

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kram kaki merupakan salah satu keluhan umum yang dialami oleh ibu hamil, terutama pada trimester kedua hingga akhir kehamilan. Kram kaki juga dapat terjadi pada saat ibu beristirahat atau bahkan saat tidur malam hari, biasanya terjadi hampir dua kali dalam seminggu dan bisa terjadi kapan saja terutama malam hari. Dalam beberapa kasus, kram kaki hanya berlangsung beberapa detik saja, namun dalam kasus yang parah biasanya berlangsung selama beberapa menit dengan rasa sakit yang bisa mempengaruhi aktivitas sehari-hari, membatasi olahraga, kinerja serta bisa menyebabkan gangguan tidur dan mengurangi kualitas hidup (Ernawati, dkk 2022;146).

Faktor resiko terjadinya kram kaki pada ibu hamil yaitu aktivitas fisik yang terlalu berat atau seperti kurangnya berolahraga dipagi hari, jalan santai ataupun melakukan senam hamil trimester III dirumah, penggunaan sepatu hak tinggi, penambahan berat badan karena seiring bertambahnya usia kehamilan dan kurangnya nutrisi penting dalam tubuh seperti kalium, magnesium, dan kalsium yang berperan dalam fungsi saraf (Muthmainnah, 2024;41).

Kram kaki disebabkan oleh ketidakseimbangan mineral dalam darah seperti kalsium, potasium, dan magnesium yang rendah serta fosfor yang tinggi yang dapat mengganggu sistem saraf dan otot. Kram dapat terjadi ketika otot yang sudah dalam keadaan berkontraksi kembali dirangsang untuk berkontraksi. Ini sering terjadi saat kita tidur dengan posisi lutut sedikit ditekuk dan telapak kaki mengarah ke bawah. Dalam posisi ini otot betis berada dalam kondisi tertekan, sehingga lebih rentan terhadap kram (Ernawati, 2019:4).

Penatalaksanaan yang dilakukan untuk mengatasi kram kaki pada ibu hamil trimester III dengan menggunakan rendam air hangat dan garam, terapi ini merupakan intervensi yang aman dan akurat serta tidak terdapat efek samping yang membahayakan ibu hamil. Merendam kaki dalam air hangat yang dicampur dengan garam Epsom dapat memberikan efek yang bisa membantu meredakan ketegangan otot. Dengan penambahan garam yang mengandung magnesium sulfat

dapat menjadi salah satu intervensi yang bermanfaat dalam asuhan kebidanan untuk ibu hamil dengan keluhan kram kaki.

Adapun manfaat garam epsom sangat banyak terutama di bidang kesehatan, dimana biasa digunakan untuk berendam pada saat mandi dengan menggunakan air hangat di campur dengan garam epsom. Garam epsom ini memiliki sejuta manfaat salah satunya dapat menghilangkan rasa sakit dan nyeri. magnesium dalam garam epsom jika diserap maka kandungan itu dapat merelaksasi otot, kram atau kejang kemudian juga bisa menghilangkan stres, menjaga kesehatan jantung, dan mengatasi gatal gatal pada kulit yang mengalami peradangan atau kemerahan (kemenkes, 2023).

Berdasarkan hasil penelitian Hutagaol (2022), terdapat hubungan signifikan antara pengaruh tehnik relaksasi rendam air hangat terhadap kejadian nyeri kram kaki pada ibu hamil. Dari seluruh responden (100%) Mengalami nyeri sedang sebelum diberikan terapi relaksasi rendam air hangat lalu terdapat 13 responden (100%) ibu hamil terdapat penurunan nyeri kram kaki yaitu nyeri ringan. Adapun pengaruh dari tehnik relakasasi rendam air hangat terhadap nyeri kram kaki pada ibu hamil didesa didesa sausu kecamatan sausu kabupaten parigi mautong.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ernawati (2018), terdapat hubungan signifikan antara keaktifan senam hamil dengan kejadian kram kaki pada ibu hamil trimester II dan III. Dari 30 responden, sebanyak 63,33% (19 responden) tidak melakukan senam hamil, sedangkan 36,67% (11 responden) aktif melakukan senam hamil. Hasil penelitian ini di Desa Kauman, Kabupaten Tulungagung, pada BPM Johana Widiyati, menunjukkan bahwa senam hamil dapat berperan dalam mengurangi kejadian kram kaki pada ibu hamil.

Studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan Februari hingga Maret di Tempat Praktik Mandiri Bidan (TPMB) Siti Marwiyah, S.Tr.Keb.,Bdn, Desa Sidorejo, Kecamatan Sekampung Udik, Lampung Timur, menunjukkan bahwa dari 35 ibu hamil, yang mengalami kasus kram kaki sebanyak 4 ibu hamil (11,43%) Berdasarkan efektivitas terapi rendam air hangat dan garam dalam mengatasi kram kaki, penulis tertarik untuk menyusun Laporan Tugas Akhir dengan judul "Asuhan

Kebidanan pada Ibu Hamil Trimester III dengan Kram Kaki di PMB Siti Marwiyah di Lampung Timur".

B. Rumusan Masalah

Laporan Tugas Akhir ini dibatasi dengan masalah asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan kram kaki di PMB Siti Marwiyah S.Tr.Keb.,Bdn.

C. Ruang Lingkup

1. Sasaran

Asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan kram kaki di PMB Siti Marwiyah,S.Tr.Keb.,Bdn,

2. Tempat

Lokasi untuk memberikan asuhan kebidanan ini di PMB Siti Marwiyah S.Tr.Keb.,Bdn,

3. Waktu

Waktu yang digunakan untuk melaksanakan asuhan kebidanan pada ibu hamil dengan kram kaki dimulai pada tanggal 08 april 2025 - 13 april 2025 di PMB Siti Marwiyah, S.Tr.Keb.,Bdn,

D. Tujuan penyusunan LTA

1. Tujuan Umum

Mahasiswa mampu memberikan asuhan kebidanan pada ibu hamil dengan kram kaki di PMB Siti Marwiyah S.Tr.Keb.,Bdn,

2. Tujuan khusus

- a. Diketahui identifikasi data subjektif pada ibu hamil trimester III dengan kram kaki di PMB Siti MarwiyahS.Tr.Keb.,Bdn,
- b. Diketahui identifikasi data objektif pada ibu hamil trimester III dengan kram kaki di PMB Siti MarwiyahS.Tr.Keb.,Bdn,
- c. Diketahui Analisa data untuk menegakkan diagnosa kebidanan, masalah dan Tindakan pada ibu hamil trimester III dengan kram kaki di PMB Siti Marwiyah S.Tr.Keb.,Bdn,
- d. Diketahui penatalaksanaan asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III

dengan kram kaki di PMB Siti MarwiyahS.Tr.Keb.,Bdn,

- e. Diketahui evaluasi pada ibu hamil trimester III dengan kram kaki di PMB Siti MarwiyahS.Tr.Keb.,Bdn,

E. Manfaat

1. Teoritis

Diharapkan hal ini dapat bermanfaat sebagai bahan masukan bagi institusi, khususnya politeknik kesehatan kementerian kesehatan tanjung karang program studi DIII kebidanan metro, untuk memperluas wawasan mahasiswi terhadap asuhan kebidanan ibu hamil trimester III khususnya dengan kram kaki.

2. Aplikatif

- a. Bagi Prodi DIII Kebidanan Metro Poltekkes Tanjungkarang
Diharapkan laporan tugas akhir ini bermanfaat sebagai sumber informasi dan edukasi mahasiswa dalam memberikan asuhan kebidanan pada ibu hamil dengan menggunakan terapi rendam air hangat dan garam
- b. Bagi lahan praktik Di PBM Siti MarwiyahS.Tr.Keb.,Bdn,
Diharapkan TPMB dapat menerapkan teknik non farmakologis rendam air hangat dan garam sebagai salah satu alternatif bagi kejadian kram kaki pada ibu hamil trimester III dalam mengatasi kram kaki apabila didapatkan pasien dengan masalah dan keluhan serupa dan diharapkan juga dapat memberikan asuhan awal pada ibu hamil yang mempunyai masalah ketidaknyamanan kram kaki.
- c. Bagi pasien dan keluarga
Diharapkan laporan tugas akhir ini mampu memotivasi pasien dan keluarga dalam menerapkan penangana asuhan kebidanan pada ibu hamil dengan nyeri kram kaki melalui terapi rendam air hangat dan garam di PMB Siti MarwiyahS.Tr.Keb.,Bdn.