



EFEKTIVITAS PEMBERIAN MINUMAN KURMA DAN POSISI JONGKOK TERHADAP KEMAJUAN PERSALINAN KALA I DI PMB MARINA SIMAREMARE

Melisa Putri Rahmadhena¹, Febri Diananta²

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara

mel.rahmadhena@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Persalinan kala I merupakan tahap kritis yang dipengaruhi oleh kontraksi uterus, posisi ibu, dan asupan energi maternal. Intervensi non-farmakologis seperti pemberian minuman kurma dan penerapan posisi jongkok dapat meningkatkan energi, memperkuat kontraksi, serta mempercepat pembukaan serviks. Observasi di PMB Marlina Simaremare menunjukkan variasi durasi persalinan, sehingga intervensi sederhana, aman, dan berbasis bukti diperlukan untuk mendukung kemajuan persalinan. Tujuan untuk mengetahui efektivitas pemberian minuman kurma dan posisi jongkok terhadap kemajuan persalinan kala I di PMB Marlina Simaremare. Metode penelitian menggunakan desain Quasi Eksperimen. Kelompok pertama diberikan minuman kurma, sedangkan kelompok kedua melakukan posisi jongkok. Populasi penelitian adalah seluruh ibu bersalin kala I fase aktif yang menjalani persalinan di PMB Marlina Simaremare selama periode penelitian. Analisis data dilakukan menggunakan independent t-test melalui bantuan program SPSS. Hasil rata-rata durasi kala I pada ibu yang diberikan minuman kurma adalah 7,28 jam, lebih singkat dibandingkan ibu yang melakukan posisi jongkok (8,45 jam), dengan perbedaan signifikan secara statistik ($p = 0,025$). Hal ini menunjukkan bahwa pemberian minuman kurma lebih efektif mempercepat kemajuan persalinan kala I dibandingkan posisi jongkok. Kesimpulan dan saran pemberian minuman kurma terbukti lebih efektif dibandingkan posisi jongkok dalam mempercepat kemajuan persalinan kala I. Diharapkan tenaga kesehatan dapat mempertimbangkan pemberian minuman kurma sebagai intervensi non-farmakologis yang aman dan sederhana, serta ibu bersalin disarankan mengonsumsi kurma selama persalinan untuk mendukung kemajuan persalinan.

Kata Kunci: Persalinan kala I, Minuman Kurma, Posisi Jongkok, Kemajuan Persalinan

Abstract

The first stage of labor is a critical stage influenced by uterine contractions, maternal position, and maternal energy intake. Non-pharmacological interventions such as providing date palm drink and squatting can increase energy, strengthen contractions, and accelerate cervical dilation. Observations at Marlina Simaremare Maternity Hospital show variations in labor duration, so simple, safe, and evidence-based interventions are needed to support labor progress. Objective to determine the effectiveness of date palm drink and squatting on the progress of first-stage labor at Marlina Simaremare Maternity Hospital. Methods the study used a quasi-experimental design. The first group was given date palm drink, while the second group was placed in the squatting position. The study population was all women in the active phase of the first stage of labor who delivered at Marlina Simaremare Maternity Hospital during the study period. Data analysis was performed using an independent t-test using SPSS. Results the average duration of the first stage of labor in women given the date drink was 7.28 hours, shorter than in women who squatted (8.45 hours), with a statistically significant difference ($p = 0.025$). This indicates that administering the date drink was more effective in accelerating the progress of the first stage of labor than the squatting position. Conclusions and recommendations administering the date drink was proven to be more effective than the squatting position in accelerating the progress of the first stage of labor. It is hoped that health workers will consider administering the date drink as a safe and simple non-pharmacological intervention, and that laboring mothers are advised to consume dates during labor to support labor progress.

Keywords: First Stage of Labor, Date Drink, Squatting Position, Labor Progress

@Jurnal Ners Prodi Sarjana Keperawatan & Profesi Ners FIK UP 2026

* Corresponding author :

Address : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara

Email : mel.rahmadhena@gmail.com

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan proses fisiologis yang melibatkan perubahan kompleks pada sistem hormonal, emosional, dan fisik ibu. Salah satu tahap paling menentukan dalam proses persalinan adalah persalinan kala I, yaitu periode sejak awal kontraksi yang menyebabkan dilatasi serviks hingga mencapai pembukaan lengkap 10 cm (Cunningham et al., 2022). Keberhasilan dan kelancaran proses persalinan pada tahap ini sangat menentukan keseluruhan hasil persalinan.

