

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Konsep Dasar Kasus**

##### **1. Pengertian Kehamilan**

Menurut *Federasi Obsetetri Ginekologi Internasional*, Kehamilan merupakan fertilisasi atau penyatuan dari *spermatozoa* dan *ovum* dan 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 menjadi 3 trimester, dimana trimester kesatu berlangsung dalam 12 minggu, trimester kedua 15 minggu (minggu ke 13 hingga ke 27), dan trimester ketiga 13 minggu (minggu ke 28 hingga ke 40). ( Ilmu kebidanan, Sarwono 2016:213 )

##### **2. Perubahan Psikologi Ibu Hamil**

Sikap atau penerimaan ibu terhadap keadaan hamilnya sangat mempengaruhi juga kesehatan atau keadaan umum serta keadaan janin dalam kehamilannya. Umumnya kehamilan yang diinginkan akan disambut dengan sikap gembira, diringi dengan pola makan, perawatan tubuh dan upaya memeriksakan diri secara teratur dengan baik. Kadang timbul gejala yang lazim disebut ngidam, yaitu keinginan terhadap hal-hal tertentu yang tidak seperti biasanya, misalnya makanan tertentu.

###### a. **Perubahan psikologi pada trimester I ( Periode Penyesuaian)**

Trimester pertama sering dianggap sebagai periode 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 seiring ia menerima kehamilannya, sementara itu, beberapa ketidaknyamanan pada trimester pertama, seperti mual, kelemahan, perubahan nafsu makan, kepekaan emosional, semua ini dapat mencerminkan konflik dan depresi yang ia alami dan pada saat bersamaan hal-hal tersebut menjadi penguat tentang kehamilannya. Masalah – masalah lain merupakan hal yang sangat normal terjadi pada trimester pertama.

1. Merasa tidak sehat dan benci kehamilannya

2. Selalu memperhatikan setiap perubahan yang terjadi pada tubuhnya

3. Mencari tanda-tanda untuk lebih menyakinkan bahwa dirinya sedang hamil
4. Mengalami gairah seks yang lebih tinggi tapi libido menurun
5. Khawatir kehilangan bentuk tubuh
6. Membutuhkan penerimaan kehamilannya oleh keluarga
7. Ketidakstabilan emosi dan suasana hati
8. Mencari tanda-tanda untuk menyakinkan bahwa dirinya hamil
9. Hasrat untuk melakukan hubungan seks pada trimester pertama berbeda – beda kebanyakan wanita hamil mengalami penurunan pada periode ini.

Pada trimester I atau bulan-bulan pertama ibu akan merasa tidak berdaya dan merasa minder karena ibu merasakan perubahan pada dirinya. Segera setelah konsepsi kadar hormon estrogen dan progesterone meningkat, menyebabkan mual dan muntah pada pagi hari, lemah, lelah dan pembesaran payudara .

#### b. Perubahan psikologis pada trimester II (Periode Kesehatan Yang Baik )

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 kedalaman dan paling banyak mengalami kemunduran. Tanda – tanda lain perubahan pada trimester II adalah :

- 1) Ibu sudah mulai merasa sehat dan mulai bias menerima kehamilannya
- 2) Mulai merasakan gerakan bayi dan merasakan kehadiran bayi sebagai seseorang diluar dirinya
- 3) Perut ibu belum terlalu besar sehingga belum dirasa beban
- 4) Libido dan gairah seks 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
- 7) Biasanya ibu lebih bias menyesuaikan diri dengan kehamilannya selama trimester ini dan ibu mulai merasakan gerakan janinnya pertama kali.

#### 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 was-was mengingat bayi dapat lahir kapanpun. Hal ini membuatnya berjaga – jaga sementara ia memperhatikan dan menunggu tanda dan gejala persalinan muncul.

