



OEDEMA PADA KAKI IBU HAMIL TRIMESTER TIGA DENGAN RENDAM AIR HANGAT CAMPUR KENCUR DI BPM HJ. MURTINAWITA, SST KOTA PEKANBARU TAHUN 2021

Dhifa Mutia Kirani¹⁾, Liva Maita, SST, M.Kes²⁾

DIII Kebidanan, Universitas Hang Tuah Pekanbaru

¹⁾dhifamutiakirani18@gmail.com, ²⁾livamaita@gmail.com

Historiartikel

Received:

04 Februari 2022

Accepted:

26 Maret 2022

Published:

27 April 2022

Abstrak

Ketidaknyamanan kehamilan trimester III meliputi sering buang air kecil, keputihan, konstipasi, perut kembung, Oedema (bengkak) kaki, kram kaki, sakit kepala, striae gravidarum, hemoroid, sesak nafas dan sakit punggung. Oedema yang umum terjadi pada kehamilan adalah Oedema punggung kaki. Oedema dapat menjadi gejala awal yang mengarah pada kondisi patologis bahkan sebagai indikator penyakit kronis yang serius pada kehamilan. Adapun penatalaksanaan pada kaki menganjurkan rendam kaki di air hangat campur kencur. Tujuan dari asuhan adalah untuk memberikan asuhan kepada ibu hamil trimester tiga yang mengalami oedema pada kaki dengan rendam air hangat campur kencur di BPM Hj. Murtinawita, SST Tahun 2021. Subjek pada asuhan ini adalah ibu hamil trimester tiga yang mengalami oedema punggung kaki. Hasil penelitian menunjukkan setelah diberikan asuhan selama 5 hari dengan rendam air hangat campur kencur selama 15 menit menunjukkan adanya perubahan pada punggung kaki ibu. Pada hari ke 3 pada kaki ibu mengalami perubahan, yang awalnya pembengkakan yang dirasakan ibu sudah berkurang. Dapat disimpulkan bahwa rendaman air hangat campur kencur efektif untuk mengurangi oedema pada ibu. Disarankan penyedia layanan yang membuka praktik kebidanan untuk merekomendasikan kepada ibu hamil terutama yang mengalami oedema dengan pemberian asuhan berupa rendam air hangat campur kencur untuk mengurangi pembengkakan/oedema pada kaki ibu hamil trimester tiga.

Kata-kata Kunci : Ibu Hamil Trimester 3, Oedema, Rendam Air Hangat Campur Kencur

Kehamilan adalah suatu mata rantai yang berkesinambungan yang terdiri dari ovulasi (pematangan sel) lalu pertemuan ovum (sel telur) dan spermatozoa (sperma) terjadilah pembuahan dan pertumbuhan zigot kemudian bernidasi (penanaman) pada uterus dan pembentukan plasenta dan tahapakhir adalah tumbuh kembang hasil konsepsi sampai aterm (Manuaba, 2012)

Kehamilan mengalami perubahan fisiologis dan psikologis. Perubahan fisiologis diantaranya perubahan organ reproduksi, sistem kardiovaskuler, pernafasan, ginjal, integumen, mukuloskeletal, neurologi, pencernaan, dan endokrin. Perubahan psikologis merupakan respon emosional yang terjadi akibat perubahan organ tubuh dan peningkatan tanggung jawab menghadapi kehamilan dan masa perawatan anak selanjutnya (Zaenatushofi, 2019).

