

**SKRIPSI**

**PENGARUH AKUPRESUR TITIK *BLADDER 23* TERHADAP  
INTENSITAS NYERI PUNGGUNG BAWAH IBU HAMIL  
TRIMESTER III DI UPTD PUSKESMAS I  
DINAS KESEHATAN KECAMATAN  
DENPASAR UTARA**



**Oleh**

**NI LUH PUTU SENTANIA WIDHI PERMANA PUTRI**  
**NIM. P07124216 004**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR  
JURUSAN KEBIDANAN  
DENPASAR  
2020**



**SKRIPSI**

**PENGARUH AKUPRESUR TITIK *BLADDER* 23 TERHADAP  
INTENSITAS NYERI PUNGGUNG BAWAH IBU HAMIL  
TRIMESTER III DI UPTD PUSKESMAS I  
DINAS KESEHATAN KECAMATAN  
DENPASAR UTARA**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat  
Menyelesaikan Pendidikan  
Pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan**

**Oleh :**

**NI LUH PUTU SENTANIA WIDHI PERMANA PUTRI  
NIM. P07124216004**

**KEMENTERIAN KESEHATAN R.I.  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR  
JURUSAN KEBIDANAN  
DENPASAR  
2020**

**LEMBAR PERSETUJUAN  
SKRIPSI**

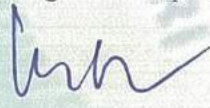
**PENGARUH AKUPRESUR TITIK *BLADDER 23* TERHADAP  
INTENSITAS NYERI PUNGGUNG BAWAH IBU HAMIL  
TRIMESTER III DI UPTD PUSKESMAS I  
DINAS KESEHATAN KECAMATAN  
DENPASAR UTARA**

**TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN**

Pembimbing Utama :


Pembimbing Pendamping :

  
Ni Wayan Suarniti, SST., M.Keb  
NIP. 19810831120021122002

  
Dr. Ni Nyoman Budiani, S.SiT., M.Biomed  
NIP. 197002181989022002

MENGETAHUI  
KETUA JURUSAN KEBIDANAN  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR



  
Dr. Ni Nyoman Budiani, S.SiT., M.Biomed  
NIP. 197002181989022002

**LEMBAR PENGESAHAN  
SKRIPSI**




**PENGARUH AKUPRESUR TITIK *BLADDER* 23 TERHADAP  
INTENSITAS NYERI PUNGGUNG BAWAH IBU HAMIL  
TRIMESTER III DI UPTD PUSKESMAS I  
DINAS KESEHATAN KECAMATAN  
DENPASAR UTARA**

**TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI**

**PADA HARI : RABU**

**TANGGAL : 20 MEI 2020**

**TIM PENGUJI :**

1. I.G. A. A. Novya Dewi, SST., M.Kes (Ketua) 
2. Ni Wayan Suarniti, SST., M. Keb (Sekretaris) 
3. Ni Ketut Somoyani, SST., M. Biomed (Anggota) 

MENGETAHUI  
KETUA JURUSAN KEBIDANAN  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR



Dr. Ni Ghyoman Budiani, S.SiT., M.Biomed  
NIP. 197002181989022002

## SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Luh Putu Sentania Widhi Permana Putri  
NIM : P07124216004  
Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan  
Jurusan : Kebidanan  
Tahun Akademik : 2016  
Alamat : Jalan Pulau Batanta Gang IIB No. 20, Denpasar Barat,  
Denpasar

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Pengaruh Akupresur Titik *Bladder* 23 Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III di UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Utara adalah benar karya sendiri atau bukan hasil karya orang lain.
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Skripsi ini bukan karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.



Denpasar, April 2020  
Yang membuat pernyataan

*Ni Luh Putu Sentania Widhi Permana Putri*  
Ni Luh Putu Sentania Widhi Permana Putri  
NIM. P07124216004

*THE INFLUENCE OF ACUPRESSURE POINT BLADDER 23 ON THE LOWER  
BACK PAIN INTENSITY OF THIRD SEMESTER PREGNANT WOMAN  
IN UPTD PUSKESMAS I HEALTH DEPARTEMENT  
OF NORTH DENPASAR*

