

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Selama proses kehamilan, ibu hamil akan mengalami berbagai perubahan baik fisiologis maupun psikologis. Perubahan yang terjadi tidak hanya mempengaruhi sistem reproduksi, tetapi berdampak pada hampir seluruh sistem, termasuk kardiovaskuler, respirasi, gastrointestinal, muskuloskeletal, endokrin, urinarius, dan juga imun (Ernawati et al., 2024). Perubahan fisiologis dalam kehamilan merupakan sebuah proses adaptasi untuk memelihara perkembangan janin dan mempersiapkan ibu saat persalinan dan melahirkan (Yanti *et al.*, 2020). Saat perubahan fisiologis, wanita hamil akan merasakan berbagai ketidaknyamanan, seperti kelelahan, nyeri pada punggung bawah, peningkatan frekuensi buang air kecil, sensasi kesemutan dan edema di ekstremitas bawah (Saragih & Siagian, 2021).

Salah satu ketidaknyamanan fisiologis yang dirasakan oleh ibu hamil trimester III yaitu edema pada kaki. Menurut *World Health Organization* (2020) ibu hamil yang mengalami edema kaki di dunia sekitar 75% dan menduduki posisi kedua dengan keluhan terbanyak. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menyebutkan bahwa prevalensi edema kaki pada ibu hamil trimester III di Indonesia mencapai 80% (Kemenkes, 2022). Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia jumlah ibu hamil yang mengalami ketidaknyamanan yang

diakibatkan oleh edema atau pembengkakan baik pada kaki, tangan, atau pun wajah di provinsi Jawa Barat mencapai 26,4% (SKI, 2023).

Menurut Anggraini *et al.*, (2024) ibu hamil yang mengalami edema kaki dapat merasakan ketidaknyamanan, seperti kaki terasa berat, nyeri, pegal, kesemutan, mudah lelah, terbatasnya aktivitas, dan gangguan saat tidur. Kondisi ini disebabkan adanya penekanan pembuluh darah yang diakibatkan oleh pembesaran uterus, mengakibatkan berkurangnya aliran darah yang kembali ke jantung dan terakumulasi di ekstremitas bawah (Af'idatunnisa & Mardiyarningsih, 2025). Pada ibu hamil yang mengalami edema disarankan untuk menggunakan pakaian yang longgar, mengurangi aktivitas berdiri yang lama, menghindari benda yang dapat menghalangi waktu berdiri, olahraga teratur selama kehamilan, pijat dan merendam kaki dengan air hangat campuran kencur menjadi salah satu penatalaksanaan non farmakologis untuk edema (Wulan *et al.*, 2023).

Kencur (*Kaempferia Galanga L.*) merupakan tumbuhan obat yang banyak di kembangkan di Indonesia karena memiliki khasiat untuk obat dan aromatik. Kencur memiliki kandungan sebagai anti inflamasi seperti Trimektiloktan, limonoida, etil sinamat, etil metoksinamat, kuinon, polifenol, tanin, triterpenoid, dan flavonoid. Flavonoid berperan dalam mengurangi inflamasi dan edema dengan menghambat pelepasan serotonin (Yanti *et al.*, 2020). Rendam kaki merupakan bentuk dari terapi menggunakan modalitas air hangat rebusan kencur. Merendam kaki dengan air rebusan kencur dapat digunakan sebagai terapi alami yang berupaya meningkatkan permeabilitas

kapiler, mengurangi edema, meningkatkan relaksasi otot, menenangkan jantung, mengendurkan otot, meredakan ketegangan, dan mengurangi rasa nyeri (Aryunani, Aini, & Abdullah, 2022).

Nafra & Manggasa (2023) mengatakan hasil yang didapatkan setelah melakukan rendam kaki air hangat rebusan kencur dapat berpengaruh dalam penurunan edema fisiologis pada ibu hamil trimester III. Mutia & Liva Maita (2022) menunjukkan setelah diberikan asuhan dengan melakukan rendam kaki menggunakan air hangat campur kencur selama 10–15 menit menunjukkan adanya perubahan pada punggung kaki ibu hamil.

Terapi rendam kaki menggunakan air hangat rebusan kencur dilakukan dengan cara merendam kaki ibu hamil dalam baskom selama 10–15 menit pada suhu sekitar 35–40°C. Terapi ini terbukti dapat membantu menurunkan derajat edema. Sebelum dilakukan terapi, derajat edema diukur terlebih dahulu menggunakan metode *pitting edema*. Setelah diberikan terapi rendam kaki air hangat rebusan kencur, edema yang sebelumnya berada pada derajat sedang mengalami penurunan derajat menjadi derajat yang lebih ringan (Wilda *et al.*, 2026).

Perawat sebagai tenaga kesehatan memiliki peran penting untuk memberikan tindakan terapeutik dan edukasi pada ibu hamil mengenai cara untuk menurunkan edema dengan menjelaskan cara penggunaan air rebusan kencur sehingga ibu hamil dapat mempraktikkan dan diharapkan setelah dilakukan rendam kaki menggunakan air rebusan kencur tersebut ibu hamil mendapatkan dampak yang positif bagi kondisi fisik dan psikologis.

