

PENGARUH PIJAT KAKI DAN RENDAM AIR HANGAT CAMPUR GARAM TERHADAP PENURUNAN EDEMA KAKI PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI PUSKESMAS BANGETAYU GENUK KOTA SEMARANG

Ayu Septiyana
STIKES Telogorejo Semarang

Nella Vallen Ika Puspita., S.ST., MPH
STIKES Telogorejo Semarang

Mudy Oktiningrum., S.SiT., M.Keb
STIKES Telogorejo Semarang

Korespondensi penulis: ayuseptiyana1891@gmail.com

Abstract. *This study aims to determine the effect of foot massage and soaking in warm water mixed with salt on reducing leg edema in third-trimester pregnant women. This type of research is Experimental design with the group Pre-Test and Post-test design approach model. The population in this study were all third-trimester pregnant women who experienced physiological leg edema at the Bangetayu Health Center, Genuk sub-district, Semarang City, totaling 32 people from June to July 2022. The sampling technique used a total sampling of 32 people. The data collection tools in this study were Standard Operating Procedures (SOP) for Foot Massage and Warm Water Soak mixed with salt, Observation Sheets, Questionnaires, and Metlin in Millimeter units. The results of the study obtained a Z value of 5.045 which means that every one time intervention of foot massage and soaking in warm water mixed with salt, which is given one time a day for five days, third-trimester pregnant women have the potential to be 5.045 times to be able to reduce the degree of edema. The Wilcoxon test results obtained a significance of ≤ 0.05 , and it was found that there was an effect of foot massage and soaking in warm water mixed with salt on the reduction of leg edema in third-trimester pregnant women at the Bangetayu Health Center, Genuk District, Semarang City.*

Keywords: *Foot edema, Foot massage, Soak using warm water mixed with salt*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat kaki dan rendam air hangat campur garam terhadap penurunan derajat edema kaki pada ibu hamil trimester III. Jenis penelitian ini adalah Experimental design dengan model pendekatan One group Pre-Test and Post-test design. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester III yang mengalami edema kaki fisiologis di Puskesmas Bangetayu kecamatan Genuk Kota Semarang yang berjumlah 32 orang dari bulan Juni – Juli 2022. Teknik Pengambilan sample dengan total sampling yaitu 32 orang. Alat pengumpulan data dalam penelitian adalah Standar Operasional Prosedur (SOP) Pijat Kaki dan Rendam Air Hangat campur garam, Lembar Observasi, Kuesioner dan Metlin dalam

Received Des 07, 2022; Revised Jan 7, 2022; Februari 3, 2023

* Ayu Septiyana, ayuseptiyana1891@gmail.com

satuan Millimeter. Hasil penelitian diperoleh nilai Z diperoleh sebesar 5,045 yang berarti bahwa setiap 1 kali intervensi pijat kaki dan rendam air hangat campur garam yang diberikan 1 kali sehari selama 5 hari, ibu hamil trimester III berpotensi 5,045 kali untuk dapat menurunkan derajat edema. Hasil uji Wilcoxon didapatkan signifikansi $\leq 0,05$ dan diketahui terdapat pengaruh pijat kaki dan rendam air hangat campur garam terhadap penurunan edema kaki ibu hamil trimester III di Puskesmas Bangetayu Kecamatan Genuk Kota Semarang.

Kata kunci: Edema kaki, Pijat kaki, Rendam air hangat campur garam

LATAR BELAKANG

Berdasarkan data dari WHO (World Health Organization), bahwa setiap hari di dunia bahwa ada 830 kematian ibu. Berdasarkan data hasil Rakernas (Rapat Kerja Nasional Kesehatan) tahun 2019, di Indonesia setiap hari ada 38 ibu yang meninggal disebabkan oleh penyakit atau komplikasi yang berhubungan dengan kehamilan, persalinan dan masa nifas. Seharusnya sebagian besar kematian bisa diselamatkan. Kematian Ibu disebabkan oleh komplikasi kebidanan yang pengelolaannya belum tertangani dengan baik dan tepat waktu. Sekitar 15% dari kehamilan atau kelahiran mengalami komplikasi dan 85% normal (Sawitry et al., 2020). Setiap ibu hamil tentu sangat menginginkan kehamilan yang sehat tanpa adanya komplikasi pada kehamilan, karenasetiap ibu hamil beresiko mengalami kematian.

