

BAB II

TINJAUAN LITERATUR

A. Konsep Teori Penyakit

1. Definisi

Ibu hamil adalah wanita yang mengalami masa kehamilan, yaitu periode mulai dari konsepsi hingga kelahiran bayi. Masa ini ditandai dengan adanya pertumbuhan dan perkembangan janin dalam rahim ibu. Ibu hamil adalah wanita yang sedang mengalami masa kehamilan, yaitu periode mulai dari fertilisasi hingga bayi lahir. Masa ini merupakan fase penting yang memerlukan pemantauan kesehatan secara rutin untuk mencegah komplikasi pada ibu dan janin (Bella, 2023).

Ibu hamil adalah seorang wanita yang sedang mengandung yang dimulai dari konsepsi sampai lahirnya janin. Kehamilan adalah waktu transisi, yaitu masa antara kehidupan sebelum memiliki anak yang sekarang berada dalam kandungan dan kehidupan nanti setelah anak itu lahir (Ratnawati, 2020).

Kehamilan merupakan penyatuan dari spermatozoa dan ovum dan dilanjutkan dengan nidasi. Bila dihitung dari saat fertilisasi hingga lahirnya bayi, kehamilan normal akan berlangsung dalam waktu 40 minggu atau 9 bulan menurut kalender internasional. Maka, dapat disimpulkan bahwa kehamilan merupakan bertemunya sel telur dan sperma di dalam atau diluar Rahim dan berakhir dengan keluarnya bayi dan plasenta melalui jalan lahir (Yulaikhah, 2019).

Kehamilan trimester III merupakan kehamilan dengan usia 28-40 minggu dimana merupakan waktu mempersiapkan kelahiran dan kedudukan sebagai orang tua, seperti terpusatnya perhatian pada kehadiran bayi, sehingga disebut juga sebagai periode penantian (Lombogia, 2017).

Kehamilan trimester tiga merupakan trimester akhir kehamilan, pada periode ini pertumbuhan janin dalam rentang waktu 29-40 minggu dimana periode ini adalah waktu untuk mempersiapkan persalinan (Rahmi,2022).

Kehamilan trimester III adalah periode kehamilan yang berlangsung dari minggu ke-28 hingga minggu ke-40. Pada tahap ini, janin mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang pesat, sementara ibu hamil menghadapi berbagai

perubahan fisik dan psikologis sebagai persiapan menuju persalinan dan peran sebagai orang tua.

Edema kaki merupakan salah satu ketidaknyamanan kehamilan yang sering dikeluhkan ibu hamil trimester III, edema kaki ini disebabkan oleh retensi cairan dan kenaikan tekanan vena pada kaki serta penekanan uterus yang menghambat aliran balik vena. Edema biasanya lebih terasa setelah berdiri lama, karena ada tekanan lebih di pembuluh darah kaki dibanding jika berbaring dan sering dirasakan ibu hamil seperti perasaan berat dan kram di malam hari (Yanti et al., 2020).

Edema pada kehamilan adalah pembengkakan akibat penumpukan cairan berlebih di jaringan, biasanya terjadi pada kaki dan jarang terjadi pada wajah dan tangan. Pembengkakan dapat menandakan perubahan normal tubuh selama kehamilan atau adanya penyakit tertentu. 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 (Mutia, 2021).

2. Anatomi Fisiologi

Selama kehamilan, tubuh wanita mengalami perubahan anatomi besar untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin dan mempersiapkannya untuk bekerja dan menyusui. Perubahan ini mencakup berbagai sistem organ (Williams Obstetrics, 2022).



Gambar 2.1 Kehamilan trimester III

(Sumber : sahyanti, 2023)

Perubahan Anatomi

1) Sistem Reproduksi

Uterus membesar secara signifikan untuk menampung janin dan cairan ketuban. Dinding uterus menebal dan menjadi lebih elastis.

Tabel 2.1

Tinggi fundus uterus

Usia	Tfu
12 minggu	3 jari diatas simpisis
16 minggu	$\frac{1}{2}$ simpisis-pusat
20 minggu	3 jari dibawah pusat
24 minggu	Setinggi pusat
28 minggu	$\frac{1}{3}$ diatas pusat
34 minggu	$\frac{1}{2}$ pusat-prosessus xifoideus
36 minggu	Setinggi prosessus xifoideus
40 minggu	2 jari dibawah prosessus xifoideus

Sumber: (Wulandari & dkk, 2021).

Serviks melunak dan membentuk sumbatan lendir. Menjelang persalinan, serviks menipis dan membuka.

Ovarium ovulasi biasanya berhenti. Korpus luteum menghasilkan progesterone pada awal kehamilan.

Vagina meningkat vaskularisasi (tanda Chadwick) dan elastisitas.

Payudara membesar karena proliferasi kelenjar susu dan jaringan lemak areola menjadi lebih gelap dan besar.

2) Sistem Kardiovaskuler

Pada masa kehamilan volume darah meningkat (30-50%), denyut jantung meningkat (10-20 bpm). Tekanan darah cenderung menurun pada trimester kedua. Posisi jantung bergeser.

3) Sistem Respirasi volume tidak meningkat, konsumsi oksigen meningkat, diafragma tertekan keatas.

4) Sistem urinari ukuran ginjal dan laju filtrasi glomerulus (GFR) meningkat, kandung kemih tertekan oleh uterus

5) Sistem Gastrointestinal motilitas usus melambat, peningkatan risiko refluks asam, mual dan muntah (terutama trimester pertama).

6) Sistem Endokrin plasenta menghasilkan hormone penting (hCG, progesterone, estrogen, Hpl, relaksin). Kelenjar pituitary meningkatkan produksi prolactin dan oksitosin. Kelenjar tiroid sedikit membesar

7) sistem Muskuloskeletal perubahan postur tubuh (lordosis lumbal). Ligament dan sendi menjadi lebih lentur (pengaruh relaksin).

3. Etiologi

Faktor-faktor yang mempengaruhi edema kaki fisiologis pada ibu hamil yaitu udara di musim panas, berdiri dalam jangka waktu yang terlalu lama, aktivitas panjang dan melelahkan sehari-hari, diet rendah potassium, tingkat asupan sodium melebihi kebutuhan ibu hamil, dan makan berlebihan. Edema kaki pada ibu hamil adalah kondisi umum yang terjadi karena adanya penumpukan cairan berlebihan di jaringan kaki dan pergelangan kaki. Fenomena ini multifaktorial, melibatkan serangkaian perubahan fisiologis yang normal selama kehamilan, namun juga dapat diperburuk oleh faktor-faktor lain.

Menurut Girimarto (2024) Faktor penyebab terjadinya edema dependen berikut :

- a. Pembesaran uterus pada ibu hamil mengakibatkan tekanan pada vena pelvik sehingga menimbulkan gangguan sirkulasi. Hal ini terjadi terutama pada waktu ibu hamil duduk atau berdiri dalam waktu yang lama. Seiring dengan pertumbuhan janin, uterus (rahim) yang semakin membesar akan memberikan tekanan pada pembuluh darah vena di area panggul, terutama pada vena kava inferior dan vena iliaka. Vena kava inferior adalah pembuluh darah balik utama yang membawa darah dari bagian bawah tubuh kembali ke jantung. Tekanan dari uterus ini dapat menghambat aliran balik darah dari kaki menuju jantung. Ketika aliran darah terhambat, tekanan hidrostatik di dalam pembuluh darah vena di kaki meningkat, mendorong cairan keluar dari pembuluh darah menuju ruang interstitial (ruang di antara sel-sel jaringan), yang kemudian menyebabkan pembengkakan.
- b. Tekanan pada vena cava inferior pada saat ibu berbaring terlentang. Tekanan pada vena cava inferior pada saat ibu berbaring terlentang Saat ibu hamil berbaring telentang, rahim yang membesar menekan vena cava inferior. Vena ini bertugas membawa darah dari kaki kembali ke jantung. Tekanan pada vena cava inferior menghambat aliran balik darah dari kaki. Akibatnya, darah cenderung mengumpul di pembuluh darah vena di kaki, meningkatkan tekanan di dalam pembuluh darah tersebut. Peningkatan tekanan ini menyebabkan cairan dari dalam pembuluh darah "bocor" keluar ke jaringan di sekitarnya, yang kemudian menyebabkan pembengkakan (edema) pada kaki.
- c. Kongesti sirkulasi di kaki menyebabkan penumpukan darah. Penumpukan ini meningkatkan tekanan di pembuluh darah kaki, memaksa cairan keluar ke jaringan sekitarnya, dan terjadilah edema (pembengkakan).
- d. Kadar sodium (Natrium) meningkat karena pengaruh dari hormonal. Natrium bersifat retensi cairan Kadar sodium (Natrium) meningkat karena pengaruh dari hormonal. Natrium bersifat retensi cairan
- e. Penggunaan pakaian ketat yang mengganggu aliran balik vena Penggunaan pakaian ketat yang mengganggu aliran balik vena

