



Efektivitas Pijat Perineum dan Peanut Ball dengan Kemajuan Persalinan di Rumah Sakit Dr. R Soeharsono Banjarmasin Tahun 2025

Arum Winarsih^{1*}, Hapisah², Zakiah³

¹⁻³ Program Studi Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Banjarmasin, Indonesia

*Penulis Korespondensi: Awinarsih637@gmail.com

Abstract. Background: Normal labor is influenced by Power, His, maternal strength, external pelvic passage, pelvic shape, pelvic width, and perineal elasticity, which affect labor. Objective: To determine the effect of perineal massage and peanut ball on labor progress. Method: This study used a quasi-experimental design with two groups and a posttest only. The sample consisted of 30 mothers in labor, divided into two groups: 15 respondents received perineal massage and 15 respondents received perineal massage and used a peanut ball. Data were analyzed using an Independent T-Test. Results: The study showed that the average duration of the first stage of active labor in the perineal massage group was 6.87 hours, while in the combination group of perineal massage and peanut ball it was 5.20 hours. Statistical testing showed a value of $p = 0.012$ ($p < 0.05$), indicating a significant difference between the two groups. Conclusion: Perineal massage and peanut balls are effective in accelerating labor as non-pharmacological midwifery interventions in labor management.

Keywords: Active Phase; Delivery Intervention; Labor Progress; Peanut Ball; Perineal Massage.

Abstrak. Latar belakang: Persalinan normal dipengaruhi oleh Power, His, kekuatan ibu, Passage panggul luar, bentuk paggul, Luas panggul dan elastisan perineum yang berpengaruh dengan persalinan. Tujuan: Mengetahui pengaruh pijat perineum dan *peanut ball* dengan kemajuan persalinan. Metode: Penelitian menggunakan desain *quasi experimental* dengan *two group posttest only*. Sampel berjumlah 30 ibu bersalin dibagi menjadi dua kelompok: 15 responden pijat perineum dan 15 responden pijat perineum serta penggunaan *peanut ball*. Data dianalisis menggunakan uji *Independent T-Test*. Hasil: Penelitian menunjukkan bahwa rata-rata lama kala I fase aktif pada kelompok *pijat perineum* yaitu 6,87 jam, sedangkan kelompok kombinasi *pijat perineum* dan *peanut ball* yaitu 5,20 jam. Uji statistik menunjukkan nilai $p = 0,012$ ($p < 0,05$), sehingga terdapat perbedaan signifikan antara kedua kelompok. Kesimpulan: *Pijat perineum* dan *peanut ball* efektif mempercepat persalinan sebagai intervensi kebidanan non-farmakologis dalam manajemen persalinan.

Kata kunci: Fase Aktif; Intervensi Persalinan; Kemajuan Persalinan; Peanut Ball; Pijat Perineum.

1. LATAR BELAKANG

Persalinan menurut *World Health Organization (WHO)* ialah persalinan yang di mulai secara spontan beresiko rendah pada awal persalinan yang di mulai secara spontan beresiko rendah pada awal persalinan dan tetap demikian selama proses persalinan, bayi dilahirkan spontan dengan peresentasi belakang kepala pada usia kehamilan antara 37-42 minggu lengkap. Setelah persalinan, ibu dan bayi dalam keadaan baik. Menurut Kementerian Kesehatan (Melalui materi edukasi dari LMS Kemenkes) Persalinan normal ialah proses penegluran janin yang terjadi pada kehamilancukup bulan (37-42 mg) dan lahir spontan dengan presentasi belakang kepala yang berlangsung dalam 18 jam tanpa komplikasi, baik pada ibu maupun pada janin. Menurut (Fitriana Y, Nurwiandani W, 2020), persalian adalah rangkaian peristiwa kelaurnya bayi yang sudah cukup berada dalam Rahim ibunya, dengan disusul oleh keluarnya plasenta dan selaput janin dan selaput janin dari tubuh ibu. Persalinan normal adalah proses pengeluaran janin yang terjadi pada kehamilan cukup bulan (37-42 minggu), lahir spontan

dengan presentasi belakang kepala yang berlangsung dalam 18 jam. Tanpa komplikasi baik pada ibu maupun pada janin (Prawirohardjo S. , 2021)