Pada saat kehamilan, seorang wanita mengalami perubahan fisiologis dan psikologis. Perubahan fisiologis diantaranya perubahan organ reproduksi, system kardiovaskulaer, pernafasan, ginjal, integument, mukuloskeletal, neurologi, pencernaan, dan endokrin. Perubahan merupakan respon emosional yang terjadi akibat perubahan organ tubuh dan peningkatan tanggung jawab menghadapi kehamilan dan masa peraanan anak selanjutnya (Prawirohardjo, 2011). Edema kaki dapat diatasi dengan melakukan terapi non farmakologi salah satunya dengan intervensi yang dapat dilakukan oleh ibu hamil yang mengalami edema adalah memijat kaki. Pemijatan kaki yang dilakukan pada daerah punggung kaki dengan hati-hati dan perlahan-lahan meredakan ketegangan serta memperlancar aliran darah, dengan mempelebar pembuluh darah sehingga lebih banyak oksigen dialirkan ke jaringan yang mengalami pembengkakan sehingga dengan demikian dapat membantu mengatasi kaki bengkak saat hamil dengan aman. Pijat kaki merupakan salah satu intervensi relaksasi efektif yang dapat digunakan pada edema

yang terlihat dari mata kaki dan kaki pada usia kehamilan lebih dari 30 minggu (Aulia et al., 2020).

Penelitian sebelumnya oleh Selli Junita Tahun 2018 dengan judul Hubungan foot massage dengan derajat edema pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo kota Pekan baru, dalam penelitian ini disebutkan hasil bahwa melakukan massage pada otot-otot besar pada kaki dapat memperlancar sirkulasi darah dan saluran getah bening serta membantu mencegah varises. Pada saat melakukan massage pada otot-otot kaki maka tekanan pijatan akan mengendurkan ketegangan sehingga membantu memperlancar aliran darah ke jantung. Massage pada kaki diakhiri dengan massage pada telapak kaki yang akan merangsang dan menegarkan kembali bagian kaki sehingga memulihkan system keseimbangan dan membantu relaksasi.

Sedangkan penelitian Aulia dkk (2020) dengan judul pengaruh pijat kaki dan rendam air hangat terhadap edema kaki pada ibu hamil trimester III, diperoleh hasil bahwa pijatan pada titik yang tepat efektif untuk memperlancar peredaran darah dan hidroterapi menghasilkan efek terapi fisiologis yang memperlancarkan aliran darah sehingga membantu menurunkan edema kaki pada ibu hamil trimester III. Sedangkan berdasarkan penelitian sebelumnya oleh Sawitry dkk. (2020) dengan judul manfaat rendaman air hangat dan garam dalam menurunkan derajat edema kaki ibu hamil trimester III di peroleh hasil bahwa merendam air hangat dengan campuran garam akan terjadi perpindahan panas dari air hangat ke tubuh sehingga menyebabkan pembuluh darah menjadi lebar dan ketegangan otot menurun maka peredaran darah lancar. Dengan adanya pelebaran pembuluh darah maka aliran darah akan lancar sehingga mudah mendorong darah masuk ke jantung. Keadaan ini menyebabkan aliran darah semakin lancar, maka hasil akhirnya sirkulasi darah kembali ke jantung sehingga lebih mudah untuk tubuh menarik kembali cairan yang berada dalam ekstra seluler dan akan mengurangi edema kaki. Sehingga bisa disimpulkan baha ada pengaruh rendaman air hangat dan garam terhadap edema pada ibu hamil trimester III di RB Citra Insasi Semarang.

Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di Puskesmas Bangetayu Kecamatan Genuk Kota Semarang Peneliti melakukan wawancara terhadap 5 orang ibu hamil yang mengalami edema kaki pada trimester III dengan latar belakang yang

berbeda, ada yang bekerja dan ada yang tidak bekerja. Dari semua ibu hamil yang diwawancarai merasakan tidak nyaman dengan keluhan edema kaki yang disertai kaki terasa berat dan tebal, mudah lelah dan sering merasa kram akibat edema kaki tersebut. Penatalaksanaan edema kaki fisiologis yang diperoleh ibu hamil saat melakukan pemeriksaan kehamilan di Puskesmas Bangetayu adalah melalui pemberian konseling berupa pengurangan aktivitas yang mengharuskan berdiri atau berjalan terlalu lama, menghindari penggunaan pakaian ketat yang dapat beresiko terhadap terganggunya aliran balik vena, mengatur posisi kaki dan posisi ketika tidur agar berbaring miring kiri, dan tidak meletakkan sesuatu diatas paha yang menyebabkan terhambatnya sirkulasi darah. Berdasarkan fenomena yang ada Peneliti tertarik untuk melakukan pengelolaan ketidaknyamanan dengan intervensi pijat kaki dan rendam air hangat campur garam pada ibu hamil trimester III yang mengalami keluhan edema kaki fisiologis.

KAJIAN TEORITIS

1. Konsep Kehamilan Trimester III

Kehamilan didefinisikan sebagai fertilisasi atau penyatuan dari spermatozoa dan ovum dan dilanjutkan dengan nidasi atau implantasi. Masa kehamilan dimulai dari konsepsi sampai lahirnya janin. Lamanya hamil normal adalah 40 minggu atau 9 bulan 7 hari dihitung dari hari pertama haid terakhir (HPHT) dan tidak lebih dari 43 minggu (Sukarni & Wahyu, 2013). Kehamilan trimester III merupakan trimester akhir kehamilan pada periode ini pertumbuhan janin dalam rentang waktu 29-40 minggu dimana periode ini adalah waktu untuk mempersiapkan persalinan (Wiknjosastro, 2007).

2. Edema Kaki Pada Kehamilan

Edema kaki adalah suatu keadaan dimana terjadi pembekakan yang disebabkan karena adanya penumpukan cairan yang berlebih. Penumpukan cairan yang berlebihan tersebut terjadi akibat adanya peningkatan tekanan vena di tungkai bawah yang berefek pada terganggunya sirkulasi vena. Gangguan sirkulasi vena dan peningkatan tekanan vena yang terjadi pada daerah ekstremitas bawah ibu hamil karena adanya tekanan uterus yang besar pada vena panggul ketika

ibu hamil dalam posisi duduk ataupun berdiri dan pada vena kava inferior saat tidur dalam posisi tidur terlentang (Zaenatulshofi & Sulastri., 2019).

3. Terapi Hidro campur Garam

Terapi hidro merupakan terapi menggunakan air sebagai modalitas terapi untuk membantu klien dalam memelihara dan meningkatkan kesehatannya. Terapi yang diberikan memanfaatkan sifat air (daya apung air / *buoyancy*, tekanan hidrostatis dan sifat viskositas air), serta sifat hidrodinamik/aliran air dan termodinamik (suhu panas dan dingin). Daya apung air (*buoyancy*) akan mengurangi gaya gravitasi tubuh dalam air, sehingga akan mengurangi tekanan pada sendi yang akan mengurangi rasa nyeri dan memudahkan pergerakan.

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian adalah suatu strategi dalam penelitian untuk mengidentifikasi permasalahan serta mengidentifikasi bagaimana struktur penelitian yang akan dilaksanakan (Nursalam, 2018). Rancangan penelitian yang digunakan adalah *posttest only design with control groups*. Jenis penelitian yang dipilih dalam rancangan penelitian ini adalah kuantitatif yaitu *Experimental design* dengan model pendekatan *One group Pre-Test and Post-test design*. Ciri tipe penelitian ini adalah mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan satu kelompok subjek. Kelompok subjek diobservasi sebelum dilakukan intervensi kemudian dilakukan observasi lagi setelah intervensi (Nursalam, 2018).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester III yang mengalami edema kaki fisiologis di Puskesmas Bangetayu kecamatan Genuk Kota Semarang yang berjumlah 32 orang dari bulan juni – juli 2022. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh populasi atau disebut *total sampling*, yaitu ibu hamil trimester III dengan keluhan edema kaki fisiologis yang melakukan pemeriksaan kehamilan di Puskesmas Bangetayu Kota Semarang. Objek penelitian ini dilakukan di Puskesmas Bangetayu kecamatan Genuk Kota Semarang. Tahapan pengumpulan data dalam penelitian ini melalui: a. Observasi, yaitu data primer dalam penelitian ini diambil

