

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Dasar Kasus

1. Pengertian Kehamilan

Kehamilan merupakan suatu proses dari kehidupan seorang wanita, dimana terjadi perubahan-perubahan besar dari aspek fisik, mental dan sosialnya. Perubahan tersebut tidak lepas dari adanya faktor-faktor yang memengaruhinya yang dapat berupa faktor fisik, lingkungan, sosial, budaya serta ekonomi. Setiap faktor saling memengaruhi karena saling terkait satu sama lain dan dapat merupakan suatu hubungan sebab akibat (Astuti & Rumiati, 2022). Beberapa faktor seperti semakin membesarnya ukuran perut ibu, gerakan janin di dalam kandungan yang semakin aktif, yang membuat ibu hamil kesulitan untuk tidur di malam hari. Membedakan ketidaknyamanan selama kehamilan dengan komplikasi kehamilan, yaitu dengan mengkaji keluhan yang dirasakan pasien dengan anamnesis yang efektif dan komunikatif, dikuatkan dengan pemeriksaan fisik terutama yang berkaitan dengan keluhan yang dirasakan pasien, pengambilan keputusan secara tepat untuk mengurangi risiko komplikasi (Astuti & Rumiati, 2022).

2. Perubahan psikologi ibu hamil trimester III

Menurut Kasmianti et al., 2023 Perubahan psikologis pada masa akhir kehamilan antara lain:

- a. Ketidaknyamanan berulang yang membuat anda merasa jelek, asing dan tidak menarik
- b. Kecemasan bahwa bayi tidak akan lahir tepat waktu

- c. Takut akan rasa sakit, bahaya fisik, dan kekhawatiran akan keselamatan saat melahirkan
- d. Takut bayi akan lahir dalam keadaan abnormal, bermimpi yang mencerminkan perhatian dan kekhawatirannya.
- e. Merasa sedih karena akan terpisah dari bayinya.
- f. Merasa kehilangan perhatian

3. Perubahan fisiologis ibu hamil Trimester III

a. Sistem Respirasi

Kehamilan memengaruhi sistem pernapasan, kapasitas paru-paru, dan ventilasi. Perubahan fisiologi sistem pernapasan selama kehamilan diperlukan untuk mengakomodasi peningkatan kebutuhan metabolisme oksigen tubuh dan janin. Perubahan ini disebabkan oleh pengaruh hormonal dan biokimia. Saat otot dada dan tulang rawan mengendur, dan payudara berubah. Diafragma membesar hingga 4cm, dan diameter transversal toraks menjadi cm. kapasitas pernapasan meningkat hingga 40%

b. Sistem Endokrin

Selama trimester III kadar hormon oksitosin mulai meningkat, yang menyebabkan Rahim ibu berkontraksi. Oksitosin merupakan salah satu hormon yang sangat penting selama persalinan dan dapat merangsang kontraksi rahim ibu. Selama kehamilan, kadar hormon oksitosin dan hormon prolaktin juga meningkat sepuluh kali lipat.

c. Sistem Muskuloskeletal

Lordosis yang progresif umum terjadi selama kehamilan. Hal ini karena Rahim mengembang ke depan dan lordosis dan menyebabkan pusat daya menggeser berat kebelakang ke arah kaki. Hal ini dapat mengakibatkan nyeri punggung bagian bawah, terutama pada tahap akhir kehamilan, oleh karena itu posisi rileks di sisi kiri diperlukan.

d. Sistem Perkemihan

Hormon estrogen dan progesteron dapat menyebabkan uretra melebar dan mengurangi tonus otot saluran kemih. Meningkatnya frekuensi (Mutia Kirani et al., 2021). buang air kecil (poliuria) menyebabkan

peningkatan laju filtrasi glomerulus meningkat 69%. Pada akhir kehamilan, Rahim yang membesar dapat menekan dinding saluran kemih, menyebabkan hidrouretra atau mungkin hidronefrosis sementara. Kadar kreatinin, urea, dan asam urat dalam darah mungkin menurun, tetapi hal ini dianggap normal

e. Sistem Kardiovaskuler

Volume darah meningkat sekitar 25%, mencapai puncaknya pada minggu ke- 32 kehamilan. Output jantung kemudian meningkat sekitar 30%. denyut nadi dan tekanan darah anda akan menurun, terutama selama trimester kedua, tetapi kemudian meningkat lagi ketinggian sebelum hamil. Tekanan vena dalam batas normal (Kasmiati et al., 2023).

f. Uterus

Perubahan pada Rahim mulai menekan rahim kearah tulang belakang, memberi tekanan vena cava dan aorta, sehingga membatasi aliran darah. Menjelang akhir kehamilan, yang disebut kontraksi palsu (kontraksi Braxton- hicks), sering terjadi. Isthmus uteri menjadi bagian korpus dan berkembang menjadi segmen bawah Rahim yang lebih lebar dan tipis, servik menjadi sangat lunak sehingga lebih mudah dimasukan dengan jari pada akhir kehamilan. Uterus yang semula seukuran ibu jari atau berat sekitar 30gram, membesar dan menebal menjadi lebih besar dan lunak untuk menampung pertumbuhan (Kasmiati et al., 2023).

g. Payudara

Selama menyusui, payudara tumbuh dan berkembang sebagai persiapan untuk memproduksi ASI. Perkembangan payudara selama kehamilan tidak lepas dari pengaruh hormon seperti estrogen, progesteron, dan somatotropin. Kedua payudara membesar pembuluh darah dibawah kulit menjadi lebih terlihat, dan puting susu akan membesar, lebih gelap, dan tegak (Kasmiati et al., 2023)

h. Kenaikan Berat Badan

Peningkatan berat badan pada trimester ketiga kehamilan merupakan indikator penting perkembangan janin. Kebutuhan penambahan berat badan semua ibu hamil tidak lama akan tetapi harus melihat dari BMI

atau IMT sebelum hamil. IMT merupakan proporsi standar berat badan (BB) terdapat tinggi badan (TB). IMT perlu diketahui untuk menilai status gizi catin dalam kaitanya dengan persiapan kehamilan. Jika perempuan atau catin mempunyai status gizi kurang ingin hamil, sebaiknya menunda kehamilan, untuk dilakukan intervensi perbaikan gizi sampai status gizinya baik. Ibu hamil dengan kekurangan gizi memiliki resiko yang dapat membahayakan ibu dan janin, antara lain anemia pada ibu dan janin, risiko pendarahan saat melahirkan, BBLR, mudah terkena penyakit infeksi, risiko keguguran, bayi lahir mati, serta cacat bawaan pada janin (Kasmiati et al., 2023).

