

PENGARUH MODIFIKASI ROCKING PELVIC TERHADAP PERCEPATAN KALA I PERSALINAN PADA IBU PRIMIGRAVIDA

Effect of Modified Pelvic Rocking on the Acceleration of Stage I of Labor in Primigravida Mothers

¹St. Surya Indah Nurdin, ¹Zulaika F Asikin, ²Zul Fikar Ahmad

¹Universitas Muhammadiyah Gorontalo

²Universitas Negeri Gorontalo

(suryaindahnurdin@umgo.ac.id)

ABSTRACT

Pelvic rocking is an exercise that moves the pelvis or swings and shakes it forward and backward; the right side, left, and circular will feel more relaxed and facilitate the opening of the birth canal during labor. This study aimed to determine the effect of Pelvic Rocking modification on the progress of first-stage labor at Siti Khadijah Gorontalo City. Pelvic rocking modification is expected to provide better results in labor progress in the first stage. This study was conducted at the Sitti Khadijah Mother and Child Hospital, Gorontalo City. This study used a quasi-experimental design with a post-test-only control group design. All primigravida inpartu mothers were in the study population with a sample size 50. The results showed that the p-value of $0.036 < \alpha (0.05)$ there was an effect of Pelvic Rocking modification on the progress of labor in the first phase of the active phase in mothers who were given pelvic rocking modification and those who were not given pelvic rocking.

Keywords: *Pelvic Rocking, Childbirth, Primigravida, Childbirth, Husband's Role.*

ABSTRAK

Rocking pelvic merupakan latihan menggerakkan panggul atau mengayunkan dan menggoyangkan panggul kearah depan dan ke belakang, sisi kanan kiri dan melingkar akan terasa lebih relaks dan mempermudah membukanya jalan lahir pada waktu persalinan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui ada pengaruh modifikasi rocking pelvic terhadap kemajuan persalinan kala 1 di Siti Khadijah Kota Gorontalo. Modifikasi rocking pelvic diharapkan dapat memberikan hasil yang lebih baik dalam kemajuan persalinan kala I. Penelitian ini dilaksanakan di Rumah Sakit Ibu dan Anak Sitti Khadijah Kota Gorontalo. Penelitian ini menggunakan desain Quasy eksperimental dengan rancangan Post-test Only Control Group Design. Semua ibu inpartu primigravida merupakan populasi penelitian dengan jumlah sampel sebanyak 50 orang. Data dianalisis menggunakan bantuan komputer dengan uji Mann-Whitney. hasil bahwa p-value sebesar $0.036 < \alpha (0,05)$ ada pengaruh modifikasi rocking pelvic terhadap kemajuan persalinan kala 1 fase aktif pada ibu yang diberikan modifikasi rocking pelvic dan yang tidak diberikan rocking pelvic.

Kata Kunci: *Rocking Pelvic, Persalinan, Primigravida, Inpartu, Peran Suami.*

PENDAHULUAN

Persalinan normal adalah proses pengeluaran hasil konsepsi yang dapat hidup dari dalam uterus melalui vagina ke dunia luar yang terjadi pada kehamilan yang cukup bulan (37-42 minggu) dengan ditandai adanya kontraksi uterus yang menyebabkan terjadinya penipisan, dilatasi serviks, dan mendorong janin keluar melalui jalan lahir dengan presentase belakang kepala tanpa alat atau bantuan (lahir spontan) serta tidak ada komplikasi pada ibu dan janin.¹

Proses Persalinan di mulai dari kala 1 yang ditandai dengan adanya kontraksi yang teratur, adekuat dan menyebabkan perubahan pada serviks hingga mencapai pembukaan lengkap. Namun, tidak semua ibu mengalami kelancaran pada saat bersalin dan kemungkinan untuk terjadi keadaan patologis tetap ada. Hal tersebut dikarenakan adanya gangguan oleh beberapa faktor yaitu seperti passage (jalan lahir), power (tenaga ibu), dan passanger (janin).²

