

**PENGARUH AKUPRESUR TITIK *GALLBLADDER* 30  
TERHADAP NYERI PUNGGUNG BAWAH  
IBU HAMIL TRIMESTER III  
DI UPTD PUSKESMAS III  
DENPASAR UTARA**



**SKRIPSI**

**Oleh:  
DEWA AYU PUSPA DEWI**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI  
2025**

**PENGARUH AKUPRESUR TITIK *GALLBLADDER* 30  
TERHADAP NYERI PUNGGUNG BAWAH  
IBU HAMIL TRIMESTER III  
DI UPTD PUSKESMAS III  
DENPASAR UTARA**

**SKRIPSI**

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan  
Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

**Diajukan Oleh:  
DEWA AYU PUSPA DEWI  
A1224075**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI  
2025**

## SURAT PENYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dewa Ayu Puspa Dewi  
NIM : A1224075  
Jurusan : Sarjana Kebidanan  
Judul Skripsi : Pengaruh Akupresur Titik Gallbladder 30 Terhadap Nyeri  
Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III Di UPTD  
Puskesmas III Denpasar Utara

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas Akhir yang saya tulis benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa Tugas Akhir saya ini adalah hasil jiplakan maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Badung, Juni 2025  
  
  
(Dewa Ayu Puspa Dewi)

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**PENGARUH AKUPRESUR TITIK *GALLBLADDER* 30  
TERHADAP NYERI PUNGGUNG BAWAH  
IBU HAMIL TRIMESTER III  
DI UPTD PUSKESMAS III  
DENPASAR UTARA**

Diajukan oleh :  
DEWA AYU PUSPA DEWI  
A1224075

Badung, 10 Juni 2025

Telah Disetujui Oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I

  
Bdn. Putu Ayu Dina Saraswati, S.Tr.Keb., M.Keb  
NIDN: 0822059601

Pembimbing II

  
Bdn. I Gusti Agung Manik Karuniadi, SST., M.Kes  
NIDN: 0821098803

Mengetahui  
Program Studi Sarjana Kebidanan  
Ketua

  
Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb  
NIDN: 0808068701

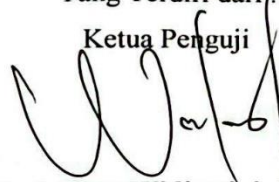
## HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN  
DIDEPAN DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI SARJANA  
KEBIDANAN SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI

Tanggal: 19 Juni 2025

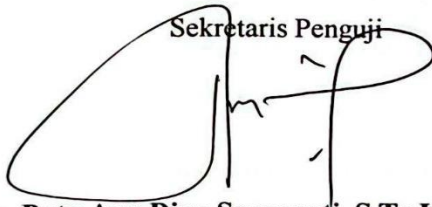
Yang Terdiri dari:

Ketua Penguji



Dr. Bdn. Luh Putu Widiastini, S.SiT., M.Kes  
NIDN : 01126098501

Sekretaris Penguji



Bdn. Putu Ayu Dina Saraswati, S.Tr.Keb., M.Keb  
NIDN: 0822059601

Anggota Penguji



Bdn. I Gusti Agung Manik Karuniadi, SST., M.Kes  
NIDN: 0821098803

Mengetahui  
Program Studi Sarjana Kebidanan  
Ketua



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb  
NIDN: 0808068701

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI  
PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN DAN PROFESI BIDAN**

Skripsi, Juni 2025

Dewa Ayu Puspa Dewi

Pengaruh Akupresur Titik Gallbladder 30 Terhadap Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III Di UPTD Puskesmas III Denpasar Utara

Xv + 90 hal + 5 tabel + 1 gambar + 2 skema + 10 lampiran

**ABSTRAK**

Nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III didefinisikan sebagai rasa sakit atau ketidaknyamanan yang terjadi di area lumbar (punggung bawah) dan dapat menyebar ke area sekitarnya. Akupresur titik *gallbladder* 30 merupakan metode non-farmakologi yang dapat mengurangi nyeri punggung bawah. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh akupresur titik *gallbladder* 30 terhadap nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III di UPTD Puskesmas III Denpasar Utara.