4. Manifestasi Klinis

Manifestasi klinis kehamilan adalah tanda dan gejala fisiologis yang muncul akibat adanya perubahan hormon serta penyesuaian tubuh terhadap keberadaan janin di dalam rahim. Menurut Manuaba (2019), manifestasi kehamilan dibagi menjadi tiga kelompok:

Tabel 2.2
Tanda Tidak Pasti

1. Tanda Tidak Pasti (*Presumptive Signs*)

No	Manifestasi Klinis	Penjelasan
1	Amenore	Tidak datang haid akibat meningkatnya hormon progesteron dan estrogen.
2	Mual dan muntah (morning sickness)	Terjadi karena peningkatan hormon hCG dan perubahan metabolisme tubuh.
3	Payudara membesar, tegang, dan nyeri	Karena pengaruh hormon estrogen dan progesteron yang merangsang kelenjar mammae.
4	Sering buang air kecil	Tekanan uterus pada kandung kemih.
5	Kelelahan, pusing, mudah lelah	Karena peningkatan metabolisme dan perubahan hormonal.
6	Perubahan emosional	Akibat perubahan hormonal estrogen dan progesteron.

2. Tanda Kemungkinan (*Probable Signs*)

Tabel 2.3
Tanda Kemungkinan

No	Manifestasi Klinis	Penjelasan
1	Pembesaran abdomen (perut)	Karena pertumbuhan uterus akibat adanya janin.
2	Perubahan serviks (Goodell's sign)	Serviks menjadi lunak.
3	Perubahan warna vagina (Chadwick's sign)	Vagina tampak kebiruan karena peningkatan vaskularisasi.
4	Uterus lunak (Hegar's sign)	Teraba lunak pada isthmus uteri.
5	Tes kehamilan positif	Ditemukannya hormon hCG dalam urin atau darah.

3. Tanda Pasti (*Positive Signs*)

Tabel 2.4
Tanda Pasti

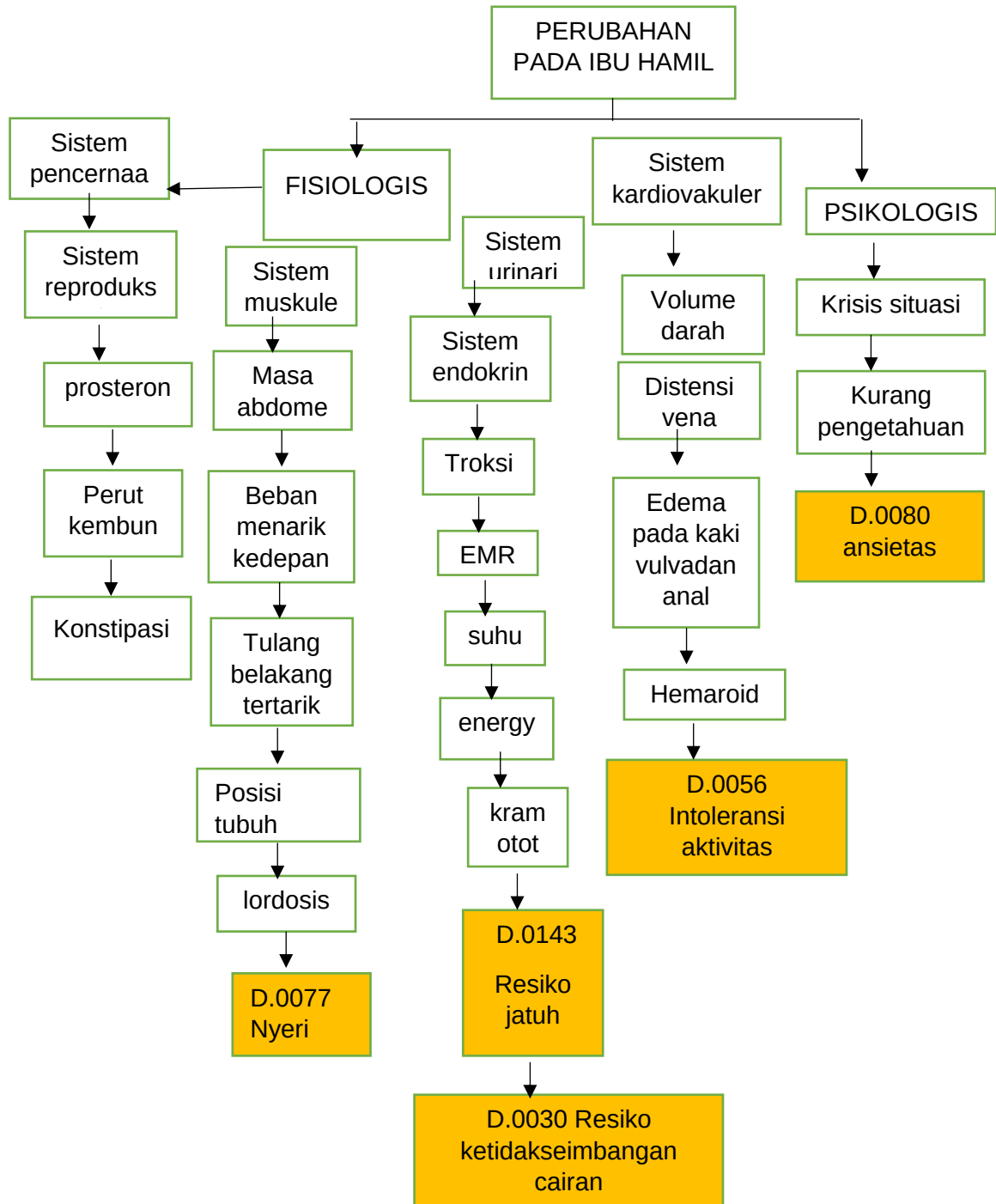
No	Manifestasi Klinis	Penjelasan
1	Terlihat janin dengan USG	Struktur janin dapat dilihat melalui ultrasonografi.
2	Terdengar denyut jantung janin (DJJ)	Dapat dideteksi dengan Doppler sejak usia kehamilan 10–12 minggu.
3	Teraba bagian janin dan gerakan janin	Dirasakan atau dilihat oleh pemeriksa.

Manifestasi Klinis Edema

Edema atau pembengkakan pada kaki adalah keluhan umum yang sering dialami oleh ibu hamil, terutama pada trimester ketiga. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor, termasuk peningkatan volume darah, perubahan hormonal, dan tekanan rahim yang membesar pada pembuluh darah di panggul. Berikut adalah manifestasi klinis atau tanda-tanda yang umumnya terlihat pada ibu hamil trimester ketiga yang mengalami edema kaki menurut (Prawirohardjo, 2014).

