



PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG PIJAT KAKI RENDAM AIR HANGAT CAMPURAN KENCUR UNTUK EDEMA KAKI

Rizki Ramadhani Harahap¹, Maryam Latifah Harahap²

Mahasiswa Program Studi Kebidanan Program Diploma Tiga STIKes Darmais Padangsidimpuan

Dosen STIKes Darmais Padangsidimpuan

e-mail: 1rizkiharahap0212@gmail.com, 2maryamlatifahharahap@gmail.com

ABSTRACT

Leg edema is one of the discomforts of pregnancy that pregnant women often complain about, leg edema is caused by fluid retention and increased venous pressure in the legs and uterine compression which inhibits venous return. The World Health Organization (WHO) reports that around 80% of the prevalence of swelling is caused by fluid retention and increased venous pressure in the legs, the benefit of this study is that it can add insight and knowledge as well as valuable experience for researchers. This research is descriptive by using accidental sampling where a sample of 20 respondents uses a questionnaire which is examined based on age, education, occupation, parity, and information source. Based on the results of research conducted from 20 respondents, 2 people (10%) had a good knowledge frequency distribution, the majority had less knowledge, aged 20-40 years, 14 people (70%), the majority had less knowledge with IRT jobs, 10 people (50%), the majority had less knowledge with multiparous mother parity as many as 80 (40%), the majority had less knowledge with electronic media information sources 12 people (60%). Based on the results of the study it can be concluded that the majority of pregnant women's knowledge about foot massage and soaking in warm water mixed with aromatic ginger to reduce the degree of leg edema is still lacking so it is expected that pregnant women will increase their knowledge about foot edema through health workers and electronic media.

Keywords: *knowledge, pregnant women, foot massage, warm water soak with aromatic ginger mixture, foot edema.*

ABSTRAK

Edema kaki merupakan salah satu ketidaknyamanan kehamilan yang sering dikeluhkan ibu hamil, edema kaki disebabkan oleh retensi cairan dan kenaikan tekanan vena pada kaki serta penekanan uterus yang menghambat aliran balik vena. *World health organization* (WHO) melaporkan bahwa sekitar 80% prevalensi angka kejadian bengkak disebabkan karena retensi cairan yang dan kenaikan tekanan vena pada kaki, manfaat penelitian ini adalah dapat menambah wawasan dan pengetahuan sekaligus pengalaman berharga bagi peneliti. Penelitian ini bersifat deskriptif dengan menggunakan *accidental sampling* dimana sampel sebanyak 20 responden dengan menggunakan kuisioner yang diteliti berdasarkan umur, pendidikan, pekerjaan, paritas, sumber informasi. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dari 20 responden diperoleh distribusi frekuensi berpengetahuan baik sebanyak 2 orang (10%), mayoritas berpengetahuan kurang dengan umur 20-40 tahun sebanyak 14 orang (70%), mayoritas berpengetahuan kurang dengan pekerjaan IRT sebanyak 10 orang (50%), mayoritas berpengetahuan kurang dengan paritas ibu multipara sebanyak 8 orang (40%), mayoritas berpengetahuan kurang dengan sumber informasi media elektronik 12 orang (60%). Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan mayoritas pengetahuan ibu hamil tentang pijat kaki dan rendam air hangat campuran kencur untuk mengurangi derajat edema kaki masih kurang sehingga diharapkan kepada ibu hamil untuk meningkatkan pengetahuan tentang edema kaki melalui tenaga kesehatan dan media elektronik.

