

EFEKTIFITAS ERAPI PIJAT KAKI DAN RENDAM AIR HANGAT CAMPUR KENCUR UNTUK EDEMA KAKI PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI DESA MARGOREJO JATI AGUNG KABUPATEN LAMPUNG SELATAN

Esti Handayani^{1*}, Linawati Novikasari²

¹⁻²Universitas Malahayati

Email Korespondensi: estihandayani888@gmail.com

Disubmit: 06 Agustus 2021

Diterima: 12 Agustus 2021

Diterbitkan: 01 Juli 2022

DOI: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i7.4774>

ABSTRAK

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Lampung Pada tahun 2017 AKI di Lampung terus meningkat sebesar 158 kasus, dan pada tahun 2018 kasus AKI meningkat mencapai 130 kasus. Angka terjadinya kematian pada ibu hamil di Lampung pada tahun 2018 disebabkan beberapa faktor yaitu karena anemia 36.3, perdarahan ante partum 11.7%, eklampsia pada kehamilan dengan keluhan sakit kepala berat dan tekanan darah tinggi pada ibu hamil sebelum atau sesudah persalinan yaitu mencapai 24%. Tujuan pemberian terapi untuk melancarkan peredaran darah, membantu mengatasi stress, peningkatan system keseimbangan dan membantu relaksasi. Rancangan studi kasus (*case study*) menggunakan 2 subjek yang berdomisili di Desa Margorejo Kecamatan Jati Agung. Metode yang digunakan adalah pemberian tindakan terapi pijat kedua kaki yang bengkak dan melakukan rendam kaki dengan air yang hangat campur kencur pada ibu hamil yang kakinya mengalami bengkak. Hasil studi kasus menunjukkan bahwa setelah diberikan terapi pijat pada kaki dan melakukan rendam kedua kaki menggunakan air hangat yang dicampur dengan kencur pada ibu hamil trimester ke tiga mengalami penurunan pada kakinya yang bengkak. Sebelum dilakukan terapi lingkaran kaki klien 26 cm dengan pitting edema 0.7 cm dan setelah dilakukan terapi selama 5 hari terdapat perubahan pada kaki menjadi 23 cm dengan pitting edema 0.2 cm.

Kata Kunci: Pijat Kaki, Rendam Air Hangat Campur Kencur, Edema Kaki

ABSTRACT

Based on data from the Lampung Provincial Health Office, in 2017 MMR in Lampung continued to increase by 158 cases, and in 2018 MMR cases increased to 130 cases. The death rate for pregnant women in Lampung in 2018 was due to several factors, namely anemia 36.3, ante partum bleeding 11.7%, eclampsia in pregnancy with complaints of severe headaches and high blood pressure in pregnant women before or after delivery, which reached 24%. The purpose of therapy is to improve blood circulation, help overcome stress, improve the balance system and help relaxation. The case study design uses 2 subjects who are domiciled in Margorejo Village, Jati Agung District. The method used is descriptive analysis method and nursing care. The results of the case study showed that after being given massage therapy on the feet and soaking both feet using warm water mixed with kencur in the third trimester pregnant women

experienced a decrease in swollen feet. Before therapy the client's foot circle was 26 cm with pitting edema 0.7 cm and after 5 days of therapy there was a change in the foot to 23 cm with pitting edema 0.2 cm.

Keywords: *Foot Massage, Soak Warm Water Mixed With Kencur, Leg Edema*

1. PENDAHULUAN

Menurut statistic kesehatan tahun 2012 *World Health Organization* (WHO) mengeluarkan bahwa setiap tahun kematian pada maternal diperkirakan mencapai 536.000 orang dengan rasio angka kematian ibu (AKI) secara global mencapai sebesar 99% kematian ibu akibat masalah persalinan terjadi di Negara-negara berkembang. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Lampung Pada tahun 2017 AKI di lampung terus meningkat sebesar 158 kasus, dan pada tahun 2018 kasus AKI meningkat mencapai 130 kasus. Angka terjadinya kematian pada ibu hamil di lampung pada tahun 2018 disebabkan beberapa faktor yaitu karena anemia 36.3, perdarahan ante partum 11.7%, eklampsia pada kehamilan dengan keluhan sakit kepala berat dan tekanan darah tinggi pada ibu hamil sebelum atau sesudah persalinan yaitu mencapai 24% (Angraini, 2018).

Berdasarkan data survey yang diperoleh di Desa Margorejo Kecamatan Jati Agung Kabupaten Lampung Selatan diperoleh data ibu hamil sebanyak 20 orang dari dusun 1 sampai dusun 6. Selain itu hasil dari wawancara diperoleh ibu hamil yang mengalami edema pada kaki sebanyak 4 orang selama kehamilan trimester III. Adapun keluhan-keluhan yang dialami ibu hamil yaitu, mual muntah, hipertensi, kurang gizi dan Hb menurun.

