

**PENGARUH TERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT DI TAMBAH GARAM
TERHADAP KECEMASAN IBU HAMIL PRE EKLAMASIA DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS GROGOL**

Elsa Pratiwi¹⁾, Martina Ekacahyaningtyas²⁾

¹⁾ Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Kusuma Husada Surakarta

²⁾ Dosen Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Kusuma Husada Surakarta

elsapратиwi.00@gmail.com

Pre eklamsia adalah kelainan multisistemik spesifik pada kehamilan yang ditandai oleh timbulnya hipertensi dan proteinuria setelah usia kehamilan 20 minggu. Ibu hamil yang mengalami *pre eklamsia* dapat mengalami gangguan psikologi salah satunya adalah kecemasan. Penatalaksanaan untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil yang mengalami *pre eklamsia* sendiri yaitu dengan terapi rendam kaki air hangat ditambah garam. Terapi rendam kaki air hangat di tambah garam dapat memberikan respon relaksasi dan menimbulkan rasa nyaman dimana rasa hangatnya langsung menyentuh kulit. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi rendam kaki air hangat di tambah garam terhadap kecemasan ibu hamil *pre eklamsia* di wilayah kerja puskesmas grogol.

Metode penelitiannya adalah *Quasi Eksperimental* dengan desain penelitian *Pre and Post Test Without Control*. Sampel dalam penelitian ini dihitung menggunakan rumus slovin dengan hasil 42 responden. Pengukuran tingkat kecemasan dengan memberikan kuesioner HARS sebelum dan sesudah diberikan terapi rendam kaki air hangat di tambah garam. Hasil penelitian menggunakan uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai p value 0,000, maka p value 0,05 menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara sebelum dan setelah diberikan terapi rendam kaki air hangat di tambah garam terhadap kecemasan ibu hamil *pre eklamsia*.

Kata Kunci : Rendam Kaki Air Hangat Di Tambah Gara, Kecemasan, Ibu Hamil *Pre Eklamsia*

Daftar Pustaka : 45 (2011-2021)

NURSING STUDI OF UNDERGRADUATE PROGRAMS

FACULTY OF HEALTH SCIENCES

UNIVERSITY OF KUSUMA HUSADA SURAKARTA

2022

**THE EFFECT OF WARM WATER FOOT SOAK THERAPY WITH ADDED SALT
ON THE ANXIETY OF PRE-ECLAMPSIA PREGNANT WOMEN IN THE WORK
AREA OF THE GROGOL HEALTH CENTER**

Elsa Pratiwi¹⁾, Martina Ekacahyaningtyas²⁾

¹⁾Student of Nursing Study Program of Undergraduate Programs, University Of Kusuma
Husada Surakarta

²⁾Lecturer of Nursing Study Program of Undergraduate Programs, University Of Kusuma
Husada Surakarta

elsapратиwi.00@gmail.com

Pre eclampsia is a specific multisystemic disorder in pregnancy characterized by the onset of hypertension and proteinuria after 20 weeks of gestation. Pregnant women who experience pre-eclampsia can experience psychological disorders, one of which is anxiety. Management to reduce anxiety in pregnant women who experience pre-eclampsia is by foot soak therapy in warm water plus salt. Warm water foot soak therapy with added salt can provide a relaxation response and create a feeling of comfort where the warmth directly touches the skin. The aim of this study was to determine the effect of warm water foot soak therapy with added salt on the anxiety of pre-eclamptic pregnant women in the working area of the Grogol Community Health Center.

The research method is Quasi Experimental with a Pre and Post Test Without Control research design. The sample in this study was calculated using the slovin formula with the results of 42 respondents. Measuring the level of anxiety by giving the HARS questionnaire before and after being given warm water foot soak therapy plus salt. The results of the study using the Wilcoxon test showed a p value of 0.000, so a p value of 0.05 indicated that there was an effect between before and after being given warm water foot soak therapy plus salt on the anxiety of pre-eclampsia pregnant women.