Jenis penelitian ini adalah *pre eksperimental*, dengan menggunakan pendekatan rancangan penelitian *one group pretest posttest design*. Teknik sampling purposive sampling dengan jumlah 33 sampel yang diberikan perlakuan Akupresur titik *gallbladder* 30. Data dianalisis dengan uji *Wilcoxon signed Rank Test*.

Hasil penelitian nyeri punggung bawah sebelum perlakuan diperoleh nilai *mean* 2,76 dan setelah perlakuan berubah menjadi 1,09 dengan nilai *p-value* < 0,05. Dapat disimpulkan adalah Ha diterima yang artinya ada pengaruh akupresur titik *gallbladder* 30 terhadap intensitas nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III di UPTD Puskesmas III Denpasar Utara.

Kata kunci: Ibu hamil, trimester III, nyeri punggung bawah, akupresur titik GB 30

**COLLEGE OF HEALTH SCIENCES  
BINA USADA BALI  
BACHELOR OF MIDWIFERY AND MIDWIFERY PROFESSION STUDY  
PROGRAM**

*Undergraduate thesis, June 2025*

Dewa Ayu Puspa Dewi

***THE EFFECT OF GALLBLADDER 30 ACUPRESSURE ON LOWER BACK PAIN IN THIRD-TRIMESTER PREGNANT WOMEN AT UPTD PUSKESMAS III DENPASAR UTARA***

*Xv + 90 pages + 5 tables + 1 figures + 2 diagrams + 10 appendices*

**ABSTRACT**

*Lower back pain in third-trimester pregnant women is defined as pain or discomfort occurring in the lumbar region (lower back), which may radiate to surrounding areas. Acupressure at the Gallbladder 30 point is a non-pharmacological method that can help reduce lower back pain. This study aimed to determine the effect of Gallbladder 30 acupressure on the intensity of lower back pain among third-trimester pregnant women at UPTD Puskesmas III Denpasar Utara.*

*This research employed a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest approach. The sampling technique was purposive sampling with a total of 33 samples given 30 gallbladder point acupressure treatments. Data were analyzed using the Wilcoxon signed-rank test.*

*The results showed that the mean score of lower back pain before the intervention was 2.76, which decreased to 1.09 after the intervention. The p-value was  $< 0.05$ , indicating that  $H_a$  is accepted, meaning there is a significant effect of Gallbladder 30 acupressure on reducing lower back pain intensity in third-trimester pregnant women at UPTD Puskesmas III Denpasar Utara.*

**Keywords:** *Acupressure, Gallbladder 30, Lower Back Pain, Third Trimester Pregnancy*

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat-Nyalah sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Pengaruh Akupresur Titik Gallbladder 30 Terhadap Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III Di UPTD Puskesmas III Denpasar Utara”** tepat pada waktunya.

Pada kesempatan ini penulis hendak menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan sehingga skripsi ini dapat selesai. Ucapan terima kasih ini penulis tujukan kepada:

1. Dr. Ir. I Putu Santika, M.M., selaku Ketua STIKES Bina Usaha Bali yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti pendidikan Program Studi Sarjana Kebidanan di STIKES Bina Usaha Bali.
2. Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb selaku Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan STIKES Bina Usaha Bali atas kesempatan yang diberikan, sehingga penulis dapat mengikuti penelitian ini.
3. Dr. Bdn. Luh Putu Widiastini, S.SiT., M.Kes selaku penguji utama yang telah memberi masukan, motivasi dalam proses penyusunan skripsi ini
4. Bdn. Putu Ayu Dina Saraswati. S.Tr.Keb., M.Keb selaku pembimbing I yang memberikan saya bimbingan, masukan dan motivasi selama proses penyusunan skripsi ini.
5. Bdn. I Gusti Agung Manik Karuniadi, SST., M.Kes selaku Dosen pembimbing II yang telah dengan sabar mendidik, memberikan bimbingan, masukan dan motivasi selama proses penyusunan skripsi ini.

