

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DENGAN
FOKUS INTERVENSI TERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT
KENCUR UNTUK MENURUNKAN DERAJAT EDEMA
DI RUMAH SEHAT BIDAN DELIMA**

Alvie Almahera^{1*}, Nung Ati Nurhayati², Darmayanti³

^{1,2,3}Program Studi DIII Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan RS Dustira

Email: ¹alviealmahera57@gmail.com, ²nungatinurhayati@gmail.com, ³darmayanti@gmail.com

ABSTRACT

Edema in the lower extremities is one of the most common physiological discomforts experienced by pregnant women in the third trimester. The World Health Organization reported in 2020 that there was an approximately 75% increase in the incidence of foot swelling during the second and third trimesters of pregnancy. This case study aims to implement nursing care, which includes assessment, data analysis, diagnosis determination, intervention planning, implementation, evaluation, and documentation. The focus of the intervention is a warm kencur (aromatic ginger) foot soak therapy as a natural herbal remedy to reduce the degree of edema and relieve acute pain in third-trimester pregnant women. The intervention was carried out for five consecutive days, with a duration of 10 minutes per day. Evaluation results showed a reduction in the degree of edema and pain scale. On the first day, the client experienced grade 3 edema, which decreased to grade 2 by the third day and reached grade 1 by the fifth day. This indicates that warm kencur foot soak therapy is effective in reducing the degree of edema in third-trimester pregnant women. The author recommends that third-trimester pregnant women experiencing foot edema regularly perform warm kencur foot soak therapy to help reduce swelling.

Keywords: *Foot Soak Therapy, Third-Trimester Pregnancy, Lower Extremity Edema, Nursing Care.*

ABSTRAK

Edema pada ekstremitas bawah merupakan salah satu ketidaknyamanan fisiologis yang paling sering dialami oleh ibu hamil trimester III. Word Health Organization menyampaikan informasi pada tahun 2020, bahwa ada peningkatan sekitar 75% dalam insiden pembengkakan kaki selama kehamilan trimester II dan III. Studi kasus ini bertujuan untuk menerapkan asuhan keperawatan yang terdiri dari pengkajian, analisis data, penentuan diagnosa, menyusun intervensi, melaksanakan implementasi, evaluasi dan dokumentasi, dengan fokus intervensi terapi rendam kaki air hangat kencur sebagai bahan herbal alami untuk mengurangi derajat edema pada ibu hamil trimester III dengan masalah nyeri akut. Intervensi dilakukan selama 5 hari berturut-turut, dengan durasi 10 menit per hari. Hasil evaluasi menunjukkan penurunan derajat edema dan penurunan skala nyeri. Hari pertama, klien mengalami edema derajat 3, menurun menjadi derajat 2 pada hari ketiga, dan mencapai derajat 1 pada hari kelima. Hal tersebut menunjukkan bahwa terapi rendam kaki air hangat kencur efektif digunakan untuk mengurangi derajat edema pada ibu hamil trimester III. Penulis merekomendasikan kepada ibu hamil trimester III yang mengalami edema kaki untuk melakukan terapi rendam kaki air hangat kencur secara rutin untuk mengurangi pembengkakan.

Kata Kunci: Asuhan Keperawatan, Edema Ekstremitas Bawah, Kehamilan Trimester III, Terapi Rendam Kaki.

PENDAHULUAN

Trimester III kehamilan merupakan fase akhir yang ditandai dengan pertumbuhan janin yang pesat dan berbagai perubahan fisiologis yang semakin nyata, pada tahap ini ibu hamil sering mengalami ketidaknyamanan fisik seperti nyeri punggung bawah akibat perubahan postur tubuh dan peningkatan beban pada tulang belakang, sesak napas karena diafragma tertekan oleh rahim yang membesar, serta gangguan tidur akibat sering buang air kecil dan posisi tidur yang terbatas. Selain itu, ibu juga bisa mengalami kontraksi palsu (*Braxton Hicks*), rasa lelah berlebihan, gangguan pencernaan seperti *heartburn*, serta peningkatan tekanan pada panggul yang menyebabkan nyeri atau sensasi berat. Salah satu keluhan yang cukup sering muncul pada trimester III adalah edema kaki, yang tidak hanya menyebabkan pembengkakan, tetapi juga rasa pegal, berat, dan nyeri, sehingga mengganggu aktivitas harian ibu hamil (Fitriani, dkk, 2022).

