

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Dasar Kasus

1. Pengertian Kehamilan

Kehamilan merupakan fertilisasi atau penyatuan dari *spermatozoa* dan *ovum* lalu dilanjutkan dengan *nidasi* atau *implantasi*. Bila dihitung dari saat fertilisasi hingga lahirnya bayi, kehamilan normal akan berlangsung dalam waktu 40 minggu atau 9 bulan menurut kalender internasional. Kehamilan terbagi 3 trimester, dimana trimester 1 berlangsung dalam 12 minggu, trimester 2 15 minggu (minggu ke 13 hingga ke 27), dan trimester 3 13 minggu (minggu ke 28 hingga ke 40). (Sarwono 2016:213)

2. Perubahan Psikologi Ibu Hamil

Perubahan psikologis masa kehamilan merupakan perubahan sikap dan perasaan tertentu selama kehamilan yang memerlukan adaptasi atau penyesuaian, adapun perubahan psikologis selama kehamilan yaitu: perubahan mood seperti sering menangis, mudah marah dan sering sedih atau cepat berubah senang yang merupakan manifestasi dari emosi yang stabil (Suherni dkk, 2009).

a. Perubahan psikologis pada trimester 1

Trimester pertama sering dianggap sebagai penyesuaian terhadap kenyataan bahwa ia sedang mengandung, sebagian besar wanita merasa sedih dan ambivalen tentang kenyataan bahwa ia hamil. Perasaan ambivalen ini biasanya berakhir dengan sendirinya siring ia menerima kehamilannya, sementara itu, beberapa ketidaknyamanan pada trimester pertama seperti mual, perubahan nafsu makan, kepekaan emosional, semua ini dapat mencerminkan konflik dan depresi yang ia alami dan pada saat bersamaan hal-hal lain merupakan hal yang sangat normal terjadi pada trimester pertama

1. Merasa tidak sehat dan tidak suka kehamilannya.
2. Selalu memperhatikan setiap perubahan yang terjadi pada tubuhnya.
3. Mencari tanda-tanda untuk lebih meyakinkan bahwa dirinya sedang hamil.
4. Mengalami peningkatan gairah seks tapi libido menurun.
5. Khawatir kehilangan bentuk tubuh.
6. Membutuhkan penerimaan dari keluarga atas kehamilannya.
7. Ketidakstabilan emosi dan suasana hati.

b. Perubahan psikologis pada trimester II

Trimester kedua sering dikenal sebagai periode kesehatan yang baik, yakni periode ketika wanita merasa nyaman dan bebas dari segala ketidaknyamanan yang normal dialami saat hamil. Namun, trimester kedua juga merupakan fase ketika wanita menelusur kedalam dan paling banyak mengalami kemunduran. Tanda-tanda lain perubahan pada trimester II yaitu:

1. Ibu sudah mulai merasa sehat dan mulai bisa menerima kehamilannya.
2. Mulai merasakan gerakan bayi dan merasakan kehadiran bayi.
3. Perut ibu belum terlalu besar sehingga belum dirasa beban.
4. Gairah seks dan libido meningkat
5. Ibu merasakan adanya perubahan pada bentuk tubuh yang semakin membesar sehingga ibu merasa tidak menarik lagi dan merasa suami tidak memperhatikan lagi.
6. Ibu merasakan lebih tenang dibandingkan dengan trimester I karena nafsu makan sudah mulai timbul dan tidak mengalami mual muntah sehingga lebih semangat.

c. Perubahan psikologis pada trimester III

Trimester ketiga sering disebut periode penantian dengan penuh kewaspadaan. Pada periode ini wanita mulai menyadari kehadiran bayi sebagai makhluk yang terpisah sehingga ia tidak sabar menanti kehadiran

sang bayi. Ada perasaan khawatir mengingat bayi dapat lahir kapanpun. Hal ini membuatnya berjaga-jaga sementara ia memperhatikan dan menunggu tanda dan gejala persalinan muncul.

Masalah yang biasa timbul pada trimester ketiga adalah:

1. Rasa tidak nyaman timbul kembali, merasa dirinya jelek, aneh dan tidak menaraik.
2. Merasa khawatir ketika bayi tidak lahir tepat waktu.
3. Takut akan rasa sakit dan bahaya fisik yang timbul pada saat melahirkan serta khawatir akan keselamatannya.
4. Khawatir bayi akan lahir dalam keadaan tidak normal.
5. Merasa sedih karena akan terpisah dari bayinya karena merasa kehilangan perhatian pada dirinya.
6. Perasaan mudah terluka (sensitif)
7. Libido menurun. (Manuaba, 2014)

3. Perubahan Fisiologis Ibu Hamil

Selama hamil terjadi adaptasi anatomis, fisiologis, dan biokimia yang mencolok, banyaknya perubahan ini dimulai segera setelah pembuahan dan berlanjut selama kehamilan.

a. Uterus

Pada wanita tidak hamil, uterus normal memiliki berat sekitar 70 gram dan rongga berukuran tidak lebih dari 10 ml. selama kehamilan uterus berubah menjadi organ muscular dengan dinding relatif tipis yang mampu menampung janin, plasenta, dan cairan amnion. Volume total isi uterus pada kehamilan aterm adalah sekita 5-20 L atau bahkan lebih. Pada akhir kehamilan, uterus telah mencapai kapasitas 500-1000 kali lebih besar daripada sebelum hamil.

