

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. KEHAMILAN

1. Definisi Kehamilan

Fisiologi kehamilan setiap bulan wanita melepaskan satu sampai dua sel telur dari indung telur (ovulasi) yang ditangkap oleh umbai-umbai (fimbriae) dan masuk ke dalam sel telur. Waktu persetubuhan, cairan semen tumpah ke dalam vagina dan berjuta-juta sel mani (sperma) bergerak memasuki rongga rahim lalu masuk ke sel telur. Pembuahan sel telur oleh sperma berkembang menjadi suatu janin (Vivian, 2011).

Pertumbuhan dan perkembangan janin ini akan terjadi secara perlahan hingga usia kehamilan 40 minggu. Kehamilan tersebut dibagi menjadi 3 trimester yakni trimester I, II, dan III (Hanni, dkk; 2011).

2. Perubahan Anatomi Fisiologis Ibu Hamil Trimester III

a. Sistem Reproduksi

1) Vagina dan Vulva

Hormon estrogen mempengaruhi sistem reproduksi sehingga terjadi peningkatan vaskularisasi dalam hiperemia pada vagina dan vulva. Peningkatan vaskularisasi menyebabkan warna kebiruan pada vagina yang disebut dengan tanda Chadwick. Perubahan pada dinding vagina meliputi peningkatan ketebalan mukosa, pelunakan jaringan penyambung, dan hipertrofi otot polos. (Mandang, 2016).

2) Uterus

Pada akhir kehamilan dinding uterus mulai menipis dan lebih lembut. Pergerakan janin dapat diobservasi dan badannya dapat diraba untuk mengetahui posisi dan ukurannya, korpus berkembang menjadi segmen bawah rahim. Pada minggu ke-36 kehamilan terjadi penurunan janin ke bagian bawah rahim hal ini disebabkan melunaknya jaringanjaringan dasar panggul bersamaan dengan gerakan yang baik dari otot rahim dan kedudukan bagian bawah rahim (Indrayani, 2011).

b. Sistem Payudara

Selama Kehamilan, payudara bertambah besar, tegang, dan berat. Dapat teraba nodul-nodul akibat hipertrofi kelenjar alveoli, bayangan vena-vena lebih membiru. Hiperpigmentasi pada puting susu dan areola payudara. Pada Trimester III pertumbuhan kelenjar mammae membuat ukuran payudara semakin meningkat. Pada kehamilan 32 minggu warna cairan agak putih seperti air susu sangat encer. Dari kehamilan 32 minggu sampai anak lahir, cairan yang keluar lebih kental, berwarna kuning, dan banyak mengandung lemak. Cairan ini disebut kolostrum (Vivian, 2011).

c. Sistem Endokrin

Adanya gangguan pada salah satu faktor itu akan menyebabkan perubahan pada yang lainnya. Konsentrasi plasma hormon pada tiroid akan menurun pada trimester pertama dan meningkat secara progresif. Aksi penting dari hormon paratiroid ini adalah untuk memasok janin dengan kalsium yang adekuat. Selain itu, juga diketahui mempunyai peran dalam produksi peptida ada janin, plasenta, dan ibu (Mandang, 2016).

d. Sistem Perkemihan

Perubahan-perubahan tersebut menyebabkan pelvis dan ureter mampu menampung urine dalam volume yang lebih besar dan dapat memperlambat laju aliran urin (Mandang, 2016).

e. Sistem Pencernaan

Sebagian besar hal ini terjadi akibat konstipasi dan naiknya tekanan vena-vena di bawah uterus termasuk vena hemoroidal. Selain itu, perut kembung juga terjadi karena adanya uterus yang membesar dalam rongga perut yang mendesak organ-organ dalam perut khususnya saluran pencernaan. Panas perut terjadi karena terjadinya aliran balik asam gastrik ke dalam esofagus (Vivian, 2011).

f. Sistem Muskuloskeletal

Peningkatan distensi abdomen yang membuat panggul miring ke depan, penurunan tonus otot perut dan peningkatan beban berat badan pada akhir 12 kehamilan membutuhkan penyesuaian ulang kurvatura spinalis (Indrayani, 2011).

g. Sistem Kardiovaskuler

Pada trimester III volume darah semakin meningkat di mana jumlah serum darah lebih besar dari pertumbuhan sel darah sehingga terjadi semacam pengenceran darah. Hemodilusi mencapai puncaknya pada umur kehamilan 32 minggu, serum darah dan volume darah juga bertambah sebesar 25-30%. Selama kehamilan, dengan adanya peningkatan volume darah curah jantung atau jumlah darah yang dikeluarkan dari jantung per menit meningkat 30-50%. Oleh karena itu, dapat terlihat penambahan beban pada jantung selama kehamilan.