Kata kunci

: Pengetahuan, Ibu Hamil, Pijat Kaki, Rendam Air Hangat Campur Kencur, Edema Kaki

PENDAHULUAN

Kehamilan mengalami perubahan fisiologi dan psikologis. Perubahan fisiologis diantaranya perubahan organ reproduksi, sistem kardiovaskuler, pernafasan, ginjal, integumen, muskuloskeletal, neurologi, pencernaan, dan endokrin. Perubahan psikologis merupakan respon emosional yang terjadi akibat perubahan organ tubuh dan peningkatan tanggung jawab menghadapi kehamilan dan masa perawatan anak selanjutnya (Zaenatoshofi, 2019).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2017 prevalensi angka kejadian bengkak terjadi sekitar 80% dan menduduki posisi kedua untuk keluhan terbanyak ibu hamil. Pada ibu hamil pembengkakan yang umum terjadi pada trimester II dan trimester III sebanyak 15% ibu mengalami edema kaki atau pembengkakan kaki. Edema kaki ini disebabkan oleh retensi cairan dan kenaikan tekanan vena pada kaki serta penekanan uterus yang menghambat aliran balik vena, edema ini terjadi dikarenakan ibu terlalu banyak diam jarang melakukan aktifitas (Dinkes RI, 2017). Kasus edema kaki pada kehamilan atau disertai penyakit lainnya di Jawa Tengah pada tahun 2017 sebanyak 45 kasus (Dinkes Jateng, 2017). Kasus dipuskesmas kecemasan jumapolo tahun 2020 terdapat jumlah kunjungan ibu hamil yang melakukan pemeriksaan sebanyak satunya sebesar 15% mengalami adema kaki.

Berdasarkan data pada negara-negara maju khususnya negara Nederland, angka kejadian pada tungkai kaki terjadi pada 80% ibu hamil, penyebab terjadinya edema secara fisiologi bisa terjadi dikarenakan ibu tidak banyak melakukan aktifitas (terlalu banyak diam) dan komplikasi yang terkait dengan edema tungkai kaki sekitar 63 per 1000 ibu hamil dan gejala terkait dengan edema 650 per 1000 ibu hamil.

Angka kematian ibu di negara berkembang di ASEAN *secretarist* tahun 2017 mencatat bahwa angka kematian ibu yang disebabkan hipertensi penyaki penyerta seperti edema di Indonesia masih sangat tinggi mencapai 305 kasus menempati posisi kedua setelah negara Laos yang termasuk negara berkembang.

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 menunjukkan AKI adalah 305 per 100.000 kelahiran hidup dengan jumlah 1712 kasus. Faktor penyebabnya juga hampir sama yakni kejadian hipertensi selama kehamilan atau preeklamsia yang terjadi pada 27,1% ibu hamil, anemia pada ibu yang berdasarkan data terjadi pada 53.9% ibu hamil diseluruh Indonesia. Dan pendarahan pada masa kehamilan sebesar 28%. Banyak faktor yang dapat menyebabkan masalah dalam kehamilan diantaranya adalah ibu tidak dapat beristirahat dengan baik akibat rasa nyeri yang dirasakan di beberapa bagian tubuh seperti pinggang, pinggul, perut, sesak nafas bahkan kejadian edema (Kemenkes RI, 2018).

Data provinsi Sumatera Utara tahun 2020 dinyatakan sekitar 80% ibu hamil mengalami keluhan

bengkak pada kaki dengan jumlah 332.810 kasus, 45% bengkak pada kaki karena tanda dan gejala terjadinya hipertensi dalam kehamilan bahkan terjadi preeklamsi, edema terjadi akibat penekanan uterus yang menghambat aliran balik vena dan penimbunan cairan pada kaki, dan 35% karena faktor fisiologi pada kehamilan. Kota Padangsimpun salah satu penyumbang kedua angka wanita ibu hamil mengalami keluhan bengkak pada kaki/edema terjadi sebanyak 75%.

METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian bersifat *kuantitatif*, merupakan penelitian yang dilakukan dengan tujuan untuk membuat gambaran atau deskripsi suatu keadaan secara objektif. Metode ini digunakan untuk memecahkan atau menjawab permasalahan yang sedang dihadapi pada situasi sekarang atau yang sedang terjadi (Notoadmodjo, 2010).

Desain penelitian dalam penelitian ini adalah *Deskriptif*, penelitian Deskriptif didefinisikan suatu penelitian yang dilakukan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan suatu fenomena yang terjadi didalam masyarakat (Notoadmodjo, 2010).