Berdasarkan penjelasan yang telah disebutkan, penulis tertarik untuk membahas mengenai “Implementasi rendam kaki air rebusan kencur untuk menurunkan edema kaki pada ibu hamil trimester III”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut penulis dapat merumuskan masalah pada penelitian ini, yaitu “bagaimanakah implementasi rendam kaki air hangat rebusan kencur untuk menurunkan edema fisiologis pada ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas Dukupuntang Kabupaten Cirebon?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Setelah melakukan studi kasus, penulis mampu melakukan implementasi rendam kaki air rebusan kencur untuk menurunkan edema kaki pada ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas Dukupuntang.

2. Tujuan Khusus

Setelah melakukan studi kasus penulis dapat:

- a. Menggambarkan kondisi ibu hamil trimester III dengan edema kaki fisiologis sebelum dilaksanakan tindakan rendam kaki air hangat rebusan kencur.
- b. Melaksanakan tindakan rendam kaki air hangat rebusan kencur pada ibu hamil trimester III yang mengalami edema fisiologis.
- c. Mengetahui respon setelah dilakukan tindakan rendam kaki air hangat rebusan kencur untuk menurunkan edema fisiologis pada ibu hamil

trimester III.

- d. Melakukan analisis kesenjangan pada ibu hamil trimester III dengan edema fisiologis dan telah diberikan tindakan rendam kaki air hangat rebusan kencur.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan ilmu pengetahuan secara ilmiah, menambah wawasan pengetahuan, dan dapat digunakan untuk sebagai bahan pengembangan ilmu pengetahuan keperawatan mengenai implementasi rendaman kaki air rebusan kencur untuk menurunkan edema kaki fisiologis pada ibu hamil trimester III.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Klien dan Keluarga

Dapat menambah pengetahuan klien dan keluarga mengenai penatalaksanaan nonfarmakologis untuk mengurangi edema kaki fisiologis pada ibu hamil trimester III, serta menjadi alternatif sederhana yang dapat dilakukan di rumah untuk mengurangi ketidaknyamanan akibat edema.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Dapat digunakan sebagai sumber informasi bagi institusi dalam peningkatan mutu pendidikan mengenai implementasi rendam kaki air rebusan kencur untuk menurunkan edema pada ibu hamil trimester III.

c. Bagi Puskesmas

Diharapkan menjadi bahan pertimbangan intervensi keperawatan nonfarmakologis untuk menurunkan edema kaki pada ibu hamil trimester III di pelayanan kesehatan.

d. Bagi Penulis

Diharapkan dapat menambah wawasan, pengetahuan, dan keterampilan penulis dalam menerapkan asuhan keperawatan maternitas, khususnya terkait implementasi terapi rendaman kaki dengan air hangat rebusan kencur pada ibu hamil trimester III.

E. Keaslian

1. Efektivitas Rendaman Air Rebusan Kencur Terhadap Penurunan Oedema Kaki Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo (Wilda *et al.*, 2026). Penelitian menggunakan jenis kuantitatif metode *Quasi Eksperimen* dengan desain *one grup pretest dan posttest*, yang melibatkan responden sebanyak 28 ibu hamil trimester III yang mengalami edema fisiologis. Teknik pengambilan sampel menggunakan *non probability sampling* dengan jenis pengambilan sampel berupa teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini termasuk lembar observasi, dan standar operasional prosedur (SOP). Intervensi diberikan satu kali pada tiap responden dengan waktu selama 5 hari.
2. Penerapan Rendam Air Kencur Hangat pada Kaki untuk Mengurangi Edema Fisiologis pada Asuhan Keperawatan Ibu Hamil di Puskesmas Kayamanya (Nafra & Manggasa, 2023). Penelitian ini menggunakan jenis kualitatif

metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus pada ibu hamil trimester III yang mengalami edema fisiologis. Responden dalam penelitian ini berjumlah satu orang ibu hamil trimester III yang mengalami edema kaki fisiologis, dilakukan selama 5 hari. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini meliputi format pengkajian wawancara, observasi dan pemeriksaan fisik.

3. Implementasi Rendam Kaki Air Hangat Rebusan Kencur untuk Menurunkan Edema Fisiologis pada Ibu Hamil Trimester III di wilayah kerja Puskesmas Dukupuntang Kabupaten Cirebon. Penelitian ini menggunakan jenis kualitatif dengan metode studi kasus. Responden dalam penelitian ini terdiri dari dua orang ibu hamil trimester III yang mengalami edema kaki fisiologis. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari lembar format pengkajian, lembar format observasi, dan Standar Operasional Prosedur (SOP) rendam kaki air hangat rebusan kencur dengan intervensi yang dilakukan 10–15 menit per hari selama 5 hari berturut–turut. Selanjutnya, penelitian ini berfokus terhadap respon dan kesenjangan dari kedua responden yang telah dilakukan tindakan rendam kaki air hangat rebusan kencur.