Persalinan dipengaruhi oleh beberapa factor, yang sering disebut sebagai (*Power*) yaitu tenaga yang mendorong janin keluar, atau tenaga dari ibu seperti His. (*Passage*) jalan lahir terdiri dari tulang panggul, panggul luar dan bentuk panggul, disini yang lebih berpengaruh yaitu keelastisan perenium berpengaruh dengan persalinaan. (*Passager*) janin dan plasenta antara lain berat badan janin, letak janin dan kelainan janin. (Psikis) psikologi ibu dan penolong, Tenaga medis dan pendamping. Persalinan lama adalah persalinan berjalan lebih dari 24 jam untuk primigravida dan atau 18 jam untuk multigravida, masalah yang terjadi pada persalinan lama Adalah fase laten lebih dari 8 jam. Persalinan telah berlangsung 12 jam atau lebih belum lahir. Dilatasi serviks di kanan garis waspada pada persalinan fase aktif. Menurut (Manuaba, 2008) persalinaan lama pada kala II merupakan persalinan yang berlangsung lebih dari 2 jam pada primigravida dan lebih 1 jam pada multigravida. Penyebab kala II lama di pengaruhi oleh factor-faktor diantaranya yaitu salah satunya (*Passage*) jalan lahir kelainan dalam ukuran atau bentuk jalan lahir, menyebabkan kemacetan persalinan karena besarnya kepala janin tidak sesuai dengan luasnya panggul atau jalan lahir ibu. Selaian penyebab dari persalinan yang berlangsung lama adalah kelainan letak janin, kelainan panggul, janin besar, kelainan congenital, kelainan his yang dapat menghambat kelancaran persalinan serta primi tua. Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Bahiyatun, 2013) salah satu Upaya pencegahan terjadinya persalinaan kala II lama adalah dengan melaksanakan proses pimpinan persalinan secara efektif sehingga dapat memanfaatkan his secara optimal dengan proses dorongan melalui tenaga meneran dari ibu bersalin atau dorongan manual dari tenaga bidan itu sendiri. Salah satu Teknik untuk mencegah persalinan kala II lama Adalah dengan cara memberi asuhan pada bagian perineum yaitu dengan massage perineum. Salah satu factor penentu persalinan itu berjalan lancar Adalah perenium, bila perenium kaku bisa menyebabkan persalinan macet, terjadinya rupture dan bayi lahir aspeksia.

Perineum adalah otot, kulit dan jaringan yang ada diantara kelamin dan anus, ajriangan yang utama menopang perineum adalah diafragma pelvis dan urogenitale. Diafragma pelvis terdiri dari musculus levator ani dan musculus koksigeus di bagian posterior serta selubung fascia dari otot-otot ini. Musculus levator ani membentuk sabuk otot lebar yang berotot dari permukaan posterior rumus pubis superior, dari permukaan dalam spina iskiadika, dan dari fascia obturatoria yang terletak di antara keduanya, serabut otot berinsersi pada tempat-tempat berikut ini : di sekitar vagina dan rectum untuk membentuk sfingter yang efisien bagi keduanya; pada persatuan garis Tengah antara vagina dan rectum; pada persatuan garis Tengah di bawah

rectum; dan pada os koksigid. Diafragma urogenitale terletak di sebelah luar diafragma pelvis, yaitu di daerah segitiga antara tuberositas ischii dan simfisis pubis. Diafragma uregenitale terdiri dari musculus perinealis transversalis profunda, musculus konstriktor uretra dan selubung fascia interna dan eksterna.

Pijat perineum dapat merangsang jaringan ikat dan kolagen pada perineum sehingga menyebabkan perineum menjadi elastis, fleksibel dan lentur ketika perineum meregang pada saat persalinan. Untuk itu perlu dilakukan pemijatan perineum guna membantu melunakkan jaringan perineum. Teori ini menyimpulkan bahwa lama kala II lebih pendek pada ibu yang melakukan pijat perineum dibandingkan dengan ibu yang tidak melakukan pijat perineum (Indrayani T, Tuasikal N., 2020). Teknik pijat perineum dilakukan waktu hamil atau beberapa minggu sebelum melahirkan bertujuan untuk meningkatkan elastisitas perineum dan aliran darah ke daerah perineum sehingga kejadian ruptur perineum dan episiotomi dapat dicegah (Rochmayanti & Ummah, 2018) Pijat perineum dan penggunaan peanut ball merupakan dua intervensi non-invasif yang telah diteliti dalam mendukung kemajuan persalinan. Pijat perineum bertujuan meningkatkan elastisitas jaringan perineum untuk mengurangi risiko robekan dan mempercepat keluarnya bayi. Sedangkan peanut ball alat berbentuk bola kacang dapat membantu membuka panggul secara optimal saat ibu berbaring, mempercepat penurunan janin, dan mempersingkat waktu persalinan. Penelitian (Lawrence et al, 2013; Rahmawati et al., 2022)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Anggraeni N (2023) dari 15 orang yang dilakukan pijat perineum yang tidak mengalami ruptur persalinan sebanyak 12 orang (%) kelompok ibu yang ruptur sebanyak 3 orang (%). Distribusi Frekuensi ruptur perineum pada kelompok ibu yang tidak dilakukan pijat perineum sebanyak 15 orang, tidak mengalami ruptur sebanyak 6 orang (%) sedangkan kelompok ibu yang mengalami ruptur sebanyak 9 orang (%). Hasil uji beda T-Test independent diperoleh p value $0,025 < 0,05$ yang terdapat bermakna signifikan efektifitas antara pijat perineum dengan ruptur perineum pada persalinan.

Penelitian lain juga yang dilakukan oleh Isofil Laspiriyanti dan Lina Puspitasari (2020) Pasien yang digunakan sebagai partisipan yaitu pasien ibu bersalin di RSUD Cilacap. Pengambilan data dilakukan pada tanggal 2 Januari sampai 25 Januari 2019. Setelah ditabulasi dengan data yang telah dianalisis dengan menggunakan analisis penjelasan dan deret waktu. Hasil Penelitian: penelitian menunjukkan Asuhan Kebidanan Massage Perineum untuk Percepatan Persalinan Kala II Pada Ibu Bersalin. Dengan hasil pada partisipan yang pertama proses percepatan persalinan berlangsung dalam waktu 15 menit. Pada partisipan dua proses percepatan persalinan berlangsung dalam waktu 10 menit. Dan pada partisipan ketiga proses

percepatan persalinan berlangsung dalam waktu 20 menit. Kesimpulan: Dengan demikian, bahwa Asuhan Massage Perineum untuk Percepatan Persalinan Kala II Pada Ibu bersalin efektif. tindakan massage perineum.

