

BAB VI

PEMBAHASAN

A. Intepretasi Hasil Penelitian

1. Karakteristik Responden

a. Berdasarkan umur

Pada penelitian ini didapatkan responden terbanyak pada rentang usia 26- 30 tahun sebanyak 14 orang (43,4%). Usia reproduksi sehat yaitu pada rentang usia 20-35 tahun adalah umur yang ideal bagi seorang perempuan untuk hamil dan melahirkan (Kementrian Kesehatan RI, 2021). Intensitas sensori nyeri pada ibu usia lebih muda cenderung lebih kuat dibanding ibu pada usia lebih tua. Umur muda dikaitkan dengan kondisi psikologis yang masih labil yang memicu terjadinya kecemasan sehingga nyeri yang dirasakan menjadi lebih kuat (Afritayeni, 2017).

b. Berdasarkan paritas

Responden pada penelitian ini sebagian besar adalah multigravida sebanyak 18 orang (54,5%). Responden dengan paritas tinggi cenderung mengalami penurunan tonus otot di area punggung dan perut akibat stres berulang pada otot selama kehamilan sebelumnya. Hal ini dapat menyebabkan nyeri punggung saat kehamilan berikutnya. Sebagian besar responden memiliki paritas multipara (74,3%) hal ini menyebabkan perubahan pada tubuh, termasuk peningkatan ukuran rahim dan perubahan pada postur tubuh untuk memaksimalkan

pertumbuhan janin. Beberapa penelitian mengindikasikan bahwa kehamilan berulang dapat menyebabkan stres berlebih pada ligamen dan otot di sekitar punggung, yang berkontribusi pada nyeri punggung (Garcia *et al.*, 2019).

c. Usia Kehamilan

Responden terbanyak dengan usia kehamilan 36 minggu yaitu 24 orang (72,7%). Memasuki kehamilan trimester III hormon relaksin meningkat untuk membantu mempersiapkan tubuh menghadapi persalinan dengan melonggarkan sendi dan ligamen, terutama di area panggul. Pada ibu hamil trimester III mengalami pusat gravitasi bergeser ke depan seiring pertumbuhan janin menyebabkan ibu hamil mengalami lengkungan lebih dalam pada punggung bawah (*lordosis*), yang menyebabkan ketegangan otot serta menimbulkan nyeri punggung bawah (Sari *et al.*, 2020).

d. Pendidikan

Karakteristik Pendidikan responden 48,5% SMA. Semakin tinggi tingkat pendidikan yang dimiliki seseorang maka semakin luas pemikiran yang dimiliki, sehingga seseorang akan mampu menganalisa suatu hal menjadi lebih baik. Seseorang dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi akan memudahkan dalam penyerapan informasi dan dalam pengimplementasiannya keputusan terkait dengan kesehatannya. Penerimaan persepsi nyeri juga dikaitkan dengan pendidikan dimana dari tingkat pendidikan, penerimaan pengetahuan dan informasi dinilai

berbeda yang kemudian berpengaruh pada kecemasan dan persepsi nyeri (Khoirunnisa *et al.*, 2017).

e. Pekerjaan

Hasil penelitian di UPTD Puskesmas III Denpasar Utara sebagian besar responden memiliki pekerjaan swasta yaitu 19 orang (57,6%). Ibu hamil yang harus berdiri atau duduk terlalu lama dengan posisi yang salah dapat menyebabkan otot-otot punggung menjadi tegang dan meningkatkan terjadinya nyeri punggung saat kehamilan (Sari *et al.*, 2020).

2. Intensitas Nyeri Punggung Bawah Sebelum Penerapan Akupresur Titik GB

30

Pada penelitian ini menunjukkan sebelum penerapan akupresur titik GB 30 didapatkan responden dengan nyeri ringan sebanyak 31 orang (93,9%) dan responden dengan nyeri sedang sebanyak 2 orang (6,1%). Ibu hamil yang mengalami nyeri ringan karena nyeri yang hilang timbul, nyeri hanya terasa saat tertentu saja terutama saat melakukan aktivitas sehari-hari akan tetapi hilang pada waktu tidur atau digunakan untuk istirahat. Responden dengan nyeri sedang karena ibu merasakan nyeri yang terus menerus dengan ekspresi mendesis, meyeringai menahan sakit hingga menyebabkan aktivitas terganggu, yang hanya hilang apabila ibu tidur.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang mendapatkan hasil dari 15 responden didapatkan nyeri punggung bawah ringan yaitu 86,6% dan 13,3% mengalami nyeri sedang (Nilam, 2024).

Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Ulfah (2017) menemukan 58,1% ibu hamil mengeluh nyeri punggung.

