BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Selama proses kehamilan, terjadi fluktuasi perubahan fisiologis yang dapat menyebabkan munculnya ketidaknyamanan bagi ibu hamil. Ketidaknyamanan tersebut sering kali dapat mengganggu atau diabaikan selama masa kehamilan. Beberapa contoh ketidaknyamanan yang umum dialami selama kehamilan meliputi mual, muntah, nyeri pada bagian atas dan bawah punggung, peningkatan frekuensi buang air kecil, serta sensasi kesemutan dan pembengkakan pada kaki.(Aisyah & Lestari, 2021)

Ibu hamil mulai memasuki Trimester III dan keluhan yang sering dirasakan, salah satunya adalah edema pada tungkai kaki/ekstremitas bawah. Hal ini disebabkan tekanan uterus yang semakin meningkat dan mempengaruhi sirkulasi cairan, dengan bertambahnya tekanan uterus dan tarikan gravitasi menyebabkan retensi cairan semakin besar.(Ali et al., 2020)

Edema terjadi sekitar 80% pada kehamilan. Edema yang umum terjadi pada kehamilan adalah edema tungkai. Edema dapat menjadi gejala awal yang mengarah pada kondisi patologis bahkan sebagai indikator penyakit kronis yang srius pada kehamilan. Beberapa penyakit yang menyebabkan munculnya edema antar lain adalah jantung kronis, gagal ginjal, penyakit sendi, kehamilan, asupan garam yang berlebihan, dan kelelahan fisik. Edema pada kehamilan dipicu oleh perubahan hormon esterogen, sehingga dapat meningkatkan retensi cairan. Peningkatan retensi cairan ini berhubungan dengan perubahan fisik yang terjadi pada kehamilan trimester akhir, yaitu semakin membesarnya uterus sering dengan pertambahan berta badan janin dan usia kehamilan. Selain itu peningkatan berta badan akan menambah beban kaki untuk menopang tubuh ibu. Hal ini akan memicu terjadinya gangguan sirkulasi pada pembuluh darah baik di kaki yang berdampak pada munculnya edema (Mutia & Liva Maita, 2022)

Edema biasanya menjadi lebih terasa setelah berdiri dalam waktu yang lama, karena pembuluh darah kaki mengalami tekanan yang lebih besar dibandingkan saat berbaring. Dampak dari edema dapat mencakup nyeri, pembengkakan pada tungkai, bahkan dapat disertai dengan demam dan sensasi panas. Pada ibu hamil, pembengkakan umumnya muncul karena gangguan

dalam sirkulasi vena danpeningkatan tekanan vena di ekstremitas bawah. Hal ini disebabkanoleh tekananuterus yang memperbesar vena panggul saat berdiri atau duduk, serta menyebabkan peningkatan tekanan pada vena cava inferior saat berbaring. Edema kaki yang terlihat pada pergelangan kaki perlu dibedakan dengan edema yang disebabkan oleh kondisi preeklamsi.(Ali et al., 2020)

Penggunaanintervensi alternatif non-farmakologi dalam perawatantelah menjadi populer di kalangan perawat dan bidan klinik, salah satunya adalah rendaman air hangat yang mengandung jahe. Jahe mengandung lemak, protein, zat pati, oleoresin (gingerol), dan minyak atsiri. Rasa hangat dan aroma pedas pada jahe disebabkan oleh kandungan minyak atsiri (volatile) dan senyawa oleoresin (gingerol). Kedua senyawa ini dapat memperlebar pembuluh darah, mempromosikan aliran darah yang lancar, dan mengurangi derajat edema. Sebagai contoh, edema yang semula berada pada derajat 2 dapat mengalami perubahan.(Mardiyah et al., 2022)

Terapi ini merupakan salah satu intervensi yang dapat digunakan dengan menggunakan metode perendaman kaki untuk mengurangi edema kaki fisiologis. Rendam kaki akan dilakukan pada ibu hamil selama 10 menit sehari merupakan cara yang efektif dan bermanfaat dalam hal penurunan edema kaki fisiologis pada ibu hamil sehat tanpa komplikasi kebidanan yaitu ibu hami dengan kehamilan normal, usia kehamilan >30 minggu, serta edema terlihat dari mata kaki dan kaki.

Fenomena saat ini menunjukan bahwa ketidaknyamanan yang dialami ibu hamil saat mengalami edema memang sangat mengganggu dan tindakan yang diberikan hanya dianjurkan agar ibu dapat beristirahat dengan baik dan melakukangerakanfisik ringan sedangkan untuk menggunakan obat non-farmakologis seperti rendaman air hangat menggunakan jahe yang belum pernah dilakukan .