Penelitian lain yang di lakukan oleh Dianita Primiastuti dkk., nyeri persalinan pada ibu bersalin kala I fase aktif yang menggunakan peanut ball lebih rendah dari pada ibu bersalin yang tidak menggunakan *peanut ball* dengan nilai $\alpha = 0,004$ atau $\alpha < 0,05$. Ibu bersalin kala I fase aktif yang menggunakan *peanut ball* memiliki intensitas nyeri persalinan lebih rendah dan mengalami penurunan kepala lebih cepat dibandingkan dengan ibu yang tidak menggunakan peanut ball.

Sedangkan penelitian yang di lakukan oleh Trihartiningsih, dkk (2023) populasi pada penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Populasi adalah semua ibu bersalin yang memenuhi kriteria inklusi. Sampel adalah 30 ibu bersalin di Bidan Pratek Mandiri dengan Teknik consecutive sampling. Data dianalisa menggunakan SPSS dari hasil penelitian diketahui usia ibu 20-35 tahun (76,7%), ibu tidak ada mengalami kecemasan (60%) dan ibu mendapatkan dukungan suami atau keluarga (56,7%). Penggunaan *peanut ball* lebih efektif mempercepat persalinan kala I dan ibu bersalin dapat menggunakan *peanut ball* sebagai salah satu Teknik non farmakologi dalam mengurangi atau meminimalkan lama persalinan kala I.

Di Indonesia pada tahun 2023 ibu dengan persalinan normal dengan perentase 73,2%, persalinan Caesar sebesar 25,9 %, dan metode persalinan lainnya yang hanya mencakup 1%. Persalinan normal mendominasi pilihan ibu di Indonesia. Hal ini menandakan bahwa nyaris tiga dari empat ibu hamil di Indonesia lebih memilih melahirkan secara alami (SKI, 2023). Untuk data dinas Kesehatan provinsi dan data dinas kesehatan kota Banjarmasin tidak di dapatkan jumlah persalinan normal atau operasi, tetapi data yang di dapatkan jumlah persalinan yang di tolong oleh tenaga Kesehatan angkanya naik dari tahun ke tahun. Jumlah persalinan normal di rumah sakit Dr. R. Soeharsono Banjarmasin pada bulan januari sampai dengan Agustus Tahun 2025 sekitar 449 orang. Persalinan dengan *fetal distress* sebanyak 50%, kala II lama sebanyak 70 %, kala I memanjang sebanyak 62% dan bayi lahir aspeksia sebanyak 15%.

Rumah Sakit Dr. R. Soeharsono sebagai fasilitas kesehatan rujukan di wilayahnya memiliki jumlah kasus persalinan yang cukup tinggi, sehingga penting untuk mengevaluasi intervensi sederhana namun efektif seperti ini dalam praktik klinis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh antara pijat perineum dan penggunaan peanut ball terhadap lama persalinan di wilayah kerja Rumah Sakit Dr. R. Soeharsono.

2. KAJIAN TEORITIS

Kemajuan Persalinan

Secara umum, persalinan didefinisikan sebagai proses keluarnya hasil kehamilan yang telah mencapai usia cukup bulan. Persalinan merupakan rangkaian peristiwa fisiologis yang memungkinkan pengeluaran hasil konsepsi yang telah mampu hidup dari dalam uterus menuju lingkungan luar melalui jalan lahir. Proses ini melibatkan berbagai perubahan fisiologis pada tubuh ibu sebagai adaptasi untuk melahirkan janin secara normal.

Pijat Perineum

Pijat perineum adalah tindakan pemijatan yang dilakukan pada area perineum, yaitu jaringan yang terletak di antara vagina dan anus. Tindakan ini dapat dilakukan secara rutin selama 5–10 menit setiap hari pada 5–6 minggu terakhir masa kehamilan. Pelaksanaan pijat perineum selama kehamilan bertujuan untuk meningkatkan elastisitas jaringan perineum, sehingga dapat membantu mempersiapkan jalan lahir dan mengurangi risiko cedera saat persalinan.

Peanut Ball

Peanut ball merupakan alat berbentuk menyerupai kacang yang umum digunakan dalam terapi fisik maupun latihan sederhana. Dalam proses persalinan, peanut ball ditempatkan di antara kedua kaki ibu untuk membantu membuka otot panggul, sehingga dapat memperlancar kemajuan persalinan dan memfasilitasi penurunan kepala janin. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Tussey et al. (2015) serta Primi Hastuti dan Romadhona (2021) menunjukkan bahwa penggunaan peanut ball selama persalinan efektif dalam memperpendek durasi persalinan dan menurunkan risiko tindakan persalinan sesar sebagai upaya mengatasi pemanjangan waktu persalinan.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain quasi experiment dengan pendekatan two group posttest, yang bertujuan untuk menilai pengaruh intervensi terhadap kemajuan persalinan. Desain penelitian disusun secara sistematis sebagai pedoman dalam seluruh tahapan penelitian (Syapitri dkk., 2021). Subjek dibagi ke dalam dua kelompok, yaitu kelompok pertama yang mendapatkan intervensi pijat perineum dan kelompok kedua yang memperoleh kombinasi pijat perineum dan penggunaan peanut ball. Setelah perlakuan diberikan, kedua kelompok dilakukan pengukuran lama persalinan sebagai hasil (posttest) untuk membandingkan efektivitas intervensi yang diberikan.