dengan melakukan observasi penurunan derajat edema kaki ibu hamil trimester III pre dan post dilakukan pijat kaki dan rendam air hangat campur garam; dan b. Intervensi, yaitu melakukan tindakan pijat kaki dan rendam air hangat campur garam pada ibu hamil trimester III dengan edema kaki fisiologis. Instrumen penelitian menggunakan standar operasional prosedur (SOP), lembar observasi, kuesioner, dan metlin dalam satuan millimeter (mm). Pengolahan data merupakan hal yang penting dalam sebuah penelitian karena data yang diperoleh oleh peneliti masih mentah, belum memberikan informasi dan belum siap untuk disajikan, untuk memperoleh hasil dan kesimpulan yang baik, maka diperlukan pengolahan data (2012). Analisis data dalam penelitian ini menggunakan dua pendekatan, yaitu analisa univariat dan analisis bivariat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Analisis Univariat

a. Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa dari ibu hamil trimester III dengan edema kaki di Puskesmas Bangetayu Genuk Kota Semarang yang menjadi responden, pada karakteristik responden berdasarkan usia keseluruhan ibu hamil memiliki usia 20-35 tahun yaitu 32 Ibu (100,0%), pada karakteristik responden berdasarkan paritas sebagian besar ibu hamil memiliki status paritas multigravida yaitu 19 Ibu (59,4%), pada karakteristik responden berdasarkan berat badan sebagian besar ibu hamil memiliki berat badan 61-70 Kg yaitu 10 Ibu (31,3%), pada karakteristik responden berdasarkan pendidikan sebagian besar ibu hamil memiliki pendidikan SMA yaitu 15 Ibu (46,9%), pada karakteristik responden berdasarkan pekerjaan sebagian besar ibu hamil tidak bekerja yaitu sebanyak 17 Ibu (53,1%)

b. Distribusi Responden Berdasarkan Derajat Edema Kaki Fisiologis Pada Ibu Hamil Trimester III Sebelum Diberikan Pijat Kaki dan Rendam Air Hangat Campur Garam.

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa dari 32 ibu hamil sebelum sebelum diberikan pijat kaki dan rendam air hangat campur garam sebanyak 12 (37,5%) responden mengalami edema derajat 2, edema derajat 3

terjadi pada 10 responden (31,3%), edema derajat 1 terjadi pada 6 responden (18,8%) dan edema derajat 4 terjadi pada 4 responden (12,5%).

c. Distribusi Responden Berdasarkan Derajat Edema Kaki Fisiologis Pada Ibu Hamil Trimester III Sesudah Diberikan Pijat Kaki dan Rendam Air Hangat Campur Garam

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa dari 32 ibu hamil sesudah diberikan pijat kaki dan rendam air hangat campur garam sebanyak 17 (53,1%) responden mengalami edema derajat 1, edema derajat 2 terjadi pada 10 responden (31,3%), edema derajat 3 terjadi pada 5 responden (15,6%) dan tidak ada responden yang mengalami edema kaki derajat 4.

d. Rata-rata Derajat Edema Kaki Fisiologis Pada Ibu Hamil Trimester III Sebelum dan Sesudah Diberikan Pijat Kaki dan Rendam Air Hangat Campur Garam.

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa rerata derajat edema kaki fisiologis pada Ibu Hamil Trimester III sebelum dan sesudah diberikan pijat kaki dan rendam air hangat campur garam adalah 4.41 pada pretest sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden mengalami edema kaki derajat 2 dan 2,66 pada posttest yang berarti sebagian besar responden mengalami edema kaki derajat 1. Nilai maximum responden yang mengalami edema yang paling tinggi sebelum diberikan pijat kaki dan rendam air hangat campur garam adalah 8 dan terendah 2, sedangkan nilai maximum edema yang paling tinggi sesudah diberikan pijat kaki dan rendam air hangat campur garam adalah 6 dan terendah 1.