Edema terjadi sekitar 80% pada kehamilan. Edema yang umum terjadi pada kehamilan adalah edema tungkai. Edema dapat menjadi gejala awal yang mengarah pada kondisi patologis bahkan sebagai indikator penyakit kronis yang serius pada kehamilan. Beberapa penyakit yang menyebabkan munculnya edema antara lain adalah jantung kronis, gagal ginjal, penyakit sendi, kehamilan, asupan garam yang berlebihan, dan kelelahan fisik. Edema pada kehamilan dipicu oleh perubahan hormon estrogen, sehingga dapat meningkatkan retensi cairan. Peningkatan retensi cairan ini berhubungan dengan perubahan fisik yang terjadi pada kehamilan trimester akhir, yaitu semakin membesarnya uterus seiring dengan penambahan berat badan janin dan usia kehamilan. Selain itu, peningkatan berat badan akan menambah beban kaki untuk menopang tubuh ibu. Hal ini akan memicu terjadinya gangguan sirkulasi pada pembuluh darah balik di kaki yang berdampak pada munculnya edema (Junita et al., 2018).

Penelitian (Yanti et al., 2020) di Kecamatan Kabupaten Aceh Singkil menunjukkan bahwa terjadi penurunan nilai rata-rata edema kaki pada ibu hamil sebelum dilakukan terapi dan sesudah dilakukan terapi selama 5 hari. Hasilnya adalah menunjukkan bahwa terjadi penurunan nilai rata-rata edema kaki pada ibu hamil sebelum dilakukan terapi dan sesudah dilakukan terapi selama 5 hari. Hasil Penelitian (Zaenatushofi, 2019) di PMB Supriyatin,Amd. Keb menunjukkan bahwa pijat kaki dan rendam air hangat campuran kencur mampu menurunkan edema ibu hamil trimester III.

Hasil penelitian peneliti menunjukkan setelah diberikan asuhan selama 5 hari dengan rendam air hangat campur kencur selama 15 menit menunjukkan adanya perubahan pada punggung kaki ibu. Pada hari ke 5 pada kaki ibu mengalami perubahan, yang awalnya pembengkakan yang dirasakan ibu sudah berkurang. Dapat disimpulkan bahwa rendaman air hangat campur kencur efektif untuk mengurangi oedema pada ibu. Disarankan penyedia layanan yang membuka praktik kebidanan untuk merekomendasikan kepada ibu hamil terutama yang mengalami oedema dengan pemberian asuhan berupa rendam air hangat campur kencur untuk mengurangi pembengkakan/oedema pada kaki ibu hamil trimester 3.

Metode

Metode yang digunakan adalah studi kasus. Studi kasus adalah bagian dari metode kualitatif yang hendak mendalami suatu kasus tertentu secara lebih mendalam dengan melibatkan pengumpulan beraneka sumber informasi. Studi kasus ini dilakukan untuk memahami lebih dalam latar belakang bentuk asuhan kebidanan pada ibu hamil Trimester III dengan odema, dan untuk mengatasi masalah tersebut penulis mencoba untuk melakukan dengan pelaksanaan rendam air hangat campuran kencur pada kaki yang mengalami oedema. Pengambilan kasus dilakukan di BPM Hj. Murtinawita, SST Pekanbaru. Pengambilan kasus dilakukan pada tanggal 28 April 2021 – 30 April 2021

Hasil

1. Kunjungan I

Dilakukan pada tanggal 28 April 2021 pukul 09: 00 WIB di Rumah pasien. Data subjektif ibu mengatakan mengeluh bengkak pada kaki dan sering BAK. Data objektif, Keadaan umum ibu baik, kesadaran composmentis, tanda-tanda vital tekanan darah: 140/100 mmHg, Denyut nadi: 80 x/menit, Pernapasan: 20x/menit, Suhu : 36,3^oC, TFU : 28 cm, PUKA, Preskep, TBJ 2.635 gram

Assesment yang dilakukan pada ibu yaitu diagnose G2P1A0 UK 37 Minggu, keadaan ibu baik, oedema pada punggung kaki, Janin hidup, tunggal, preskep, DJJ 140x/m. Plan yang dilakukan adalah Informasikan hasil pemeriksaan, penatalaksanaan kaki bengkak/oedema dengan rendam air hangat campur kencur, Memberi penkes penyebab sering BAK. Memberi penkes untuk mengatasi sering BAK. Memberi penkes tanda bahaya kehamilan trimester 3 dan Kunjungan ulang

