

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Ibu hamil trimester III yang mengalami edema kaki dapat diberikan terapi rendam kaki air hangat campuran kencur untuk mengurangi edema. Rendam kaki merupakan metode yang lebih murah dan mudah dapat digunakan sebagai terapi non-farmakologis. Merendam kaki dengan air hangat sangat mudah, murah, dan tidak menimbulkan efek samping yang berbahaya. Terapi rendam kaki air hangat dapat meningkatkan sirkulasi darah dengan melebarkan pembuluh darah, sehingga lebih banyak oksigen mencapai area yang membengkak (Nafra & Manggasa, 2023).

Salah satu campuran yang bisa digunakan untuk merendam kaki adalah campuran kencur. Rendam air hangat dicampur kencur merupakan salah satu pengobatan non-farmakologis yang dapat digunakan. Kencur telah lama digunakan dalam pengobatan tradisional sebagai bahan alami yang dapat meredakan pembengkakan. Kencur atau *kaempferia galanga* mengandung senyawa aktif seperti flavonoid dan minyak atsiri yang dapat mengurangi edema atau antiinflamasi. Rimpang kencur dapat menghambat pelepasan serotonin dan dapat menghambat sintesis prostaglandin dari asam arakhidonat dengan cara menghambat kerja siklooksigenase, yang dapat meredakan ketegangan otot, memberikan rasa rileks pada tubuh, serta

membantu pembentukan kelenjar hipofisis atau pituari yang dapat mengatasi edema atau pembengkakan pada kaki (Supriyatin *et al.*, 2019).

Pengaruh rendam air hangat dan kencur terhadap edema kaki pada ibu hamil adalah dapat melebarkan pembuluh darah dan memudahkan darah mencapai jantung dan membantu mengeluarkan cairan ekstraseluler dari tubuh. Merendam kaki dengan kencur di air hangat dengan suhu 38° celcius selama 10 menit mampu mengurangi ketegangan otot dan meningkatkan kelenjar hipofisis atau pituari, yang menyebabkan tubuh merasa lebih rileks dan tenang. Aroma kencur yang sudah dilarutkan bersama air hangat mampu dirasakan oleh reseptor di hidung dan diteruskan ke hipotalamus, dimana mengatur sistem internal tubuh, suhu dan aliran darah, yang berhubungan langsung dengan perasaan yang akan membuat merasa lebih nyaman dan tenang, mengurangi rasa sakit dan stres, serta menenangkan suasana hati (Yanti & Ariescha, 2020).

Merendam kaki dengan air hangat dapat dilakukan sehari sekali pada sore hari. Merendam kaki dengan air hangat mengurangi sumbatan pada pembuluh darah karena air hangat melebarkan pembuluh darah, memungkinkan oksigen masuk ke jaringan kaki yang mengalami edema. Air hangat menyebabkan vasodilatasi, yaitu pelebaran pembuluh darah, sehingga aliran darah meningkat ke area yang terkena edema. Ini berkontribusi pada penurunan retensi cairan di ekstremitas bawah. Rendam air hangat meningkatkan sirkulasi darah dan melancarkan aliran balik darah dari kaki (Hutagaol *et al.*, 2023).

Ibu hamil trimester III biasanya mengalami beberapa ketidaknyamanan. Ketidaknyamanan fisik yang dirasakan ibu umumnya akan semakin bertambah seiring dengan bertambahnya umur kehamilan. Ibu hamil trimester III dapat terjadi perubahan fisik yang dapat menimbulkan ketidaknyamanan selama kehamilan, seperti buang air kecil 50%, konstipasi 40%, perut kembung 30%, keputihan 15%, bengkak pada kaki 20%, kram pada kaki 10%, sakit kepala 20%. hemoroid 60%, sesak nafas 60%, dan nyeri punggung 70% (Himawati & Arifah, 2023).

