

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Edema kaki atau bengkak kaki terjadi selama kehamilan akibat dari tekanan pada uterus yang terus meningkat dan dipengaruhi sirkulasi cairan, bertambahnya tekanan pada uterus dan tarikan gravitasi menyebabkan retensi cairan lebih besar. Sekitar 80% Ibu hamil pasti mendapati edema atau bengkak kaki, yang pada umumnya terjadi saat trimester ketiga. Menurut Peneliti Hairunisa di Indonesia bengkak kaki atau edema yang dialami Ibu hamil trimester ketiga, 40% edema pada Ibu dengan kehamilan normal, 60% kehamilan disertai hipertensi, dan 80% dengan hipertensi dan proteinuria((Yanti et al., 2024)

Berdasarkan data dari WHO tahun 2020 didapat angka kejadian bengkak terjadi sekitar 75%. Pada ibu hamil pembengkakan yang umum terjadi pada trimester II dan trimester III. Dari data diatas keluhan bengkak menduduki urutan kedua sebanyak 75%, Edema pada ibu hamil bisa berbahaya dan juga tidak berbahaya. Wilayah Indonesia sekitar 80% ibu hamil mengalami gangguan kehamilan yaitu pendarahan 20%, hipertensi ibu hamil 15%, aborsi 10%, preeklamsi 20% disertai edema kaki 15% (Dinas Kesehatan 2 RI,2021).

Bagi ibu hamil, idealnya tidak ada tanda bahaya atau komplikasi seperti edema. Namun kenyataannya kebanyakan ibu hamil mengeluhkan edema, terutama di akhir kehamilan atau pada trimester ketiga. Di Indonesia, 78% dari 36 ibu hamil yang diperiksa pada trimester ketiga mengeluhkan gejala seperti nyeri punggung, kesemutan pada tungkai, dan pembengkakan kaki yang sering dirasakan pada malam hari dan mengganggu tidur (Dinas Kesehatan Kabupaten Sarolangun, 2016). Sekitar

271 dari 2.734 ibu hamil (10%) mengalami edema ekstremitas bawah.(Ilmiah et al., 2020)

Berdasarkan Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Kota Bengkulu tahun 2024, jumlah ibu hamil yang tercatat mencapai 5.263 orang, dengan cakupan pelayanan Kesehatan ibu hamil K1 sebesar 98,9% dan K4 sebesar 95,4%. Angka ini menunjukkan bahwa Sebagian besar ibu hamil telah mendapatkan pelayanan antenatal secara rutin difasilitas Kesehatan. Data pelayanan KIA menunjukkan bahwa keluhan bengkak kaki ibu hamil TM III termasuk dalam keluhan terbanyak yang dilaporkan oleh ibu hamil pada akhir kehamilan (Dinas Kesehatan Kota Bengkulu, 2024).

Upaya peningkatan Kesehatan ibu dilakukan melalui 231 posyandu aktif di kota Bengkulu, dengan 86,15% diantaranya berada pada strata purnama. Hal ini mencerminkan tingginya partisipan Masyarakat dalam mendukung Kesehatan ibu dan anak, namun perlu di dukung dengan penerapan terapi komplementer yang aman, murah, dan mudah di terapkan seperti kombinasi foot massage dengan rendaman air hangat dengan kencur, agar ibu hamil dapat mengatasi edema tanpa ketergantungan pada obat-obatan(Dinas Kesehatan kota Bengkulu, 2024).

Oedema kaki, atau pembengkakan kaki, terjadi pada sekitar 80% wanita hamil selama trimester ketiga. Kondisi ini terjadi karena tekanan yang dihasilkan uterus menghambat aliran balik vena sementara gravitasi meningkatkan penumpukan cairan. Oedema kaki fisiologis sering menyebabkan ketidaknyamanan, rasa berat, dan kram di malam hari, dan jika disertai nyeri dan tidak diatasi akan menyebabkan preeklamsi bahkan eklamsi (Effect et al., 2025).

Penatalaksanaan farmakologi pada pasien ibu hamil dengan edema dengan penggunaan obat diuretik tidak direkomendasikan sebagai penanganan rutin karena dapat menurunkan volume plasma maternal dan berpotensi mengurangi perfusi plasenta sehingga membahayakan kesejahteraan janin. Diuretik hanya diberikan pada kondisi tertentu dengan indikasi jelas dan pengawasan ketat oleh spesialis, seperti edema paru akut,

gagal jantung dengan overload cairan, atau situasi perinatal tertentu yang membutuhkan stabilisasi cepat. Diuretik loop seperti furosemide dapat digunakan secara emergensi, sedangkan thiazide umumnya dihindari karena risiko penurunan volume plasma. Agen seperti spironolakton dan eplerenone tidak dianjurkan karena efek antiandrogenik yang dapat mengganggu perkembangan janin laki-laki (Balas *et al.*, 2023).