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu inpartu yang datang ke Rumah Sakit Dr. R. Soeharsono Banjarmasin dengan usia kehamilan 37–42 minggu tanpa komplikasi, berjumlah 30 orang (Notoatmodjo, 2018). Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik purposive sampling, yaitu pemilihan sampel berdasarkan kriteria tertentu agar sesuai dengan tujuan penelitian (Nursalam, 2017; Syapitri, 2021). Kriteria inklusi meliputi ibu inpartu fase aktif dengan pembukaan minimal 4 cm serta persetujuan ibu dan suami melalui informed consent, sedangkan kriteria eksklusi mencakup adanya komplikasi kehamilan, posisi janin abnormal, riwayat operasi sesar, serta gangguan pada area genital (Setiadi, 2013).

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pijat perineum dan penggunaan peanut ball, sedangkan variabel terikatnya adalah kemajuan persalinan (Syapitri dkk., 2021). Data dikumpulkan melalui observasi menggunakan partograf dan lembar observasi sebagai instrumen utama (Notoatmodjo, 2018). Analisis data dilakukan secara univariat untuk mendeskripsikan karakteristik variabel serta bivariat menggunakan uji t-test guna mengetahui perbedaan lama persalinan antar kelompok intervensi. Seluruh proses penelitian dilaksanakan dengan memperhatikan prinsip etika penelitian, meliputi informed consent, anonimitas, dan kerahasiaan data responden (Nasrudin, 2019).

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Respondan

Tabel 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Di Di Rumah Sakit Dr. R. Soeharsono Tahun 2025.

Usia	Frekuensi (f)	Presentase %
Usia Reproduksi Sehat (20-35 Tahun)	29	96,6
Usia Reproduksi Tidak Sehat (<20 dan >35 Tahun)	1	3,3
Pendidikan		
Dasar	8	26,6
Menengah	16	53,3
Tinggi	6	20,0
Paritas		
Primigravida	12	40
Multigravida	18	60
Total	30	100

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 1 di atas, didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden berusia reproduksi sehat yaitu sebanyak 29 responden, kemudian didapatkan hasil bahwa sebagian besar status pendidikan responden yaitu pendidikan menengah sebanyak 16 orang Berdasarkan

tabel didapatkan hasil bahwa sebagian besar paritas responden yaitu Multigravida sebanyak 18 orang.

Analisis Univariat

Analisa ini dilakukan untuk mendapatkan distribusi frekuensi rata-rata lama persalinan. Adapun hasil analisisnya sebagai berikut :

Tabel 2 Distribusi Responden Pemberian Intervensi Pijat Perineum Dengan Kemajuan Persalinan Di Rumah Sakit Dr. R. Soeharsono Tahun 2025.

Kemajuan Persalinan	Frekuensi (f)	Presentase %
4 jam	1	5
5 jam	3	20
6 jam	2	10
7 jam	2	10
8 jam	2	10
9 jam	4	40
10 jam	1	5
Total	15	100

Sumber: Data Primer, 2025

Dari tabel 2 dapat dilihat bahwa dari 15 responden yang diberikan intervensi pijat perineum, responden yang mengalami lama persalinan yaitu 4 orang dengan lama 9 jam.

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Pemberian *Peanut Ball* dan Pijat Perineum Dengan Kemajuan Persalinan Di Rumah Sakit Dr. R. Soeharsono Tahun 2025.

Kemajuan Persalinan	Frekuensi (f)	Presentase %
3 jam	2	12,5
4 jam	3	20
5 jam	4	30
6 jam	3	20
7 jam	2	12,5
8 jam	1	5
Total	15	100

Sumber: Data Primer, 2025

Dari tabel 3 dapat dilihat bahwa dari 15 responden yang diberikan intervensi *Peanut Ball* dan pijat perineum, sebagian besar responden mengalami kemajuan persalinan lebih cepat yaitu 3 jam.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kemajuan persalinan Pada Ibu Antara Kelompok Pijat Perineum Dan Kelompok *Peanut Bal* dan Pijat Perineum Di Rumah Sakit Dr. R. Soeharsono Tahun 2025.

Variabel	<i>N</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>	<i>Mean</i>	<i>SD</i>
----------	----------	------------	------------	-------------	-----------

Pijat Perineum	15	4	10	6,87	1,885
Peanut Ball dan Pijat Perineum	15	3	8	5,20	1,474

Sumber: Data Primer, 2025

Tabel 4. menunjukkan rata-rata lama persalinan pada kelompok intervensi (Pijat perineum) adalah 6,87 Jam dan kelompok (*peanut ball* dan pijat perineum) 5,20 Jam.

