

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Literature Review

Penelitian yang penulis lakukan berjudul “ Pengaruh Rendam Kaki Dengan Air Hangat Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III” Adapun kesamaan tema yang penulis baca sebelumnya sebagai berikut :

1. Judul : Pengaruh rendam kaki dengan air hangat terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III

Ditulis oleh : Maida Arbina Sembiring

Universitas : Adiwangsa Jambi

Hydrotherapy merupakan sebuah bentuk pelayanan medikal spa yang menggunakan air sebagai media terapinya. Hidrotherapy antara lain adalah mandi air hangat, mengompres, dan merendam kaki dengan air hangat. Secara ilmiah rendam kaki khususnya dengan air hangat mempunyai banyak manfaat bagi tubuh, khususnya dalam memperlancar peredaran darah. Banyak metode yang dapat diterapkan dengan merendam kaki dalam air hangat yang bertemperatur 37°C - 39°C karena dapat terjadi pergantian panas dingin yang akan menstabilkan kerja jantung dan aliran darah (Sabattani,2015)

Begitu juga menurut Ningtiyas (2014) yang mengatakan air untuk terapi yang ditetapkan pada suhu 31°C sampai 37°C diatas suhu akan membuat tubuh merasa nyaman dikarenakan air merupakan salah satu cara pengobatan tubuh yang memanfaatkan air sebagai agen penyembuh. Air dimanfaatkan sebagai

pemicu untuk memperbaiki tingkat kekuatan dan ketahanan terhadap penyakit. Pengaturan sirkulasi tubuh dengan menggunakan terapi air dapat menyembuhkan berbagai penyakit seperti demam, radang paru-paru, sakit kepala dan insomnia.

Berdasarkan Jurnal Literatur Maida Arbina Sembiring yang berjudul “Pengaruh rendam kaki dengan air hangat terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III”. Memaparkan terdapatnya pengaruh rendam kaki dengan air hangat terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III, yang di ketahui berdasarkan Ada perbedaan yang signifikan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III sebelum dan setelah diberikan intervensi rendam kaki dengan air hangat dikarenakan tindakan tersebut dilakukan berulang dan teratur yang menyebabkan terjadinya penurunan kecemasan dengan cepat

2. Pengaruh rendam kaki dengan air hangat terhadap tingkat kecemasan ibu hamil.

Ditulis oleh : Fitria Hikmatul Ulya

Universitas : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Karya Husada Medan

Berdasarkan Jurnal Fitria Hikmatul Ulya yang berjudul : “Pengaruh rendam kaki dengan air hangat terhadap tingkat kecemasan ibu hamil”, menjelaskan bahwa Merendam kaki setinggi 10-15 cm dengan air hangat selama 20- 30 menit. Rata-rata tingkat kecemasan sebelum sebesar 61,75 dan sesudah sebesar 54,13. Jurnal ini menggunakan kuesioner tingkat kecemasan *Zung Self Rating Anxiety Scale.*

Data jurnal ini di dapatkan di wilayah Puskesmas Jati Kabupaten Kudus

dengan menggunakan metode penelitian Pra eksperimen dengan desain penelitian one group pretest posttest, dengan hasil yang menyatakan Ada pengaruh rendam kaki dengan air hangat terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester III, p value 0,033 dengan selisih tingkat kecemasan sebesar 7,62.

Hal ini menunjukkan bahwa dengan dilakukannya metode dan praktik ini ibu hamil dapat menurunkan tingkat kecemasan dengan menggunakan rendam kaki air hangat secara teratur sesuai saran dan prosedur yang telah di tetapkan.