Yaitu suatu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui pengetahuan Ibu Hamil tentang Pijat Kaki dan Rendam Air Hangat Campuran Kencur terhadap Edema Kaki di Klinik Bidan Olipia Rambe Am.Keb Desa Pudun Jae Kecamatan Padangsidimpun Batunadua Tahun 2023.

Populasi penelitian merupakan keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti. Sedangkan objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi atau mencakup seluruh objek yang diteliti (Notoadmodjo, 2010). Adapun populasi penelitian ini adalah semua ibu hamil di Klinik Bidan Olipia Rambe Am.Keb Desa Pudun Jae Kecamatan Padangsidimpun Batunadua Tahun 2023 pada bulan Mei sebanyak 20 Orang ibu hamil.

Data yang dikumpulkan adalah data primer dan data skunder yang diperoleh dengan menggunakan alat berupa kuesioner yang bertujuan untuk mengetahui Pengetahuan Ibu Hamil tentang Pijat Kaki dan Rendaman Air Hangat Campuran Kencur untuk mengurangi Derajat Edema Kaki di Klinik Bidan Olipia Rambe Am.Keb Desa Pudun Jae Kecamatan Padangsidimpun Batunadua tahun 2023.

Pengumpulan data yang dilakukan dengan pemberian kuesioner kepada responden dengan terlebih meminta persetujuan responden, apakah bersedia untuk dijadikan sebagai responden dengan menandatangani surat perjanjian, selanjutnya peneliti memberikan penjelasan singkat kepada responden cara pengisian kuesioner, agar pengumpulan data berjalan dengan baik dan teliti, peneliti mengawasi atau mendampingi responden. Setelah responden selesai mengisi kuesioner dikembalikan kepada peneliti.

Analisa data dilakukan secara *deskripsi* dengan melihat presentase data yang terkumpul dan di sajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi. Analisa data

kemudian di lanjutkan dengan menggunakan teori dari keputusan yang ada serta hasil penelitian lain yang berhubungan dengan judul diatas yang pernah dilakukan.

HASIL PENELITIAN

Tabel 4.1
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil tentang Pijat Kaki dan Rendam Air Hangat Campuran Kencur untuk Mengurangi Derajat Edema Kaki

No	Pengetahuan	F	%
1	Baik	2	10
2	Cukup	3	15
3	Kurang	15	75
Jumlah		20	100

Berdasarkan Tabel 4.1 diperoleh bahwa pengetahuan responden tentang pijat kaki dan rendam air hangat campuran kencur untuk mengurangi derajat edema kaki mayoritas berpengetahuan kurang sebanyak 15 orang (75%), dan minoritas berpengetahuan Baik sebanyak 2 orang (10%).

Tabel 4.2
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil tentang Pijat Kaki dan Rendam Air Hangat Campuran Kencur untuk Mengurangi Derajat Edema Kaki

No	Umur	Pengetahuan						Jumlah	
		Baik		Cukup		Kurang			
		F	%	F	%	F	%	F	%
1	Muda <0	0	0	0	0	1	5	1	5
2	Sedang 20-40	2	10	3	15	14	70	19	95
3	Tua >40	0	0	0	0	0	0	0	0
Jumlah		2	10	3	15	15	75	20	100

Berdasarkan Tabel 4.2 diperoleh bahwa dari 20 responden, mayoritas berpengetahuan kurang dengan umur tahun 20-40 sebanyak 14 orang (70%), dan minoritas berpengetahuan baik dengan umur 20-40 tahun sebanyak 2 (10%).