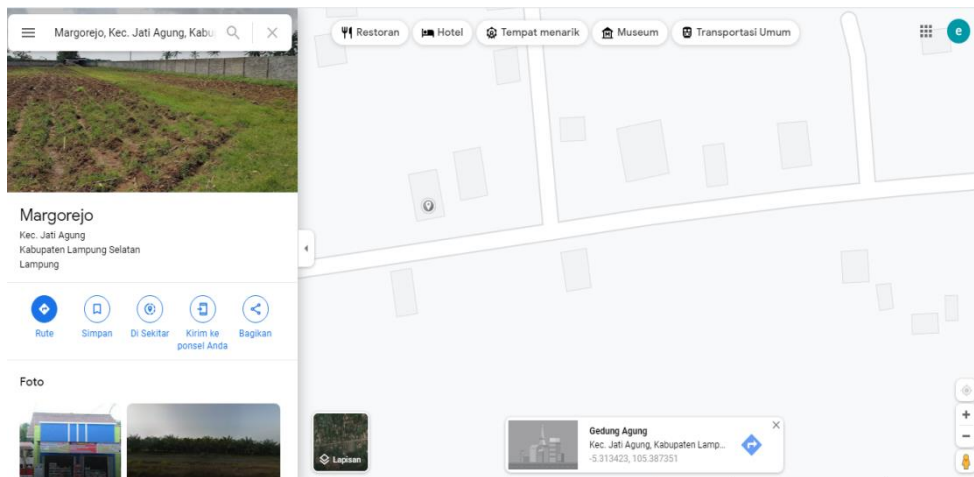
Ketidaknyamanan selama masa kehamilan trimester tiga diantaranya yaitu mengalami sesak nafas sebesar 60%, perut kembung sebesar 30%, konstipasi sebesar 40%, buang air kecil sebesar 50%, mengalami keputihan sebesar 15%, edema (bengkak) kaki 20% serta kram kaki 10%, sakit kepala 20%, serta ibu hamil banyak mengalami hemoroid sebesar 60%, dan sakit punggung sebesar 70% (Lestari, 2018). Ketidaknyamanan yang dirasakan pada ibu hamil di trimester tiga biasanya yaitu bengkak pada kaki yang mengakibatkan ibhaml tidak dapat melakkan aktivitas. Hal tersebut, dikarenakan bengkak kaki fisiologis disebabkan kondisi tubuh mengalami kelebihan cairan dan mengalami kenaikan tekanan pada pembuluh darah vena di kaki serta terjadi penekanan uterus yang dapat menghambat aliran darah balik vena. Bengkak pada kaki dapat menyebabkan ibu hamil merasa tidak nyaman, seperti berat dalam melakukan aktivitas, dan sering mengalami kram dimalam hari (Yanti, 2020).

Terapi benson pada penelitian Mutiara Dwi Yanti, (2020) dengan judul Pengaruh Penerapan Pijat Dan Rendam Kaki Dengan Air Hangat Campur Kencur Terhadap Edema Kaki Pada Ibu Hamil mengatakan bahwa adanya pengaruh terapi pijat kaki dan rendam kaki dengan air hangat campur kencur. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Tri Endah Widi Lestari (2018) dengan judul Penerapan Pijat Kaki Dan Rendam Air Hangat Campur Kencur Terhadap Edema Kaki Ibu Hamil Trimester III Di Wilayah Kerja Puskesmas I Wangon, Banyumas dengan hasil dapat mengurangi edema kaki pada ibu hamil trimester III, yang dilakukan pada 3 responden ibu hamil trimester III yang mengalami keluhan edema kaki fisiologis. Penerapan terapi ini dilakukan berulang selama 5 hari pada setiap responden. Berdasarkan penjelasan di atas, penulis tertarik untuk melakukan penulisan karya tulis

ilmiah dengan melakukan penerapan yang berjudul mengenai “pengaruh terapi pijat kaki dan melakukan rendam kaki menggunakan air yang hangat campur kencur untuk kaki bengkak pada ibu hamil trimester III di Desa Margorejo”.

2. MASALAH

Alasan penulis memilih tempat kegiatan di Desa Margorejo Kecamatan Jati Agung Kabupaten Lampung Selatan karena daerah yang terjangkau dari rumah untuk dilakukan pengkajian serta dengan adanya edema kaki pada ibu hamil trimester ke tiga dan untuk menuju ke fasilitas kesehatan seperti puskesmas jauh dengan jarak tempuh kurang lebih 10 menit. Serta pengetahuan ibu hamil tentang terapi pijat pada kaki dan melakukan rendam kedua kaki menggunakan air yang hangat dicampur dengan kencur untuk membantu melancarkan peredaran darah, menghilangkan stress, membantu keseimbangan dan membantu merelaksasi.