- a) Pembengkakan (*Swelling*) Ini adalah tanda paling jelas. Kaki, pergelangan kaki, dan terkadang jari kaki akan terlihat membesar. Pembengkakan ini biasanya simetris, artinya terjadi pada kedua kaki.
- b) Pitting edema Jika anda menekan area yang bengkak dengan jari selama beberapa detik, akan terbentuk lekukan atau "lubang" yang tidak langsung kembali ke bentuk semula. Ini menandakan adanya penumpukan cairan di bawah kulit.
- c) Kulit terasa kencang atau meregang akibat pembengkakan, kulit di sekitar area yang bengkak mungkin terasa kencang, meregang, dan terkadang tampak berkilau.
- d) Nyeri atau ketidaknyamanan meskipun seringkali tidak nyeri, beberapa ibu hamil mungkin merasakan nyeri ringan, pegal, atau sensasi berat pada kaki yang bengkak
- e) Sulit mengenakan sepatu atau cincin, pembengkakan pada kaki dan pergelangan tangan dapat membuat sepatu terasa sempit atau cincin sulit dilepas

5. Pathaway



SDKI : Gangguan Rasa Nyaman (D.0074)

EBN : Penerapan *Foot Massage* dan Rendam Air Hangat Campur Kencur

Sumber : SDKI PPNI 2018

6. Patofisiologis

Patofisiologi edema pada kehamilan, hal sering yang dialami beberapa wanita saat kehamilan trimester III. edema sering terjadi pada ekstremitas bawah wanita hamil, hal ini disebabkan oleh menurunnya arus balik darah yang merupakan akibat dari vena cava inferior yang terkompresi oleh pertumbuhan janin. Penurunan arus balik tersebut mengakibatkan akumulasi cairan dibagian bawah tubuh. Selain itu, masa kehamilan juga terjadi penurunan tekanan osmotik koloid interstitial, maka osmosis akan lebih mudah terjadi menuju ke daerah interstitial. Hal ini yang kemudian menyebabkan terjadinya oedema yang umumnya terjadi pada trimester III dalam masa kehamilan.

Edema terjadi akibat dari penekanan uterus yang menghambat aliran balik vena dan tarikan gravitasi menyebabkan retensi cairan semakin besar. Edema kaki fisiologis menyebabkan ketidaknyamanan, perasaan berat, dan kram di malam hari. Edema fisiologis dapat berubah menjadi patologi jika tidak ditangani dengan baik karena menyebabkan gangguan pada ginjal dan gangguan pada jantung, sehingga pada akhirnya organ tubuh tidak bekerja dengan baik (Handayani dkk, 2020). Pada ibu hamil trimester III biasanya akan mengalami perubahan pada psikologisnya. Seperti ketakutan, khawatir serta rasa cemas. Rasa cemas saat hamil berdampak pada fisik maupun psikis ibu hamil dan janin (Ariyani, farida, fitria, Nila Eza, Putri Rani Eka, 2022).

Banyak sekali kondisi medis yang menyebabkan terjadinya edema, menurut Muhlisin (2023), edema pada kehamilan terutama disebabkan oleh faktor berikut:

- a) Peningkatan tekanan cairan: tekanan cairan adalah tekanan cairan yang mengalir melalui pembuluh darah. Peningkatan tekanan hidrostatik, seperti gagal jantung dan penyakit lever pada ibu hamil, menghambat aliran air di pembuluh darah sehingga menyebabkan air mengalir ke bagian tengah.
- b) Penurunan tekanan onkotik plasma: tekanan onkotik merupakan tekanan yang menahan air dalam pembuluh darah, tekanan ini dipengaruhi oleh albumin yang
- c) Diproduksi ibu hamil. Penurunan tekanan onkotik akibat penurunan produksi albumin, seperti penyakit hati, atau kebocoran albumin, seperti gagal ginjal saat hamil, menyebabkan cairan berpindah ke fruangan gtersebut.

- d) Obstruksi aliran limfatik: mirip dengan tumor ganas pada ibu hamil, penyakit ini juga dapat menyebabkan aliran cairan ke bagian tengah tubuh.
- e) Peradangan: pada wanita hamil, peradangan akut dan kronis dapat meningkatkan ruang antar sel dan menyebabkan lebih banyak cairan menumpuk di ruangan tersebut.

7. Klasifikasi

Menurut Manuaba (2019) dan Lowdermilk et al. (2021), edema dapat diklasifikasikan berdasarkan derajat (grade) sebagai berikut:

Tabel 2.5

Klasifikasi Edema Pada Ibu Hamil

Derajat (Grade)	Manifestasi Klinis	Keterangan
Grade 1 (Ringan)	Tekanan jari meninggalkan bekas lekuk dangkal yang cepat hilang (< 2 mm).	Biasanya hanya di pergelangan kaki.
Grade 2 (Sedang)	Lekukan lebih dalam (4 mm) dan hilang dalam 10–15 detik.	Menyebar hingga ke betis bawah.
Grade 3 (Agak Berat)	Lekukan cukup dalam (6 mm) dan bertahan > 1 menit.	Dapat disertai pembengkakan di tungkai atas.
Grade 4 (Berat)	Lekukan sangat dalam (8 mm) dan bertahan > 2 menit.	Edema menyebar sampai paha, bisa disertai gangguan mobilitas.

8. Pemeriksaan Diagnostik

Pemeriksaan diagnostik edema kaki pada ibu hamil bertujuan untuk menentukan penyebab, tingkat keparahan, dan kemungkinan komplikasi yang menyertai pembengkakan (edema), baik yang bersifat fisiologis maupun patologis.

a. Pemeriksaan Fisik (Pemeriksaan Utama)

Tabel 2.6
Pemeriksaan Fisik

Jenis Pemeriksaan	Tujuan /Indikasi	Cara Pemeriksaan Dan Hasil
Inspeksi (pengamatan)	Melihat adanya pembengkakan pada tungkai bawah, pergelangan kaki, atau punggung kaki.	Kaki tampak membesar, mengilap, dan menekan sepatu/sandal. Biasanya simetris pada kedua tungkai.
Palpasi (penekanan jari / <i>pitting test</i>)	Menilai derajat edema berdasarkan bekas tekanan jari	edema bagian pretibial atau pergelangan selama 5 detik: → Grade 1: lekukan < 2 mm, cepat hilang → Grade 2: 4 mm, hilang 10–15 dtk → Grade 3: 6 mm, hilang > 1 mnt → Grade 4: 8 mm, hilang > 2 mnt.
Pengukuran lingkar tungkai	Memantau progres edema.	Ukur lingkar pergelangan kaki atau betis setiap hari dengan pita ukur pada titik yang sama.

Pemeriksaan0 refilling kapiler (CRT)	Menilai perfusi perifer.	Tekan kuku kaki ± 2 detik $\rightarrow$ waktu pengisian
Pemeriksaan tekanan darah	Membedakan edema fisiologis dengan patologis (preeklampsia).	TD $\geq 140/90$ mmHg disertai edema $\rightarrow$ curiga preeklampsia.

b. Pemeriksaan Penunjang

Tabel 2.7
Pemeriksaan Penunjang

Jenis Pemeriksaan	Tujuan/ Interpretasi	Hasil Normal/ Abnormal
Urinalisi (proteinuria)	Untuk mendeteksi protein dalam urin yang menandakan preeklampsia.	Normal: negatif protein Abnormal: proteinuria $\geq +1$.
Tes darah (fungsi ginjal dan hati)	Menilai fungsi organ yang berhubungan dengan retensi cairan	Normal: ureum & kreatinin dalam batas normal. Abnormal: peningkatan kadar $\rightarrow$ curiga gangguan ginjal/hepatik.
Usg obstetric dan Doppler	Menilai kondisi janin, aliran darah uteroplasenta, dan sirkulasi vena.	Normal: aliran darah lancar, janin sehat. Abnormal: gangguan perfusi plasenta
Berat badan ibu	Memantau peningkatan berat badan mendadak akibat retensi cairan.	Normal: kenaikan $\pm 0,4-0,5$ kg/minggu. Abnormal: kenaikan >1 kg/minggu $\rightarrow$ curiga

		retensi cairan patologis.
--	--	---------------------------

Pitting Edema



Gambar 2.2 Pitting Edema

9. Penatalaksanaan

Penatalaksanaan pada kaki dengan edema fisiologis yaitu hindari penggunaan pakaian yang ketat yang dapat mengganggu aliran balik vena, sesering mungkin merubah posisi, jangan sering berdiri dalam waktu yang lama, jangan taruh barang diatas pangkuan paha karena akan menghambat sirkulasi darah, tidur dengan posisi miring ke kiri untuk memaksimalkan pembuluh darah pada kedua tungkai, lakukan senam hamil, dan menganjurkan foot massage atau pijat kaki, dan hidroterapi atau terapi kaki di air hangat (Sinclair, 2016).

