

POLYTECHNIC OF HEALTH TANJUNGKARANG
DEPARTMENT OF MIDWIFERY

Final Project Report, May 2025

Avisha Cindy Ayu Thiranty

2215401048

Application of Foot Massage and Warm Water Soak with Kaempferia galanga to Reduce Lower Limb Edema in Third Trimester Pregnant Women: A Case Study of Mrs. M at PMB Meta Susanti, S.Tr.Keb, South Lampung, 2025

xvii + 65 pages + 4 tables + 3 pictures

ABSTRACT

Leg edema is one of the physiological discomforts often experienced by pregnant women in their third trimester due to fluid buildup and pressure from the uterus on blood vessels. This condition can interfere with the activities and comfort of pregnant women. Non-pharmacological therapies such as foot massage and warm water baths with ginger are believed to help reduce edema safely and naturally. To provide midwifery care to Mrs. M, a pregnant woman in her third trimester experiencing leg edema, through foot massage and warm water soaks with ginger. This case study was conducted at PMB Meta Susanti, S.Tr.Keb Lampung Selatan in February 2025 using the 7-step Varney midwifery management approach and SOAP documentation. The intervention was conducted over 5 days, with foot massage lasting 10 minutes per foot and foot soaking for 30 minutes using water at a temperature of 40.5–43°C mixed with 3–5 pieces of ginger.

After the intervention was carried out routinely, there was a decrease in the degree of edema in Mrs. M.'s feet. She felt more comfortable, was able to perform activities better, and no longer experienced severe discomfort in her feet. The application of foot massage and warm water soaking with ginger mixture proved effective in reducing foot edema in third-trimester pregnant women and can serve as a safe and easy-to-implement complementary therapy in midwifery practice.

Keywords: *Lower limb edema, foot massage, warm water soak, Kaempferia galanga, third-trimester pregnancy*

Reading List : 20 (2013-2023)



BIODATA PENULIS

Nama : Avisha Cindy Ayu Thiranty
NIM : 2215401048
Tempat / Tanggal Lahir : Penawar Jaya, 22 Maret 2004
Agama : Islam
Jenis Kelamin : Perempuan
Status Mahasiswa : Reguler
Alamat : Lingkungan II, RT 007, RW 003, Kel. Yukum
Jaya, Kec. Terbanggi Besar, Kab. Lampung
Tengah, Lampung

Riwayat Pendidikan

TK (2009-2010) : TK Pertiwi
SD (2010-2016) : SD Negeri 2 Yukum Jaya
SMP (2016-2019) : SMP Negeri 1 Banjar Margo
SMA (2019-2022) : SMA Negeri 1 Terbanggi Besar

LEMBAR PERSETUJUAN

Laporan Tugas Akhir

**PENERAPAN PIJAT KAKI DAN RENDAM AIR HANGAT DENGAN
CAMPURAN KENCUR UNTUK MENGURANGI OEDEMA KAKI
IBU HAMIL TRIMESTER III TERHADAP NY. M DI PMB
META SUSANTI S.Tr.Keb LAMPUNG SELATAN**

Penulis

Avisha Cindy Ayu Thiranty / NIM : 2215401048

Telah Diperiksa dan Disetujui Tim Pembimbing Laporan Tugas Akhir
Program Diploma III Kebidanan Politeknik Kesehatan Tanjungkarang

Bandar Lampung, April 2025

Tim Pembimbing Laporan Tugas Akhir

Pembimbing Utama



Rosmadewi, S.ST., S.Pd., M.Kes.
NIP. 196410291988032002

Pembimbing Pendamping



Roslina, S.Psi., M.Kes.
NIP. 197105181989122001

LEMBAR PENGESAHAN

Laporan Tugas Akhir

**PENERAPAN PIJAT KAKI DAN RENDAM AIR HANGAT DENGAN
CAMPURAN KENCUR UNTUK MENGURANGI OEDEMA KAKI
IBU HAMIL TRIMESTER III TERHADAP NY. M DI PMB
META SUSANTI S.Tr.Keb LAMPUNG SELATAN**

Penulis

Avisha Cindy Ayu Thiranty / NIM : 2215401048

Diterima dan disahkan oleh tim penguji Ujian Akhir Program Diploma III
Politeknik Kesehatan Kemenkes Tanjungkarang Jurusan Kebidanan
sebagai persyaratan menyelesaikan pendidikan Diploma III

Tim Penguji

Ketua Penguji



Amrina Octaviana, S.SiT., M.Keb.

NIP. 197910222002122002

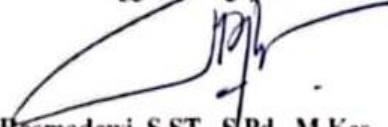
Anggota Penguji I



Roslina, S.Psi., M.Kes.