4. Ketidaknyamanan Trimester III

Trimester ketiga dimulai pada minggu ke-27 dan berlanjut minggu 38-40. Saat kehamilan dianggap cukup bulan trimester ketiga mengacu pada bulan periode terakhir atau trimester ketiga kehamilan (Astuti & Rumiya, 2022). Banyak ibu hamil mengalami ketidaknyamanan selama kehamilan dikarenakan adanya perubahan fisiologis yang umum terjadi seperti:

a. Nyeri punggung bawah

Nyeri punggung biasanya akan meningkat intensitasnya seiring dengan perkembangan kehamilan. rasa sakit tersebut disebabkan oleh perubahan pusat gravitasi ibu hamil dan pembesaran.

b. Nyeri perut bawah

Keluhan ibu hamil yang paling umum adalah nyeri perut bawah. Sakit perut ini dapat disebabkan oleh berbagai hal, termasuk muntah berlebihan dan sembelit.

c. Sesak nafas

Selama trimester ketiga, sekitar 70% wanita mengalami sesak nafas. Sebagian besar kasus ini mungkin disebabkan oleh perubahan anatomi diparu-paru selama kehamilan saat kehamilan berlanjut, uterus membesar, yang mempengaruhi diafragma ibu, Diafragma akan terdorong sekitar 4cm, membuat pernapasan tampak lebih pendek.

d. Edema dan kram pada kaki

Edema selama kehamilan disebabkan oleh semakin peningkatan ukuran Rahim, peningkatan berat janin, dan peningkatan usia kehamilan. Selain itu, berat badan extra memberi tekanan pada kaki, yang harus menopang tubuh ibu.

e. Varises dan wasir

Sekitar 40% wanita hamil menderita varises. Varises adalah pembesaran pembuluh darah balik vena yang membesar sehingga melemahkan katup vena, sehingga menyebabkan penyumbatan. Wasir adalah pelebaran pembuluh darah vena dalam kantung hemoroid. pada ibu hamil, hormon progesterone dan tekanan dari Rahim dapat memberikan tekanan pada pembuluh darah vena di rectum dan memberi banyak tekanan pada benjolan. Kuman ini masuk kedalam rectum dan menyebabkan wasir.

f. Sering buang air besar

Selama kehamilan 60% ibu hamil akan mengeluhkan sering buang air kecil dilaporkan pada trimester pertama sekitar 59%, pada trimester kedua 61% dan 81% pada trimester ketiga. Perasaan ingin buang air kecil yang sering dirasakan oleh ibu hamil trimester III secara fisiologis disebabkan karena ginjal bekerja lebih berat dari biasanya, organ tersebut harus menyaring volume darah lebih dari biasanya. Janin dan plasenta yang membesar juga memberikan tekanan pada kandung kemih, yang menjadikan buang air kecil pada ibu hamil terjadi lebih sering.

5. Tanda Bahaya Kehamilan

Tanda –tanda bahaya dapat terjadi dalam masa kehamilan antara lain yaitu;

a. Perdarahan Pervaginam

Pada bulan pertam kehamilan, bila perdarahan terjadi keluar berwarna merah, perdarahan cukup banyak atau perdarahan yang disertai dengan rasa nyeri akibat abortus, maka terdapat ketidaknormalan pada kehamilan yaitu kehamilan Ektopik terganggu (KET) dan molahitidosa. Sedangkan pada kehamilan lanjut, perdarahan yang keluar yang berwarna merah dalam jumlah yang cukup banyak maupun dengan

jumlah sedikit, terasa nyeri yang dapat disebabkan oleh plasenta previa atau solusio plasenta (Kasmiati et al., 2023).

b. Sakit kepala yang hebat

Sakit kepala terjadi pada kehamilan dapat menunjukkan suatu masalah yang cukup serius, seperti rasa sakit kepala hebat bersifat menetap dan tidak menghilang dengan istirahat. Kadang kadang sakit kepala hebat yang dialami ibu hamil adalah gejala dari pre-eklamsia (Kasmiati et al., 2023).

c. Penglihatan kabur

Gangguan penglihatan menandakan sesuatu yang mengancam jiwa seperti adanya perubahan visual (penglihatan) secara tiba tiba, misalnya pandangan kabur atau ada bayangan. disertai dengan pembengkakan pada wajah dan jari -jari tangan, dan gejala visik lainnya. Ini mungkin merupakan tanda dari anemia, gangguan dari fungsi ginjal, gagal jantung atau pre-eklamsia (Kasmiati et al., 2023).

d. Gerakan janin tidak terasa

pada usia kehamilan 16-18 minggu (multigravida, sudah pernah hamil dan melahirkan sebelumnya). Ibu hamil mulai dapat merasakan gerakan bayinya dan pada ibu hamil (primigravida, baru pertama kali hamil) akan merasakannya pada usia kehamilan 18-20 minggu. Bayi harus bergerak paling sedikit tiga kali dalam tiga jam, jika bayi dalam posisi tidur maka gerakannya akan lemah, gerakan bayi akan lebih terasa jika ibu dalam kondisi berbaring dan pada saat ibu makan serta minum (Kasmiati et al., 2023).

e. Nyeri abdomen hebat

Nyeri abdomen yang rasanya menetap dan tidak hilang ketika beristirahat, hal ini bisa berarti gejala dari appendicitis (radang usus buntu), kehamilan di luar kandungan (penyakit kehamilan ektopik), aborsi (keguguran), persalinan preterm, penyakit radang panggul, gastritis (maag), penyakit kantong empedu, solusio plasenta, penyakit menular seksual, dan Infeksi Saluran Kemih (ISK) atau infeksi lain (Kasmiati et al., 2023).