h. Sistem Integumen

Pada kulit dinding perut akan terjadi perubahan warna menjadi kemerahan, kusam dan kadang-kadang akan mengenai daerah payudara dan paha perubahan ini dikenal dengan striae gravidarum. Pada multipara selain striae kemerahan itu sering kali ditemukan garis berwarna perak berkilau yang merupakan sikatrik dari striae sebelumnya. Pada kebanyakan perempuan kulit digaris pertengahan perut akan berubah menjadi hitam kecoklatan yang disebut dengan linia nigra. Kadang-kadang muncul dalam ukuran yang bervariasi pada wajah dan leher yang disebut dengan chloasma atau malasma gravidarum, selain itu pada areola dan daerah genetalia juga akan terlihat pigmentasi yang berlebihan akan hilang setelah persalinan (Mandang, 2016).

i. Sistem Metabolisme

Umumnya kehamilan mempunyai efek metabolisme, oleh karena itu wanita hamil perlu mendapat makanan yang bergizi dan dalam kondisi sehat (Vivian, 2011)

j. Sistem Berat Badan dan Indeks Masa Tubuh (IMT)

Sebagian besar pertambahan berat badan selama kehamilan dihubungkan dengan uterus dan isinya, payudara dan bertambahnya volume darah serta cairan ekstraseluler. Peningkatan total berat badan ibu pada masa hamil rata-rata 11 kg. Pada Trimester I rata-rata penambahan berat badan adalah 1 kg dan pada Trimester II dan III masing-masing 5 kg.

k. Sistem Pernafasan

Perubahan fisiologis spesifik akibat kehamilan dapat menyebabkan timbulnya gejala neurologis dan neuromuskular (Indrayani, 2011).

3. Perubahan Psikologis Ibu Hamil Trimester III

Perubahan psikologis kehamilan trimester ketiga adalah sebagai berikut (Mandang, 2016).

- a. Kecemasan dan ketegangan semakin meningkat oleh karena perubahan postur tubuh atau terjadi gangguan body image.
- b. Merasa tidak feminin menyebabkan perasaan takut perhatian suami berpaling atau tidak menyenangkan kondisinya.
- c. 6-8 minggu menjelang persalinan perasaan takut semakin meningkat, merasa cemas terhadap kondisi bayi dan dirinya.
- d. Adanya perasaan tidak nyaman
- e. Sukar tidur oleh karena kondisi fisik atau frustrasi terhadap persalinan.
- f. Menyibukkan diri dalam persiapan menghadapi persalinan.
- g. Ibu tidak sabar menunggu kelahiran bayinya.
- h. Ibu khawatir bayinya akan lahir sewaktu-waktu dalam kondisi tidak normal.
- i. Merasa sedih karena terpisah dari bayinya.

j. Libido menurun

4. Kebutuhan Dasar Ibu Hamil Trimester III

a. Oksigen

Kebutuhan oksigen untuk wanita hamil bertambah, hal ini terjadi karena selain untuk memenuhi kebutuhan pernafasan ibu juga harus memenuhi kebutuhan oksigen janin

b. Nutrisi

Pada trimester III tambahan energi yang dibutuhkan meningkat menjadi 300 kkal/hari, atau sama dengan mengkonsumsi tambahan 100 gr daging ayam atau minum 2 gelas susu sapi cair, idealnya kenaikan berat badan sekitar 500 gr/ minggu

c. Personal Hygiene

Untuk mendapatkan ibu dan janin yang sehat, maka sebaiknya kesehatan ibu dijaga dengan pola hidup yang bersih selama ibu dalam keadaan hamil.

d. Pakaian

Pakaian yang baik untuk wanita hamil adalah yang enak dipakai dan tidak menekan badan, longgar, ringan, nyaman, mudah dicuci. Pakaian yang menekan menyebabkan bendungan vena dan mempercepat timbulnya varises.

e. Mobilisasi

Mobilisasi dan bodi mekanik untuk ibu hamil harus memperhatikan cara- cara yang benar antara lain:

- 1) Melakukan latihan atau senam hamil agar otot-otot tidak kaku.
- 2) Jangan melakukan gerakan tiba-tiba atau spontan.
- 3) Jangan mengangkat secara langsung benda benda yang cukup berat, jongkoklah terlebih dahulu baru kemudian mengangkat benda.
- 4) Apabila bangun tidur, miring dulu baru kemudian bangkit dari tempat tidur.

f. *Exercise/Senam Hamil*

Senam hamil merupakan suatu program latihan fisik yang sangat penting bagi calon ibu untuk mempersiapkan saat persalinan.

g. *Istirahat/Tidur*

Tujuan utama istirahat dan tidur adalah untuk membangun sel-sel yang baru. Pada saat tidur, hormon pertumbuhan disekresikan dan hal ini merupakan waktu yang optimal untuk pertumbuhan janin (Indrayani, 2011). Ibu hamil sebaiknya memiliki jam istirahat dan tidur yang cukup, ibu hamil akan terlihat pucat lesu dan kurang gairah apabila tidak cukup istirahat. Usahakan tidur malam \pm 8 jam dan tidur siang \pm 1 jam.

h. *Imunisasi*

Imunisasi TT merupakan perlindungan terbaik untuk melawan tetanus baik untuk wanita maupun bayinya. Oleh karena itu hal ini sangat penting bagi wanita untuk diimunisasikan sesuai jadwal.