Analisis Bivariat

1) Uji Normalitas

Tabel 5 Uji Normalitas dengan *Shapiro Wilk* Lama persalian Antara Kelompok Pijat Perineum Dan Kelompok *Peanut Ball* dan Pijat Perineum Di Rumah Sakit Dr. R. Soeharsono Tahun 2025.

	Kolmogorov Smirnov			Shapiro Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pijat Perineum	.172	15	.200	.926	15	.240
<i>Peanut Ball</i> dan Pijat Perineum	.154	15	.200	.952	15	.560

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 5 di atas, hasil uji normalitas Lama persalinan Antara Kelompok Pijat Perineum Dan Kelompok *Peanut Ball* dan Pijat Perineum nilai signifikan $P\text{-Value}=\alpha>0,05$, sehingga data dinyatakan terdistribusi normal sehingga uji statistik yang digunakan yaitu *independen T-Test*.

2) Uji Homogenitas

Tabel 6 Uji Homogenitas Lama persalian Antara Kelompok Pijat Perineum dan Kelompok *Peanut Ball* dan Pijat Perineum Di Rumah Sakit Dr. R. Soeharsono Tahun 2025

Levene Statistic	df1	df2	Sig
1.929	1	28	0.176

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 6 di atas, hasil uji homogenitas lama persalinan antara kelompok pijat perineum dan kelompok *peanut ball* dan pijat perineum nilai signifikan $P\text{-Value}=\alpha>0,05$, sehingga data dinyatakan homogen sehingga uji statistik yang digunakan yaitu *independen T-Test*.

Tabel 7 Perbedaan Lama Persalinan Antara Kelompok Intervensi Dan Kelompok Kontrol Di Rumah Sakit Dr. R. Soeharsono Tahun 2025.

Kelompok	F	Mean	Selisih Mean	P-Value
Pijat Perineum	15	6,87	1,67	0,012

<i>Peanut Ball dan Pijat Perineum</i>	15	5,20
---------------------------------------	----	------

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan Tabel 7 rerata skor lama persalinan kelompok pijat perineum dan kelompok *Peanut Ball* dan Pijat Perineum didapatkan perbedaan rata-rata 1,67 jam (1 jam 40 menit). Hasil uji statistik didapatkan $P\text{-Value}=0,012 < \alpha=0,05$ artinya ada perbedaan signifikan lama pada ibu bersalin antara kelompok pijat perineum dan kelompok *Peanut Ball* dan Pijat Perineum di Rumah Sakit Dr. R. Soeharsono Tahun 2025

PEMBAHASAN

Pijat Perineum

Berdasarkan hasil analisa data, didapatkan hasil dari 15 responden yang diberikan intervensi pijat perineum, responden yang mengalami lama persalinan yaitu 4 orang dengan lama 9 jam.

Hasil ini sejalan dengan Pijat perineum menurut Indrayani (2020) Pijat perineum dapat merangsang jaringan ikat dan kolagen pada perineum sehingga menyebabkan perineum menjadi elastis, fleksibel dan lentur ketika perineum meregang pada saat persalinan. Untuk itu perlu dilakukan pemijatan perineum guna membantu melunakkan jaringan perineum. Teori ini menyimpulkan bahwa lama kala II lebih pendek pada ibu yang melakukan pijat perineum dibandingkan dengan ibu yang tidak melakukan pijat perineum, menurut Isofil dan Lina (2020) bahwa asuhan pijat perineum untuk percepat persalinan kala II pada ibu bersalin efektif. pijat perineum merupakan salah satu cara untuk meningkatkan aliran darah, elastisitas dan relaksi otot-otot dasar panggul. Pijat perineum mempunyai berbagai manfaat bertujuan untuk mengurangi resiko terjadinya rupture saat persalinan seperti menstimulasi darah ke perineum, mempercepat persalinan kala II, menghindari kejadian episiotomi dan mempermudah proses persalinan. Pijat perineum dilakukan pada saat kala II persalinan dengan cara berbaring terlentang dalam posisi dorsal recumbent setelah itu ibu penolong memakai handscoon lalu teteskan minyak zaitun serta letakan dua jari ke vagina lalu lakukan pemijatan 5-10 menit setiap 4 jam, pijat dilakukan dengan gerakan bolak balik berbentuk U. Terapi pijat perineum pada masa persalinan meningkatkan sirkulasi darah dan menghilangkan rasa sakit, karena otot-otot perineum di sekitar vagina diregangkan sehingga cenderung tidak menimbulkan rupture, secara umum terjadi karena meningkatkan elastis perineum.

Pijat perineum selain membuat perineum elastis juga bisa mempercepat persalinan tetapi pijat perineum kurang efektif dilakukan saat inpartu karena masih ada beberapa pasien yang mengalami ruptur perineum.

Pijat perineum dengan kemajuan persalinan

Berdasarkan Tabel 3 intervensi pijat perineum frekuensi lama persalinan ibu didapatkan hasil 6,87 jam.

