 Live Birth). 2000-2020*

<http://data.unicef.org/topic/maternal-health/maternal-mortality> (Diakses tanggal 7 Mei 2022).

World Health Organization (WHO). (2020). Maternal Mortality. Diakses melalui <http://www.who.int/healthinfo/statistic/in>

[dmaternalmortality/en/](http://data.unicef.org/topic/maternal-health/maternal-mortality/en/) (Diakses tanggal 7 Mei 2022)

Wulandari Lany C & Wahyuni Sri. (2019). Efektifitas pelvic rocking exercise pada ibu bersalin kala I terhadap kemajuan persalinan. EF press digmedia. Gajah Mungkur, Semarang