

---

## PENGARUH UPRIGHT POSITION TERHADAP LAMA PERSALINAN KALA 1 FASE AKTIF

### THE EFFECT OF UPRIGHT POSITION ON THE LENGTH OF LABOR DURING THE FIRST ACTIVE PHASE

---

Info artikel    Diterima:17 September 2023    Direvisi: 30 September 2023    Disetujui:20 Desember 2023

---

**Heni Sumastri<sup>1</sup>, Dwiana AS Rahmaninda<sup>2</sup>, Elita Vasra<sup>3</sup>, Hendawati<sup>4</sup>**

<sup>1,2,3,4</sup> Poltekkes Kemenkes Palembang, Sumatera Selatan, Indonesia

(E-mail penulis korespondensi: [dwianaakbari@gmail.com](mailto:dwianaakbari@gmail.com))

#### ABSTRACT

**Background:** Prolonged labor in the active phase of first stage increase discomfort on birthing mother, including experience more pain, anxiety, and fatigue. The discomfort during labor can be decreased by doing a birthing position. This study aims to determine the effect of upright position on the length of labor in the active phase of first stage.

**Methods:** The study used a quasi-experimental posttest only design with control group. A total of thirty birthing mothers in the active phase of first stage became the subject of the study. Subjects were grouped into two: the upright position group (n=15) and the control group (n=15). The upright position group regularly performed an upright position, including squatting and standing during the active phase of first stage labor. The control group was not directed to perform the upright position. The length of labor in the active phase of first stage between two groups was compared when the cervical dilatation reached 10 cm (complete cervical dilatation).

**Results:** Upright position significantly affected the length of labor in the active phase of first stage,  $p$ -value=0,009 ( $<0,05$ ). There were twelve subjects (80%) of upright position group experienced the length of labor in the active phase of first stage less than six hours (fast category). Meanwhile, in the control group, there were only three subjects experienced the length of labor in the active phase of first stage in fast category.

**Conclusion:** The upright position performed by birthing mother has a positive effect, namely accelerate the duration of labor in the active phase of first stage.

**Keywords :** upright position, length of labor, the active phase of first stage labor.

#### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Persalinan Kala I fase aktif yang memanjang dapat meningkatkan ketidaknyamanan pada ibu bersalin seperti nyeri, kecemasan, dan kelelahan. Ketidaknyamanan persalinan dapat diatasi dengan pemilihan posisi persalinan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *upright position* terhadap lama persalinan kala I fase aktif.

**Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian *quasi experimental* dengan *posttest only control design*. Sebanyak 30 ibu bersalin pada persalinan kala 1 fase aktif menjadi subjek penelitian. Subjek dikelompokkan menjadi dua kelompok yaitu kelompok eksperimen *upright position* (n=15) dan kelompok kontrol (n=15). Kelompok eksperimen *upright position* secara berkala melakukan posisi tegak (*upright*) seperti berdiri, berjongkok, dan berlutut selama persalinan kala I fase aktif, sementara kelompok kontrol tidak diarahkan melakukan *upright position*. Lama persalinan kala 1 fase aktif kedua kelompok dinilai setelah pembukaan serviks mencapai 10 cm (pembukaan serviks lengkap).

**Hasil:** Terdapat pengaruh *upright position* secara signifikan terhadap lama persalinan kala 1 fase aktif, dengan nilai- $p=0,009$  ( $<0,05$ ). Sebanyak 12 sampel (80%) pada kelompok perlakuan *upright position* mengalami lama persalinan kala 1 fase aktif kurang dari enam jam (kategori cepat). Sedangkan pada kelompok kontrol hanya sebanyak 3 sampel (20%) yang mengalami persalinan kala 1 fase aktif kategori cepat.

**Kesimpulan:** *Upright position* yang diterapkan oleh ibu bersalin memiliki pengaruh positif, yaitu lamanya persalinan kala 1 fase aktif menjadi lebih cepat.

**Kata kunci:** *Upright Position*, Lama Persalinan, Persalinan Kala 1 Fase Aktif

## PENDAHULUAN

Angka Kematian Ibu (AKI) termasuk salah satu tolak ukur status kesehatan suatu negara. AKI di Indonesia tercatat masih tinggi yaitu sebanyak 305/100.000 kelahiran hidup.<sup>1</sup> Data *World Health Organization* (WHO) menunjukkan sekitar 830 wanita dari seluruh dunia meninggal setiap hari karena komplikasi kehamilan dan atau persalinan.<sup>2</sup> Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) menunjukkan bahwa 70% kelahiran hidup di Indonesia mengalami komplikasi saat persalinan.<sup>3</sup> Komplikasi persalinan yang banyak dilaporkan adalah persalinan lama dengan persentase kasus sebanyak 41%. Persentase ini mengalami peningkatan sebesar 6%. Persalinan lama atau macet menyumbang 1,8% kematian dari penyebab tingginya angka kematian ibu (AKI) di Indonesia (305/100.000 kelahiran hidup).<sup>4</sup>