Gambar 1 Lokasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat

3. METODE

- a. Tujuan Persiapan
Tahapan penelitian yang akan dilakukan yaitu membuat pra planing, persiapan lembar observasi, alat pijat (*handbody lossen*, perlak, *tissue*) dan alat rendam kaki (baskom, tremos panas, kencur, handuk, air dan penjepit baju), kontrak waktu dengan subjek.
- b. Tahapan Pelaksanaan
Kegiatan ini dilaksanakan dengan mendatangi subjek yang telah kontrak waktu dengan peneliti, dan dilanjutkan dengan pemberian terapi messege pada kaki yang bengkak serta melakukan rendam kaki menggunakan air yang hangat dicampur kencur, tanya jawab, evaluasi tindakan dengan subjek serta kontrak waktu untuk pertemuan selanjutnya terkait pemberian terapi pijat pada kaki yang bengkak serta melakukan rendam kaki menggunakan air yang hangat dan dicampur kencur.

c. Evaluasi

i. Struktur

Subjek pertama dan kedua didatangi oleh peneliti kerumah masing-masing perlengkapan seperti lembar observasi, alat untuk pijat kaki dan rendam kaki yang sudah disiapkan dan akan digunakan dengan sesuai prosedur. Menggunakan bahasa komunikatif dalam penyampaian terapi pijat kedua kaki yang bengkak dan melakukan rendam kaki dengan air yang hangat campur kencur, subjek dapat memahami tindakan terapi pijat pada kaki serta melakukan rendam kaki dengan air yang hangat campur kencur oleh peneliti dan bisa menjawab pertanyaan yang akan diajukan oleh peneliti.

ii. Proses

Pelaksanaan kegiatan pada hari Rabu 30 Juni 2021 sampai hari minggu 04 Juli 2021 dengan memberikan terapi pijat pada kaki serta melakukan rendam kaki menggunakan air yang hangat campur kencur untuk pasien di kehamilan trimester ke tiga masing-masing subjek sama yaitu dengan waktu 40 menit.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 30 Juni 2021 di rumah subjek peneliti Desa Margorejo Kecamatan Jati Agung Kabupaten Lampung Selatan. Pelaksanaan kegiatan ditujukan pada 2 pasien yang memiliki keluhan edema kaki yang kurang pengetahuan tentang terapi pijat kedua kaki yang bengkak dan melakukan rendam kaki dengan air yang hangat campur kencur pada penderita kaki yang bengkak. Kegiatan ini menggunakan lembar observasi, alat untuk pijat kaki dan rendam kaki.

Metode yang digunakan adalah pemberian tindakan terapi pijat kedua kaki yang bengkak dan melakukan rendam kaki dengan air yang hangat campur kencur pada ibu hamil trimester III yang kakinya mengalami bengkak, tanya jawab atau evaluasi dengan mempraktikkan cara terapi pijat kedua kaki yang bengkak dan melakukan rendam kaki dengan air yang hangat campur kencur dirumah untuk melancarkan peredaran darah, menurunkan stress yang dialami ibu hamil, membantu keseimbangan dan membantu merelaksasi pada penderita edema kaki

Dari kegiatan ini didapatkan hasil yaitu rata-rata edema kaki *pre* penerapan terapi pijat kedua kaki yang bengkak dan melakukan rendam kaki dengan air yang hangat campur kencur pada Ny.S dan Ny.T sebagai penderita edema kaki adalah 23 cm dengan pitting edema 0.7 cm selama 7 detik. Kedua subjek termasuk dalam edema kaki fisiologis sesuai dengan teori yang di jelaskan oleh Mutiara Dwi Yanti (2020) ketidaknyaman yang dirasakan pada ibu hamil di trimester ke tiga biasanya ialah bengkak pada kedua kaki fisiologis (tidak disertai preeklampsia dan eklampsia).

Setelah dilakukan penerapan terapi pijat kedua kaki yang bengkak dan melakukan rendam kaki dengan air yang hangat campur kencur pada subjek (Ny.S) dan (Ny.T) penderita edema kaki sesudah diberikan terapi pijat kedua kaki yang bengkak dan melakukan rendam kaki dengan air yang hangat campur kencur menjadi 22 cm pada lingkaran kaki dengan pitting edema 0.2 cm selama 2 detik (Ny.A) dan 20 cm lingkaran kaki dengan pitting edema 0.2 cm selama 2 detik (Ny.S). Edema kaki penderita ibu hamil

trimester ke tiga cukup mengalami penurunan sehingga terlihat bahwa ada perbedaan bermakna yaitu lingkaran kaki pasien dan waktu kembalinya selama dilakukan pitting edema pada kaki ibu hamil trimester ke tiga yang bengkak sebelum dan sesudah diberikan terapi pijat kedua kaki yang bengkak dan melakukan rendam kaki dengan air yang hangat campur kencur pada subjek penerapan. Berikut gambar pelaksanaan kegiatan:



Gambar 2. Kegiatan PKM Pengkajian Pasien



Gambar 3. Kegiatan PKM Implementasi



Gambar 4. Kegiatan PKM Evaluasi

5. KESIMPULAN

Edema ialah penimbunan cairan secara umum dan berlebihan dalam jaringan tubuh dan biasanya dapat diketahui dari kenaikan berat badan serta pembengkakan kaki, jari tangan dan muka. Tujuan dari kegiatan ini ialah mengetahui karakteristik pasien, mengidentifikasi edema kaki ibu hamil trimester ke tiga sebelum dan sesudah dilakukan penerapan terapi pijat kedua kaki yang bengkak dan melakukan rendam kaki dengan air yang hangat campur kencur pada pasien yang mengalami kedua kaki yang bengkak di Desa Margorejo Jati Agung Lampung Selatan. Dari kegiatan ini didapatkan hasil yaitu rata-rata edema kaki ibu hamil trimester ke tiga *pre* implementasi terapi pijat kedua kaki yang bengkak dan melakukan rendam kaki dengan air yang hangat campur kencur pada Ny.S dan Ny.T sebagai penderita edema kaki adalah 23 cm lingkaran kaki pasien. Kedua subjek termasuk dalam edema kaki fisiologis sesuai dengan teori yang di jelaskan oleh Mutiara Dwi Yanti (2020) ketidaknyaman yang dirasakan pada ibu hamil di trimester ke tiga biasanya ialah bengkak pada kedua kaki fisiologis (tidak disertai preeklampsia dan eklampsia). Setelah dilakukan penerapan terapi pijat kedua kaki yang bengkak dan melakukan rendam kaki dengan air yang hangat campur kencur terhadap subjek (Ny.S) dan (Ny.T) yang menderita edema kaki sesudah diberikan terapi pijat kedua kaki yang bengkak dan melakukan rendam kaki dengan air yang hangat campur kencur menjadi 22 cm pada lingkaran kaki dengan pitting edema 0.2 cm selama 2 detik (Ny.S) dan 20 cm lingkaran kaki dengan pitting edema 0.2 cm selama 2 detik (Ny.T). Edema kaki penderita ibu hamil trimester ke tiga cukup mengalami penurunan sehingga terlihat bahwa ada perbedaan bermakna yaitu lingkaran kaki pasien dan waktu kembalinya selama dilakukan pitting edema pada edema kaki ibu hamil trimester ke tiga sebelum dan sesudah diberikan terapi pijat kedua kaki yang bengkak dan melakukan rendam kaki dengan air yang hangat campur kencur pada subjek penerapan.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini. (2018). *Pengaruh Relaksasi Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Ibu Hamil Beresiko Tinggi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sumur Batu Bandar Lampung Tahun 2018*
- Fathonah, Siti. (2016). *Gizi & Kesehatan Untuk Ibu Hamil*. Yogyakarta: Penerbit Erlangga
- Lestari, Tri Endah. (2018). *Penerapan Pijat Kaki Dan Rendam Air Hangat Campur Kencur Terhadap Edema Kaki Ibu Hamil Trimester III Di Wilayah Kerja Puskesmas I Wangon, Banyumas*
- Manuaba, Ida Bagus Gde. (1999). *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta: Penerbit Arcan
- Nurarif .A.H. dan Kusuma. H. (2015). *APLIKASI Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis & NANDA NIC-NOC*. Jogjakarta: MediAction.
- Nugrahenny, Esti. 2015. *Asuhan Kebidanan Patologi*. Yogyakarta : Pustaka Rihama
- Nurriszka, Rahma Hida. 2019. *Kesehatan Ibu Dan Anak Dalam Upaya Kesehatan Masyarakat*. Depok : Rajawali Pers
- Rukiyah, Ai Yeyeh & Yulianti, Lia. 2010. *Asuhan Kebidanan 4 (Patologi)*. Jakarta : Tim

- Walyani, Elisabeth Siwi. (2015). *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press
- Wardiyah, Aryanti, dkk. (2016). *Sistem Reproduksi*. Jakarta Selatan: Salemba Medika
- Yanti, Mutiara Dewi . (2020). pengaruh penerapan pijat dan rendam kaki dengan air hangat campuran kencur terhadap edema kaki pada ibu hamil
- Zaenatushofi. (2019). *Penerapan Pijat Kaki Dan Rendam Air Hangat Campuran Kencur Untuk Mengurangi Oedema Kaki Pada Ibu Hamil Trimester III PMB Supriyatin, Amd.Keb*