Berendam air hangat dalam waktu paling sedikit 10 menit disuhu 38° yang menggunakan *aromatherapy* dapat meregangkan tegangnya otot dan menstimulus produksi kelenjar otak, sehingga bisa merasakan lebih tenang dan rileks pada tubuh. Serta untuk meningkatkan sirkulasi darah bisa melakukannya dengan terapi rendam kaki, agar lebih banyak oksigen dipasok kedalam jaringan yang mengalami edema (Zaenatushofi dkk, 2019).

Penggunaan intervensi nonfarmakologis, pijat kaki dan rendam air hangat dicampur kencur merupakan salah satu intervensi non farmakologi yang dapat digunakan untuk ibu hamil. Pijat kaki ini merupakan terapi yang berupa pemijatan secara perlahan pada daerah kaki dilakukan 20 menit sehari selama 5 hari di daerah yang aman tidak menimbulkan kontraksi (Famela, 2016).

Dalam (Afianti & Mardhiyah, 2017) *foot massage* atau pijat kaki mampu memberikan efek relaksasi yang mendalam, mengurangi kecemasan, mengurangi rasa sakit, ketidaknyamanan secara fisik, dan meningkatkan kualitas tidur. Penelitian oleh (P. Damarsanti, Anggraini, & Setianingsih, 2018) rendam kaki dengan air hangat dapat menurunkan kecemasan pada ibu hamil trimester III. Terapi pijat kaki dan rendam air hangat campuran kencur diterapkan pada ibu hamil dengan edema kaki atau klien dengan masalah edema kaki. Terapi ini aman dan efektif serta tidak menimbulkan efek samping apapun sehingga layak dilakukan untuk ibu hamil yang mengalami edema kaki fisiologis pada trimester III (Octavariny & Sari, 2020).

10. Komplikasi

Edema kaki pada ibu hamil trimester ketiga umumnya bersifat fisiologis akibat peningkatan volume darah dan tekanan rahim pada pembuluh darah vena. Namun, jika tidak ditangani dengan tepat, kondisi ini dapat berpotensi menimbulkan komplikasi serius. Berikut adalah beberapa komplikasi yang dapat timbul akibat edema kaki pada ibu hamil menurut (Arieva dkk, 2024) :

a. Preeklampsia dan Eklampsia

Edema kaki yang disertai dengan peningkatan tekanan darah dan proteinuria dapat menjadi tanda awal preeklampsia, yang berpotensi berkembang menjadi eklampsia jika tidak ditangani dengan baik. Kondisi ini dapat menyebabkan gangguan organ vital dan berisiko tinggi bagi ibu dan janin.

b. Gangguan Sirkulasi Vena

Penekanan pembuluh darah oleh rahim yang membesar dapat menghambat aliran balik darah ke jantung, meningkatkan risiko trombosis vena dalam (DVT) yang dapat berlanjut menjadi emboli paru jika tidak ditangani.

c. Nyeri dan Gangguan Mobilitas

Pembengkakan pada kaki dapat menyebabkan rasa nyeri, kram, dan kesulitan bergerak, mengurangi kualitas hidup ibu hamil dan membatasi aktivitas sehari-hari.

d. Gangguan Tidur dan Kesejahteraan Psikologis

Ketidaknyamanan akibat edema kaki dapat mengganggu tidur malam, meningkatkan stres, dan berpotensi menyebabkan kecemasan atau depresi ringan pada ibu hamil

e. Infeksi Kulit

Kulit yang meregang dan menebal akibat edema dapat mengalami luka atau pecah-pecah, meningkatkan risiko infeksi kulit seperti cellulitis.

B. Konsep Teori Inovasi Penerapan *Foot Massage* (Pijat Kaki) Dan Redam Air Hangat Campur Kencur

1. *Foot Massage*

a. Definisi *Foot Massage*

Foot massage merupakan salah satu intervensi yang dapat digunakan dan dengan hasil yang signifikan dapat mengurangi edema kaki fisiologis. *Foot massage* adalah salah satu metode yang dapat diterapkan dalam mengurangi edema pada kehamilan. *Foot massage* merupakan pengobatan non farmakologis yang telah terbukti mampu mengurangi edema pada kehamilan dan memperbaiki sirkulasi peredaran darah (Chanif, 2013).

Pijat kaki juga dianggap efektif dalam mengurangi gejala edema kaki. Terapi pijat kaki atau *foot massage therapy* melibatkan manipulasi jaringan lunak seperti otot, tendon, ligamen, dan fascia dengan tujuan meningkatkan sirkulasi darah, drainase limfatik, dan aliran darah ke seluruh tubuh. Pijat kaki juga berhubungan dengan relaksasi jaringan meridian yang menghubungkan organ-organ tubuh, dengan lebih dari 300 saraf yang terhubung dengan titik refleks di kaki. Salah satu efek dari pijat kaki adalah pelepasan endorfin untuk meredakan nyeri dan peradangan (Chanif, 2013).

Pijat kaki termasuk salah satu pengobatan tradisional yang asalnya dari Tiongkok, Cina. Pijat kaki adalah pijat pada titik-titik saraf tubuh manusia. Pada prinsipnya teknik pijat ini hampir sama dengan akupunktur, akan tetapi titik-titik beratnya terletak pada telapak kaki saja. Pada setiap titik yang berada di telapak kaki akan berhubungan langsung dengan jaringan tubuh dan saraf-saraf organ. Pijat kaki atau juga disebut refleksologi merupakan cara pijat tangan, kaki dan anggota tubuh lain dengan cara mengarah pada titik pusat urat-urat tertentu itu

mewakili semua organ internal, sistem tubuh, anggota badan, dan kelenjar (Firdian, 2021).

b. Tujuan *Foot Massage*

Tujuan dan manfaat pijat kaki pijat refleksi membuat badan kita terasa rileks. Pemijatan yang dilakukan di titik refleksi pada kaki mampu melancarkan peredaran darah dalam tubuh. Darah yang mengangkut nutrisi makanan dan oksigen keseluruh tubuh dapat bekerja dengan baik. Di samping itu juga mampu mengendorkan saraf saraf yang tegang dan memberikan rasa nyaman dan rileks pada badan kita. Khasiat pijat refleksi untuk pengobatan juga beragam, titik-titik refleksi yang secara tepat dipijat pada telapak kaki dapat memberikan energi dalam badan yang sedang sakit, dengan energi tersebut maka organ yang ada dalam tubuh kita mampu bekerja secara optimal, sehingga penyakit akan berangsurangsur hilang. Hampir seluruh penyakit dapat teratasi dengan melakukan pijat refleksi, sebab pijat tersebut selalu dilakukan di titik-titik saraf yang berkaitan dengan organ-organ di dalam tubuh. Contohnya seperti asma, sesak napas, batuk, kepala pusing, pilek, kurang nafsu makan, tekanan darah tinggi, tekanan darah rendah dan lain-lain (Firdian, 2021)

c. Manfaat *Foot Massage*

Terapi pijat memiliki manfaat yang baik dalam penanganan edema pada kehamilan. Beberapa terapi pijat antara lain adalah meningkatkan sirkulasi darah, merelaksasi otot-otot, menghilangkan kejang otot, mengurangi kecemasan, mengurangi pembengkakan dan ketidaknyamanan akibat edema, serta mengurangi gejala depresi. Penelitian *foot massage* tidak hanya dapat mengurangi derajat edema, tetapi juga mampu memberikan rasa rileks ibu hamil selama pemberian.