6. Kebutuhan Ibu Hamil

a. Kebutuhan Nutrisi

Karena kebutuhan kalori meningkat selama kehamilan, ibu hamil sebaiknya disarankan untuk mengonsumsi makanan yang cukup mengandung protein hewani dan nabati. Kenaikan berat badan selama kehamilan terjadi pada saat ibu seharusnya mengonsumsi makanan bergizi tetapi tidak berarti makanan mahal. Gizi pada waktu hamil harus ditingkatkan hingga 300 kalori per hari, makan makanan yang mengandung protein dan zat besi, dan minum cukup cairan (menu seimbang).

1) Kalori

Di Indonesia, kebutuhan kalori untuk wanita tidak hamil adalah 2000 kkal, sedangkan untuk wanita hamil dan menyusui masing-masing adalah 2300 kkal dan 2800 kkal. Kalori dibakar untuk menghasilkan energi. Ketika kekurangan energi, tubuh akan membakar protein yang mestinya dipakai untuk pertumbuhan. Pada ibu hamil, kondisi ini kerap terjadi saat asupan makanan pada trimester 1 namun asupan makanan harus tetap diberikan.

Selama trimester kedua, nafsu makan anda biasanya meningkat dan kebutuhan energi anda lebih besar daripada trimester pertama. Demikian pula zat pembangun dan zat pengatur seperti lauk pauk, sayur-sayuran dan buah-buahan berwarna.

Trimester ketiga ditandai dengan pertumbuhan janin yang cepat dan pembengkakan yang terjadi 20 minggu terakhir kehamilan. Secara umum, sang ibu memiliki nafsu makanyang besar dan merasa sangat lapar(Kasmiati et al., 2023).

2). Protein

Protein sangat penting untuk perkembangan janin selama kehamilan, yaitu untuk pertumbuhan janin, Rahim dan plasenta, pertumbuhan payudara dan peningkatan aliran darah ibu (protein plasma, hemoglobin, dan lain-lain). Asupan protein ideal untuk wanita yang tidak hamil adalah 0,9 gram/kg BB/per hari tetapi

selama kehamilan, memerlukan tambahan protein hingga 30 gram per hari. Protein hewani seperti daging, susu, telur, keju dan ikan sumber protein yang direkomendasikan karena mengandung asam amino yang lengkap. Susu dan produk olahan susu tidak hanya merupakan sumber protein yang baik tetapi juga kaya dengan kalsium (Kasmiati et al., 2023).

3). Mineral

Pada prinsipnya, semua mineral dapat diserap dari makanan sehari-hari seperti buah-buahan, sayur-sayuran dan susu. Zat besi adalah satu satunya hal yang tidak dapat diserap melalui makan sehari-hari. Kebutuhan zat besi selama trimester kedua kehamilan kira-kira 17mg per hari. Untuk memenuhi kebutuhan ini, diperlukan suplemen zat besi 30 mg per hari sebagai ferrous, ferofumarat atau feroglukonat per hari pada kehamilan kembar pada wanita yang sedikit anemia dibutuhkan 60-100gr per hari. Kebutuhan kalsium biasanya terpenuhi dengan minum susu. Satu liter susu sapi mengandung sekitar 0,9gram kalsium. jika ibu hamil tidak dapat minum susu, dapat diberikan suplemen kalsium dapat diberikan suplemen kalsium sebanyak 1gram per hari (Kasmiati et al., 2023).

4). Vitamin

Meskipun kebutuhan vitamin anda sudah terpenuhi dengan mengonsumsi sayur dan buah, anda juga bisa mendapatkan vitamin tambahan. Mengonsumsi asam folat terbukti dapat mencegah cacat pada bayi (Kasmiati et al., 2023).

b. Eliminasi

Wanita hamil sering mengalami gejala yang berhubungan dengan eliminasi seperti sembelit dan buang air kecil. Konstipasi disebabkan oleh efek pengaruh hormon progesterone yang merelaksasikan otot polos, termasuk di usus. Selain itu, tekanan janin yang sedang tumbuh menyebabkan seringnya sembelit. Tindakan pencegahannya meliputi mengonsumsi makanan tinggi serat dan banyak minum air putih (Kasmiati et al., 2023).

c. Istirahat

Wanita hamil sering merasa lelah karena perubahan fisik seperti perut yang lebih berat dan perubahan postur tubuh. Itulah mengapa istirahat dan tidur sangat penting bagi wanita ibu hamil. Selama trimester ketiga, janin sering kali bertambah besar yang dapat menyulitkan ibu untuk menentukan posisi tidur yang paling nyaman. Posisi tidur yang dianjurkan bagi ibu hamil adalah miring ke kiri, kaki kiri diluruskan, kaki kanan sedikit tekuk serta di sangga dengan bantal, dan untuk mengurangi rasa nyeri perut, topang perut dengan bantal pada perut bawah sebelah kiri bawah (Kasmiati et al., 2023).

d. Aktivitas

Ibu hamil dapat melakukan aktivitas sehari-hari selama tidak memberikan gangguan rasa tidak nyaman. Bagi wanita pekerja ia boleh tetap masuk kantor sampai menjelang partus (Kasmiati et al., 2023).

e. Persiapan laktasi

Persiapan menyusui pada kehamilan merupakan hal yang penting karena dengan persiapan dini ibu akan lebih baik dan siap untuk menyusui bayinya. Untuk itu ibu hamil sebaiknya tidak masuk dalam kelas “bimbingan persiapan menyusui (BPM)”. Suatu pusat pelayanan kesehatan (RS, RB, Puskesmas) harus mempunyai kebijakan yang berkenaan dengan pelayanan ibu hamil yang menunjang keberhasilan menyusui. Pelayanan pada BPM terdiri dari penyuluhan tentang keunggulan ASI, manfaat gawat gabung, perawatan puting susu, perawatan bayi, gizi ibu hamil dan menyusui, keluarga berencana (Kasmiati et al., 2023).