5. Kebutuhan Psikologis Ibu Hamil Trimester III

- a. Dukungan suami
- b. Dukungan keluarga
- c. Persiapan saudara kandung (sibling)
- d. Dukungan dari tenaga Kesehatan

6. Masalah Ketidaknyamanan Ibu Hamil Trimester III

Menurut Tyastuti (2016) masalah ketidaknyamanan ibu hamil trimester III adalah sebagai berikut:

- a. Gangguan penimbunan cairan yang berakibat adanya edema, kadang kita temui edema pada ibu hamil trimester III.

Faktor Penyebab:

- 1) Pembesaran uterus pada ibu hamil mengakibatkan tekanan pada vena pelvik sehingga menimbulkan gangguan sirkulasi. Hal ini terjadi terutama pada waktu ibu hamil duduk atau berdiri dalam waktu yang lama.

- 2) Tekanan pada vena cava inferior pada saat ibu berbaring terlentang.
- 3) Kongesti sirkulasi pada ekstremitas bawah
- 4) Kadar sodium (Natrium) meningkat karena pengaruh dari hormonal. Natrium bersifat retensi cairan.
- 5) Pakaian ketat

Untuk meringankan atau mencegah dapat dilakukan beberapa cara antara lain:

- 1) Hindari pakaian ketat.
- 2) Hindari makanan yang berkadar garam tinggi.
- 3) Hindari duduk/berdiri dalam jangka waktu lama
- 4) Makan makanan tinggi protein
- 5) Istirahat dan naikkan tungkai selama 20 menit berulang – ulang.
- 6) Berbaring atau duduk dengan kaki ditinggikan.
- 7) Hindari berbaring terlentang
- 8) Hindari kaos kaki yang ketat

7. Tanda Bahaya Ibu Hamil Trimester III

Tanda bahaya kehamilan adalah tanda-tanda yang mengindikasikan adanya bahaya yang dapat terjadi selama kehamilan/periode antenatal, yang apabila tidak dilaporkan atau tidak terdeteksi bisa menyebabkan kematian ibu dan janin. Macam-macam tanda bahaya kehamilan adalah sebagai berikut (Mandang, 2016).

- a. Gerakan janin berkurang
- b. Kejang
- c. Demam
- d. Bengkak pada kaki wajah dan tangan
- e. Perdarahan pervaginam
- f. Sakit kepala yang hebat
- g. Penglihatan kabur
- h. Keluar cairan pervaginam
- i. Nyeri perut yang hebat

B. EDEMA

1. Edema Pada Kehamilan

Edema yang terjadi pada kehamilan berbeda-beda yaitu 40% edema fisiologis, 60% edema dengan hipertensi, dan 80% terjadi pada kehamilan dengan hipertensi dan proteinuria yang positif (pre-eklampsia-eklampsia). (Prawirohardjo, 2010).

Edema pada ibu hamil terdapat edema fisiologis ataupun patologis, ibu hamil dapat mengalami edema pada bagian-bagian tubuhnya, termasuk ekstremitas bawah hingga hingga seluruh tubuh.

2. Patologis

Edema adalah edema yang timbul pada wajah dan tangan, atau edema generalisata, dan biasanya disertai peningkatan berat badan yang cepat. Edema akibat tekanan vena pada kompresi pertumbuhan janin seringkali terjadi pada ekstremitas bawah ibu hamil. Hal ini disebabkan oleh menurunnya arus balik darah vena akibat vena cava inferior yang terkompresi oleh pertumbuhan janin. Penurunan arus balik tersebut mengakibatkan adanya akumulasi cairan di bagian bawah tubuh apalagi jika ibu hamil berdiri dalam waktu lama (Manuaba, 2010).

Adapun edema akibat gravitasi, yaitu saat berbaring gaya gravitasi bekerja secara merata, namun saat seseorang berdiri efek gravitasi tidak merata. Selain tekanan yang ditimbulkan oleh kontraksi jantung, terdapat dua konsekuensi penting dari peningkatan tekanan ini, yaitu :

- a. Vena dapat melebar dibawah peningkatan tekanan, sehingga semakin lebar dan kapasitasnya meningkat. Arteri juga mendapat efek gravitasi yang sama, tetapi arteri tidak melebar seperti vena karena arteri tidak mudah teregang. Penumpukan sebagian besar darah di vena-vena tungkai yang masuk melalui kapiler dan tidak kembali beredar ke jantung.
- b. Peningkatan tekanan darah kapiler terjadi akibat efek gravitasi menyebabkan filtrasi berlebihan cairan keluar. Jaringan kapiler ekstremitas bawah dan menimbulkan edema lokal (yaitu pembekakan kaki dan pergelangan kaki).