3. Pengaruh rendam kaki dengan air hangat terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Pegandon Kendal

Ditulis oleh :Putri Damar Santi

Universitas : Sekolah Tinggi Kesehatan Kendal

Berdasarkan Jurnal Putri Damar Santi yang berjudul “Pengaruh rendam kaki dengan air hangat terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Pegandon Kendal” menjelaskan bahwa Merendam kaki dalam air hangat dapat memperlancar sirkulasi darah di bagian kaki, aliran darah yang lancar akan membuat lebih banyak suplai oksigen kedalam jaringan tubuh dan juga dapat mempengaruhi hormon serotonin yang mengatur timbulnya perasaan nyaman, hal ini akan menimbulkan efek rileks bagi tubuh (Damarsanti 2018).

Penelitian Damarsanti (2018), menyatakan ada perbedaan tingkat kecemasan yang signifikan pada ibu hamil setelah dilakukan terapi rendam kaki dengan air hangat yang dilakukan sebanyak tiga kali dalam kurun waktudua hari secara berturut-turut , hal ini dilakukan agar manfaat rendam kaki dengan air hangat dapat diketahui dan dirasakan oleh responden.Hal ini menunjukkan bahwa

ada pengaruh terapi rendam kaki dengan air hangat terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III.

Penelitian ini menggunakan metode *Quasi eksperimental time series design* tanpa kelompok pembanding dengan menggunakan kuesisional Hars dan lembar observasi,Tingkat kecemasan sebelum diberikan tindakan adalah ringan (50%) dan sedang (50%). Setelah diberikan tindakan (66,67%) tidak mengalami kecemasan dan (33,33%) mengalami kecemasan ringan.

4. Pengaruh hidroterapi rendam kaki dengan air hangat terhadap tingkat kecemasan ibu hamil primigravida trimester III di wilayah kerja Puskesmas Pejagoan

Di tulis oleh :Siti Nur Faikoh

Universitas : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong

Berdasarkan skripsi ini peneliti diketahui menggunakan metode Quasi eksperimental dengan pendekaan pretest-posttest one group, dengan menggunakan kuesioner HARS. Penelitian menunjukkan hasil menunjukkan jumlah wanita hamil primigravida trimester III sebelum diberikan hidroterapi di rendam kaki dengan air hangat mengalami kecemasan sedang 29 orang (96,7%), 1 orang (3,3%) mengalami cemas ringan dan setelah diberikan terapi menjadi tidak cemas 12 orang (40,0%), kecemasan ringan menjadi 18 orang (60,0%). Hasil uji statistic wilxocon menunjukkan nilai $Z = -4,788$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) .

Dengan demikian dapat di simpulkan bahwa adanya pengaruh hidroterapi rendam kaki dengan air hangat pada tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Pejagoan.Perbedaan

dengan penelitian yang dilakukan penulis adalah penelitian ini hanya menggunakan ibu hamil primigravida, sedangkan penulis menggunakan seluruh ibu hamil baik primigravida maupun multi gravida.

5. Efektivitas rendam kaki dengan air hangat terhadap penurunan kecemasan pada ibu hamil penderita preeklamsi di Puskesmas Ngaliyan Semarang

Ditulis oleh : Febri Sabattani

Universitas :Sekolah Tinggi Kesehatan Telogorejo Semarang

Berdasarkan jurnal Febri Sabattani yang berjudul “Efektivitas rendam kaki dengan air hangat terhadap penurunan kecemasan pada ibu hamil penderita preeklamsi di Puskesmas Ngaliyan Semarang” menyimpulkan bahwa Terdapat efektivitas rendam kaki dengan air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada ibu hamil penderita preeklamsi.

Kesimpulan tersebut di dapat dari hasil nilai significance 0,0001 ($P<0,05$) dengan penurunan tekanan darah paling banyak mencapai 9 mmHg. Penelitian ini menunjukkan terdapat perbedaan tekanan darah pada ibu hamil penderita preeklamsi sebelum dan sesudah diberikan rendam kaki dengan air hangat dengan menggunakan metode *Quasy eksperiment* dengan rancangan *one group pretest and posttest design*.