Edema pada tungkai bawah (kaki) terjadi karena seiring bertambahnya usia kehamilan, perut ibu hamil akan mengalami pembesaran. Pembesaran perut ini menyebabkan tekanan yang signifikan pada rahim, hal tersebut mengakibatkan terhambatnya aliran darah pembuluh balik (vena) sehingga terjadi penumpukan cairan pada jaringan kaki. Edema tungkai bawah (kaki) pada ibu hamil umumnya pada kategori derajat edema ringan sampai sedang. Jika kondisi ini tidak segera ditangani, maka dapat berdampak negatif terhadap kenyamanan dan kesehatan ibu, seperti menimbulkan rasa tidak nyaman, rasa berat pada area yang mengalami pembengkakan, hingga kesulitan berjalan. Bahkan, edema yang parah dapat meningkatkan risiko terjadinya trombosis vena dalam dan kram otot di malam hari, yang berpotensi mengganggu kualitas tidur serta aktivitas ibu hamil secara keseluruhan (Aprianti & Oktavia, 2024).

World Health Organization (WHO) menyampaikan informasi pada tahun 2020, bahwa ada peningkatan sekitar 75% dalam insiden pembengkakan kaki selama kehamilan yang biasanya terjadi pada trimester II dan III (Astuti & Marina, 2024). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menyatakan prevalensi edema kaki pada ibu hamil trimester III mencapai 80% (Kurniawati, 2024). Di provinsi Jawa Barat 82% ibu hamil mengalami kejadian edema kaki fisiologis pada trimester II dan III kehamilan (Astuti & Marina, 2024).

Tingginya prevalensi edema tersebut belum diimbangi dengan optimalisasi penanganan non-farmakologis. Penanganan edema tungkai bawah (kaki) dapat dilakukan dengan beberapa cara, yaitu menghindari penggunaan pakaian yang ketat, melakukan olahraga ringan seperti senam kehamilan, mengubah posisi tubuh secara berkala, tidak berdiri terlalu lama, meninggikan kaki saat tidur, pijat kaki dan terapi rendam kaki dengan air hangat (Nafra & Manggasa, 2023). Terapi rendam kaki menggunakan air hangat menjadi salah satu terapi non-farmakologis yang terjangkau dan mudah dilakukan oleh siapa saja, sehingga dapat diakses oleh banyak orang tanpa memerlukan biaya yang mahal dan juga dapat digunakan untuk mencegah efek samping yang mungkin timbul dari terapi farmakologis (Nafra & Manggasa, 2023).

Penanganan terapi rendam kaki menggunakan air hangat akan lebih efektif jika dipadukan dengan kencur. Kencur (*kaempferia galanga*) merupakan tanaman herbal yang telah lama dimanfaatkan dalam pengobatan tradisional karena memiliki beragam manfaat bagi kesehatan. Berbagai senyawa, termasuk minyak atsiri, saponin, flavonoid, dan polifenol, terkandung dalam kencur dan diketahui memiliki banyak manfaat, seperti memperbaiki sirkulasi darah, menghangatkan tubuh, dan meredakan ketegangan otot serta nyeri sendi. Kencur juga memiliki ragam kandungan minyak esensial, seperti carene, cineole, borneol dan pentadecane. Khasiat ini menjadikan kencur efektif digunakan sebagai bahan alami dalam terapi rendam kaki, terutama untuk mengurangi pembengkakan (Suharman, 2020).

Tujuan dari studi kasus ini adalah untuk mengetahui pengaruh penerapan terapi rendam kaki air hangat kencur terhadap penurunan derajat edema pada asuhan keperawatan ibu hamil trimester III.

