

**GERAKAN PELVIC ROCKING TERHADAP LAMANYA KALA I PADA
IBU BERSALIN MULTIPARA DI BPM LISMARINI
TAHUN 2018**

**THE PELVIC ROCKING MOVEMENT ON THE DURATION OF THE I TIME IN
MULTIPARA MATERIALS IN BPM LISMARINI
2018**

Yona Sari¹, Ririn Anggraini², Tiara Fatrin³, Mely Eka Gusti Ayu⁴

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdurahman Palembang^{1,2,3,4}

*e-mail: yonaasari@gmail.com, ri2nanggraini88@gmail.com², tiarafatrin23.tf@gmail.com³,
meliekagustiayu@gmail.com⁴*

ABSTRAK

Pelvic rocking merupakan salah satu gerakan dengan menggoyangkan panggul kesisi depan, belakang, sisi kiri dan kanan. Teknik ini sering disarankan selama persalinan terutama pada kala I untuk meningkatkan relaksasi dan memungkinkan gaya gravitasi untuk membantu perjalanan bayi melalui jalan lahir. Karena pada saat posisi berdiri ukuran panggul 28% lebih besar pada pintu bawah panggul dan memperkuat dorongan meneran. Secara anatomi posisi tegak lurus (berdiri, jongkok) merupakan posisi yang paling sesuai untuk melahirkan, karena sumbu panggul dan posisi janin berada pada arah gravitasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan gerakan pelvic rocking terhadap lamanya kala I pada ibu bersalin multipara di BPM Lismarini tahun 2018. Penelitian ini dilakukan di BPM Lismarini Palembang Tahun 2018. Penelitian ini merupakan penelitian yang bersifat Eksperimen dengan kategori True Experimental Design yaitu jenis rancangan penelitian yang mempunyai ketelitian tinggi karena sampelnya dipilih secara acak dan ada kelompok kontrolnya menggunakan pendekatan Randomized Posttest Only Control Design yaitu ada dua kelompok yang dipilih secara acak, kemudian satu kelompok diberi treatment, sedangkan lainnya tidak diberi perlakuan dan kemudian langsung diamati atau diukur. Data dianalisis dengan menggunakan analisis statistik uji Chi-Square. Hasil penelitian menunjukkan nilai p Value (0,037) lebih kecil dari α ($< 0,05$) hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara gerakan pelvic rocking terhadap lamanya Kala I pada ibu bersalin multipara.

Kata kunci : *Pelvic rocking, lama kala I*

ABSTRACT

Pelvic Rocking is a kind of movement used during the process of childbirth in which the expectant mother shakes her hip forward, back, to the right side, and left side. The technique is often suggested during childbirth, particularly in opening I, to increase relaxation and to ease the fetal to pass through the way. During the standing position, the size of the hip is 28% bigger than usual, and it will strengthen the birth push. Anatomically, the upright position (standing, and squatting) is the most suitable position to give birth, and it is because the hip point and the fetal position are within the direction of gravitation. The purpose of this research is to find out The Correlation between Pelvic Rocking movement with multipara maternal opening I period. The research has been done at BPM Lismarini Palembang on 2018. It is an Experimental research with True Experimental design, which is a kind of research design with high accuracy as the sample is randomly chosen, and there is control group. Randomized Posttest Only Control Design is the approach used in this research; two groups are chosen randomly, then one group is given a treatment while the other is not, then they are observed and tested. The data was analyzed through analytical statistik with Chi-Square. The result of the research shows that p value = 0.037 < α 0.05. it means that there is a significant correlation between Pelvic Rocking movement with multipara maternal opening I period.