Proses persalinan merupakan suatu proses keluarnya fetus dan plasenta dari uterus yang didahului dengan peningkatan aktifitas myometrium (frekuensi dan intensitas kontraksi) yang menyebabkan penipisan dan pembukaan serviks serta keluarnya lender darah (blood show) dari vagina.<sup>5</sup> Kriteria persalinan macet diantaranya yaitu tidak terjadi penurunan kepala janin lebih dari satu jam pada persalinan fase aktif dan kontraksi uterus yang tidak adekuat, 80% ibu dengan kemacetan fase aktif mengalami kontraksi yang tidak adekuat. Kelainan pada fase aktif dialami oleh 25% persalinan pada primigravida dan 15% persalinan pada multigravida.<sup>6</sup>

Kala I fase aktif yang memanjang dapat meningkatkan ketidaknyamanan pada ibu bersalin seperti nyeri, kecemasan, dan kelelahan.<sup>7</sup> Upaya tenaga kesehatan dalam menurunkan ketidaknyamanan pada ibu bersalin adalah dengan melakukan asuhan sayang ibu melalui pemenuhan kebutuhan ibu bersalin diantaranya yaitu posisi dan mobilisasi dalam persalinan. Studi menunjukkan ibu bersalin yang mempertahankan *upright position* atau posisi tegak dan mobilitas pada kala I persalinan

dapat meningkatkan kontraksi uterus dan mengurangi lama durasi kala I persalinan.<sup>8</sup> selain itu, posisi jongkok yang juga termasuk dalam *upright position* dapat melebarkan diameter panggul sehingga memungkinkan terjadinya penurunan bayi.<sup>9</sup> Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *upright position* terhadap lama persalinan kala I fase aktif.

## METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *quasi-experimental posttest only* dengan kelompok kontrol yang dilakukan di dua Praktik Bidan Mandiri (PBM) di Kota Palembang. Subjek penelitian adalah ibu bersalin pada fase aktif kala 1 persalinan. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *convenience sampling*, yaitu ibu bersalin yang datang ke PBM selama periode penelitian (satu bulan pada Maret 2019) dan memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi direkrut sebagai subjek penelitian. Sebanyak tiga puluh ibu bersalin dari dua PBM terlibat dalam penelitian. Peneliti menetapkan lima belas ibu bersalin di PBM A sebagai kelompok eksperimen, kelompok ibu bersalin yang diterapkan *upright position* dan lima belas ibu bersalin di PBM B sebagai kelompok kontrol.

Data penelitian dikumpulkan dari hasil observasi kemajuan persalinan selama kala I fase aktif hingga pembukaan serviks lengkap (10 cm) dengan menggunakan lembar partograph. Pemantauan kemajuan persalinan dengan lembar partograph memberikan informasi berapa lama atau durasi persalinan kala I fase aktif yang dialami ibu bersalin, baik pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol. Variabel bebas pada penelitian ini adalah *upright position* atau posisi tegak, sedangkan variabel terikat yaitu lama atau durasi persalinan kala I fase aktif. Analisis data yang dilakukan untuk menilai pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat pada penelitian ini menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov. Hasil pengolahan data disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi

karakteristik responden dan narasi hasil analisis data.

## HASIL

Hasil penelitian pada tabel 1 menunjukkan sebagian besar subjek penelitian berusia diantara 20-35 tahun (n=25, 83,3%). Subjek penelitian terdiri dari lima ibu bersalin primigravida dan 25 ibu

bersalin multigravida. Sebanyak 23 ibu bersalin memiliki Pendidikan terakhir pada jenjang SMA dan perguruan tinggi (76,7%) dan 26 ibu bersalin (86,7%) merupakan ibu rumah tangga atau IRT. Dari total jumlah subjek penelitian, 50% ibu bersalin (n=15) mengalami lama persalinan Kala 1 fase aktif pada kategori cepat (kurang dari 6 jam).

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Subjek Penelitian**

Variabel	Jumlah (n=30)	Persentase
<b>Karakteristik Subjek:</b>		
Usia (Tahun)		
- 20—35	25	83,3
- 20 < x > 35	5	16,7
Pendidikan		
- Pendidikan Tinggi	23	76,7
- Pendidikan Rendah	7	23,3
Pekerjaan		
- Bekerja	4	13,3
- Tidak Bekerja	26	86,7
Status Gravida		
- Primigravida	5	16,7
- Multigravida	25	83,3
<b>Lama Kala I Fase Aktif</b>		
Cepat (<6 jam)	15	50
Normal (6—8 jam)	9	30
Lambat (>8 jam)	6	20

Pada penelitian ini, lima belas ibu bersalin pada kelompok eksperimen terdiri dari tiga ibu primigravida dan dua belas ibu multigravida. Sementara itu, lima belas ibu bersalin pada kelompok kontrol terdiri dari

dua ibu primigravida dan tiga belas ibu multigravida. Lama persalinan kala I fase aktif dikategorikan menjadi 3 kategori yaitu cepat (lamanya <6 jam), normal (lamanya 6-8 jam), dan lambat (lamanya >8 jam).