d. Prosedur *Foot Massage*

- a) Alat dan bahan
 - 1) Lotion atau minyak zaitun, baby oil
 - 2) Handuk
- b) prosedur kerja
 - 1) Cuci tangan
 - 2) Memberikan penjelasan mengenai prosedur yang akan dilakukan
 - 3) Mengatur posisi
 - 4) Letakan handuk dibawah kulit / tumit

- 5) Melumuri kedua tangan dengan minyak zaitun
- c) Langkah langkah
- 1) Selagi ibu duduk, ukur diameter tumit, diameter bola kaki, dan diameter ujung distal kaki (tempat bertemunya jari kaki dan jari tangan) dengan menggunakan garis tengah.
 - 2) Pijat kaki ibu hamil dan waktu pijat selama 10 menit per kaki, total pijat selama 20 menit. Setiap gerakan dilakukan sebanyak 10 kali dan berlangsung selama 5 hari
 - 3) Tempatkan ibu pada posisi fowler
 - 4) Gunakan minyak zaitun dan pijat secara merata dari ujung jari kaki hingga tumit
 - 5) Pastikan untuk memegang kaki di tangan peneliti, semua lengan ditentangkan dari ujung kaki hingga tumit dan semua tangan sedikit tekanan kembali ke jari kaki dari bagian bawah kaki
- a) Ratakan permukaan kulit antara masing-masing otot di bagian atas kaki dan satu sama lain dengan menggunakan tekanan ringan



- b) Kemudian pegang kaki dengan kedua tangan dan gerakan perlahan dari satu sisi ke sisi lainnya.



- c) Jempol kedua tangan menyatukan kaki mulai dari jari kaki hingga tumit, sedangkan jari lainnya memberikan penyangga.



- d) Kemudian gunakan ibu jari dan tekan sedikit dari otot di depan ibu jari



2. Rendam Air Hangat Campur Kencur

a. Definisi Rendam Air Hangat

Air hangat memiliki dampak fisiologis yang stabilisasi sirkulasi darah dan memperkuat otot serta ligamen pada persendian tubuh (Hembing, 2018). Terapi air hangat atau hidroterapi mudah dilakukan, ekonomis, dan aman tanpa efek samping berbahaya (Potter & Perry, 2018). Dalam pengobatan tradisional Tiongkok, merendam kaki dalam air hangat dapat meningkatkan aliran energi di meridian yang terhubung dengan organ-organ tubuh (Potter & Perry, 2018). Terapi dengan air hangat bersuhu 37-40°C selama 20- 30 menit membantu memperlebar pembuluh darah serta merelaksasi otot. Khasiat terapi ini memperlancar sirkulasi darah, mengurangi pembengkakan, mengurangi ketegangan otot, meningkatkan kesehatan jantung, mengurangi nyeri, dan memberikan efek menghangatkan tubuh (Widiastini, N.L., dkk, 2022).

Merendam kaki dengan air hangat mampu menurunkan tekanan darah serta sebagai pengobatan bagi penderita hipertensi. Namun, terdapat kontraindikasi pada pasien dengan penyakit jantung serius, tekanan darah rendah, dan diabetes, karena risiko kerusakan kulit pada penderita diabetes meskipun dengan suhu air hangat yang rendah (Leila, 2018). Untuk meningkatkan manfaatnya, rendam air hangat dapat dicampur dengan beberapa bahan tradisional, salah satunya kencur.

b. Manfaat Rendam Air Hangat Bagi Kesehatan

Terapi kaki rendam air hangat mampu mengurangi stress dengan cara merangsang produksi endorfin yang memiliki sifat analgesic. Terapi rendam kaki air hangat ini mampu menurunkan frekuensi nadi dan menurunkan tekanan darah dengan cara pelebaran pembuluh darah, sehingga menurunkan afterload,

meningkatkan sirkulasi darah kembali ke jantung sehingga mengurangi edema. (Putra&ega,2019).

Secara ilmiah terapi rendam kaki air hangat mempunyai dampak fisiologis bagi tubuh. Pertama berdampak pada pembuluh darah dimana hangatnya air membuat sirkulasi darah menjadi lancar, yang kedua adalah faktor pembebanan di dalam air yang menguntungkan otot-otot ligament yang mempengaruhi sendi tubuh. Air hangat yang memiliki dampak fisiologis pada tubuh berupa peningkatan sirkulasi darah dengan memperlebar pembuluh darah sehingga lebih banyak oksigen yang dipasok ke jaringan serta menguatkan otot-otot dan ligament.

Menurut Flona, (2010) berendam air hangat dengan suhu 38 derajat selama minimal 10 menit dengan menggunakan aromatherapy mampu meredakan ketegangan otot dan menstimulus produksi kelenjar otak yang membuat tubuh merasa lebih tenang dan rileks. Terapi rendam kaki membantu meningkatkan sirkulasi darah dengan mempelebar pembuluh darah sehingga lebih banyak oksigen dipasok ke jaringan yang mengalami pembengkakan Wulandari, (2017).

c. Pengertian Kencur

Kencur (*Kaempferia galanga* L) merupakan salah satu dari kelima jenis tumbuhan yang dikembangkan sebagai tanaman obat asli Indonesia dan memiliki nilai ekonomis yang cukup tinggi sehingga banyak dibudidayakan. Kencur (*Kaemferia galanga* L.) adalah salah satu jenis tumbuhan temu-temuan (umbi-umbian) yang termasuk famili Zingiberaceae, yang mengandung minyak atsiri 2,4-3,9%, cinnamal, aldehyde, asam motil p-cumarik, asam cinnamal, etil ester dan pentadekan. (Caron & Markusen, 2016)

Selain rendam air hangat dengan suhu 38 derajat, bisa juga di tambahkan dengan kencur sebagai aromatherapy. Kencur juga sering digunakan sebagai obat tradisional salah satunya yaitu berkhasiat sebagai obat pengompres bengkak atau radang. Kencur sering digunakan sebagai obat tradisional salah satunya yaitu berkhasiat sebagai obat pengompres bengkak atau radang. Beberapa artikel review tersebut menyebutkan bahwa kandungan dalam kencur salah satunya 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 arakhidonat dengan cara menghambat kerja sikloksigenase.



Gambar 2.3 kencur

Kencur atau *Kaempferia Galanga* (KG) adalah salah satu jenis dalam famili Zingiberaceae merupakan salah satu jenis tanaman obat penting bagi masyarakat Asia termasuk Indonesia.

d. Manfaat Kencur

Kencur (*Kaempferia galanga* L.) merupakan tanaman herbal yang telah lama digunakan dalam pengobatan tradisional di Asia Tenggara, termasuk Indonesia. Penelitian ilmiah terbaru semakin menguatkan berbagai manfaat kesehatan dari kencur, terutama berkat kandungan senyawa bioaktif seperti flavonoid, minyak atsiri, dan etil p-metoksi sinamat (Juwiku, 2020). Berikut adalah beberapa manfaat kencur:

1. Aktivitas Antibakteri

Ekstrak kencur menunjukkan kemampuan menghambat pertumbuhan berbagai bakteri patogen, seperti *Staphylococcus aureus*, *Streptococcus pyogenes*, dan *Klebsiella pneumoniae*. Efek antibakteri ini disebabkan oleh kandungan senyawa aktif seperti flavonoid dan minyak atsiri dalam kencur.

2. Sifat Antibakteri dan Antijamur

Ekstrak kencur menunjukkan kemampuan menghambat pertumbuhan bakteri *Staphylococcus aureus*, yang sering menyebabkan infeksi kulit dan saluran pernapasan. Selain itu, minyak atsiri dalam kencur efektif menghambat pertumbuhan jamur *Trichophyton rubrum*, penyebab infeksi jamur pada kulit.

3. Efek Antioksidan dan Antiinflamasi

Kandungan flavonoid dan fenol dalam kencur memberikan efek antioksidan yang membantu melindungi sel dari kerusakan akibat radikal bebas. Selain itu, kencur memiliki sifat antiinflamasi yang dapat mengurangi

peradangan, bermanfaat dalam mengatasi kondisi seperti arthritis dan tukak lambung.

