BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Selama masa kehamilan, tubuh ibu mengalami berbagai perubahan fisiologis dan psikologis sebagai bentuk adaptasi terhadap pertumbuhan serta perkembangan janin. Perubahan tersebut melibatkan hampir seluruh sistem organ, termasuk system kardiovaskular, endokrin, musculoskeletal, dan metabolisme, yang berfungsi untuk memenuhi kebutuhan ibu maupun janin selama kehamilan. Adaptasi fisiologis dimulai sejak terjadinya fertilisasi dan terus berlangsung hingga persalinan. Meskipun sebagian besar perubahan tersebut bersifat normal, beberapa kondisi patologis dapat muncul selama kehamilan dan berpotensi meningkatkan resiko komplikasi bagi ibu maupun janin (Wati et al, 2023).

Salah satu gangguan yang sering menjadi perhatian selama kehamilan Adalah hipertensi. Hipertensi pada kehamilan merupakan kondisi medis yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah selama masa gestasi dan menjadi salah satu penyebab utama morbiditas serta mortalitas maternal maupun perinatal. Apabila tidak ditangani secara tepat, kondisi ini dapat meningkatkan risiko terjadinya berbagai komplikasi, seperti preeklamsia, eklamsia, persalinan prematur, gangguan pertumbuhan janin, hingga kematian ibu dan bayi (Apriana et al, 2021).

Terjadinya hipertensi pada kehamilan dipengaruhi oleh berbagai faktor risiko. Menurut *World Health Organization* (WHO) (2021), faktor-faktor tersebut meliputi usia ibu, terutama pada kelompok usia reproduksi tertentu, kehamilan pertama (primigravida), status nullipara, indeks massa tubuh yang tinggi, tingkat pendidikan, kurangnya dukungan keluarga, serta kondisi psikologis seperti stres. Kombinasi faktor biologis, social, dan psikologis tersebut dapat meningkatkan kemungkinan ibu mengalami hipertensi selama masa kehamilan.

Berdasarkan survei kesehatan indonesia (SKI) tahun 2023, hipertensi masih menjadi salah satu masalah kesehatan yang sering

ditemukan pada ibu hamil di indonesia. Sementara itu, *World Health Organization* (WHO) melaporkan bahwa sekitar 20%kasus hipertensi pada kehamilan terjadi di negara berkembang (WHO 2019). Di provinsi Sumatera utara, hipertensi pada kehamilan masih menjadi salah satu penyebab utama tingginya angka kematian ibu. Data dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara menunjukkan bahwa pada tahun 2023 terdapat 412 kasus kematian ibu yang sebagian besar berkaitan dengan komplikasi obstetric, termasuk hipertensi dalam kehamilan (Sumatera Utara, 2023).

Tekanan darah tinggi Adalah suatu keadaan medis yang kerap muncul saat beraktifitas fisik dan menyebabkan komplikasi dalam dua hingga tiga persen dari aktivitas olahraga yang dilakukan (6-10%). Hal ini juga meningkatkan kemungkinan terjadinya morbiditas dan mortalitas pada anak-anak kecil yang melibatkan gangguan pada organ seperti ginjal dan hati, serta masalah koagulasi vascular terkait dengan Kesehatan ibu. Risiko yang ada termasuk kondisi intrauterine, berbagai gangguan intrauterine, kematian serta kelahiran prematur, penundaan dan pertumbuhan intrauterin yang tidak optimal. Semua hal tersebut dapat dikelompokkan berdasarkan jenisnya (syam, 2023).

Kondisi seperti eklampsia, stroke hemoragik, strok iskemik, sindrom HELLP (Hemolisis, Peningkatan Enzim Hati, dan Trombosit Rendah) gagal jantung, persalinan caesar persalinan prematur, disfungsi ginjal, solusio plasenta adalah contoh hipertensi berat. Ibu yang mengalami tekanan darah tinggi memiliki kemungkinan untuk mengalami kelahiran premature, masalah intrauterine, gangguan pernafasan, hingga kematian janin. Hipertensi juga memberikan dampak jangka Panjang yang signifikan seperti peningkatan Risiko untuk penyakit kardiovaskular, ginjal kronis, serta kanker, serta meningkatkan risiko kematian bagi ibu dan bayi (Malha dkk., 2022).

Hipertensi adalah kondisi di mana tekanan darah meningkat melebihi nilai normal, yang dapat menyebabkan Tingkat kematian penyakit yang lebih tinggi (Marwah dkk., 2022). Hipertensi dapat menimbulkan dampak serius bila tidak mendapatkan penanganan.

Berbagai komplikasi termasuk masalah aliran darah perifer, dapat muncul akibat hipertensi dalam jangka waktu yang lama. Hal ini dapat menyebabkan penyempitan pembuluh darah yang berimplikasi pada aliran darah ke otak dan meningkat di area tersebut. Situasi ini dikenal sebagai masalah aliran darah perifer. Ketidakcukupan aliran darah yang disebabkan oleh penurunan sirkulasi darah pada level kapiler, yang dapat mengganggu proses metabolismo tubulus (Tim Pokja SDKI DPP PPNI 2016).