f. Personal Hygiene

Kebersihan harus dijaga pada masa hamil. Mandi dianjurkan sedikitnya dua kali karena ibu hamil cenderung untuk mengeluarkan banyak keringat, menjaga kebersihan diri terutama lipatan kulit (ketiak, bawah buah dada, daerah genitalia) dengan cara dibersihkan dengan air dan dikeringkan. Kebersihan gigi dan mulut, perlu mendapat perhatian

karena sering kali mudah terjadi gigi berlubang, terutama pada ibu yang kekurangan kalsium (Kasmiati et al., 2023).

g. Pakaian

Meskipun pakaian bukan merupakan hal yang berakibat langsung terhadap kesejahteraan ibu dan janin, namun perlu kiranya tetap dipertimbangkan beberapa ketidaknyamanan yang akan mengganggu fisik maupun psikologis ibu. Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam pakaian ibu hamil adalah memenuhi kriteria berikut ini:

- 1) Pakaian harus longgar, bersih, dan tidak ada ikatan yang ketat pada daerah perut.
- 2) Bahan pakaian usahakan yang mudah menyerap keringat.
- 3) Memakai bra yang menyokong payudara
- 4) Memakai sepatu dengan hak yang rendah. Pakaian dalam yang selalu bersih (Kasmiati et al., 2023).

h. Seksual

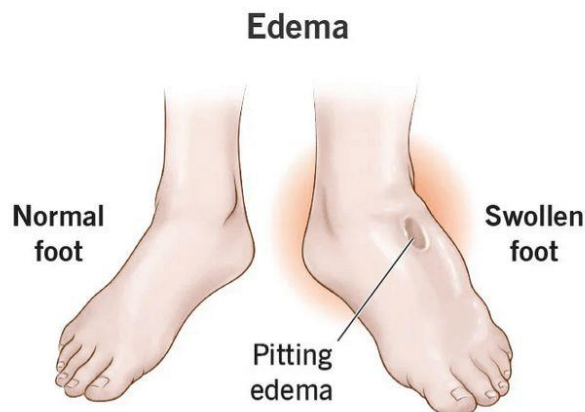
Hubungan seksual selama kehamilan tidak dilarang selama tidak ada riwayat penyakit tertentu:

- 1) Sering mengalami abortus dan kelahiran prematur
- 2) Perdarahan pervaginam
- 3) Koitus harus dilakukan dengan hati-hati, terutama pada minggu terakhir kehamilan. jika ketuban sudah pecah, hubungan seksual dilarang karena dapat meningkatkan risiko infeksi pada janin didalam Rahim (Kasmiati et al., 2023).

7. Edema pada kehamilan

Selama kehamilan, terjadi perubahan fisiologis dan psikologis. Perubahan fisiologis meliputi adaptasi pada organ reproduksi, sistem kardiovaskular, sistem pernapasan, ginjal, kulit, sistem rangka mukosa, saraf, sistem pencernaan dan endokrin. Sementara itu, perubahan psikologis merujuk pada reaksi emosional yang timbul akibat perubahan tubuh serta peningkatan tanggung jawab dalam menghadapi kehamilan dan masa perawatan anak setelah kelahiran (Mutia Kirani et al., 2021).

Selama kehamilan, terjadi perubahan fisiologis memengaruhi tubuh ibu hamil. Perubahan ini seringkali menyebabkan ketidaknyamanan yang mengganggu atau bahkan sering diabaikan, seperti mual, muntah, kelelahan, nyeri pada punggung bagian atas dan bawah, peningkatan frekuensi buang air kecil, kesemutan, pembengkakan pada kaki, dan nyeri pada ulu hati (Yanti et al., 2020).



Gambar 1. Kaki normal dan kaki edema /bengkak

Edema umumnya terjadi sekitar 80% kehamilan. Dengan jenis yang paling sering muncul adalah edema kaki. Edema dapat menjadi gejala awal yang mengarah pada kondisi patologis dan juga dapat menjadi indikator penyakit kronis yang serius selama kehamilan. Beberapa penyakit yang dapat menyebabkan edema meliputi penyakit jantung kronis, gagal ginjal, gangguan sendi, konsumsi garam berlebihan, dan kelelahan fisik. Pada kehamilan, edema dipicu oleh perubahan kadar estrogen yang meningkatkan retensi cairan. retensi cairan ini terkait dengan perubahan fisik pada kehamilan trimester akhir, seperti pembesaran uterus akibat penambahan berat badan janin pada usia kehamilan. Selain itu, peningkatan berat badan juga memberikan beban tambahan pada kaki ibu, yang dapat mengganggu sirkulasi darah balik dikaki dan menyebabkan edema (Dwi Handayani et al., 2023).

Edema terjadi ketika tekanan uterus yang menghambat aliran balik vena dan gravitasi menyebabkan penumpukan cairan bertambah. Edema kaki fisiologis menyebabkan rasa tidak nyaman, berat, dan kram di malam hari. Jika tidak

diobati dengan tepat, edema fisiologis dapat berkembang menjadi patologis, menyebabkan masalah ginjal dan jantung, dan akhirnya menyebabkan masalah kegagalan organ (Dwi Handayani et al., 2023).

Edema sangat berbahaya bagi wanita hamil karena dapat menyebabkan masalah pada jantung, ginjal, dan lainnya. Dan memengaruhi fungsi normal organ organ tersebut.(Dwi Handayani et al., 2023).

Penyebab utama kematian ibu diperkirakan antara lain perdarahan, sepsis, partus macet, dan penyakit hipertensi pada ibu hamil. Selama bertahun-tahun, survei demografi dan kesehatan telah digunakan untuk mempelajari kesehatan ibu dan perinatal di negara berkembang. Menggunakan studi cos-sectional dilakukan pada 300 wanita di Dua Rumah Sakit dan satu pusat pelayanan kesehatan Masyarakat (Ika Fitria Elmeida et al., 2023)

a. Tanda & gejala

- a) Sakit punggung
- b) Kaki bengkak
- c) Kesemutan

b. Dampak edema pada kehamilan

Edema cukup berbahaya bagi ibu hamil karena bisa meyebabkan gangguan pada jantung, ginjal, dan lain sebagainya, sehingga dapat menyebabkan organ tubuh tersebut tidak berfungsi sebagaimana mestinya (Dwi Handayani et al., 2023).