Salah satu ketidaknyamanan yang umum dialami ibu hamil selama trimester ketiga adalah pembengkakan kaki. Peningkatan tekanan di dalam vena ekstremitas bawah menyebabkan edema fisiologis. Edema fisiologis penting untuk ditangani karena jika tidak segera ditangani dapat menimbulkan komplikasi seperti sulit berjalan, kaku, penurunan elastisitas pembuluh darah, sendi, dan otot. Seiring pertumbuhan rahim, hal ini memberikan tekanan pada pembuluh darah di panggul saat wanita hamil duduk atau berdiri, yang juga memberikan tekanan pada vena cava inferior. Sebagian wanita hamil usia lanjut mengalami edema kaki fisiologi, yang tidak disertai preeklamsia-eklamsia. Edema kaki memburuk seiring bertambahnya usia kehamilan karena peningkatan berat rahim menghambat aliran balik vena (Handayani *et al.*, 2023).

Sekitar 80% ibu hamil trimester III mengalami edema, yang merupakan penumpukan cairan dalam jaringan tubuh. Ini terjadi ketika

cairan dari pembuluh darah masuk ke jaringan di sekitarnya sehingga menumpuk pada kaki dan menyebabkan bengkak (Lisnawati *et al.*, 2023).

Edema pada kehamilan dipicu oleh perubahan hormon progesterone yang berpengaruh merangsang pembuluh darah ibu hamil agar melebarkan diri, sehingga dapat meningkatkan retensi cairan. Peningkatan retensi cairan ini berhubungan dengan perubahan fisik yang terjadi pada kehamilan trimester akhir, yaitu semakin membesarnya uterus seiring dengan penambahan berat badan janin dan usia kehamilan. Selain itu, peningkatan berat badan akan menambah beban kaki untuk menopang tubuh ibu. Hal ini akan memicu terjadinya gangguan sirkulasi pada pembuluh darah balik di kaki yang berdampak pada munculnya edema. Edema fisiologis menyebabkan ketidaknyamanan terjadi akibat dari penekanan uterus yang menghambat aliran balik vena dan tarikan gravitasi menyebabkan retensi cairan semakin besar (Suryati, 2024).

Terdapat beberapa cara mengobati edema kaki antara lain adalah menghindari pakaian ketat yang menghambat aliran balik vena, mengubah posisi sesering mungkin, menghindari meletakkan benda di atas lutut atau paha, dan berbaring miring ke kiri untuk menjaga aliran darah dari kedua sisi, lakukan olahraga saat hamil, pijat kaki, dan merendam kaki dengan air hangat (Nafra & Manggasa, 2023).

Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di Puskesmas Pengasih 1 didapatkan jumlah data ibu hamil trimester III sejak bulan

Agustus hingga November 2024 sebanyak 85 atau 44,73 % dari 190 ibu hamil, sedangkan ibu hamil trimester III yang mengalami edema kaki sebanyak 15 ibu. Melalui hasil wawancara terhadap bidan puskesmas, Ibu hamil trimester III yang mengeluh bengkak pada kaki diberikan edukasi untuk memperbanyak istirahat dan mengurangi aktivitas dan didapatkan hasil edema menurun. Dari pihak puskesmas tidak diberikan tindakan intervensi keperawatan untuk mengurangi edema kaki.

Peran perawat sebagai tenaga kesehatan pada kondisi tersebut yaitu dengan membantu menurunkan gangguan rasa aman nyaman yang dialami oleh ibu hamil trimester III dengan cara melakukan penerapan rendam kaki air hangat campuran kencur. Perawat dapat memberikan informasi dan panduan praktis kepada ibu hamil trimester III mengenai cara melakukan terapi ini dengan aman. Selain itu, perawat juga perlu memonitor perkembangan edema dan kondisi umum ibu hamil untuk menilai efektivitas terapi. Dan diharapkan setelah dilakukan tindakan pasien tidak mengalami keluhan yang sama.