2. Kunjungan kedua

Dilakukan pada tanggal 29 April 2021 pukul 09: 08 WIB di Rumah pasien, Data Subjektif Ibu telah melakukan anjuran tidur dengan kaki yang lebih tinggi dan tidak menggunakan hak tinggi, Ibu mengatakan bahwa kakinya masih terjadi pembengkakan, Ibu hanya terbangun beberapa kali pada malam hari untuk BAK. Data Objektif Keadaan Umum : baik, TTV : TD : 110/90 mmHg, R : 20x/m, N : 80x/m, S : 36,5^oC, DJJ: 135x/m, Ekstremitas : Oedema punggung kaki

Assesment dituliskan G2P1A0 G2P1A0 UK 37 Minggu, keadaan ibu baik, oedema pada tungkai kaki. Janin hidup, tunggal, preskep, DJJ 135x/m. Plan : Menginformasikan hasil pemeriksaan, Menilai keadaan bengkak, Mengingatkan kembali tata pelaksanaan oedema pada ibu, Melakukan terapi air hangat campur kencur.

3. Kunjungan kedua

Dilakukan pada tanggal 30 April 2021 pukul 09: 05 WIB di Rumah pasien Data Subjektif: Ibu mengatakan bahwa kakinya telah berkurang pembengkakan. Data Objektif : Keadaan Umum : baik : TD : 100/80 mmHg, R : 20x/m, N : 80x/m, S : 36^oC, DJJ : 140x/m, Ekstremitas : Oedema punggung kaki

Assessment : G2P1A0 UK 37 Minggu, keadaan ibu baik, oedema pada punggung kaki. Janin hidup, tunggal, preskep, DJJ 140x/m. Plan yang dilakukan : Menginformasikan hasil pemeriksaan, Menilai keadaan bengkak, Melakukan terapi air hangat campur kencur.

Pembahasan

1. Oedema pada Kehamilan trimester III

Penatalaksanaan asuhan kebidanan perendaman kaki dengan air hangat campur kencur dengan tujuan mengurangi oedema ini dilakukan 3 hari berturut-turut. Hasil yang diharapkan setelah melakukan asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester 3 dengan rendam air hangat campur kencur yaitu bisa membantu mengurangi pembengkakan pada kaki ibu. Setelah dilakukan perendaman dengan 3 gayung air biasa, lalu mencampurkannya dengan kencur ukuran 3-5 ruas yang sudah digeprek dalam 15 menit pada kaki bengkak selama 3 hari, didapati hasil bengkak pada kaki ibu berkurang dan tidak terjadi penumpukan cairan sehingga penulis tidak menemukan kesenjangan antara teori dan kasus, sehingga pada kunjungan terakhir Ny. M mengatakan pembengkakan sudah berkurang.

Ibu yang mengalami ketidaknyamanan yang fisiologis namun juga perlu adanya pencegahan dan perawatan yang sesuai untuk ibu hamil yang mengutamakan prinsip asuhan sayang ibu dan bayi untuk mengurangi ketidaknyamanan tersebut. (Zaenatushofi, 2019) Menurut teori bahwa oedema kaki terjadi di karena kan rahim yang terus membesar tentunya akan menekan pembuluh darah tungkai di kaki terutama pada usia kehamilan tua. Hal ini mempengaruhi aliran darah dari jantung dan menyebabkan lebih banyak cairan tertahan di tungkai kaki, sendi, dan telapak kaki.