Keyword: *Pelvic rocking, opening I period*

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan peristiwa fisiologis yang dalam prosesnya menimbulkan rasa nyeri hebat, bahkan sebagian wanita mengalami nyeri yang luar biasa. Rasa nyeri muncul akibat reflex fisik dan respon psikis ibu. Ketegangan emosi akibat rasa cemas sampai rasa takut dapat memperberat persepsi nyeri selama persalinan. Nyeri yang dialami ibu ketika menghadapi proses persalinan dapat merangsang ketakutan, sehinggatimbul kecemasan yang berakhir dengan kepanikan. Hal ini dapat menimbulkan respon fisiologis yang berpotensi mengurangi kemampuan Rahim untuk berkontraksi, akibatnya akan memperpanjang waktu persalinan¹.

Persalinan adalah proses membuka dan menipisnya serviks dan janin turun kedalam jalan lahir. Persalinan dan kelahiran normal adalah proses pengeluaran janin yang terjadi pada kehamilan cukup bulan (37-42 minggu)².

Persalinan adalah suatu proses pengeluaran hasil konsepsi (janin dan uri) yang dapat hidup diluar rahim melalui jalan lahir atau dengan jalan lain³.

Persalinan adalah proses pengeluaran hasil konsepsi (janin dan plasenta) yang telah cukup bulan atau hampir cukup bulan dan dapat hidup di luar kandungan melalui jalan lahir atau melalui jalan lahir lain dengan bantuan atau tanpa bantuan⁴.

Setiap wanita biasanya banyak memilikidisposisi kepribadian yang berbeda dan mewarnai persalinan bayinya. Apa yang terjadi saat persalinan secara langsung mempengaruhi psikologis dalam persalinan, perasaan dan sikap seorang wanita dalam melahirkan sangat bervariasi dan dipengaruhi oleh banyak faktor diantaranya perbedaan struktur sosial, budaya, dan agama serta kesiapan ibu dalam menghadapi persalinan, pengalaman masa lalu, support dan lingkungan⁵. Dengan adanya kontraksi

rahim tersebut maka otot-otot polos rahim bekerja dengan baik dan sempurna secara bertahap akan mendorong janin melalui serviks (rahim bagian bawah) dan vagina, kontraksi menyebabkan serviks membuka secara bertahap, menipis dan tertarik sampai hampir menyatu dengan rahim. Proses inilah yang menyebabkan nyeri pada kala I. Rasa nyeri yang ditimbulkan akibat kontraksi ini kerap membuat ibu menjadi tidak nyaman dan makin panik serta dapat berpengaruh pada kontraksi rahim. Untuk itu perlu diperhatikan penanganan untuk mengatasi nyeri pada kala I persalinan⁶.

Kala I dimulai sejak awal terjadinya kontraksi uterus dan pembukaan mencapai lengkap. Kala I dibagi menjadi dua fase yaitu laten dan fase aktif. Fase laten dimulai sejak awal kontraksi yang menyebabkan penipisan dan pembukaan serviks secara bertahap, yaitu pembukaan 1-3 cm. Sedangkan, fase aktif terjadi penurunan bagian terbawah janin yaitu pembukaan 4-10cm. Lamanya kala I pada ibu bersalin primigravida 12 jam, sedangkan pada multipara 6 cm⁷.

Permasalahan pada kala I ini di Indonesia masih banyak ditemukan diantaranya adalah partus lama sebesar 42,96% yang merupakan salah satu dari beberapa penyebab kematian ibu dan bayi baru lahir. Akibat yang akan timbul bagi ibu dengan Kala I lama yaitu diantaranya ketuban pecah dini, ruptur uteri, cedera dasar panggul dan dehidrasi. Sedangkan, bagi janin yaitu diantaranya detak jantung janin mengalami gangguan, caput dan asfiksia⁸.

Pada umumnya ibu diharapkan mengalami pembukaan serviks 1 cm per jam setelah fase aktif persalinan dimulai atau setelah ibu mengalami pembukaan serviks 4 cm (pada persalinan aktif). Persalinan yang lama menyebabkan ibu mengalami stress dan kelelahan lebih lama sehingga rasa nyeri akan meningkat. Lamanya waktu persalinan bisa disebabkan oleh bayi yang besar atau kelainan pada pelvis yang mengakibatkan rasa nyeri dan kelelahan yang semakin

meningkat seiring lamanya proses persalinan⁹.

