

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Kehamilan adalah proses alami bertujuan melanjutkan keturunan, di mana janin berkembang di dalam rahim selama kurang lebih 280 hari atau 40 minggu, dimulai sejak hari pertama menstruasi terakhir. Terbagi dalam tiga fase, trimester pertama (1-12 minggu) menyaksikan pembentukan organ vital dan adaptasi ibu dengan perubahan hormonal, trimester kedua (13-26 minggu) umumnya lebih nyaman dengan pertumbuhan janin yang lebih terlihat dan mulai dapat merasakan gerakan janin, sementara trimester ketiga (27 minggu hingga kelahiran) ditandai dengan pertumbuhan pesat janin dan persiapan bagi ibu untuk proses kelahiran, sering diiringi rasa tidak nyaman karena peningkatan ukuran perut dan perubahan fisik lainnya termasuk perubahan kaki yaitu edema (Hartmann & Huch, 2020).

Edema merupakan penimbunan sejumlah cairan pada sistem jaringan tubuh, yang dapat terjadi pada kompartemen cairan ekstraselular dan juga dapat melibatkan cairan intraseluler. Pada masa kehamilan, seorang ibu hamil dapat mengalami edema pada bagian-bagian tubuhnya, termasuk ekstremitas bawah hingga seluruh tubuh .(Widiastini, 2022)

Edema kaki merupakan salah satu ketidaknyamanan yang umum dihadapi oleh ibu hamil, khususnya di trimester III, edema kaki terjadi pada 40% kehamilan normal. Ibu hamil trimester III mengalami edema kaki, yang seringkali disertai dengan rasa nyeri, kram, dan berat pada bagian yang bengkak. Kondisi ini tidak hanya menyebabkan ketidaknyamanan tetapi juga

dapat mengganggu aktivitas sehari-hari ibu hamil.(Nurhalimah, 2023).

Edema tungkai dan kaki adalah salah satu keluhan yang sering dialami oleh wanita hamil, terutama pada trimester ketiga. Fenomena ini diperkirakan terjadi dari semua kehamilan dan dianggap sebagai bagian normal dari proses kehamilan. Edema pada ibu hamil merupakan kondisi pembengkakan yang umumnya terjadi di jari atau kaki, terutama di trimester kedua dan ketiga kehamilan. Salah satu penyebab utama edema pada ibu hamil adalah penekanan uterus yang menghambat aliran balik pembuluh darah vena serta daya tarik gravitasi yang mempengaruhi pengumpulan cairan di bagian bawah tubuh. Selain itu, perubahan hormon juga dapat menyebabkan tubuh menahan lebih banyak cairan, yang berkontribusi pada pembengkakan atau edema.(Hartmann & Huch, 2020)

Salah satu pendekatan non-farmakologi untuk mengatasi edema adalah melalui terapi rendaman air hangat yang bisa ditingkatkan efektivitasnya dengan aditif alami, seperti kencur dan garam epsom. Peningkatan efektivitas terapi rendam air hangat dapat dicapai dengan menambahkan kencur dan garam epsom ke dalam air hangat. Kencur dikenal dengan sifat anti-inflamasi yang dapat membantu mengurangi pembengkakan dan nyeri. Sedangkan garam epsom, yang merupakan sumber magnesium sulfat, dapat membantu mengurangi pembengkakan dan meningkatkan relaksasi melalui penyerapan magnesium transdermal.(Sawitry et al., 2020)

Pada penelitian yang dilakukan oleh (Setianingsih & Fauzi, 2022) menjelaskan rendam kaki menggunakan air hangat sendiri ataupun kombinasi air hangat dengan kencur dan garam epsom terbukti efektif dalam

mengurangi edema kaki pada ibu hamil trimester II dan III. Penelitian menunjukkan bahwa pijat kaki bersama dengan merendam kaki dalam air hangat yang dicampur dengan kencur memiliki efek positif dalam mengurangi edema. Penelitian mendapati bahwa terdapat penurunan tingkat edema kaki pada ibu hamil yang signifikan setelah perawatan dengan rendaman air hangat dan garam epsom, dengan mencatat selisih pengukuran edema kaki. Ini merefleksikan bahwa kombinasi air hangat dengan garam epsom dapat berperan sebagai solusi efektif dalam mengatasi masalah edema pada kaki ibu hamil pada trimester II dan III.