Menurut Syamsudin, et al. (2021) masalah perfusi perifer yang tidak efesien merupakan isu kesehatan yang sering dihadapi oleh banyak orang indonesia, khususnya oleh wanita hamil yang mengalami hipertensi. Perfusi perifer yang tidak efesien disebabkan oleh perubahan fisiologis selama pertumbuhan yang mengakibatkan arteri lebih kaku dan kurang mampu menanggapi tekanan darah. Sebagai hasilnya, dampak perfusi perifer yang tidak efisien pada wanita hamil dapat terlihat dari meningkatnya angka kesakitan dan kematian ibu, episode syok, serta kasus abortus.

Hipertensi menyebabkan vasokontraksi pembuluh darah, yang mengganggu sirkulasi perifer. Hipertensi pada kehamilan dapat diobati dengan cara non-farmakologis atau farmakologis. Pengobatan farmakologis bisanya menggunakan bahan kimia yang dapat menyebabkan efek samping, tetapi metodo non-farmakologis, merendam kaki air hangat, relatif aman bagi janin dan ibu (Irawati D, 2023).

Terapi merendam kai dalam suhu air air hangat adalah método pengobatan yang menggunakan air untuk menyembuhkan penyakit atau mengurangi rasa nyeri. Aktivitas merendam kaki pada air hangat ini berfungsi untuk mengurangi kekauan dan rasa sakit pada otot, mendukung otot agar lebih santai, serta mempercepat penyembuhan. Selain itu, terapi merendam kaki dalam air hangat juga membantu meningkatkan peredaran darah, menyeimbangkan aliran darah, memperkuat otot-otot, dan meningkatkan kinerja jantung. Oleh sebab itu, terapi merendam kaki dalam air hangat selama trimester kedua sangat bermanfat dan efektif

sebagai terapi tambahan untuk menurunkan tekanan darah pada ibu hamil yang mengalami hipertensi, asalkan dilakukan sesuai pedoman dengan suhu dan durasi yang tepat (Prawirohardjo, 2020).

Terapi rendam kaki air hangat pada ibu hamil dengan hipertensi dianjurkan pada trimestre kedua karena selama periode ini, masa kondisi fisiologis ibu dan janin relatif stabil, organogénesis telah selesai sehingga risiko hipertensi pada janin berkurang dan adaptasi sistema kardiovaskular ibu sudah optimal sehingga efek vasodilatasi perifer dari air hangat dapat membantu penurunan darah melalui peningkatan sirkulasi dan relaksasi sistema saraf tanpa menimbulkan gangguan hemodinamik yang berarti. Kondisi ibu dan janin relatif stabil, orgonegenesis telah selesai sehingga resiko hipertensi yang berkaitan dengan janin berkurang, dan adaptasi sistem kardivaskular ibu sudah optimal sehingga efek vasodilatasi perifer dari air hangat dapat membantu menurunkan tekanan darah melalui peningkatan sirkulasi dan relaksasi sistem saraf tanpa menimbulkan gangguan hemodinamik yang berarti (Cunningham et al, 2022).

Oleh karena itu, pengobatan ini tidak dianjurkan selama trimestre pertama karena peningkatan suhu tubuh ibu dapat menghambat perkembangan organ janin. Selain itu, tidak dianjurkan selama trimestre ketiga karena resiko vasodilatasi berlebihan yang dapat mengakibatkan hipotensi, pusing dan jatuh serta kemungkinan hipertensi yang berkembang menjadi preeklamsia dan tekanan uterus, yang dapat menyebabkan sirkulasi darah ibu. Selanjutnya, selama trimester kedua, terjadi adaptasi sistem kardiovaskular ibu yang lebih optimal karena peningkatan volume darah dan penurunan resistensi vaskular sistemik yang relatif stabil. Hal ini memungkinkan respons tubuh terhadap vasodilatasi perifer akibat rendaman kaki air hangat selama trimester kedua lebih bermanfaat dan efektif sebagai terapi pendamping dalam membantu menurunkan tekanan darah pada ibu hamil dengan hipertensi, asalkan dilakukan sesuai dengan protokol dengan suhu dan durasi yang tepat (Prawirohardjo, 2020).

Hasil studi Irawati Dwi D (2023) mengungkapkan bahwa pada hari pertama penelitian, tekanan darah seorang ibu hamil tercatat 145/92mmHg, CRT melebihi 3 detik, dan mengalami keluhan lemas. Setelah melaksanakn intervensi dengan merendam kaki dalam air hangat selama tiga hari berturut-turut, tekanan darah menurun menjadi 130/85 mmHg dan CRT berkurang menjadi kurang dari 2 detik. Pasien juga melaporkan bahwa merasa lebih tenang dan tidak mengalami kelelahan yang berlebihan. Studi oleh Aryani dan Zayani (2020) menemukan bahwa tekanan darah sistemik dan diastolik ibu hamil (p=0,000).