Menurut (Manuaba, 2023) Persalinan adalah suatu proses alamiah dengan kehamilan cukup bulan. Rata-rata usia kehamilan 9 bulan 10 hari atau sekitar 280 hari. Dimulai dengan terjadinya dilatasi serviks sehingga terjadinya proses lahirnya bayi dan plasenta. Bayi dapat hidup diluar kandungan melalui jalan lahir dengan bantuan atau tanpa bantuan. Namun jika persalinan berjalan lebih lama dari 24 jam untuk seorang primigravida dan atau 18 jam untuk seorang multigravida maka persalinan tidak lagi normal atau sering disebut dengan persalinan lama, adapun penyebab lama persalinan lama adalah kelainan letak janin, kelainan panggul, kelainan faktor tenaga, terjadi ketidak seimbangan sefalopelvik, pempin persalinan yang salah dan primi tua primer atau sekunder.

Pada penelitian yang dilakukan lama persalinan dengan pijat perineum didapatkan 6,87 jam dengan jumlah pasien 15 responden, 7 responden lama persalinan kurang dari 6 jam . 8 responden dengan lama persalinan lebih dari 6-10 jam. dalam penelitian ini pijat perineum dengan persalinan cepat didapatkan pada pasien multigravida dengan perineum sudah elastis, fleksibel, dan lentur sehingga dilakukan pemijatan lebih efektif, sedangkan pada primigravida dengan perineum masih kaku dan belum berpengalaman dalam persalinan sehingga pijat perineum ini belum efektif apabila dilakukan saat inpartu didapatkan persalinan lebih dari 6 jam dan didapatkan 5 pasien dengan luka perineum.

Pijat perineum dan peanut ball

Berdasarkan tabel 2 intervensi pijat perineum dan *peanut ball* dengan terhadap lama persalinan didapatkan 3 responden dengan lama persalinan lebih dari 6 jam, sedangkan 12 responden dengan lama persalinan kurang dari 6 jam.

Pijat perineum dan *peanut ball* menurut Lawrence et al 2013; Rahmawati et al.,2022) Penelitian lain yang dilakukan oleh Dianita Primiastuti dkk., nyeri persalinan pada ibu bersalin kala I fase aktif yang menggunakan *peanut ball* lebih rendah dari pada ibu bersalin yang tidak menggunakan *peanut ball*. Ibu bersalin kala I fase aktif yang menggunakan *peanut ball* memiliki intensitas nyeri persalinan lebih rendah dan mengalami penurunan kepala lebih cepat dibandingkan dengan ibu yang tidak menggunakan *peanut ball*. Menurut Dian Widiastuti (2024) efektivitas *peanut ball* untuk nyeri persalinan. Penggunaan *peanut ball* yang berfungsi

antara lain untuk kemajuan persalinan dan pengurangan rasa nyeri saat persalinan. *Peanut ball* tidak hanya digunakan untuk alat terapi fisik melainkan juga memberi rasa nyaman. Dan menurut Mutoaroh (2020) penggunaan *peanut ball* merupakan salah satu non farmakologi yang saat ini terdapat banyak cara mempercepat, meringankan dan membuat lebih nyaman didalam proses persalinan yang berfungsi untuk kemajuan persalinan dan pengurangan rasa nyeri saat persalinan.

penggunaan *peanut ball* dan pijat perineum merupakan dua intervensi non-invasif yang telah diteliti dalam mendukung kemajuan persalinan. Pijat perineum bertujuan meningkatkan elastisitas jaringan perineum untuk mengurangi risiko robekan dan mempercepat keluarnya bayi. Sedangkan *peanut ball* alat berbentuk bola kacang dapat membantu membuka panggul secara optimal saat ibu berbaring, mempercepat penurunan janin, dan mempersingkat waktu persalinan. Dari penelitian yang dilakukan pada kedua intervensi selain mengurangi robekan juga persalinan lebih cepat, mengurangi resiko asfiksia pada bayi dan mengurangi intensitas ibu mengejan.

Pijat perineum dan *peanut ball* dengan kemajuan persalinan

Berdasarkan table 3 intervensi pijat perineum dan *peanut ball* frekuensi lama persalinan ibu dengan kelompok pijat perineum dan pijat perineum 5,20 jam.

Penelitian ini sejalan dengan Lawrence (2022) Pijat perineum dan penggunaan *peanut ball* merupakan dua intervensi non-invasif yang telah diteliti dalam mendukung kemajuan persalinan. Pijat perineum bertujuan meningkatkan elastisitas jaringan perineum untuk mengurangi risiko robekan dan mempercepat keluarnya bayi. Sedangkan *peanut ball* alat berbentuk bola kacang dapat membantu membuka panggul secara optimal saat ibu berbaring, mempercepat penurunan janin, dan mempersingkat waktu persalinan. Pada penelitian Geran mayeh (2021) terdapat 90 wanita primipara dengan kelompok pijat ($n=45$) dan kelompok kontrol ($n=45$) usia kehamilan 38-42 minggu dipilih secara berurutan dan didapatkan hasil kelompok pijat memiliki frekuensi perineum utuh lebih tinggi di bandingkan dengan kelompok kontrol ($P=0,004$). Pijat perineum juga dapat mempercepat durasi persalinan kala II yang cukup signifikan, sedikit lebih pendek pada kelompok pijat di bandingkan dengan kelompok kontrol. Durasi kala II pada pijat 19 menit dan 20 menit pada kelompok kontrol ($P=0.038$). Penelitian ini didukung dengan hasil dari Laspiriyanti dan Puspitasari (2020) menunjukkan bahwa pada responden pertama ketebalan dari rigid 1,8 cm menjadi tipis 1,5 cm dengan percepatan waktu persalinan 15 menit. Responden kedua ketebalan dari rigid 1,8 cm menjadi tipis 1,5 cm waktu percepatan persalinan 10 menit dan responden ketiga dari 1,5 cm menjadi tipis 1,1 cm dengan percepatan persalinan 20 menit. Setelah dilakukan pijat perineum durasi persalinan