4. Meningkatkan Kesehatan Saluran Pernapasan

Kencur telah lama digunakan untuk meredakan batuk dan gangguan tenggorokan. Senyawa alami dalam kencur membantu meredakan peradangan di tenggorokan dan mengurangi lendir berlebih, sehingga menjadikan suara lebih jernih dan merdu.

5. Menunjang kesehatan Pencernaan dan Nafsu Makan

Secara empiris, kencur digunakan untuk meningkatkan nafsu makan dan melancarkan pencernaan. Senyawa aktif dalam kencur merangsang produksi enzim pencernaan, membantu mengatasi masalah seperti perut kembung, mual, dan muntah

6. Meningkatkan Sistem Imun dan Meredakan Nyeri

Kencur dikenal dapat meningkatkan sistem imun tubuh, membantu melawan infeksi, serta meredakan nyeri otot dan sakit kepala. Tanaman ini sering dijadikan bahan dasar dalam jamu tradisional untuk menjaga kesehatan secara umum..

Prosedur Dan Teknik Rendam Air Hangat Campur Kencur

a) Alat dan bahan

- 1) 2 baskom/ ember
- 2) Air hangat
- 3) Handuk
- 4) Kencur 3 ruas

b) Prosedur kerja

- 1) Cuci tangan
- 2) Memberikan penjelasan mengenai prosedur yang akan dilakukan
- 3) Mengatur posisi duduk klien dengan kaki menggantung
- 4) Mengisi air ke ember dengan air dingin dan air panas hingga suhu air (39-40) dan memasukkan 3 ruas kencur ke dalam ember

c) Langkah langkah

- 1) Bersihkan kaki terdahulu dengan air bersih
- 2) Rendam kaki 10 -15 cm diatas mata kaki lalu biarkan sampai 10 menit
- 3) Tutup ember dengan handuk untuk mempertahankan suhu

- 4) Setelah 10 menit angkat kaki dan keringkan dengan handuk
- 5) Rapiakan alat

C. Konsep Teori Asuhan Keperawatan

1. Pengkajian

a) Identitas pasien

Mengkaji biodata pasien yang berisi kan nama klien dan nama penanggung jawab, umur, jenis kelamin, tempat tanggal lahir, alamat, golongan darah, 19 pendidikan terakhir, tanggal masuk RS, agama, status perkawinan, pekerjaan, nomor register, dan diagnosis medis.

b) Keluhan utama

Keluhan utama adalah keluhan atau gejala saat awal dilakukan pengkajian yang menyebabkan pasien control (Hidayat, 2021). Pasien datang ke poliklinik untuk control kehamilan, menjalankan prosedur cek lab dan lain sebagainya. Pada trimester III pasien dapat mengalami keluhan ketidaknyamanan pada kehamilannya yang bersifat fisiologis.

c) Riwayat Obstetri dan ginekologi

- 1) Menarche: siklus menstruasi, volume, lama dan keluhan saat menstruasi seperti kram perut
- 2) HPHT dikaji agar perawat tau tanggal hari pertama haid terakhir dalam memperkirakan kelahiran bayi dan umur kehamilan.
- 3) Taksiran persalinan dikaji untuk mengetahui tafsiran persalinan
- 4) Riwayat pernikahan, dikaji untuk mengaetahui keadaan rumah tangga pasien.
- 5) Riwayat kehamilan, persalinan, dan nifas yang lalu yang harus dinilai meliputi jumlah ibu hamil, tanggal/bulan/tahun melahirkan atau umur anak, lokasi dan keb ibi keradaan penolong persalinan, riwayat kehamilan usia saat melahirkan, jenis persalinan, kondisi selama persalinan, keadaan postpartum, dan keadaan anak- anak (jenis kelamin, berat lahir, panjang badan, kondisi saat ini, dan laktasi), yang biasanya dievaluasi dalam bentuk tabel
- 6) Riwayat kehamilan sekarang, yang dikaji yaitu keluhan-keluhan yang dirasakan. obat dan suplemen yang diminum selama menjalani kehamilan.

- 7) Riwayat dan rencana penggunaan kontrasepsi, dikaji sebagai gambaran penggunaan kontrasepsi ibu sebelumnya dan perencanaan kontrasepsi selanjutnya
 - 8) Riwayat kesehatan ibu dan keluarga; Hal ini dilakukan untuk mengetahui apakah ada penyakit genetik pada keluarga ibu serta untuk mengidentifikasi potensi masalah yang dapat timbul pada ibu hamil serta mencari tindakan pencegahan dan pengendalian.
- d) Pola kebutuhan dasar (Bio-Psiko-Sosial-Kultural-Spiritual)
- 1) Pola nutrisi-metabolik Menjelaskan frekuensi, jumlah, jenis, dan makanan yang dilarang untuk dimakan dan diminum. Jika nutrisi ibu tidak adekuat, maka akan mengubah jumlah ASI yang akan keluar. Pola nutrisi metabolik juga dapat mempengaruhi produksi ASI. Wanita hamil di trimester ketiga biasanya makan banyak selama tahap kehamilan ini.
 - 2) Pola eliminasi Gambarkan pola fungsi sekresi, meliputi frekuensi, konsistensi, dan bau feses serta jumlah, warna, dan frekuensi berkemih. Karena posisi kepala bayi ke bawah dan menekan kandung kemih ibu, ibu hamil trimester III akan mengalami gangguan pada kebiasaan buang air besar, seperti BAK yang lebih sering 8–9 kali, terutama pada malam hari.
 - 3) Pola aktivitas-latihan gambarkan rutinitas harian dan pola aktivitas pasien selama hamil. Dalam pola ini, penting untuk meneliti bagaimana aktivitas memengaruhi kesehatan. Ibu dianjurkan untuk lebih rileks dan melakukan aktivitas ringan selama trimester ketiga kehamilan karena ibu hamil cenderung cepat lelah.
 - 4) Pola istirahat-tidur Jelaskan pola tidur dan istirahat pasien, termasuk berapa lama mereka tidur, seberapa sering mereka tidur siang, dan bagaimana mereka menghabiskan waktu luang mereka.
 - 5) Pola persepsi-kognitif Jelaskan pengalaman nyeri pasien, seperti PQRST dan cara pasien mengurangi nyeri
 - 6) Pola konsep diri-persepsi diri Menggambarkan keadaan sosial seseorang (seperti pekerjaan, keluarga, dan kelompok sosial), identitas pribadi (seperti kekuatan dan kelemahan mereka), kondisi fisik (seperti bagian tubuh yang paling disukai dan paling tidak disukai),

harga diri (seperti perasaan tentang diri mereka sendiri), dan riwayat masalah fisik apa pun yang mungkin mereka miliki. Wanita hamil di trimester ketiga biasanya mengalami kecemasan sebelum melahirkan (Anita, 2014).

- 7) Pola hubungan-peran Jelaskan tempat pasien dalam keluarga, kepuasan atau ketidakpuasan mereka dalam posisi itu, sistem dan struktur pendukung keluarga, keterlibatan mereka dalam pengambilan keputusan, dan interaksi mereka dengan orang lain. Wanita yang hamil di trimester ketiga akan dipersiapkan untuk transisi menjadi ibu.
 - 8) Pola seksual-reproduksi Masalah reproduksi melalui aktivitas seksual, menstruasi, jumlah keturunan, dan kesadaran akan kebersihan reproduksi. sering sepanjang kehamilan trimester tiga: ibu dan suami belum melakukan aktivitas seksual
 - 8) Pola toleransi stres-koping Menggambarkan tentang penyebab, tingkat, respons stres, strategi koping yang biasa dilakukan untuk mengatasi stres (Yulizawati et al., 2017).
 - 9) Pola keyakinan-nilai Menggambarkan latar belakang budaya, tujuan hidup pasien, keyakinan yang dianut, serta adat budaya yang berkaitan dengan kesehatan.
- e) Keadaan Umum
- 1) Pemeriksaan Antropometri 22 Tinggi badan yang perlu diamati ibu yang memasuki risiko rendah jika tinggi badannya > 145 cm Berat badan yang perlu diamati kenaikan total berat badan selama kehamilan normalnya berkisar 9–12 kg. Lingkar lengan atas yang perlu diamati batas normanya di atas 23,5 cm apabila kurang dari itu ibu dikatakan mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK).
 - 2) Tanda Vital Tekanan darah : Pada ibu hamil dengan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan diastolik ≥ 90 mmHg memberi kesan hipertensi. Perubahan 30 mmHg systole dan 15 mmHg diastole diatas sebelum hamil menandakan toxemia gravidarum. Suhu : suhu tubuh yang normalnya adalah 36- 37,5°C perlu diwaspadai adanya infeksi Nadi : keadaan santai denyut nadi ibu sekitar 60-80x/menit. Denyut nadi 100x/menit atau lebih dalam keadaan santai merupakan pertanda

buruk Pernafasan : Untuk dapat menilai fungsi sistem pernafasan ditetapkan frekuensi pernafasan normalnya 16-24x/menit.