4.3.3 Tingkat Pengetahuan Responden Berdasarkan Pendidikan

Tabel 4.3
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil tentang Pijat Kaki dan Rendam Air Hangat Campuran Kencur untuk Mengurangi Derajat Edema Kaki

No	Pendidikan	Pengetahuan						Jumlah	
		Baik		Cukup		Kurang			
		F	%	F	%	F	%	F	%
1	SD/Sederajat	0	0	0	0	2	10	2	10
2	SMP/ Sederajat	0	0	0	0	2	10	3	10
3	SMA/ Sederajat	1	5	1	5	8	40	12	50
4	Perguruan Tinggi	1	5	2	10	3	15	3	30
Jumlah		2	10	3	15	11	55	20	100

Berdasarkan Tabel 4.3 diperoleh bahwa dari 20 responden, mayoritas berpengetahuan kurang dengan pendidikan SMA sebanyak 8 orang (40%), dan minoritas berpengetahuan cukup dengan pendidikan SMA dan Perguruan Tinggi masing-masing sebanyak 1 orang (5%).

Tabel 4.4
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil tentang Pijat Kaki dan Rendam Air Hangat Campuran Kencur untuk Mengurangi Derajat Edema Kaki

No	Pekerjaan	Pengetahuan							
		Baik		Cukup		Kurang		Jumlah	
		F	%	F	%	F	%	F	%
1	PNS	1	5	0	0	1	5	2	10
2	Karyawan swasta	0	0	1	5	1	5	2	10
3	Buruh Tani	0	0	0	0	3	15	3	15
4	IRT dan lain-lain	1	5	2	10	10	50	13	65
Jumlah		2	10	3	15	15	75	20	100

Berdasarkan Tabel 4.4 diperoleh bahwa 20 responden, mayoritas berpengetahuan kurang dengan pekerjaan IRT sebanyak 10 orang (50%), dan minoritas berpengetahuan baik dengan pekerjaan PNS dan IRT masing-masing sebanyak 1 orang (5%).

Tabel 4.5
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil tentang Pijat Kaki dan Rendam Air Hangat Campuran Kencur untuk Mengurangi Derajat Edema Kaki

No	Paritas	Pengetahuan						Jumlah	
		Baik		Cukup		Kurang			
		F	%	F	%	F	%	F	%
1	Primipara	0	0	2	10	5	25	7	35
2	Skundipara	1	5	1	5	2	10	4	20
3	Multipara	1	5	0	0	8	40	3	15
4	Grandemultipara	0	0	0	0	0	0	0	0
Jumlah		2	20	9	45	15	75	20	100

Berdasarkan Tabel 4.5 diperoleh bahwa dari 20 responden, mayoritas berpengetahuan kurang dengan paritas ibu multipara sebanyak 8 orang (40%), dan minoritas berpengetahuan cukup ibu skundipara sebanyak 1 orang (5%).

Tabel 4.6
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil tentang Pijat Kaki dan Rendam Air Hangat Campuran Kencur untuk Mengurangi Derajat Edema Kaki

No	Sumber Informasi	Pengetahuan						Jumlah	
		Baik		Cukup		Kurang			
		F	%	F	%	F	%	F	%
1	Media Cetak	0	0	0	0	0	0	0	0
2	Media Elektronik	0	0	1	5	12	60	13	65
3	Media Papan	0	0	0	0	0	0	0	0
4	Tenaga Kesehatan	2	10	2	10	3	15	7	35
Jumlah		2	10	3	15	15	75	20	100

Berdasarkan Tabel 4.6 diperoleh bahwa dari 20 responden, mayoritas berpengetahuan kurang dengan sumber informasi media elektronik sebanyak 12 orang (60%), dan minoritas berpengetahuan cukup dengan sumber informasi media elektronik sebanyak 1 orang (5%).

PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian yang diperoleh mengenai “Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Pijat Kaki dan Rendam Air Hangat Campuran Kencur untuk Mengurangi Derajat Edema Kaki Kecamatan Padangsidempuan Batunadua Tahun 2023” mayoritas responden berpengetahuan kurang hal ini disebabkan oleh faktor umur, pendidikan, pekerjaan, paritas, dan sumber informasi. Sehingga perlu ditingkatkan pengetahuannya dengan cara melakukan penyuluhan dan mendemonstrasikan tentang Pijat Kaki dan Rendam Air Hangat Campuran Kencur untuk Mengurangi Derajat Edema Kaki kepada responden agar wawasan responden semakin bertambah.