METODE

Jenis metode kasus yang digunakan adalah metode deskriptif dengan pendekatan proses asuhan keperawatan. Asuhan keperawatan diberikan kepada 1 responden, terdiri dari pengkajian, diagnosa keperawatan, intervensi, implementasi dan evaluasi. Populasi pada penelitian ini dengan kriteria, yaitu ibu hamil trimester III yang bersedia menjadi subjek studi kasus dan Ibu hamil trimester III yang mengalami edema kaki fisiologis, tekanan darah normal dan tidak disertai dengan protein urine positif. Penulis melaksanakan studi kasus selama 5 hari berturut-turut kepada ibu hamil trimester III, dengan durasi 10 menit, media yang digunakan yaitu lembar observasi penurunan skala pitting edema, skala pitting edema, dan standar operasional prosedur terapi rendam kaki air hangat kencur.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Asuhan Keperawatan

Asuhan keperawatan dilakukan penulis kepada Ny. S yang berusia 34 tahun dengan status maternal G3P2A0, usia kehamilan 35-36 minggu, dilaksanakan selama 5 hari sejak tanggal 11 Mei 2025 sampai tanggal 15 Mei 2025 di Rumah Sehat Bidan Delima melalui proses pendekatan asuhan keperawatan, yaitu melakukan pengkajian, menentukan diagnosa keperawatan, melakukan perencanaan, melaksanakan implementasi, evaluasi dan dokumentasi keperawatan.

a. Pengkajian

Penulis melakukan pengkajian pada klien tanggal 11 Mei 2025 jam 10.50 WIB. Menurut Manurung & Suryani (2021) data yang dikaji dikelompokkan menjadi dua kategori, yaitu data subjektif dan data objektif. Data subjektif didapatkan melalui wawancara, sedangkan data objektif didapatkan melalui hasil observasi dan pemeriksaan fisik.

Data yang diperoleh melalui pengkajian subjektif, yaitu klien mengatakan nyeri, nyeri dirasakan bertambah saat bangun tidur langsung berdiri dan berkurang saat kaki diistirahatkan, nyeri dirasakan seperti ditarik, nyeri dirasakan dari pergelangan kaki menjalar ke betis, nyeri dirasakan saat bangun tidur selama kurang lebih 30 menit. Klien mengatakan kurang nyaman saat tidur karena tidak mendapatkan posisi tidur yang nyaman dan kakinya sering kram dan nyeri.

Data yang diperoleh melalui pengkajian objektif, yaitu klien tampak meringis saat berjalan, skala nyeri 6 (nyeri sedang) dari 0-10. Tekanan darah: 120/90 mmHg, nadi: 88x/menit, respirasi: 23x/menit, suhu: 36,8°C. Hasil pemeriksaan fisik didapatkan edema pada ekstremitas bawah klien, derajat edema 3, dengan kedalaman 5-7 mm, waktu kembali 17 detik (edema berat).

Setelah dilakukan pengkajian, penulis menganalisis data subjektif dan objektif yang diperoleh dari hasil pengkajian, ditemukan diagnosa keperawatan pada Ny. S adalah “nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis, ditandai dengan edema pada kaki, klien mengeluh nyeri, tampak meringis, dan sulit tidur”.

b. Intervensi keperawatan

Intervensi keperawatan merupakan perencanaan tindakan keperawatan yang disusun berdasarkan diagnosis keperawatan, dengan tujuan mengatasi masalah atau memenuhi kebutuhan pasien melalui perumusan tujuan, langkah-langkah tindakan, serta kriteria pencapaian hasil atau kemajuan kondisi pasien (Polopadang & Hidayah, 2019). Intervensi keperawatan yang diberikan kepada Ny. S diantaranya:

- 1) Manajemen nyeri diantaranya identifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, dan intensitas nyeri, identifikasi skala nyeri, identifikasi faktor yang memperingan dan memperberat nyeri.
 - 2) Perawatan kehamilan trimester ketiga diantaranya monitor tanda-tanda vital, ukur tinggi fundus, periksa gerakan janin, periksa denyut jantung janin.
 - 3) Perawatan sirkulasi, diantaranya periksa edema, identifikasi faktor risiko gangguan sirkulasi (mis. hipertensi), monitor bengkak pada ekstremitas, ajarkan teknik non-farmakologis terapi rendam kaki air hangat kencur.
 - 4) Dukungan tidur, diantaranya. identifikasi pola aktivitas dan tidur, identifikasi faktor pengganggu tidur, modifikasi lingkungan.
- c. Implementasi keperawatan
- Implementasi keperawatan adalah bagian dari proses asuhan yang dilakukan sebagai lanjutan dari intervensi, dengan tujuan mendukung pasien dalam mencapai hasil yang diharapkan (Polopadang & Hidayah, 2019). Implementasi dilakukan kepada klien selama 5 hari berturut-turut sejak tanggal 11 Mei 2025 sampai 15 Mei 2025:
- 1) Manajemen nyeri diantaranya mengidentifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, dan intensitas nyeri, mengidentifikasi skala nyeri, mengidentifikasi faktor yang memperingan dan memperberat nyeri, mengajarkan teknik tarik napas dalam untuk mengurangi nyeri.
 - 2) Perawatan kehamilan trimester ketiga diantaranya memonitor tanda-tanda vital, mengukur tinggi fundus, memeriksa gerakan janin, memeriksa denyut jantung janin.
 - 3) Perawatan sirkulasi, diantaranya memeriksa edema, mengidentifikasi faktor risiko gangguan sirkulasi (mis. hipertensi), memonitor bengkak pada ekstremitas, mengajarkan teknik non-farmakologis terapi rendam kaki air hangat kencur.
 - 4) Dukungan tidur, diantaranya. mengidentifikasi pola aktivitas dan tidur, mengidentifikasi faktor pengganggu tidur, memodifikasi lingkungan,
- d. Evaluasi keperawatan
- Evaluasi keperawatan adalah proses berkelanjutan untuk menilai efektivitas rencana keperawatan dan menentukan apakah rencana tersebut perlu dilanjutkan, diubah atau dihentikan (Polopadang & Hidayah, 2019). Evaluasi yang didapatkan setelah implementasi keperawatan selama 5 hari berturut-turut, yaitu:
- 1) Setelah diberikan asuhan keperawatan manajemen nyeri dan perawatan kehamilan selama lima hari berturut-turut, keluhan nyeri berkurang yang awalnya berada pada skala nyeri 6 menjadi skala nyeri 1
 - 2) Setelah diberikan tindakan keperawatan teknik non-farmakologis terapi rendam kaki air hangat kencur selama lima hari berturut-turut derajat edema secara bertahap menurun yang awalnya derajat 3 menjadi derajat , kram dan nyeri kakinya berkurang.
 - 3) Setelah diberikan tindakan keperawatan dukungan tidur selama lima hari berturut-turut, pola tidur klien meningkat secara bertahap, tidur klien menjadi lebih lebih nyenyak,.

2. Penerapan Terapi Rendam Kaki Air Hangat Kencur

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Lilis kurniawati & Winarni (2024), terapi rendam kaki air hangat kencur dilakukan selama 5 hari berturut-turut, terapi ini dilakukan satu kali sehari dengan durasi 10 menit. Terapi rendam kaki dapat meningkatkan sirkulasi darah dengan memperlebar pembuluh darah dan mengurangi pembengkakan.

Hari pertama, Minggu tanggal 11 Mei 2025 pukul 11.15 WIB, pelaksanaan terapi rendam kaki air hangat kencur dimulai dengan mempersiapkan alat dan bahan, diantaranya baskom/emper, termometer air, handuk, air panas, kencur 20 gram dan parut, selanjutnya memposisikan klien dengan kaki menggantung, mengisi baskom dengan 3 gayung air suhu 39-

43°C, memasukkan 20 gram kencur yang sudah diparut ke dalam ember/baskom, membersihkan kaki, rendam kaki 10 cm di atas mata kaki, biarkan selama 10 menit, tutup ember/baskom menggunakan handuk untuk mempertahankan suhu air, setelah 10 menit angkat kaki dan keringkan, rapikan alat. Pukul 11.53 WIB terapi rendam kaki air hangat kencur telah dilaksanakan, penulis melakukan perjanjian waktu untuk rendam kaki kedua.

Hari kedua, senin tanggal 12 Mei 2025 pukul 12.40 WIB, pelaksanaan terapi rendam kaki air hangat kencur dimulai dengan mempersiapkan alat dan bahan, diantaranya baskom/ember, termometer air, handuk, air panas, kencur 20 gram dan parut, selanjutnya memposisikan klien dengan kaki menggantung, mengisi baskom dengan 3 gayung air suhu 39-43°C, memasukkan 20 gram kencur yang sudah diparut ke dalam ember/baskom, membersihkan kaki, rendam kaki 10 cm di atas mata kaki, biarkan selama 10 menit, tutup ember/baskom menggunakan handuk untuk mempertahankan suhu air, setelah 10 menit angkat kaki dan keringkan, rapikan alat. Pukul 13.05 WIB terapi rendam kaki air hangat kencur telah dilaksanakan, penulis melakukan perjanjian waktu untuk rendam kaki ketiga.