3) Pemeriksaan *Head to Toe*

- a. Kepala dan Muka : Inspeksi dengan memperhatikan kesimetrisan, tengkorak, warna dan distribusi rambut serta kulit kepala serta lesi Palpasi dengan memperhatikan benjolan pada area kepala
- b. Wajah : Inspeksi memperhatikan edema pada wajah, pucat atau tidak, perubahan warna kulit muka, konjungtiva, sklera. Palpasi dengan memperhatikan benjolan pada area wajah
- c. Mata : Kaji mengetahui sclera ikterik, konjungtiva anemis atau tidak.
- d. Hidung : Dikaji untuk mengetahui keadaan hidung ada benjolan atau tidak, ada cairan secret atau tidak
- e. Telinga : diketahui untuk mengetahui apakah ada serumen atau tidak
- f. Mulut : dikaji untuk mengetahui ada cairan atau tidak, stomatitis atau tidak
- g. Leher : Inspeksi terdapat bedungan vena jugularis atau tidak, Inspeksi mengenai bentuk leher, warna kulit, pembengkakan, jaringan parut dan adanya massa - Warna kulit leher normalnya sama dengan kulit sekitarnya. Palpasi terdapat Perbesaran tiroid dan limfe atau tidak
- h. Dada
 - Paru-Paru Inspeksi Dada diinspeksi terutama mengenai postur, bentuk dan kesimetrisan ekspansi serta keadaan kulit. Inspeksi dada.
 - Palpasi Dilakukan dengan tujuan untuk mengkaji keadaan kulit pada dinding dada, nyeri tekan, massa, peradangan, kesimetrisan ekspansi dan tactil Dremitus.
 - Perkusi Suara/bunyi perkusi pada paru-paru orang normal adalah resonan.
 - Auskultasi pada sistem pernafasan dilakukan dengan mendengarkan suara nafas menggunakan stetoskop yang diletakkan pada dinding thorax dari atas dan kebawah secara sistematis. Pasien dianjurkan untuk bernafas dalam sambil membuka mulut

- Pemeriksaan HIV, Sifilis dan Hepatitis Pemeriksaan ini diatur Permenkes RI No. 52 tahun 2017 mengenai eliminasi penularan HIV, sifilis dan hepatitis B dari ibu ke anak. Test untuk pemeriksaan HIV yaitu ELISA (*enzyme –linked immunosorbent assay*) sedangkan Test untuk pemeriksaan Sifilis yaitu VDRL (Veneral disease researche laboratory) serta Test untuk Hepatitis B yaitu HBsAg (Hepatitis B surface antigen).

2. Diagnosis Keperawatan

Diagnosis keperawatan adalah suatu penilaian klinis mengenai respon klien terhadap masalah kesehatan atau proses kehidupan yang dialaminya baik yang berlangsung actual maupun potensial (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2017).

Diagnosaa keperawatan pada kasus ibu hamil trimester III adalah :

- a. Gangguan rasa nyaman (D. 0074)
- b. Ansietas (D. 0080)
- c. Resiko jatuh (D. 0143)
- d. Intoleransi aktivitas (D.0056)

3. Intervensi Keperawatan

Rencana asuhan keperawatan disusun berdasarkan hasil perumusan diagnosa keperawatan yang telah ditentukan, dengan penerapan Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI) dan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI). Intervensi Utama Masalah keperawatan gangguan rasa nyaman intervensi utama dalam masalah keperawatan gangguan rasa nyaman, adalah terapi relaksasi dengan label I.09326 (Tim Pokja SIKI DPP PPNI, 2018).

Luaran (*outcome*) keperawatan merupakan aspek-aspek yang dapat diobservasi dan diukur, meliputi kondisi, perilaku, atau dari persepsi pasien, keluarga, atau komunitas sebagai respons terhadap intervensi keperawatan. Luaran keperawatan dibagi menjadi dua jenis, yaitu luaran negatif (intervensi keperawatan bertujuan untuk menurunkan) dan luaran positif (intervensi keperawatan bertujuan untuk meningkatkan atau memperbaiki). Luaran utama dari masalah keperawatan gangguan rasa nyaman adalah status kenyamanan dengan ekspektasi meningkat pada label L. 08064 (Tim Pokja SLKI DPP PPNI,

2019). Rincian tentang intervensi keperawatan gangguan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III dijabarkan dalam bentuk tabel sebagai berikut :

Tabel 2.7
Intervensi Keperawatan

No.	Diagnosa Keperawatan (SDKI)	Tujuan Dan Kriteria Hasil (SLKI)	Intervensi Keperawatan (SIKI)
1.	Gangguan rasa nyaman (D.0074)	Setelah dilakukan intervensi keperawatan selama 7 x 30 menit, maka status kenyamanan meningkat, dengan kriteria hasil: 1. Keluhan tidak nyaman menurun 2. Gelisah menurun	Manajemen nyeri (L.08238) Observasi 1. Identifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, intensitas nyeri 2. Identifikasi skala nyeri 3. Identifikasi respon nyeri non verbal 4. Identifikasi faktor yang memperberat dan memperingan nyeri 5. Identifikasi pengetahuan dan keyakinan tentang nyeri 6. Identifikasi pengaruh budaya terhadap respon nyeri 7. Identifikasi pengaruh nyeri pada kualitas hidup

			8. Monitor keberhasilan terapi komplementer yang sudah diberikan 9. Monitor efek samping penggunaan analgetik Terapeutik 1. Berikan Teknik nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri (mis: TENS, hypnosis, akupresur, terapi music, biofeedback, terapi pijat, aromaterapi, Teknik imajinasi terbimbing, kompres hangat/dingin, terapi bermain) 2. Kontrol lingkungan yang memperberat rasa nyeri (mis: suhu ruangan, pencahayaan, kebisingan) 3. Fasilitasi istirahat dan tidur 4. Pertimbangkan jenis dan sumber nyeri dalam pemilihan strategi meredakan nyeri
--	--	--	---

			Edukasi 1. Jelaskan penyebab, periode, dan pemicu nyeri 2. Jelaskan strategi meredakan nyeri 3. Anjurkan memonitor nyeri secara mandiri 4. Anjurkan menggunakan analgesik secara tepat 5. Ajarkan Teknik farmakologis untuk mengurangi nyeri Kolaborasi 1. Kolaborasi pemberian analgetik, jika perlu
2.	Ansietas (D. 0080)	Setelah dilakukan intervensi keperawatan selama 7 x 30 menit, maka tingkat ansietas menurun, dengan kriteria hasil: 1. Verbalisasi kebingungan menurun	Reduksi ansietas (L.09314) Observasi 1. Identifikasi saat tingkat ansietas berubah (mis: kondisi, waktu, stresor) 2. Identifikasi kemampuan