*ABSTRACT*

*Lower back pain in pregnancy described as pain in the lumbar region, above the sacrum which causes discomfort during pregnancy. Acupressure point bladder 23 is a non-pharmacological method that can reduce low back pain. This study aims to determine the effect of acupressure point bladder 23 on the low back pain level in third semester pregnant women in UPTD Puskesmas I of the Health Departement of North Denpasar. This is pre-experimental research with one group pretest-posttest design. The samples were 12 pregnant women on third trimester with 37-39 weeks gestational age and were selected by purposive sampling. Data were collected by observing the intensity of low back pain before and after treatment. Respondents did acupressure twice a week with the duration two seconds for each 30 times pressure. The results of low back pain intensity before treatment obtained a mean value of 4.17 and after the treatment there was reduce to 2.67 with a value of  $p = 0,000 < \alpha (0.05)$  and  $t$  value (9,950). The conclusion is that there is an influence of acupressure point bladder 23 on the low back pain intensity in third trimester pregnant women in UPTD Puskesmas I of the Health Departement of North Denpasar.*

*Key words : Back pain, pregnant women, bladder point acupressure 23*

**PENGARUH AKUPRESUR TITIK *BLADDER* 23 TERHADAP  
INTENSITAS NYERI PUNGGUNG BAWAH IBU HAMIL  
TRIMESTER III DI UPTD PUSKESMAS I  
DINAS KESEHATAN KECAMATAN  
DENPASAR UTARA**

**ABSTRAK**

Nyeri punggung bawah pada kehamilan digambarkan sebagai nyeri pada daerah lumbar, diatas sakrum yang menyebabkan ketidaknyamanan selama kehamilan. Akupresur titik *bladder* 23 merupakan metode non-farmakologi yang dapat mengurangi nyeri punggung bawah. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh akupresur titik *bladder* 23 terhadap intensitas nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III di UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Utara. Penelitian ini menggunakan *pre eksperimental* dengan rancangan *one grup pretest-posttest design*. Sampel yang digunakan yaitu 12 orang ibu hamil trimester III dengan usia kehamilan 37-39 minggu dan di pilih secara *purposive sampling*. Data diambil dengan melakukan observasi intensitas nyeri punggung bawah sebelum dan sesudah dilakukan akupresur titik *bladder* 23. Responden melakukan akupresur sebanyak dua kali seminggu dengan durasi dua detik sebanyak 30 kali tekanan. Hasil intensitas nyeri punggung bawah sebelum perlakuan diperoleh nilai *mean* 4,17 dan setelah perlakuan berubah menjadi 2,67 dengan nilai  $p = 0,000 < \alpha$  (0,05) dan nilai *t* (9,950). Simpulannya adalah ada pengaruh akupresur titik *bladder* 23 terhadap intensitas nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III di UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Utara.

Kata kunci : Nyeri punggung, ibu hamil, akupresur titik *bladder* 23



## **RINGKASAN PENELITIAN**

### **PENGARUH AKUPRESUR TITIK *BLADDER 23* TERHADAP INTENSITAS NYERI PUNGGUNG BAWAH IBU HAMIL TRIMESTER III DI UPTD PUSKESMAS I DINAS KESEHATAN KECAMATAN DENPASAR UTARA**

Oleh : Ni Luh Putu Sentania Widhi Permana Putri (P07124216 004)

Kehamilan dan persalinan merupakan proses alamiah (normal) dan bukan proses patologis (Tyastuti, 2016). Masa kehamilan dimulai dari konsepsi sampai lahirnya janin, lamanya hamil normal adalah 280 hari (40 minggu atau 9 bulan 7 hari) dihitung dari hari pertama haid terakhir (Saifuddin, 2009). Proses kehamilan akan menimbulkan berbagai perubahan pada seluruh sistem tubuh, meliputi sistem kardiovaskuler, sistem pernapasan, sistem hormonal, sistem gastrointestinal maupun muskuloskeletal (Tyastuti, 2016). Perubahan dan adaptasi yang terjadi selama kehamilan umumnya akan menimbulkan ketidaknyamanan pada ibu hamil, perpindahan pusat gravitasi ke depan, tekanan gravitasi uterus pada pembuluh besar mengurangi aliran darah pada tulang belakang dan menyebabkan nyeri punggung terutama pada masa akhir kehamilan.

Nyeri punggung bawah pada kehamilan digambarkan sebagai nyeri pada daerah lumbar, diatas sakrum dan rasa nyeri tersebut bisa menjalar ke kaki, rasa nyeri seringkali bersifat tumpul dan diperburuk dengan fleksi tulang lumbar ke arah anterior. Prognosis nyeri punggung bawah akan buruk apabila tidak ditangani dengan baik. Ibu hamil yang mengalami nyeri punggung bawah akan kesulitan untuk berdiri, duduk bahkan berpindah dari tempat tidur, hal ini menyebabkan terganggunya rutinitas sehari-hari dan mempengaruhi kualitas hidup mereka sehingga perlu penanganan untuk mengatasinya.