Data dari Departemen Kesehatan RI Tahun 2019 Ibu hamil yang melakukan pemeriksaan pada trimester III 78% ibu hamil mempunyai keluhan seperti merasakansakit punggung, kram atau kesemutan kaki, dan edema kaki yang sering terjadi di malam hari dan menganggukualitas tidur ibuhamil sekitar 80% pada kehamilan(Adabiyah, 2021)

Menurut badan pusat statistik Provinsi Gorontalo dalam angka terbaru tahun 2020 mencatat jumlah ibu hamil sebanyak 26.248. Dimana jumlah ibu hamil

melakukan kunjungan K1 sebanyak 23.465 dan yang melakukan kunjungan K4 sebanyak 19. 619.

Data yang diperoleh dari Wilayah Puskesmas Telaga Kab.Gorontalo kunjungan ibu hamil untuk pemeriksaan kehamilan (*Antenatal Care/ANC*) di Poli KIA Bulan Desember – Maret Tahun 2024 sebanyak 216 orang, dengan jumlah ibu hamil trimester III sebanyak 38 orang. Sedangkan ibu hamil yang mengalami edema kaki sebanyak 16 orang. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti kepada 10 ibu hamil yang memeriksa kandungannya 3 di antaranya dengan edema kaki, ketiga ibu hamil tersebut mengatakan belum pernah melakukan tindakan rendam kaki menggunakan air jahe hangat untuk menurunkan edema kakinya karena tidak mengetahui manfaatnya dan tidak punya waktu senggang untuk melakukannya.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Pengaruh Terapi Rendaman Air Jahe Hangat Terhadap Penurunan Derajat Edema Pada Kaki Ibu Hamil.

1.2 Identiikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, dapat di rumuskan identifikasi masalah peneliti sebagai berikut :

1. Semakin besar usia kehamilan ibu, semakin besar edema kaki yang dialami ibu hamil.
2. Ketidaknyamanan selama kehamilan namun ketidaknyamanan ini sering kali diabaikan atau tidak ditangani dengan baik
3. Kurangnya pengetahuan dan pemahaman beberapa ibu hamil tidak menyadari manfaat dari terapi alternatif seperti terapi rendaman air jahe hangat sehingga tidak menggunakannya.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti merumuskan masalah sebagai berikut "Apakah ada pengaruh terapi rendaman air jahe hangat terhadap penurunan derajat edema pada kaki ibu hamil"?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Untuk menegetahui pengaruh terapi rendaman air jahe hangat terhadap penurunan derajat edema pada kaki ibu hamil.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui edema kaki ibu hamil sebelum dilakukan terapi rendam kaki menggunakan air jahe hangat .
2. Mengetahui edema kaki setelah dilakukan terapi rendam kaki menggunakan air jahe hangat.
3. Teranalisis pengaruh terapi rendaman air jahe hangat terhadap penurunan derajat edema kaki pada ibu hamil di Wilayah Puskesmas Telaga Kab.Gorontalo

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoristik

1. Bagi Peneliti

   Peneliti dapat menerapkan disiplin ilmu dalam praktik keperawatan mandiri khususnya intervensi rendam air jahe hangt terhadap edema kaki ibu hamil di Wilayah Puskesmas Telaga Kab.Gorontalo.
2. Bagi peneliti sebelumnya

   Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai masukan dalam proses kegiatan belajar mengajar serta sebagai referensi khususnya pada penelitian selanjutnya.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Insitusi Pendidikan

   Sebagai bahan rekomendasi dalam melakukan penelitian – penelitian sejenisnya dan sebagai masukan dalam pengambilan keputusan tindakan asuhan keperawatan untuk menurunkan edema kaki pada ibu hamil.
2. Bagi Profesi Keperawatan

   Sebagai bahan masukan bagi perawat dan bidan, betapa pentingnya rendam air jahe hangat terhadap edema kaki pada ibu hamil.
3. Tempat Penelitian

   Menambah pengetahuan baru kepada tim medis yang berada di Wilayah Puskesmas telaga Kab.Gorontalo.
4. Instansi Kesehatan

   Sebagai bahan masukan dalam upaya meningkatkan dan mengembangkan derajat kesehatan khususnya keperawatan maternitas sekaligus sebagai

bahan untuk memberikn pendidikan kesehatan kepada ibu hamil untuk melakukan intervensi rendam air jahe hangat untuk menurunkan derajat edema kaki pada ibu.