Kala I persalinan, yang dikenal sebagai kala pembukaan, berlangsung dari pembukaan serviks 0 hingga 10 cm dan terbagi menjadi dua fase, yaitu fase laten dan fase aktif. Fase laten berlangsung hingga pembukaan serviks mencapai 3 cm dengan durasi sekitar 8 jam, sedangkan fase aktif dimulai pada pembukaan serviks 4 cm hingga mencapai pembukaan lengkap 10 cm. Pada fase aktif, kontraksi uterus menjadi lebih efektif yang ditandai dengan peningkatan frekuensi, durasi, dan kekuatan kontraksi. Tekanan puncak kontraksi dapat mencapai 40–50 mmHg, dengan interval kontraksi setiap 2–3 menit dan durasi sekitar 60 detik menjelang akhir fase aktif (Wiji dkk., 2020).

Kemajuan persalinan kala I dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain kekuatan kontraksi uterus, posisi ibu bersalin, status nutrisi, serta keseimbangan energi. Persalinan yang berlangsung lambat dapat meningkatkan risiko kelelahan ibu, stres, kebutuhan intervensi obstetri, hingga tindakan operatif. Kondisi tersebut merupakan salah satu komplikasi persalinan yang memerlukan perhatian serius karena bersifat kompleks, rumit, dan sering kali tidak terduga (Kolifah, 2021).

Pada kala I fase aktif, kontraksi uterus yang adekuat menimbulkan nyeri dan meningkatkan metabolisme tubuh ibu. Proses ini membutuhkan energi yang besar sehingga pemenuhan kebutuhan nutrisi selama persalinan menjadi sangat penting. Pembatasan asupan makanan dan minuman selama persalinan berisiko menyebabkan hipoglikemia dan dehidrasi, yang dapat melemahkan kontraksi uterus dan menghambat kemajuan persalinan (Prawirohardjo, 2020). Oleh karena itu, manajemen intrapartum perlu memperhatikan pemenuhan kebutuhan energi ibu bersalin.

Pemenuhan energi selama persalinan berperan penting dalam mempertahankan kekuatan kontraksi uterus, mencegah kelelahan, serta mendukung kemajuan pembukaan serviks. Asupan glukosa yang tidak mencukupi terbukti dapat menurunkan efektivitas his dan memperpanjang durasi persalinan (Smith & Jones, 2021). Salah

satu intervensi nutrisi non-farmakologis yang saat ini banyak diteliti adalah pemberian minuman kurma (*Phoenix dactylifera*).

Kurma mengandung karbohidrat sederhana yang mudah diserap tubuh sehingga dapat menyediakan energi cepat bagi ibu bersalin. Selain itu, kurma juga mengandung vitamin B kompleks, kalsium, magnesium, kalium, serta asam lemak esensial yang berperan dalam meningkatkan produksi prostaglandin. Prostaglandin berfungsi dalam memfasilitasi kontraksi uterus dan pelunakan serviks. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa konsumsi kurma selama persalinan dapat meningkatkan efektivitas kontraksi, mempercepat pembukaan serviks, meningkatkan spontanitas persalinan, serta menurunkan risiko perdarahan postpartum (Agustin dkk., 2021; Al-Kuran et al., 2022; Hassan & Al-Shahrani, 2023).

Penelitian Firdausi dan Mukhlis (2021) menunjukkan bahwa rata-rata durasi persalinan pada ibu yang diberikan kurma Sukkari adalah 170,06 menit dengan standar deviasi 40,281, sedangkan pada kelompok tanpa pemberian kurma durasi persalinan lebih panjang, yaitu 270,88 menit dengan standar deviasi 57,966. Hasil uji *t*-independen menunjukkan nilai $p = 0,000 (<0,05)$, yang mengindikasikan bahwa pemberian kurma Sukkari berpengaruh signifikan terhadap percepatan durasi persalinan.

