

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kehamilan

1. Pengertian Kehamilan

Kehamilan didefinisikan sebagai pembuahan atau penyatuan sperma dan sel telur selanjutnya terjadi nidasi atau implantasi. Kehamilan biasanya berlangsung selama empat puluh minggu atau sembilan bulan sampai sepuluh bulan jika dihitung sejak pembuahan sampai lahirnya bayi. Kehamilan dibagi menjadi 3 trimester, dimana trimester pertama akan berlangsung selama 13 minggu, trimester kedua selama 15 minggu (minggu ke 13 sampai 17 minggu), dan trimester ketiga selama 13 minggu (minggu ke 28 sampai 40 minggu) (Ulpawati & Susanti, 2022).

2. Ketidaknyamanan Pada Kehamilan Trimester III

Kehamilan membawa banyak perubahan dan adaptasi pada diri wanita. Selama kehamilan, sistem tubuh ibu mengalami perubahan, yang memerlukan penyesuaian fisik dan mental. Menurut Fitriani dkk (2022), berikut ini adalah ketidaknyamanan pada trimester III:

a. Konstipasi

Hormon progesteron yang meningkat dapat menyebabkan gangguan buang air besar pada ibu hamil di trimester ketiga. Konstipasi atau juga disebut dengan sembelit biasanya disebabkan oleh tekanan pada usus dan rahim yang membesar. Selama kehamilan, wanita harus mengkonsumsi banyak sayuran dan buah-buahan yang kaya serat, berolahraga secara teratur, dan minum setidaknya 6 sampai 8 gelas sehari.

b. Edema

Kehamilan dapat menyebabkan penurunan aliran darah vena dari ekstremitas bawah, yang mengakibatkan pembengkakan pada tungkai dan pergelangan kaki yang dikenal dengan edema. Edema dapat menjadi lebih parah jika terlalu lama berdiri atau duduk. Ibu harus

menghindari makanan yang terlalu banyak mengandung garam, menghindari menggunakan pakaian yang ketat, dan mengonsumsi makanan kaya protein. Setiap 2 sampai 3 jam, angkat kaki selama 20 menit dan ganti posisi jika Anda terlalu lama berdiri atau duduk. Dengan duduk dalam posisi kaki dorsofleksi, dapat meningkatkan sirkulasi darah dan membantu mengontraksikan otot-otot di kaki Anda

c. Insomnia

Ketika ibu hamil mengalami kecemasan atau banyak pikiran negatif tentang kehamilannya, mereka dapat mengalami masalah tidur yang dikenal sebagai insomnia. Ibu mungkin akan mengalami kesulitan untuk tidur jika janin di dalam rahim terlalu aktif pada malam hari. Untuk mengatasinya ibu dapat tidur miring, membantu ibu dalam tiga bulan terakhir kehamilan, meminta dukungan emosional dan spiritual dari keluarga untuk mempersiapkan diri untuk persalinan, dan menganjurkan olahraga selama kehamilan.

d. Nyeri Pinggang

Perubahan hormonal yang terjadi pada jaringan lunak penyangga dan penghubung, yang mengurangi fleksibilitas otot, menyebabkan nyeri pinggang bawah pada ibu hamil dalam trimester ketiga. Nyeri pinggang yang dialami wanita hamil trimester III dapat terjadi karena rahim yang bertambah besar, berjalan terus-menerus, dan mengangkat beban terlalu berat. Cara mengurangi nyeri pinggang pada ibu yaitu anjurkan ibu untuk rileks dengan menarik napas dalam-dalam, memijat dan mengompres punggung yang nyeri, serta tidur dengan posisi berbaring dan menggunakan bantal.

e. Sering Berkemih

Kehamilan menyebabkan rahim memanjang dari pintu masuk panggul ke rongga perut karena berat dan ukurannya meningkat seiring bertambahnya usia kehamilan. Perubahan ini meningkatkan tekanan pada kandung kemih di depan rahim. Kapasitas kandung kemih menurun karena volume rahim menekannya. Untuk menguranginya ibu dapat mengurangi minum 2 jam sebelum tidur tetapi lebih banyak

minum pada siang hari, menjaga daerah kewanitaan agar tetap bersih dan menganjurkan ibu melakukan latihan untuk menguatkan otot dasar panggul, vagina, dan perut.