Tabel 2.1 Literature Review

No	Sumber	Judul	Penulis	Rumusan Masalah	Hasil Penelitian
1	Universitas Adiwangsa Jambi	Pengaruh rendam kaki dengan air hangat terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III	Maida Arbina Sembiring	Apakah ada Perbedaan terhadap kecemasan ibu hamil trimester III sebelum dan setelah di beri tindakan ?	Ada perbedaan yang signifikan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III sebelum dan setelah diberikan intervensi rendam kaki dengan air hangat
2	Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Karya Husada Medan	Pengaruh rendam kaki dengan air hangat terhadap tingkat kecemasan ibu hamil.	Fitria Hikmatul Ulya	<ol style="list-style-type: none"> 1. Berapa dalam ukuran kaki untuk di rendam kedalam air hangat? 2. Berapa lama waktu yang di perlukan dalam proses merendam kaki dengan air hangat? 3. Berapa persen perbandingan kecemasan sebelum dan sesudah di 	Merendam kaki setinggi 10-15 cm dengan air hangat selama 20- 30 menit. Rata-rata tingkat kecemasan sebelum sebesar 61,75 dan sesudah sebesar 54,13

				lakukan interversi?	
3	Sekolah Tinggi Kesehatan Kendal	.Pengaruh rendam kaki dengan air hangat terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Pegandon Kendal	Putri Damar Santi	Berapa persen perbandingan tingkat kecemasan pada ibu hamil sebelum dan sesudah diberi tindakan?	Tingkat kecemasan sebelum diberikan tindakan adalah ringan (50%) dan sedang (50%). Setelah diberikan tindakan (66,67%) tidak mengalami kecemasan dan (33,33%) mengalami kecemasan ringan.
4	Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong	Pengaruh hidroterapi rendam kaki dengan air hangat terhadap tingkat kecemasan ibu hamil primigravida trimester III di wilayah kerja	Siti Nur Faikoh	Berapa persen perbandingan tingkat kecemasan pada ibu hamil sebelum dan sesudah diberi tindakan?	Hasil penelitian menunjukkan jumlah wanita hamil primigravida trimester III sebelum diberikan hidroterapi di rendam kaki dengan air hangat mengalami kecemasan sedang 29 orang (96,7%), 1 orang (3,3%) mengalami cemas ringan dan setelah diberikan terapi menjadi tidak cemas 12 orang (40,0%),

		Puskesmas Pejagoan			kecemasan ringan menjadi 18 orang (60,0%). Hasil uji statistic wilxocon menunjukkan nilai Z = -4,788 dan p = 0,000 (p <0,05)
5	Sekolah Tinggi Kesehatan Telogorejo Semarang	Efektivitas rendam kaki dengan air hangat terhadap penurunan kecemasan pada ibu hamil penderita preeklamsia di Puskesmas Ngaliyan Semarang	Febri Sabattani	Berapa nilai perubahan yang terjadi setelah dii lakukan tindakan rendam kaki air hangat?	Nilai significance 0,0001 (P<0,05) dengan penurunan tekanan darah paling banyak mencapai 9 mmHg. Penelitian ini menunjukkan terdapat perbedaan tekanan darah pada ibu hamil penderita preeklamsia sebelum dan sesudah diberikan rendam kaki dengan air hangat

B.. Kerangka Teoritis

Kecemasan

Pada pembahasan ini, penulis akan mencantumkan teori-teori yang berhubungan dengan kecemasan yang terkait dengan hal-hal yang menyangkut skripsi penulis. Sehingga dapat relevan antara penelitian yang dikaji dengan teori yang sudah ada.

B.1 Pengertian Kecemasan

Menurut Kamus Kedokteran Dorland, kata kecemasan atau disebut dengan *anxiety* adalah keadaan emosional yang tidak menyenangkan, berupa respon-respon psikofisiologis yang timbul sebagai antisipasi bahaya yang tidak nyata atau khayalan, tampaknya disebabkan oleh konflik intrapsikis yang tidak disadari secara langsung (Dorland, 2010). Ansietas adalah suatu perasaan takut akan terjadinya sesuatu yang disebabkan oleh antisipasi bahaya dan merupakan sinyal yang membantu individu untuk bersiap mengambil tindakan menghadapi ancaman.

