

BAB V

PEMBAHASAN

Berdasarkan data yang didapatkan dari Ny.S pada tanggal 15 maret 2022 didapatkan data subjektif yaitu ibu datang untuk melakukan pemeriksaan kehamilan rutin 1 bulan dan ibu mengatakan bahwa ia mengalami kram kaki sehari sejak seminggu yang lalu. Ibu mengatakan bahwa setiap malam ia merasakan kram pada daerah kaki. Setelah dilakukan pemeriksaan lengkap hasil yang didapatkan yaitu keadaan umum ibu baik, TD : 90/70 mmHg, R : 19x/m, N : 87 x/m, T : 36,4° C tetapi ibu masih terlihat lemas. Tekanan darah ibu rendah tetapi hasil tanda-tanda vital lainnya normal juga ibu tidak tampak pucat. Lalu untuk memastikan kategori kram kaki ibu, digunakan lembar observasi skala nyeri berdasarkan teori dari switry(2020). Setelah dilakukan penilaian dengan skala nyeri, Hasil skor yang didapatkan yaitu 5 atau kram kaki sedang.

Pada kunjungan kedua yaitu pada tanggal 16 Maret 2022 ibu mengatakan kram kaki sudah berkurang. Hasil pemeriksaan fisik ibu yaitu keadaan umum ibu baik, TD : 100/70 mmHg, R : 20 x/m, N : 88 x/m, T : 36,5° C. Skor skala nyeri ibu berkurang menjadi 3 yaitu kram masih terasa tetapi masih bisa di toleransi. Dan pada kunjungan terakhir yaitu pada tanggal 17 Maret 2022, Ibu mengatakan tidak lagi mengalamikram kaki. Hasil pemeriksaan Fisik didapatkan TD : 110/80 mmHg, R : 20 x/m, N : 90 x/m, dan T : 36,4° C. Hasil skor skala nyeri ibu berada di angka 2 yang berarti nyeri ringan atau nyeri sudah tidak terasa lagi.

Setelah mendapatkan data dari Ny. S, selanjutnya menjelaskan kepada Ibu bagaimana cara mengurangi kram kaki yaitu bisa dengan jangan duduk yang lama dengan posisi yang sama, atau jangan berjalan terlalu jauh. Salah satu intervensi bagi ibu hamil untuk mengurangi gejala kram kaki dengan banyak minum air putih, tidak beraktivitas yang berat, makan makanan yang bergizi.

Selain itu penulis juga memberikan pemaparan tentang bagaimana cara penanganan kram kaki dengan metode non-farmakologi yaitu dengan Penerapan rendam air hangat campur garam.

Pada Ny. S diberikan terapi non-farmakologi rendam air hangat campur garam sebagaimana penelitian dari sawtry (2020) yang menggunakan metode tersebut sebagai terapi untuk mengurangi kram kaki. Dengan menerapkan penelitian dari sawitry (2020) penulis melakukan evaluasi terhadap Asuhan. Penerapan asuhan dilakukan selama 3 hari dan akan dilakukan evaluasi setiap harinya menggunakan lebarskor skala nyeri. Pada Hari pertama Asuhan, Skor skala nyeri Ibu berada di angka 5 atau kram kaki sedang. Sedangkan pada hari terakhir asuhan, Skor skala nyeri ibu menjadi 2 atau berarti nyeri ringan atau nyeri sudah tidak terasa lagi. Dari hasil yang didapatkan dari Asuhan selama 3 hari ternyata penelitian dari sawitry (2020) Juga dalam Penelitian milik fildayanti (2020) sesuai dan terbukti efektif dalam mengurangi kram kaki ibu.

Analisis mengenai penerapan Asuhan kepada Ny.S yang berhasil mengurangi kram kaki yaitu Ibu Kooperatif dan selalu mengikuti anjuran yang diberikan. Dimulai dari makan yang bergizi juga ibu menghindari aktivitas yang terlalu berat. Dan untuk penerapan rendam air hangat campur garam ibu selalu mengikuti langkah-langkah sesuai yang diberikan yaitu dengan pemakaian selama 10-20 menit sebelum tidur pada malam har.

Kram kaki saat hamil adalah suatu kondisi yang umum dirasakan oleh ibu hamil pada trimester ketiga. Kaki kram saat hamil biasanya terjadi di area betis dan kerap kali terasa menyakitkan, bahkan terkadang sampai tidak dapat digerakkan. (Syarifudin, 2011). WHO (World Health Organization) menyebutkan pada tahun 2017-2018 wanita hamil kram kaki sebesar 15-20%. Berdasarkan hasil laporan riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) pada tahun 2017-2018 di Indonesia didapatkan data bahwa 14-53% pada ibu hamil mengalami kram kaki (Depkes, 2014).