Edema kaki fisiologis menyebabkan ketidaknyamanan, perasaan berat, dan kram dimalam hari. Ibu hamil yang mengalami edema, edema bisa menunjukan adanya tanda tanda bahaya dalam kehamilan apabila terdapat pembengkakan pada daerah muka atau jari, sakit kepala hebat, penglihatan kabur sebagai akibat pre eklamsia (Dwi Handayani et al., 2023).

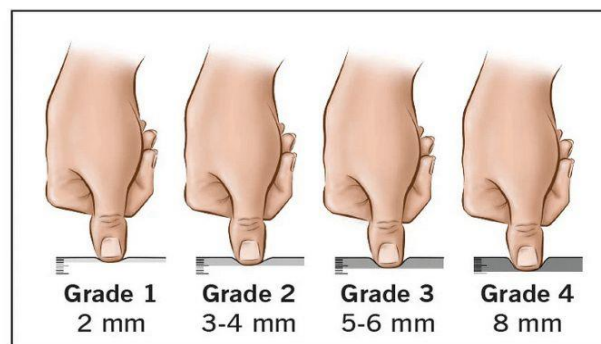
c. Cara mengatasi edema pada kehamilan

- a) Tidak melakukan aktifitas fisik berlebihan
- b) Rendam kaki menggunakan air hangat

d. Tanda dan Gejala Bengkak pada kaki biasanya terjadi pada bagian tungkai atau mata kaki dan muncul pada trimester III, sebagian ibu

hamil mengalaminya pada trimester III kehamilan. Akibat perubahan tubuh yang normal tidak disertai nyeri atau gejala lain. Jika bengkak akibat penyakit tertentu maka akan lebih berbahaya dan perlu dilakukan penanganan yang serius. Indikator adanya bengkak atau edema dilakukan melalui pengamatan terhadap kembalinya pitting setelah dilakukan palpasi pada ekstremitas bawah bagian tibia dan mata kaki dengan derajat bengkak menjadi berikut (Saragih et al., 2021).

- 1) Derajat I: Kedalaman 1-3 mm, waktu kembali 3 detik
- 2) Derajat II: Kedalaman 3-5 mm, waktu kembali 5 detik
- 3) Derajat III: Kedalaman 5-7 mm, waktu kembali 7 detik
- 4) Derajat IV: Kedalaman ≥ 7 mm, waktu kembali lebih dari 7 detik (Ulfah, 2020).



Gambar 2. Derajat edema

8. KENCUR (*kaempferia galanga*)

a. Definisi kencur

Kencur merupakan tanaman obat dan rempah yang bernilai tinggi dan family Zingiberaceae meskipun tanaman ini aslinya berasal dari india, kencur terutama dibudidayakan di Asia Tenggara dan China. Di Indonesia, kencur ditemukan dibeberapa daerah antara lain dikenal dengan nama kencur (Madura), ceuko (Aceh), kencur (Jawa), cikur (Sunda), cakue (Minangkabau) dan bataka (Ternate dan Tidore). klasifikasi tumbuhan kencur ialah sebagai berikut:

Kingdom : Plantae

Divisi : Spermatophyte (Tumbuhan berbiji)

Sub Divisi : Angiospermae (Biji tertutup)
 Kelas : Monocotyledone (Biji berkeping satu)
 Ordo : Zingiberales
 Famili : Zingiberaceae
 Genus : Kaempferia L.
 Spesies : Kaempferia galangal L.

b. Manfaat kencur

Kencur (*kaempferia galanga*) merupakan tanaman tropis yang pernah digunakan sebagai tanaman hortikultura di Indonesia. Kencur adalah tanaman obat tradisional. Di Indonesia kencur digunakan sebagai ramuan obat yang dapat menyembuhkan berbagai penyakit dengan efek ekspektoran, diuretik, dan stimulasi. Kencur juga dapat digunakan untuk mengobati batuk, radang lambung, bengkak, muntah, tetanus, nyeri, sakit kepala, dismorea dan influenza dan beberapa orang menggunakan sebagai bumbu masakan dan minuman (Utami, l. p. 2020).

c. Morfologi Tanaman



Gambar 3. *Tanaman Kencur*

Tanaman kencur memiliki batang semu yang sangat pendek dan tumbuh bergerombol. Batang tersebut terbentuk dari pelepah daun yang saling menutupi. Bentuknya lonjong, lebar 3-6 cm dan panjang 7-12 cm. daunnya berwarna hijau segar dan bertekstur agak tebal. Tangkai daunnya sangat pendek dan berwarna keputihan. Bunganya pendek, berbentuk terompet dan panjangnya 3-5cm. putik kencur berwarna putih sedikit keunguan, sedangkan kencur memiliki benangsari berwarna kuning yang panjangnya 4mm. jumlah bunga berikisar antara 4 hingga 12 dan warna

utamanya putih. kencur berbeda dari tanaman lain karena daunnya karena menyebar dipermukaan tanah, batang kencur pendek dan serabut akarnya berwarna kuning kecoklatan. (Wulan et al., 2023)

d. Rendaman air kencur

a) Definisi

Perendama dalam air hangat memiliki efek mengurangi edema, artinya efek menenangkan, menyejukan, membantu meringankan insomnia dan gangguan tidur. (Wulan et al., 2023) Namun dapat dikombinasikan dengan tanaman herbal kencur untuk lebih memperlancar peredaran darah dikaki tanpa efek samping. Selain untuk mengurangi pembengkakan dapat juga dikombinasikan dengan tanaman herbal kencur. Kencur tidak hanya mengurangi pembengkakan, tetapi juga memberikan aromaterapi dari kandungan dalam kencur, yaitu minyak esensial (Wulan et al., 2023).