Keywords : *Soak your feet in warm water plus salt, Anxiety, Pre eclamptic pregnant women*

Bibliography : 45 (2011-2021)

PENDAHULUAN

Salah satu permasalahan kesehatan yang mempengaruhi perempuan dan anak secara global dan juga di Indonesia adalah Angka Kematian Ibu (AKI). Angka kematian ibu di Indonesia juga sangat rendah dari target yang ditetapkan dalam Tujuan Pembangunan Milenium. Angka Kematian Ibu Pada tahun 2015 sampai pada 102 per 100.000 kelahiran hidup sedangkan di Indonesia mencapai 305 per 100.000 kelahiran hidup (Kemenkes, 2017). Indonesia menempati peringkat ke-14 dari 18 negara di Perhimpunan Bangsa-Bangsa Asia Tenggara (ASEAN) dan peringkat ke-5 di Kawasan Asia Tenggara (SEARO) (Sriwahyu dkk., 2013).

Infeksi terkait hipertensi pada pre-eklamsia dan kelelahan eklamsia, komplikasi kehamilan dan aborsi yang tidak aman merupakan komplikasi utama yang menyebabkan lebih dari 75 kematian bayi menurut (WHO, 2018). Preeklamsia tercatat sebagai penyebab utama angka kematian ibu khususnya ibu hamil menurut cattan Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2018.

Preeklamsia, dikenal juga dengan kehamilan dengan hipertensi, berbeda dengan hipertensi pada umumnya karena sangat berkaitan dengan tingginya angka kesakitan dan kematian baik bagi ibu maupun janin (Sabattani, Supriyono, & Machmudah, 2016). Tingginya angka kematian ibu disebabkan oleh beberapa faktor antara lain perdarahan hebat, infeksi, komplikasi persalinan, pencabutan yang tidak aman dan salah satunya adalah preeklamsia (WHO, 2018).

Preeklamsia merupakan keluhan multisistemik spesifik pada masa kehamilan yang ditandai dengan timbulnya hipertensi dan proteinuria setelah usia kehamilan 20 minggu (Rahmadhayanti, Hayati, & Saleh, 2014). Komplikasi yang dapat terjadi pada ibu dan janin antara lain komplikasi ibu dan komplikasi janin yang dapat menggantungkan nyawa (Heazell, 2010). Tingginya angka kejadian preeklamsia pada ibu hamil berdampak

pada kesehatan ibu dan janin bahkan dapat menyebabkan kematian sehingga diperlukan tindakan pembedahan yang lebih efektif (Awalia et al., 2020).

Hal-hal yang bersifat preeklamsia dapat menjadi saksi terjadinya penyakit otak, salah satunya adalah kecemasan. Kecemasan adalah kekhawatiran yang berlebihan terkait dengan rasa ingin tahu dan ketidakberdayaan (Stuart, 2013). Preeklamsia tidak hanya menimbulkan kecemasan tetapi juga mengancam kesehatan ibu hamil di seluruh dunia (Handayani, 2015). Prevalensi kecemasan pada ibu hamil di Indonesia telah mencapai (Hasim, 2018).

Kecemasan pada ibu hamil disebabkan oleh perasaan tidak jelas yang dapat menimbulkan gejala emosional, kognitif, perilaku dan fisik (Wardani et al., 2018). Ibu hamil yang mengalami kecemasan ditandai dengan gelisah, gemetar, berkeringat, sulit bernapas, cepat berkedip, lemas, menggigil, dan menyimpang (Rudiyanti dan Raidartiwati, 2017)

Menurut Black & Andreansen seperti yang dikemukakan oleh C. Townsend dalam bukunya yang berjudul *Rudiments of Psychiatric Mental Health Nursing Anxiety, Fear, Pressure from Anxiety from Expectation of Peril*, yang sumbernya sebagian besar tidak diketahui atau tidak diketahui. Salah satu dampak yang dapat ditimbulkan pada orang yang mengalami kecemasan adalah bayi dilahirkan dengan berat badan lahir rendah dan bahkan meninggal (Trisiani dan Hikmawati, 2016). Maka dari itu sangat penting untuk memperhatikan masalah-masalah preeklamsia agar Angka Kematian Ibu (MMR) dan Angka Kematian Anak (AKB) turun (Siallagan dan Lestari, 2018).