Kontraksi semakin lama, semakin kuat dan yang sering dapat menimbulkan kecemasan. Kecemasan pada ibu bersalin kala I bisa berdampak meningkatkan *sekresi adrenalin*, yang dapat menyebabkan *vasokontraksi* sehingga suplay oksigen ke janin menurun. Penurunan aliran darah menyebabkan melemahnya kontraksi rahim dan berakibat memanjangnya proses persalinan sehingga dapat menyebabkan persalinan lama.

Pelvic rocking merupakan salah satu gerakan dengan menggoyangkan panggul kesisi depan, belakang, sisi kiri dan kanan. Gerakan ini digunakan untuk mengurangi rasa kurang nyaman pada saat proses persalinan dan mempercepat penurunan kepala janin¹⁰.

Berbagai upaya fisiologis dilakukan untuk mencegah persalinan lama serta dapat membuat ibu agar lebih rileks, seperti senam hamil dan teknik nafas dalam. Upaya lainnya yang sangat efektif mencegah persalinan lama dan membuat ibu rileks yaitu *pelvic rocking*. *Pelvic rocking* merupakan cara yang efektif untuk bersantai bagi tubuh bagian bawah khususnya daerah panggul. Teknik ini sering disarankan selama persalinan terutama pada kala I untuk meningkatkan relaksasi dan memungkinkan gaya gravitasi untuk membantu perjalanan bayi melalui jalan lahir¹¹.

Jika dilakukan pada masa persalinan gerakan *pelvic rocking* ini dilakukan pada saat ada kontraksi dan pada fase laten pada kala I persalinan, karena pada fase laten kontraksi atau his nya tidak begitu kuat sehingga ibu bersalin masih dapat di ajak berjalan-jalan dan berkomunikasi. Teknik ini sering disarankan selama persalinan terutama pada kala I untuk meningkatkan relaksasi dan memungkinkan gaya gravitasi untuk membantu perjalanan bayi melalui jalan lahir¹¹.

Pelvic Rocking dapat membantu ibu dalam posisi tegak, tetap tegak ketika dalam proses persalinan akan memungkinkan ukuran panggul melebar maka dibantu gaya gravitasi sehingga kepala menekan servik dan membantu dilatasi servik yang dapat memicu cepatnya penurunan kepala janin, ditambah ibu melakukan gerakan memutar panggul (*pelvic rocking*), berbeda halnya jika ibu bersalin hanya berdiri tanpa ada bantuan gerakan⁵.

Gerakan *pelvic rocking* ini menambah ukuran rongga panggul. Penambah ukuran rongga panggul ini terjadi karena pada saat melakukan gerakan *pelvic rocking* ibu hamil menjadi lebih rileks dan melatih otot-otot polos yang terdapat di dalam rongga panggul. Dengan melakukan gerakan dapat menurunkan hormon-hormon stres, mengaktifkan hormon *endorfin* alami, meningkatkan perasaan rileks, dan mengalihkan perhatian dari rasa takut, cemas dan tegang, memperbaiki sistem kimia tubuh sehingga menurunkan tekanan darah serta memperlambat pernafasan, detak jantung, dan aktivitas gelombang otak. *Pelvic rocking* juga melonggarkan persendian yang berhubungan dengan persalinan, meningkatkan ketegangan dan kepercayaan diri menghadapi persalinan, memperoleh pengetahuan dan kemampuan mengatur pernafasan, relaksasi dan kontraksi otot dinding perut, otot sekat rongga badan dan otot dasar panggul saat persalinan sehingga waktu persalinan dapat dipersingkat dan rasa sakit akibat kontraksi tidak terlalu dirasakan karena terfokus pada gerakan *pelvic rocking* tadi¹¹.