Masalah yang biasanya timbul pada trimester ketiga adalah :

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

### **3. Perubahan fisiologis ibu hamil**

#### 1) Uterus

Uterus yang semula besarnya sejempol atau beratnya 30gram akan mengalami hipertrofi dan hiperplasia, sehingga menjadi seberat 1.000 gram saat akhir kehamilan, dan perubahan isthmus uteri menjadi lebih panjang dan lunak.

#### 2) Serviks

perubahan pada warna dan konsistensinya .

#### 3) Vagina dan vulva

Vagina dan Vulva mengalami peningkatan sirkulasi darah karena pengaruh estrogen, sehingga tampak makin merah dan kebiru-biruan, perlunakan jaringan ikat.

#### 4) Ovarium

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

#### 5) Payudara

Nyeri payudara bertambah besar karena hipertrofi areoli mammae, hiperpigmentasi areola.

6) System Sirkulasi Darah

7) Sistem Pernafasan

Pada ibu hamil usia > 32 minggu seringkali merasakan sesak nafas, hal ini terjadi karena uterus membesar menekan diafragma. Diafragma akan naik kurang lebih 4 cm, melebar kesamping 5-7cm.

8) Sistem Gastrointestinal

Fungsi saluran cerna selama masa hamil menunjukkan gambaran yang sangat menarik. Gusi cenderung mudah berdarah karena kadar estrogen yang meningkat menyebabkan peningkatan.

9) Metabolisme

Pada masa kehamilan, metabolisme meningkat sekitar 20-25%. Peningkatan asupan nutrisi selama hamil membuat kerja sistem pencernaan berubah, disertai dengan perubahan metabolisme karbohidrat, lemak, dan protein.

#### **4. Kebutuhan Ibu Hamil**

b. 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. Pada saat ibu harus makan makanan yang mengandung nilai gizi bermutu tinggi meskipun tidak berarti makanan yang mahal. Gizi pada waktu hamil harus ditingkatkan hingga 300 kalori perhari, ibu hamil seharusnya mengonsumsi makanan yang mengandung protein, zat besi dan minum cukup cairan (menu seimbang).

1) Kalori

Di Indonesia kebutuhan kalori untuk orang tidak hamil adalah 2000 Kkal, sedang untuk orang hamil dan menyusui masing – masing adalah 2300 dan 2800 Kkal. Kalori dipergunakan untuk produksi energi. Bila kurang energi akan diambil dari pembakaran protein yang mestinya dipakai untuk pertumbuhan. Asupan makanan ibu hamil pada triwulan I sering mengalami keadaan tersebut tetapi asupan makanan harus tetap diberikan seperti biasa. Pada triwulan kedua nafsu makan biasanya sudah mulai meningkat, kebutuhan zat tenaga banyak dibanding kebutuhan saat hamil muda. Demikian juga zat pembangun dan zat pengatur seperti lauk pauk, sayuran dan buah-buahan berwarna. Pada trimester ketiga, janin mengalami pertumbuhan dan

perkembangan janin yang pesat ini terjadi pada 20 minggu terakhir kehamilan. Umumnya nafsu makan ibu sangat baik dan ibu sangat merasa lapar (Asuhan kebidanan kehamilan terkini,2017:68-71).

#### 2) Protein

Protein sangat dibutuhkan untuk perkembangan buah kehamilan yaitu untuk pertumbuhan janin, uterus plasenta, selain itu untuk ibu penting untuk pertumbuhan payudara dan kenaikan sirkulasi ibu (protein plasma, hemoglobin, dan lain – lain). Bila wanita tidak hamil, konsumsi protein yang ideal adalah 0,9 gram/kg BB/hari tetapi selama kehamilan dibutuhkan tambahan protein hingga 30 gram/hari. Protein yang dianjurkan adalah protein hewani seperti daging, susu, telur, keju dan ikan karena mereka mengandung komposisi asam amino yang lengkap. Susu dan produk susu disamping sebagai sumber protein adalah juga kaya dengan kalsium (Asuhan kebidanan kehamilan terkini,2017:68-71).