Penanganan kram kaki bisa dilakukan secara farmakologi juga secara non-farmakologi. Namun tidak semua ibu hamil dapat menjalani terapi menggunakan

obat-obatan, ada beberapa ibu termasuk Ny. S yang tidak suka apabila harus mengkonsumsi obat salah satunya karena kekhawatiran. Maka dari itu dilakukan pemberian terapi non-Farmakologi diperlukan disini. Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa kandungan air garam dapat mengalirkan aliran listrik disbanding dengan air tawar yaitu yang akan masuk kedalam tubuh dari kaki yang melintas ke kulit kaki yang buat tubuh rilex dan mengurangi kram kaki.

Penulis memberikan penerapan rendam air hangat campur garam ini karena Berdasarkan penelitian penelitian Indriani Indriani, Mursudarinah Mursudarinah, Eska Dwi Prajayanti (2019) menyatakan Kram kaki banyak dikeluhkan ibu hamil, terutama pada trimester kedua dan ketiga. Walau singkat, gangguan ini bisa menimbulkan rasa sakit yang sangat menekan betis atau telapak kaki. Salah satu pengobatan secara non farmakologis dalam mengatasi nyeri kram kaki adalah rendam air hangat campur garam. Tujuan; Untuk mengetahui pengaruh penerapan rendam air hangat campur garam dalam mengatasi nyeri kram kaki pada ibu hamil trimester II dan III.

Setelah melakukan pengkajian kepada Ny. K 25 tahun G1P0A0 didapatkan data subjektif dan objektifnya. Dilanjutkan dengan pemeriksaan skala nyeri kram kaki dengan lembar skala nyeri /NRS dan didapatkan hasil skor 5 yang menunjukkankram kaki ibu masuk dalam kategori sedang. Setelah dilakukan pemeriksaan, maka diagnosa dari Ny.S adalah Ibu mengalamikram kaki. Mengidentifikasi kebutuhan dari Ny. S yaitu Ibu membutuhkan penanganan untuk kram kakinya. Merencanakan Asuhan dengan memberikan terapi non-Farmakologi rendam air hangat campur garam selama 3 hari. Melaksanakan Asuhan sesuai dengan langkah-langkah dari jurnal penelitian lalu mengevaluasi Asuhan yang diberikan. Hasilnya Asuhan efektif karena frekuensi kram kaki ibu berkurang dan ada penurunan skor skala nyeri/NRS sampai hari terakhir asuhan lalu mendokumentasikan hasil asuhan.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Setelah melakukan pengkajian kepada Ny. S yang mengalami Kram kaki penulis mendapat kesimpulan :

1. Setelah dilakukan pengkajian, didapatkan data subjektif dari Ny. S G1P0A0 mengalami Kram kaki selama 1 minggu, juga data objektif Ny. S yang didapatkan dari pemeriksaan fisik yang dilakukan di PMB Siti Rohmah.
2. Melakukan pemeriksaan skala kram kaki ibu dan didapatkan skor 12 yaitu dalam kategori kram kaki sedang.
3. Memberikan diagnosa kepada Ny. S G1P0A0 hamil 31 minggu 5 hari bahwa ibu mengalami Kram kaki.
4. Setelah mengidentifikasi kebutuhan kebutuhan Ny.S maka ditetapkan bahwa Ny. S membutuhkan penanganan untuk Kram kakinya.
5. Merencanakan Asuhan kebidanan kepada Ny.S G1P0A0 hamil 31 minggu 5 hari dengan Kram kaki menggunakan metode non farmakologi yaitu dengan Penerapan rendam air hangat campur garam.
6. Melaksanakan perencanaan Asuhan terhadap Ny.S sesuai dengan langkah-langkah dari jurnal penelitian Metode non-farmakologi Rendam air hangat campaur garam yang dilakukan selama 3 hari penerapan di PMB Siti Rohmah.
7. Melakukan evaluasi Asuhan kebidanan yang diberikan kepada Ny.S G1P0A0 dan didapatkan Asuhan kebidanan efektif karena Frekuensi Kram kaki ibu berkurang dan penurunan Skala nyeri sampai hari terakhir asuhan.
8. Mendokumentasikan hasil Asuhan yang telah diberikan kepada Ny.S dengan Rendam air hangat campur garam di PMB Siti Rohmah.

B. Saran

Penulis menyadari akan kekurangan dalam laporan kasus ini, adapun saran yang hendak penulis sampaikan, adalah sebagai berikut :

1. Bagi PMB Siti Rohmah

Bidan di PMB lebih mampu meningkatkan mutu pelayanan kebidanan dengan pendekatan manajemen asuhan kebidanan pada ibu hamil dengan Kram kaki menggunakan metode Rendam air hangat campur garam dalam mengurangi Kram kaki. Serta mampu membagikan ilmu pengetahuan yang didapatkan tentang mengurangi kram kaki dengan metode non farmakologirendam air hangat campur garam.

2. Bagi Intitusi Pendidikan

Sebagai bahan referensi dan menambah wawasan mengenai masalah kasus, khususnya pada kasus yang berhubungan dengan asuhan kebidanan pada ibu hamil dengan Kram kaki menggunakan penerapan metoderendam air hangat campur garam.

3. Penulis Lain

Bagi penulis lain diharapkan bisa terus menambah wawasan dan pengetahuan serta dapat menerapkan untuk subjek selanjutnya