Menurut hasil yang diperoleh bahwa penelitian sejalan dengan teori, pengetahuan ibu berdasarkan umur sedang 20-40 tahun berpengetahuan cukup, sedangkan berdasarkan umur tua >40 tahun berpengetahuan kurang, karena pemikiran seseorang dalam menerima sesuatu baik itu informasi dan yang lainnya bisa dipengaruhi dari umur. Disamping itu setelah fakta yang ditemukan di lapangan bahwa ketidaktahuan ibu hamil disebabkan karena kurangnya kesadaran ibu tentang pijat kaki dan rendam air hangat campuran kencur untuk mengurangi derajat edema kaki, sehingga banyak ibu hamil yang membiarkan edema pada kaki nya dan tidak mengetahui edema adalah salah satu tanda-tanda bahaya kehamilan.

Menurut hasil yang diperoleh bahwa penelitian tidak sejalan dengan teori, karena responden yang berpendidikan menengah ke atas memiliki pengetahuan lebih baik dibandingkan responden yang berpendidikan tinggi atau perguruan tinggi. Hal ini disebabkan karena responden yang berpengetahuan baik, sangat mudah berinteraksi dengan orang sekelilingnya sehingga responden bisa bertukar pikiran dan saling berbagi informasi satu sama lain. Hal ini dapat disimpulkan bahwa tidak semua yang berpendidikan tinggi memiliki pengetahuan tentang kesehatan terutama dalam memberikan vitamin K dan imunisasi hepatitis B-0 saat bayi nya lahir.

Hal ini tidak sejalan dengan teori karena responden yang memiliki pekerjaan sebagai Ibu Rumah Tangga cenderung memiliki pengetahuan kurang karena IRT mendapat informasi yang lebih sedikit dibandingkan ibu-ibu yang memiliki pekerjaan. Hal ini disebabkan karena kurangnya kesadaran dan kepedulian responden. Disamping itu, setelah peneliti perhatikan dapat disimpulkan bahwa dalam hal ini responden mendapatkan informasi lebih banyak berdasarkan lingkungan sekitarnya, dan otomatis ibu yang pekerja aktif kebanyakan berada ditempat kerjanya sedangkan Ibu Rumah Tangga lebih mayoritas berada dirumah. Oleh karena itu pengetahuan ibu yang berada dilingkungan tersebut jelas kurang, berbeda dengan responden yang bekerja seperti wiraswasta secara otomatis mereka akan memperoleh informasi kesehatan dilihat dari tempat kerjanya sehingga lebih banyak

memperoleh informasi yang menambah pengetahuannya.

Menurut hasil yang telah dilakukan bahwa penelitian sejalan dengan teori karena diperoleh bahwa responden yang berparitas tinggi lebih baik pengetahuannya dibandingkan responden yang paritas rendah. Setelah diperhatikan hal ini disebabkan karena kurangnya rasa peduli responden dengan informasi-informasi kesehatan dan menganggap bahwa edema kaki pada ibu hamil adalah hal yang biasa, dan ibu berpikir bahwa pada saat melakukan pemeriksaan kehamilan sudah mencakup keseluruhannya tanpa bertanya kembali kepada tenaga kesehatan atau tempat ibu melakukan pemeriksaan tersebut, padahal ibu yang berparitas tinggi seharusnya lebih antusias lagi bagaimana upaya untuk mengurangi derajat edema kaki selanjutnya karena jelas pengalamannya lebih banyak dan baik dibandingkan ibu yang berparitas rendah.