Permasalahan di atas menarik perhatian penulis untuk melaksanakan penelitian dengan judul “Penerapan Rendam Kaki Air Hangat Campuran Kencur pada Ibu Hamil Trimester III dengan Masalah Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman di Wilayah Kerja Puskesmas Pengasih 1”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, dapat dirumuskan masalah sebagai berikut "Bagaimana Penerapan Rendam Kaki Air Hangat Campuran Kencur pada Ibu Hamil Trimester III dengan Masalah Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman di Wilayah Kerja Puskesmas Pengasih 1?"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mendeskripsikan Penerapan Rendam Kaki Air Hangat Campuran Kencur pada Ibu Hamil Trimester III dengan Masalah Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman di Wilayah Kerja Puskesmas Pengasih 1.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui tahap asuhan keperawatan yaitu pengkajian, diagnosis, intervensi, implementasi, dan evaluasi penerapan rendam kaki air hangat campuran kencur pada ibu hamil trimester III dengan masalah keperawatan gangguan rasa nyaman di wilayah kerja puskesmas pengasih 1.
- b. Diketahui respon sebelum dan sesudah penerapan rendam kaki air hangat campuran kencur pada ibu hamil trimester III dengan masalah keperawatan gangguan rasa nyaman di wilayah kerja puskesmas pengasih 1.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup studi kasus ini termasuk dalam bidang keperawatan maternitas dengan gangguan rasa nyaman akibat edema kaki menggunakan

pendekatan proses keperawatan melibatkan dua responden dengan metode studi kasus.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan bagi pembaca, serta memberikan kontribusi untuk meningkatkan perkembangan ilmu pengetahuan dibidang keperawatan dan praktik keperawatan maternitas terutama dalam penerapan rendam kaki air hangat campuran kencur pada ibu hamil trimester III dengan masalah keperawatan gangguan rasa nyaman.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Pasien

Memberikan pengetahuan tambahan pada pasien dan keluarga sehingga dapat lebih mengetahui tentang pengaruh dengan rendam air kaki hangat campuran kencur pada ibu hamil trimester III dengan masalah keperawatan gangguan rasa nyaman dan dapat mengetahui cara merawat anggota keluarga.

b. Bagi Pelayanan Kesehatan

Dapat menjadi masukan dalam menambah wawasan dan ilmu pengetahuan tentang asuhan keperawatan pada ibu hamil trimester III dengan penerapan rendam kaki air hangat campuran kencur dengan masalah keperawatan gangguan rasa nyaman

c. Bagi Institusi Pendidikan

Dapat digunakan sebagai sumber informasi bagi institusi pendidikan dalam pengembangan dan peningkatan mutu pendidikan di masa yang akan datang mengenai penerapan rendam kaki air hangat campuran kencur pada ibu hamil trimester III dengan masalah keperawatan gangguan rasa nyaman.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan dalam memberikan tindakan keperawatan yang nantinya dapat digunakan sebagai dasar dalam memberikan saran kepada peneliti selanjutnya mengenai ilmu keperawatan maternitas khususnya terkait penerapan rendam kaki air hangat campuran kencur pada ibu hamil trimester III dengan masalah keperawatan gangguan rasa nyaman. Selain itu diharapkan tindakan penerapan rendam kaki air hangat campuran kencur dapat menurunkan edema kaki pada ibu hamil trimester III dan mengurangi gangguan rasa nyaman.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No	Nama, Tahun Penelitian	Judul	Metode Penelitian	Hasil
1.	(Handayani <i>et al.</i> , 2020)	Pengaruh Pijat Kaki Dan Rendam Air Hangat Campur Kencur Terhadap Edema Kaki Fisiologis Pada Ibu Hamil Trimester III	Metode penelitian yang digunakan menggunakan metode Quasy Experiment. Desain yang digunakan adalah One Group Pre Test and Postest. Tehnik sampel yang digunakan pada penelitian ini yaitu purposiv sampling yaitu tehnik pengambilan sampel berdasarkan kriteria yang sudah ditetapkan si peneliti. Dan menggunakan uji Wilcoxon untuk mengetahui nilai rata-rata edema kaki.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum intervensi ibu dengan derajat edema berat 50% dan derajat sedang 50%, sedangkan setelah intervensi diperoleh derajat edema 50% dan ringan 50%. Berdasarkan hasil tersebut diperoleh p-value sebesar 0,002 <0,05. Artinya, ada efek pijat kaki dan perendaman yang dicampur dengan air hangat pada edema kaki fisiologis pada ibu hamil trimester III.
2.	(Lisnawati <i>et al.</i> , 2023)	Penatalaksanaan Rendam Air Hangat Terhadap Penurunan Edema Tungkai Pada Ibu Hamil Trimester III	Metode penelitian yang digunakan menggunakan metode perawatan pada ibu hamil dengan edema. Dengan melakukan rendam air hangat menggunakan baskom dengan suhu air 40,5-43 derajat celcius selama 30 menit.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata sebelum perawatan adalah 2,4 dan setelah berendam dalam air hangat 1,4. Dapat disimpulkan bahwa rendam air hangat efektif untuk mengurangi edema kaki pada ibu hamil pada trimester III.
3.	(Nafra & Manggasa, 2023)	Penerapan Rendam Air Kencur Hangat Pada Kaki Untuk Mengurangi Edema	Metode penelitian yang digunakan menggunakan metode penelitian deskriptif dengan pendekatan studi kasus 1 orang pasien ibu hamil	Hasil penelitian menunjukkan bahwa Setelah pelaksanaan bahwa penerapan perendaman air kencur hangat dapat mengurangi edema kaki fisiologis pada