#### 3) Mineral

Pada prinsipnya semua mineral dapat terpenuhi dengan makan makanan sehari – hari yaitu buah – buahan , sayur – sayuran dan susu. Hanya besi yang tidak terpenuhi dengan makan sehari – hari. Kebutuhan akan besi pada pertengahan kedua kehamilan kira – kira 17 mg/hari. Untuk memenuhi kebutuhan ini dibutuhkan suplemen besi 30 mg sebagai ferrous, ferofumarat atau feroglukonat perhari pada kehamilan kembar atau pada wanita yang sedikit anemia dibutuhkan 60-100 gr/hari. Kebutuhan kalsium umumnya terpenuhi dengan minum susu. Satu liter susu sapi mengandung kira – kira 0,9 gram kalsium,. Bila ibu hamil tidak dapat minum susu, suplemen kalsium dapat diberikan dengan dosis 1 gram perhari. Pada umumnya dokter selalu member suplemen mineral dan vitamin prenatal untuk mencegah kemungkinan terjadinya defisiensi (Asuhan kebidanan kehamilan terkini,2017:68-71).

#### 4) Vitamin

Vitamin sebenarnya telah terpenuhi dengan makan sayur dan buah – buahan , tetapi dapat pula diberikan ekstra vitamin. Pemberian asam folat terbukti mencegah kecacatan pada bayi (Asuhan kebidanan kehamilan terkini,2017:68 71).

#### b. Eliminasi

Keluhan yang sering muncul pada ibu hamil berkaitan dengan eliminasi adalah konstipasi dan sering buang air kemih . konstipasi terjadi karena adanya pengaruh hormone progesterone yang mempunyai efek rileks terhadap otot polos, salah satunya otot usus. Selain itu, desakan oleh pembesaran janin juga menyebabkan bertambahnya kontipasi. Tindakan pencegahan yang dapat dilakukan adalah dengan mengkonsumsi makanan tinggi serat dan banyak minum air putih (Asuhan kebidanan kehamilan terkini,2017:68-71).

c. Istirahat

Dengan adanya perubahan fisik pada ibu hamil, salah satunya berat pada perut sehingga terjadi perubahan sikap tubuh, tidak jarang ibu akan mengalami kelelahan, oleh karena itu istirahat dan tidur sangat penting untuk ibu hamil. Pada trimester akhir kehamilan sering diiringi dengan bertambahnya ukuran janin, sehingga terkadang ibu kesulitan untuk menentukan posisi yang paling baik dan nyaman untuk tidur. Posisi tidur yang dianjurkan pada ibu hamil adalah miring ke kiri, kaki kiri lurus, kaki kanan sedikit menekuk dan diganjal dengan bantal , dan untuk mengurangi rasa nyeri pada perut, ganjal dengan bantal pada perut bawah sebelah kiri (Asuhan kebidanan kehamilan terkini,2017:68-71).

d. Aktifitas Seorang wanita boleh mengerjakan aktivitas sehari hari asal hal tersebut tidak memberikan gangguan rasa tidak enak. Bagi wanita pekerja ia boleh tetap masuk kantor sampai menjelang partus(Asuhan kebidanan kehamilan terkini,2017:68-71).

e. Persiapan laktasi

Persiapan menyusui pada kehamilan merupakan hal yang penting karena dengan persiapan dini ibu akan lebih baik dan siap untuk menyusui bayinya. Untuk itu ibu hamil sebaiknya masuk dalam kelas “bimbingan persiapan menyusui(BPM)”. Suatu pusat pelayanan kesehatan (RS, RB, Puskesmas) harus mempunyai kebijakan yang berkenaan dengan pelayanan ibu hamil yang menunjang keberhasilan menyusui. Pelayanan pada BPM terdiri dari penyuluhan tentang keunggulan ASI, manfaat rawat gabung, perawatan putting susu, perawatan bayi, gizi ibu hamil dan menyusui, keluarga berencana (Asuhan kebidanan kehamilan terkini,2017:68-71).