Selain itu, gerakan ini juga dapat dilakukan menggunakan *Birthing Ball* (Bola persalinan). *Pelvic rocking* dengan menggunakan *Birthing Ball* dapat pula menambah ukuran rongga panggul sama halnya melakukan gerakan *pelvic rocking* secara berdiri, dengan duduk diatas bola sambil menggoyangkan panggulnya ibu dapat merasa lebih nyaman serta menggoyangkan

panggul dapat lebih mudah. Untuk efektifitasnya sama seperti ibu melakukan gerakan *pelvic rocking* dengan berdiri¹⁰.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Dyah Renaningtyas di Griya Hamil Sehat Mejasem pada bulan Januari hingga maret 2013 menunjukkan bahwa dari 30 ibu bersalin, 27 diantaranya melakukan gerakan *pelvic rocking* dengan *birthing ball* dan 3 responden tidak melakukan gerakan *pelvic rocking* dengan *birthing ball*. Didapatkan hasil penelitian bahwa χ^2 hitung $>$ χ^2 tabel ($13,333 > 9,488$), dan p value ($0,01 < 0,05$) yang berarti bahwa ada hubungan antara gerakan *pelvic rocking* dengan *birthing ball* terhadap lamanya kala I pada ibu bersalin. Penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Catur Erti Suksesty yang diterbitkan di jurnal seminar nasional kebidanan dengan sampel 23 ibu bersalin primigravida kala I fase aktif. Sampel dikelompokkan menjadi dua yaitu kelompok yang diberikan *pelvic rocking* dan kelompok yang diberikan asuhan standar. Hasil analisis data memiliki perbedaan antara dua kelompok intervensi dengan nilai $P < 0,05$ dan CI 95% menunjukkan variabel waktu $p = 0,004$ dan variabel dilatasi servik dengan nilai $p = 0,007$ (*Mann whitney Test*) dan variabel penurunan kepala janin dengan *chi square test* nilai $p > 0,05$ tidak memiliki pengaruh antara *pelvic rocking* terhadap penurunan kepala janin kala I fase aktif pada dua kelompok perlakuan.

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan gerakan *pelvic rocking* terhadap lamanya Kala I ibu bersalin multipara.

Manfaat teoritis dari penelitian ini yaitu Informasi yang di peroleh dari hasil penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan dimasa yang akan datang bagi pengembang ilmu pengetahuan dan memberikan salah satu bahan acuan bagi peneliti-peneliti lain yang meneliti mengenai hubungan gerakan *pelvic rocking* terhadap lamanya kala I pada ibu bersalin multipara. Sedangkan manfaat

praktisnya adalah hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber informasi dan penambahan wawasan bagi tenaga kesehatan khususnya untuk pelayan pada ibu bersalin multipar kala 1 tentang *pelvic rocking* sebagai salah satu gerakan untuk mempercepat proses persalinan serta memberikan rasa nyaman pada lamanya kala 1 persalinan.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian yang bersifat *Experimen* dengan kategori *True Experimental Design* yaitu jenis rancangan penelitian yang mempunyai ketelitian tinggi karena sampelnya dipilih secara acak dan ada kelompok kontrolnya menggunakan pendekatan *Randomized Posttest Only Control Design* yaitu ada dua kelompok yang dipilih secara acak, kemudian satu kelompok diberi *treatment*, sedangkan lainnya tidak diberi perlakuan dan kemudian langsung diamati atau diukur¹².

Penelitian ini dilakukan pada ibu bersalin kala 1 multipara di BPM Lismarini Palembang Tahun 2018. Sampel yang digunakan menggunakan teknik *Purposive Sampling* dimana pengambilan sampel ini dilakukan dengan sampel yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Jumlah sampel yang ditetapkan sebanyak 30 sampel, dan sampel tersebut akan dibagi menjadi 1:1 yaitu 15 orang responden kelompok yang diberi perlakuan dan 15 orang responden yang tidak diberi perlakuan.