6. Responden yang telah meluangkan waktunya untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.
7. Semua pihak yang telah membantu dalam proses penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis membuka diri untuk menerima segala kritik dan saran yang membangun. Akhir kata penulis berharap penelitian ini nantinya mampu menjadi tambahan referensi dalam meningkatkan kualitas ilmu kebidanan profesional. Semoga penelitian ini bermanfaat bagi semua pihak Terima Kasih.

Badung, Juni 2025

(Penulis)

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
DAFTAR ISI .....	iv
DAFTAR TABEL .....	vi
DAFTAR SKEMA .....	vii
DAFTAR GAMBAR .....	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
DAFTAR SINGKATAN .....	x
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian .....	4
D. Manfaat penelitian .....	5
E. Keaslian penelitian .....	6
<b><u>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</u></b>	<b>8</b>
A. Kajian Teoritis .....	8
B. Kajian Empiris.....	27
C. Kerangka Teori.....	28
<b><u>BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI OPERASIONAL</u></b>	<b>29</b>
A. Kerangka Konsep .....	29
B. Hipotesis .....	29
C. Definisi Operasional.....	30
<b><u>BAB IV METODE PENELITIAN .....</u></b>	<b>31</b>
A. Rancangan Penelitian .....	31
B. Populasi dan Sampel .....	32
C. Tempat Penelitian.....	33

D. Waktu Penelitian .....	34
E. Etika Penelitian.....	34
F. Alat Pengumpulan Data.....	36
G. Prosedur Pengumpulan Data.....	37
H. Pengolahan Data.....	38
I. Rencana Analisi Data .....	39
<b><u>BAB V</u> HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>41</b>
<u>A.</u> Tempat dan waktu penelitian .....	42
<u>B.</u> Analisis univariat.....	43
<u>C.</u> Analisis bivariat.....	45
<b><u>BAB VI</u> PEMBAHASAN.....</b>	<b>47</b>
<u>A.</u> Interpretasi Hasil Penelitian .....	47
<u>B.</u> Keterbatasan Penelitian .....	50
<u>C.</u> Implikasi Terhadap Pelayanan Kesehatan, Pendidikan, dan Penelitian ..	50
<b><u>BAB VII</u> PENUTUP .....</b>	<b>52</b>
<u>A.</u> Kesimpulan.....	52
<u>B.</u> Saran .....	53
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Definisi Operasional .....	30
Tabel 4.1	Rancangan penelitian <i>Pre Eksperimental One Group Pre-post Test Design</i> .....	31
Tabel 5.1	Karakteristik Subjek Penelitian.....	43
Tabel 5.2	Distribusi Intensitas Nyeri Sebelum Penerapan Akupresur Titik GB 30 .....	44
Tabel 5.3	Distribusi Intensitas Nyeri Sesudah Penerapan Akupresur Titik GB 30 .....	44
Tabel 5.4	Uji Normalitas Data .....	45
Tabel 5.5	Hasil Uji Wilcoxon Perbedaan Intensitas Nyeri Punggung bawah Ibu Hamil Trimester III Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi Akupresur Titik GB 30.....	45

## DAFTAR SKEMA

Gambar 2.2	Kerangka Teori.....	28
Gambar 3.1	Kerangka Konsep .....	29

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	<i>Numeric Rating Scale (NRS)</i> .....	18
------------	---	----

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1: Jadwal Kegiatan Penelitian
- Lampiran 2: Surat Study Pendahuluan
- Lampiran 3: Surat Keterangan Laik Etik
- Lampiran 4: Surat Izin Penelitian
- Lampiran 5: Surat Balasan Izin Penelitian
- Lampiran 6: Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 7: Format Pengumpulan Data
- Lampiran 8: SOP Akupresur Nyeri Punggung Bawah
- Lampiran 9: Dokumentasi Kegiatan
- Lampiran 10: Lembar Bimbingan

