ABSTRAK

Edema merupakan salah satu ketidaknyamanan yang sering dialami oleh ibu hamil trimester III akibat perubahan fisiologis dalam kehamilan, seperti peningkatan tekanan uterus dan volume darah. Edema yang dibiarkan tanpa penanganan dapat menimbulkan gangguan aktivitas, ketidaknyamanan, serta risiko komplikasi kehamilan. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat dilakukan adalah rendam kaki dengan air hangat, yang diyakini mampu meningkatkan sirkulasi darah dan mengurangi pembengkakan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi rendam air hangat terhadap penurunan derajat edema tungkai bawah pada ibu hamil trimester III. Metode yang digunakan adalah *Quasy Experiment* dengan rancangan *Pretest-Posttest with Control Group Design*. Jumlah sampel yang digunakan sebanyak 32 ibu hamil trimester III yang terbagi menjadi 16 kelompok intervensi dan 16 kelompok kontrol. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan adanya penurunan derajat edema yang signifikan pada kelompok intervensi sebelum dan sesudah perlakuan (p = 0,001). Sedangkan pada kelompok kontrol, tidak terdapat perubahan yang signifikan (p = 1,000). Uji *Mann-Whitney* menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi dan kontrol setelah perlakuan (p = 0,036). Kesimpulan : Terdapat pengaruh signifikan terapi rendam air hangat terhadap penurunan derajat edema tungkai bawah pada ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas Molibagu.

Kata Kunci: Edema tungkai bawah, ibu hamil trimester III, rendam air hangat.

ABSTRACT

Edema is a common discomfort experienced by pregnant women in their third trimester due to physiological changes during pregnancy, such as increased uterine pressure and blood volume. Left untreated, edema can disrupt activities, cause discomfort, and increase the risk of pregnancy complications. One non-pharmacological intervention is a warm water foot soak, which is believed to improve blood circulation and reduce swelling. This study aimed to determine the effect of warm water foot soak therapy on reducing lower limb edema in pregnant women in their third trimester. The method used was a quasi-experimental approach with a pretest-posttest with control group design. A sample size of 32 pregnant women in their third trimester was divided into 16 intervention groups and 16 control groups. The Wilcoxon test showed a significant reduction in edema in the intervention group before and after treatment (p = 0.001). However, there was no significant change in the control group (p = 1.000). The Mann-Whitney test showed a significant difference between the intervention and control groups after treatment (p = 0.036). Conclusion: Warm water immersion therapy significantly reduced lower limb edema in third-trimester pregnant women in the Molibagu Community Health Center (Puskesmas) area.

Keywords: Lower limb edema, third-trimester pregnant women, warm water immersion.