BAB I
PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Kehamilan adalah suatu proses fisiologis yang dialami oleh seorang wanita, yang menyebabkan berbagai perubahan adaptif dalam tubuhnya. Perubahan ini tidak hanya melibatkan aspek hormonal, tetapi juga mempengaruhi sistem kardiovaskular, muskuloskeletal, dan metabolik secara signifikan. Salah satu masalah umum yang dialami oleh ibu hamil, terutama pada trimester III, adalah edema atau pembengkakan pada tungkai bawah. (Febrianti, 2024)

Edema pada kehamilan merupakan kondisi fisiologis akibat meningkatnya volume darah dan tekanan dari uterus yang membesar, yang kemudian menghambat aliran balik vena dari ekstremitas bawah. Kondisi ini menyebabkan penumpukan cairan di jaringan sehingga menimbulkan pembengkakan. Edema yang terjadi dalam jangka waktu lama dapat berkembang menjadi gangguan patologis, seperti gangguan jantung, gangguan fungsi ginjal, bahkan berpotensi menyebabkan trombosis vena dalam. (Lisnawati et al., 2023)

Berdasarkan data dari *World Health Organization (WHO)* tahun 2023, angka kematian ibu (AKI) global mencapai 189 per 100.000 kelahiran hidup. Di Indonesia sendiri, bedasarkan data dari *Maternal Perinatal Death Notification (MPDN)* menunjukkan bahwa AKI pada tahun 2023 mencapai 4.129 kasus, menempatkan Indonesia sebagai negara dengan AKI tertinggi ketiga di kawasan ASEAN. Salah satu penyumbang morbiditas maternal adalah gangguan selama kehamilan yang tidak tertangani secara optimal, termasuk edema yang berlanjut menjadi komplikasi.

Di Sulawesi Utara, berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 mencatat bahwa keluhan kaki bengkak atau edema merupakan keluhan terbanyak pada ibu hamil, dengan prevalensi sebesar 8,6%. Di Kabupaten Bolaang Mongondow Selatan, Dinas Kesehatan setempat melaporkan bahwa hipertensi pada ibu hamil terjadi sebanyak 9 kasus, perdarahan 8 kasus, dan anemia 9 kasus, yang semuanya dapat terkait dengan gangguan sirkulasi selama kehamilan, termasuk edema.

Edema yang tidak ditangani dengan baik dapat menimbulkan ketidaknyamanan, nyeri, keterbatasan aktivitas, bahkan berisiko pada kondisi kesehatan janin apabila berkembang menjadi preeklampsia. Selain itu, pembengkakan yang berkepanjangan dapat mengganggu kualitas tidur dan meningkatkan kecemasan pada ibu hamil. (Widi Lestari et al., 2017)

Pemerintah melalui Kementerian Kesehatan Republik Indonesia telah mengeluarkan berbagai kebijakan dalam upaya meningkatkan kesehatan ibu hamil, seperti program pemeriksaan Antenatal terpadu (ANC) yang mengedukasi ibu tentang tanda bahaya kehamilan dan cara mengatasi keluhan ringan. Namun, penanganan edema umumnya masih

berfokus pada pemberian edukasi mengenai posisi tidur, peninggian tungkai, dan aktivitas ringan, tanpa adanya pendekatan non-farmakologis sederhana yang terstandar, seperti rendam air hangat.

Masyarakat, khususnya ibu hamil di daerah pedesaan seperti wilayah Puskesmas Molibagu, masih cenderung menganggap edema sebagai hal yang wajar dan tidak berbahaya, sehingga kurang mendapatkan perhatian khusus. Selain itu, masih terdapat kepercayaan terhadap pengobatan tradisional yang menghambat penerapan intervensi kesehatan yang lebih efektif.

Beberapa penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa perendaman kaki dalam air hangat dapat memperlancar sirkulasi darah, mengurangi ketegangan otot, dan membantu mengurangi pembengkakan. Studi dari Amelia (2021) di Puskesmas Sukamaju menunjukkan adanya penurunan signifikan pada tingkat edema setelah dilakukan rendam kaki dengan air hangat selama satu minggu. Demikian pula, penelitian oleh Sari (2022) memperkuat temuan tersebut dengan hasil serupa pada ibu hamil trimester akhir. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terapi rendam air hangat ini sangat berpengaruh terhadap penurunan edema tungkai pada ibu hamil.

Rendam air hangat merupakan metode pengobatan nonfarmakologi yang sederhana untuk dilakukan ibu hamil. Merendam kaki dalam air hangat akan meningkatkan sirkulasi dan menimbulkan respon sistemik akibat pelebaran pembuluh darah (vasodilatasi). Prinsip kerja teoritik terapi merendam kaki dalam air hangat adalah prinsip konduksi dan konveksi, dimana kedua hal tersebut menyebabkan panas berpindah dari air hangat ke dalam tubuh sehingga pembuluh darah melebar dan melancarkan peredaran darah ke seluruh tubuh. Pengobatan pembengkakan pada tungkai dilakukan dengan merendam kaki sebatas 10-15 cm diatas mata kaki pada air hangat bersuhu 39-40 ^{0}C dan dilakukan selama 10-20 menit dalam 5 hari (Febrianti, 2024).

