

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan merupakan suatu proses fisiologis dan alamiah yang dialami oleh perempuan, dimulai dari terjadinya pembuahan antara sel telur (ovum) dan sel sperma yang kemudian berkembang menjadi janin di dalam rahim hingga berakhir dengan proses persalinan. Masa kehamilan dibagi menjadi tiga trimester, yaitu trimester I, trimester II, dan trimester III. Trimester III merupakan periode akhir kehamilan yang berlangsung pada usia kehamilan 28–40 minggu atau sekitar bulan ketujuh hingga bulan kesembilan kehamilan (Ginanjari et al., 2025).

Kehamilan merupakan suatu periode yang unik dalam kehidupan perempuan karena disertai dengan berbagai perubahan hormonal dan fisiologis. Perubahan tersebut meliputi aspek fisik maupun psikologis. Perubahan fisik yang terjadi selama kehamilan sering kali menimbulkan berbagai ketidaknyamanan pada ibu hamil (Dessy & Zabariah, 2023).

Berbagai ketidaknyamanan yang umum dialami pada trimester III antara lain frekuensi buang air kecil yang lebih sering sebesar 50%, konstipasi sebesar 40%, dan perut kembung sebesar 30%. Selain itu, ibu hamil juga dapat mengalami keputihan sebesar 15%, pembengkakan pada kaki sebesar 20%, kram kaki sebesar 10%, dan sakit kepala sebesar 20%. Keluhan lainnya yang sering ditemukan adalah striae gravidarum sebesar 50%, hemoroid sebesar

60%, sesak napas sebesar 60%, serta nyeri punggung yang menjadi keluhan paling banyak dialami, yaitu sebesar 70% (Himawati & Arifah, 2023).

Kram kaki merupakan kontraksi mendadak dan menimbulkan rasa nyeri pada otot-otot ekstremitas bawah yang berlangsung selama beberapa detik hingga beberapa menit. Kondisi ini umumnya terjadi pada malam hari dan paling sering mengenai otot betis, serta dapat menyebabkan nyeri otot yang menetap selama beberapa hari. Kram kaki menjadi salah satu keluhan kesehatan yang paling sering dialami oleh ibu hamil, terutama pada trimester kedua dan trimester ketiga kehamilan (Anggeni & Septriana, 2024).

Prevalensi kram kaki pada ibu hamil cenderung meningkat dan mencapai puncaknya pada trimester ketiga, dengan angka kejadian yang diperkirakan berkisar antara 47,8% hingga 64,4% berdasarkan penelitian yang dilakukan di Amerika Serikat, Iran, dan India (Abandeh et al., 2024). Terjadinya kram kaki pada ibu hamil dikaitkan dengan berbagai faktor, di antaranya peningkatan berat badan yang menyebabkan bertambahnya tekanan pada otot dan sendi, perubahan sirkulasi darah akibat pembesaran uterus yang menekan pembuluh darah di daerah pelvis, serta adanya ketidakseimbangan elektrolit dalam tubuh (Lilis et al., 2025).

Kram kaki yang tidak ditangani dengan baik dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, menurunkan kualitas tidur, serta menyebabkan kelelahan pada ibu hamil. Selain itu, kondisi ini juga dapat menimbulkan rasa cemas dan ketidaknyamanan sehingga berdampak pada kualitas hidup ibu selama

kehamilan. Oleh karena itu, diperlukan penanganan yang tepat untuk mencegah dampak yang lebih serius (Dessy & Zabariah, 2023; Hutagaol et al., 2023).

Penanganan ketidaknyamanan selama kehamilan telah diatur dalam Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2017 tentang Izin dan Penyelenggaraan Praktik Bidan. Dalam peraturan tersebut, bidan memiliki kewenangan memberikan asuhan kebidanan pada ibu hamil, termasuk edukasi dan penanganan keluhan yang umum terjadi, seperti kram kaki, guna meningkatkan pengetahuan dan kemampuan ibu dalam mengelola keluhan secara mandiri (Kementerian Kesehatan, 2020; Lilis et al., 2025).