		2. Perilaku gelisah menurun 3. Perilaku tegang menurun 4. Konsentrasi membaik	mengambil keputusan 2. Monitor tanda-tanda ansietas (verbal dan nonverbal) Terapeutik 1. Ciptakan suasana terapeutik untuk menumbuhkan kepercayaan 2. Temani pasien untuk mengurangi kecemasan, jika memungkinkan 3. Pahami situasi yang membuat ansietas 4. Dengarkan dengan penuh perhatian 5. Gunakan pendekatan yang tenang dan meyakinkan 6. Tempatkan barang pribadi yang memberikan kenyamanan 7. Motivasi mengidentifikasi situasi yang memicu kecemasan 8. Diskusikan perencanaan realistis
--	--	--	---

			tentang peristiwa yang akan datang Edukasi 1. Jelaskan prosedur, termasuk sensasi yang mungkin dialami 2. Informasikan secara faktual mengenai diagnosis, pengobatan, dan prognosis 3. Anjurkan keluarga untuk tetap Bersama pasien, jika perlu 4. Anjurkan melakukan kegiatan yang tidak kompetitif, sesuai kebutuhan 5. Anjurkan mengungkapkan perasaan dan persepsi 6. Latih kegiatan pengalihan untuk mengurangi ketegangan 7. Latih penggunaan mekanisme pertahanan diri yang tepat 8. Latih Teknik relaksasi
--	--	--	--

			Kolaborasi 1. Kolaborasi pemberian obat antiansietas, jika perlu
3.	Resiko jatuh (D.0143)_	Setelah dilakukan intervensi keperawatan selama 7 x 30 menit, maka tingkat jatuh menurun, dengan kriteria hasil: 1. Jatuh dari tempat tidur menurun 2. Jatuh saat berdiri menurun 3. Jatuh saat duduk menurun 4. Jatuh saat berjalan menurun	Pencegahan jatuh (I.14540) Observasi 1. Identifikasi faktor jatuh (mis: usia > 65 tahun, penurunan tingkat kesadaran, defisit kognitif, hipotensi ortostatik, gangguan keseimbangan, gangguan penglihatan, neuropati) 2. Identifikasi risiko jatuh setidaknya sekali setiap shift atau sesuai dengan kebijakan institusi 3. Identifikasi faktor lingkungan yang meningkatkan risiko jatuh (mis: lantai licin, penerangan kurang) 4. Hitung risiko jatuh dengan

			menggunakan skala (mis: fall morse scale, humpty dumpty scale), jika perlu 5. Monitor kemampuan berpindah dari tempat tidur ke kursi roda dan sebaliknya Terapeutik 1. Orientasikan ruangan pada pasien dan keluarga 2. Pastikan roda tempat tidur dan kursi roda selalu dalam kondisi terkunci 3. Pasang handrail tempat tidur 4. Atur tempat tidur mekanis pada posisi terendah 5. Tempatkan pasien berisiko tinggi jatuh dekat dengan pantauan perawat dari nurse station 6. Gunakan alat bantu berjalan (mis: kursi roda, walker)
--	--	--	--

			7. Dekatkan bel pemanggil dalam jangkauan pasien Edukasi 1. Anjurkan memanggil perawat jika membutuhkan bantuan untuk berpindah 2. Anjurkan menggunakan alas kaki yang tidak licin 3. Anjurkan berkonsentrasi untuk menjaga keseimbangan tubuh 4. Anjurkan melebarkan jarak kedua kaki untuk meningkatkan keseimbangan saat berdiri 5. Ajarkan cara menggunakan bel pemanggil untuk memanggil perawat
4.	Intoleransi aktivitas (D.0056)	Setelah dilakukan intervensi keperawatan selama 7 x 30 menit, maka toleransi aktivitas	Manajamen energi (l. 05178) Observasi 1. Identifikasi gangguan fungsi tubuh yang

		meningkat, dengan kriteria hasil: 1. Keluhan Lelah menurun 2. Frekuensi nadi membaik	mengakibatkan kelelahan 2. Monitor kelelahan fisik dan emosional 3. Monitor pola dan jam tidur 4. Monitor lokasi dan ketidaknyamanan selama melakukan aktivitas Terapeutik 1. Sediakan lingkungan nyaman dan rendah stimulus (mis: cahaya, suara, kunjungan) 2. Lakukan latihan rentang gerak pasif dan/atau aktif 3. Berikan aktivitas distraksi yang menenangkan 4. Fasilitasi duduk di sisi tempat tidur, jika tidak dapat berpindah atau berjalan Edukasi 1. Anjurkan tirah baring 2. Anjurkan melakukan aktivitas secara bertahap
--	--	--	---

			3. Anjurkan menghubungi perawat jika tanda dan gejala kelelahan tidak berkurang 4. Ajarkan strategi koping untuk mengurangi kelelahan Kolaborasi 1. Kolaborasi dengan ahli gizi tentang cara meningkatkan asupan makanan
--	--	--	---

4. Implementasi Keperawatan

Implementasi keperawatan adalah serangkaian kegiatan yang dilakukan oleh perawat untuk membantu klien dari masalah status kesehatan yang dihadapi kestatus kesehatan yang baik yang menggambarkan kriteria hasil yang diharapkan (Hidayat, 2021). Tindakan keperawatan meliputi observasi, terapi, edukasi dan kerjasama. Pelaksanaan asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III mengacu pada rencana asuhan keperawatan yang telah disusun sesuai dengan pedoman SIKI (PPNI, 2018). Implementasi yang dapat dilakukan yaitu dengan pemberian terapi relaksasi sesuai dengan SIKI dengan intervensi inovasi rendam kaki air kencur hangat. Implementasi dari asuhan keperawatan yang diberikan terbagi menjadi beberapa tindakan sebagai berikut :

- a. Tindakan observasi keadaan umum ibu hamil meliputi: Mengidentifikasi kesiapan ibu hamil mengikuti program terapi yang akan diberikan, mengidentifikasi terapi relaksasi yang diperlukan dalam asuhan ini diterapkan terapi inovasi rendam kaki air kencur hangat, memonitor respons terhadap terapi relaksasi yang diberikan.

- b. Tindakan terapeutik yang diberikan meliputi menciptakan lingkungan yang nyaman selama proses terapi, memberikan informasi tertulis tentang persiapan dan prosedur, mendemonstrasikan dan melaksanakan tindakan terapi yang diberikan
- c. Tindakan edukasi yang dilakukan pada ibu hamil berupa menjelaskan tujuan, manfaat, batasan terkait jenis terapi yang dilaksanakan, menjelaskan secara rinci terapi yang dipilih, menganjurkan rileks dan mengulang terapi yang diberikan. Prosedur tindakan dari terapi inovasi yang diberikan dengan merendam kaki air kencur hangat, membantu vasodilatasi pembuluh darah untuk mengurangi gangguan rasa nyaman pada ibu hamil.

5. Evaluasi Keperawatan

Evaluasi keperawatan terdiri dari dua tingkat yaitu evaluasi formatif atau pernyataan formatif atau biasa juga dikenal sebagai evaluasi proses, yaitu evaluasi terhadap respon yang segera timbul setelah intervensi keperawatan dilakukan, dalam kasus kelolaan evaluasi formatif dilaksanakan sesaat setelah melakukan satu tindakan keperawatan penilaian evaluasi dinilai berdasarkan data subjektif dan objektif setelah intervensi. Evaluasi sumatif atau evaluasi hasil, yaitu evaluasi respon (jangka panjang) terhadap tujuan, dengan kata lain bagaimana penilaian terhadap perkembangan kemajuan kearah tujuan atau hasil akhir yang diinginkan (Dinarti dan Mulyanti, 2017). Gangguan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III dievaluasi menggunakan pendekatan SOAP (data subjektif, data objektif, assessment dan planning) berdasarkan kriteria hasil dari luaran (SLKI) yang disajikan dalam data subjektif (keluhan yang disampaikan ibu hamil) dan data objektif (hasil pengamatan, pemeriksaan dan penilaian) data tersebut meliputi keluhan tidak nyaman, gelisah, rileks, keluhan sulit tidur, pola eliminasi ibu hamil. Selanjutnya terdapat komponen analisa permasalahan (A) klien berdasarkan S dan O, serta perencanaan ulang jika terjadi penurunan kondisi pasien (P) berdasarkan hasil analisa data diatas.