b) Manfaat Rendaman Air Kencur

Ekstrak air kencur memiliki sifat antiinflamasi. Kandungan dalam kencur adalah tremetil, oktan, limonene dioksida, asam etilsinamat, asametil p-metoksinamat, dan etil ester asam metoksifenilpropenoat. Senyawa yang terdapat pada rimpang kencur yang bermanfaat sebagai anti inflamasi. Kandungan dalam kencur salah satunya yaitu flavonoid, yang dapat mengurangi edema atau inflamasi. Semakin besar dosis yang digunakan, akan semakin besar juga efek untuk antiinflamasi. Rimpang kencur sebagai antiinflamasi dapat menghambat pelepasan serotonin dan dapat menghambat sintesis prostaglandin dari asam arakhidinat dengan cara menghambat kerja sikloksigenase. Penggunaan rimpang kencur dengan dosis 45 mg/kg bb dapat mengatasi edema atau inflamasi sebesar 51,27%. Kencur merupakan tanaman obat yang memiliki efektifitas terbesar dari pada tanaman obat lain yang mengandung flavonoid dan tanaman kencur terbukti lebih efektif dari pada tanaman lainnya

c) Mekanisme Rendam Air Hangat Campuran Kencur

Melakukan rendam kencur dengan cara mencampurkan air hangat secukupnya sampai bagian mata kaki terendam dengan kencur yang berukuran 3 ruas jari yang sudah digeprek terlebih dahulu, rendam kaki dilakukan selama 10 menit dalam 5 hari berturut-turut(Endah et al., 2019).

Merendam kaki menggunakan air hangat dicampur kencur digunakan untuk merendam kaki atau hidroterapi pada ibu hamil. Langkah membuat Air Hangat Campur Kencur pertama masukan air kedalam panci \pm 1 liter kemudian masukan kencur 45 mg kedalam air lalu masukan air kedalam ember / baskom campurkan sedikit air dingin sehingga suhu air menjadi 38°C , air Rendaman harus 10 – 15 cm diatas mata kaki, kemudian kaki di rendam agar ibu merasa rileks selama 5- 10 menit(Dwi Handayani et al., 2023)

Kewenangan bidan terhadap kasus tersebut

Berdasarkan undang undang republik Indonesia Nomor 17 tahun 2023 tentang Kesehatan, bahwa pelayanan kesehatan kepada Masyarakat khususnya Perempuan, bayi, dan anak yang dilaksanakan oleh bidan masih dihadapkan pada kendala profesionalitas, kompetensi, dan kewenangan.

Pasal 40

- 1) Upaya Kesehatan ibu ditujukan untuk melahirkan anak yang sehat, cerdas, dan berkualitas serta menurunkan angka kematian ibu.
- 2) Upaya Kesehatan ibu sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dilakukan pada masa sebelum hamil, masa kehamilan, persalinan, dan pascapersalinan.
- 3) Setiap ibu berhak memperoleh akses ke Fasilitas Pelayanan Kesehatan dan Pelayanan Kesehatan yang sesuai dengan standar, aman, bermutu, dan terjangkau.
- 4) Pemerintah Pusat dan Pemerintah Daerah bertanggung jawab menyediakan Pelayanan Kesehatan ibu yang sesuai dengan standar, aman, bermutu, dan terjangkau.
- 5) Upaya Kesehatan ibu menjadi tanggung jawab dan kewajiban bersama bagr keluarga, masyarakat, Pemerintah Daerah, dan Pemerintah Pusat.
- 6) Ketentuan lebih lanjut mengenai Upaya Kesehatan ibu diatur dengan Peraturan Pemerintah.

Berdasarkan Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK. 01.07/Menkes/320/2020 tentang Standar Profesi Bidan.

1. Standar Kompetensi Bidan terdiri dari:
 - 1) Etik legal dan keselamatan pasien
 - 2) Komunikasi efektif
 - 3) Pengembangan diri dan profesionalisme
 - 4) Landasan ilmiah praktik kebidanan
 - 5) Keterampilan klinis dalam praktik kebidanan
 - 6) Promosi kesehatan dan konseling
 - 7) Management dan kepemimpinan.

Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK 01.07.Menkes/320/2020

- 1) Masalah adalah informasi yang dihadapkan dari klien dan keluarga atau profesi kesehatan lain yang menjadi acuan dalam melakukan penelusuran melalui anamnesis, pemeriksaan fisik dan pemeriksaan penunjang
- 2) Pengkajian adalah pengumpulan semua data yang akurat, relevan dan lengkap dari semua sumber yang berkaitan dengan kondisi pasien atau klien
- 3) Diagnosis kebidanan adalah Kesimpulan hasil analisis data yang diperoleh dari pengkajian secara akurat dan logis yang dapat diselesaikan dengan asuhan kebidanan secara mandiri, kolaborasi dan rujukan.
- 4) Perencanaan adalah rencana tindakan yang disusun Bidan berdasarkan diagnosis kebidanan mulai dari Tindakan segera, tindakan antisipasi dan tindakan komprehensif melibatkan klien atau keluarga, mempertimbangkan kondisi psikologi dan sosial budaya klien/keluarga Tindakan yang aman sesuai kondisi dan kebutuhan klien berdasarkan evidence based serta mempertimbangkan kebijakan dan peraturan yang berlaku.
- 5) Implementasi adalah pelaksanaan Tindakan kebidanan berdasarkan rencana yang diberikan secara komprehensif, efektif, efisien dan aman (safety) kepada klien, dalam bentuk Upaya promotif, preventif, kuratif dan rehabilitatif. Baik secara mandiri, kolaborasi dan rujukan
- 6) Evaluasi adalah penilaian secara sistematis dan berkesinambungan terhadap efektifitas Tindakan dan asuhan kebidanan yang telah diberikan sesuai dengan perubahan perkembangan kondisi klien, dilakukan sesuai standar dan segera setelah melaksanakan asuhan.
- 7) Pencatatan adalah pencatatan asuhan secara lengkap, akurat, singkat, jelas dan dapat dipertanggung jawabkan. ditulis dalam bentuk catatan perkembangan *subjective, objective, Assessment and plan* (SOAP). (Kemenkes RI, 2020)