f. Personal Hygine Kebersihan harus dijaga pada masa hamil. Mandi dianjurkan sedikitnya dua kali sehari karena ibu hamil cenderung untuk

mengeluarkan banyak keringat, menjaga kebersihan diri terutama lipatan kulit (ketiak, bawah buah dada, daerah genitalia) dengan cara dibersihkan dengan air dan dikeringkan. Kebersihan gigi dan mulut, perlu mendapat perhatian karena seringkali mudah terjadi gigi berlubang, terutama pada ibu yang kekurangan kalsium. Rasa mual selama hamil dapat mengakibatkan perburukan hygiene mulut dan dapat menimbulkan karies gigi (Asuhan kebidanan kehamilan terkini, 2017:68-71).

g. Pakaian

Meskipun pakaian bukan merupakan hal yang berakibat langsung terhadap kesejahteraan ibu dan janin, namun perlu kiranya jika tetap dipertimbangkan beberapa aspek kenyamanan dalam berpakaian. Pemakaian pakaian dan kelengkapannya yang kurang tepat akan mengakibatkan beberapa ketidaknyamanan yang akan mengganggu fisik dan psikologis ibu. Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam pakaian ibu hamil adalah memenuhi kriteria berikut ini

- a) Pakaian harus longgar, bersih, dan tidak ada ikatan yang ketat pada daerah perut.
- b) Bahan pakaian usahakan yang mudah menyerap keringat.
- c) Memakai bra yang menyokong payudara.
- d) Memakai sepatu dengan hak yang rendah. Pakaian dalam yang selalu bersih (Asuhan kebidanan kehamilan terkini, 2017:68-71).

h. Seksual

Hubungan seksual selama kehamilan tidak dilarang selama tidak ada riwayat penyakit seperti :

- a) Sering abortus dan kelahiran premature.
- b) Perdarahan pervaginam.
- c) Koitus harus dilakukan dengan hati – hati terutama pada minggu terakhir kehamilan.

Bila ketuban sudah pecah, koitus dilarang karena dapat menyebabkan infeksi janin intrauteri. (Asuhan kebidanan kehamilan terkini, 2017:68-71).

## **5. Ketidaknyamanan pada masa kehamilan**

1. Mual muntah, mual dalam kehamilan disebut dengan emesis. bila mual muntah berlebihan disebut hyperemesis.

2. Mengidam (Pica), mengidam merupakan suatu keadaan yang berkaitan dengan kondisi psikologi ibu hamil. umumnya dialami oleh ibu hamil primi.
3. Ptialism (peningkatan salivasi/Hipersalivasi), adalah produksi air liur yang berlebihan terutama pada trimester I, pada saat ibu merasa mual akan sering meludah.
4. Heartburn (Panas Perut), adalah kondisi ibu hamil yang merasakan panas atau terbakar di daerah dadanya, dapat juga merasakan seperti rasa nyeri seperti ditusuk benda tajam.
5. Fatigue (Kelelahan/Keletihan), adalah kelelahan yang dirasakan oleh ibu hamil dapat terjadi selama trimester I dengan sebab yang belum diketahui secara pasti.
6. Sakit Kepala (Pusing), sakit kepala merupakan suatu keluhan yang sering dialami oleh ibu hamil. hal dapat disebabkan karena perubahan hormonal, sinusitis, tegangan pada mata, keletihan, dan perubahan emosional.
7. Perubahan Payudara, perubahan payudara sering kali menjadi salah satu perubahan pertama yang disadari oleh ibu hamil berkaitan dengan kehamilannya.
8. Striae gravidarum, adalah garis-garis yang timbul di perut, pada lengan atau pada payudara ibu hamil.
9. Keringat berlebihan, meningkatnya keringat pada ibu hamil dapat terjadi pada trimester pertama kehamilan dan akan terus meningkat secara perlahan sampai akhir kehamilan.
10. Peningkatan Frekuensi Buang Air Kecil (Nocturia) Peningkatan frekuensi BAK merupakan suatu gangguan ketidaknyamanan yang fisiologis, umumnya terjadi pada ibu hamil trimester ketiga.
11. Konstipasi, pada ibu hamil disebabkan oleh berkurangnya peristaltic usus akibat meningkatnya hormone progesterone yang merileksasikan otot-otot polos di usus.
12. Hemoroid, hemoroid disebut juga wasir, merupakan suatu keluhan yang disebabkan oleh konstipasi.
13. 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.

