

RINGKASAN

Kram kaki pada ibu hamil merupakan suatu ketidaknyamanan kehamilan yang akan berdampak pada aktivitas sehari-hari bila tidak segera ditangani dengan tepat. Sekitar 30-50% wanita hamil mengalami kram kaki setidaknya dua kali seminggu selama trimester ketiga. Ibu hamil yang mengalami kram kaki dapat mengganggu istirahat ibu termasuk waktu tidurnya. Tujuan dilakukannya penelitian ini yaitu untuk mengetahui bagaimana asuhan kebidanan pada ibu hamil untuk mengatasi kram pada kaki dengan mengetahui kejadian dan penatalaksanaan kram pada kaki.

Jenis penelitian yang dilakukan oleh peneliti yaitu *literature review*. *Literature review* yang dilakukan mengambil sumber data yaitu artikel atau jurnal sebanyak 10 jurnal yang terdapat pada data based *Google Scholar*, *Research Gate* dan *PubMed* dengan *keyword* kram kaki pada kehamilan atau *leg cramps during pregnancy* yang terakreditasi dengan publikasi tahun 2011 sampai 2021.

Berdasarkan hasil review jurnal didapatkan bahwa 5 dari 10 jurnal menyatakan kejadian kram kaki dialami 25-75% ibu hamil setidaknya terjadi 2 kali dalam seminggu dengan durasi beberapa detik hingga beberapa menit selama trimester ketiga. Berdasarkan 5 dari 10 jurnal juga menyebutkan penatalaksanaan yang dapat dilakukan adalah dengan pemberian berbagai suplemen oral yaitu suplemen kalsium, vitamin D, vitamin B dan magnesium. Selain pemberian suplemen oral, ibu hamil juga dapat meredakan kram kaki dengan melakukan prenatal yoga. Sumber yang telah ditemukan lalu dianalisis dengan cara menngkritisi lalu disimpulkan sesuai permasalahan yang dibahas.

Diharapkan hasil literatur review dapat digunakan sebagai dasar dalam menemukan atau melakukan penelitian selanjutnya terkait evidence based practice secara keseluruhan sehingga ditemukan asuhan yang tepat untuk ketidaknyamanan kram kaki pada ibu hamil.