Selain intervensi nutrisi, posisi ibu selama persalinan juga berperan penting dalam kemajuan persalinan kala I. Posisi yang nyaman dapat mengurangi ketegangan dan nyeri, serta membantu proses penurunan kepala janin sehingga persalinan berlangsung lebih efektif. Beberapa posisi yang dianjurkan selama persalinan antara lain posisi miring, lutut-dada, tangan-lutut, duduk, berdiri, berjalan, dan jongkok, selama tidak terdapat kontraindikasi medis. Penelitian yang dilakukan oleh Harini Sweta Warna dkk. (2014) menunjukkan bahwa ibu yang menggunakan posisi jongkok pada kala I fase aktif mengalami kemajuan persalinan ≤ 6 jam, sedangkan ibu yang menggunakan posisi miring kiri mengalami persalinan ≥ 6 jam. Hasil tersebut menunjukkan bahwa posisi jongkok lebih efektif dalam mempercepat kemajuan persalinan kala I fase aktif pada ibu primipara.

Dalam praktik kebidanan konsumsi kurma serta penerapan posisi jongkok selama persalinan banyak digunakan sebagai tindakan non-farmakologis pada ibu bersalin. Praktik Mandiri Bidan Marlina Simaremare merupakan salah satu

rumah sakit dengan volume persalinan yang tinggi. Hasil observasi awal menunjukkan adanya variasi kemajuan persalinan kala I, di mana sebagian ibu mengalami durasi persalinan yang lebih lama dibandingkan standar waktu normal. Kondisi ini

Penelitian menggunakan desain Quasi Eksperimen. Kelompok pertama diberikan minuman kurma, sedangkan kelompok kedua melakukan posisi jongkok. Populasi penelitian adalah seluruh ibu bersalin kala I fase aktif yang

menegaskan perlunya penerapan intervensi yang sederhana, aman, terjangkau, dan berbasis bukti ilmiah untuk meningkatkan kemajuan persalinan.

METODE

menjalani persalinan di PMB Marlina Simaremare selama periode penelitian. Analisis data dilakukan menggunakan independent t-test melalui bantuan program SPSS.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Rata-Rata Durasi kala I Pemberian Minuman Kurma Dan Posisi Jongkok di PMB Marlina Simaremare

Durasi Kala I	N	Min	Max	Mean	SD
Minuman Kurma	20	5	10,5	7,28	1,5768
Posisi Jongkok	20	5,5	11	8,45	1,6051

Berdasarkan tabel 1.1 diketahui bahwa rata-rata durasi kala I pada ibu bersalin yang diberikan minuman kurma adalah 7,28 jam dengan rentang 5–10,5 jam dan standar deviasi 1,5768. Sedangkan pada ibu yang menerapkan posisi jongkok, rata-rata durasi kala I adalah 8,45 jam dengan rentang 5,5–11 jam dan standar deviasi 1,6051. Hasil ini

menunjukkan bahwa kedua intervensi, baik pemberian minuman kurma maupun penerapan posisi jongkok, dapat mempercepat kemajuan persalinan kala I, ditandai dengan rata-rata durasi yang lebih pendek dibandingkan durasi standar atau baseline.

Tabel 2. Uji Normalitas

	Statistic	df	Sig.
Sesudah Kurma	,955	20	,453
Sesudah Posisi Jongkok	,951	20	,386

Berdasarkan Tabel 1.2, hasil uji normalitas menggunakan Shapiro-Wilk menunjukkan bahwa nilai signifikansi durasi kala I setelah pemberian minuman kurma adalah 0,453, sedangkan pada

variabel posisi jongkok nilai signifikansinya adalah 0,386. Seluruh nilai $p > 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal

Tabel 3. Perbandingan Efektivitas Antara Pemberian Minuman Kurma Dan Posisi Jongkok Terhadap Kemajuan Persalinan Kala I Di PMB Marlina Simaremare

Durasi Kala I	n	Mean	SD	Mean Difference	P Value
Minuman Kurma	20	7,275	1,5768		
Posisi Jongkok	20	8,450	1,6051	-1,1750	0.025