Pengaruh tuntutan, persaingan, serta bencana yang terjadi dalam kehidupan dapat membawa dampak terhadap kesehatan fisik dan psikologi. Salah satu dampak psikologis yaitu ansietas atau kecemasan (Sutejo, 2018). Kecemasan merupakan reaktivitas emosional berlebihan, depresi yang tumpul, atau konteks sensitif, respon emosional (Clift, 2016).

Pendapat lain menyatakan bahwa kecemasan merupakan perwujudan dari berbagai emosi yang terjadi karena seseorang mengalami tekanan perasaan dan tekanan batin. Kondisi tersebut membutuhkan penyelesaian yang tepat sehingga

individu akan merasa aman. Namun, pada kenyataannya tidak semua masalah dapat diselesaikan dengan baik oleh individu bahkan ada yang cenderung dihindari.

Situasi ini menimbulkan perasaan yang tidak menyenangkan dalam bentuk perasaan gelisah, takut atau bersalah (Supriyantini, 2015). Menurut Rachmad (2009), kecemasan timbul karena adanya sesuatu yang tidak jelas atau tidak diketahui sehingga muncul perasaan yang tidak tenang, rasa khawatir, atau ketakutan. Ratih (2012) menyatakan kecemasan merupakan perwujudan tingkah laku psikologis dan berbagai pola perilaku yang timbul dari perasaan kekhawatiran subjektif dan ketegangan.

B. 2 Macam-Macam Kecemasan

Macam-macam kecemasan menurut Zaviera (2016), diantaranya yaitu kecemasan obyektif (*realistics*) ialah jenis kecemasan yang berorientasi pada aspek bahaya-bahaya dari luar seperti misalnya melihat atau mendengar sesuatu yang dapat berakibat buruk. Kecemasan neurosis adalah suatu bentuk jenis kecemasan yang apabila insting pada pancha indera tidak dapat dikendalikan dan menyebabkan seseorang berbuat sesuatu yang dapat dikenakan sanksi hukum. Kecemasan moral adalah jenis kecemasan yang timbul dari perasaan sanubari terhadap perasaan berdosa apabila seseorang melakukan sesuatu yang salah.

B. 3 Gejala Kecemasan

Menurut Sutejo (2018), tanda dan gejala pasien dengan ansietas adalah cemas, khawatir, firasat buruk, takut akan pikirannya sendiri serta mudah tersinggung, pasien merasa tegang, tidak tenang, gelisah dan mudah terkejut,

pasien mengatakan takut bila sendiri atau pada keramaian dan banyak orang, mengalami gangguan pola tidur dan disertai mimpi yang menegangkan.

B. 4 Tingkat Kecemasan

Tingkatan kecemasan dapat dikelompokkan dalam beberapa tingkatan diantaranya yaitu kecemasan ringan (*Mild anxiety*), kecemasan sedang (*Moderate anxiety*) dan kecemasan berat (*Severe anxiety*) (Soetjiningsih, 2017). Menurut Hurclock (2013), tingkat kecemasan ringan dihubungkan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari yang menyebabkan seseorang lebih waspada serta meningkatkan ruang persepsinya.

Tingkat kecemasan sedang menjadikan seseorang untuk terfokus pada hal yang dirasakan penting dengan mengesampingkan aspek hal yang lain, sehingga seseorang masuk dalam kondisi perhatian yang selektif tetapi tetap dapat melakukan suatu hal tertentu dengan lebih terarah.

Tingkatan kecemasan berat dapat menyebabkan seseorang cenderung untuk memusatkan pada sesuatu yang lebih terperinci, spesifik serta tidak dapat berpikir tentang perihal lain serta akan memerlukan banyak pengarahan agar dapat memusatkan perhatian pada suatu objek yang lain.