Berdasarkan hasil penelitian hal ini sejalan dengan teori, responden yang memperoleh sumber informasi dari tenaga kesehatan akan berpengetahuan lebih baik karena informasi yang diperoleh dari tenaga kesehatan menggunakan bahasa yang langsung dimengerti oleh responden, lebih akurat dan tepat sasaran. Disamping itu responden juga bisa langsung menanyakan hal-hal yang sulit dipahami kepada tenaga kesehatan terkait informasi kesehatan khususnya tentang pemeriksaan edema kaki dalam kehidupan sehari-hari.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian tentang Pengetahuan Ibu Hamil tentang Pijat Kaki dan Rendam Air Hangat Campuran Kencur untuk Mengurangi Derajat Edema Kaki di Klinik Bidan Olipia rambe Am.Keb Desa Pudun Jae Kecamatan Padang Sidempuan Batunadua Tahun 2023, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Pengetahuan responden tentang Pengetahuan ibu hamil tentang Pijat Kaki dan Rendam Air Hangat Campuran Kencur untuk Mengurangi Derajat Edema kaki berdasarkan pengetahuan adalah mayoritas berpengetahuan kurang sebanyak 15 orang (75%), dan minoritas berpengetahuan baik sebanyak 2 orang (10%). Pengetahuan responden tentang pijat kaki dan rendam air hangat campuran kencur untuk mengurangi derajat edema kaki berdasarkan umur adalah mayoritas berpengetahuan kurang dengan umur 20-40 dan sebanyak 14 orang (70%), dan minoritas berpengetahuan baik dengan umur 20-40 tahun sebanyak 2 (10%).
2. Pengetahuan responden tentang Pengetahuan ibu hamil tentang Pijat Kaki dan Rendam Air Hangat Campuran Kencur untuk Mengurangi Derajat Edema kaki berdasarkan pendidikan adalah mayoritas berpengetahuan kurang dengan pendidikan SMA sebanyak 8 orang (40%), dan minoritas berpengetahuan cukup dengan pendidikan SMA masing-masing sebanyak 1 orang (5%).

3. Pengetahuan responden tentang Pengetahuan ibu hamil tentang Pijat Kaki dan Rendam Air Hangat Campuran Kencur untuk Mengurangi Derajat Edema kaki berdasarkan pekerjaan adalah mayoritas berpengetahuan kurang dengan pekerjaan IRT sebanyak 10 orang (50%), dan minoritas berpengetahuan cukup masing-masing sebanyak 1 orang (5%).
4. Pengetahuan responden tentang Pengetahuan ibu hamil tentang Pijat Kaki dan Rendam Air Hangat Campuran Kencur untuk Mengurangi Derajat Edema kaki berdasarkan paritas adalah mayoritas berpengetahuan kurang dengan multipara sebanyak 8 orang (40%), dan minoritas berpengetahuan cukup sebanyak 2 orang (10%).
5. Pengetahuan responden tentang Pengetahuan ibu hamil tentang Pijat Kaki dan Rendam Air Hangat Campuran Kencur untuk Mengurangi Derajat Edema kaki berdasarkan sumber informasi adalah mayoritas berpengetahuan kurang dengan sumber informasi media elektronik sebanyak 12 orang (60%), dan minoritas berpengetahuan cukup dengan sumber informasi sebanyak 1 orang (5%).

DAFTAR PUSTAKA

- Dinkes Jateng, (2017). *Profil kesehatan Jateng*. Jateng : Pusat Data dan Informasi
- Dinkes, RI (2017), *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Kemenkes RI
- Huda, Nurul, & Wiwi Wardani Tanjung. (2023). Pengaruh Senam Yoga Terhadap Nyeri Haid Pada Mahasiswa Tingkat Ii Program Studi Kebidanan Program Diploma Tiga Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Darmasidimpunan. *Jurnal Kebidanan Darmasidimpunan*. *Jkd*, 1(1), 21–26.
- Kemenkes RI. 2018. *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka cipta
- Zaenatushofi. (2019). *Penerapan pijat kaki dan rendam air hangat campuran kencur untuk mengurangi oedema kaki pada ibu hamil*. The 10 th university research colloquium 2019 sekolah tinggi ilmu kesehatan muhammadiyah gombong