Penanganan kram kaki pada ibu hamil dapat dilakukan melalui terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat diberikan adalah rendam kaki dengan air hangat, yaitu aplikasi panas pada tubuh untuk membantu mengurangi nyeri. Terapi ini dilakukan selama 10–20 menit dengan suhu air sekitar 37–39°C (Hutagaol et al., 2023).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Bengkulu tahun 2024, terdapat 7.586 ibu hamil dengan cakupan kunjungan K1 sebesar 89,4% (6.781 orang) dan kunjungan K4 sebesar 78,9% (5.988 orang). Puskesmas dengan cakupan K4 tertinggi yaitu Puskesmas Telaga Dewa (559 orang), Puskesmas Jembatan Kecil (518 orang), dan Puskesmas Lingkar Timur (420 orang). Sementara itu, cakupan K4 terendah terdapat di Puskesmas Muara Bangkahulu (189 orang), Puskesmas Padang Serai (137 orang), dan Puskesmas Kuala Lempuing (101 orang) (Profil Dinas Kesehatan Kota Bengkulu, 2024).

Berdasarkan survei awal pada 14 November 2025 di wilayah kerja Puskesmas Telaga Dewa, diketahui bahwa di PMB “F” terdapat 40 ibu hamil dengan 7 orang mengalami kram kaki, di PMB “OL” terdapat 45 ibu hamil dengan 10 orang mengalami kram kaki, sedangkan di PMB “O” terdapat 70 ibu hamil dengan 18 orang mengalami kram kaki.

Hasil wawancara pada 2 Januari 2026 terhadap 5 dari 18 ibu hamil trimester III di PMB “O” menunjukkan bahwa seluruh responden mengalami kram kaki, terutama pada malam hari dan saat beraktivitas. Keluhan tersebut dipengaruhi oleh posisi tidur yang kurang tepat, kurangnya aktivitas, serta masih terbatasnya pengetahuan ibu mengenai penyebab dan penanganan kram kaki. Kondisi ini menunjukkan perlunya asuhan kebidanan melalui edukasi dan intervensi yang tepat untuk meningkatkan kenyamanan dan kesejahteraan ibu selama kehamilan.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik melakukan penelitian yang berjudul “Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Trimester III dengan Masalah Kram Kaki di PMB ‘O’ Kota Bengkulu Tahun 2026.”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan data dan uraian pada latar belakang, diketahui bahwa kram kaki masih menjadi salah satu ketidaknyamanan fisiologis yang sering dialami oleh ibu hamil trimester III, dengan jumlah kasus tertinggi ditemukan di PMB “O” Kota Bengkulu. Oleh karena itu, rumusan masalah dalam penelitian ini

adalah “Bagaimana Asuhan Kebidanan pada Ibu Hamil Trimester III dengan Masalah Kram Kaki di PMB ‘O’ Kota Bengkulu?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Memberikan asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan masalah kram kaki menggunakan manajemen kebidanan Varney serta mendokumentasikan perkembangan asuhan dalam bentuk SOAP.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi data subjektif dan objektif pada ibu hamil trimester III dengan masalah kram kaki di PMB “O” Kota Bengkulu Tahun 2026.
- b. Melakukan interpretasi data meliputi diagnosis, masalah, dan kebutuhan pada ibu hamil trimester III dengan masalah kram kaki di PMB “O” Kota Bengkulu Tahun 2026.
- c. Mengidentifikasi diagnosis atau masalah potensial pada ibu hamil trimester III dengan masalah kram kaki di PMB “O” Kota Bengkulu Tahun 2026.
- d. Mengidentifikasi kebutuhan tindakan segera pada ibu hamil trimester III dengan masalah kram kaki di PMB “O” Kota Bengkulu Tahun 2026.
- e. Menyusun rencana asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan masalah kram kaki di PMB “O” Kota Bengkulu Tahun 2026.
- f. Melaksanakan asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan masalah kram kaki di PMB “O” Kota Bengkulu Tahun 2026.

- g. Melakukan evaluasi terhadap asuhan kebidanan yang diberikan pada ibu hamil trimester III dengan masalah kram kaki di PMB “O” Kota Bengkulu Tahun 2026.
- h. Menganalisis kesenjangan antara teori dan kasus dalam asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan masalah kram kaki di PMB “O” Kota Bengkulu Tahun 2026.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil pengkajian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan masukan dalam pengembangan ilmu kesehatan, khususnya ilmu kebidanan, terkait asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan masalah kram kaki.

2. Manfaat Aplikatif

a. Tenaga Kesehatan

Hasil pengkajian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan informasi bagi tenaga kesehatan serta menjadi acuan dalam meningkatkan pelayanan asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan masalah kram kaki.

b. Institusi Pendidikan

Hasil pengkajian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan informasi bagi tenaga kesehatan serta menjadi acuan dalam

meningkatkan pelayanan asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan masalah kram kaki.

c. Bagi Masyarakat

Laporan Tugas Akhir ini diharapkan dapat menambah pengetahuan mengenai penanganan ibu hamil trimester III dengan masalah kram kaki.