Table 1.1
TFU (Tinggi Fundus Uteri)

No	Tinggi Fundus Uteri (cm)	Tinggi Fundus Uteri (<i>Leopold</i>)	Umur Kehamilan (minggu)
1	12	3 jari diatas simfisis	12
2	16	Pertengahan pusat dan simfisis	16
3	20	3 jari bawah pusat	20
4	24	Sepusat	24
5	28	3 jari atas pusat	28
6	32	Petengahan pusat dan <i>processus</i>	32
7	36	1-2 jari bawah px	36
8	40	2-3 jari bawah px	40

(Sumber: Sarwono, 2010; Wahyuni, 2015)

b. Serviks

Perubahan warna dan konsistensi

c. Vagina dan Vulva

Selama kehamilan, terjadi peningkatan vaskularitas dan hiperpigmentasi di kulit dan otot perineum dan vulva, disertai perlunakan jaringan ikat di bawahnya. Meningkatnya vaskularitas sangat memenuhi vagina dan menyebabkan warnanya menjadi keunguan.

d. Ovarium

Ovulasi tidak terjadi, terjadinya kehamilan dikarenakan indung telur yang mengandung korpus luteum gravidarum akan meneruskan fungsinya sampai terbentuknya plasenta yang sempurna pada usia 16 minggu.

e. Payudara

Pada minggu-minggu awal kehamilan, wanita sering merasakan prestesia dan nyeri payudara. Setelah bulan kedua, payudara membesar dan memperlihatkan vena-vena halus dibawah kulit, puting menjadi jauh lebih besar dan berwarna lebih gelap serta tegak. Payudara bertambah besar dan mengalami hiperpigmentasi pada areola.

f. Sistem Sirkulasi Darah

- a) Denyut nadi meningkat ketika istirahat sekitar 10-15x/menit.
- b) Apeks jantung berpindah sedikit ke lateral.
- c) Bising sistolik pada saat respirasi.
- d) Cardiac output meningkat sekitar 30% tampak pada kehamilan 16 minggu.
- e) Sel darah merah semakin meningkat jumlahnya agar mengimbangi pertumbuhan janin dalam rahim tetapi penambahan sel darah tidak seimbang dengan peningkatan volume darah sehingga terjadi hemodelusi yang disertai anemi fisiologis.

g. Sistem Pernafasan

Kecepatan nafas sebenarnya tidak berubah, tetapi volume tidal (tidal volume) dan resting ventilation, meningkat secara bermakna seiring dengan perkembangan kehamilan. Pada ibu hamil usia > 32 minggu seringkali merasakan sesak nafas, hal ini terjadi karena uterus membesar dan menekan diafragma. Diafragma akan naik kurang lebih 4 cm, melebar kesamping 5-7 cm.

h. Sistem Gastrointestinal

- a) Metabolism basal naik sebesar 15-20% dari semula terutama pada trimester III.
- b) Kebutuhan ptotein meningkat untuk pertumbuhan dan perkembangan janin, perkembangan organ kehamilan serta persiapan laktasi.
- c) Kebutuhan kalori dan zat mineral meningkat, maka berat badan ibu hamil meningkat.

i. Metabolisme

Pada trimester III laju metabolic ibu meningkat 10-20% dibandingkan dengan keadaan sebelum hamil. Hal ini meningkat lagi 10% pada wanita dengan kehamilan kembar. (Manuaba, 2014)

4. Kebutuhan Ibu Hamil

a. Kebutuhan Nutrisi

Anjurkan ibu hamil makan makanan yang secukupnya saja, cukup mengandung protein hewani dan nabati, karena kebutuhan kalori selama hamil meningkat. Kenaikan berat badan wanita hamil berkisar 6,5-16 kg selama kehamilan. Bila berat badan tetap atau menurun anjurkan makanan yang mengandung protein dan zat besi. Bila berat badan naik dari semestinya maka anjurkan untuk mengurangi makanan yang mengandung karbohidrat dan lemak jangan kurangi sayur dan buah. Kebutuhan beberapa zat yang penting antara lain : kalori, protein, kalsium, ferum, vitamin A, vitamin B, vitamin C, riboflavin, dan vitamin D.

b. Imunisasi

Pada masa kehamilan ibu diharuskan melakukan imunisasi terutama tetanus toksoid (TT). Gunanya untuk menurunkan angka kematian pada ibu dan bayi karena tetanus, terutama untuk melindungi bayi terhadap penyakit tetanus neonatorum.

c. Personal Hygiene

Kebersihan harus dijaga pada masa kehamilan. Mandi dianjurkan sedikitnya dua kali sehari karena ibu hamil cenderung lebih banyak mengeluarkan keringat, menjaga kebersihan diri terutama lipatan kulit (ketiak, bawah buah dada, daerah genetalia) dengan cara dibersihkan dengan air dan dikeringkan. Kebersihan badan mengurangi infeksi, putting susu harus dibersihkan kalau terbasahi oleh kolostrum. Perawatan gigi harus dilakukan karena kesehatan gigi yang terjaga menjamin pencernaan yang sempurna.

d. Istirahat dan tidur

Jadwal istirahat dan tidur diperhatikan dengan baik karena istirahat dan tidur secara teratur dapat meningkatkan kesehatan jasmani dan rohani untuk kepentingan perkembangan dan pertumbuhan janin.

e. Seksual

Kebanyakan calon orangtua khawatir jika berhubungan seks dapat mempengaruhi kehamilan. Kekhawatiran yang paling sering diajukan adalah kemungkinan bayi akan dcederai oleh penis, orgasme ibunya, atau ejakulasi. Ibu hamil dan pasangannya perlu dijelaskan bahwa tidak ada yang perlu di khawatirkan dalam hubungan seks. Janin tidak akan terpengaruh karena berada dibelakang serviks dan dilindungi cairan amniotomik dalam uterus. Hubungan seksual selama kehamilan tidak dilarang, tetapi disarankan dihentikan bila:

1. Terdapat tanda infeksi, yaitu pengeluaran cairan disertai nyeri dan panas.
2. Terjadi perdarahan saat hubungan seksual.
3. Terdapat pengeluaran cairan mendadak saat berhubungan.
4. Adanya riwayat abortus, partus prematurus, dan IUFD.

f. Pakaian

Pakaian yang baik untuk ibu hamil yaitu pakaian yang enak dipakai dalam artian tidak boleh menekan badan atau ketat karena pakaian yang menekan badan akan menyebabkan bendungan vena dan mempercepat timbulnya varises.

g. Eliminasi

Keluhan yang sering muncul pada ibu hamil berkaitan dengan eliminasi adalah konstipasi dan seringnya buang air kemih. Konstipasi terjadi karena adanya pengaruh hormon progesteron yang mempunyai efek rileks terhadap otot polos, salah satunya otot uterus. Selain itu, desakan oleh pembesaran janin juga menyebabkan bertambahnya konstipasi. Tindakan pencegahan yang dapat dilakukan adalah dengan mengkonsumsi makanan tinggi serat dan banyak minum air putih.