Berdasarkan Tabel 1.3, rata-rata durasi kala I pada kelompok yang diberikan minuman kurma adalah 7,275 jam dengan standar deviasi 1,5768, sedangkan pada kelompok posisi jongkok rata-rata durasi kala I adalah 8,450 jam dengan standar deviasi 1,6051. Hasil uji independent t-test menunjukkan nilai p-value sebesar 0,025 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara pemberian minuman kurma dan

posisi jongkok terhadap kemajuan persalinan kala I. Nilai mean difference sebesar -1,1750 menunjukkan bahwa durasi kala I pada kelompok minuman kurma lebih singkat dibandingkan dengan kelompok posisi jongkok. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pemberian minuman kurma lebih efektif dibandingkan posisi jongkok dalam mempercepat kemajuan persalinan kala I di PMB Marlina Simaremare.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata durasi kala I pada kelompok yang diberikan minuman kurma adalah 7,275 jam, sedangkan pada kelompok posisi jongkok adalah 8,450 jam. Hasil uji independent t-test diperoleh nilai $p = 0,025$ ($p < 0,05$), yang menunjukkan adanya perbedaan yang bermakna secara statistik antara kedua intervensi. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian minuman kurma lebih efektif dalam mempercepat kemajuan persalinan kala I dibandingkan dengan posisi jongkok.

Secara fisiologis, kemajuan persalinan kala I dipengaruhi oleh kekuatan kontraksi uterus, pembukaan serviks, dan kecukupan energi maternal. Kontraksi uterus membutuhkan suplai energi yang adekuat agar berlangsung efektif dan terkoordinasi. Kekurangan energi selama persalinan dapat menyebabkan kontraksi tidak efektif sehingga memperpanjang proses persalinan (WHO, 2021).

Kurma mengandung karbohidrat sederhana seperti glukosa dan fruktosa yang mudah diserap tubuh dan dapat meningkatkan energi secara cepat. Selain itu, kandungan mineral seperti kalium dan magnesium berperan dalam fungsi otot polos, termasuk uterus. Studi yang dipublikasikan dalam *BMC Pregnancy and Childbirth* tahun 2021 melaporkan bahwa konsumsi kurma pada akhir kehamilan dan saat persalinan berhubungan dengan kemajuan pembukaan serviks dan durasi persalinan yang lebih singkat (Kordi et al., 2021).

Systematic review tahun 2022 dalam *Journal of Obstetrics and Gynaecology Research* juga menyimpulkan bahwa konsumsi kurma selama fase persalinan dapat memperpendek kala I dan mengurangi kebutuhan intervensi medis, meskipun diperlukan penelitian lanjutan dengan sampel lebih besar untuk memperkuat bukti (Hajian et al., 2022).

Posisi jongkok merupakan salah satu posisi tegak yang dapat memanfaatkan gaya gravitasi untuk membantu penurunan kepala janin dan memperbesar diameter panggul. WHO dalam rekomendasi intrapartum care menyatakan bahwa wanita bersalin sebaiknya didorong memilih posisi yang nyaman, termasuk posisi tegak seperti jongkok, karena dapat mendukung kemajuan persalinan (WHO, 2021).

Meta-analisis dalam *Cochrane Database of Systematic Reviews* tahun 2021 menyebutkan bahwa posisi tegak selama kala I dapat memperpendek durasi persalinan dibandingkan posisi terlentang, walaupun perbedaannya tidak

selalu besar secara klinis (Cochrane Pregnancy and Childbirth Group, 2021).

Dalam penelitian ini, meskipun posisi jongkok memberikan manfaat terhadap kemajuan persalinan, pemberian minuman kurma menunjukkan efektivitas yang lebih tinggi. Hal ini kemungkinan berkaitan dengan peningkatan energi maternal yang berdampak langsung pada efektivitas kontraksi uterus dan percepatan pembukaan serviks (Kordi et al., 2021). Dengan demikian, hasil penelitian ini sejalan dengan teori fisiologi persalinan dan bukti ilmiah terkini yang menekankan pentingnya dukungan nutrisi dan posisi maternal dalam mempercepat kemajuan kala I (WHO, 2021; Cochrane, 2021). Intervensi non-farmakologis seperti pemberian minuman kurma dapat menjadi alternatif yang aman dan mudah diterapkan dalam praktik kebidanan.