3. Dampak Edema Pada Ibu Hamil

Dampak yang timbul dari edema kaki pada ibu hamil bisa menunjukkan adanya tanda-tanda bahaya dalam kehamilan salah satunya pre-eklamsia dan ada penyebab lain diantaranya nyeri dan pegal-pegal.

4. Faktor yang mempengaruhi terjadinya edema

- a. Udara di musim panas
- b. Berdiri dalam jangka waktu yang terlalu lama
- c. Aktivitas panjang dan melelahkan sehari-hari
- d. Diet rendah potassium
- e. Tingkat asupan sodium melebihi kebutuhan ibu hamil
- f. Makan berlebihan

5. Penatalaksanaan Untuk Edema Kaki Pada Ibu Hamil

Hindari mengenakan pakaian ketat yang mengganggu aliran balik vena, ubah posisi sesering mungkin, minimalisir berdiri dalam waktu lama, jangan dudukkan barang diatas pangkuan atau paha 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 (Tri Endah Widi Lestari, 2018).

6. Penyebab Edema Pada Kaki Ibu Hamil Trimester III

Pada ibu hamil trimester III, 80 % yang mengalami bengkak pada kaki terjadi karena gangguan sirkulasi vena peningkatan pada ekstremitas bawah. Edema pada kaki yang menggantung terlihat pada pergelangan kaki dan harus dibedakan dengan edema karena preeklamsi. Edema biasanya lebih terasa setelah berdiri lama, karena ada tekanan lebih di pembuluh darah kaki dibanding jika berbaring. Berpergian jarak jauh atau duduk selama waktu yang lama (misalnya di bis, di pesawat) juga bisa memicu pembengkakan. Penyebab tubuh menyimpan air berlebih juga adalah jumlah garam (sodium/natrium) di tubuh. Saat tubuh menyimpan banyak garam, ia juga

akan menyimpan lebih banyak cairan sehingga terkadang menyebabkan pembengkakan.

Penyebab lain dari pembengkakan namun sulit didiagnosis adalah perilaku makan binge eating (makan berlebihan) yang diselang-seling dengan diet ketat. Ini bisa menyebabkan tubuh menyimpan banyak air.

7. Anatomi Ekstremitas Bawah

Anatomi ekstremitas bawah terdiri atas tulang koksa, femur, tibia, fibula, tarsal, metatarsal, dan tulang-tulang phalangs.

a. Os. Koksa Os.

Koksa terdiri dari sepasang tulang panggul (hip bone) yang merupakan tulang pipih. Tulang pinggul terdiri atas 3 bagian utama yaitu ilium (tulang usus), pubis (tulang kemaluan), dan ischium (tulang duduk).

b. Os. Femur Os.

Femur dibagian ujung atasnya terdapat femoris yang bulat sesuai dengan mangkok sendi (asetabulum). Kolumna femoris menghubungkan kaput femoris dan korpus femoris.

c. Tibia

Tibia merupakan tulang tungkai bawah yang letaknya lebih medial dibanding dengan fibula. Di bagian proksimal, tibia memiliki condyle medial dan lateral di mana keduanya merupakan facies untuk artikulasi dengan condyle femur. Terdapat juga facies untuk berartikulasi dengan kepala fibula di sisi lateral. Selain itu, tibia memiliki tuberositas untuk perlekatan ligamen. Di daerah distal tibia membentuk artikulasi dengan tulang-tulang tarsal dan malleolus medial.

d. Fibula

Fibula merupakan tulang tungkai bawah yang letaknya lebih lateral dibanding dengan tibia. Di bagian proksimal, fibula berartikulasi dengan tibia. Sedangkan di bagian distal, fibula membentuk malleolus lateral dan facies untuk artikulasi dengan tulang-tulang tarsal.

e. Tarsal

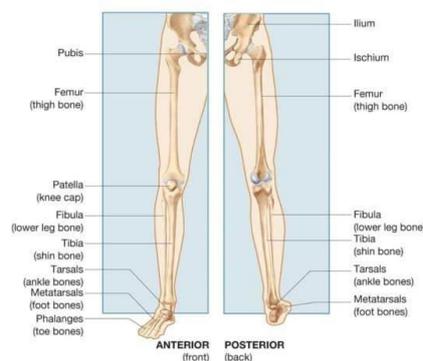
Tarsal merupakan 7 tulang yang membentuk artikulasi dengan fibula dan di proksimal dan dengan metatarsal di distal. Terdapat 7 tulang tarsal, yaitu calcaneus.