3. Tanda Bahaya Trimester III

Kondisi bahaya kehamilan biasanya berbeda pada tiap trimesternya dan dapat diketahui melalui beberapa tanda yang ditunjukkan oleh ibu hamil.

Menurut Andera dkk (2023), berikut ini adalah beberapa tanda bahaya pada kehamilan trimester III:

1. Pendarahan

Pada kehamilan trimester III kondisi perkembangan janin sudah membentuk fisik yang lengkap dan mulai mempersiapkan proses persalinan. Pendarahan memang secara normal dapat terjadi pada kehamilan terutama di awal masa kehamilan dengan kondisi yang ringan tanpa rasa sakit ataupun nyeri. Ciri-ciri pendarahan yang berbahaya pada kehamilan trimester III:

- 1) Pendarahan terjadi dengan warna yang gelap atau coklat kemerahan dengan disertai rasa nyeri atau sakit pada bagian perut ibu.
- 2) Pendarahan berat dengan rasa sakit pada perut bagian bawah dan bagian punggung saat memasuki trimester III yang merupakan tanda kondisi gejala solusio plasenta atau plasenta yang terlepas dari dinding rahim
- 3) Pendarahan dengan frekuensi yang sangat sering, mengeluarkan darah seperti gumpalan dengan jumlah yang sangat banyak sebagai ciri-ciri dari keguguran

2. Tidak ada pergerakan janin

Dalam proses perkembangannya, pergerakan janin akan lebih mudah dirasakan oleh ibu saat memasuki trimester ke III. Tidak adanya pergerakan pada janin salah satu tanda bahaya dalam kehamilan.

3. Ukuran perut yang tidak membesar

Kondisi ukuran perut ibu hamil seharusnya akan terus bertambah seiring dengan perkembangan janin yang semakin besar dan bertumbuh. Ukuran perut ibu yang tidak membesar merupakan salah satu tanda bahwa janin tidak berkembang.

4. Penatalaksanaan Kehamilan Trimester III

Standar Pelayanan Antenatal Terpadu menurut Kmenkes RI (2020), meliputi:

- 1) Timbang berat badan dan ukur tinggi badan
- 2) Ukur tekanan darah
- 3) Nilai standar gizi (ukur lingkar lengan atas/ LILA)
- 4) Ukur tinggi fundus uteri (TFU)
- 5) Tentukan presentasi janin dan denyut jantung janin (DJJ)
- 6) Skrining status imunisasi tetanus toksoid (TT)
- 7) Pemberian tablet Fe minimal 90 tablet selama masa kehamilan
- 8) Tes laboratorium, tes kehamilan, kadar hemoglobin, golongan darah, triple eliminasi (HIV, Sifilis, dan Hepatitis B) dan malaria pada daerah anemis. Tes lainnya dapat dilakukan sesuai indikasi seperti glukoprotein, gula darah sewaktu, sputum Basil Tahan Asam (BTA), kusta, malaria daerah non endemis, pemeriksaan feses untuk kecacingan, pemeriksaan darah lengkap untuk deteksi dini thalasemia dan pemeriksaan lainnya.
- 9) Tatalaksana penanganan kasus sesuai kewenangan
- 10) Temu wicara (Konseling), Informasi yang disampaikan saat konseling minimal meliputi hasil pemeriksaan, perawatan sesuai usia kehamilan dan usia ibu, gizi ibu hamil, kesiapan mental, mengenali tanda bahaya kehamilan, tanda bahaya persalinan, tanda bahaya nifas, persiapan persalinan, kontrasepsi pascapersalinan, perawatan bayi baru lahir, inisiasi menyusui dini (IMD), dan ASI Eksklusif

4. Persiapan Persalinan

Menurut kemenkes RI, (2023) tentang persiapan persalinan yaitu:

- 1) Tanyakan kepada bidan tanggal persiapan persalinan
- 2) Suami atau keluarga mendampingi ibu saat periksa kehamilan
- 3) Persiapkan tabungan atau dana cadangan untuk biaya persalinan dan biaya lainnya
- 4) Siapkan kartu jaminan kesehatan nasional
- 5) Merencanakan melahirkan dengan bantuan bidan atau dokter di fasilitas kesehatan.
- 6) Untuk ibu dan bayi yang akan dilahirkan, siapkan KTP, kartu keluarga, dan perlengkapan lainnya.
- 7) Jika diperlukan, siapkan lebih dari satu orang yang memiliki golongan darah yang sama dengan ibu dan bersedia untuk menjadi pendonor.
- 8) Keluarga, suami, dan masyarakat harus menyiapkan kendaraan jika diperlukan
- 9) Pastikan ibu hamil beserta anggota keluarganya menyetujui janji persalinan melalui stiker P4K yang ditempelkan di rumahnya.
- 10) Jika Anda berencana untuk mengikuti Keluarga Berencana (KB) setelah melahirkan, Anda harus bertanya kepada petugas kesehatan Anda tentang bagaimana melakukannya.

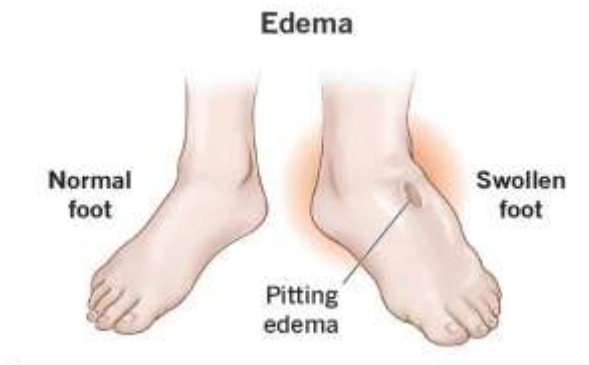
B. Edema Pada Kehamilan Trimester 3

1. Pengertian Edema

Bengkak juga dikenal sebagai edema, adalah penumpukan atau retensi cairan pada area luar sel karena perpindahan cairan intraseluler ke ekstraseluler. Pada ibu hamil trimester III, tekanan uterus yang meningkat berdampak pada sirkulasi cairan (Irianti dkk, 2015).

Edema adalah penumpukan cairan di jaringan tubuh dan terjadi ketika cairan dari pembuluh darah keluar ke jaringan sekitarnya. Cairan kemudian menumpuk sehingga menyebabkan jaringan tubuh membengkak. Edema yang umum terjadi saat hamil adalah pembengkakan kaki pada kehamilan trimester ketiga, akibat pembesaran rahim serta bertambahnya

berat janin dan usia kehamilan. Selain itu, bertambahnya berat badan akan menambah beban pada kaki untuk menopang tubuh ibu. Hal ini akan menyebabkan gangguan sirkulasi pada pembuluh darah vena di kaki sehingga menyebabkan edema (Nurdianti &Septiani, 2022).



Gambar 1. Bagian Penilaian Derajat Edema
(Sumber : Pangestu Chaesar S 2013)

2. Penyebab Edema

Beberapa ibu hamil di trimester III mengalami edema. Terdapat peningkatan tekanan pada vena di ekstremitas bawah dan gangguan sirkulasi vena yang menyebabkan edema fisiologis pada kaki. Saat ibu duduk atau berdiri terlalu lama, pembuluh darah vena panggul tertekan, terlalu banyak beraktifitas, kurangnya minum air putih, dan juga terjadi tekanan pada vena cava inferior yang menyebabkan edema (Handayani dkk, 2020).