Salah satu terapi menghilangkan nyeri adalah akupresur yaitu melalui peningkatan hormon *endorphin* setelah dilakukan pemijatan pada titik-titik tertentu. Titik BL 23 (*Shensu*) yang terletak di dua jari kiri dan kanan meridian GV, setinggi batas lumbal kedua, mampu menghadirkan rasa relaks pada tubuh secara alami dan memblokir reseptor nyeri ke otak. Ketika titik-titik akupresur distimulasi, terjadi pelepasan ketegangan pada otot, meningkatkan pada sirkulasi

darah, dan meningkatkan kekuatan hidup energi tubuh (*qi*) untuk membantu proses penyembuhan (Permatasari, 2019).

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh akupresur *bladder 23* terhadap tingkat nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III di UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Utara. Metode penelitian yang digunakan adalah *pre eksperimental* dengan rancangan *one group pretest posttest design*. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 12 orang ibu hamil trimester III sesuai dengan kriteria inklusi dengan teknik pengumpulan data yaitu *purposive sampling*. Alat pengukuran intensitas nyeri menggunakan lebar pengumpulan data yang memuat skala nyeri numerik dalam bentuk *google form*. Penelitian ini dilakukan di UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Utara yang beralamat di Jalan Kamboja No. 2, Dangin Puri Kangin, Kecamatan Denpasar Utara, Kota Denpasar. Penelitian ini dilaksanakan dari tanggal 9 Maret sampai dengan 24 April 2020. Pengumpulan data awal dilakukan di UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Utara namun karena pandemi Covid-19 yang tidak memungkinkan untuk melakukan penelitian secara langsung maka penelitian dilanjutkan secara daring dengan menggunakan media komunikasi *whatsapp* secara *personal chat* untuk menyebarkan *google form*, video dan stiker edukasi dalam pelaksanaan akupresur titik *bladder 23*.

Uji normalitas data menggunakan *Shapiro Wilk* dan didapatkan data berdistribusi normal sehingga analisis bivariat menggunakan *paired t test*. Hasil analisis univariat didapatkan nilai *mean* sebelum melakukan akupresur titik *bladder 23* yaitu 4,17 dengan nilai standar deviasi yaitu 1,403. Setelah melakukan akupresur titik *baldder 23* terjadi penurunan nilai *mean* menjadi 2,67 dengan standar deviasi yaitu 1,557. Hasil analisis bivariat menggunakan *paired t test* didapatkan nilai t sebesar 9,950 dan nilai  $\rho = 0,000$  ( $\alpha = <0,05$ ) yang menunjukkan terdapat perbedaan bermakna pada intensitas nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III sebelum dengan sesudah melakukan akupresur titik *bladder 23*. Nilai  $\rho = 0,000$  ( $\alpha = <0,05$ ) berarti  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak. Hal ini menunjukkan terjadinya penurunan intensitas nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III setelah melakukan akupresur titik *bladder 23* yang artinya ada pengaruh

akupresur titik *bladder 23* terhadap intensitas nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III.

Kesimpulan dari penelitian ini yaitu, hasil pengukuran intensitas nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III sebelum melakukan akupresur titik *bladder 23* yaitu dengan *mean* 4,17. Hasil pengukuran intensitas nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III setelah melakukan akupresur titik *bladder 23* yaitu dengan *mean* 2,67. Terdapat pengaruh akupresur titik *bladder 23* terhadap intensitas nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III.

Peneliti menyarankan agar akupresur ini dapat diterapkan di institusi pelayanan kesehatan sebagai salah satu upaya non-farmakologi dan terapi komplementer dalam mengatasi keluhan nyeri punggung bawah ibu hamil. Bagi institusi pendidikan dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai kajian dalam proses pembelajaran dan mengembangkan terapi komplementer dalam asuhan kebidanan seperti mengatasi nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan pengaruh akupresur dengan menggunakan kelompok kontrol dan dapat lebih memperhatikan pengendalian faktor-faktor lain seperti riwayat nyeri terdahulu yang bisa mempengaruhi intensitas nyeri sehingga secara tidak langsung dapat mempengaruhi hasil penelitian. Peneliti selanjutnya perlu melakukan pelatihan secara intensive dengan orang yang ahli di bidang akupresur untuk memudahkan memberikann perlakuan dan berinterkasi dengan responden.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **"Pengaruh Akupresur Titik *Bladder 23* Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III di UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Utara"** tepat pada waktunya. Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan pada Semester VIII Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan.