Operasi untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil, khususnya ibu hamil yang mengalami preeklamsia, adalah dengan pengobatan farmakologis dan pengobatan nonfarmakologis. Obat farmakologi adalah penyembuhan dengan

menggunakan obat-obatan tertentu, misalnya Benzodiazepin adalah obat untuk mengurangi kecemasan dan obat non farmakologi adalah pengobatan yang berasal dari bahan alam yang umumnya mudah diperoleh dan terjangkau. Salah satu obat non farmakologi untuk mengatasi keringat adalah obat rendam dasar air hangat dengan tambahan usap, karena obat ini sangat penting bagi orang yang mengalami kecemasan karena air hangat dapat mengurangi gejala kardiovaskular, gejala pernafasan dan gejala gastrointestinal sebagai gejala yang menandakan kecemasan, baik yang ringan. dan kecemasan umum. moderat (Darmasanti dkk., 2018).

Terapi rendam dengan air hangat dapat memberikan respon relaksasi dan menghasilkan rasa nyaman dimana rasa hangat yang langsung menyentuh kulit dapat merangsang hormon endorfin sehingga menghasilkan rasa rileks dan menurunkan nafsu kecemasan (Potter & Perry, 2012). Obat rendam dasar air hangat akan menyebabkan otot menjadi rileks dan pembuluh darah melebar sehingga darah yang membawa oksigen dengan cepat mencapai apkin (Chaitow, 2016). Sedangkan usap bermanfaat untuk meredakan nafsu cemas, stres dan membuat tubuh lebih rileks, mengobati radang sendi dan nyeri otot, dan lain-lain (Nuraini, 2016). Dengan melakukan pengobatan ini maka hormon serotonin dalam tubuh akan terstimulasi yang juga diubah menjadi melatonin yang dapat memberikan efek menenangkan (Ldengtariang et al., 2018). Swab mengandung bahan kimia seperti natrium dan natrium yang dapat mengatur keseimbangan cairan dalam tubuh dan juga bertanggung jawab dalam transmisi keinginan dan kerja otot (Nuyridayanti, 2017).

Penelitian lain yang telah dilakukan oleh (Fildayanti, 2020) menyebutkan adanya pengaruh rendaman air hangan dengan campuran garam terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di desa lamboo di wilayah kerja

puskesmas moramo. Penelitian lain yang telah di lakukan oleh (Putri, 2018) hasil penelitian ini menyebutkan bahwa terdapat pengaruh terapi rendam kaki air hangat terhadap penurunan kecemasan ibu hamil trimester III.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada saat studi pendahuluan pada bulan desember, di peroleh 7 sampel ibu hamil yang mengalami pre eklamsia. 5 orang diantaranya mengalami kecemasan menjelang proses persalinan. Penyebab kecemasan yang dirasakan oleh ibu hamil yang mengalami pre eklamsia yaitu rasa takut akan keselamat dirinya dan juga keselamatan anaknya kedepan. Dari hasil studi primer yang dilakukan para peneliti, 5 ibu hamil tersebut mengatakan yang sering mereka lakukan untuk sedikit mengatasi kecemasan yaitu dengan cara relaksasi nafas dalam dengan posisi duduk ataupun senyaman mungkin.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif, eskperimen semu yang bertujuan untuk menyelidiki ada dan tidaknya pengaruh serta seberapa besar pengaruh dengan cara memberikan perlakuan – perlakuan tertentu pada beberapa kelompok eksperimen untuk mengetahui pengaruh terapi rendam kaki air hangat di tambah garam terhadap kecemasan ibu hamil pre eklamsia di wilayah kerja puskesmas grogol. Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *Quasy Eksperimental dengan Pre and Post Test Without Control*, yang artinya peneliti hanya melakukan intervensi pada satu kelompok tanpa pembandingan.