Penatalaksanaan non farmakologi pada pasien ibu hamil dengan edema terbukti aman dan biasanya efektif. Edukasi tentang perubahan gaya hidup menjadi langkah utama, seperti menghindari berdiri lama, istirahat dengan kaki ditinggikan, dan tidur miring kiri untuk meningkatkan aliran vena. Elevasi tungkai, penggunaan stoking kompresi, aktivitas fisik ringan, serta terapi air seperti berendam atau berenang membantu mengurangi pembengkakan. Pijat kaki ringan dan keseimbangan hidrasi juga mendukung penurunan edema. Pendekatan ini umumnya cukup untuk mengatasi edema fisiologis sebelum mempertimbangkan terapi obat (Mollaelahi & Shahali, 2022).

Berdasarkan hasil study pendahuluan Puspan Sari dkk, (2020) yang berjudul pengaruh rendam air hangat terhadap edema tungkai pada ibu hamil trimester III. Salah satu upaya dalam terapi rendam air hangat terhadap penurunan edema tungkai ini didapatkan hasil bahwa terdapat penurunan yang dimana sebelum dilakukan rendam air hangat memiliki rata-rata 3,18 dan rata-rata setelah dilakukan rendam air hangat 2,28. Berdasarkan hasil analisis Wilcoxon dengan $\alpha = 0,05$, diperoleh nilai p-value 0,000 dimana $0,000 < 0,05$, dapat disimpulkan bahwa terapi rendam air hangat ini akan memperlancar aliran darah vena (Puspan Sari, Lestari and Aji Pamungkas, 2020).

Terapi kombinasi foot massage dan hydrotherapy air hangat dengan kencur merupakan terapi komplementer non farmakologis yang aman dan efektif untuk membantu mengurangi edema fisiologis pada ibu hamil trimester III *foot massage* bekerja dengan meningkatkan sirkulasi darah dan limfatik melalui pijatan lembut pada kaki dan tungkai bawah sehingga

membantu mengurangi penumpukan cairan. Sementara itu, rendam kaki air hangat kencur memberikan efek vasodilatasi dari panas air sekaligus manfaat anti-inflamasi alami dari kencur yang ikut membantu menurunkan pembengkakan dan meningkatkan kenyamanan. Kombinasi kedua intervensi ini terbukti dapat menurunkan derajat edema, mengurangi rasa berat atau pegal pada kaki, serta memberi efek relaksasi tanpa penggunaan obat (Carolin *et al.*, 2023).

Berdasarkan hasil Survey Awal peneliti pada bulan Oktober-November 2025 Di Praktik mandiri bidan F di Pagar Dewa, Selebar Kota Bengkulu menunjukkan bahwa 42 ibu hamil trimester ketiga yang melakukan ANC, Sebanyak 29 ibu(60%) mengalami bengkak pada kaki, dan 11 di antaranya (26%) menunjukkan gejala edema tingkat sedang berdasarkan wawancara dan observasi.

Berdasarkan hasil Survey Awal peneliti pada bulan Desember-Januari 2026 Di praktik mandiri bidan O Di Pagar Dewa, Selebar Kota Bengkulu menunjukkan bahwa 30 ibu hamil trimester ketiga yang melakukan ANC, Sebanyak 3 ibu mengalami bengkak pada kaki.

Berdasarkan hasil Survey Awal peneliti pada bulan Desember – Januari 2026 Di praktik mandiri Bidan O Di Pagar Dewa, Selebar Kota Bengkulu menunjukkan bahwa 40 ibu hamil trimester ketiga yang melakukan ANC, Sebanyak 1ibu mengalami bengkak pada kaki

Berdasarkan temuan tersebut, peneliti tertarik meneliti penerapan kombinasi foot massage dan hydrotherapy air hangat kencur sebagai terapi komplementer untuk mengurangi edema pada ibu hamil trimester tiga di praktik klinik Bidan F Pagardewa Selebar Kota Bengkulu, dengan harapan dapat memberikan manfaat ilmiah dan praktis dalam pelayanan antenatal