Berdasarkan penelitian oleh Ikhtiari, N. D. dan Widyastuti, W. (2021) yang menemukan bahwa terapi perendaman kaki dalam air hangat dapat menurunkan tekanan darah wanita hamil. Setelah terapi, tekanan darah mereka turun menjadi 126/80 mmHg. Di samping itu, penelitian yang dilakukan oleh Anisah et al. (2025) juga mengindikasikan bahwa terapi perendaman kaki dalam air hangat cukup efektif dalam menurunkan tekanan darah. Dengan menerapkan terapi perendaman kaki dalam air hangat selama tiga hari, rata-rata penurunan selisih tekanan darah sistolik tercatat sebesar 10,11 mmHg dan diastolik sebesar 4,89 mmHg.

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Ikhtiari, N.D & Widyastuti, W (2021) di dapatkan penerapan terapi rendam kaki air hangat dapat menurunkan tekanan darah sebelum terapi tekanan darah pada ibu hamil 140/90 mmHg, setelah dilakukan terapi rendam kaki tekanan darah menurun yaitu 126/80 mmHg. Sejalan dengan penelitian Anisah et al. (2025) terapi rendam kaki air hangat efektif dalam menurunkan tekanan darah. Setelah pemberian terapi rendam kaki air hangat efektif dalam menurunkan tekanan darah, setelah pemberian terapi rendam kaki air hangat selama tiga hari didapatkan penurunan rata rata selisih tekanan darah sistolik sebesar 10,11 mmHg dan diastolik 4,89mmHg.

Berdasarkan informasi yang diperoleh dari UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara, di tahun 2025 terdapat tujuh wanita yang sedang hamil dengan latar belakang hipertensi. Dalam studi yang

dilakukan terhadap lima wanita hamil yang mengalami tekanan darah tinggi, ditemukan bahwa mereka mengalami masalah seperti sakit kepala, pusing, kelelahan, waktu pengisian kapiler yang melebihi tiga detik, denyut nadi yang lemah, serta penurunan turgor kulit. Para peneliti mengungkapkan bahwa merendam kaki dalam air hangat dapat membantu menurunkan tekanan darah pada wanita hamil.

Berdasarkan pada penelitian sebelumnya penulis termotivasi untuk melakukan penelitian dengan judul "implementasi terapi rendam kaki dengan air hangat mengurangi tekanan darah tinggi pada wanita hamil yang mengalami masalah perfusi perifer tidak efektif di lokasi kerja UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara"

B. Perumusan Masalah

Bagaimanakah metode terapi merendam kaki di air hangat dapat diterapkan pada ibu hamil yang perfusi perifer tidak efektif di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

   Di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara, rendam kaki dengan air hangat digunakan untuk menurunkan darah tinggi pada ibu hamil yang mengalami gangguan perfusi perifer yang tidak efektif.

2. Tujuan Khusus
   a. Di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara dilakukan analisis berhubungan dengan hipertensi pada ibu hamil yang mengalami gangguan perfusi perifer.
   b. Memberikan informasi diagnosis informasi mengenai penggunaan rendaman air hangat untuk menurunkan hipertensi pada wanita yang mengalami perfusi perifer tidak efektif di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli.
   c. Menyusun rencana keperawatan yang berkaitan dengan penerapan rendam kaki air hangat untuk mengurangi hipertensi pada ibu hamil dengan gangguan perfusi perifer tidak efektif di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara.

d. Menjelaskan tindakan keperawatan yang dilakukan dalam menerapkan rendam kaki air hangat untuk penurunan hipertensi pada ibu hamil yang memiliki gangguan perfusi perifer tidak efektif di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara.
e. Melaksanakan penilaian tentang penggunaan terapi rendam kaki dengan air hangat untuk menurunkan tekanan darah tinggi pada perempuan hamil yang mengalami masalah perfusi perifer di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara.

D. Manfaat Penelitian

Salah satu manfaat dari peneliti ini adalah :

1. Bagi Responden

   Studi ini diharapkan mampu memperluas pemahaman responden, dalam menentukan pendekatan terapi non-obat, terutama mengenai manfaat dari merendam kaki dalam air hangat untuk mengurangi tekanan darah tinggi pada ibu hamil yang mengalami masalah perfusi perifer yang tidak efektif.

2. Bagi Institusi

   Diharapkan penelitian ini untuk digunakan sebagai referensi bagi siswa referensi bagi mahasiswa ketika membuat askep Kapan untuk penelitian di masa mendatang, menciptakan askepe dan untuk penelitian di masa mendatang

3. Bagi Tempat Penelitian

   Penelitian ini memberikan wawasan untuk area penelitian dalam melaksanakan penerapan keperawatan yang bertujuan mengurangi hipertensi pada wanita hamil yang mengalami masalah dengan perfusi perifer yang tidak efisien.