kala II lebih cepat dibandingkan dengan penelitian sebelumnya ditemukan rata-rata lama kala II pada ibu bersalin adalah 26,02 menit. Hal ini membuktikan bahwa pijat perineum bermanfaat untuk mempercepat persalinan kala II dan mempermudah proses persalinan serta mengurangi kejadian episiotomi. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Trihartiningsih,dkk (2023) Penggunaan *peanut ball* lebih efektif mempercepat persalinan kala I dan ibu bersalin dapat menggunakan *peanut ball* sebagai salah satu Teknik non farmakologi dalam mengurangi atau meminimalkan lama persalinan kala I.

Pijat Perineum dan Peanut ball yang dilakukan pada 15 responden lebih mempercepat persalinan, dikarekan pijat perineum selain membuat perineum elastis juga membantu melukakkan jaringan dan juga merelaksasi otot-otot dasar panggul. Apalagi di kombinasikan dengan *peanut ball* yang berfungsi membuka panggul. Dan mempercepat penurunan kepala sehingga pasien yang dilakukan pijat perineum dan *peanut ball* lebih cepat persalinannya.

Efektivitas Pijat Perinum dan *penaut ball* dengan kemajuan persalinan

Berdasarkan Tabel 6 rata-rata skor lama persalinan kelompok pijat perinum dan kelompok pijat perinum dan *penut ball* di dapatkan perbedaan 1,67 jam (1 jam 40 menit).

Penelitian ini sejalan dengan Evie (2023) *Peanut ball* efektif mengurangi lama persalinan kala 1. Bahwa tinjauan dari penggunaan *peanut ball* antara dua kelompok pasien selama proses persalinan didapatkan hasil bahwa ibu bersalin yang menggunakan *peanut ball* menurunkan kala I persalinan hampir 90 menit kala II dengan 23 menit dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak menggunakan *peanut ball*. Menurut Dianita dkk (2021) penggunaan *penaut ball* untuk mengurangi nyeri persalinan dan memperlancar proses penurunan kepala janin pada persalinan kala I. Perbandingan hasil antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Kelompok perlakuan penurunan kepala 1/5 dan 0/5 menjadi 60% dan 26.7% dari kelompok kontrol yang masing-masing penurunan kepala 1/5 dan 0/5 adalah 0%. menurut Isofi L dan Lina P (2020) Efektifitas massage Perinum untuk percepatan persalinan kala II pada ibu bersalin. Hasil yang dilakukan pada 3 (tiga) partisipan ibu bersalin setelah dilakukan massage perineum yang tadinya tebal dan kaku mengalami perubahan dan mengalami persalinan lebih cepat, laserasi bagian perinum pada partisipan pertama dan ketiga tingkat laserasi hanya perlukaan kecil sehingga tidak dijahit. Sedangkan partisipan ke dua tidak mengalami laserasi.

lama persalinan yang dilakukan pijat perenium dan *peanut ball* lebih cepat dari pada hanya di pijat perineum. Di karenakan selain pemijatan penggunaan *Peanut ball* mempercepat penurunan kepala. Sehingga pasien tidak terlalu lama mengejan. Penggunaan *Peanut ball* di antara paha dan posisi ibu tidur miring kiri dapat membuka otot panggul dan memfasilitasi

penurunan kepala lebih cepat dan juga mengurangi resiko cedera pada bayi. Pijat perineum yang di kombinasikan dengan penaut ball selain membuat perineum elastis juga mengurangi terjadinya rupture dan mempercepat proses persalinan kala II. Pada penelitian ini dengan 15 responden yang di lakukan pijat perineum dan penaut ball didapatkan 12 pasien dengan persalian kurang dari 6 jam dan 3 pasein dengan lama persalinan lebih dari 6 jam, penelitian ini efektif pada pasien primigravida yang belum berpengalaman dalam persalinan selain mempercepat persalinan juga mengurangi nyeri persalinan, ataupun multigravida dengan jarak anak lebih dari 3 tahun, responden yang hanya di lakukan intervensi pijat periuem saat inpartu selain meperpendek durasi inpartu juga terdapat 5 responden yang terjadi luka perineum, sedangkan pada responden yang di lakukan pijat perineum dan penaut ball terdapat 2 responden yang terjadi luka perinuem, itu menandakan pijat perineum dan peanut ball juga mengurangi robekkan perinuem meski di lakukan pemijatan pada saat ibu inpartu.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul “pengaruh pijat perenium dan peanut ball terhadap lama persalinan di wilayah kerja rumah sakit dr. R soeharsono banjarmasin Tahun 2025” di tarik kesimpulan sebagai berikut :

- a. Lama persalinan pada kelompok yang di berikan intervensi pijat perinum rata-rata 6.87 jam
- b. Lama persalinan pada kelompok yang diberikan intervensi pijat perineum dan *penaut ball* rata-rata 5,20 jam
- c. Terdapat perbedaan kemajuan persalinan yang diberikan intervensi pijat perineum dan lama persalinan yang diberikan intervensi pijat perineum dan *peanut ball*. Didapatkan hasil uji statistik $P\text{-Value}=0,012 < \alpha=0,05$ artinya ada perbedaan signifikan lama persalinan antara kelompok pijat perineum saja dan kelompok *Peanut Ball* dan Pijat Perineum di Rumah Sakit Dr. R. Soeharsono Tahun 2025.