f. Metatarsal

Metatarsal merupakan 5 tulang yang berartikulasi dengan tarsal di proksimal dan dengan tulang phalangs di distal. Khusus di tulang metatarsal 1 (ibu jari) terdapat 2 tulang sesamoid.

g. Phalangs

Phalangs merupakan tulang jari-jari kaki. Terdapat 2 tulang phalangs di ibu jari dan 3 phalangs di masing-masing jari sisanya. Karena tidak ada sendi pelana di ibu jari kaki, menyebabkan jari tersebut tidak sefleksibel ibu jari tangan.



Gambar 2.1 Anatomi Tungkai Bawah

h. Pembuluh darah

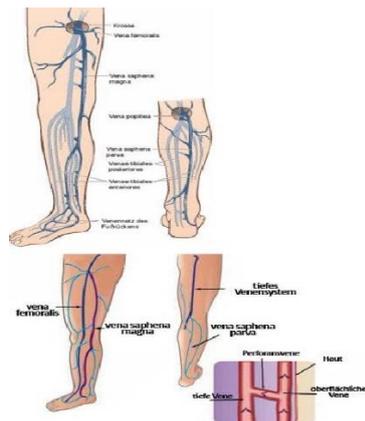
1) Vena

a) Vena Supervisialis

Vena safena magna mengangkut darah dari ujung medial arkus venosus belakang lutut melalui sisi medial paha pada fascia profunda, bergabung dengan vena femoralis, 16 berhubungan dengan vena safena parva, berjalan ke belakang lutut vena perforans menghubungkan vena safena magna dengan vena

profunda sepanjang sisi medial betis pada hiatus safenus di fasia profunda vena safena magna.

- b) Vena aksesoria, bergabung dengan vena utama pada pertengahan paha bermuara pada vena safena.
- c) Vena safena parva, vena ini banyak katup, timbul dari bagian lateral arkus venosus dorsalis pedis, naik dibelakang maleolus lateralis, menembus fasia profunda, berjalan diantara kaput M. Gastroknemius bagian bawah fossa poplitea, berakhir pada vena poplitea.
- d) Vena poplitea dibentuk oleh penyatuan vena komunitantes dari arteri tibialis anterior dan posterior pada batas bawah M. Politeus, terletak pada sisi lateral, berjalan melalui lubang M. Adduktor magnus menjadi vena femoralis.



Gambar 2.2 Vena tungkai bawah

8. Pemeriksaan dan Penilaian Derajat Edema

Pemeriksaan edema terdapat di daerah yang biasanya terjadi edema yaitu di daerah sakrum, regio tibia bagian anterior, pergelangan kaki, punggung kaki. Melakukan inspeksi dan palpasi pada daerah yang terdapat edema, jika di palpasi dan diberi tekanan ringan di daerah regio tibia bagian anterior dengan ibu jari selama kurang lebih 10 detik lalu dilepaskan dan akan timbul indentasi kulit yang ditekan, dan akan kembali secara perlahan-lahan.

Cara mengetahui kedalaman edema itu dilihat dari derajat edema, yaitu: (Marilynn Jackson, 2011).

Skala	Keterangan	Ya	tidak
1+	Piting ringan 2 mm, tidak ada distorsi (perubahan) yang terlihat cepat menghilang		
2+	Lebih dalam 4 mm, dari 1+, tidak ada distorsi cepat menghilang 10-15 detik		
3+	Cukup dalam 6 mm, dapat berlangsung lebih dalam 1 menit ekremitas yang terkena akan tampak lebar dan membengkak.		
4+	Sangat dalam 8 mm, berlangsung 2-5 menit ekremitas yang terkena terlihat sangat mengalami perubahan		

2.3 tabel skala derajat edema

9. Cara Mengatasi Edema Kaki Pada Ibu Hamil

Saat ibu tidur/ duduk usahakan posisi kaki lebih tinggi, jangan duduk/ berdiri terlalu lama, rutin olahraga, perbanyak air putih dan sayuran, makan teratur dan hindari makanan yang mengandung asin. Penanganan lainnya bisa menggunakan pijat pijat kaki dan rendam air hangat dicampur kencur merupakan salah satu intervensi non farmakologi yang dapat digunakan untuk ibu hamil. Pijat kaki ini merupakan terapi yang berupa pemijatan secara perlahan pada daerah kaki dilakukan 20 menit sehari selama 3 hari.