SIMPULAN

1. Rata-rata durasi kala I pada ibu yang diberikan minuman kurma adalah 7,28 jam, sedangkan pada ibu yang melakukan posisi jongkok rata-rata durasi kala I adalah 8,45 jam.
2. Terdapat perbedaan efektivitas secara signifikan antara pemberian minuman kurma dan posisi jongkok dalam mempercepat kemajuan persalinan kala I, dengan nilai $p = 0,025$ ($p < 0,05$). Nilai mean difference sebesar -1,1750 jam menunjukkan bahwa durasi kala I pada kelompok minuman kurma lebih singkat dibandingkan dengan kelompok posisi jongkok. Dengan demikian, pemberian minuman kurma terbukti lebih efektif dibandingkan posisi jongkok dalam mempercepat kemajuan persalinan kala I.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2021. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Al-Shwyeh, H. A., et al. (2019). Date Palm Fruit (*Phoenix dactylifera* L.) as Potential Functional Food: A Review. *Nutrients / PMC*. (PMC)
- Agustina, Gusti Ayu Putu Dewi, Neneng Siti Lathifah, Ratna Dewi Putri, and Nurliyani. (2023) "The Effect Of The Providence Of Delivery Course On The Progress Of ."JKM (Jurnal Kebidanan Malahayati): 512-518.
- Ahmed, I. E., et al. (2018). Effects of date fruit consumption on labour and vaginal birth.

- International Journal of Obstetrics & Gynaecology* (review). (ScienceDirect)
- Azizah, Nur, Rezky Putri Indarwati Abdullah, and Eny Arini Wello. (2022) "The Effect of Consumption Ajwa Dates (*Phoenix Dactylifera L.*) on the Duration of ." *Green Medical Journal*, 9-15.
- Cochrane Pregnancy and Childbirth Group. (2021). Maternal position during the first stage of labour. *Cochrane Database of Systematic Reviews*.
- Firdausi, Nadya, and Hamid Mukhlis. (2021) "Pengaruh Pemberian Kurma Sukkari Pada Ibu Bersalin Terhadap ." *Wellness And Healthy Magazine*, 119 –127
- Hajian, S., et al. (2022). Date fruit consumption and labour progression: Systematic review. *Journal of Obstetrics and Gynaecology Research*.
- Ibrahim, A. S., et al. (2024). Nutritional, nutraceutical attributes. *ScienceDirect* (ScienceDirect)
- Karimi, A. B., et al. (2020). Effects of date fruit on labour and delivery outcomes. *PubMed*. (PubMed)
- Kordi, M., et al. (2021). The effect of late-pregnancy consumption of date fruit on cervical ripening. *JMRH / Clinical Trial*. (Midwifery & Reproductive Health Journal)
- Nisa indriati, Sriani Purba Indah, Septika Yani Veronica. Pengaruh Pemberian Kurma Sukkari Pada Ibu Bersalin Terhadap Durasi Persalinan Di PMB Nisa, PMB Dian Dan PMB Fitri Kabupaten Mesuji Tahun 2024. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat STIKES Cendekia Utama Kudus*. <http://jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id>
- Restanty, Dian Aby, Miranda Apriliyana, and Susilawati. (2023) "Pengaruh Sari Kurma Terhadap Lama Persalinan Kala I Fase Aktif." *Midwifery Journal*, 45-62.
- Rizki Natia Wiji, Ainur Mardia, Silvia Anita Yuningsih. Efektivitas Posisi Jongkok Dan Posisi Miring Kiri Terhadap Percepatan Kemajuan Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Inpartu Di RSUD Taluk Kuantan. *Zona Kebidanan –Vol. 10 No. 3 Agustus 2020*
- Rosmila, Jasmawati, and Lukmanul Hakim. "Pemberian Sari Kurma Dapat Mempercepat Durasi Persalinan Kala (2023) ." *Jurnal Sains Tekhnologi dan Kesehatan*, 593 - 601.
- Siti Apifah, Dede Sri Mulyana. Perbandingan Efektivitas Posisi Persalinan Litotomi Dengan Posisi Jongkok Terhadap Progres Persalinan Dan Kepuasan Ibu Di Puskesmas Saketi Tahun 2024. *Jurnal Ners Volume 9 Nomor 1 Tahun 2025 Halaman 1024 – 1028*. *JURNAL NERS Research & Learning in Nursing Science* <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners>
- Systematic reviews / meta-analyses (2023–2024) on dates & labor (BMC Pregnancy & Childbirth; other reviews). (BioMed Central)
- Studi-studi lokal/Indonesia terkait minuman mutu/kurma dan kemajuan persalinan (Andriani 2021; Martasari 2019; studi rumah sakit/PMB). (Jurnal)