Retensi cairan dapat terjadi karena perubahan hormon estrogen yang terjadi selama kehamilan. Perubahan yang terjadi selama kehamilan, seperti membesarnya uterus, berat badan janin, dan usia kehamilan, berhubungan dengan peningkatan cairan. Dalam kondisi ini, tubuh menghasilkan lebih banyak cairan, yang meningkatkan tekanan pada pembuluh darah vena kaki dan meningkatkan tekanan pada uterus. Akibatnya, aliran darah balik vena terhambat, yang menyebabkan edema (Sari dkk, 2023).

3. Dampak Edema

Dampak yang terjadi ketika pembengkakan kaki tidak ditangani dapat menimbulkan rasa tidak nyaman pada wanita hamil. Nyeri pada area bengkak, rasa berat di area yang bengkak, kram di malam hari, nyeri, kesemutan, penebalan kulit, serta kulit pada daerah edema menjadi kencang dan mengkilap adalah ketidaknyamanan yang sering sekali dialami oleh ibu hamil (Nurdianti & Spetiani, 2022). Edema bisa menjadi tanda berbahaya selama kehamilan jika pembengkakan terjadi pada wajah atau jari, disertai sakit kepala parah, peningkatan tekanan darah, penglihatan kabur, dan pemeriksaan urine didapatkan protein urine positif maka akan menyebabkan preeklamsia. Edema dapat berisiko bagi ibu hamil karena dapat menyebabkan gangguan jantung, ginjal, yang dapat menghambat fungsi organ tubuh secara normal (Manullang dkk, 2022).

4. Penilaian Derajat Edema

Pemeriksaan edema ditemukan pada area yang sering mengalami edema, khususnya pada area sakrum, area tibialis anterior, pergelangan kaki, dan punggung kaki. Periksa dan palpasi area yang mengalami edema. Saat pitting edema dengan meraba dan menekan perlahan area tibialis anterior menggunakan ibu jari sekitar 10 detik, kulit yang ditekan akan terlepas dan lekukan tersebut perlahan akan kembali. Derajat edema dapat menunjukkan kedalaman edema (Setianingsih & Fauzi, 2022).



Gambar 1. Bagian Penilaian Derajat Edema
(Sumber : Pangestu Chaesar S 2013)

Pitting edema derajat I memiliki kedalaman 1-3 mm dengan waktu kembali 3 detik, derajat II memiliki kedalaman 3-5 mm dengan waktu kembali 5 detik, derajat III memiliki kedalaman 5-7 mm dengan waktu kembali 7 detik, dan derajat IV memiliki kedalaman 7 mm dengan waktu kembali 7 detik (Nurdianti dan Septiani, 2022).

5. Penatalaksanaan

Asuhan kebidanan yang dapat dilakukan untuk mengurangi edema yaitu tidur dengan meninggikan kaki dengan bantal, lakukan peregangan pada kaki agar lebih terasa nyaman, tidur dengan posisi miring ke kiri, berjalan kaki di sekitar rumah untuk meredakan rasa tidak nyaman pada kaki yang bengkak, menghindari berdiri dalam waktu yang lama, dan merendam kaki dengan air hangat (Veri dkk, 2023).

C. Rendam Air Hangat

1. Pengertian

Intervensi nonfarmakologis yang bisa diterapkan untuk ibu hamil yang sedang mengalami edema adalah dengan rendaman air hangat. Terapi rendam kaki adalah terapi yang bisa diterapkan sebagai pengobatan non farmakologis dengan menggunakan metode yang lebih hemat biaya dan sederhana. Rendam kaki dengan air hangat sangat mudah dan tidak mahal dan tidak memiliki efek samping yang berbahaya (Widiastini dkk, 2022).

Setelah terapi rendam air hangat pada kaki, panas dari air hangat akan berpindah ke tubuh kemudian melebarkan pembuluh darah dan mengurangi ketegangan otot. Hal ini dapat menyebabkan peredaran darah berjalan lebih lancar (Carilon et al, 2023).