C. PIJAT KAKI DAN RENDAM AIR HANGAT CAMPUR KENCUR

1. Pengaruh Pijat Kaki dan Rendam Air Hangat Campur Kencur Untuk Mengatasi Edema Pada Ibu Hamil Trimester III

Pada penggunaan rendam kaki di air hangat (hidroterapi) untuk mengurangi edema kaki agar hasilnya efektif dapat dipadukan dengan kencur. Kandungan yang terdapat di dalam kencur yaitu senyawa-senyawa

kimia yang dapat mengurangi edema atau inflamasi. Senyawa kimia yang terdapat dalam kencur yang berpengaruh untuk antiinflamasi adalah polifenol, kuinon, triterpenoid, tanin, dan flavonoid (Hasanah NA, 2011).

2. Pemanfaatan Rendaman Air Hangat dengan Campuran Kencur

Terapi rendam kaki dapat digunakan sebagai alternative 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 (Yuhendri Putra, 2019).

3. Penerapan Menggunakan Pijat-Pijat Kaki dan Rendam Air Hangat Dicampur Kencur

Merupakan salah satu intervensi non farmakologi yang dapat digunakan untuk ibu hamil. Pijat kaki ini merupakan terapi yang berupa pemijatan secara perlahan pada daerah kaki dilakukan 20 menit sehari selama 3 hari di daerah yang aman tidak menimbulkan kontraksi Fetus, (2016). Penerapan pijat menggunakan gerakan kneading/meremas, dimulai dari pangkal lutut sampai paha atau boleh juga dari betis.

4. Perubahan Edema Pada Kaki Ibu Setelah Dilakukan Pemijatan dan Rendam Air Hangat Campur Kencur

Tingkat kesembuhan dari edema sendiri tergantung dari pengaruh aktivitas ibu setiap harinya. Mobilisasi ibu yang tinggi akan berbeda dengan mobilisasi ibu yang rendah. Mobilisasi ibu yang tinggi ditujukan pada ibu hamil yang memiliki aktivitas dan pergerakan di setiap harinya, seperti berjalan, senam, mencuci, dan melakukan pekerjaan rumah tangga lainnya.

5. Keuntungan Dari Pijat Kaki dan Rendam Air Hangat Campur Kencur

Keuntungan dari pijat kaki dan rendam air hangat campur kencur yaitu mengurangi edema pada kaki ibu hamil, mengurangi stres,

mendetoksifikasi, membuat tidur nyenyak, merelaksasikan otot dan meredakan sakit dan nyeri otot dan sendi, meningkatkan kerja jantung, meredakan sesak nafas.

6. Tata Cara Prosedur Dalam Merendam Air Hangat Dengan Campuran Kencur

- a. Mempersiapkan alat dan bahan:
 - 1) Baskom/ember
 - 2) Termometer air
 - 3) 2 buah handuk
 - 4) Air panas
- b. Mempersiapkan responden
 - 1) Mengatur posisi duduk responden dengan kaki menggantung
 - 2) Mengisi air ember dengan air dingin dan air panas hingga suhu air (39°C-43°C) dengan termometer, dan masukan 3 ruas kencur ke dalam ember.
 - 3) Bersihkan kaki dahulu.
 - 4) Rendam kaki 10-15 cm diatas mata kaki lalu biarkan sampai 10 menit.
 - 5) Tutup ember dengan handuk untuk mempertahankan suhu.
 - 6) Setelah 10 menit, angkat kaki dan keringkan dengan handuk.
 - 7) Rapihkan alat.
- c. Gerakan pemijatan
 - 1) Pemijatan pada kaki menggunakan metode usapan (*effleurage*) dengan tekanan yang lembut diawali dengan mengoleskan minyak dan krim ke daerah kaki berfokus untuk melemaskan otot - otot kaki dan paha.
 - 2) Tekanan yang diberikan melalui telapak tangan dengan membentuk huruf V dengan gerakan maju kedepan dengan beriringan. Ketika tangan mencapai bagian atas paha, kemudian memisahkan keduanya dan biarkan usapan pada kedua tangan berada pada sisi kaki dari atas menuju tumit tanpa tekanan.

- 3) Melakukan gerakan putar (friksi) dari tumit menuju paha atas dengan menggunakan kedua ibu jari tangan.
- 4) Saat di paha atas melakukan gerakan meremas (petrisage) dengan cara memegang, putar dan pijat bagian tengah, dalam dan luar dimana gerakan usapan (effleurage) berfungsi memberikan kesan sentuhan pertama pada kulit sebelum dan setelah pemijatan dilakukan selain itu usapan juga digunakan saat mengaplikasikan minyak pada kulit ibu hamil.