Pengaruh perlakuan dinilai dengan cara membandingkan nilai (*Pre Test*) dan dilakukan pengukuran ulang (*Post Test*) setelah pengaruh terapi rendam kaki air hangat di tambah garam terhadap kecemasan ibu hamil pre eklamsia di wilayah kerja puskesmas grogol.

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1.1 Karakteristik responden berdasarkan umur

Tabel 4.1

Distribusi frekuensi umur responden (n=42)

Usia	Frekuensi	Presentase (%)
<20	26	61,9%
21-35	14	33,3%
>35	2	4,8%
Total	42	100%

Sumber data: Data Primer Diolah Tahun 2022

Berdasarkan tabel 4.1 dapat diketahui bahwa mayoritas usia responden yaitu usia <20 tahun dengan jumlah 26 orang (61,9%).

4.1.2 Karakteristik responden berdasarkan pendidikan

Tabel 4.2

Distribusi frekuensi pendidikan responden (n=42)

Pendidikan	Frekuensi	Presentase (%)
SD	2	4,8%
SMP	10	23,8%
SMA	23	54,8%
D3	4	9,5%
S1	3	7,1%
Total	42	100%

Sumber data: Data Primer Diolah Tahun 2022

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki latar belakang pendidikan SMA yaitu sebanyak 23 orang (54,8%)

4.1.3 Karakteristik pekerjaan responden

Tabel 4.3

Distribusi frekuensi pekerjaan responden (n=42)

Pekerjaan	Frekuensi	Presentase (%)
Bekerja	21	50%
Tidak Bekerja	21	50%
Total	42	100%

Bekerja	21	50%
Tidak Bekerja	21	50%
Total	42	100%

Sumber data: Data Primer

Diolah Tahun 2022

Berdasarkan hasil data menunjukkan bahwa mayoritas responden yang memiliki pekerjaan yaitu sejumlah 21 orang (50%).

4.1. Kecemasan ibu hamil pre eklamsi sebelum diberikan terapi rendam kaki air hangat ditambah daram di wilayah kerja puskesmas grogol

Tabel 4.4

Distribusi frekuensi kecemasan ibu hamil pre eklamsi sebelum diberikan intervensi (n=42)

Pre Test	Frekuensi	Presentasi (%)
Kecemasan Ringan	8	19%
Kecemasan Sedang	15	35,7%
Kecemasan berat	11	26,2%
Kecemasan berat sekali	8	19%
Total	42	100%

Sumber: data primer (diolah dengan bantuan komputer 2022)

Berdasarkan tabel 4.4 dapat diketahui bahwa mayoritas tingkat kecemasan responden sebelum diberikan intervensi terapi rendam kaki air hangat ditambah garam yaitu kecemasan sedang sejumlah 15 reponden (35,7%) dari total responden sejumlah 42 orang.

4.2. Kecemasan ibu hamil pre eklamsi sesudah diberikan terapi rendam kaki air hagat ditambah daram di wilayah kerja puskesmas grogol

Tabel 4.5

Distribusi frekuensi kecemasan ibu hamil pre eklamsi sebelum diberikan intervensi (n=42)

Pre Test	Frekuensi	Presentasi
----------	-----------	------------

		(%)
Kecemasan Ringan	18	42,9%
Kecemasan Sedang	13	17%
Kecemasan berat	6	14,3%
Kecemasan berat sekali	5	11,9%
Total	42	100%

Sumber: data primer (diolah dengan bantuan komputer 2022)

Berdasarkan tabel 4.5 dapat diketahui bahwa mayoritas tingkat kecemasan responden sebelum diberikan intervensi yaitu kecemasan ringan sejumlah 18 reponden (42,9% %).