2. Kompres Hangat

Air hangat merupakan salah satu jenis terapi alamia yang bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, mengurangi oedema, meningkatkan relaksasi otot, menyehatkan jantung, mengendorkan otot-otot, menghilangkan stress, meringankan kekakuan otot, nyeri otot meringankan rasa sakit (Dinasty, 2015)

Menurut (Lestari et al., 2018) penatalaksanaan secara umum untuk mengurangi oedema pada kaki yaitu hindari mengenakan pakian ketat yang mengganggu aliran balik vena, ubah posisi sesering mungkin, pangkuan atau paha akan menghambat sirkulasi, istirahat berbaring miring kiri untuk memaksimalkan pembuluh darah kedua tungkai, dan rendam air hangat. Pada asuhan kebidanan ini, selain penanganan umum juga telah diberikan penanganan terapi yaitu rendam air hangat campur kencur pada kaki bengkak/oedema yang telah dilakukan kepada ibu hamil trimester 3 selama 3 hari berturut-turut. Disimpulkan bahwa terapi rendam air hangat campur kencur efektif dalam mengurangi edema pada kaki fisiologis ibu hamil trimester 3 yang belum mendapatkan pengobatan apapun. Menurut hasil penelitian (Y.Putra, 2019) dengan judul Pengaruh Terapi Rendam Air Hangat terhadap Edema Tungkai Bawah Ibu hamil menunjukkan bahwa perubahan antara sebelum dilakukan asuhan hingga pada hari terakhir kunjungan perendaman air hangat didapatkan perubahan sebagian besar terjadi pada hari ke 3. Hal ini menunjukkan bahwa penurunan edema pada kaki ibu terjadi akibat tindakan rendam air hangat.

Kesimpulan

Asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester 3 dengan rendam air hangat campur kencur mengurangi oedema pada kaki di BPM Hj. Murtinawita, SST pada Ny. M dilaksanakan dengan pendekatan pendokumentasian SOAP (subjektif, objektif, Assesment, Plan). Penulis mengumpulkan data lalu meminta persetujuan dari pasien untuk bersedia bekerja sama sehingga penulis tidak mengalami kesulitan. Assesment pada pemeriksaan pertama pada Ny. M usia kehamilan 37 minggu dengan oedema fisiologis. Setelah dilakukan asuhan kebidanan selama 3 hari berturut-turut kepada pasien maka hasil yang didapatkan pada kajian terakhir yaitu bengkak/oedema pada kaki sudah berkurang.

Daftar Pustaka

- Dinasty, P. Z. . (2015). Perbedaan efektifitas antara rendam kaki dan pengaturan posisi terhadap oedema tungkai fisiologis pada ibu hamil di BPM Ny E Kelurahan Bandar Lor Kota Kediri. *Jurnal Ilmu Keperawatan*.
- Dinasty, P. Z. . (2015). Perbedaan efektifitas antara rendam kaki dan pengaturan posisi terhadap oedema tungkai fisiologis pada ibu hamil di BPM Ny E Kelurahan Bandar Lor Kota Kediri. *Jurnal Ilmu Keperawatan*.
- Junita, S., Hevrialni, R., & Fadmiyanor, I. (2018). *Hubungan Foot Massage Dengan Derajat Edema Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Kota Pekanbaru Mahasiswa Prodi DIV Kebidanan*. 6, 55–60.
- Lestari, T. E. W., W, M. N., & Admini. (2018). *Literatur review: penerapan pijat kaki dan rendam air hangat campuran kencur terhadap edema kaki ibu hamil trimester iii di wilayah kerja puskesmas i wangon, banyumas*. 8(2).
- Manuaba. (2012). *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, Dan KB*. EGC.
- Y.Putra. (2019). Pengaruh Terapi Rendam Air Hangat Terhadap Odema Tungkai Bawah Ibu Hamil. *Jurnal Kesehatan* 10.
- Yanti, M. D., Purba, T. J., Ayu, P., Ariescha, Y., Manalu, A. B., & Siagian, N. A. (2020). *Air Hangat Campuran Kencur Terhadap Edema Kaki Pada Ibu Hamil*. 2(2).

Zaenatushofi. (2019). Penerapan Pijat Kaki dan Rendam Air Hangat Campuran Kencur Untuk Mengurangi Oedema Kaki pada Ibu Hamil. *The 10 Th University Research Colloqium 2019 Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombang*.