2. Tujuan Rendam Air Hangat

Terapi merendam kaki menggunakan air hangat masuk kedalam terapi alami agar sirkulasi darah lebih meningkat, menurunkan edema atau bengkak, membuat otot terasa lebih rileks, mengurangi kecemasan, mengurangi rasa sakit, permeabilitas kapiler menjadi lebih meningkat,

tubuh akan terasa lebih hangat dan nyaman. Oleh karena itu, terapi ini sangat bermanfaat untuk menurunkan tingkat edema fisiologis pada wanita hamil selama trimester 3 (Patola & Tridiyawati, 2022).

3. Manfaat Rendam Air Hangat

Manfaat dari terapi rendam air hangat yaitu mengurangi stres, mendetoksifikasi, membuat tidur lebih baik, merelaksasi otot dan sendi, meredakan nyeri dan sakit, meningkatkan ritme jantung, dan meredakan sesak nafas. Selain itu, ibu hamil dalam trimester III dapat mengurangi kecemasan dengan merendam kaki menggunakan air hangat (Saragih & Siagian, 2021).

4. Pengaruh Rendam Air Hangat Terhadap Edema

Pengaruh dari terapi rendam air hangat terhadap edema pada kaki disebabkan oleh panas dari air hangat yang akan dibawa ke dalam tubuh kemudian dapat menyebabkan pembuluh darah lebih lebar, sehingga aliran darah menjadi lebih lancar. Dengan melebarnya pembuluh darah, aliran darah akan lancar dan kembalinya aliran darah ke jantung, sehingga memudahkan tubuh untuk mengembalikan cairan ekstraseluler dan mengurangi edema kaki (Patola & Tridiyawati, 2022).

Terapi rendam kaki dengan air hangat dan garam dapat membantu mengurangi edema pada kaki yang meningkatkan sirkulasi darah dengan memperlebar pembuluh darah, memungkinkan oksigen masuk ke dalam jaringan yang bengkak lebih banyak (Manullang dkk, 2022).

D. Garam Epsom (*Epsom Salt*)

1. Pengertian Garam Epsom

Garam dari Kota Epsom, Inggris ini sering digunakan untuk bahan rendaman. Meskipun sekilas mirip dengan garam biasanya, tetapi garam ini tidak bisa digunakan untuk memasak karena rasanya yang pait bukan asin. Kandungan garam epsom berbeda dari garam dapur atau garam biasa. Garam epsom mengandung magnesium sulfat, belerang (sulfur), dan

oksigen. Sementara itu, garam biasa mengandung natrium, klorida, dan yodium (Ramadhan, 2022).

2. Manfaat Garam Epsom

Garam epsom akan melepaskan magnesium sulfat ketika dilarutkan dalam air yang akan diserap oleh kulit kemudian mengisi kembali kadar magnesium yang diperlukan oleh tubuh. Garam tersebut mampu mengeluarkan racun yang ada di dalam tubuh, merelaksasi sistem saraf, pembengkakan dapat berkurang dan mengendurkan otot. Magnesium membantu otak menghasilkan serotonin, yang meningkatkan mood dan membuat Anda merasa lebih tenang dan rileks. Menurut penelitian, magnesium juga dapat meningkatkan daya tahan tubuh (Utami & Efkelin, 2022).



Gambar 3. Garam Epsom
Sumber: (Klikdokter)

3. Pengaruh Garam Epsom Terhadap Edema

Air garam menghantarkan listrik lebih banyak daripada air tawar, sehingga kandungan air menurun dan mengubah garam menjadi ion negatif. Senyawa ini berpindah dari kaki ke tubuh manusia melalui jaringan meridian yang melewati jaringan kulit di kaki yang dapat membantu meningkatkan sirkulasi darah. Edema kehamilan dapat diobati dengan terapi air hangat dan garam (Sawitry dkk, 2020).

4. Cara Membuat Air Hangat dan Garam

Penatalaksanaan edema melalui merendam kaki sampai 10-15 cm di atas mata kaki dalam air hangat dengan suhu 38-39°C dicampur dengan garam epsom 5 sdt dan melakukan perendaman 15-20 menit selama 5 hari. Terapi ini dilaksanakan pada sore hari agar setelah melakukan perendaman kaki menggunakan air hangat dicampur garam, kaki ibu akan menjadi lebih rileks pada waktu tidur (Sawitry dkk, 2020).