4.3. Pengaruh terapi rendam kaki air hangat ditambah garam Kecemasan ibu hamil pre eklamsi sebelum diberikan di wilayah kerja puskesmas grogol

Tabel 4.6

<i>Uji Wilcoxon (n=42)</i>		
Variabel	Z	P
Pre-Post Test	-3,140 ^b	0,002

Sumber: data primer (diolah dengan bantuan komputer 2022)

Hasil *uji Wilcoxon* menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi diperoleh nilai p value $0,000 < 0,05$ sehingga terdapat pengaruh yang signifikan Pengaruh terapi rendam kaki air hangat ditambah garam Kecemasan ibu hamil pre eklamsi sebelum diberikan di wilayah kerja puskesmas grogol

KESIMPULAN

1. Karakteristik responden
Mayoritas usia responden <20 tahun dengan jumlah 26 orang (61.9%). Mayoritas responden memiliki latar belakang pendidikan SMA yaitu sebanyak 23 orang (54,8%). Mayoritas responden yang Bekerja yaitu sejumlah 21

orang (50%).

2. Tingkat kecemasan responden sebelum diberikan intervensi terapi rendam kaki air hangat ditambah garam yaitu kecemasan sedang sejumlah 15 reponden (35,7%)
3. Tingkat kecemasan responden sebelum diberikan intervensi yaitu kecemasan ringan sejumlah 18 reponden (42,9%).
4. Terdapat pengaruh yang signifikan Pengaruh terapi rendam kaki air hangat ditambah garam Kecemasan ibu hamil pre eklamsi sebelum diberikan di wilayah kerja puskesmas grogol

SARAN

Berdasarkan kesimpulan, maka peneliti dapat memberikan beberapa saran antara lain:

1. Bagi Peneliti
Diharapkan dalam proses penelitian ditambahkan intervensi atau edukasi berkaitan dengan terapi rendam air hangat dalam mengatasi kecemasan.
2. Bagi Institusi Pendidikan
Diharapkan dapat dipelajari oleh mahasiswa keperawatan sebagai terapi non farmakologi dalam menambah ilmu dan dapat digunakan sebagai referensi dan informasi untuk melakukan pendidikan kesehatan tentang manajemen kecemasan pada ibu hamil.
3. Bagi pelayanan kesehatan
Hasil penelitian ini diharapkan dapat dimasukkan kejadwal harian dalam proses keperawatan untuk mengatasi keceemasan pada pada ibu pre eklamsia
4. Bagi Masyarakat
Hasil penelitian digunakan sebagai acuan dalam mengatasi kecemasan dengan terapi rendam kaki air hangat ditambah garam

DAFTAR PUSTAKA

- Asmana, S. K., Syahredi, & Hilbertina, N. (2016). Hubungan Usia dan Paritas dengan Kejadian Preeklampsia