h. Persiapan Laktasi

Untuk mempersiapkan laktasi, perlu dilakukan persiapan payudara, persiapan mental dan fisik yang cukup membuat proses menyusui menjadi mudak dan menyenangkan. Payudara adalah sumber ASI yang

merupakan makanan utama bagi bayi, yang perlu diperhatikan dalam persiapan laktasi adalah:

1. Bra harus sesuai dengan pembesaran payudara yang sifatnya menyokong payudara dari bawah, bukan menekan dari depan.
2. Sebaiknya ibu hamil mengikuti kelas “bimbingan persiapan menyusui”.
3. Ibu mengetahui keunggulan ASI dan kekurangan susu botol.
4. Gizi ibu hamil dan menyusui.
5. Dukungan psikologis pada ibu hamil untuk menghadapi persalinan dan keyakinan dalam keberhasilan menyusui.
6. Melakukan pemeriksaan payudara dan senam hamil.
(Putriyana, Suprihatin, rudiYanti, 2017:73-74).

5. Pelayanan / Asuhan Standar Kehamilan / ANC “10 T”

Pelayanan antenatal adalah pelayanan kesehatan untuk ibu selama kehamilannya, dilaksanakan sesuai dengan standar pelayanan antenatal yang ditetapkan dalam standar pelayanan kebidanan (Depkes RI, 2009).

Kunjungan Antenatal Care (ANC) minimal:

- a. Satu kali pada trimester I (usia kehamilan 0-13 minggu)
- b. Satu kali pada trimester II(usia kehamilan 14-27 minggu)
- c. Dua kali pada trimester III (usia kehamilan 28-40 minggu)

Standar pelayanan yang harus diperoleh oleh ibu hamil dengan “10 T” yaitu sebagai berikut:

1) Timbang berat badan dan ukur Tinggi badan (T1)

Berat bdan ibu hamil harus diperiksa pada tiap kunjungan, sejak bulan ke-4 pertambahan BB minimal 1 kg perbulan dan maksimal 2 kg perbulan. Tinggi badan pada ibu hamil hanya diukur pada kunjungan pertama (K1) untuk mengetahui adanya factor resiko untuk panggul sempit.

2) Ukur Lingkar Lengan Atas (T2)

Lingkar lengan atas diukur hanya pada kunjungan pertama (K1). Pengukuran ini menentukan status gizi ibu hamil. LILA ibu hamil <23,5 cm menunjukkan bahwa ibu hamil menderita kurang gizi kronis.

3) Ukur Tekanan Darah (T3)

Pengukuran tekanan darah pada setiap kali kunjungan : TD normal jika sistole 120 mmHg dan diastole 80 mmHg. TD tinggi sistole >140 mmHg atau diastole >90 mmHg, dimana merupakan faktor resiko untuk hipertensi dalam kehamilan.

4) Ukur Tinggi Fundus Uteri (T4)

Pengukuran tinggi fundus uteri pada setiap kali kunjungan antenatal dilakukan untuk mendeteksi pertumbuhan janin sesuai atau tidak dengan umur kehamilan. Jika tinggi fundus uteri tidak sesuai dengan umur kehamilan, kemungkinan ada gangguan janin. Standar pengukuran menggunakan pita ukur setelah usia kehamilan 24 minggu.

Adapun cara untuk menghitung usia kehamilan yaitu menggunakan

HPHT tanggal +7, bulan -3 dan tahun +1 (April s/d Desember)

HPHT tanggal +7 dan bulan +9 (Januari s/d Maret)

rumus Neagle, yaitu:

Cara pengukuran TFU dengan cm bisa pula membantu pengukuran perkiraan berat janin, dengan rumus dari Johnson Taussack

$$TBJ = (\text{tinggi fundus uteri (cm)} - N) \times 155$$

Keterangan :

N = 13 bila kepala janin belum melewati pintu atas panggul.

N = 12 bila kepala janin masih berada di atas spina iskiadika.

N = 11 bila kepala janin masih berada di bawah spina iskiadika.

5) Tentukan Presentasi Janin dan DJJ (T5)

Menentukan presentasi janin dilakukan pada akhir trimester II dan selanjutnya setiap kali kunjungan antenatal. Pemeriksaan ini dimaksudkan untuk mengetahui letak janin. Jika trimester III bagian bawah janin bukan kepala, atau kepala janin belum masuk pintu atas panggul berarti ada kelainan letak, panggul sempit atau ada masalah.

6) Skrining Status Imunisasi TT dan berikan TT jika diperlukan (T6)

Untuk mencegah tetanus neonatorum, ibu hamil harus mendapatkan imunisasi TT. Pada saat kontak pertama, ibu hamil harus diskriminasi status imunisasi TT-nya. Pemberian imunisasi TT pada ibu hamil disesuaikan pada status imunisasi TT ibu saat ini. Ibu hamil minimal memiliki status imunisasi T2 agar mendapat perlindungan terhadap infeksi tetanus. Ibu hamil dengan status imunisasi T5 (*TT Long Life*) tidak perlu diberikan imunisasi TT lagi. Pemberian imunisasi TT tidak mempunyai interval maksimal, hanya terdapat interval minimal. Interval minimal pemberian imunisasi TT dan lama perlindungannya dapat dilihat di table.

7) Pemberian Tablet Tambah Darah / zat besi (T7)

Untuk mencegah anemia zat besi, setiap ibu hamil harus mendapat tablet tambah darah (tablet zat besi) dan asam folat minimal 90 tablet selama kehamilan yang diberikan sejak kontak pertama.

8) Pemeriksaan Laboratorium Rutin dan Khusus (T8)

Pemeriksaan laboratorium yang dilakukan pada ibu hamil adalah pemeriksaan laboratorium rutin dan khusus. Pemeriksaan laboratorium rutin adalah pemeriksaan laboratorium yang harus dilakukan pada setiap ibu hamil yaitu golongan darah, hemoglobin darah dan pemeriksaan spesifik daerah endemia (Malaria, HIV, dll). Sementara pemeriksaan laboratorium khusus adalah

pemeriksaan laboratorium lain yang dilakukan atas indikasi pada ibu hamil yang melakukan kunjungan antenatal.