B. 5 Pengukuran Tingkat Kecemasan

Kecemasan sering diukur dengan menggunakan kuesioner. Kuesioner dapat digunakan pada remaja dan orang dewasa, sebab tidak dipengaruhi oleh keterbatasan vokabulari (kata – kata), pemahaman dan perkembangan. Kecemasan sangat berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya.

Menurut Peplau (1952) dalam Suliswati (2014) ada empat tingkatan yaitu :

- 1) Kecemasan Ringan Dihubungkan dengan ketegangan yang dialami sehari hari. Individu masih waspada serta lapang persepsinya meluas, menajamkan indera. Dapat memotivasi individu untuk belajar dan mampu memecahkan masalah secara efektif dan menghasilkan pertumbuhan dan kreatifitas.
- 2) Kecemasan Sedang Individu terfokus hanya pada pikiran yang menjadi perhatiannya, terjadi penyempitan lapangan persepsi, masih dapat melakukan sesuatu dengan arahan orang lain.
- 3) Kecemasan Berat Lapangan persepsi individu sangat sempit. Pusat perhatiannya pada detil yang kecil dan spesifik dan tidak dapat berfikir hal-hal lain. Seluruh perilaku dimaksudkan untuk mengurangi kecemasan dan perlu banyak perintah/arahan untuk terfokus pada area lain.
- 4) Panik Individu kehilangan kendali diri dan detil perhatian hilang. Karena hilangnya kontrol, maka tidak mampu melakukan apapun meskipun dengan perintah. Terjadi peningkatan aktivitas motorik, berkurangnya kemampuan berhubungan dengan orang lain, penyimpangan persepsi dan hilangnya pikiran rasional, tidak mampu berfungsi secara efektif. Biasanya disertai dengan disorganisasi kepribadian.

Cheung dan Sim (2014) menyatakan bahwa tes kecemasan telah dikonseptualisasikan dalam berbagai cara sepanjang tahun. Beberapa peneliti merujuk pada gangguan kognitif yang terlibat dan orang lain untuk reaksi emosional. Ada kesepakatan bahwa kecemasan dapat diklasifikasikan menjadi dua komponen, keadaan dan ciri kecemasan.

B. 6 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan

Menurut Stuart (2013), faktor yang mempengaruhi kecemasan dibedakan menjadi dua yaitu:

- 1) Faktor prediposisi yang menyangkut tentang teori kecemasan:

- a. Teori Psikoanalitik

Teori psikoanalitik menjelaskan tentang konflik emosional yang terjadi antara dua elemen kepribadian diantaranya Id dan ego. Id mempunyai dorongan naluri dan *impuls primitive* seseorang, sedangkan ego mencerminkan hati nurani seseorang dan dikendalikan oleh norma-norma budaya seseorang. Fungsi kecemasan dalam ego adalah mengingatkan ego bahwa adanya bahaya yang akan datang (Stuart, 2013).

- b. Teori *Interpersonal*

Stuart (2013) menyatakan, kecemasan merupakan perwujudan penolajhgkan dari individu yang menimbulkan perasaan takut. Kecemasan juga berhubungan dengan perkembangan trauma, seperti perpisahan dan kehilangan yang menimbulkan kecemasan. Individu dengan harga diri yang rendah akan mudah mengalami kecemasan.

- c. Teori perilaku Pada teori ini, kecemasan timbul karena adanya stimulus lingkungan spesifik, pola berpikir yang salah, atau tidak produktif dapat menyebabkan perilaku maladaptif. Menurut Stuart (2013), penilaian yang berlebihan terhadap adanya bahaya dalam situasi tertentu dan menilai rendah kemampuan dirinya untuk mengatasi ancaman merupakan penyebab kecemasan pada seseorang.

d. Teori biologis

Teori biologis menunjukan bahwa otak mengandung reseptor khusus yang dapat meningkatkan neuroregulator inhibisi (GABA) yang berperan penting dalam mekanisme biologis yang berkaitan dengan kecemasan. Gangguan fisik dan penurunan kemampuan individu untuk mengatasi stressor merupakan penyerta dari kecemasan.