D. Kewenangan Bidan Terhadap Kasus

Bedasarkan UU Kebidanan No.4 tahun 2019.BAB VI bagian kedua pasal 45 paragraf 1 tentang tugas dan wewenang bidan dalam menjalankan pelayanan kesehatan ibu sebagaimana yang dimaksud dalam pasal 43 ayat 1 huruf A, bidan berwenang:

1. Memberikan asuhan kebidanan bimbingan, komunikasi, informasi, dan edukasi kesehatan dalam rangka perencanaan kehamilan, persalinan, dan persiapan menjadi orangtua.
2. Memberikan asuhan pada masa kehamilan untuk mengoptimalkan kesehatan ibu dan janin, mempromosikan air susu ibu eksklusif, dan deteksi dini kasus resiko dan komplikasi pada masa kehamilan, masa persalinan,pasca persalinan, masa nifas, serta asuhan pasca keguguran.
3. Melakukan pertolongan persalinan normal
4. Memfasilitasi inisiasi menyusui dini
5. Memberikan asuhan pasca persalinan, masa nifas, komunikasi, informasi dan edukasi serta konseling selama ibu menyusui, dan deteksi dini masalah laktasi
6. Melakukan pertolongan pertama kegawatdaruratan ibu hamil, bersalin, pasca persalinan, dan masa nifas dilanjutkan dengan rujukan

7. Merujuk ibu hamil, bersalin, pasca persalinan, dan masa nifas dengan resiko dan atau komplikasi yang membutuhkan pertolongan lebih lanjut
8. Memberikan obat dan obat bebas terbatas.

Standar Asuhan Kebidanan Kehamilan Permenkes RI No. 43 tahun 2016 tentang standar pelayanan minimal bidang kesehatan, menerangkan bahwa pelayanan kesehatan masa hamil dilakukan minimal empat kali selama masa kehamilan yaitu:

- 1) Satu kali pada trimester pertama.
- 2) Satu kali pada trimester kedua.
- 3) Dua kali pada trimester ketiga.

Standar pelayanan antenatal adalah pelayanan yang dilakukan kepada ibu hamil dengan memenuhi kriteria 10 T (Kemenkes, RI, 2015), yaitu:

- 1) Timbang berat badan dan mengukur tinggi badan
- 2) Pengukuran tekanan darah
- 3) Nilai status gizi (pengukuran lingkaran lengan atas (LILA)
- 4) Pengukuran tinggi fundus uteri (TFU)
- 5) Penentuan presentasi janin dan denyut jantung janin (DJJ)
- 6) Penentuan status imunisasi tetanus dan pemberian imunisasi tetanus toksoid (TT) sesuai dengan status imunisasi
- 7) Pemberian tablet tambah darah minimal 90 tablet selama kehamilan
- 8) Pemeriksaan laboratorium
- 9) Tatalaksana kasus
- 10) Pelaksanaan temu wicara

E. Hasil Penelitian Terkait

Hasil penelitian berdasarkan Jurnal Mutiara Dwi Yanti, Tetty Junita Purba dkk tahun 2020 yang berjudul “Pengaruh Pijat Kaki dan Rendam Air Hangat Campuran Kencur Terhadap Edema Kaki Pada Ibu Hamil” menyatakan hasil terhadap karakteristik responden berdasarkan pekerjaan bahwa mayoritas responden bekerja sebagai IRT (Ibu Rumah Tangga) yaitu sebanyak 6 orang (60%) dan minoritas responden bekerja sebagai pegawai negeri sipil (PNS)

yaitu sebanyak 1 orang (10%) pijat kaki selama 20 menit dan rendam kaki dengan air hangat campuran kencur yang dilakukan selama 3 hari. penelitian ini menyebutkan bahwa senyawa kimia dalam rimpang kencur yang berpengaruh untuk antiinflamasi adalah senyawa flavonoid, semakin besar dosis yang digunakan maka semakin besar juga efek nya untuk anti inflamasi.

