

**PENERAPAN HIDROTERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT  
DAN *GUIDED IMAGERY* PADA KECEMASAN IBU HAMIL  
TRIMESTER III DI PRAKTIK MANDIRI BIDAN TITIN  
KUSUMAHNINGRUM DESA GUNUNG CUPU  
KABUPATEN CIAMIS**

**KARYA TULIS ILMIAH**



**AJENG CANTIKA NOVINDASARI**

**10121030**

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA  
TASIKMALAYA  
SEPTEMBER 2024**

**PENERAPAN HIDROTERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT  
DAN *GUIDED IMAGERY* PADA KECEMASAN IBU HAMIL  
TRIMESTER III DI PRAKTIK MANDIRI BIDAN TITIN  
KUSUMAHNINGRUM DESA GUNUNG CUPU  
KABUPATEN CIAMIS**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**Diajukan sebagai satu syarat untuk memperoleh gelar  
Ahli Madya Keperawatan**



**AJENG CANTIKA NOVINDASARI**

**NIM : 10121030**

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA  
TASIKMALAYA  
SEPTEMBER 2024**

## ABSTRAK

Penerapan Hidroterapi Rendam Kaki Air Hangat dan *Guided Imagery* pada Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Praktik Mandiri Bidan Titin Kusumahningrum Desa Gunung Cupu Kabupaten Ciamis

Ajeng Cantika Novindasari  
Program Studi DIII Keperawatan, Universitas Bakti Tunas Husada

Latar Belakang : Ibu hamil trimester III sering mengalami perubahan fisik dan psikologis, salah satunya adalah kecemasan. Menurut data dari *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2020, sekitar 15,6% ibu hamil mengalami kecemasan, hal ini dapat diatasi dengan cara hidroterapi rendam kaki air hangat dan *guided imagery*. Tujuan : Untuk menggambarkan penerapan hidroterapi rendam kaki air hangat dan *guided imagery* pada kecemasan ibu hamil trimester III di Praktik Mandiri Bidan Titin Kusumahningrum Desa Gunung Cupu Kabupaten Ciamis. Metode Penelitian : Deskriptif kualitatif. Hasil Penelitian : Hasil sebelum dilakukan intervensi pada subyek 1 skor HARS 23 dengan tingkat kecemasan sedang, subyek 2 skor HARS 26 dengan tingkat kecemasan sedang, dan subyek 3 skor HARS 34 dengan tingkat kecemasan berat, setelah dilakukan intervensi pada subyek 1 skor HARS 15 dengan tingkat kecemasan ringan, subyek 2 skor HARS 16 dengan tingkat kecemasan ringan, dan subyek 3 skor HARS 27 dengan tingkat kecemasan sedang. Kesimpulan : Penerapan hidroterapi dengan merendam kaki dalam air hangat serta teknik *guided imagery* terbukti efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III yang mengalami gangguan kecemasan. Saran : Diharapkan hasil studi kasus ini dapat dijadikan sebagai alternatif terapi non-farmakologis untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil trimester III.

Kata Kunci : Kecemasan, Ibu hamil trimester III, Hidroterapi rendam kaki air hangat, *guided imagery*

## **ABSTRACT**

*Application of Warm Water Foot Soak Hydrotherapy and Guided Imagery on the Anxiety of Trimetser III Pregnant Women in the Independent Practice of Midwife Titin Kusumahningrum, Gunung Cupu Village, Ciamis Regency*

*Ajeng Cantika Novindasari*

*Diploma III Nursing Study Program, Bakti Tunas Husada University*

*Background : Pregnant women in the third trimester often experience physical and psychological changes, one of which is anxiety. According to data from the World Health Organization (WHO) in 2020, around 15.6% of pregnant women experience anxiety, this can be overcome by warm water foot soak hydrotherapy and guided imagery. Objective : To describe the application of warm water foot soak hydrotherapy and guided imagery on anxiety in pregnant women in the third trimester at the Independent Practice of Midwife Titin Kusumahningrum, Gunung Cupu Village, Ciamis Regency. Research Method : Descriptive qualitative. Research Results : The results before the intervention on subject 1 HARS score 23 with moderate anxiety, subject 2 HARS score 26 with moderate anxiety, and subject 3 HARS score 34 with severe anxiety, after the intervention on subject 1 HARS score 15 with mild anxiety, subject 2 HARS score 16 with mild anxiety, and subject 3 HARS score 27 with moderate anxiety. Conclusion : The application of hydrotherapy by soaking feet in warm water and guided imagery techniques have proven effective in reducing anxiety levels in pregnant women in the third trimester who experience anxiety disorders. Suggestion : It is hoped that the results of this case study can be used as an alternative non-pharmacological therapy to reduce anxiety in pregnant women in the third trimester.*

*Keywords : Anxiety, Third trimester pregnant women, Warm water foot soak hydrotherapy, Guided imagery*