## DAFTAR SINGKATAN

DJJ	: Denyut Jantung Janin
DVT	: <i>Deep Vein Thrombosis</i>
EA	: <i>Ethical Approval</i>
GB	: <i>Gallbladder</i>
IASP	: <i>International Association for the Study of Pain</i>
ISK	: Infeksi Saluran Kencing
LFG	: Laju Filtrasi Glomerulus
NRS	: <i>Numeric Rating scale</i>
NSAID	: <i>Non Steroidal Anti Inflammatory Drugs</i>
PSP	: Persetujuan Setelah Tindakan
Puskesmas	: Pusat Kesehatan Masyarakat
SPSS	: <i>Statistical Product and Service Solutions</i>
TTV	: Tanda-tanda Vital

## DAFTAR PUSTAKA

- Anam. (2023). *Metode Penelitian* (Anam (Ed.); 1st Ed.). Global Eksekutif Teknologi.
- Angela Adams, Joseph Eschman, Weiging Ge. (2017). Acupressure For Cronic Low Back Pain. *Jurnal Of Physical Therapy Science*, 8.
- Armayanti, L. Y., Wardana, K. E. L., Pratiwi, P.P., & Pranata, G. K. W. (2023). Pengaruh Pemberian Terapi akupresur Untuk Mengurangi Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 72(2), 116-122. <https://doi.org/10.37294/jrkn.v7i2.505>
- Arummega, M. N., Rahmawati, A., & Meiranny, A. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III. *A Literature Review*, 9(1), 14–30.
- Beddoe, A. E., Paul, C. P. Kennedy, H. P., Weiss, S. J., & Lee, K. A. (2020). The Effects Of Mindfulness-Based Yoga During Pregnancy On Maternal Psychological And Physical Distress. *JOGNN- Journal of Obstetric, Gynecologic, and Neonatal Nursing*, 38 (3),310-319. <https://doi.org/10.1111/j.1552-6909.2009.01024>
- Cunningham, F. G., Leveno, K. J., Bloom, S. L., Spong, C. Y., & Dashe, J. S. (2021). *Williams Obstetrics*. McGraw Hill Professional.
- Direktorat Yankestrad Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Pedoman Akupresur Untuk Masyarakat*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- García, L., Hidalgo-Ruiz, M., Arredondo-López, B., Colomino-Ceprián, S., Delgado Rodríguez, M., dan Martínez-Galiano, J. M. (2019). Maternal age and pregnancy, childbirth and the puerperium: Obstetric results. *Journal of Clinical Medicine*, 8(5), 5–11. <https://doi.org/10.3390/jcm8050672>
- Gunawan, T. (2016). *Akupresur Dan Manfaatnya Untuk Kesehatan Tubuh*. Pustaka Medis.
- Hidayati, L. N. (2021). Faktor Risiko Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil. *Jurnal Kedokteran Indonesia*.
- Kartikasari, I., Et Al. (2019). Hubungan Pertambahan Berat Badan Dengan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil. *Jurnal Kesehatan Indonesia*.

- Hanifah, S. (2018). *Farmakoterapi Kehamilan dan Menyusui*. Islamic University Of Indonesia.
- Kristiansson, P. (2015). Efidemologi Of Back Pain In Pregnancy. *Physical Medicine and Rehabilitation*. <https://clinicalgate.com/epidemolody-of-back-pain-in-pregnancy/>
- Khoirunnisa, F. N., Nasriyah, N., & Kusumastuti, D. A. (2017). Karakteristik Maternal dan Respon Terhadap Nyeri Persalinan. *Indonesia Jurnal Kebidanan*, 1(2), 93–99.
- Koukoulithras, I., Stamouli, A., Kolokotsios, S., Plexousakis, M., & Mavrogiannopoulou, C. (2021). The Effectiveness Of Non-Pharmaceutical Interventions Upon Pregnancy-Related Low Back Pain. *A Systematic Review And Meta-Analysis*.
- Laksmi, P. W. (2018). Pengaruh Senam Hamil Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Sumbersari Jember. *Jurnal Kesehatan*, 14(1), 27–33.
- Lee, M. K. (2015). Acupressure For Lower Back Pain In Pregnancy: A Randomized Controlled Trial. *Complementary Therapies In Medicine*, 23(3), 420–426.
- Mardiyanti, D. R., & Kusumawati, R. (2019). Efektivitas Akupresur Titik Gb 30 Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester Ketiga Di Puskesmas Kecamatan Cilacap Selatan. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(2), 65–73.
- Niken, (2018). Pengaruh Teknik Akupressure Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Di Wilayah Puskesmas Jogonalan I Klaten. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Tradisional* 3(1).
- Nilam, N., & Sholihah, A.N.,(2024). Pengaruh Senam Hamil Terhadap Nyeri Punggung Pada Kehamilan Trimester III. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 21–28.
- Permatasari, R. D. (2019). Efektifitas Tehnik Akupresur Pada Titik Bl23, Gv 3, Gv 4 Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah Pada Kehamilan Trimester III Di Puskesmas Jelakombo Jombang. *J-Hestech*, 2(1), 33–42.
- Pratama, H. (2019). Penggunaan Skala Numerik Dalam Penilaian Nyeri Pada Pasien Lansia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Prawirohardjo, S. (2020). *Ilmu Kebidanan* (6th Ed.). Bina Pustaka

