

BAB V

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil asuhan kebidanan yang dilakukan pada tanggal 17 - 21 Maret 2025 di TPMB Siti Rohma Perbasya, Kecamatan Ketibung, Kabupaten Lampug Selatan. Penulis melakukan pengkajian pengumpulan data dasar berupa data subjektif yaitu Ny. W usia 32 tahun G2 P1 A0, usia kehamilan 33 minggu. Data objektif didapatkan hasil yaitu Tekanan Darah 114/77 mmHg, N: 87x/menit, P: 22 x/menit, DJJ: 149x/ menit, BB: 73,5 Kg, TB : 158 cm, LILA : 32 cm. Berdasarkan hasil pengumpulan data dasar pemeriksa menegakkan diagnosis atau masalah yaitu Ny.W G2 P1 A0 usia kehamilan 33 minggu dengan kaki Edema tidak di temukan tanda-tanda preeklampsia atau komplikasi lain, sehingga edema yang terjadi dikategorikan sebagai Edema Fisiologis.

Berdasarkan teori Anis Setyowati (2019), Penatalaksanaan nonfarmakologi atau asuhan yang dapat diberikan untuk mengatasi kaki edema adalah menganjurkan ibu saat tidur atau duduk usahakan posisi kaki lebih tinggi, hindari penggunaan pakaian ketat yang dapat mengganggu aliran balik vena, mengubah posisi sesering mungkin, mengurangi aktivitas berdiri dalam jangka waktu lama, tidak meletakkan barang di atas paha karena akan menghambat sirkulasi darah, tidur dengan posisi miring ke kiri. Untuk memaksimalkan pembuluh darah pada kedua kaki, lakukan senam hamil, dan anjurkan pijat kaki, serta hidroterapi atau merendam kaki dengan air hangat.

Salah satu intervensi yang juga dapat dilakukan Ny.W adalah rendam kaki menggunakan air jahe hangat. Merendam kaki di lakukan 15 menit dengan suhu 37°C-39°C selama 5 hari merupakan intervensi untuk menurunkan edema kaki fisiologis tanpa adanya komplikasi. Rendam kaki dengan air jahe hangat merupakan salah satu pengobatan non farmakologis yang dapat di gunakan untuk ibu hamil, selanjutnya dilakukan perendaman kaki dengan ± 1 liter air menggunakan 5 ruas jahe ± 100 gr digeprek dan rebus hingga mencapai suhu $\pm 80^\circ\text{C}$ selama 15 menit. Terapi rendam kaki dengan air jahe hangat dilakukan dengan frekuensi sehari sekali selama 5 hari berturut-turut. Perendaman kaki dengan air jahe hangat terhadap edema kaki ibu hamil, efektif untuk mengurangi

keluhan edema atau bengkak pada kaki ibu hamil, untuk itu diharapkan ibu hamil dapat melakukan rendam kaki dengan air jahe hangat ini secara mandiri di rumah apabila mengalami bengkak atau edema pada kakinya. (Basyariah Lubis et al., 2024)

Hasil kunjungan dari tanggal 17 hingga 21 Maret 2025 menunjukkan progres positif. Pada kunjungan pertama, ibu mengeluhkan bengkak dan rasa tidak nyaman. Setelah terapi berlanjut hingga hari kelima, keluhan berkurang secara signifikan. Pada evaluasi terakhir, ibu menyatakan bahwa kakinya terasa ringan dan tidak ada keluhan saat berjalan. Hal ini mendukung hasil penelitian Basyariah Lubis et al. (2024) dan Fifi Febrianti (2024), yang menyatakan bahwa rendam kaki dengan air jahe hangat terbukti efektif menurunkan derajat edema pada ibu hamil karena sifat vasodilatasi dari air hangat dan kandungan aktif jahe yang meningkatkan sirkulasi darah. Keberhasilan intervensi ini juga tidak lepas dari kedisiplinan Ny.W dalam menjalankan terapi serta dukungan keluarga yang turut mendampingi proses terapi secara konsisten.

Sebagai upaya lanjutan, penulis menganjurkan agar ibu tetap melakukan rendam kaki secara mandiri jika keluhan edema kembali muncul. Selain itu, ibu dianjurkan untuk menghindari aktivitas berat, tidak berdiri terlalu lama, melakukan senam hamil secara rutin, serta menjaga posisi kaki lebih tinggi saat berbaring. Penulis juga memberikan konseling tentang pentingnya istirahat cukup, mengenali tanda bahaya kehamilan, dan melakukan pemeriksaan kehamilan secara rutin ke fasilitas kesehatan terdekat. Pendekatan yang holistik dan berkelanjutan ini diharapkan dapat menjaga kesehatan ibu hingga masa persalinan tiba.