World Health Organization (WHO) memperkirakan lebih dari 585.000 ibu pertahunnya meninggal saat hamil atau bersalin. Penyebab langsung kematian ibu secara global yaitu perdarahan, partus macet (partus lama), sepsis, hipertensi dalam kehamilan, komplikasi abortus yang tidak aman dan sebab-sebab lain. Menurut data WHO Angka Kematian Ibu (AKI) masih cukup tinggi di beberapa negara termasuk Negara-negara di Asia Tenggara seperti di negara Timor-leste jumlah AKI sebanyak 215 per 100.000 kelahiran hidup, Vietnam 54 per 100.000 kelahiran hidup, di Filipina 114 per 10.000 per kelahiran hidup, Malaysia 40 per 100.000 kelahiran hidup, sedangkan di Indonesia sendiri Angka Kematian Ibu (AKI) sebanyak 126 per 100.000 kelahiran hidup.³

Berdasarkan Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2017, angka kematian ibu di Indonesia sebesar 305/100.000 kelahiran hidup.

Penyebab langsung kematian maternal di Indonesia menurut Depkes adalah perdarahan (42%), eklamsia (13%), komplikasi abortus (11%), infeksi (10%), dan persalinan lama (9%).⁴ Di Provinsi Gorontalo persalinan yang ditolong oleh tenaga kesehatan sejumlah 20.703 (82,81%).⁵ Jumlah kematian ibu pada tahun 2018 sejumlah 29 orang yang disebabkan oleh perdarahan, anemi, sepsis dan penyebab lainnya.⁶

Kala I memanjang akan berpengaruh bagi ibu maupun janin, bagi ibu dapat berupa: ketuban pecah dini, ruptur rahim, cedera dasar panggul, dehidrasi, air ketuban bercampur dengan mekonium.⁷ Sedangkan bagi janin dapat berupa: detak jantung meningkat, terjadi takikardi sampai bradikardi, asfiksia intra uterin, caput succedaneum dan molase. Bidan sebagai tenaga pelayanan kesehatan khususnya dalam bidang kesehatan ibu. Sudah merupakan tuntutan jika bidan juga dapat menjadi pelaku inovasi dengan menggunakan metode-metode terbaru untuk melakukan asuhan sayang ibu, baik dari segi pengaturan posisi bersalin maupun pemberian sentuhan-sentuhan persalinan berupa metode *rocking pelvic*.⁸

Rocking pelvic merupakan latihan menggerakkan panggul atau mengayunkan dan menggoyangkan panggul kearah depan dan ke belakang, sisi kanan kiri dan melingkar akan terasa lebih relaks dan mempermudah membukanya jalan lahir pada waktu persalinan.⁹ Modifikasi terhadap metode *rocking pelvic* kemungkinan akan berdampak lebih baik terhadap kemajuan kala I persalinan. Modifikasi dapat berupa menambahkan peran suami dalam melakukan *rocking pelvic*, sehingga cukup penting untuk menilai bagaimana pengaruh modifikasi *rocking pelvic* tersebut.

Penelitian ini diharapkan berkontribusi terhadap peningkatan kualitas pelayanan kebidanan khususnya persalinan. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai

pengembangan ilmu kebidanan, sebagai kajian dan bacaan untuk kegiatan penelitian. Dapat memberikan pelayanan *rocking pelvic* pada ibu bersalin sebagai upaya pencegahan dan penanganan kala I memanjang dalam persalinan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh modifikasi *rocking pelvic* terhadap lama kala I pada fase aktif pada Ibu dengan Primigravida di RSIA Sitti Khadidjah Gorontalo. Modifikasi *rocking pelvic* dalam penelitian ini antara yaitu dilakukan dibantu oleh peran suami.