14. Dyspareunia, yaitu nyeri saat berhubungan seksual.
15. Insomnia, gangguan tidur atau insomnia seringkali terjadi pada hamil karena memang banyak perubahan yang terjadi pada kehamilan yang dirasakan oleh ibu hamil.
16. Hiperventilasi (Sesak nafas), Memasuki usia kehamilan yang bertambah ibu sering mengalami gangguan pernapasan seperti mengalami sesak nafas hingga menyebabkan nafas terengah-engah .
17. Nyeri Punggung Atas, Nyeri punggung (terutama 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.
18. Nyeri punggung bawah, sakit punggung selama kehamilan dapat disebabkan oleh kenaikan berat badan dan hormone, progesterone mengendurkan otot-otot serta ligament diseluruh bagian tubuh.
19. Kram kaki , kram kaki dapat muncul setelah usia kehamilan 24 minggu.
20. Varises vena pada kaki , Selama kehamilan kenaikan volume darah dan tekanan dari uterus oleh janin yang tumbuh kepada pembuluh darah vena sebelah kanan ibu, menekan pada pembuluh darah kaki.
21. Edema Kaki/dependen edem, edema fisiologis yang sering terjadi adalah tungkai bawah dan bagian kaki, merupakan akibat dari sirkulasi darah (pembuluh darah vena ) yang terhambat dan peningkatan tekanan vena pada ekstremitas bawah.
22. Perubahan emosional, selama terjadinya kehamilan, ketidakstabilan emosional pada beberapa wanita hamil sangat terasa perubahannya.
23. Supine Hypotensive Syndrom , ketidaknyamanan ini ditandai dengan ibu merasa pusing, sampai-sampai ibu dapat pingsan apabila pusingnya tidak segera ditangani.

## **6. Edema/bengkak kaki pada ibu hamil**

a.

Pengertian Bengkak kaki

Bengkak kaki saat hamil adalah pembengkakan dibagian kaki atau tungkai bawah karena akibat dari sirkulasi darah (pembuluh darah vena) yang terhambat dan peningkatan tekanan vena pada ekskrenitas. 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. (Asuhan kebidanan kehamilan terkini, 2017:68-71).

#### b. Penyebab Bengkak kaki

Menurut Fatimah (2010) Ketika hamil tubuh cenderung mempertahankan lebih banyak air, terlalu banyak mengonsumsi garam atau makan asin akan membuat kaki bengkak. Hal ini disebabkan karena sifat garam yang menyerap air, konsumsi garam yang terlalu banyak akan membuat tubuh lebih banyak menyerap cairan ke dalam tubuh. Posisi kaki dibawah akan membuat semua cairan yang terserap turun ke telapak kaki ditambah dengan adanya gaya gravitasi. Semakin banyak ibu mengonsumsi garam dapat mengakibatkan bengkak pada kaki dan tekanan darah tinggi, karena tekanan darah tinggi faktor pencetus adalah suka makan garam (asin).

Dalam (Jurnal kebidanan, 2018) Pengumpulan dan tertahannya cairan dalam jaringan tubuh karena peningkatan tekanan vena yang disebabkan oleh tekanan dari pembesaran uterus adalah hal umum yang menyebabkan pembengkakan. Kurang dan berlebihnya 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 asupan air minum yang cukup dan terlalu banyak mengonsumsi makanan yang mengandung garam terlalu banyak serta minuman yang berkafein terlalu sering dan posisi tidur yang terlalu sering terlentang. Pembengkakan akan terlihat lebih jelas pada posisi duduk atau berdiri yang terlalu lama.