No	Nama, Tahun Penelitian	Judul	Metode Penelitian	Hasil
		Fisiologis Pada Asuhan Keperawatan Ibu Hamil Di Puskesmas Kayamanya	trimester 3 dengan karakteristik yang mengalami edema kaki fisiologis dan tidak ada komplikasi kehamilan. Dengan melakukan rendam air hangat selama 10 menit.	ibu hamil trimester ketiga dengan hasil edema menurun, pasien tampak lebih rileks dan nyaman, pasien mampu beradaptasi dengan kelelahan, pasien sudah memahami tentang persalinan yang akan dihadapi
4.	(Kirani & Maita, 2021)	Oedema Pada Kaki Ibu Hamil Trimester Tiga Dengan Rendam Air Hangat Campur Kencur Di Bpm Hj. Murtinawita, Sst Kota Pekanbaru Tahun 2021	Metode penelitian yang digunakan adalah studi kasus kualitatif. Dengan rendam air hangat campur kencur selama 15 menit, pelaksanaan dilakukan 5 hari berturut-turut	Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah diberikan asuhan selama 5 hari dengan rendam air hangat campur kencur selama 15 menit menunjukkan adanya perubahan pada punggung kaki ibu
5.	(Nikhmatul <i>et al.</i> , 2020)	Penerapan Pijat Kaki Dan Rendam Air Hangat Campuran Kencur Untuk Mengurangi Oedema Kaki Pada Ibu Hamil Trimester III	Metode penelitian yang digunakan adalah metode studi kepustakaan atau literatur review. Dalam melakukan penelitian ini peneliti melakukan pencarian jurnal penelitian yang dipublikasikan di internet. Dengan rendam air hangat campur kencur selama 20 menit dengan suhu 40 derajat celcius, pelaksanaan dilakukan 5 hari berturut-turut	Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan pijat kaki dan rendam air hangat campuran kencur pada ibu hamil trimester III dapat menurunkan oedema pada ibu hamil.

No	Nama, Tahun Penelitian	Judul	Metode Penelitian	Hasil
<p>Persamaan : Penelitian ini sama-sama meneliti tentang rendam air hangat campur kencur terhadap edema kaki pada ibu hamil trimester III.</p>				
<p>Perbedaan dalam penerapan rendam kaki air hangat campuran kencur : Jumlah responden 5-10 orang, waktu merendam kaki 15-30 menit, suhu air 38-43 derajat celcius, terdapat pijatan selama kaki di rendam, kencur yang digunakan diparut dan dimasukkan ke dalam air hangat, waktu penelitian pada tahun 2020, 2021, dan 2023, dan Lokasi penelitian berada di Klinik Nining Pelawati, Di Bpm Hj. Murtinawita, Sst Kota Pekanbaru, TPMB Bd. R Kota Tasikmalaya, dan Puskesmas Kamaya.</p>				