

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Bengkak pada kaki (edema) merupakan salah satu ketidaknyamanan yang sering dikeluhkan oleh ibu hamil. Kondisi ini sering ditemukan pada ibu hamil trimester ketiga akibat dari penekanan uterus yang menghambat aliran balik vena dan tarikan gravitasi menyebabkan retensi cairan semakin besar. Bengkak fisiologis dapat menurunkan kualitas hidup ibu hamil karena menimbulkan ketidaknyamanan yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Selain itu, bengkak pada kaki ibu hamil dapat menunjukkan tanda bahaya dalam kehamilan seperti preeklamsi serta dapat menyebabkan gangguan pada jantung, ginjal dan lainnya yang dapat membahayakan ibu dan janin (Saragih et al, 2021). Pada ibu hamil trimester ketiga banyak mengalami keluhan dimana keluhan yang sering dirasakan adalah bengkak bahkan disertai dengan kram maupun kesemutan khususnya pada kaki yang dapat mengganggu kualitas tidur ibu hamil di malam hari (Fatmasari et al., 2023).

*World Health Organization* (WHO) tahun 2022 mencatat angka kejadian keluhan bengkak terjadi pada sekitar 75% ibu hamil di seluruh dunia. Kementerian Kesehatan RI tahun 2020 mencatat sebanyak 80% ibu hamil di Indonesia mengalami keluhan bengkak pada kaki dengan 45% diantaranya disebabkan oleh faktor penyakit penyerta dan 35% diantaranya dikarenakan faktor fisiologis kehamilan. Data yang diperoleh pada satu bulan terakhir di Poli KIA Puskesmas

Wagir Kabupaten Malang selama periode praktik Keperawatan Maternitas tanggal 24 Maret 2025 – 19 April 2025 didapatkan jumlah kunjungan ANC ibu hamil trimester tiga sebanyak 76 ibu hamil dimana 18 orang mengalami keluhan bengkak baik fisiologis maupun patologis.

Kehamilan merupakan suatu hal yang fisiologis atau alamiah sekaligus membahagiakan maupun menjadikan kecemasan pada wanita. Bengkak pada tungkai kaki merupakan salah satu perubahan fisiologis yang banyak terjadi pada saat wanita hamil (Ipi et al., 2022). Namun, bengkak kaki yang terjadi pada ibu hamil dapat dikategorikan secara fisiologis (tidak berbahaya) karena faktor fisiologis kehamilan sedangkan patologis (membahayakan) terjadi ditandai dengan adanya peningkatan tekanan darah pada ibu hamil (Sihombing et al., 2024). Edema fisiologis merupakan suatu kondisi dimana terjadinya perubahan hormon esterogen yang memicu meningkatnya retensi cairan yang ditandai karena perubahan fisik dengan semakin membesarnya uterus seiring dengan bertambahnya berat janin. Hal ini akan menyebabkan peningkatan berat badan serta menambah beban kaki untuk menopang tubuh. Akibatnya akan memicu gangguan sirkulasi pembuluh darah balik di kaki yang berdampak dengan munculnya edema (Afifah, 2020).

Penatalaksanaan pada edema fisiologis ibu hamil dapat dibedakan menjadi dua macam yaitu melalui farmakologis dengan obat-obatan yang diberikan oleh dokter. Sedangkan non farmakologis dapat dilakukan oleh ibu hamil secara mandiri dengan cara tidak menggunakan pakaian ketat yang mengganggu aliran darah balik ke vena, mengubah posisi sesering mungkin, menghindari berdiri

dalam waktu lama, melakukan olahraga senam hamil, pijat kaki (*foot massage*) dan rendam kaki air hangat (Pipit et al, 2020). Penatalaksanaan non-farmakologi yang dapat dijadikan solusi maupun alternatif tambahan untuk mengatasi edema fisiologis serta tidak memerlukan biaya yang besar yaitu dengan terapi rendam kaki air hangat.

Hidroterapi rendam kaki air hangat yaitu terapi non farmakologi dengan cara merendam kaki kedalam wadah dengan air hangat ( $37^{\circ}\text{C}$ - $40^{\circ}\text{C}$ ) selama 10 - 15 menit yang bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, mengurangi edema, meningkatkan relaksasi otot, menyetatkan jantung, menurunkan tekanan darah, mengendorkan otot-otot, menghilangkan stress, nyeri otot, meringankan rasa sakit, memberikan kehangatan pada tubuh (Uliya et al, 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Arisman et al (2024) menyatakan bahwa pemberian terapi non farmakologis rendam kaki air hangat dengan pemberian terapi rendam kaki air hangat sebanyak satu kali sehari selama 15 menit efektif menurunkan derajat edema pada ibu hamil trimester ketiga pada hari ke tujuh.

Berdasarkan fenomena dan latar belakang di atas, penulis akan memberikan intervensi berupa rendam kaki air hangat dalam mengatasi ketidaknyamanan yang disebabkan karena pembengkakan kaki (edema) tungkai pada ibu hamil. Rendam kaki air hangat sebagai penatalaksanaan alternatif secara non-farmakologis bermanfaat untuk melancarkan sirkulasi darah yang dapat mengurangi bengkak serta juga dapat memberikan efek relaksasi sehingga dapat meningkatkan kenyamanan pada tubuh sehingga meningkatkan kualitas hidup ibu hamil trimester ketiga.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimana asuhan keperawatan pada Ny.D G2P1Ab0 usia kehamilan 35-36 minggu dengan penerapan intervensi rendam kaki air hangat dalam mengatasi masalah gangguan rasa nyaman di Puskesmas Wagir Kabupaten Malang?

## **1.3 Tujuan Penulisan**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Melaksanakan asuhan keperawatan pada Ny.D G2P1Ab0 usia kehamilan 35-36 minggu dengan masalah gangguan rasa nyaman di Puskesmas Wagir Kabupaten Malang.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi masalah keperawatan Gangguan Rasa Nyaman pada Ny.D dengan G2P1Ab0 usia kehamilan 35-36 minggu
2. Melakukan Intervensi Hidroterapi Rendam Kaki Air Hangat untuk mengatasi masalah Gangguan Rasa Nyaman pada Ny.D G2P1Ab0 usia kehamilan 35-36 minggu
3. Menganalisis Perkembangan Masalah Gangguan Rasa Nyaman setelah dilakukan tindakan Hidroterapi Rendam Kaki Air Hangat pada Ny.D G2P1Ab0 usia kehamilan 35-36 minggu

## **1.4 Manfaat**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan evidence based dalam pemberian asuhan keperawatan pada ibu hamil khususnya pemberian hidroterapi rendam kaki air hangat untuk mengurangi edema fisiologis ibu hamil trimester ketiga.

## **1.4.2 Manfaat Praktis**

### **1. Bagi Institusi Pendidikan**

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk mengembangkan dan memperluas ilmu pengetahuan khususnya di bidang keperawatan sekaligus dapat dijadikan referensi dan masukan pada penelitian selanjutnya.

### **2. Bagi Perawat**

Pemberian hidroterapi rendam kaki air hangat dapat dijadikan sebagai bahan tambahan intervensi dalam mengembangkan asuhan keperawatan terkait penatalaksanaan nonfarmakologis rendam kaki air hangat sesuai dengan standard operasional prosedur (SOP) untuk mengatasi ketidaknyamanan khususnya edema fisiologis pada kehamilan trimester ketiga.

### **3. Bagi Ibu Hamil**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sarana untuk memperoleh informasi pada ibu hamil yang mengalami ketidaknyamanan pada kehamilan trimester ketiga dengan melakukan rendam kaki air hangat sebagai terapi alternatif tambahan.