2. Hasil Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui pengaruh variabel independen (pijat kaki dan rendam air hangat campur garam) terhadap variabel dependen (Derajat edema kaki ibu hamil trimester III). Pada penelitian ini, analisis bivariat digunakan untuk menganalisa pengaruh pijat kaki dan rendam air hangat campur garam terhadap penurunan edema kaki ibu hamil trimester III di Puskesmas Bangetayu Kecamatan Genuk Kota Semarang. Data yang diuji adalah kedalaman

edema kaki, didapatkan bahwa rata – rata edema kaki sebelum pijat kaki dan rendam air hangat campur garam adalah 4.41 sedangkan rata rata sesudah pijat kaki dan rendam air hangat campur garam adalah 2,66 menunjukkan ada penurunan derajat edema. Hasil uji Wilcoxon, didapatkan p-value $0.000 < 0,05$ dengan demikian dapat dikatakan bahwa H_0 “ditolak” dan H_a “diterima”, sehingga disimpulkan bahwa ada pengaruh pijat kaki dan rendam air hangat campur garam pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Bangetau Genuk Kota Semarang. Berdasarkan nilai Z diperoleh sebesar 5,045 yang berarti bahwa setiap 1 kali intervensi pijat kaki dan rendam air hangat campur garam yang diberikan 1 kali sehari selama 5 hari, ibu hamil trimester III berpotensi 5,045 kali untuk dapat menurunkan derajat edema

B. Pembahasan

1. Karakteristik Responden

a. Usia

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa keseluruhan responden berusia antara 20 – 35 tahun yaitu sebanyak 32 ibu hamil (100.0%). Usia adalah individu yang terhitung saat dilahirkan sampai dengan berulang tahun. Semakin cukup usia, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja (Ani et al., 2021).

b. Paritas

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden multigravida 19 ibu hamil (59,4%). Paritas adalah Paritas yaitu jumlah atau banyaknya anak yang dilahirkan. Multigravida adalah Ibu yang hamil lebih dari satu kali (Wigunantiningsih & Fakhidah, 2017).

c. Berat Badan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden memiliki berat badan lebih dari 80kg sebanyak 5 ibu hamil (12,9%). Penambahan berat badan selama kehamilan bervariasi antara ibu yang satu dengan ibu yang lainnya. Kenaikan berat badan selama hamil berdasar usia kehamilan 10 minggu sebesar 600 gr, 20 minggu sebesar 4000 gram, 30 minggu sebesar 8500 gram, dan 40 minggu sebesar 12.500 gram. Pada kehamilan trimester III terjadi

penambahan berat badan 0,5 kg/minggu atau sebesar 8-15 kg (Syaiful, Y., & Fatmawati, 2019).

d. Pendidikan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden memiliki tingkat pendidikan SMA sebanyak 15 ibu hamil (46,9%). Secara umum semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, maka semakin matang dan mampu mengaplikasikan informasi yang diterima khususnya tentang pijat kaki dan rendam air hangat campur garam. Dari hasil penelitian tersebut semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin baik pula pengetahuannya dibandingkan dengan tingkat pendidikan yang rendah. Sehingga mengakibatkan kurangnya pengetahuan dalam menghadapi dan memecahkan masalah. Oleh karena itu semakin tinggi pendidikan seseorang maka tuntunan terhadap kualitas hidup akan semakin tinggi (Notoatmodjo, 2012).

e. Pekerjaan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden tidak bekerja sebanyak 17 ibu hamil (53,1%). Pekerjaan adalah adanya pengaruh dari perbedaan aktivitas ibu di setiap harinya. Mobilisasi ibu yang tinggi akan berbeda dengan mobilisasi ibu yang rendah. Mobilisasi ibu yang tinggi ditujukan pada ibu hamil yang memiliki aktivitas dan pergerakan di setiap harinya, seperti berjalan, senam, mencuci, dan melakukan pekerjaan rumah tangga lainnya. Penurunan derajat edema akan berbeda dengan ibu hamil yang hanya melakukan sedikit aktivitas dan pergerakan fisik di setiap harinya. Perbedaan aktivitas ini dapat memicu ketegangan otot dan nyeri persendian, sehingga akan berpengaruh terhadap penurunan derajat edema (Junita et al., 2018).