3. Intensitas Nyeri Punggung Bawah Setelah Penerapan Akupresur Titik GB 30

Pada penelitian ini didapatkan sebagian besar ibu hamil tidak nyeri sebanyak 69,7% setelah penerapan akupresur titik GB 30. Responden mengalami penurunan rata-rata skala nyeri dari 2,76 menjadi 1,09. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya (Armayanti *et al*, 2023) menunjukkan terjadi penurunan rata-rata skala nyeri responden dari 5.31 menjadi 2.44 setelah dilakukan akupresur pada ibu hamil trimester III. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Angela, *et al* (2017) menemukan bahwa pengintegrasian akupresur GB 30 efektif menurunkan nyeri punggung bawah sampai tingkat tidak ada nyeri. Akupresur titik GB 30 dengan melakukan penekanan pada *gallbladder* 30 yang berada di daerah panggul, penekanan dan stimulasi pada titik *gallbladder* 30 dapat melancarkan energi (*Qi*) dan darah yang mendukung tulang belakang serta memberikan kenyamanan pada punggung bawah dan membantu pelepasan endorfin sehingga efektif untuk mengurangi nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III (Yulianti, 2019). Akupresur GB 30 digunakan sebagai metode alternatif non-farmakologi untuk mengatasi nyeri punggung bawah dengan merileksasikan otot-otot punggung bawah dan panggul sehingga dapat mengurangi ketegangan otot dan menghilangkan nyeri (Lee *et al.*, 2015)

Setelah dilakukan analisis data penelitian, didapatkan hasil dari uji statistik *Wilcoxon* yaitu *P-value* $0.000 < 0,05$ yang berarti ada perbedaan intensitas nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III yang diberikan akupresur titik GB 30 di UPTD Puskesmas III Denpasar Utara, hal ini dikarenakan responden rutin melakukan akupresur titik GB 30 sebanyak 2 kali dalam seminggu yang dilakukan selama 2 minggu. Akupresur titik GB 30 dilakukan oleh peneliti dibantu tiga orang enumerator. Menurut peneliti, responden mengalami penurunan nyeri punggung bawah setelah dilakukan penerapan akupresur *gallbladder* 30 disebabkan penekanan yang lembut pada titik GB 30 dapat melancarkan energy (*qi*) dan darah serta merangsang titik-titik pada daerah panggul membantu melepaskan ketegangan otot, memicu pelepasan endorfin sehingga memberi rasa nyaman, membangun kepercayaan diri ibu hamil dan mengurangi nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III.

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

Hasil uji statistik pada ibu hamil trimester III dengan nyeri punggung bawah yang telah mendapat akupresur titik *gallbladder* 30 didapatkan data adanya penurunan nilai rata-rata nyeri dari 2,76 sebelum diberikan intervensi akupresur GB 30 menjadi 1,09 setelah mendapat intervensi akupresur titik GB 30. Hasil statistik menunjukkan bahwa ada Pengaruh Akupresur Titik *Gallbladder* 30 Terhadap Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III Di UPTD Puskesmas III Denpasar Utara dimana

hipotesis H_a diterima dengan nilai P value $0,000 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima atau ada Pengaruh Akupresur Titik GB 30 Terhadap nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III Di UPTD Puskesmas III Denpasar Utara.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh (Permatasari, 2019) yaitu terapi alternative pengurangan rasa nyeri dengan penerapan akupresur pada ibu hamil trimester III dengan *pretest posttest design* pada kelompok kontrol dan kelompok yang diberikan intervensi di Puskesmas Jelakombo Jombang. Data dianalisa dengan uji Wilcoxon didapatkan p -value 0,001 ($p < 0,05$) artinya terdapat perbedaaan keluhan nyeri punggung sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Hasil analisis teknik akupresur lebih efektif mengurangi nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III. Penelitian selanjutnya adalah penelitian yang dilakukan oleh (Angela *et al.*, 2017) responden dengan nyeri punggung bawah dilakukan penanganan pengintegrasian akupresur GB 30 selama 2 minggu. Pengukuran nyeri dilakukan sebelum dan sesudah penerapan akupresur didapatkan penurunan intensitas nyeri dari 38,8 menjadi 2,5, laporan penelitian ini mendukung bahwa penerapan akupresur dapat menurunkan nyeri punggung bawah. Akupresur GB 30 dengan cara melakukan penekanan pada meridian kantung empedu yang terletak di area panggul, titik ini salah satu yang digunakan untuk meredakan nyeri, baik nyeri yang disebabkan ketegangan atau peradangan (Sharma *et al.*, 2022).

Menurut pendapat peneliti, penerapan akupresur GB 30 pada ibu

hamil trimester III sebagai salah satu metode non-farmakologi dengan cara melakukan penekanan lembut pada titik gallbladder 30 pada meridian kantung empedu yang terletak di area panggul, tepatnya pada sisi tubuh antara panggul dan tulang paha bagian atas. Sentuhan dan penekanan pada titik ini yang dilakukan selama satu menit pada masing-masing area, diulang sampai 35 menit, dapat melepaskan ketegangan otot, meningkatkan sirkulasi darah sehingga membantu pelepasan hormon endorfin yang merupakan hormon penghilang rasa sakit alami, memberikan efek relaksasi yang membantu mengurangi nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III.

B. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini masih terdapat keterbatasan disebabkan karena hanya menggunakan satu kelompok sampel tidak menggunakan kelompok kontrol sebagai pembandingan.

C. Implikasi Terhadap Pelayanan Kesehatan, Pendidikan dan Penelitian

1. Pelayanan Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai pilihan intervensi dalam memberikan asuhan pada ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung bawah.

2. Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat menjadi tambahan referensi yang berkontribusi dalam kepastakaan institusi pendidikan serta digunakan sebagai bahan acuan.

3. Penelitian

Penelitian ini dapat menjadi sumber bagi peneliti selanjutnya dalam pengembangan penelitian khususnya tentang terapi komplementer untuk mengurangi nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III.