BAHAN DAN METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen komunitas (*Community Trial*) dengan menggunakan desain *Quasi Experiment* (Eksperimen Semu). Rancangan penelitian yang digunakan adalah *Post-test Only Control Group Design*, dimana terdapat dua kelompok yang dipilih secara acak. Responden dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok pertama diberikan perlakuan *rocking pelvic* dan kelompok ke dua tidak diberikan perlakuan apa-apa. Percepatan kala I (pembukaan I sampai lengkap pada fase aktif) dan lama kala II berdasarkan hitungan jam dan menit setelah diberikan perlakuan.

HASIL

a. Karakteristik Umum Responden

Karakteristik umum responden ditunjukkan dalam tabel 1.

Dari tabel 1, dapat dilihat karakteristik responden berdasarkan umur (kelompok intervensi) sebanyak 2 orang (8 %) berumur < 20 tahun dan 23 orang (98%) berumur 21-35 tahun, sedangkan umur pada kelompok kontrol sebanyak 3 orang (12%) berumur < 20 tahun dan sebanyak 22 orang (88 %) berumur 21-35 tahun.

Tabel 1. Distribusi karakteristik umum responden

Karakteristik umum	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
	n	%	n	%
Umur				
< 20 Tahun	2	8	3	12
21-35 Tahun	23	92	22	88
Pendidikan				
SD	0	0	3	12
SMP	2	8	0	0
SMA	9	36	14	56
PT	14	56	8	32
Pekerjaan				
Bekerja	12	48	9	36
Tidak Bekerja	13	52	16	64

Sumber: Data Primer (2020)

Karakteristik responden berdasarkan pendidikan (kelompok intervensi) sebanyak 2 orang (8 %) berpendidikan SMP, sebanyak 9 orang (36 %) berpendidikan SMA dan sebanyak 14 orang (56%) Perguruan Tinggi, sedangkan pendidikan pada kelompok kontrol sebanyak 3 orang (12%) berpendidikan SD, sebanyak 14 orang (56%) berpendidikan SMA dan sebanyak 8 orang (32 %) Perguruan Tinggi.

Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan (kelompok intervensi) sebanyak 12 orang (48 %) bekerja dan 13 orang (52%) tidak bekerja atau sebagai Ibu rumah tangga, sedangkan pekerjaan pada kelompok kontrol sebanyak 9 orang (36%) bekerja dan sebanyak 16 orang (64 %) tidak bekerja atau sebagai Ibu rumah tangga.

b. Distribusi responden karakteristik responden berdasarkan berat lahir bayi

Dari tabel di atas dapat diketahui distribusi responden berdasarkan berat lahir bayi pada kelompok Intervensi didapatkan sebanyak 2 orang (8 %) bayi berat lahir rendah (BBLR) atau berat lahir < 2500 gram, sebanyak 22 orang (88 %) berat normal yaitu antara 2500-4000 gram, dan 1 orang (4%)

makrosomia atau berat lahir >4000 gram. Sedangkan pada kelompok kontrol didapatkan 4 orang (16%) bayi berat lahir rendah (BBLR) atau berat badan lahir < 2500 gram, sebanyak 21 orang (84 %) berat normal yaitu antara 2500-4000 gram.

Tabel 2. Distribusi karakteristik Responden berdasarkan berat janin

Berat lahir	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
	n	%	n	%
BBLR	2	8	4	16
Normal	22	88	21	84
Makrosomia	1	4	0	0
Total	25	100	25	100

Sumber: Data Primer (2020).

c. Distribusi responden karakteristik responden berdasarkan gestasi/ umur kehamilan

Tabel 3. Distribusi karakteristik Responden berdasarkan Gestasi/ Umur Kehamilan

Gestasi	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
	n	%	n	%
< 37 Minggu	0	0	7	28
37-40 Minggu	21	84	11	44
> 40 Minggu	4	16	7	28
Total	25	100.0	25	100.0

Sumber: Data Primer (2020).