- a) Pemeriksaa golongan darah
- b) Pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb)
- c) Pemeriksaan protein dalam urin
- d) Pemeriksaan kadar gula darah
- e) Pemeriksaan Malaria
- f) Pemeriksaan tes Sifilis
- g) Pemeriksaan HIV
- h) Pemeriksaan BTA

9) Tatalaksana/penanganan kasus (T9)

Berdasarkan hasil pemeriksaan antenatal diatas dan hasil pemeriksaan laboratorium, setiap kelaianan yang ditemukan pada ibu hamil harus ditangani sesuai dengan standar dan kewenangan tenaga kesehatan. Kasus yang tidak dapat ditangani dirujuk sesuai dengan standar dan kewenangan tenaga kesehatan. Kasus-kasus yang tidak dapat ditangani dirujuk sesuai dengan system rujukan.

10) Temu wicara/konseling (T10)

Temu wicara atau konseling sangat diperlukan karena dapat menjalin tatalaksana asuhan yang baik selama kehamilan bahkan berlanjut pada asuhan intranatal, postnatal dan asuhan bayi baru lahir. Konseling yan perlu diberikan selama hamil meliputi : konseling mengenai kesehatan ibu hamil, perilaku hidup bersih dan sehat, asupan gizi seimbang, senam ibu hamil, persiapan persalinan, tanda bahaya pada ibu hamil, inisiasi menyusui dini (IMD), pemberian ASI eksklusif dan KB pasca persalinan.

6. Diagnosa Kehamilan

Lama kehamilan berlangsung sampai persalinan aterm sekitar 280-300 hari, dengan perhitungan sebagai berikut:

- a. Kehamilan sampai 28 minggu dengan berat janin 1000 gr bila berakhir disebut keguguran / abortus.
 - b. Kehamilan 29-36 minggu bila terjadi persalinan disebut prematuritas.
 - c. Kehamilan berumur 37-42 minggu disebut aterm
 - d. Kehamilan melebihi 42 minggu disebut kehamilan lewat waktu atau post datims (serotinus).
- (Prawirohardjo, 2010).

7. Teknik Pemeriksaan Palpasi Kehamilan

Pemeriksaan palpasi leopold adalah suatu Teknik pemeriksaan pada ibu hamil dengan cara perabaan yaitu merasakan bagian yang terdapat pada perut ibu hamil menggunakan tangan pemeriksaan dalam posisi tertentu, atau memindahkan bagian-bagian tersebut dengan cara-cara tertentu menggunakan tingkat tekanan tertentu. Teori ini dikembangkan oleh Christian Gerhard Leopold. Pemeriksaan ini sebaiknya dilakukan setelah UK 24 minggu, ketika semua bagian janin sudah dapat diraba. Teknik pemeriksaan ini utamanya bertujuan untuk menentukan posisi dan letak janin pada uterus, dapat juga berguna untuk memastikan usia kehamilan ibu dan memperkirakan berat janin.

a. Pemeriksaan Leopold I

Tujuan: untuk menentukan usia kehamilan dan juga mengetahui bagian janin apa yang terdapat di fundus uteri (bagian atas perut ibu)

b. Pemeriksaan Leopold II

Tujuan: untuk menentukan bagian janin yang berada pada kedua sisi uterus, pada letak lintang tentukan dimana kepala janin

c. Pemeriksaan Leopold III

Tujuan: untuk menentukan bagian janin apa (kepala atau bokong) yang terdapat dibagian bawah perut ibu, serta apakah bagian janin tersebut sudah memasuki pintu atas panggul (PAP)

d. Pemeriksaan Leopold IV

Tujuan: untuk mengkonfirmasi ulang bagian janin apa yang terdapat dibagian bawah perut ibu, serta untuk mengetahui seberapa jauh bagian bawah janin telah memasuki pintu atas panggul (Sarwono, 2018)

8. Tanda-Tanda Bahaya Kehamilan

a. Perdarahan pervaginam

Perdarahan antepartum/perdarahan pada kehamilan lanjut adalah perdarahan pada trimester dalam kehamilan sampai bayi dilahirkan

b. Sakit kepala yang berat

Sakit kepala bisa terjadi selama kehamilan, dan sering kali merupakan ketidaknyamanan yang normal dalam kehamilan

c. Penglihatan kabur

Akibat pengaruh hormonal, ketajaman penglihatan dapat berubah dalam kehamilan

d. Bengkak diwajah dan jari-jari tangan

Pada saat kehamilan, hamper seluruh ibu hamil mengalami bengkak yang normal pada kaki yang biasanya muncul pada sore hari dan hilang setelah beristirahat dengan meninggikan kaki

e. Keluar cairan per Vaginam

Keluarnya cairan berupa air-air dari vagina pada trimester III. Ibu harus dapat membedakan antara urine dengan air ketuban

f. Gerakan janin tidak terasa

Normalnya ibu mulai merasakan gerakan janinnya selama bulan ke 5 atau ke 6, beberapa ibu dapat merasakan gerakan bayinya lebih awal

g. Nyeri perut yang hebat

Pada kehamilan lanjut, jika ibu merasakan nyeri yang hebat, tidak berhenti setelah beristirahat, disertai tanda-tanda syok yang membuat keadaan ibu semakin lama makin memburuk dan disertai perdarahan yang tidak sesuai dengan berat nya syok, maka kita harus waspada akan kemungkinan terjadinya solusio placenta.