- Putri, M. A., & Rahmawati, E. (2020). Dampak Nyeri Punggung Bawah Terhadap Persiapan Persalinan Pada Ibu Hamil. *Jurnal Kebidanan Indonesia*.
- Rahmi, S., & Santoso, D. (2019). Efektivitas Penggunaan Sabuk Kehamilan Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 12(3), 103–109.
- Rambe, K. S., & Siregar, R. J. (2022). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Inovasi Pratama Internasional.
- Resmi, D. C. (2017). *Pengaruh Yoga, Akupresur Terhadap Intensitas Nyeri Dan Kemampuan Fungsional Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester Iii*. Politeknik Kesehatan Semarang.
- Sari, D. (2021). Dampak Postur Tubuh Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil. *Jurnal Kebidanan*, 7(2), 45–52.
- Sari, N. W. (2020). Perubahan Fisiologis Sistem Urinarius Pada Ibu Hamil. *Jurnal Kesehatan Wanita Indonesia*, 10(3), 220–228.
- Sharma, S., & Singh, P. (2022). The Role Of Acupressure In Alleviating Pregnancy-Related Discomfort. *Journal Of Alternative And Complementary Medicine*, 28(2), 115–122.
- Siregar, Et. A. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan* (Rangga (Ed.); 1st Ed.). Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Sugiyono. (2019). *Metodologi Penelitian Pendidikan (Kualitatif, Kuantitatif, R&D Dan Kombinasi)* (Issue March).
- Sukeksi, N.T., Gita K., E. S. (2018). Pengaruh Teknik Akupressure Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Di Wilayah Puskesmas Jogonalan I Klaten. *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional*, 3(1), 1–56.
- Sullivan, M. J., Et Al. (2020). Pregnancy Related Low Back Pain. *A Systematic Review*.
- Susilowati, R. (2017). Perubahan Fisiologis Pada Sistem Reproduksi Selama Kehamilan. *Jurnal Kesehatan Ibu Dan Anak*, 5(3), 180–186.
- Ulfah, Mariam, I. N. W. (2017). Studi Korelasi Umur Kehamilan Dengan Kejadian Nyeri Punggung Ibu Hamil. *Prosiding Seminar Nasional Dan Presentasi Hasil-Hasil Penelitian Pengabdian Masyarakat Stikes Harapan Bangsa Purwokerto*

Wang, S. M., Harris, R. E., Lin, Y., Gan, T. J., & Jackson, K. (2020). Acupuncture In The Management Of Pain In The Intensive Care Unit. *Anesthesia & Analgesia*, *110*(1), 241–248.

Widyastuti, T. (2020). *Kesehatan Ibu Dan Anak: Panduan Praktis Untuk Kehamilan Sehat*. Pustaka Medika.

Yulianti, L. N., & Rachmah, Q. (2018). Manajemen Ketidaknyamanan Ibu Hamil. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*.