Dari tabel di atas dapat diketahui distribusi responden berdasarkan Gestasi/ Umur Kehamilan pada kelompok Intervensi didapatkan sebanyak 21 orang (84 %) gestasi atau umur kehamilan 37-40 minggu, sebanyak 4 orang (16 %) gestasi atau umur kehamilan > 40 minggu, sedangkan pada kelompok kontrol didapatkan 7 orang (28%) gestasi atau umur kehamilan <37 minggu, sebanyak 11 orang (44 %) gestasi atau umur kehamilan 37-40 minggu, sebanyak 7 orang (28 %) gestasi atau umur kehamilan > 40 minggu.

d. Distribusi responden berdasarkan lama kala I

Tabel 4. Distribusi Modifikasi Rocking Pelvic pada responden ibu bersalin kala I fase aktif

Lama Kala I	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
	n	%	n	%
< 6 Jam	22	88	16	63
≥ 6 Jam	3	12	9	36
Total	25	100	25	100

Sumber: Data Primer (2020).

Distribusi responden berdasarkan lama kala I fase Aktif (kelompok intervensi) sebanyak 22 orang (88%) kurang 6 jam dan 3 orang (12%) lebih atau sama dengan 6 jam, sedangkan lama kala I fase aktif pada kelompok kontrol sebanyak 16 orang (63%) kurang 6 jam dan 3 orang (12%) lebih atau sama dengan 6 jam.

e. Pengaruh Modifikasi Rocking Pelvic pada responden ibu bersalin kala I

Pengaruh Modifikasi Rocking Pelvic pada responden ibu bersalin kala I ditunjukkan dalam tabel 5.

Dari hasil pada tabel 5 menunjukkan bahwa *p-value* sebesar $0.036 < \alpha (0,05)$ berarti ada pengaruh modifikasi pelvic rocking terhadap percepatan kala I fase aktif pada ibu yang diberikan modifikasi *rocking pelvic* dan yang tidak diberikan *rocking pelvic*. Dari nilai Mean dalam satuan menit didapatkan perbedaan 178,48 menit untuk kelompok intervensi dan nilai rata-rata kala I pada kelompok Kontrol 256,32. Selisih waktu 77,84 menit pada kelompok intervensi dan kontrol. Nilai SD pada kelompok intervensi 80,91 sedangkan kelompok kontrol 130,81. Waktu minum pada kelompok intervensi 85 menit sedangkan kelompok kontrol 50 menit. Waktu maksimum untuk kelompok intervensi 435 menit sedangkan kelompok kontrol 540 menit. Jadi ada pengaruh modifikasi *pelvic rocking*

Tabel 5. Hasil analisis bivariat modifikasi *rocking pelvic* pada responden ibu bersalin kala I di RSIA Sitti Khadidjah kota Gorontalo

Kala 1	Mean	SD	Min	Maks	Nilai p
Intervensi	178,48	80,91	85	435	0,036
Kontrol	256,32	130,81	50	540	

Sumber: Data Primer (2020).

terhadap kemajuan persalinan kala 1 di Rumah Sakit Ibu dan Anak Sitti Khadidjah Kota Gorontalo.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil bahwa $p\text{-value}$ sebesar $0.036 < \alpha (0,05)$ berarti terdapat perbedaan lama waktu persalinan pada kala I fase aktif pada ibu yang diberikan modifikasi *rocking pelvic* dan yang tidak diberikan *rocking pelvic*. Dalam penelitian ini kelompok intervensi sebanyak 25 orang dan kelompok kontrol sebanyak 25 orang.

Pada penelitian ini didapatkan lama kala 1 fase aktif < 6 jam pada kedua kelompok intervensi adalah 88%, hal ini menunjukkan bahwa lebih dari dua pertiga responden berada pada kondisi normal. Pada fase aktif pembukaan serviks 4 cm, perempuan merasa akan bersalin dan memiliki anggapan akan mendapatkan bantuan dan rasa aman serta memilikikoping yang baik. Perempuan mampu berpikir secara rasional dan mampu kooperatif dengan penolong persalinan.¹⁰