#### 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-eklampsia dan eklampsia pada kehamilan (Jurnal kebidanan, 2018).

#### d. Pengertian Senam Hamil

Menurut Ayu Sekar (2012), senam hamil adalah latihan gerak untuk mempersiapkan ibu hamil secara fisik atau mental pada persalinan cepat, aman, spontan dan mengurangi keluhan selama kehamilan. Olah raga pada ibu hamil bisa membantu tubuh lebih bugar, namun tidak semua olah raga cocok untuk ibu hamil. Salah satu persiapan ibu sebelum olah raga adalah meminta rekomendasi dari dokter kandungan, selain itu 2 jam sebelum melakukan olah raga sebaiknya disempatkan makan karbohidrat, tidak lupa juga untuk melakukan pemanasan dan peregangan sekitar 5-10 menit. Gerakan senam hamil umumnya merupakan gerakan relaksasi diharapkan stress menjalani kehamilan dan menghadapi persalinan dapat berkurang.

Senam hamil adalah alternatif non farmakologi yang dapat diikuti oleh semua ibu hamil yang tidak mempunyai penyakit penyerta, seseorang yang mengikuti senam hamil secara rutin wajah akan terlihat lebih fresh dan ibu lebih aktif dalam melakukan aktifitas seharinya. Cara lain untuk mengurangi bengkak kaki bisa juga dengan rendam air hangat, relaksasi kaki, menggunakan alas kaki yang datar, dan menghindari penggunaan pakaian ketat. Berdasarkan fakta dan teori tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa dengan pemberian senam hamil pada ibu gravida trimester II dan III akan dapat menurunkan derajat edema.

#### e. Tujuan Senam Hamil

Tujuan penatalaksanaan senam hamil ini yaitu untuk mengurangi bengkak pada kaki ibu secara bertahap dan membuat tubuh ibu menjadi lebih tenang dan rileks sehingga peredaran lebih lancar. Ibu hamil yang mengikuti senam hamil secara teratur dan intensif, ibu tersebut akan menjaga kesehatan tubuhnya dan janin yang dikandungnya secara optimal (Manuaba, 2010).

Manfaat dari senam hamil ini mampu membantu meningkatkan sirkulasi darah dengan memperlebar pembuluh darah sehingga lebih banyak oksigen yang

dipasok ke jaringan yang mengalami pembengkakan dan dapat mengurangi kecemasan pada ibu hamil.

### **B. Kewenangan Bidan Terhadap Kasus Tersebut**

Wewenang Bidan sesuai dengan UU 4 Tahun 2019 Tentang 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; dan/atau
- 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 dan 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
- f. peneliti.

2. Peran Bidan sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dilaksanakan sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan.

Pasal 48

Bidan dalam penyelenggaraan Praktik Kebidanan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 46 dan Pasal 47, harus sesuai dengan kompetensi dan kewenangannya.

#### Pasal 49 Paragraf 1 Pelayanan Kesehatan Ibu

Dalam menjalankan tugas memberikan pelayanan kesehatan ibu sebagaimana dimaksud dalam Pasal 46 ayat (1) huruf a, Bidan berwenang:

- a. memberikan Asuhan Kebidanan pada masa sebelum hamil;
- b. memberikan Asuhan Kebidanan pada masa kehamilan normal;
- c. memberikan Asuhan Kebidanan pada masa persalinan dan menolong persalinan normal;
- d. memberikan Asuhan Kebidanan pada masa nifas;
- e. melakukan pertolongan pertama kegawatdaruratan ibu hamil, bersalin, nifas, dan rujukan; dan
- f. melakukan deteksi dini kasus risiko dan komplikasi pada masa kehamilan, masa persalinan, pascapersalinan, masa nifas, serta asuhan pascakeguguran dan dilanjutkan dengan rujukan.