Analisa univariat merupakan analisa terhadap tiap variabel dari hasil penelitian untuk menghasilkan distribusi frekuensi dan persentase dari tiap variabel, sedangkan Analisa bivariat yaitu menganalisa variabel-variabel penelitian guna menguji hipotesis serta untuk melihat gambaran hubungan antara variabel penelitian¹³. Analisa ini digunakan untuk mengetahui adakah hubungan gerakan *pelvic rocking* terhadap

lamanya kala I pada ibu bersalin multipara di BPM Lismarini.

HASIL

Tabel 1.

Distribusi frekuensi Gerakan Pelvic Rocking di BPM Lismarini Palembang tahun 2018

No	Gerakan Pelvic Rocking	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Ya	15	50
2	Tidak	15	50
	Total	30	100

Berdasarkan **Tabel 1** dapat diketahui bahwa responden yang melakukan gerakan *pelvic rocking* dari 30 responden ibu bersalin multipara di BPM Lismarini Palembang, 15 (50%) responden yang melakukan gerakan *pelvic rocking* dan 15 (50%) responden yang tidak melakukan gerakan *pelvic rocking*.

Tabel 2.

Distribusi frekuensi Lama Kala I di BPM Lismarini Palembang tahun 2018

No	Lama Kala I	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Cepat < 6 jam	12	40
2	Normal = 6 jam	8	26,7
3	Lambat > 6 jam	10	33,3
	Total	30	100

Berdasarkan **Tabel 2** dapat diketahui bahwa kala I normal sedangkan 10 (33,3%) dari 30 responden, terdapat 12 (40%) responden yang mengalami kala I lambat. responden mengalami lama kala I cepat dan 8 (26,7%) responden yang mengalami lama

Tabel 3.

Hubungan gerakan pelvic rocking terhadap lamanya kala I pada ibu bersalin multipara di BPM Lismarini Palembang tahun 2018

Lama Kala I	Gerakan Pelvic Rocking				Jumlah		P Value
	Ya		Tidak				
	n	%	n	%	N	%	
Cepat < 6 jam	9	30	3	10	12	40	0,037
Normal = 6	4	13,3	4	13,3	8	26,7	
Lambat > 6 jam	2	6,7	8	26,7	10	33,3	
Total	15		15		30	100	

Dari **Tabel 3** diketahui dari 30 responden, 12 (40%) responden yang waktu kala I nya cepat (< 6 jam) diantaranya 9 (30%) responden yang melakukan gerakan *pelvic rocking* dan 3 (10%) responden yang tidak melakukan gerakan *pelvic rocking*. Sedangkan waktu kala I nya normal (= 6 jam) terdapat 8 (26,7%) responden diantaranya 4 (13,3%) responden yang melakukan gerakan *pelvic rocking* dan 4 (13,3%) responden yang tidak melakukan gerakan *pelvic rocking*.

PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Gerakan Pelvic Rocking

Berdasarkan **Tabel 1** dapat diketahui bahwa dari 30 responden ibu bersalin multipara di BPM Lismarini Palembang, 15 (50%) responden yang melakukan gerakan *pelvic rocking* dan 15 (50%) responden yang tidak melakukan gerakan *pelvic rocking*.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Surtiningsih (2016) kepada ibu bersalin di Puskesmas wilayah Kabupaten Banjarnegara tentang efektifitas *pelvic rocking exercises* terhadap lama waktu persalinan, yang dimana subyek penelitian ini yaitu 40 ibu hamil, yang terbagi dalam dua kelompok. Didapatkan hasil $p\text{ value } 0,000 < \alpha = 0,05$. Berarti dapat disimpulkan bahwa *pelvic rocking* efektif memperpendek lama waktu persalinan kala I pada ibu bersalin di Puskesmas Wilayah Kabupaten Banjarnegara.