UCAPAN TERIMA KASIH

Bagian ini disediakan bagi penulis untuk menyampaikan ucapan terima kasih, baik kepada pihak penyandang dana penelitian, pendukung fasilitas, atau bantuan ulasan naskah. Bagian ini juga dapat digunakan untuk memberikan pernyataan atau penjelasan, apabila artikel ini merupakan bagian dari skripsi/tesis/disertasi/makalah konferensi/hasil penelitian.

DAFTAR REFERENSI

- Aisma, A. K., et al. (2016). *Massage perineum pada kehamilan*.
https://www.academia.edu/35964299/MASSAGE_PERINEUM_PADA_KEHAMILAN
- Aprilia, Y. (2010). *Hipnostetri*. Gagas Media.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*. Rineka Cipta.
- Baston, H. (2011). *Persalinan*. EGC.
- Cunningham, F. G. (2010). *Obstetri Williams*. EGC.
- Cunningham, F. G., Leveno, K. J., Bloom, S. L., Spong, C. Y., Dashe, J. S., Hoffman, B. L., Casey, B. M., & Sheffield, J. S. (2018). *Williams obstetrics* (25th ed.). McGraw-Hill Education.
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2008). *Buku acuan pelatihan klinik asuhan persalinan normal*. JNPK-KR.
- Doriana, C., Deac, A., & Lozinca, I. (2010). Comparative study regarding the influence of pain management on labor development. *Journal of Science, Movement and Health*, 10, 1–6.
- Eprila, E., Aprilina, A., & Wahyuni, S. (2021). Pelatihan penggunaan peanut ball pada bidan untuk mengurangi nyeri kala I persalinan. *E-Dimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 12(2), 252–258.
- Gau, M. L., Chang, C. Y., Tian, S. H., & Lin, K. C. (2011). Effects of birth ball exercise on pain and self-efficacy during childbirth. *Midwifery*, 27(6), 293–300.
- Geranmayeh, M., Habibabadi, Z. R., Fallahkish, B., Farahani, M. A., Khakbazan, Z., & Mehran, A. (2012). Reducing perineal trauma through perineal massage with vaseline in second stage of labor. *Archives of Gynecology and Obstetrics*, 285(1), 77–81.
<https://doi.org/10.1007/s00404-011-1919-5>
- Grant, C. B., & Clutter, L. B. (2014). The peanut ball: A remarkable labor support tool. *International Doula*, 22, 12–14.
- Hjermstad, M. J., et al. (2011). Studies comparing numerical rating scales, verbal rating scales, and visual analogue scales for pain assessment. *Journal of Pain and Symptom Management*, 41(6), 1073–1093.
- Indriarti, M. T. (2008). *Senam hamil dan balita*. Cemerlang Publishing.
- Klossner, N. J. (2006). *Introductory maternity nursing* (Vol. 1). Lippincott Williams & Wilkins.

- Leung, C., & Wofford, K. (2017). The use of peanut ball to decrease length of labor and cesarean section rate. *Nursing Women's Health*, 21(5), 384–391. <https://doi.org/10.1016/j.nwh.2017.08.001>
- Mochtar, R. (2012). *Sinopsis obstetri: Obstetri fisiologis dan patologis*. EGC.
- Oxorn, H., & Forte, W. R. (2010). *Human labor and birth* (5th ed.). McGraw-Hill.
- Powell, J., et al. (2018). The use of the peanut ball during labor: A systematic review. *Journal of Obstetric, Gynecologic & Neonatal Nursing*, 47(2), 254–262. <https://doi.org/10.1016/j.jogn.2018.01.006>
- Saifuddin, A. B., Rachimhadhi, T., & Wiknjosastro, H. (2014). *Ilmu kebidanan* (Edisi ke-4). Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Sarwono. (2009). *Ilmu kebidanan*. PT Bina Pustaka.
- Simkin, P., & Ancheta, R. (2017). *The labor progress handbook* (4th ed.). Wiley-Blackwell.
- Tussey, C. M., Botsios, E., Gerkin, R. D., Kelly, L. A., Gamez, J., & Mensik, J. (2015). Reducing length of labor and cesarean surgery rate using a peanut ball. *Journal of Perinatal Education*, 24(1), 16–24. <https://doi.org/10.1891/1058-1243.24.1.16>
- World Health Organization. (2011). *Essential interventions, commodities and guidelines for reproductive, maternal, newborn and child health*. WHO.
- World Health Organization. (2024). *Maternal mortality*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/maternal-mortality>