#### Paragraf 20 Pelayanan Kesehatan Anak Pasal 50

Dalam menjalankan tugas memberikan pelayanan kesehatan anak sebagaimana dimaksud dalam Pasal 46 ayat (1) huruf b, Bidan berwenang:

- a. memberikan Asuhan Kebidanan pada bayi baru lahir, bayi, balita, dan anak prasekolah;
- b. memberikan imunisasi sesuai program Pemerintah Pusat;
- c. melakukan pemantauan tumbuh kembang pada bayi, balita, dan anak prasekolah serta deteksi dini kasus penyulit, gangguan tumbuh kembang, dan rujukan; dan
- d. memberikan pertolongan pertama kegawatdaruratan pada bayi baru lahir dilanjutkan dengan rujukan.

#### Paragraf 20 Pelayanan Kesehatan Anak Pasal 50

Dalam menjalankan tugas memberikan pelayanan kesehatan anak sebagaimana dimaksud dalam Pasal 46 ayat (1) huruf b, Bidan berwenang:

- a. memberikan Asuhan Kebidanan pada bayi baru lahir, bayi, balita, dan anak prasekolah
- b. memberikan imunisasi sesuai program Pemerintah Pusat;
- c. melakukan pemantauan tumbuh kembang pada bayi, balita, dan anak prasekolah serta deteksi dini kasus penyulit, gangguan tumbuh kembang, dan rujukan; dan
- d. memberikan pertolongan pertama kegawatdaruratan pada bayi baru lahir dilanjutkan dengan rujukan.

Paragraf 3 Pelayanan Kesehatan Reproduksi Perempuan dan Keluarga Berencana

Pasal 51: Dalam menjalankan tugas memberikan pelayanan kesehatan reproduksi perempuan dan keluarga berencana sebagaimana dimaksud dalam Pasal 46 ayat (1) huruf c, Bidan berwenang melakukan komunikasi, informasi, edukasi, konseling, dan memberikan pelayanan kontrasepsi sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan.

Pasal 52: Ketentuan lebih lanjut mengenai pelayanan kesehatan ibu, pelayanan kesehatan anak, dan pelayanan kesehatan reproduksi perempuan dan keluarga berencana sebagaimana dimaksud dalam Pasal 49 sampai dengan Pasal 51 diatur dengan Peraturan Menteri.