Setiap individu memiliki respons yang berbeda terhadap terapi non-farmakologi berdasarkan faktor genetik, kondisi kesehatan, tingkat edema, dan faktor lainnya. Hal ini mungkin menyebabkan variasi hasil yang signifikan dan mempengaruhi interpretasi efektivitas terapi, sehingga dapat menimbulkan bias dalam penelitian, dalam aspek lainya kendala yang dihadapi, optimalisasi durasi dan frekuensi sesi terapi untuk hasil yang maksimal mungkin bervariasi antar individu. Menentukan protokol yang standar untuk semua subjek penelitian mungkin tidak menghasilkan data yang akurat tentang efektivitas terapi karena kebutuhan individu yang berbeda.

Penyediaan metode pengobatan yang efektif, murah, dan mudah diakses sangat penting untuk mengelola edema pada populasi dengan berbagai latar belakang sosioekonomi. Jika ditemukan bahwa rendaman dengan campuran tertentu lebih efektif, maka ini dapat menjadi alternatif terapi yang hemat biaya. Metode ini memungkinkan ibu hamil memiliki kontrol lebih atas manajemen kondisi mereka, memberi mereka cara untuk

secara proaktif mengatasi gejala dengan sedikit atau tanpa bantuan medis profesional.

Hasil penelitian dapat menjadi sumber informasi bagi para ibu hamil mengenai cara-cara alami dan aman untuk mengatasi edema, membantu mereka membuat keputusan yang lebih baik untuk kesehatan . Dengan mengurangi edema melalui metode yang efektif dan aman, kualitas hidup ibu hamil dapat meningkat, termasuk penurunan ketidaknyamanan, peningkatan mobilitas, dan penurunan risiko kondisi yang disebabkan oleh edema yang berkepanjangan. Berdasarkan uraian dari latar belakang di atas peneliti tertarik melakukan penelitian tentang perbedaan efektivitas rendam air hangat dengan rendam air hangat campuran kencur garam epsom terhadap penurunan edema kaki ibu hamil trimester II dan III di Puskesmas Lawang.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian dan latar belakang tersebut, dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut :

Apakah terdapat perbedaan efektivitas rendam air hangat dengan rendam air hangat campuran kencur garam epsom terhadap penurunan edema kaki ibu hamil trimester II dan III ?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah yang telah diuraikan maka tujuan penelitian sebagai berikut :

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui perbedaan efektivitas rendam air hangat dengan rendam air hangat campuran kencur garam epsom terhadap penurunan edema kaki ibu hamil trimester II dan III.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi edema kaki ibu hamil trimester II dan III sebelum diberikan rendam air hangat dan rendam air hangat campuran kencur garam epsom.
2. Mengidentifikasi edema kaki pada ibu hamil trimester II dan III setelah rendam air hangat.
3. Mengidentifikasi edema kaki pada ibu hamil trimester II dan III setelah diberi rendam air hangat campuran kencur garam epsom.
4. Menganalisis perbedaan efektivitas rendam air hangat kencur garam epsom dengan rendam air hangat terhadap penurunan edema kaki pada ibu hamil trimester II dan III di Puskesmas Lawang.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan menjadi informasi kesehatan untuk pengobatan alternatif penurunan edema kaki pada ibu hamil.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

#### 1. Bagi Institusi Tempat Penelitian

Diharapkan dari hasil penelitian dapat menjadi bahan pertimbangan untuk pengobatan non farmakologi yang tepat dan praktis dalam menurunkan edema kaki ibu hamil.

#### 2. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi pengembangan keilmuan serta menambah wawasan bagi mahasiswa.

#### 3. Bagi Responden

Diharapkan hasil penelitian ini dapat diterapkan di Masyarakat khususnya bagi ibu hamil dengan edema kaki dapat memanfaatkan rendam air hangat campuran garam kencur dan rendam air hangat tanpa campuran untuk menurunkan edema kaki ibu hamil.

#### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai data dasar untuk peneliti selanjutnya sebagai terapi non farmakologi edema kaki ibu hamil.