9. Ketidaknyamanan Pada Masa Kehamilan

- a. Mual muntah, mual dalam kehamilan disebut dengan emesis. Bila mual muntah berlebihan disebut hiperemesis
- b. Heart burn (panas perut) adalah kondisi ibu hamil yang merasakan panas atau terbakar didaerah dadanya, dapat juga merasakan seperti rasa nyeri seperti ditusuk benda tajam
- c. Fatigue (kelelahan/keletihan) adalah kelelahan yang dirasakan oleh ibu hamil dapat terjadi selama trimester I dengan sebab yang belum diketahui secara pasti
- d. Sakit kepala (pusing) sakit kepala merupakan suatu keluhan yang sering dialami oleh ibu hamil. Hal ini dapat disebabkan karena perubahan hormonal sinusitis, tegangan pada mata, keletihan, dan perubahan emosional
- e. Perubahan payudara sering kali menjadi salah satu perubahan pertama yang disadari dengan ibu hamil berkaitan dengan kehamilannya
- f. Striae gravidarum adalah garis-garis yang timbul diperut, pada lengan atau payudara ibu hamil
- g. Peningkatan frekuensi Buang Air Kecil (Nocturia) peningkatan frekuensi BAK merupakan suatu gangguan ketidaknyamanan yang fisiologis, umumnya terjadi pada ibu hamil trimester ke III
- h. Hemoroid disebut juga wasir, merupakan suatu keluhan yang disebabkan oleh konstipasi
- i. Leukorrhea (keputihan) meningkatnya kadar dan frekuensi keputihan umumnya adalah kondisi normal saat hamil. Namun jika keputihan telah berubah warna atau diiringi gejala tertentu seperti gatal yang hebat atau bau busuk yang menusuk maka kondisi ini dapat terjadi tanda timbulnya infeksi
- j. Insomnia atau gangguan tidur, insomnia sering kali terjadi pada ibu hamil karena memang banyak perubahan yang terjadi pada kehamilan yang dirasakan oleh ibu hamil
- k. Nyeri punggung atas, nyeri punggung (teruma bagian atas) dapat terjadi mulai trimester pertama, yang terjadi karena peningkatan ukuran dan

perubahan payudara yang menjadi lunak dan padat, yang merupakan salah satu tanda presumtif kehamilan

- l. Nyeri punggung bawah, sakit punggung selama kehamilan dapat disebabkan oleh kenaikan berat badan dan hormon progesteron mengendurkan otot-otot serta ligament diseluruh bagian tubuh.
- m. Keram kaki, kram kaki dapat muncul setelah usia kehamilan 24 minggu.
- n. Varises vena pada kaki, selama kehamilan kenaikan volume darah dan tekanan dari uterus oleh janin yang tumbuh keppda pembuluh darah vena sebelah kanan ibu menekan pada pembuluh darah kaki
- o. Edema kaki / dependem edem, edem fisiologis yang sering terjadi adalah tungkai bawah dan bagian kaki merupakan akibat dari sirkulasi darah (pembuluh darah vena) yang terhambat peningkatan terkena vena pada ekstremitas bawah
- p. Perubahan emosional, selama terjadinya masa kehamilan ketidakstabilan emosional pada beberapa wanita hamil sangat terasa perubahannya (Jurnal Kebidanan 2020)

10. Edema/Bengkak Kaki Pada Ibu Hamil

a. Pengertian Bengkak Kaki

Bengkak pada kaki saat hamil adalah pembengkakan dibagian kaki atau tungkai bawah karena akibat dari sirkulasi darah (pembuluh darah vena) yang terhambat akibat peningkatan tekanan vena pada ekstremitas. Terganggunya sirkulasi darah ini disebabkan oleh peningkatan tekanan karena pembesaran uterus pada vena pelvia ketika ibu hamil duduk atau berdiri, atau penggunaan pakaian terlalu ketat (putriyana, suprihatin riduyanti, 2017:68-71).

Bengkak pada kaki menunjukkan adanya cairan berlebihan pada jaringan tubuh. Pada banyak keadaan, bengkak pada kaki terutama terjadi pada kompartemen cairan ekstraselular, tapi ini juga dapat melibatkan cairan intraselular . Selain itu, bengkak pada kaki dapat terjadi pada kehamilan normal. Reaksi yang paling nyata diantara banyak reaksi ibu

terhadap hormon kehamilan yang berlebihan adalah peningkatan ukuran berbagai organ- organ kehamilan, Natsir (2017).

Ada 4 derajat oedema pada tungkai bawah:

- 1) Derajat I : Kedalamannya 1-3 mm dengan waktu kembali 3 detik
- 2) Derajat II : Kedalamannya 3-5 mm dengan waktu kembali 5 detik
- 3) Derajat III : Kedalamannya 5-7 mm dengan waktu kembali 7 detik
- 4) Derajat IV : Kedalamannya 7 mm dengan waktu kembali 7 detik

(Deswita, 2011)

b. Penyebab Bengkak Kaki

Pengumpulan dan tertahannya cairan dalam jaringan tubuh karena peningkatan tekanan vena yang disebabkan oleh tekanan pembesaran uterus adalah hal umum yang menyebabkan pembengkakan. Kurang dan berlebihannya aktifitas pada ibu hamil merupakan faktor utama penyebab bengkak kaki pada ibu hamil. Seperti ibu yang terlalu banyak berdiri lama dalam aktifitasnya, atau sering berjalan. Sedangkan untuk kurangnya aktifitas seperti ibu terlalu banyak duduk dan tidur juga menjadi penyebab bengkak kaki. Dari segi nutrisi pun seperti kurangnya supan air minum yang cukup serta minuman berkafein terlalu sering dan posisi tidur yang terlalu sering terlentang.

Pembengkakan di bagian tubuh, termasuk kaki saat hamil dapat dikatakan wajar jika tidak disertai dengan peningkatan tekanan darah. Namun, jika pembengkakan ini disertai dengan peningkatan tekanan darah, misalnya saja sistoliknya meningkat dari 100 mmHg menjadi 130 mmHg, ibu hamil perlu berhati-hati. Pasalnya, kondisi ini dapat dijadikan pertanda bahwa ibu mengalami preeklamsia. Pembengkakan akan terlihat lebih jelas pada posisi duduk atau berdiri yang terlalu lama (Saragih, Kristiova Masnita dan Ruth Sanaya Siagian, 2021).

1. Trimester pertama

Pada awal kehamilan, hormon progesteron akan meningkat pesat. Kondisi ini berdampak pada munculnya sedikit pembengkakan di

beberapa bagian tubuh, termasuk kaki. Pembengkakan karena perubahan hormon kehamilan adalah hal yang normal terjadi.

Namun, bila kaki bengkak disertai dengan pusing, sakit kepala, nyeri berat pada kaki, atau perdarahan di trimester pertama, segeralah periksakan diri ke dokter kandungan. Gejala-gejala tersebut bisa jadi menandakan adanya gangguan kesehatan.