Bersadarkan Peraturan Menteri kesehatan kemenkes NO 21 Tahun 2021

Pasal 13

- 1) Pelayanan kesehatan masa hamil bertujuan untuk memenuhi hak setiap ibu hamil memperoleh pelayanan kesehatan yang berkualitas sehingga mampu menjalani kehamilan dengan sehat, bersalin dengan selamat, dan melahirkan bayi yang sehat dan berkualitas
- 2) Pelayanan kesehatan masa kehamilan sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dilakukan sejak terjadinya masa konsepsi hingga sebelum mulainya proses persalinan.
- 3) Pelayanan Kesehatan nasa hamil dilakukan paling sedikit 6 (enam) kali selama masa kehamilan meliputi:
 - a. 1 (satu) kali pada trimester pertama;
 - b. 2 (dua) kali pada trimester kedua;
 - c. 3 (kali) kali pada trimester ketiga
- 4) Pelayanan kesehatan masa hamil sebagaimana dimaksud pada ayat 3 dilakukan oleh tenaga kesehatan yang mnemili,I kompetensi dan kewenangan dan paling sedikit 2 kali oleh dokter atau dokter spesialis kebidanan dan kandungan pada trimester pertama dan ketiga.
- 5) Pelayanan kesehatan masa kehamilan yang dilakukan dokter atau domter spesialis sebagaimana dimaksud ayat (4) termasuk pelayanan (USG).
- 6) Pelayanan kesehatan masa hamil sebagaimana dimaksud pada ayat (3) wajib dilakukan melalui pelayanan antenatal sesuai standar dan secara terpadu.
- 7) Pelyanan antenatal seusai standar sebagaimana dimkaud ayat (6) meliputi
 - a. Pengukuran tinggi badan;
 - b. Pengukuran tekanan darah;
 - c. Pengukuran LILA;
 - d. Pengukuran tinggi fundus uteri;
 - e. Penentuan presentasi janin dan denyut jantung janin;
 - f. Pemberian imunisasi sesuai dengan status imunisasi;
 - g. Pemberian tablet tambah darah mnimal 90 tablet;

- h. Tes laboratorium;
 - i. tata laksana;
 - j. Temu wicara (Konseling) dan penilaian kesehatan jiwa.
- 8) Pelayanan Pelayanan antenatal secara terpadu sebagaimana dimaksud pada ayat (6) merupakan pelayanan komprehensif dan berkualitas yang dilakukan secara terintegrasi dengan program pelayanan kesehatan lainnya termasuk pelayanan kesehatan jiwa
- 9) Pelayanan antenatal sesuai standar dan secara terpadu sebagaimana dimaksud pada ayat (7) dan ayat (8) dilakukan dengan prinsip:
- a. Deteksi dini masalah penyakit dan penyulit atau komplikasi kehamilan;
 - b. Stimulasi janin pada saat kehamilan;
 - c. Persiapan persalinan yang bersih dan aman;
 - d. Perencanaan dan persiapan dini untuk melakukan rujukan jika terjadi komplikasi; dan
 - e. Melibatkan ibu hamil, suami, dan keluarga dalam menjaga kesehatan dan gizi ibu hamil dan menyiapkan persalinan dan kesiagaan jika terjadi penyulit atau komplikasi.
- 10) Pelayanan Kesehatan Masa Hamil sebagaimana dimaksud pada ayat (1) harus dicatat dalam kartu ibu/rekam medis, formulir pencatatan kohort ibu, dan buku kesehatan ibu dan anak sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan.

Pasal 14

- 1) Ibu hamil yang mengalami keguguran wajib mendapatkan pelayanan kesehatan asuhan pascakeguguran yang berupa:
 - a. Pelayanan medis; dan
 - b. Pelayanan konseling
- 2) Pelayanan konseling sebagaimana dimaksud pada ayat (1) huruf a dilakukan sebelum dan setelah pelayanan medis.
- 3) Pelayanan konseling sebagaimana dimaksud pada ayat (1) huruf a paling sedikit meliputi:
 - a. konseling dukungan psikososial;

- b. konseling tata laksana medis/klinis; dan
 - c. konseling perencanaan kehamilan termasuk pelayanan kontrasepsi pascakeguguran.
- 4) Pelayanan konseling sebagaimana dimaksud pada ayat (1) huruf a dilakukan oleh tenaga kesehatan
 - 5) Konseling perencanaan kehamilan sebagaimana dimaksud pada ayat (3) huruf c diberikan sampai dengan 14 (empat belas) hari pascakeguguran dalam Upaya perencanaan kehamilan
 - 6) Pelayanan medis sebagaimana dimaksud pada ayat (1) huruf b meliputi:
 - a. tindakan pengeluaran hasil konsepsi secara farmakologis dan/atau operatif;
 - b. tata laksana nyeri; dan
 - c. tata laksana pascatindakan pengeluaran sisa hasil konsepsi.
 - 7) Pelayanan medis sebagaimana dimaksud pada ayat (6) dilakukan di Fasilitas Pelayanan Kesehatan oleh dokter atau dokter spesialis yang memiliki kompetensi dan kewenangan.