Bidan sebagai pemberi asuhan dalam persalinan, memiliki tugas untuk memfasilitasi ibu selama proses persalinan dengan senantiasa memberikan dukungan baik berupa fisik ataupun psikologis. Dukungan fisik berupa menyiapkan ruangan yang membuat ibu merasa nyaman, aman.¹¹

Pada modifikasi *pelvic rocking* ini ada responden yang mengalami lama kala I fase aktif > 6 jam sebesar 12% ditinjau dari usia responden pada kelompok perlakuan, maka berdasarkan data pada tabel 1 didapatkan bahwa seluruh responden berada pada rentang

usia 20-35 tahun dimana usia tersebut merupakan rentang usia reproduksi sehat. Ketika ibu bersalin berada dalam rentang usia reproduksi sehat, maka resiko terjadinya penyulit pada persalinan rendah.¹² Hal lain yang dapat menyebabkan kala I fase aktif yang berjalan > 6 jam pada sebagian kecil (12%) kelompok perlakuan dapat disebabkan oleh salah satu faktor yakni adanya kekakuan pada serviks. Hal ini ditunjukkan dengan adanya kelambatan proses pembukaan serviks selama kala I fase aktif. Penilaian dimulai dan berakhirnya kala I fase aktif dilihat dari proses pembukaan pada serviks. Oleh karena itu ketika lama kala I fase aktif mengalami kelambatan, salah satu hal yang dapat diobservasi dan dinilai secara langsung adalah mengenai pembukaan serviks. Oleh karena itu ketika terjadi kelambatan pada pembukaan serviks, maka salah satu hal yang mungkin menjadi penyebabnya adalah adanya kekakuan pada serviks.

Pada primigravida yang mengalami persalinan lama diperkirakan salah satunya diakibatkan oleh adanya kekakuan serviks. Akibatnya, lama kala I fase aktif akan berlangsung lebih lama karena pembukaan serviks dan penurunan kepala janin tidak terjadi secara efisien. Kala I persalinan diartikan sebagai permulaan kontraksi sejati yang dapat menyebabkan terjadinya pembukaan serviks dan diakhiri dengan pembukaan lengkap.¹⁰

Kala I persalinan terdiri dari kala I fase laten dan kala I fase aktif. Kala I fase laten adalah keadaan dimana pembukaan serviks berlangsung lambat hingga pembukaan 3 cm yang berlangsung selama 7-8 jam, sedangkan

kala I fase aktif adalah keadaan dimana pembukaan serviks berlangsung mulai dari pembukaan 4 cm hingga 10 cm yang berlangsung selama 6 jam yang terdiri dari 2 jam periode akselerasi, 2 jam periode dilatasi maksimal dan 2 jam periode deselerasi. Fase ini ditemui pada primigravida.¹³

Dibutuhkan latihan mobilitas dari ibu untuk menjaga ligament tetap longgar, rileks, bebas dari ketegangan dan lebih banyak ruang untuk janin turun ke panggul sehingga lama persalinan kala I dan kala II dapat di perpendek dan lebih banyak ruang untuk bayi turun ke panggul.¹⁴

Faktor penting saat seorang wanita yang berada dalam persalinan adalah bukan saat ia akhirnya melahirkan, tetapi saat ia tetap mampu bergerak dengan gelisah selama persalinan, karena dengan adanya gerakan atau mobilisasi selama persalinan kontaksi uterus menjadi semakin adekuat yang menjadikan janin dapat lahir secara fisiologis serta mobilisasi juga membantu ibu untuk tetap merasa terkendali.¹⁵

Modifikasi *rocking pelvic* merupakan latihan menggerakkan panggul atau mengayunkan dan menggoyangkan panggul kearah depan dan ke belakang, sisi kanan kiri dan melingkar akan terasa lebih relaks dan mempermudah membukanya jalan lahir pada waktu persalinan.⁹ Gerakan ini digunakan untuk mengurangi rasa kurang nyaman pada saat proses persalinan dan mempercepat penurunan kepala janin. Modifikasi terhadap metode *rocking pelvic* kemungkinan akan berdampak lebih baik terhadap kemajuan kala I persalinan. Modifikasi dalam penelitian menambahkan peran suami saat melakukan pelvic rocking. Dengan dekapan dan sentuhan dari suami dapat memberikan rasa nyaman kepada ibu sehingga ibu dapat beradaptasi dengan rasa sakitnya dengan dukungan suami.