Gerakan *Pelvic rocking* merupakan cara yang efektif untuk bersantai bagi tubuh bagian bawah khususnya daerah panggul. *Pelvic Rocking* ini biasa dilakukan sejak usia kehamilan 36 minggu sampai masa inpartu sampai menunggu pembukaan lengkap. Jika dilakukan pada masa persalinan gerakan *pelvic rocking* ini dilakukan pada saat ada kontraksi dan pada fase laten pada kala I persalinan, karena pada fase laten kontraksi atau his nya tidak begitu kuat sehingga ibu bersalin masih dapat di ajak berjalan-jalan dan berkomunikasi. Teknik ini sering disarankan selama persalinan terutama pada kala I untuk meningkatkan relaksasi dan memungkinkan gaya gravitasi untuk membantu perjalanan bayi melalui jalan lahir⁴.

Gerakan *pelvic rocking* ini dilakukan dengan posisi berdiri, pada ibu bersalin posisi berdiri memudahkan penurunan kepala janin. Karena pada saat posisi berdiri ukuran panggul 28% lebih besar pada pintu bawah panggul dan memperkuat dorongan meneran. Secara

anatomi posisi tegak lurus (berdiri, jongkok) merupakan posisi yang paling sesuai untuk melahirkan, karena sumbu panggul dan posisi janin berada pada arah gravitasi. Pada posisi tegak tidak ada hambatan dari gerakan uterus berbeda halnya pada posisi berbaring otot uterus lebih banyak bekerja dan proses persalinan berlangsung lebih lama. Selain itu gerakan *pelvic rocking* dengan posisi tegak dapat membuat sacrum bergerak ke depan dan mengakibatkan tulang ekor tertarik ke belakang menyebabkan ukuran panggul menjadi luas, sehingga mengurangi lamanya proses persalinan¹⁴.

Lama Kala I

Berdasarkan Tabel 2 dapat diketahui bahwa dari 30 responden, terdapat 12 (40%) responden mengalami lama kala I cepat yang waktu bersalin pada kala I < 6 jam dan 10 (33,3%) responden yang mengalami lama kala I lambat yang waktu bersalin pada kala I > 6 jam.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Surtiningsih (2016) kepada ibu bersalin di Puskesmas wilayah Kabupaten Banjarnegara tentang efektifitas *pelvic rocking exercises* terhadap lama waktu persalinan, yang dimana subyek penelitian ini yaitu 40 ibu hamil, yang terbagi dalam dua kelompok. Didapatkan hasil $p\text{ value } 0,000 < \alpha = 0,05$. Berarti dapat disimpulkan bahwa *pelvic rocking* efektif memperpendek lama waktu persalinan kala I pada ibu bersalin di Puskesmas Wilayah Kabupaten Banjarnegara. Kala I persalinan adalah kala pembukaan dimulai dari adanya tanda-tanda persalinan sampai pembukaan lengkap. Terdapat dua fase pada kala I yaitu fase laten dan fase aktif. Pada fase laten dimulai sejak awal kontraksi yang menyebabkan penipisan dan pembukaan serviks 1-3 cm, kontraksi atau his pada fase laten ini tidak begitu kuat sehingga ibu bersalin masih dapat diajak berjalan-jalan dan berkomunikasi. Sedangkan pada fase aktif frekuensi dan lama kontraksi uterus umumnya meningkat, serviks membuka 4-10 cm dan terjadi penurunan bagian terbawah janin.

Lama Kala I pada kehamilan pertama (Primipara) 12 jam dengan fase laten selama 6 jam dan fase aktif selama 5 jam pembukaan serviks 1 cm/jam, sedangkan pada kehamilan selanjutnya (multipara) 6 jam dengan fase laten 3-4 jam dan fase aktif 2 jam pembukaan serviks 1-2 cm/jam (Oxorn, 2010).