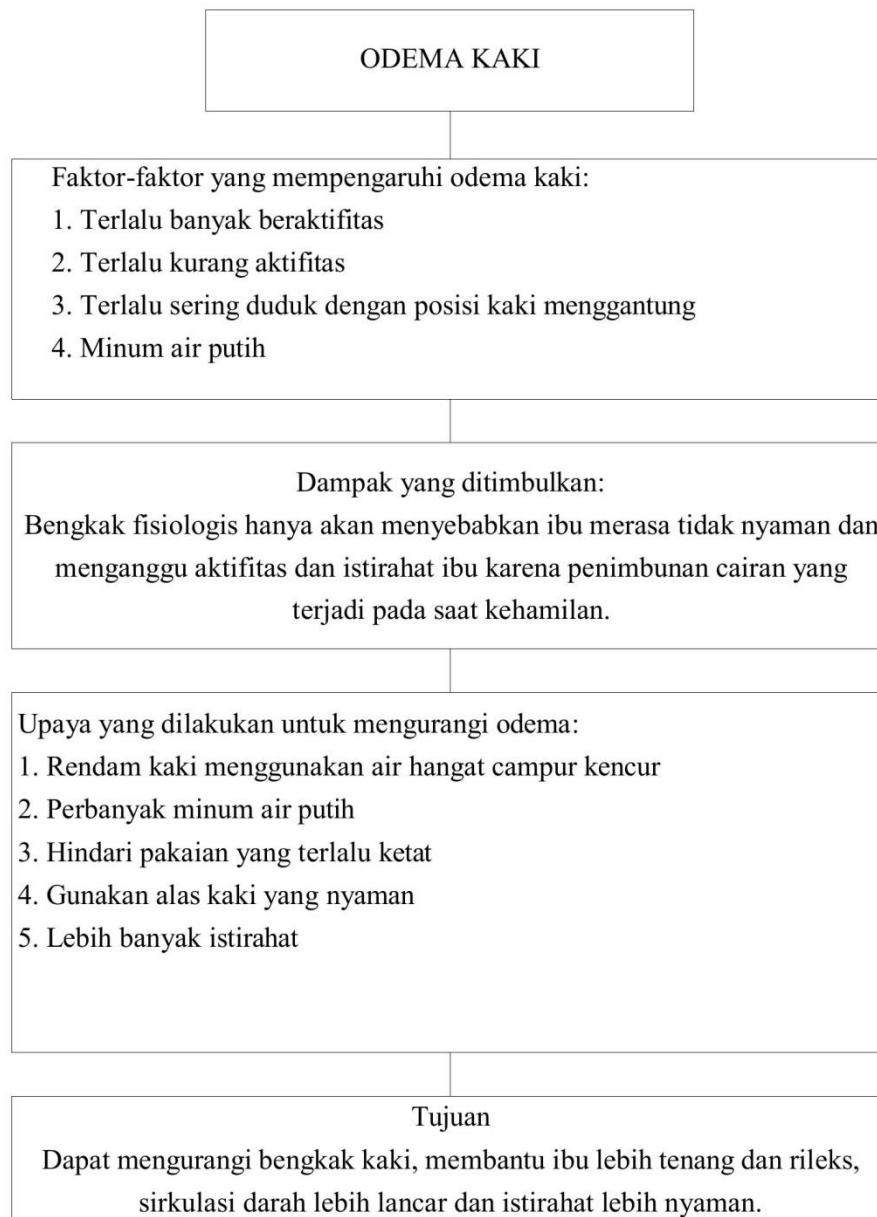
B. Hasil Penelitian Terkait

Penulis menggunakan sedikit inspirasi dan referensi dari penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan latar belakang masalah laporan tugas akhir ini saat menulisnya. Berikut ini adalah beberapa penelitian sebelumnya yang berhubungan dengan laporan tugas akhir ini:

1. Prakristya et al., (2024). dengan judul *“Pengaruh Rendam Air Hangat Dengan Kencur Terhadap Penurunan Edema Kaki Pada Ibu Hamil” Trimester Ketiga*” Hasil penelitian ini menunjukkan terapi ini efektif dalam mengurangi pembengkakan dan meningkatkan sirkulasi darah pada ibu hamil. Peningkatan sirkulasi darah akibat efek vasodilatasi yang ditimbulkan oleh air hangat, ditambah dengan kandungan antiinflamasi dari kencur, berperan penting dalam mengurangi retensi cairan di ekstremitas bawah. Penelitian ini menunjukkan bahwa terapi non-farmakologis ini aman dan memberikan hasil yang signifikan dalam mengurangi edema, terutama pada ibu hamil trimester ketiga, tanpa efek samping yang merugikan. Oleh karena itu, metode ini dapat direkomendasikan sebagai alternatif perawatan bagi ibu hamil yang mengalami edema kaki, terutama mereka yang mencari pendekatan yang alami dan mudah diakses.
2. Penelitian serupa juga dilakukan oleh (Dwi Handayani et al., 2023). *“Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Dengan Penerapan Rendam Kaki Dengan Air Hangat Campur Kencur Untuk Mengurangi Edema Kaki”* menunjukkan bahwa rata-rata tingkat edema pada ibu hamil setelah dilakukan tindakan rendam air hangat mengalami penurunan. Hal ini menunjukkan bahwa ada efek positif setelah dilakukan rendam air hangat pada kaki ibu hamil yang mengalami edema. Penurunan edema ini terjadi karena air hangat dapat membantu meningkatkan sirkulasi darah dengan memperlebar pembuluh darah sehingga lebih banyak oksigen dipasok ke jaringan yang mengalami pembengkakan. Kegiatan merendam kaki hingga kebatas 10-15 cm diatas mata kaki dengan air hangat dengan suhu 36– 38°C dan dilakukan selama 20-30 menit selama 5 hari dapat membantu keluhan ibu terhadap edema yang dialami.

3. Penelitian yang dilakukan i Berjudul “*Penerapan Rendam Air Kencur Hangat Pada Kaki Untuk Mengurangi Edema Fisiologis Pada Asuhan Keperawatan Ibu Hamil Di Puskesmas Kayamanya*” yang dilakukan Berdasarkan penerapan terapi rendam air kencur hangat yang dilakukan satu kali sehari selama 5 hari menunjukkan bahwa intervensi tersebut berpengaruh dalam penurunan edema fisiologis ibu hamil. Diharapkan dapat memberikan pengetahuan tentang intervensi penerapan terapi rendam air kencur hangat dan dapat penelitian ini dapat bermanfaat bagi perawat dan dapat memberikan intervensi keperawatan rendam air hangat kencur untuk mengurangi edema fisiologis pada ibu hamil.

D. Kerangka Teori



Gambar 4. Kerangka Teori

SUMBER: Dwi Handayani et al., (2023). Jurnal Kebidanan (2018), Dan Kasmiati et al., 2023).