Dalam Al-Quran, pada Surah Luqman ayat 14 dijelaskan pentingnya menghormati dan merawat ibu: *"Dan Kami perintahkan kepada manusia (agar berbuat baik) kepada kedua orang tuanya. Ibunya telah mengandungnya dalam keadaan lemah yang bertambah-tambah... Bersyukurlah kepada-Ku dan kepada kedua orang tuamu. Hanya kepada-Kulah kembalimu."* Ayat ini memperkuat pentingnya memperhatikan kesehatan ibu hamil, termasuk memberikan perawatan terhadap keluhan dan ketidaknyamanan yang dialaminya.

Survey awal dan wawancara yang dilakukan peneliti pada 29 ibu hamil Trimester III di desa Tangagah dan Dudepo pada bulan November dan Desember tahun 2024, terdapat 19 orang ibu hamil yang mengalami edema diantaranya 11 orang ibu hamil dengan edema derajat II dan 8 orang ibu hamil dengan edema derajat III. Mereka mengatakan belum mengetahui bahwa terapi rendam kaki dengan air hangat bisa mengurangi edema, sehingga peneliti menyimpulkan bahwa edema merupakan ketidaknyamanan yang kerap sekali dialami

oleh ibu hamil trimester akhir dan dikarenakan kasus edema belum dapat tertangani dengan baik, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Rendam Air Hangat Terhadap Penurunan Derajat Edema Tungkai Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Molibagu”.

1.2 Identifikasi Masalah

Menurut Sugiyono (2015) identifikasi masalah adalah pertajaman berbagai unsur atau faktor yang terkait terhadap topik atau masalah yang akan diteliti. Berdasarkan latar belakang tersebut, maka permasalahan pada penelitian dapat diidentifikasikan sebagai berikut :

1. Tingginya prevalensi edema pada ibu hamil trimester III, terutama di wilayah pedesaan seperti Puskesmas Molibagu, menunjukkan bahwa masalah ini masih menjadi keluhan umum yang belum tertangani secara optimal.
2. Kurangnya pengetahuan ibu hamil tentang cara efektif mengatasi edema, termasuk minimnya informasi tentang metode nonfarmakologis seperti terapi rendam air hangat.
3. Adanya persepsi masyarakat bahwa edema adalah kondisi normal selama kehamilan, yang menyebabkan rendahnya upaya penanganan mandiri dan keterlambatan dalam mendapatkan perawatan.
4. Tingginya resiko komplikasi kehamilan akibat edema yang tidak tertangani, seperti nyeri, gangguan aktivitas, penurunan kualitas hidup ibu hamil hingga resiko preeklamsia.

1.3 Rumusan Masalah

Menurut Silalahi (2015) rumusan masalah merupakan pertanyaan-pertanyaan penelitian yang berhubungan dengan topik yang selanjutnya akan diuji secara nyata. Adapun yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu, Apakah terapi rendam air hangat berpengaruh terhadap penurunan derajat edema tungkai bawah pada ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas Molibagu?

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam penatalaksanaan keluhan kehamilan berupa edema tungkai bawah pada ibu hamil trimester III melalui pendekatan nonfarmakologis, seperti terapi rendam air hangat. Hasil penelitian ini juga dapat menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya dalam bidang intervensi sederhana berbasis *evidence-based practice*.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi tenaga kesehatan

Memberikan alternatif intervensi nonfarmakologis yang sederhana, murah, dan efektif dalam mengurangi derajat edema pada ibu hamil, serta menjadi bagian dari upaya promotif dan preventif dalam pelayanan antenatal.

2. Bagi responden

Memberikan pengetahuan dan kesadaran tentang pentingnya mengenali serta mengatasi edema selama kehamilan dengan metode yang aman, yaitu rendam air hangat, sehingga dapat meningkatkan kenyamanan dan kualitas hidup selama masa kehamilan.

3. Bagi institusi pelayanan Kesehatan

Menjadi masukan untuk mengembangkan program edukasi dan intervensi mandiri bagi ibu hamil dalam mengatasi keluhan umum seperti edema, sebagai bagian dari layanan antenatal terpadu.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Dapat menjadi acuan dan bahan pertimbangan dalam melakukan penelitian lanjutan terkait efektivitas intervensi nonfarmakologis dalam kehamilan, khususnya untuk masalah sirkulasi dan pembengkakan ekstremitas, menambah dan meningkatkan pengetahuan, khasanah ilmu dan pengalaman peneliti sehingga dapat diaplikasikan dalam bidang pendidikan kesehatan khususnya yang berkaitan dengan Edema pada ibu hamil.

1.4.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji hubungan sebab akibat antara variabel bebas dan variabel terikat.

1.5.1 Tujuan Umum

Diketahuinya pengaruh rendam air hangat terhadap penurunan derajat edema pada tungkai bawah ibu hamil trimester III.

1.5.2 Tujuan Khusus

1. Diketahuinya derajat edema tungkai bawah ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan terapi rendam air hangat pada kelompok intervensi.
2. Diketahuinya derajat edema tungkai bawah ibu hamil sebelum dan sesudah observasi pada kelompok kontrol.
3. Analisis pengaruh terapi rendam air hangat terhadap edema tungkai bawah ibu hamil pada kelompok intervensi dan kontrol.