B. Rumusan Masalah

Edema fisiologis pada ibu hamil trimester III merupakan kondisi yang sering terjadi akibat perubahan fisiologis selama kehamilan dan dapat menimbulkan ketidaknyamanan serta keterbatasan aktivitas. Upaya

penanganan edema selama kehamilan perlu memperhatikan aspek keamanan bagi ibu dan janin. salah satu alternatif intervensi nonfarmakologis yang dapat diterapkan adalah kombinasi foot massage dan hydrotherapy air hangat dengan kencur namun, penerapan terapi komplementer tersebut belum banyak dilakukan di fasilitas pelayanan kesehatan dasar. berdasarkan uraian tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: "Bagaimanakah Penerapan Kombinasi *Foot Massage* Dan *Hydrotherapy* Air Hangat Dengan Kencur Sebagai Terapi Komplementer Untuk Mengurangi Edema Pada Ibu Hamil Trimester 3 Di PMB Kota Bengkulu?".

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Penerapan Kombinasi *Foot Massage* Dan *Hydrotherapy* Air Hangat Dengan Kencur Sebagai Terapi Komplementer Untuk Mengurangi Edema Pada Ibu Hamil Trimester 3 Di PMB Kota Bengkulu.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus penelitian ini yaitu, agar peneliti mampu:

- a. Diketahui gambaran karakteristik subyek meliputi, umur paritas, riwayat penyakit yang pernah diderita, riwayat penyakit keluarga, dan tingkat edema yang dialami ibu hamil trimester III.
- b. Diketahui gambaran diagnosa keperawatan yang bisa diangkat pada pasien
- c. Diketahui gambaran intervensi keperawatan Penerapan Kombinasi *Foot Massage* Dan *Hydrotherapy* Air Hangat Dengan Kencur Sebagai Terapi Komplementer Untuk Mengurangi Edema Pada Ibu Hamil Trimester 3
- d. Diketahui gambaran edema sebelum dilakukan Penerapan Kombinasi *Foot Massage* Dan *Hydrotherapy* Air Hangat Dengan Kencur Sebagai Terapi Komplementer Untuk Mengurangi

Edema Pada Ibu Hamil Trimester 3 Di PMB Kota Bengkulu.

- e. Diketahui gambaran edema sesudah dilakukan Penerapan Kombinasi *Foot Massage* Dan *Hydrotherapy* Air Hangat Dengan Kencur Sebagai Terapi Komplementer Untuk Mengurangi Edema Pada Ibu Hamil Trimester 3 Di PMB Kota Bengkulu.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi ilmiah dan sumber pembelajaran dalam pengembangan ilmu kebidanan dan keperawatan, khususnya pada bidang terapi komplementer untuk ibu hamil. Penelitian mengenai penerapan kombinasi *foot massage* dan *hydrotherapy* air hangat dengan kencur ini dapat digunakan sebagai bahan ajar untuk memperkaya materi mengenai manajemen edema pada kehamilan trimester III serta pengembangan intervensi komplementer yang aman, non invasif, dan berbasis evidens.

2. Bagi Tenaga Kesehatan di PMB

Penelitian ini dapat menjadi sumber informasi dan rekomendasi bagi bidan serta tenaga kesehatan di PMB dalam mengembangkan pelayanan *antenatal care* yang komprehensif. Kombinasi *foot massage* dan *hydrotherapy* air hangat dengan kencur dapat dijadikan intervensi sederhana dan efektif untuk membantu mengurangi edema pada ibu hamil trimester III.

3. Bagi Klien (Ibu Hamil) dan Keluarga

Manfaat penelitian ini bagi ibu hamil dan keluarga adalah meningkatnya pengetahuan, pemahaman, serta keterampilan dalam melakukan manajemen edema melalui terapi komplementer berupa *foot massage* dan *hydrotherapy* air hangat dengan kencur. Intervensi ini membantu mengurangi edema kaki, meningkatkan sirkulasi darah, mengurangi ketidaknyamanan, serta memberikan efek relaksasi bagi ibu hamil trimester III. Selain itu, keluarga dapat berperan aktif dalam

memberikan perawatan sederhana yang aman di rumah sehingga dapat meningkatkan kenyamanan ibu hamil serta mendukung kesejahteraan fisik dan emosional selama kehamilan.

4. Bagi Peneliti Lain

Penelitian ini dapat menjadi dasar dan referensi awal bagi peneliti selanjutnya yang ingin mengembangkan kajian mengenai terapi komplementer pada ibu hamil, khususnya terkait manajemen edema trimester III. Hasil penelitian ini memberikan gambaran mengenai efektivitas kombinasi *foot massage* dan *hydrotherapy* air hangat dengan kencur, sehingga dijadikan pijakan untuk penelitian lanjutan dengan metode, variabel, maupun populasi yang lebih luas.