Penelitian juga menunjukkan ada hubungan antara pelaksanaan pelvic rocking

terhadap lamanya kala I. Dengan melakukan pelvic rocking mampu memperlancar proses persalinan khususnya pada kala I dan membantu ibu mengalami waktu persalinan kala I yang normal.¹⁶ Penelitian lainnya menunjukkan bahwa Ibu bersalin Kala I fase aktif yang melakukan pelvic rocking Exercise dapat mempercepat kemajuan dan lama persalinan. Ada hubungan antara Pelvic Rocking Exercise dengan lama kala I dengan p value 0,008 (<0,05).¹⁷

Gerakan-gerakan dalam modifikasi Pelvic Rocking mampu membantu dalam penguluran atau peregangan otot dan sendi panggul sehingga dapat mengurangi ketegangan otot sehingga mampu menurunkan intensitas nyeri. Latihan ini juga di sertai dengan tehnik relaksasi yang dapat memproduksi hormon endorpin saat suami membantu proses pendampingan dengan memeluk istri sehingga dapat menimbulkan rasa nyaman.¹⁸ Berlatih menggoyangkan panggul (*pelvic rocking*) dapat dianjurkan sebagai salah satu modalitas yang signifikan untuk meningkatkan kemajuan persalinan, mengelola nyeri, meningkatkan kenyamanan persalinan dan mencapai pengalaman melahirkan lebih memuaskan *pelvic rocking* bertujuan untuk melatih otot pinggang, pinggul dan membantu penurunan kepala bayi agar masuk kedalam rongga panggul menuju jalan lahir. Selain itu kelebihan dari Pelvic Rocking yaitu gerakannya relative sederhana dan tidak membutuhkan alat, tempat khusus, dan pengawasan khusus.¹⁹

Pelvic rocking merupakan cara yang efektif untuk bersantai bagi tubuh bagian bawah khususnya daerah panggul. Teknik ini sering disarankan selama persalinan. Untuk meningkatkan relaksasi dan memungkinkan gaya gravitasi untuk membantu perajalan bayi melalui jalan lahir. Sehingga memungkinkan kemajuan proses persalinan menjadi lebih cepat. Posisi pelvic rocking

dengan duduk pada bola persalinan akan memfasilitasi peningkatan diameter antro posterior panggul. Begitu juga posisi pelvic rocking dengan bersandar pada bola dan bergerak ke depan dan ke belakang akan membantu untuk memandu kepala janin ke dalam panggul. Humphrey et al menjelaskan bahwa posisi tegak meningkatkan kondisi janin melalui pasokan oksigen yang cukup sehingga dapat meminimalisir terjadinya gawat janin. Penelitian ini menunjukkan bahwa dengan menggerakkan panggul dapat mengurangi rasa sakit, meningkatkan kemajuan dan memperpendek kala satu persalinan, selain itu, menjalin kerjasama antara ibu dan suami sehingga memberikan kenyamanan dan kepuasan tersendiri saat melahirkan.²⁰