Persalinan dengan kala I lama (memanjang) bagi ibu dapat berdampak ketuban pecah dini, *sepsis puerperalis*, ruptur uteri dan cedera dasar panggul. Sedangkan, bagi janin dapat berdampak detak jantung janin mengalami gangguan, dapat terjadi *takikardia* sampai *bradikardia*¹⁵.

Dalam penelitian ini ternyata masih ada responden yang kala I lambat > 6 jam dikarenakan responden tidak melakukan gerakan *pelvic rocking* dan sebagian dikarenakan lilitan tali pusat serta bayi besar.

Analisis Bivariat

Dari **Tabel 3** di atas diketahui dari 30 responden, 15 responden yang melakukan gerakan *pelvic rocking* terdapat 9 (30%) responden yang waktu kala I nya cepat (< 6 jam) dan 2 (6,6%) responden yang waktu kala I nya lambat (> 6 jam). Sedangkan 15 responden yang tidak melakukan gerakan *pelvic rocking*, terdapat 3 (10%) responden yang waktu kala I nya cepat (< 6 jam) dan 8 (26,7%) responden yang waktu kala I nya lambat (> 6 jam).

Berdasarkan hasil uji statistic *Chi-Square* didapatkan nilai *p value* = 0,037 lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ ($p \text{ value} \leq \alpha$). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara gerakan *pelvic rocking* terhadap lamanya kala I pada ibu bersalin multipara.

Gerakan *pelvic rocking* ini dilakukan dengan posisi berdiri, pada ibu bersalin posisi berdiri memudahkan penurunan kepala janin. Karena pada saat posisi berdiri ukuran panggul 28% lebih besar pada pintu bawah panggul dan memperkuat dorongan meneran. Secara anatomi posisi tegak lurus (berdiri, jongkok)

merupakan posisi yang paling sesuai untuk melahirkan, karena sumbu panggul dan posisi janin berada pada arah gravitasi. Pada posisi tegak tidak ada hambatan dari gerakan uterus berbeda halnya pada posisi berbaring otot uterus lebih banyak bekerja dan proses persalinan berlangsung lebih lama. Selain itu gerakan *pelvic rocking* dengan posisi tegak dapat membuat sacrum bergerak ke depan dan mengakibatkan tulang ekor tertarik ke belakang menyebabkan ukuran panggul menjadi luas, sehingga mengurangi lamanya proses persalinan¹⁴.

Pelvic Rocking ini biasa dilakukan sejak usia kehamilan 36 minggu sampai masa inpartu sampai menunggu pembukaan lengkap. Jika dilakukan pada masa persalinan gerakan *pelvic rocking* ini dilakukan pada saat ada kontraksi dan pada fase laten pada kala I persalinan, karena pada fase laten kontraksi atau his nya tidak begitu kuat sehingga ibu bersalin masih dapat di ajak berjalan-jalan dan berkomunikasi. Teknik ini sering disarankan selama persalinan terutama pada kala I untuk meningkatkan relaksasi dan memungkinkan gaya gravitasi untuk membantu perjalanan bayi melalui jalan lahir¹¹.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Dyah Renaningtyas (2013) dengan judul Hubungan Pelaksanaan *Pelvic Rocking* dengan *Birth Ball*. Dari 30 persalinan, 27 diantaranya ibu bersalin melakukan teknik *pelvic rocking* dan 3 responden tidak melakukan gerakan *pelvic rocking*. Menurut hasil uji korelasi *chi-square* didapatkan hasil *p value* 0,01 lebih kecil dari $\alpha = 0,05$. Disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak yang berarti ada hubungan antara pelaksanaan *pelvic rocking* dengan *birth ball* dengan lamanya kala I pada ibu bersalin¹⁰.