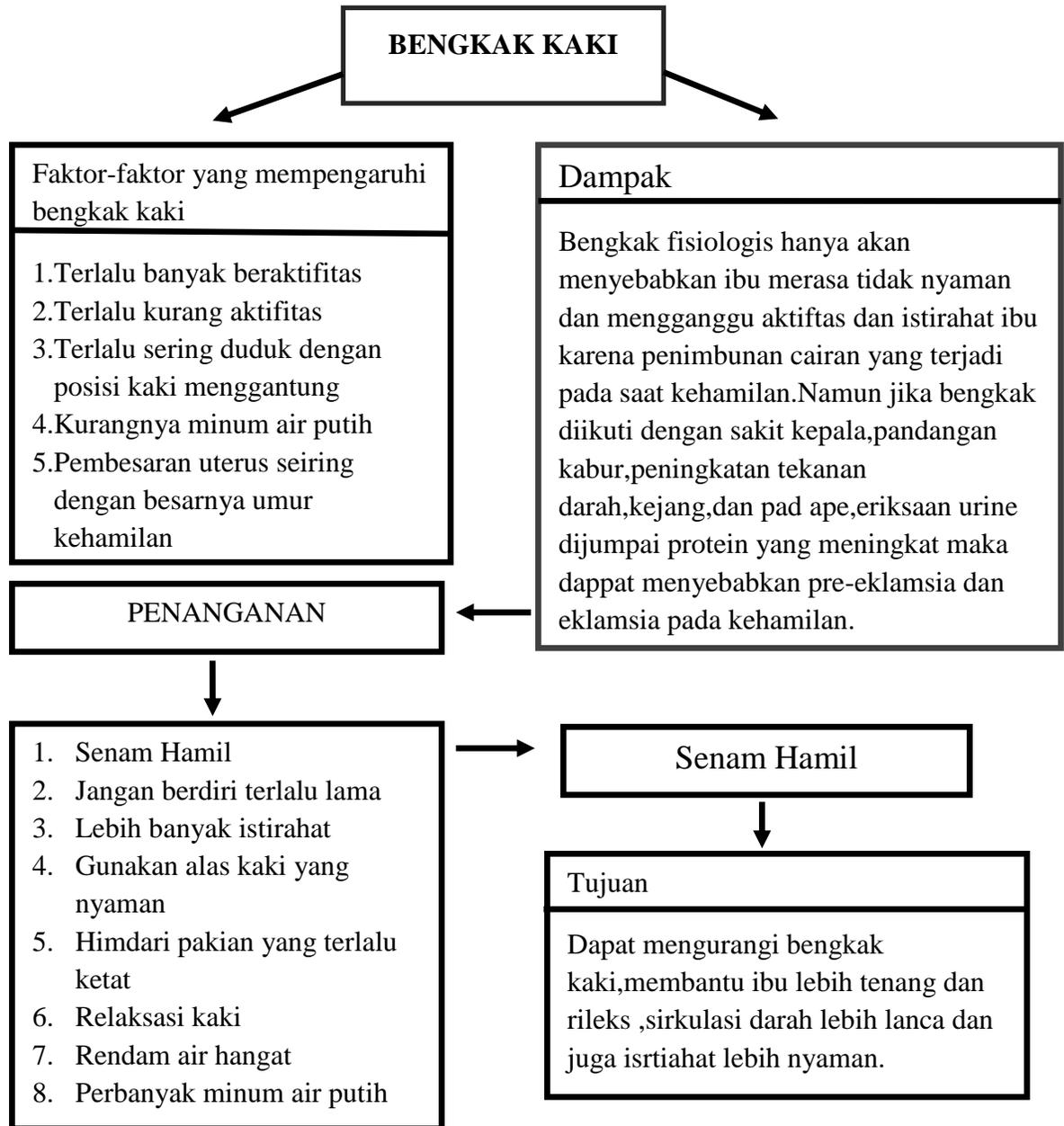
#### **A. Hasil Penelitian Terkait**

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 laporan tugas akhir ini antara lain.

Penelitian yang dilakukan “Suci Anggaraeni dan Yunita Febriana sari tentang Efektifitas Senam Hamil terhadap Penurunan Derajat Edema Kaki pada Ibu Hamil Trimester II dan III diPustu Lirboyo,Kota Kediri” dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh senam hamil terhadap penurunan derajat edema kaki ibu hamil pada trimester II dan III .studi pendahuluan penelitian ini dengan observasi yang dilakukan menghasilkan ibu yang mengalami edema fisiologis pada kaki adalah 33 ibu .dan diperoleh hasil bahwa ibu enggan melakukan senam hamil karena tidak mengetahui apa manfaatnya dan merasa malas ataupun tidak punya waktu senggang untuk melakukan senam hamil.ibu yang tidak melakukan senam hamil cekungan pada edema kaki nya lebih dalam dan mengeluh kakinya lebih berat untuk beraktifitas sehingga menjadi malas melakukan sesuatu hal dan kadang sering terjadi kram pada kaki.hal ini menunjukkan bahwa peredaran darah dibagian kaki terganggu.

Salah satu yang dapat mengurangi edema dengan cara memperlancar sirkulasi darah adalah dengan melakukan senam hamil.Dengan teratur melakukan senam hamil cairan yang semula tertahan dikaki dapat dibuang melalui air kencing dan keringat.

## B. Kerangka Teori



Sumber : Fatimah (2010) ,Jurnal kebidanan (2018) dan Manuaba (2010).