KESIMPULAN DAN SARAN

Terdapat pengaruh modifikasi *rocking pelvic* terhadap percepatan kala I persalinan pada ibu primigravida. Gerakan saat melakukan *rocking pelvic* dapat mempercepat penurunan kepala karena searah dengan gravitasi bumi, dapat mempercepat kala satu persalinan, adanya peran suami berpengaruh dalam memberikan rasa aman dan nyaman saat persalinan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Indah I, Firdayanti F, Nadyah N. Manajemen Asuhan Kebidanan Intranatal Pada Ny "N" dengan Usia Kehamilan Preterm di RSUD Syekh Yusuf Gowa Tanggal 01 Juli 2018. Jurnal Midwifery. 2019;1(1).
2. Baety AN. Biologi Reproduksi kehamilan dan persalinan. Yogyakarta: Graha Ilmu. 2011.
3. Unicef. Trends in maternal mortality: 1990 to 2015: estimates by WHO, UNICEF, UNFPA, World Bank Group and the United Nations Population Division. 2015.
4. Ri K. Data Dan Informasi Profil Kesehatan Indonesia 2017. KemenKes RI 2018; 2018.
5. Kemenkes RI. Profil kesehatan Indonesia tahun 2019. Jakarta: kemenkes RI. 2015;2015.
6. Dinas Kesehatan Kota Gorontalo. Profil Dinas Kesehatan Kota Gorontalo. Kota Gorontalo; 2018.
7. Cunningham FG. Obstetri Williams, Vol. 2. In Egc; 2019.
8. Marwiyah N, Pusporini LS. Package of birthing ball, pelvic rocking, and endorphin massage (bpe) decrease the first step labor pain. Indonesian Nursing Journal of Education and Clinic (Injec). 2017;2(1):65–70.
9. Suksesty CE. Efektifitas Pelvic Rocking Terhadap Lama Persalinan, Dilatasi Servik Dan Penurunan Kepala Janin Pada Ibu Primigravida. In: Prosiding seminar Nasional kebidanan dan call for Paper. 2017.
10. Varney H, Kriebs JM, Gegor CL. Buku ajar asuhan kebidanan. Jakarta: Egc; 2007.
11. Mutmainnah AU, SiT S, Herni Johan SE, SKM MS, Llyod SS, SiT S, et al. Asuhan persalinan normal dan bayi baru lahir. Penerbit Andi; 2021.
12. Rahmawati A, Hartati H, Sumarni S. Analisis Hubungan Tingkat Kecemasan Dan Nyeri Persalinan Kala 1 Primipara Di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Pekalongan. Jurnal litbang kota pekalongan. 2016;10.
13. Sofian A. Sinopsis obstetri: Obstetri fisiologi, obstetri patologi. Jakarta: EGC. 2011.

-
14. Surtiningsih S. Efektifitas Pelvic Rocking Exercises terhadap Lama Waktu Persalinan pada Ibu Primipara di Puskesmas Wilayah Kabupaten Banjarnegara. *Jurnal Keperawatan Soedirman*. 2018;11(2):117–29.
 15. Ariastuti ND, Sucipto E, Andari ID. Hubungan antara Posisi Miring Kiri dengan Proses Mempercepat Penurunan Kepala Janin pada Proses Persalinan di BPM Ny. M Slerok Kota Tegal. *Siklus: Journal Research Midwifery Politeknik Tegal*. 2015;4(1).
 16. Zaky NH. Effect of pelvic rocking exercise using sitting position on birth ball during the first stage of labor on its progress. *IOSR Journal of Nursing and Health Science*. 2016;5(04):19–27.
 17. Wulandari RRCL, Wahyuni S. Efektivitaspelvic Rocking Exercise Pada Ibu Bersalin Kala I Terhadap Kemajuan Dan Lama Persalinan. *Intan Husada: Jurnal Ilmiah Keperawatan*. 2019;7(1):67–78.
 18. Agustin R, Rihardini T. Pengaruh Pelvic Rocking Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil TRimester III Di Puskesmas Socah Bangkalan. *SNHRP*. 2023; 5:2733–40.
 19. Hermina CW, Wirajaya A. *Hypnobirthing the Conny method: menjalani kehamilan dan persalinan dengan nyaman, tenang, bahagia, dan penuh percaya diri*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama. 2015.
 20. Wulandari RRCL, Wahyuni S. Efektivitaspelvic Rocking Exercise Pada Ibu Bersalin Kala I Terhadap Kemajuan Dan Lama Persalinan. *Intan Husada: Jurnal Ilmiah Keperawatan*. 2019;7(1):67–78.