

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kehamilan mengalami perubahan fisiologis dan psikologis. Perubahan fisiologis diantaranya perubahan organ reproduksi, sistem kardiovaskuler, pernafasan, ginjal, integumen, mukuloskeletal, 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.¹

Hingga 30% hingga 50% wanita hamil menderita kram kaki, terutama pada trimester ketiga. Hampir dua pertiga dari wanita ini mengalami kram kaki dua kali seminggu dan dapat terjadi kapan saja, terutama pada malam hari². WHO (Organisasi Kesehatan Dunia) melaporkan bahwa antara tahun 2018 hingga 2020, 15-20 persen ibu hamil akan mengalami kram kaki. Berdasarkan hasil Laporan Survei Kesehatan Dasar Indonesia (RISKESDAS) yang dilakukan pada tahun 2018-2019, ditemukan 1-53% ibu hamil mengalami kram kaki (Kemenkes, 2019)³. Sayangnya, etiologi dan mekanisme yang tepat dari kram kaki pada kehamilan masih belum jelas. Ada kemungkinan bahwa mereka berhubungan dengan gangguan metabolisme pada kehamilan, tidak aktif atau olahraga berlebihan, ketidakseimbangan elektrolit (misalnya magnesium, kalsium, dan natrium) dan defisiensi vitamin (E dan D)². Satu penjelasan patofisiologis yang mungkin adalah bahwa kram kaki disebabkan oleh neuron motorik bawah dengan pelepasan spontan saraf yang hiperaktif, frekuensi tinggi, dan tidak disengaja². Sampai saat ini, tidak ada pedoman untuk mengklarifikasi kriteria diagnostik kram kaki pada kehamilan, namun riwayat klinis, pemeriksaan fisik dan tes laboratorium berguna².

Pada kebanyakan kasus, kram kaki hanya berlangsung selama beberapa detik, namun pada kasus yang parah, kram kaki pada kehamilan akan berlangsung selama beberapa menit dengan rasa sakit yang hebat, yang dapat mempengaruhi aktivitas sehari-hari, membatasi olahraga dan performa, menyebabkan gangguan tidur dan menurunkan kualitas hidup².

Kram kaki termasuk dalam gangguan gerakan yang berhubungan dengan tidur². Bagi ibu hamil, kram kaki semalaman dapat menyebabkan gangguan tidur seperti kurang tidur dan insomnia, yang dapat mempengaruhi hasil persalinan termasuk lamanya persalinan dan cara melahirkan². Sebuah penelitian observasional prospektif yang melibatkan 131 wanita hamil, menemukan bahwa wanita hamil yang tidur kurang dari enam jam per malam dan mereka yang memiliki masalah tidur yang parah, masing-masing, 4,5 kali dan 5,2 kali lebih mungkin menjalani operasi caesar². Kram kaki pada kehamilan juga dapat berhubungan dengan depresi yang dapat meningkatkan faktor pelepasan kortikotropin plasenta dan memulai kontraksi uterus dan pematangan serviks, dan pada akhirnya dapat menyebabkan kesulitan persalinan, hipoksia janin dan peningkatan risiko asfiksia neonatal dan perdarahan postpartum².

Kram kaki adalah kontraksi otot rangka yang tidak disengaja, terlokalisasi dan biasanya menyakitkan, yang umumnya memengaruhi otot betis⁴. Kram otot timbul dari pelepasan spontan saraf motorik daripada dari dalam otot itu sendiri⁴. Kram kaki akibat kehamilan cenderung lebih sering terjadi selama paruh kedua kehamilan, dan kebanyakan pada malam hari, mengakibatkan gangguan tidur, yang berpotensi menimbulkan komplikasi lain. Misalnya, menurut Lee & Gay, kurang tidur selama kehamilan (kurang dari 6 jam per malam) dikaitkan dengan persalinan yang lebih lama dan peningkatan angka persalinan operatif⁴.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Ani (2020) bahwa *penerapan Rendam Air Jahe Hangat Untuk Mengatasi Nyeri Kram Kaki Pada Ibu Hamil Trimester III Di Desa Bakungan Karangdowo Klaten menyatakan bahwa* setelah diberi rendaman air jahe hangat terjadi penurunan skala nyeri kram kaki dari skala nyeri 7 menjadi skala nyeri⁵ .

Berdasarkan pemaparan diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul **“PENATALAKSANAAN KRAM KAKI PADA IBU HAMIL TRIMESTER III MENGGUNAKAN KOMPRES AIR JAHE HANGAT DI BPM BIDAN A BINONG KABUPATEN SUBANG TAHUN 2023”**

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana Penatalaksanaan Kram Kaki Pada Ibu Hamil Trimester III dengan rendaman air jahe hangat Di BPM Bidan A Binong Kabupaten Subang Tahun 2023 ?

1.3.1 Tujuan umum

Memberikan Penatalaksanaan Kram Kaki Pada Ibu Hamil Trimester III dengan rendaman air jahe hangat Di BPM Bidan A Binong Kabupaten Subang Tahun 2023 menggunakan pendekatan manajemen kebidanan.

1.3.2 Tujuan khusus

1. Melakukan pengkajian kebidanan Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Keluhan kram Pada Kaki Dengan Rendaman Air jahe hangat Di BPM Bidan A Binong Kabupaten Subang Tahun 2023.
2. Menyusun diagnosa kebidanan, masalah, dan kebutuhan sesuai dengan prioritas Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Keluhan kram Pada Kaki Dengan Rendaman Air jahe hangat Di BPM Bidan A Binong Kabupaten Subang Tahun 2023.
3. Merencanakan dan melaksanakan asuhan kebidanan secara kontinyu dan berkesinambungan Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Keluhan kram Pada Kaki Dengan Rendaman Air jahe hangat Di BPM Bidan A Binong Kabupaten Subang Tahun 2023 termasuk tindakan antisipatif, tindakan segera, dan tindakan komprehensif.

1.4 Manfaat

1.4.1 Bagi Penulis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan wawasan bagi penulis khususnya tentang pemberian asuhan kebidanan pada ibu hamil dengan rasa kram kaki menggunakan rendaman air jahe hangat sebagai salah satu metode untuk mengatasi ketidaknyamanan kehamilan .

1.4.2 Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan referensi bagi peneliti berikutnya dalam melakukan penelitian lebih lanjut.

1.4.3 Bagi Klien

Hasil penelitian ini diharapkan sebagai sarana pembelajaran untuk menambah wawasan pengetahuan dalam menurunkan rasa kram kaki ibu hamil bersalin dengan menggunakan Teknik relaksasi air jahe hangat.