2) Faktor presipitasi

a. Faktor Pendorong

1. Ancaman Integritas Fisik

Melibuti ketidakmampuan fisiologis terhadap kebutuhan dasar sehari-hari yang bisa disebabkan karena sakit, trauma fisik, kecelakaan.

2. Ancaman Sistem Diri

Diantaranya ancaman terhadap identitas diri, harga diri, kehilangan, dan perubahan status dan peran, tekanan kelompok, sosial budaya.

b. Faktor Pendukung

1. Usia.

Gangguan kecemasan lebih mudah dialami oleh seseorang yang mempunyai usia lebih muda dibandingkan individu dengan usia yang lebih tua (Kaplan & Sadock, 2010).

2. Stressor.

Kaplahn dan Sadock (2010) mendefinisikan stressor adalah tuntutan adaptasi terhadap individu yang disebabkan oleh perubahan keadaan

dalam kehidupan. Sifat stresor dapat berubah secara tiba-tiba dan dapat mempengaruhi seseorang dalam menghadapi kecemasan, tergantung mekanisme coping seseorang.

3. Lingkungan

Individu yang berada di lingkungan asing lebih mudah mengalami kecemasan dibanding bila dia berada di lingkungan yang biasa dia tempati (Stuart, 2013).

4. Jenis kelamin

Wanita lebih sering mengalami kecemasan daripada pria. Wanita memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan pria. Hal ini dikarenakan bahwa wanita lebih peka dengan emosinya, yang pada akhirnya mempengaruhi perasaan cemasnya (Kaplan dan Sadock, 2010).

5. Pendidikan

Dalam Kaplan dan Sadock (2010), kemampuan berpikir individu dipengaruhi oleh tingkat pendidikan. Semakin tinggi tingkat pendidikan maka individu semakin mudah berpikir rasional dan menangkap informasi baru. Kemampuan analisis akan mempermudah individu dalam menguraikan masalah baru.

C.Hipotesis

Adapun hipotesis pada penelitian ini adalah:

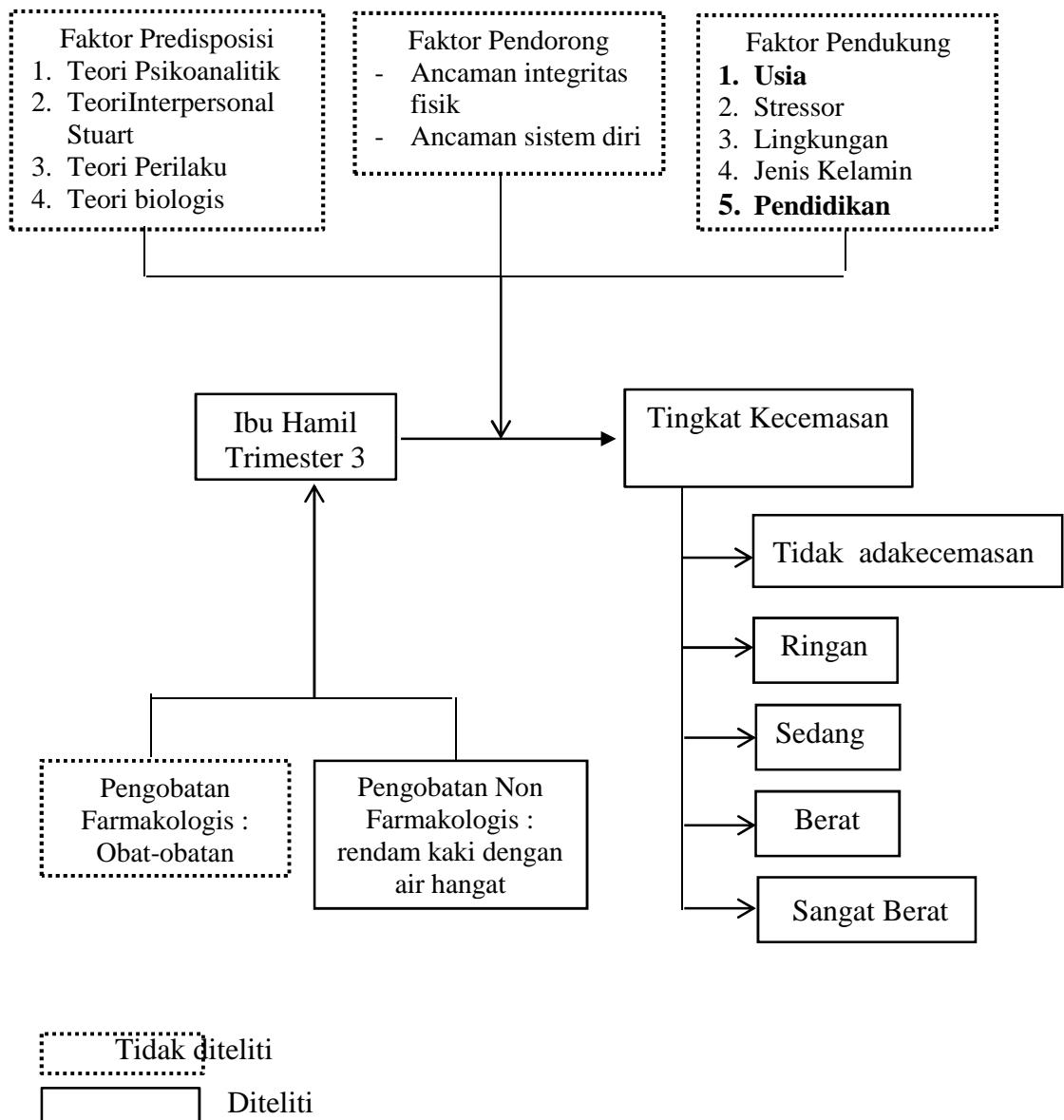
Adanya Pengaruh Rendam Kaki Dengan Air Hangat Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III.

D. Operasional Variabel dan Indikator

Tabel 2.2 Operasional dan Indikator

Variabel	Defenisi	Indikasi	Katagori
Variabel Independen	1. Rendam Kaki Dengan Air Hangat	Ibu hamil yang merasakan kecemasan dan memenuhi kriteria syarat	Melakukan teknik rendam kaki dengan air hangat terhadap ibu hamil trimester III berdasarkan jurnal yang telah ditelaah
Variabel Dependen	2. Tingkat Kecemasan Ibu Hamil	1. Tidak ada kecemasan 2. Ringan 3. Sedang 4. Berat 5. Sangat berat	Dilihat dengan menggunakan kuesioner di beberapa jurnal yang telah ditelaah seperti kuesioner <i>HARS</i> dan <i>Zung Self Rating Anxiety Scale</i>

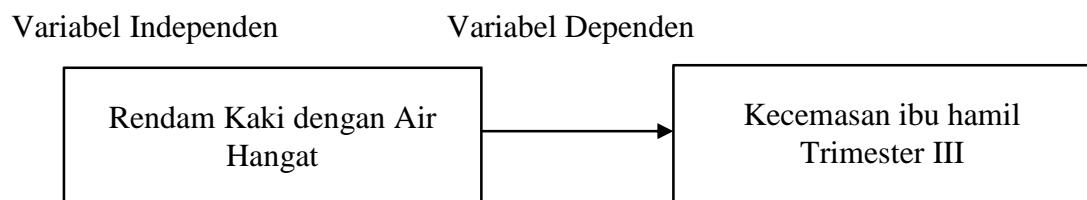
E. Kerangka Teori



Gambar 2.1 Kerangka Teori

Sumber :Modifikasi dari teori Lawrence Green(1991) dalam Notoatmodjo (2017) dengan Nurul (2017) dan berdasarkan sumber Damarsanti (2018)

F. Kerangka Konsep



Gambar 2.2 Kerangka Konsep