- Berat di Rumah Sakit Achmad Mochtar Bukittinggi Tahun 2012-2013. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 5(3), 640–646. ISSN: 2301-7406.
- Asra & Prasetyo. 2015. *Pengambilan Sampel Dalam Penelitian Survei*. Jakarta : Rajawali Pers.
- Awalia, Nasya Putri, dan Nurwati, R. Nunung Nurwati. *Produktivitas Keluarga Ditengah Tengah Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) Selama Masa Pandemi Covid-19*. *Jurnal Penulisan Sosial*.
- Darmasanti, P., R. Anggraini, dan Setianingsih. (2018). Pengaruh Rendam Kaki Dengan Air Hangat Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Pegandon Kendal. *Jurnal Keperawatan Dan Pemikiran Ilmiah*. 4(1):1–10.
- Dharma, Kusuma Kelana (2011), *Metodologi Penelitian Keperawatan : Panduan Melaksanakan dan Menerapkan Hasil Penelitian*, Jakarta, Trans InfoMedia Edisi 3. Jakarta. Salemba Medika.
- Giovanna E Lombo FWWLSM. Karakteristik Ibu Hamil dengan Preeklampsia di RSUP Prof Dr. R. D. Kandou Manado. *J Kedokt Klin*. 2017;1(3).
- Handayani, Sri. 2015. Naskah Publikasi : Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Intensitas Nyeri Post Operasi Sectio Cesarea di RSUD Dr. Moewardi Surakarta. Surakarta : Stikes Kusuma Husada
- Harnani, Y., & Axmalia, A. (2017). Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Efektif Menurunkan Tekanan Darah Pada Lanjut. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 3(5), 129–132.
- Hartanti dkk, 2018, Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Ibu Hamil Primigravida Trimester Iii, *Dunia Keperawatan*, Volume 6, Nomor 1, Maret 2018: 1-10
- Hasim, R.P. 2018. *Gambaran Kecemasan Ibu Hamil : Skripsi Universitas Muhammadiyah Surakarta*
- Huda, A.M.(2016). Pengaruh pemberian terapi murotal AL-Qur'an terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi katarak di RSD dr. Soebandi Jember. *Skripsi: Universitas Jember*
- Kemenkes RI. 2017. *Data dan Informasi Kesehatan Profil Kesehatan Indonesia 2016*
- Musahib, Abd. Halim., Waskito, Fajar., Syamsi, Nur. (2015). *Hubungan antara Pendamping Persalinan, Umur dan Paritas Ibu Hamil dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Menjelang Persalinan di Klinik Kesehatan Ibu dan Anak Puskesmas Mabelopura Kecmata Palu Selatan Sulawesi Tengah*. *Healthy Tadulako Journal (I) : 12*
- Patricia A. Potter & Perry, Anne G. (2011). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan (konsep, proses, dan praktik)*. Jakarta : EGC
- Rahmadhayanti, Eka, Lusya Hayati dan Mgs. Irsan Saleh. 2014. Hubungan Polimorfisme Gen Reseptor Angiotensin II Tipe 1 1166 A/C dengan Kejadian Preeklampsia. *MKS Tahun 46 No. 1: 52-58*
- Rudiyanti, N. dan E. Raidartiwi. (2017). Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Dengan Kejadian Pre Eklampsia Di Sebuah Rs Provinsi Lampung. *Jurnal Keperawatan*. XIII(2):173–179.
- Sabattani, C. F., Supriyono, M., & Machmudah. (2016). Efektivitas Rendam Kaki Dengan Air Hangat

Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Ibu Hamil Penderita Preeklamsia Di Puskesmas Ngaliyan Semarang, (1).

- Siallagan, D., & Lestari, D. (2018). Tingkat Kecemasan menghadapi Persalinan Berdasarkan Status Kesehatan, Graviditas dan Usia di Wilayah Kerja Puskesmas Jombang . *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)* , 104-110.
- Sriwahyu, A., Yusad, Y., & Mutiara, E. (2013). Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemanfaatan Antenatal Care (Anc) Di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Lawe Sumur Kabupaten Aceh Tenggara Tahun 2013. *Gizi, Kesehatan Reproduksi Dan Epidemiologi*.
- Trisiani,D, Hikmawati, R. 2016. Hubungan kecemasan pada ibu hamil terhadap kejadian preeclampsia di RSUD Majalaya Kab.Bandung Periode Bulan Januari-Agustus 2016
- Umar, M., & Wardani, P. (2017). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Pre-Eklampsia pada Perempuan Bersalin. *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(1), 45 - 50.
- Wardani, H. W., Agustina, R., & Damayanti, E. A. F. (2018). Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur Ibu Hamil Primigravida Trimester III. *Dunia Keperawatan*, 6(1), 1-10.
- Wartonah, Tarwoto. 2010. *Kebutuhan Dasar manusia dan Proses Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.