

BAB V

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil asuhan kebidanan yang dilakukan pada tanggal 11-17 April 2025 di TPMB Nurhayati, Kecamatan Jati Agung, Kabupaten Lampung Selatan, penulis melakukan pengkajian pengumpulan data dasar berupa data subjektif yaitu Ny. J usia 25 tahun G1P0A0, usia kehamilan 30 minggu. Data objektif didapatkan hasil yaitu TD : 110/ 70 mmhg N : 82xm P : 22x/m DJJ :146x/m BB :58 kg TB :160 cm LILA :26 cm. Berdasarkan hasil pengumpulan data dasar pemeriksa menegakkan diagnosis atau masalah yaitu Ny. J G1P0A0 usia kehamilan 30 minggu dengan kaki bengkak. Rencana asuhan yang dapat diberikan untuk mengatasi kaki bengkak adalah menganjurkan ibu untuk memperbaiki sikap tubuhnya terutama saat duduk dan tidur, hindari duduk dalam posisi kaki tidak menggantung, sebelum tidur posisikan kaki lebih tinggi dari kepala, berjalan secara teratur untuk memfasilitasi peningkatan sirkulasi, dan hindari menggunakan menggunakan pakaian ketat dan menganjurkan ibu mengikuti senam hamil.

Penulis memberikan penjelasan kepada ibu bahwa edema kaki ini adalah hal yang sering terjadi dan sering dialami ibu hamil pada usia kehamilan trimester III. Edema kaki biasanya terjadi karena akibat sirkulasi darah atau pembuluh darah vena yang terhambat dan peningkatan tekanan karena ada nya pembesaran uterus pada bagian vena pelvia. ketika ibu hamil duduk maupun berdiri. Oedema kaki pada ibu hamil dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu semakin besar usia kehamilan, semakin besar juga edema kaki yang dialami namun edema yang terjadi merupakan oedema yang fisiologis yang akan membesar dengan membesarnya Rahim, bila oedema semakin membesar akan mengurang aktifitas gerak ibu, karena beban tubuh akan bertambah. Edema akan semakin parah bila kadar natrium tinggi pada tubuh kerena sifat natrium atau garam menarik air lebih banyak kedalam aliran darah. Bila air terus tertarik dan pembuluh darah peyah akan menghambat suplai nutrisi ke dalam janin, bila nutrisi kurang maka akan menghambat pertumbuhan janin (Vivin Nani L, 2021).

Penyebab bengkak kaki pada Ny. J ini dikarenakan terlalu sering berdiri lama dan duduk dengan posisi kaki menggantung. Dampak oedema kaki pada ibu hamil

yaitu 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 pada kehamilan dapat diatasi salah satunya dengan pijat kaki dan rendam kaki dengan air hangat campur garam.

Penatalaksanaan asuhan kebidanan yang dilakukan pada kasus Ny. J G₁P₀A₀ usia kehamilan 30 minggu dengan keluhan kaki bengkak, dilakukan intervensi sebanyak 7x pertemuan, yaitu mengajarkan ibu untuk melakukan terapi rendam kaki dengan air hangat campur garam sebanyak 25 gram/5 sdt selama 15 menit dengan suhu air 38°C, asuhan ini guna untuk mengurangi oedema pada kaki sebagai salah satu pengobatan non farmakologis. Rendaman air hangat dengan garam inggris sendiri efektif untuk mengurangi edema kaki karena dapat membantu melemaskan otot, memperlebar pembuluh darah, meningkatkan aliran darah dan mengurangi tekanan pada area bengkak. Ketika dilarutkan dalam air, garam Epsom akan melepaskan magnesium dan sulfat yang bermanfaat untuk kesehatan tubuh. Garam epsom dapat meredakan nyeri otot, peradangan, sampai pembengkakan. Selain itu, merendam kaki di air garam juga dapat memberikan efek relaksasi.

Hasil kunjungan dari tanggal 11-17 April 2025 menunjukan progres positif. Pada kunjungan pertama, ibu mengeluhkan bengkak dan rasa tidak nyaman. Setelah terapi rendaman lanjut hingga hari ketujuh, keluhan berkurang secara signifikan. Pada evaluasi terakhir, ibu mengatakan bahwa kakinya terasa lebih ringan dan tidak ada keluhan saat berjalan. Hal ini didukung hasil penelitian sebelumnya oleh Sawitry, et.al (2020) dengan judul manfaat rendaman air hangat dan garam dalam menurunkan derajat edema kaki ibu hamil trimester III di peroleh hasil bahwa merendam air hangat dengan campuran garam akan terjadi perpindahan panas dari air hangat ke tubuh sehingga menyebabkan pembuluh darah menjadi lebar dan ketegangan otot menurun maka peredaran darah lancar. Dengan adanya pelebaran pembuluh darah maka aliran darah akan lancar sehingga mudah mendorong darah masuk ke jantung. Keberhasilan intervensi ini juga tidak lepas dari kedisiplinan Ny. J dalam menjalankan terapi serta mengikuti konseling yang

diberikan dengan mengangkat kaki lebih tinggi dari kepala saat berbaring, tidak duduk terlalu lama, dan mengikuti senam hamil dan dukungan keluarga yang turut mendampingi proses terapi secara konsisten.

Maka dari itu penulis menyarankan untuk ibu hamil lainnya dapat melakukan rendaman air hangat dengan garam inggris (*epsom*) di rumah guna mengurangi edema kaki pada ibu hamil tm III karena garam inggris (*epsom*) sendiri memiliki manfaat bagi kesehatan salah satunya untuk mengurangi pembengkakan dan memberikan efek relaksasi lakukan rendaman dua kali dalam sehari untuk kualitas istirahat yang baik dan mengurangi edema kaki ibu hamil.