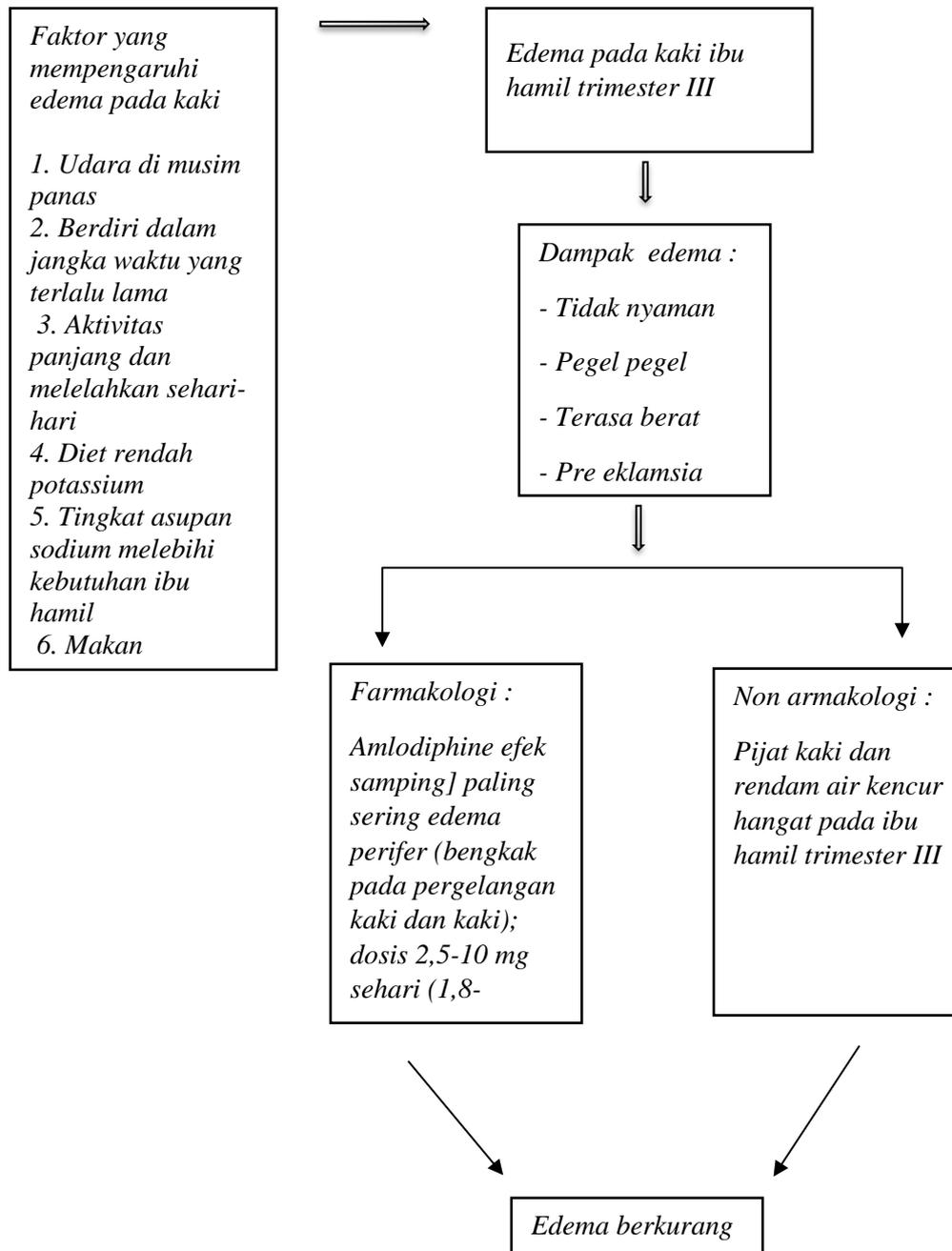
Hasil Penelitian oleh Tri Endah Widi Lestari pada tahun 2018, berdasarkan analisis yang telah dilakukan dan disimpulkan bahwa penerapan pijat kaki dan rendam air hangat campurang kencur efektif untuk mengurangi edema kaki fisiologis pada ibu hamil trimester III yang belum mendapatkan pengobatan apapun.

Hasil penelitian Mutia Zemita tahun 2021 Penelitian ini di lakukan pada bulan JanuariMei 2021 di Wilayah Kerja Puskesmas Payung Sekaki Kota Pekanbaru. Jenis penelitian ini adalah Quasy Eksperimen dengan desain two group pretestposttest design. Populasi pada penelitian ini adalah 55 orang dan Sampel berjumlah 20 orang dengan teknik pengambilan sampel purposive sampling. Analisis data menggunakan uji T-Independen dengan derajat kepercayaan 95%. Pijat kaki dan rendam air hangat campur kencur sama-sama efektif dalam mengurangi derajat edema kaki fisiologis pada ibu hamil trimester III.

Hasil penelitian Zaenatushofi & Eti Sulastri (2019) terbukti dalam penerapan asuhan pijat kaki dan rendam air hangat campuran kencur dapat menurunkan bengkak pada kaki ibu hamil trimester III. Kesimpulan yang dapat diambil berdasarkan penerapan tersebut adalah bahwa pijat kaki dan rendam air hangat campuran kencur mampu menurunkan edema ibu hamil trimester III.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Dwi Handayani, Raisha Octavariny dkk menyatakan bahwa ada pengaruh pijat kaki dan rendam air hangat campur kencur terhadap penurunan edema kaki fisiologis pada ibu hamil 2. Derajat edema sebelum dilakukan pijat kaki dan rendam air hangat campur kencur yaitu derajat edema berat sebanyak 5 orang (50%) dan nyeri sedang sebanyak 5 orang (50%) dengan nilai rata-rata 2,50.

F. KERANGKA TEORI



Gambar 2.4 Kerangka teori

Sumber: Zaenatushofi & Eti Sulastris (2019)