NIP. 197105181989122001

Anggota Penguji II



Rosmadewi, S.ST., SPd., M.Kes.

NIP. 196410291988032002

Mengetahui

Ketua Program Studi DIII Kebidanan Tanjungkarang
Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang



Dr. Ika Fitria Elmeida, S.SiT., M.Keb.

NIP. 197804062006042002

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : Avisha Cindy Ayu Thiranty

NIM : 215401048

Program Studi/Jurusan : DIII Kebidanan TanjungKarang

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan laporan tugas akhir yang berjudul “ Penerapan Pijat Kaki dan Rendam Air Hangat dengan Campuran Kencur Untuk Mengurangi Oedema Kaki Ibu Hamil Trimester 3 di Pmb Meta Susanti, S.Tr. Keb

Apabila suatu saat nanti, terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pemyataan saya buat dengan sebenar-benarnya,

Randar Lamung, Mei 2025



Avisha Cindy Ayu Thiranty

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan berbagai kemudahan, petunjuk serta karunia yang tak terhingga sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan tugas akhir yang berjudul “penerapan pijat kaki dan rendam air hangat dengan campuran kencur untuk mengurangi oedema kaki ibu hamil trimester III terhadap NY.M DI PMB Meta Susanti”.

Laporan Tugas Akhir ini penulis susun untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Ahli Madya Kebidanan di Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Tanjung Karang. Pada penyusunan Laporan Tugas Akhir ini penulis telah mendapatkan banyak bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada :

1. Dewi Purwaningsih, S.SiT., M.Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Tanjung Karang.
2. Dr. Sudarmi, S.Pd., M.Kes , selaku Ketua Jurusan Politeknik Kesehatan Tanjung Karang.
3. Dr. Ika Fitria Elmeida, S.SiT., M.Keb, selaku Ketua Program Studi DIII Kebidanan Politeknik Kesehatan Tanjung Karang.
4. Rosmadewi, S.ST., M.Kes , selaku pembimbing I, yang telah memberikan bimbingan, arahan serta motivasi kepada penulis, sehingga laporan tugas akhir ini dapat terwujud.
5. Roslina, S.Psi., M.Kes , selaku pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan, arahan serta motivasi kepada penulis, sehingga laporan tugas akhir ini dapat terwujud.
6. Amrina Octaviana, S.SiT., M.Keb, selaku penguji yang juga telah memberikan masukan, arahan serta motivasi kepada penulis dalam penulisan laporan tugas akhir ini.
7. Bidan Meta Susanti, S.Tr.Keb, selaku pembimbing lahan praktik

Bandar Lampung, Febuari 2025

Avisha Cindy Ayu Thiranty

LEMBAR PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirabbil ‘alamin, segala puji dan syukur saya panjatkan ke hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat, taufik, serta hidayah-Nya. Tanpa izin dan kehendak-Nya, saya tidak akan mampu menyelesaikan proses panjang penyusunan Laporan Tugas Akhir ini. Di tengah keterbatasan dan ujian yang datang silih berganti, Allah SWT selalu memberikan jalan, ketenangan, dan kekuatan yang tidak pernah saya duga.

Terima kasih juga saya sampaikan kepada orang-orang hebat yang Allah hadirkan dalam hidup saya, yang telah menjadi sumber kekuatan dan penyemangat sehingga penulis dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ini.

1. Ayahanda Budi Purnomo, Laki-laki hebat yang menjadi sumber semangat, dan doa yang tidak pernah putus. Terimakasih atas setiap tetes keringat, setiap pengorbanan, dan setiap kalimat doa yang mengiringi langkah penulis hingga penyelesaian laporan tugas akhir ini.
2. Almh. Ibunda saya tercinta Almh. Erlenawati S seseorang yang kepergiannya meninggalkan rindu yang mendalam. Meski tidak bisa lagi menyaksikan pencapaian ini secara langsung, saya percaya doa dan restumu tetap mengalir dari kejauhan. Terimakasih atas dukungan, dan ilmu yang engkau berikan kepada penulis, penulis percaya Mama tahu dan turut bangga atas penyelesaian tugas akhir ini.
3. Untuk saudari kandung saya, keluarga besar, dan orang-orang terdekat saya yang selalu menemani saya dan menguatkan saya hingga saya bisa tumbuh dan berproses hingga saat ini.
4. Untuk Ata, Zinha, Vivi, Yessi, dan Chelsi teman seperjuangan saya yang siap dan rela meluangkan waktunya, untuk selalu menghibur dan menyemangati disaat senang maupun susah, terimakasih sudah selalu ada di saat saya membutuhkan. Semoga kita bisa selalu memberi support satu sama lain.

MOTTO

“ Selama yunda berusaha dan berdoa, pasti Allah akan selalu beri jalan “