E. Manajemen Asuhan Kebidanan

Menurut Handayani dan Mulyati (2017), ada tujuh langkah dalam manajemen kebidanan menurut Varney. Langkah I adalah pengumpulan data dasar, langkah II adalah interpretasi data dasar, langkah III adalah menemukan diagnosa atau masalah yang mungkin terjadi, langkah IV adalah menemukan kebutuhan untuk penanganan segera, langkah V adalah merencanakan asuhan yang menyeluruh, langkah VI adalah menerapkan perencanaan, dan langkah VII adalah evaluasi.

1. Pendokumentasian 7 Langkah Varney

Adapun pendokumentasian 7 langkah varney menurut Handayani dan Mulyati (2017):

a. Langkah I: Pengumpulan data dasar

Dilakukan pengkajian dengan pengumpulan semua data yang diperlukan untuk mengevaluasi keadaan ibu mengenai kasus edema ekstremitas secara lengkap. Data subjektif mencakup biodata pasien, keluhan yang dirasakan ibu, riwayat kesehatan ibu, riwayat kehamilan ibu saat ini. Pada data objektif mencakup keadaan umum ibu, pemeriksaan TTV, pemeriksaan fisik, pitting edema untuk menilai derajat edema pada ibu, dan pemeriksaan laboratorium yang meliputi Hb, Glukosa urin, dan Protein urin.

b. Langkah II: Interpretasi data dasar

Identifikasi masalah, diagnosa, atau kebutuhan pasien yang tepat sesuai dengan interpretasi yang tepat dari data yang sudah

dikumpulkan. Penentuan jenis penyakit dengan cara meneliti adalah edema ekstremitas pada ibu hamil trimester III.

c. Langkah III: Mengidentifikasi diagnosa atau masalah potensial

Mengidentifikasi masalah atau diagnosa potensial lainnya berdasarkan kumpulan masalah dan diagnosa yang sudah diidentifikasi. Dari kasus ibu hamil dengan edema ekstremitas bawah, masalah potensial yang dialami ibu terasa nyeri pada area bengkak, berat pada kaki dan kram di malam hari

d. Langkah IV: Identifikasi kebutuhan yang memerlukan penanganan segera.

Mengetahui bahwa bidan atau dokter harus segera bertindak, bahwa klien mungkin perlu berkonsultasi dengan dokter atau anggota staf kesehatan lainnya sesuai dengan kondisi klien. Pada kasus ibu hamil dengan edema fisiologis tidak memerlukan tindakan segera.

e. Langkah V: Merencanakan asuhan yang menyeluruh

Langkah-langkah sebelumnya menentukan rencana asuhan yang menyeluruh. Rencana ini memasukkan apa yang sudah diidentifikasi klien dan kerangka pedoman antisipasi terhadap wanita tersebut tentang apa yang akan terjadi berikutnya. Tujuannya adalah kehamilan berlangsung dengan cara yang normal, keadaan ibu dan janin baik, dan edema dapat dihilangkan. Asuhan yang akan diberikan kepada ibu yang mengalami edema ekstremitas yaitu anjurkan ibu untuk terapi rendam air hangat dan garam.

f. Langkah VI: Melaksanakan perencanaan

Rencana asuhan pada langkah ke lima harus dilaksanakan secara efektif dan aman. Jika bidan tidak melakukannya sendiri, ia tetap

bertanggung jawab untuk mengarahkannya. Ajarkan ibu untuk membuat rendaman air hangat dicampur garam.

g. Langkah VII: Evaluasi

Dilakukan evaluasi efektifitas asuhan yang telah diberikan, termasuk apakah kebutuhan bantuan telah dipenuhi sesuai dengan masalah dan diagnosa. Pada tahap ini dilakukan evaluasi keefektifan dari rendaman air hangat dan garam dengan menilai kembali penurunan derajat edema dengan cara pitting edema.