2. Trimester kedua

Trimester kedua kehamilan adalah periode waktu di saat kehamilan mencapai usia 13–28 minggu. Di trimester kedua, banyak ibu hamil yang merasakan kaki bengkak saat usia kehamilannya menginjak 20 minggu.

Penyebabnya yaitu meningkatnya volume darah dan cairan di dalam tubuh. ini merupakan cara alami tubuh untuk mendukung pertumbuhan janin, serta mempersiapkan persendian dan jaringan panggul agar lebih terbuka untuk persalinan.

3. Trimester ketiga

Kaki bengkak paling umum terjadi pada trimester ketiga, yaitu saat kehamilan telah memasuki usia 28 minggu.

Selain meningkatnya cairan tubuh, penyebab kaki bengkak saat hamil di trimester akhir adalah rahim yang terus membesar seiring berkembangnya janin. Kondisi rahim yang makin membesar ini dapat menekan pembuluh darah vena di panggul.

Tekanan tersebut memperlambat kembalinya darah dari kaki menuju jantung, sehingga darah berkumpul di pembuluh darah kaki dan menyebabkan pembengkakan.

Selain itu, kaki bengkak yang dialami oleh ibu hamil juga bisa disebabkan oleh beberapa hal berikut ini:

- a) Berdiri terlalu lama
- b) Menggunakan sepatu yang sempit
- c) Kelelahan atau melakukan aktivitas terlalu berat
- d) Kelebihan air ketuban
- e) Hamil bayi kembar

- f) Cuaca panas
- g) Kurang minum air putih
- h) Kurang mengonsumsi makanan mengandung kalium
- i) Banyak mengonsumsi makanan yang mengandung garam tinggi atau minuman berkafein

c. Dampak Bengkak Kaki

Bengkak fisiologis hanya akan menyebabkan ibu merasa tidak nyaman dan mengganggu aktifitas ibu karena penimbunan cairan yang terjadi pada saat kehamilan. Namun jika bengkak diikuti dengan sakit kepala, pandangan mata kabur, peningkatan tekanan darah, kejang, dan pada pemeriksaan urine dijumpai protein yang meningkat maka dapat menyebabkan pre-eklamsia dan eklamsia pada kehamilan (Saragih, Kristiova Masnita dan Ruth Sanaya Siagian, 2021)

Edema dapat terjadi semakin parah bila kadar natrium tinggi dalam tubuh karena sifat natrium (garam) menarik air lebih banyak kedalam aliran darah. Bila air terus tertarik dan pembuluh darah menjadi melebar, pembuluh darah dapat pecah dan akibat dari pembuluh darah pecah akan menghambat suplai nutrisi ke janin, bila nutrisi kurang akan menghambat pertumbuhan janin. (Tri, Melyana, Admini, 2018)

d. Penatalaksanaan Bengkak Kaki

Penatalaksanaan dari edema kaki adalah hindari mengenakan pakaian ketat yang mengganggu aliran balik vena, ubah posisi sesering mungkin, minimalkan berdiri dalam waktu lama, jangan dudukkan barang diatas pangkuan atau paha yang akan menghambat sirkulasi, istirahat berbaring miring kiri untuk memaksimalkan pembuluh darah kedua tungkai, lakukan olahraga atau senam hamil, menganjurkan massage atau pijat kaki, rendam air hangat (Sinclair, 2009).

11. Pengaturan Posisi

Ibu hamil boleh melakukan kegiatan atau aktifitas fisik biasa selama tidak terlalu melelahkan. Ibu hamil dapat melakukan pekerjaan seperti menyapu, mengepel, masak dan mengajar. Semua pekerjaan tersebut harus sesuai dengan kemampuan ibu dan mempunyai cukup waktu untuk istirahat (Kusmiyati, 2009)

Pengaturan posisi kaki yang ditinggikan 30 derajat terhadap pengurangan edema dapat membantu resusitasi jantung sehingga suplai darah keorgan-organ penting seperti paru, hepar, ginjal dapat mengalir secara sempurna. Tujuan utama dari peninggian posisi ini mencakup peningkatan suplai darah arteri ke ekstermitas bawah, pengurangan kongesti vena, mengusahakan vasodilatasi pembuluh darah, pencegahan kompresi vaskuler (mencegah dekubitus), pengurangan nyeri, pencapaian atau pemeliharaan integritas kulit. Tindakan yang digunakan untuk mencapai salah satu sasaran evaluasi dalam hal positif terhadap seberapa efektifnya pengaruh posisi terhadap pengurangan edema (Ricky, 2010).

- a. Ubah posisi sesering mungkin
- b. Minimalkan berdiri dalam waktu yang lama
- c. Jangan dudukan barang diatas pangkuan atau paha
- d. Berbaring miring kiri
- e. Melakukan olahraga atau senam hamil
- f. Massage atau pijat kaki
- g. Rendam air hangat

12. Air Hangat

Pada saat hamil bengkak pada kaki akibat dari sirkulasi darah (pembuluh darah vena) yang terhambat dan peningkatan tekanan vena pada ekstremitas.

Terapi rendam kaki dapat digunakan sebagai alternatif non-farmakologis dengan menggunakan metode yang lebih murah dan mudah. Rendam air hangat sangat mudah dilakukan oleh semua orang,

tidak membutuhkan biaya yang mahal, dan tidak memiliki efek samping yang berbahaya. Selain itu, terapi rendam air hangat juga dapat digunakan untuk menghindari komplikasi dari terapi farmakologis (diuretikum) yang jika digunakan secara tidak hati-hati dapat menyebabkan kehilangan volume cairan hingga memperburuk perfusi utero-plasenta, meningkatkan hemokonsentrasi, menimbulkan dehidrasi janin, dan menurunkan berat janin. (Saragih, Kristiova Masnita dan Ruth Sanaya Siagian, 2021)