2. Analisis Derajat Edema Kaki Fisiologis Pada Ibu Hamil Trimester III Sebelum dan Sesudah Diberikan Pijat Kaki Dan Rendam Air Hangat Campur Garam

Berdasarkan hasil penelitian distribusi frekuensi responden menunjukkan bahwa dari 32 ibu hamil trimester sebelum diberikan pijat kaki dan rendam air hangat campur garam sebanyak 12 (37,5%) responden mengalami edema derajat

2, dan dari 32 ibu hamil trimester sesudah diberikan pijat kaki dan rendam air hangat campur garam sebanyak 17 (53,1%) responden mengalami edema derajat 1. Hasil analisis distribusi frekuensi responden antara sebelum dan sesudah diberikan pijat kaki dan rendam air hangat campur garam menunjukkan penurunan derajat edema kaki pada ibu hamil trimester III. Penurunan kedalaman derajat edema kaki ibu hamil trimester III dapat dilihat juga dari rerata kedalaman edema kaki ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan pijat kaki dan rendam air hangat campur garam, rerata kedalaman edema kaki ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan pijat kaki dan rendam air hangat campur garam adalah 4,41 pada pretest sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden mengalami edema kaki derajat 2 dan 2,66 pada posttest yang berarti sebagian besar edema kaki derajat 1.

3. Analisis Pengaruh Pijat Kaki Dan Rendam Air Hangat Campur Garam Terhadap Penurunan Edema Kaki Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Bangetayu Kecamatan Genuk Kota Semarang

Berdasarkan penelitian ini rata-rata responden sebelum diberikan pijat kaki dan rendam air hangat campur garam yang mengalami edema kaki derajat 2 dengan kedalaman 4,41 dan sesudah diberikan pijat kaki dan rendam air hangat campur garam mengalami penurunan derajat 1 dengan kedalaman 2,66. Berdasarkan nilai Z diperoleh sebesar 5,045 yang berarti bahwa setiap 1 kali intervensi pijat kaki dan rendam air hangat campur garam yang diberikan 1 kali sehari selama 5 hari, ibu hamil trimester III berpotensi 5,045 kali untuk dapat menurunkan derajat edema. Hasil uji *Wilcoxon*, diperoleh p-value $0,000 < 0,05$ dengan demikian dapat dikatakan bahwa H_0 “ditolak” dan H_a “diterima”, yang menandakan bahwa ada pengaruh pijat kaki dan rendam air hangat campur garam terhadap penurunan derajat edema kaki pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Bangetayu Genuk Kota Semarang. Hasil penelitian ini ditemukan adanya perbedaan sebelum dan sesudah dilakukannya pemberian pijat kaki dan rendam air hangat campur garam yaitu ibu hamil trimester III sebelum dilakukan pijat kaki dan rendam air hangat campur garam mengalami edema kaki dengan keluhan kaki terasa berat dan tebal, mudah lelah dan sering merasa kram akibat edema kaki tersebut. Setelah dilakukan pijat kaki dan rendam air hangat campur garam ibu