**Tabel 2. Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Status Gravida**

Kelompok	Status Gravida		Jumlah
	Primigravida (n)	Multigravida (n)	
Eksperimen	3	12	15
Kontrol	2	13	15

Pada kelompok eksperimen, sebagian besar ibu bersalin mengalami lama persalinan kala I fase aktif kategori cepat (n=12, 80%). Dari dua belas ibu bersalin dengan lama kala I fase aktif kategori cepat, satu ibu merupakan primigravida dan sebelas lainnya ibu multigravida. Terdapat satu ibu bersalin primigravida dengan lama kala I fase aktif kategori normal dan dua ibu bersalin dengan

lama kala I fase aktif kategori lambat, masing-masing ibu primigravida dan multigravida. Sementara pada kelompok kontrol, sebagian besar ibu bersalin mengalami lama persalinan kala I fase aktif kategori normal (n=8, 53,3%), terdiri dari satu ibu primigravida dan tujuh ibu multigravida. Ibu bersalin dengan lama kala I fase aktif kategori lambat sebanyak empat

orang, terdiri dari satu ibu primigravida dan tiga ibu multigravida. Sedangkan ibu bersalin

dengan lama kala I fase aktif kategori cepat sebanyak tiga orang ibu multigravida.

**Tabel 3. Hasil Analisis Pengaruh Upright Position terhadap Lama Persalinan Kala I Fase Aktif**

Kelompok	Lama Persalinan Kala I Fase Aktif						Total	P Value
	Cepat		Normal		Lambat			
	n	%	n	%	n	%	n	
Eksperimen	12	80	1	6,7	2	13,3	15	100
Kontrol	3	20	8	53,3	4	26,7	15	100
<b>Total</b>	15	50	9	30	6	20	30	100

Data menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara jumlah ibu bersalin yang mengalami lama persalinan kala I fase aktif kategori cepat pada kelompok eksperimen (n=12) dengan kelompok kontrol (n=3). Hasil analisis dengan uji non-parametrik Kolmogorov-Smirnov didapatkan  $\rho=0,009$  ( $\rho \leq 0,05$ ) sehingga dapat dinyatakan bahwa secara signifikan terdapat pengaruh *upright position* terhadap lama persalinan kala I fase aktif.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar subjek pada penelitian ini merupakan ibu bersalin usia dua puluh hingga tiga puluh lima tahun (n=25). Usia tersebut merupakan usia reproduktif sehat, usia ideal untuk hamil dan melahirkan karena pada rentang usia tersebut organ reproduksi dan mental lebih matang.<sup>10</sup> Kehamilan dan persalinan pada usia remaja atau usia kurang dari dua puluh tahun meningkatkan angka kesakitan dan kematian ibu-bayi sebanyak dua hingga empat kali lebih tinggi dibandingkan dengan kehamilan dan persalinan di usia 20-35 tahun.<sup>11</sup> Penelitian lainnya menunjukkan bahwa kehamilan di usia berisiko, yaitu usia kurang dari dua puluh tahun dan lebih dari tiga puluh lima tahun akan semakin berisiko terjadi abortus.<sup>12</sup>

Pada penelitian ini *upright position* yang diterapkan pada ibu bersalin kelompok eksperimen yaitu posisi berdiri, berjongkok, dan berlutut. Menurut Dekker (2018), *upright position* dapat berupa posisi berdiri baik sendiri atau berpegangan dengan pasangan atau penyangga, berlutut ditopang satu kaki,

dan berlutut dengan tangan bertumpu pada penyangga, duduk pada kursi melahirkan atau berjongkok.<sup>13</sup>

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *upright position* memberikan pengaruh positif terhadap lama persalinan kala I fase aktif. Sebagaimana didapatkan bahwa sebagian besar ibu bersalin yang menerapkan *upright position* mengalami lama persalinan kala I fase aktif lebih cepat dibandingkan ibu bersalin yang tidak menerapkan *upright position*. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Emam et al (2017) pada ibu bersalin primigravida yang menunjukkan durasi persalinan kala I hingga kala III secara signifikan lebih pendek pada kelompok posisi tegak dibandingkan kelompok posisi berbaring telentang. Posisi tegak memungkinkan dinding perut rileks dan adanya pengaruh gravitasi menyebabkan fundus uterus jatuh ke depan, hal ini mendorong kepala janin ke pintu panggul pada posisi anterior dan memberikan tekanan langsung ke leher Rahim sehingga membantu merangsang dan meregangkan leher rahim.<sup>14</sup> Penelitian oleh Nikmah (2017) juga menunjukkan bahwa kemajuan persalinan terjadi lebih cepat pada ibu bersalin yang melakukan posisi persalinan di luar tempat tidur dibandingkan dengan posisi berbaring di tempat tidur.<sup>15</sup>