KESIMPULAN

1. Diketahui bahwa dari 30 responden ibu bersalin multipara di BPM Lismarini Palembang, 15 (50%) responden yang melakukan gerakan *pelvic rocking* dan 15 (50%) responden yang tidak melakukan

gerakan *pelvic rocking* di BPM Lismarini Palembang tahun 2018.

2. Diketahui bahwa dari 30 responden, terdapat 12 (40%) responden mengalami lama kala I cepat yang waktu bersalin pada kala I < 6 jam dan 10 (33,3%) responden yang mengalami lama kala I lambat yang waktu bersalin pada kala I > 6 jam di BPM Lismarini Palembang tahun 2018.
3. Hasil uji statistic *Chi-Square* didapatkan p value = 0,037 lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ (p value $\leq \alpha$). Dengan demikian H_a diterima dan H_0 ditolak, hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara gerakan *pelvic rocking* terhadap lamanya kala I pada ibu bersalin multipara di BPM Lismarini Palembang Tahun 2018.

SARAN

1. Untuk Tempat Penelitian
Diharapkan untuk dilaksanakan agar menerapkan Gerakan *Pelvic Rocking* terhadap lama kala I ibu bersalin multipara secara intensif agar dapat membantu proses lama kala I ibu bersalin menjadi cepat dan ibu merasa rileks.
2. Untuk Institusi Pendidikan
Diharapkan untuk lebih meningkatkan kualitas pendidikan bagi mahasiswi serta menambah kepastakaan dan dijadikan sebagai referensi penelitian yang berkaitan
3. Untuk Mahasiswa
Diharapkan untuk meningkatkan pengetahuan dan manfaat dalam melakukan Gerakan *pelvic rocking* terhadap lama kala I ibu bersalin multipara serta disarankan untuk penelitian selanjutnya dilakukan tidak hanya pada ibu multipara tetapi ibu primipara juga, sehingga dapat dilihat perbandingan lamanya kala I ibu bersalin multipara dan primipara dalam melakukan gerakan *pelvic rocking*.

DAFTAR PUSTAKA

1. Asri Dwi, dkk. 2010. *Asuhan Persalinan Normal*. Yogyakarta : Nuhu Medika
2. Prawirohardjo, S. 2012. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
3. Sofian. 2011. *Sinopsis Obstetri*. Jakarta: EGC
4. Nurasih, Ai. 2012. *Asuhan Persalinan Normal Bagi Bidan*. Bandung : Refika Aditama
5. Kuswandi. 2011. *Keajaiban HypnoBirthing*. Jakarta : Pustaka Bunda
6. Maryunani, Anik. 2010. *Nyeri Dalam Persalinan "Teknik dan cara Penanganannya"*. Jakarta : Trans Info Medika
7. Oxorn.2010. *Ilmu Kebidanan : Patologi & Fisiologi Persalinan*. Yogyakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
8. Survey Demografi Kesehatan Indonesia. 2012
9. Murray & Huelsman. 2013. *Persalinan dan Melahirkan*. Jakarta : ECG
10. Renaningtyas Dyah, dkk. 2013. Hubungan Pelaksanaan *Pelvic Rocking* Dengan *Birthing Ball* Terhadap Lamanya Kala I Pada Ibu Bersalin di Griya Hamil Sehat Mejasem. Program Studi D III Kebidanan Polteknik Harapan Bangsa
11. Aprillia, Y.Ritchmond. 2011. *Gentle Birth Melahirkan Tanpa Rasa Sakit*. Jakarta : Gramedia Widiasarana Indonesia
12. Hidayat A. 2012. *Metode penelitian Kebidanan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Selemba Medika
13. Notoatmodjo S. 2010. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
14. Rohani, dkk 2011. *Asuhan Kebidanan Pada Masa Persalinan*. Jakarta: Selemba Medika
15. Fauziyah. 2012. *Obstetri Patologi*. Yogyakarta : Nuhu Medika