hamil trimester III mengalami penurunan derajat edema kaki, mengurangi rasa kram, pegal dan membuat ibu merasa lebih nyaman untuk beraktifitas. Penelitian ini didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Yanti dkk. (2020) hasil analisa dalam penelitian dapat dilihat dari hasil sebelum dan sesudah intervensi. Sebelum dilakukan intervensi seluruh ibu hamil berjumlah 10 orang mengalami edema kaki yang fisiologis dan setelah dilakukan terapi pada ibu hamil didapatkan hasil mayoritas ibu hamil dengan edema mengalami penurunan pembengkakan pada kaki yaitu sebanyak 10 (100%) dengan rata-rata sebelum dilakukan pemijatan 23,3% dan sesudah dilakukan terapi 22,3% dengan hasil uji *p-value* = 0,00. Ini berarti menyatakan ada pengaruh pijat kaki dan rendam air hangat campur kencur terhadap edema kaki fisiologis ibu hamil trimester III.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan dapat diambil simpulan keseluruhan responden berusia antara 20-35 tahun sebanyak 32 responden, responden berdasarkan paritas terbanyak memiliki status paritas multigravida yaitu sebanyak 19 responden, responden berdasarkan berat badan terbanyak berat badan 61-70 kg yaitu sebanyak 10 responden, responden berdasarkan pendidikan terbanyak responden yang memiliki pendidikan terakhir SMA yaitu sebanyak 15 responden, dan responden berdasarkan pekerjaan terbanyak responden tidak bekerja sebanyak 17 responden. Rata-rata kedalaman edema kaki ibu hamil trimester III sebelum dilakukan pijat kaki dan rendam air hangat campur garam 4.41 derajat dua. Rata-rata kedalaman edema kaki ibu hamil trimester III sesudah dilakukan pijat kaki dan rendam air hangat campur garam 2.66 derajat satu. Terdapat pengaruh pijat kaki dan rendam air hangat campur garam terhadap penurunan derajat edema kaki pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Bangetayu Genuk Kota Semarang (*pvalue* < 0.05). Rata-rata sebelum diberikan pijat kaki dan rendam air hangat campur garam adalah 4.41 kemudian turun 2,66 sesudah diberikan pijat kaki dan rendam air hangat campur garam, menunjukkan penurunan derajat edema. Berdasarkan nilai Z diperoleh sebesar 5,045 yang berarti bahwa setiap 1 kali intervensi pijat kaki dan rendam air hangat campur garam yang diberikan 1 kali sehari selama 5 hari, ibu hamil trimester III berpotensi 5,045 kali untuk

dapat menurunkan derajat edema kaki ibu hamil trimester III di Puskesmas Bangetayu Kecamatan Genuk Kota Semarang.

DAFTAR REFERENSI

- Ani, M., Astuti, E. D., Nardina, E. A., Azizah, N., Hutabarat, J., Sebtalesty, C. Y., Winarsih, W., Maryani, S., Yani, D. P., & Argaheni, N. B. (2021). *Biologi Reproduksi dan Mikrobiologi*. Yayasan Kita Menulis.
- Aulia, N. N., Saadah, S., & Rismawati, S. (2020). Influence of Foot Massage and Soak Warm Water Feet Against The Edema of Trimester III Pregnant's Woman Leg In Tamansari Public Health Center Tasikmalaya Town. *Midwifery and Nursing Research*, 2(1), 5–8.
- Junita, S., Hevrialni, R., & Fadmiyanor, I. (2018). Hubungan foot massage dengan derajat edema pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Kota Pekanbaru. *Jurnal Ibu Dan Anak*, 6(1), 55–60.
- Notoatmodjo, S. (2012). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. *Jakarta: Rineka Cipta*, 193.
- Nursalam, I. I. (2018). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis. *Salemba Medika*.
- Prawirohardjo, S. (2011). Ilmu kandungan. *Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo*.
- Sawitry, S., Ulya, F. H., & Adepatiloy, E. J. (2020). Manfaat Rendaman Air Hangat dan Garam dalam Menurunkan Derajat Edema Kaki Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal SMART Kebidanan*, 7(2), 76–81.
- Sukarni, I., & Wahyu, P. (2013). Buku Ajar Keperawatan Maternitas. *Yogyakarta: Nuha Medika*, 1, 137–148.
- Syaiful, Y., & Fatmawati, L. (2019). *asuhan keperawatan kehamilan*. CV. Jakad.
- Wigunantiningih, A., & Fakhidah, L. N. (2017). Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Anemia Ibu Hamil Trimester III Pada Kunjungan ANC di STIKES Mitra Husada Karanganyar. *Jurnal Ilmiah Maternal*, 2(2).
- Wiknjosastro, H. (2007). Ilmu kebidanan. *Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo*, 180(240), 653.
- Yanti, M. D., Purba, T. J., Ariesccha, P. A. Y., Manalu, A. B., & Siagian, N. A. (2020). Pengaruh Penerapan Pijat dan Rendam Kaki Dengan Air Hangat Campuran Kencur Terhadap Edema Kaki pada Ibu Hamil. *Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk)*, 2(2), 164–171.
- Zaenatulshofi & Sulastri. (2019). *enerapan Pijat Kaki dan Rendam Air Hangat Mengurangi Oedema Kaki pada Ibu Hamil Trimester III*.