Pada saat ibu bersalin melakukan *upright position* efek gravitasi pada tubuh bekerja, *upright position* dapat membantu penurunan bagian terendah janin sehingga memungkinkan pembukaan serviks secara efektif, selain itu *upright position* dapat membantu janin mendapatkan posisi yang lebih baik untuk melewati panggul.<sup>16</sup> *Upright position* dengan berjongkok menyebabkan

pintu atas panggul melebar sehingga memudahkan rotasi kepala janin.<sup>17</sup> Hal tersebut dapat memicu terjadinya kemajuan persalinan. Di sisi lain *upright position* juga meningkatkan intensitas kontraksi uterus, meringankan nyeri persalinan, dan memberikan kepuasan yang baik oleh ibu bersalin terhadap posisi persalinan.<sup>14</sup>

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa posisi persalinan mempengaruhi proses persalinan. *Upright position* secara signifikan dapat mempercepat atau memperpendek lama persalinan kala I fase aktif. Diharapkan bidan dan tenaga kesehatan pendamping persalinan mempromosikan dan memfasilitasi ibu bersalin dalam menerapkan *upright position*. *Upright position* telah diketahui memiliki pengaruh positif terhadap proses persalinan, sehingga penelitian selanjutnya diharapkan dapat meneliti pengaruh *upright position* terhadap variabel-variabel lain yang lebih kompleks berkaitan dengan proses persalinan. Selain itu, peneliti merekomendasikan pengelompokan subjek penelitian berdasarkan status gravida yang sama untuk memaksimalkan validitas temuan.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada berbagai pihak yang telah mendukung dan membantu proses penelitian, mulai dari tahap pengumpulan data hingga penerbitan artikel ini.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Kemenkes RI. *Profil Kesehatan RI 2015. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2015* (2015).
2. WHO. Maternal Mortality. <https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/maternal-mortality> (2018).
3. Kementerian Kesehatan RI. *Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia Tahun 2017*. (2018).
4. Kemenkes RI. *Profil Kesehatan RI 2015. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2015* (2015).
5. Manuaba. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan KB untuk Pendidikan Bidan*. (Penerbit Buku Kedokteran EGC, 2010).
6. Prawirohardjo, S. *Ilmu Kebidanan*. (Bina Pustaka, 2014).
7. Oxorn. *Ilmu Kebidanan Fisiologis dan Patologis Persalinan*. (Yayasan Essentia Medica, 2010).
8. Kumud, Rana, A. K. & Chopra, S. Effect of upright positions on the duration of first stage of labour among nulliparous mothers. *Nurs. Midwifery Res. J.* **9**, (2013).
9. Murray & Michelle L. *Persalinan & Melahirkan: Praktik Berbasis Bukti*. (Penerbit Buku Kedokteran EGC, 2013).
10. Sukorini, M. U. Hubungan Gangguan Kenyamanan Fisik Dan Penyakit Dengan Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester Iii. *Indones. J. Public Heal.* **12**, 1 (2017).
11. Destaria. Perbandingan Luaran Maternal dan Perinatal Kehamilan Trimester 3 antara Usia Muda dan Usia Reproduksi Sehat. (Universitas Diponegoro, 2011).
12. Prihandini, S. R., Pujiastuti, W. & Hastuti, T. P. Usia Reproduksi Tidak Sehat Dan Jarak Kehamilan Yang Terlalu Dekat Meningkatkan Kejadian Abortus Di Rumah Sakit Tentara Dokter Soedjono Magelang. *J. Kebidanan* **5**, 47–57 (2016).
13. Rebecca, D. The Evidence on: Birthing Positions. *Evidence Based Birth* (2018).
14. Emam, A. M. M. & Al-Zahrani, A. E. Upright versus recumbent position during first stage of labor among primipara women on labor outcomes. *J. Nurs. Educ. Pract.* **8**, 113 (2018).
15. Nikmah, K. Hubungan Posisi Persalinan Dengan Kemajuan Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Primigravida. *J. Kebidanan* **9**, 6 (2018).
16. Gupta, J., Sood, A., Hofmey, G. & Vogel, J. Position in the second stage of labour for women with epidural anaesthesia. *Cochrane Database Syst. Rev.* **2017**, (2017).
17. Yuni, F. & Widy, N. *Asuhan Persalinan Konsep Persalinan Secara Komprehensif dalam Asuhan* 2015 (2015).