2. Data Fokus SOAP

Menurut Handayani dan Mulyati (2017), S adalah data subjektif, O adalah data objektif, A adalah analisis, dan P adalah rencana dalam metode SOAP. Metode dokumentasi ini sederhana, tetapi mengandung semua komponen data dan prosedur yang diperlukan untuk asuhan kebidanan secara jelas dan logis. Prinsip metode dokumentasi SOAP adalah sama seperti yang disebutkan di atas. Sekarang kita akan membahas setiap langkah metode SOAP.

a. Data Subjektif

Data subjektif menunjukkan perspektif klien tentang masalah. Ekspresi klien tentang keluhan dan kekhawatirannya dicatat sebagai kutipan langsung atau ringkasan yang akan berhubungan langsung dengan diagnosis, yaitu:

- 1) Bagaimana kondisi ibu?
- 2) Berapa kali ibu BAK dalam sehari?
- 3) Bagaimana aktivitas ibu sehari-hari?
- 4) Bagaimana cara ibu mengatasi bengkak pada kaki ibu?
- 5) Apakah ibu merasakan nyeri pada daerah kaki ibu yang bengkak?
- 6) Apakah pembengkakan pada kaki ibu membuat aktivitas ibu terganggu?

b. Data Objektif

Data objektif terdiri dari hasil observasi yang jujur, pemeriksaan fisik, dan pemeriksaan laboratorium dari klien. Data objektif dapat dibantu dengan catatan medik dan informasi dari orang lain. Data ini akan menunjukkan gejala klinis klien dan informasi terkait diagnosis, seperti:

- 1) Pembengkakan timbul pada bagian punggung kaki, pergelangan kaki, dan betis ibu
- 2) Terasa kesemutan pada daerah bengkak
- 3) Perasaan tidak nyaman saat ibu beraktivitas
- 4) Kaki terasa lebih berat saat berjalan
- 5) Kulit pada daerah edema menjadi kencang dan mengkilap

c. Analisis

Langkah ini mencatat hasil analisis dan interpretasi data objektif dan subjektif. Analisis yang akurat dan tepat yang mengikuti perkembangan data pasien akan memastikan bahwa perubahan yang terjadi pada pasien dapat diketahui dengan cepat dan bisa diikuti sehingga dapat dibuat keputusan dan tindakan yang tepat.

- 1) Diagnosa: Edema ekstremitas bawah pada trimester III
- 2) Masalah : Ibu merasakan berat dan kram pada daerah kaki yang bengkak

d. Penatalaksanaan

Penatalaksanaan adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan semua perencanaan dan penatalaksanaan yang telah dilakukan, yang mencakup tindakan antisipatif, tindakan segera, tindakan secara keseluruhan, penyuluhan, dukungan, kerja sama, evaluasi, dan rujukan. Tujuan penatalaksanaan adalah untuk menjaga kondisi pasien sebaik mungkin dan kesejahteraan pasien.

- 1) Melakukan informed consent
- 2) Menjelaskan prosedur tindakan yang akan dilakukan
- 3) Menjelaskan maksud dan tujuan yang akan dilakukan

- 4) Menjelaskan bahwa asuhan yang akan diberikan yaitu terapi rendam air hangat dicampur garam epsom kandungan magnesium sulfat yang dapat membantu mengurangi pembengkakan
- 5) Menjelaskan cara perendaman air hangat dicampur garam epsom dengan memasukkan 5 sdt garam epsom kedalam air hangat dengan suhu 38-39°C
- 6) Masukkan kaki ibu ke dalam baskom dengan batas 10-15 cm di atas mata kemudian rendam kaki ibu selama 15-20 menit
- 7) Memberitahu ibu bahwa terapi ini akan dilakukan selama 5 hari setiap sore hari
- 8) Memberitahu ibu untuk tidur dengan posisi kaki yang lebih tinggi, menghindari duduk dengan posisi kaki yang menggantung, dan menghindari berdiri terlalu lama
- 9) Evaluasi yang dicapai: pembengkakan pada kaki yang dialami ibu dapat berkurang dan ibu merasa lebih nyaman