Air hangat mempunyai dampak positif bagi pembuluh darah dan memicu saraf yang ada pada telapak kaki untuk bekerja. Saraf yang ada pada kaki menuju ke organ vital tubuh diantaranya menuju ke jantung, paru-paru, lambung, dan pankreas. Faktor pembebanan di dalam air akan menguatkan otot-otot dan ligamen yang mempengaruhi sendi tubuh (Suandika, 2014)

a. Dasar Kerja

Berendam dengan air hangat mampu meredakan ketegangan otot dan menstimulus produksi kelenjar otak yang membuat tubuh merasa lebih tenang dan rileks. Terapi rendam kaki (hidroterapi kaki) membantu meningkatkan sirkulasi darah dengan memperlebar pembuluh darah sehingga lebih banyak oksigen dipasok ke jaringan yang mengalami pembengkakan (Flona, 2010)

Sistem konduksi terjadi perpindahan panas/hangat dari air hangat kepada tubuh akan mengakibatkan pelebaran pembuluh darah serta keregangan otot sehingga bisa memperlancar aliran darah. Sirkulasi darah akan mudah merangsang darah masuk ke dalam jantung sehingga aliran darah kembali lancar atas adanya pelebaran pembuluh darah yang membuat penurunan pada bengkak kaki. Aktivitas air hangat pada dasarnya akan meluaskan kegiatan molekuler sel atas metode pengaliran energi melewati konveksi (pengaliran lewat medium cair). Metode merendam kaki dengan air hangat membagikan dampak fisiologis terhadap beberapa sisi organ individu. Selanjutnya berikut adalah beberapa organ yang mengalami perubahan fisiologis, yaitu:

- 1) Tekanan hidrostatik. Air terhadap tubuh akan mendorong aliran darah dari kaki menuju ke rongga dada dan darah akan berakumulasi dipembuluh darah besar jantung. Air hangat akan mendorong pembesaran pembuluh darah kulit serta meningkatkan denyut jantung, efek ini berlangsung cepat setelah terapi diberikan.
- 2) Jaringan Otot. Air hangat dapat melonggarkan otot sekaligus dapat memiliki dampak anagestik. Tubuh yang lelah akan menjadi segar dan mengurangi rasa lelah yang berlebihan.

b. Tata cara prosedur dalam merendam kaki dengan air hangat.

Proses langkah merendam kaki dengan air hangat :

Penatalaksanaan pada ibu hamil berupa rendam kaki dengan air hangat yaitu merendam kaki hingga 10-15 cm diatas mata kaki dengan air hangat pada suhu 39°C-42°C dan dilakukan selama 15-30 menit sehari selama 5 hari (Yuhendri, 2019).

Persiapan alat dan bahan :

1. Baskom/ember,
2. 2 buah handuk kering,
3. Thermometer air,
4. Wadah air atau termos air panas

Persiapan pasien :

1. Membantu ibu untuk duduk dengan nyaman
2. Memenuhi baskom/ember dengan air dingin serta air panas hingga separuh penuh lalu ukur suhu air (39°C-42°C dengan thermometer
3. Jika kaki tampak kotor, maka cuci kaki terlebih dahulu
4. Rendam kaki sampai 10-15 cm diatas mata kaki, lalu tunggu sampai 15 menit
5. Lakukan pengukuran pada suhu air setiap 5 menit, bila suhu air turun maka tambahkan lagi air panas (kaki diangkat dari baskom/ember) dan ukur kembali suhu air dengan thermometer
6. Tutup ember dengan handuk untuk mempertahankan suhu

7. Setelah selesai rendam kaki (15 menit), angkat kaki lalu keringkan dengan handuk
8. Rapihkan alat-alat (Potter, 2012)

c. Efek Samping

Terapi air hangat dapat menimbulkan kehancuran jaringan ketika sudah terpapar suhu pada air terlalu panas, periksa suhu pada air hangat yang akan digunakan untuk terapi dan kaji keadaan kulit pasien selama terapi berlangsung (MeChan et.al.2009)

B. Kewenangan Bidan Terhadap Kasus Tersebut

Wewenang bidan sesuai dengan UU 4 Tahun 2019 kebidanan berikut adalah isi Undang-Undang Nomor 4 tahun 2019 tentang kebidanan bagian kedua tugas dan wewenang pasal 46:

1. Dalam menyelenggarakan praktik, bidan bertugas memberikan pelayanan meliputi:
 - a. Pelayanan kesehatan ibu
 - b. Pelayanan kesehatan anak
 - c. Pelayanan kesehatan reproduksi perempuan dan keluarga berencana
 - d. Pelaksanaan tugas berdasarkan pelimpahan wewenang
 - e. Pelaksanaan tugas dalam keadaan keterbatasan tertentu
2. Tugas bidan sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dapat dilaksanakan secara Bersama atau sendiri
3. Pelaksanaan tugas sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dilaksanakan secara bertanggung jawab akuntabel

Pasal 47

1. Dalam menyelenggarakan praktik kebidanan, bidan dapat berperan sebagai:
 - a. Pemberi pelayanan kebidanan
 - b. Pengelola pelayanan kebidanan
 - c. Penyuluh dan konselor
 - d. Pendidik, pembimbing, dan fasilitator klinik

- e. Penggerak peran serta masyarakat dan pemberdayaan perempuan dan atau peneliti
2. Peran bidan sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dilaksanakan sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan

