

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan merupakan suatu keadaan fisiologis, dimulai dari proses pembuahan sampai terjadinya persalinan atau terjadi selama 40 minggu antara waktu menstruasi terakhir dan kelahiran (38 minggu dari pembuahan).¹ Wanita hamil mengalami berbagai perubahan fisiologis dalam tubuhnya salah satunya adalah pembengkakan pada kaki, di Indonesia edema kaki dialami oleh ibu hamil trimester III 40% edema dijumpai pada kehamilan normal, 60% edema dijumpai pada kehamilan hipertensi, 80% yang biasanya terjadi pada tungkai atau kaki bengkak. Edema fisiologis pada kehamilan adalah pembengkakan akibat penumpukan cairan berlebih di jaringan, biasanya terjadi pada kaki dan jarang terjadi pada wajah dan tangan.²

Sekitar 75% ibu hamil pasti mengalami kaki bengkak akibat perubahan tubuh yang normal (edema fisiologis) tidak disertai nyeri atau gejala lain dan terjadi mulai kehamilan trimester III. Pada saat hamil, secara normal terjadi penumpukan mineral natrium yang bersifat menarik air, sehingga terjadi penumpukan cairan di jaringan.² Hal ini ditambah dengan penekanan pembuluh darah besar di perut sebelah kanan (vena kava) oleh rahim yang membesar, sehingga darah yang kembali ke jantung berkurang dan menumpuk di tungkai

bawah. Penekanan ini terjadi saat ibu berbaring terduduk atau miring ke kanan. Oleh karena itu, ibu hamil trimester ketiga disarankan berbaring ke arah kiri.³

Dampak yang ditimbulkan dari edema kaki pada ibu hamil bisa menunjukkan adanya tanda-tanda bahaya dalam kehamilan seperti preeklamsi. Edema juga cukup berbahaya bagi ibu hamil karena menyebabkan gangguan jantung, ginjal, dan lain sebagainya sehingga menyebabkan organ tubuh tersebut tidak berfungsi dengan semestinya.

Untuk penatalaksanaan edema dapat dengan cara menghindari pemakaian baju yang ketat, berbaring dan meninggikan kaki secara berkala sepanjang hari untuk membantu aliran balik vena (venous return), pemakaian stoking elastik dapat membantu aliran balik vena. Kenakan sebelum bangun dari tempat tidur pada pagi hari, sewaktu istirahat, berbaring miring kiri untuk menjaga agar uterus tidak menekan vena kava dan membantu aliran balik vena, rendam air hangat juga menjadi pengobatan alternatif edema kaki pada ibu hamil.⁴

Terapi rendam kaki dapat digunakan sebagai alternatif non-farmakologis dengan menggunakan metode yang lebih murah dan mudah. Rendam air hangat sangat mudah dilakukan oleh semua orang, tidak membutuhkan biaya yang mahal, dan tidak memiliki efek samping yang berbahaya. Selain itu, terapi rendam air hangat juga dapat digunakan untuk menghindari komplikasi dari terapi farmakologis (diuretikum) yang jika digunakan secara tidak hati-hati dapat menyebabkan kehilangan volume cairan hingga memperburuk perfusi utero-plasenta, meningkatkan hemokonsentrasi, menimbulkan dehidrasi janin, dan menurunkan berat janin.

B. Rumusan Masalah

1. Apakah rendam air hangat dapat mengurangi edema pada kaki ibu hamil trimester III?

C. Tujuan penulisan

1. Tujuan Umum

Mendeskripsikan penerapan rendam air hangat untuk mengurangi edema kaki pada ibu hamil trimester III berdasarkan telaah jurnal penelitian.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui efektivitas penerapan rendam air hangat untuk mengurangi edema kaki pada ibu hamil trimester III.

- b. Mengetahui penyembuhan edema sebelum dan sesudah diterapkan rendam air hangat pada ibu hamil trimester III.

D. Manfaat

Hasil *literature review* ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi ruang lingkup kebidanan diantaranya :

1. Bagi Mahasiswa

Literature review ini diharapkan dapat memberikan acuan dalam intervensi kebidanan berbasis *evidence based* dan menambah ilmu pengetahuan dalam kebidanan mengenai penerapan rendam air hangat untuk mengurangi edema kaki pada ibu hamil trimester III.

2. Bagi Instansi Pendidikan Mahasiswa

Literature review ini diharapkan dapat dijadikan sumber informasi tambahan bagi ilmu kebidanan dalam mengatasi edema kaki pada ibu hamil dengan memberi pendidikan kesehatan mengenai pijat kaki dan rendam air hangat.

E. Ruang Lingkup

Ruang lingkup diambil dari seluruh jurnal yang berkaitan dengan penerapan rendam air hangat untuk mengurangi edema pada ibu hamil trimester III.