Dalam menyusun usulan skripsi ini peneliti mendapat banyak bimbingan dan bantuan sejak awal sampai terselesainya skripsi, untuk itu peneliti menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat :

1. Anak Agung Ngurah Kusumajaya, SP., MPH sebagai Direktur Politeknik Kesehatan Denpasar
2. Dr. Ni Nyoman Budiani, S.SiT., M. Biomed sebagai Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Denpasar serta sebagai pembimbing pendamping dalam penyusunan skripsi
3. Ni Wayan Armini, SST., M. Keb sebagai ketua program studi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Denpasar
4. Ni Wayan Suarniti, SST., M.Keb selaku pembimbing utama dalam penyusunan skripsi
5. Seluruh pegawai di Jurusan Kebidanan Poltekkes Denpasar yang telah membantu selama proses perkuliahan khususnya dalam pengurusan administrasi

6. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu per satu, yang telah membantu dalam penyusunan skripsi.

Dalam skripsi ini, peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki beberapa kekurangan, untuk itu peneliti mengharapkan masukan dan saran dari para pembaca demi perbaikan dan kesempurnaan skripsi ini.

Denpasar, Mei 2020

Peneliti

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMBUTAN .....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	v
<i>ABSTRACT</i> .....	vi
ABSTRAK .....	vii
RINGKASAN PENELITIAN .....	viii
KATA PENGANTAR .....	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xv
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian .....	7
D. Manfaat Penelitian .....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Konsep Kehamilan.....	9
B. Nyeri Punggung Bawah Pada Kehamilan.....	12
C. Akupresur.....	23

### BAB III KERANGKA KONSEP

A. Kerangka Konsep .....	35
B. Variabel dan Definisi Operasional .....	35
C. Hipotesis .....	37

### BAB IV METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian .....	38
B. Alur Penelitian .....	39
C. Tempat dan Waktu Penelitian .....	40
D. Populasi dan Sampel .....	40
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data .....	42
F. Pengolahan dan Analisis Data .....	45
G. Etika Penelitian .....	48

### BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian .....	50
B. Pembahasan .....	55
C. Kelemahan Penelitian .....	62

### BAB VI SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan .....	60
B. Saran .....	62

DAFTAR PUSTAKA .....	64
----------------------	----

### LAMPIRAN

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. <i>Visual Analog Scale</i> (VAS).....	18
Gambar 2. <i>Verbal Rating Scale</i> (VRS) .....	18
Gambar 3. <i>Numeric Rating Scale</i> (NRS) .....	20
Gambar 4 . <i>Wong Baker Pain</i> .....	20
Gambar 5. <i>Finger Cun</i> .....	30
Gambar 6. Titik <i>Shenshu</i> (BL 23) .....	33
Gambar 7. Kerangka Konsep .....	35
Gambar 8. Alur Penelitian.....	39
Gambar 9. Skala Penilaian Nyeri Numerik.....	45



## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Pengelompokkan, Alur dan Indikasi Umum Meridian .....	27
Tabel 2	Rancangan penelitian <i>pre eksperimental design</i> .....	38
Tabel 3	Karakteristik Subjek Penelitian di UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Utara Tahun 2020 .....	51
Tabel 4	Intenistas Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III Sebelum Melakukan Akupresur Titik <i>Baldder 23</i> . .....	52
Tabel 5	Intesitas Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III Setelah Melakukan Akupresur Titik <i>Bladder 23</i> .....	53
Tabel 6	Analisis Intensitas Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III Sebelum Dengan Sesudah Melakukan Akupresur Titik <i>Bladder 23</i> ...	54

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Perhitungan besar sampel
- Lampiran 2 Persetujuan setelah penjelasan (*informed consent*)
- Lampiran 3 Instrumen pengumpulan data
- Lampiran 4 Anggaran penelitian
- Lampiran 5 Analisis Univariat
- Lampiran 6 *Paired t test*
- Lampiran 7 Surat permohonan izin penelitian
- Lampiran 8 Surat rekomendasi penelitian
- Lampiran 9 Surat pernyataan telah melakukan penelitian
- Lampiran 10 *Ethical clearance*
- Lampiran 11 Dokumentasi penelitian