Hari ketiga, selasa tanggal 13 Mei 2025 pukul 11.00 WIB, pelaksanaan terapi rendam kaki air hangat kencur dimulai dengan mempersiapkan alat dan bahan, diantaranya baskom/ember, termometer air, handuk, air panas, kencur 20 gram dan parut, selanjutnya memposisikan klien dengan kaki menggantung, mengisi baskom dengan 3 gayung air suhu 39-43°C, memasukkan 20 gram kencur yang sudah diparut ke dalam ember/baskom, membersihkan kaki, rendam kaki 10 cm di atas mata kaki, biarkan selama 10 menit, tutup ember/baskom menggunakan handuk untuk mempertahankan suhu air, setelah 10 menit angkat kaki dan keringkan, rapikan alat. Pukul 11.35 WIB terapi rendam kaki air hangat kencur telah dilaksanakan, penulis melakukan perjanjian waktu untuk rendam kaki keempat.

Hari keempat, rabu tanggal 14 Mei 2025 pukul 13.14 WIB, pelaksanaan terapi rendam kaki air hangat kencur dimulai dengan mempersiapkan alat dan bahan, diantaranya baskom/ember, termometer air, handuk, air panas, kencur 20 gram dan parut, selanjutnya memposisikan klien dengan kaki menggantung, mengisi baskom dengan 3 gayung air suhu 39-43°C, memasukkan 20 gram kencur yang sudah diparut ke dalam ember/baskom, membersihkan kaki, rendam kaki 10 cm di atas mata kaki, biarkan selama 10 menit, tutup ember/baskom menggunakan handuk untuk mempertahankan suhu air, setelah 10 menit angkat kaki dan keringkan, rapikan alat. Pukul 11.43 WIB terapi rendam kaki air hangat kencur telah dilaksanakan, penulis melakukan perjanjian waktu untuk rendam kaki kelima.

Hari kelima, Kamis tanggal 15 Mei 2025 pukul 11.45 WIB, pelaksanaan terapi rendam kaki air hangat kencur dimulai dengan mempersiapkan alat dan bahan, diantaranya baskom/ember, termometer air, handuk, air panas, kencur 20 gram dan parut, selanjutnya memposisikan klien dengan kaki menggantung, mengisi baskom dengan 3 gayung air suhu 39-43°C, memasukkan 20 gram kencur yang sudah diparut ke dalam ember/baskom, membersihkan kaki, rendam kaki 10 cm di atas mata kaki, biarkan selama 10 menit, tutup ember/baskom menggunakan handuk untuk mempertahankan suhu air, setelah 10 menit angkat kaki dan keringkan, rapikan alat. Pukul 12.11 WIB terapi rendam kaki air hangat kencur telah dilaksanakan. Penulis menghentikan terapi rendam kaki air hangat kencur, karena waktu pelaksanaan intervensi telah selesai.

3. Evaluasi Derajat Edema

Evaluasi yang dilakukan selama 5 hari berturut-turut dengan menggunakan skala pitting edema:

1. Hari kesatu pada tanggal 11 Mei 2025 jam 12.00 WIB, didapatkan hasil sebelum dan setelah dilakukan terapi rendam kaki air hangat kencur, klien mengalami edema kaki derajat 3.



Gambar 1. Hari Kesatu

2. Hari kedua pada tanggal 12 Mei 2025 jam 13.10 WIB, didapatkan hasil sebelum dan setelah terapi rendam kaki air hangat kencur derajat edema tetap pada derajat 3.
3. Hari ketiga pada tanggal 13 Mei 2025 jam 11.40 WIB, didapatkan hasil sebelum dan setelah dilakukan terapi rendam kaki air hangat kencur, derajat edema menurun menjadi derajat 2.
4. Hari keempat pada tanggal 14 Mei 2025 jam 13.50 WIB, didapatkan hasil derajat edema tetap pada derajat 2, baik sebelum maupun setelah terapi rendam kaki air hangat kencur.
5. Hari kelima tanggal 15 Mei 2025 jam 12.15 WIB didapatkan hasil derajat edema menurun menjadi derajat 1, baik sebelum maupun setelah terapi rendam kaki air hangat kencur dilakukan.