C. Hasil Penelitian Terkait

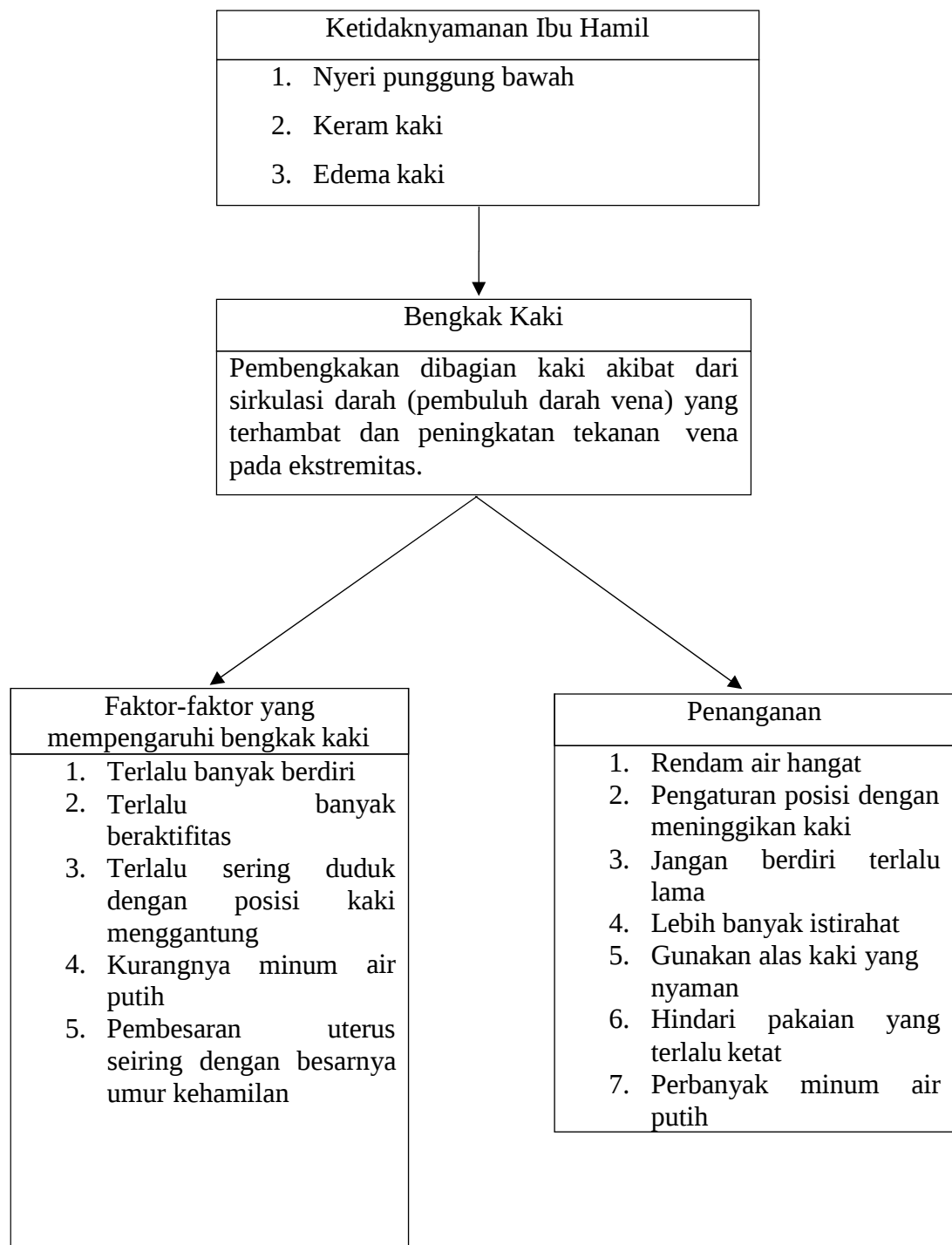
Dalam penyusunan laporan tugas akhir ini, penulis sedikit banyak terinspirasi dan mereferensi dari penelitian-penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan latar belakang masalah pada laporan tugas akhir ini, berikut ini penelitian terdahulu yang berhubungan dengan tugas akhir ini antara lain.

1. Penelitian yang dilakukan “Kristiova Masnita Saragih dan Ruth Sanaya Siagian terkait Terapi Rendam Air Hangat Untuk Edema Tungkai Pada Ibu Hamil Trimester III” edema kaki atau bengkak dikaki paling banyak ditemukan pada wanita hamil di trimester ketiga, memprioritaskan prinsip-prinsip perawatan bagi ibu dan bayi untuk diturunkan ketidaknyamanan, kebutuhan untuk pencegahan dan perawatan yang tepat untuk wanita hamil. Hasil rendaman air hangat diterapkan dengan cara yang serupa, tetapi dari masing-masing perlakuan digabungkan sehingga mengurangi edema fisiologis wanita hamil pada trimester ke III. Intervensi dalam edema kaki pada wanita hamil secara alami dengan menggunakan rendam air hangat secara aman dan efektif untuk mengurangi edema wanita hamil.
2. Penelitian yang dilakukan “Aris Dinasty P.Z dan Yunita Azizatu terkait Perbedaan Efektifitas Antara Rendam Kaki Dan Pengaturan Posisi Terhadap Oedema Tungkai Fisiologis Pada Ibu Hamil” Pengaruh posisi kaki ditinggikan 30 derajat terhadap pengurangan edema adalah dapat membantu resusitasi jantung sehingga suplai darah keorgan-organ penting seperti paru, hepar, ginjal dapat mengalir secara sempurna. Tujuan utama dari peninggian posisi ini mencakup peningkatan suplai darah arteri ke ekstermitas bawah, pengurangan kongesti vena, mengusahakan vasodilatasi pembuluh darah, pencegahan kompresi vaskuler (mencegah dekubitus), pengurangan nyeri, pencapaian atau pemeliharaan integritas

kulit. Tindakan yang digunakan untuk pasien ini untuk mencapai salah satu sasaran evaluasi dalam hal positif terhadap seberapa efektifnya pengaruh posisi terhadap pengurangan edema.

3. Penelitian yang dilakukan “Rosita Dewi Ariani, Isfaizah dan Ninik Chistiani terkait Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Ketidaknyamanan Trimester III Kaki Bengkak Dengan Terapi Rendam Kaki Air Hangat DI Bpm Sri Harti Banyubiru Kabupaten Semarang” Pembengkakan pada kaki ditemukan sekitar 80% pada ibu hamil trimester III, terjadi akibat dari penekanan uterus yang menghambat aliran balik vena dan tarikan gravitasi menyebabkan retensi cairan semakin besar. Kaki bengkak fisiologis menyebabkan ketidaknyamanan, perasaan berat, dan kram di malam hari. Air hangat mempunyai dampak positif bagi pembuluh darah dan memicu saraf yang ada pada telapak kaki untuk bekerja. Saraf yang ada pada kaki menuju ke organ vital tubuh diantaranya menuju ke jantung, paru-paru, lambung, dan pankreas. Faktor pembebanan di dalam air akan menguatkan otot-otot dan ligamen yang mempengaruhi sendi tubuh.

D. Kerangka Teori



(Sumber: Tri Endah, Melyana, Admini 2018 dan Saragih, Kristiova Masnita dan Ruth Sanaya Siagian, 2021)