Gambar 2. Hari Kelima

SIMPULAN

Berdasarkan hasil studi kasus asuhan keperawatan yang telah dilakukan kepada Ny. S selama 5 hari berturut-turut dengan edema kaki melalui penerapan terapi rendam kaki air hangat kencur untuk menurunkan derajat edema di Rumah Sehat Bidan Delima, dapat diambil kesimpulan:

1. Asuhan Keperawatan

a. Pengkajian

- 1) Data subjektif: keluhan utama nyeri, klien mengatakan nyeri, nyeri dirasakan bertambah saat bangun tidur langsung berdiri dan berkurang saat kaki diistirahatkan, nyeri dirasakan seperti ditarik, nyeri dirasakan dari pergelangan kaki menjalar ke betis, nyeri dirasakan saat

bangun tidur selama kurang lebih 30 menit. Klien mengatakan kurang nyenyak saat tidur karena tidak mendapatkan posisi tidur yang nyaman dan kakinya sering kram dan nyeri.

- 2) Data objektif: klien tampak meringis saat berjalan, skala nyeri dari 0-10 adalah 6 (nyeri sedang). Klien tidur kurang lebih 6 jam saat malam hari, tekanan darah: 120/90 mmHg, nadi: 88x/menit, respirasi: 23x/menit, suhu: 36,8°C. Hasil pemeriksaan fisik didapatkan edema derajat 3, dengan kedalaman 5-7 mm dan waktu kembali 17 detik (edema berat) pada ekstremitas bawah klien.
- b. Diagnosa keperawatan pada Ny. S yaitu nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis, ditandai dengan adanya edema di kaki, klien mengeluh nyeri, tampak meringis, dan sulit tidur.
- c. Intervensi keperawatan
 - 1) Manajemen nyeri: identifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, dan intensitas nyeri, identifikasi skala nyeri, identifikasi faktor yang memperberat dan memperburuk nyeri, ajarkan teknik tarik napas dalam untuk mengurangi nyeri.
 - 2) Perawatan kehamilan trimester kedua dan ketiga: monitor tanda-tanda vital, ukur tinggi fundus, periksa gerakan janin, periksa denyut jantung janin,
 - 3) Perawatan sirkulasi: periksa edema, identifikasi faktor risiko gangguan sirkulasi (mis. hipertensi), monitor bengkak pada ekstremitas, ajarkan teknik non-farmakologis terapi rendam kaki air hangat kencur.
 - 4) Dukungan tidur: identifikasi pola aktivitas dan tidur, identifikasi faktor pengganggu tidur, modifikasi lingkungan.
- d. Implementasi keperawatan

Implementasi keperawatan dilakukan selama lima hari berturut-turut sejak tanggal 11 Mei 2025 sampai 15 Mei 2025, sesuai dengan intervensi yang sudah direncanakan, yaitu manajemen nyeri, perawatan kehamilan trimester kedua dan ketiga, perawatan sirkulasi, ajarkan teknik non-farmakologis terapi rendam kaki air hangat kencur dan dukungan tidur,
- e. Evaluasi

Setelah diberikan tindakan keperawatan manajemen nyeri, perawatan kehamilan trimester kedua dan ketiga, perawatan sirkulasi, teknik non-farmakologis terapi rendam kaki air hangat kencur dan dukungan tidur, yang dilakukan selama lima hari berturut-turut, edema menurun dari 3 menjadi 1, keluhan nyeri klien menurun dari skala 6 menjadi 1, pola tidur meningkat.

2. Penerapan Terapi Rendam Kaki Air Hangat Kencur

- a. Hari pertama, Minggu tanggal 11 Mei 2025 pukul 11.15 WIB, terapi rendam kaki air hangat kencur dilaksanakan selama 10 menit menggunakan air panas dengan suhu 39-43°C, kencur parut 20 gram dalam baskom, kaki klien ditutup menggunakan handuk untuk mempertahankan suhu air, setelah 10 menit angkat kaki dan keringkan
- b. Hari kedua, Senin tanggal 12 Mei 2025 pukul 12.40 WIB, pelaksanaan sama dengan hari pertama
- c. Hari ketiga, Selasa tanggal 13 Mei 2025 pukul 11.00 WIB, pelaksanaan sama dengan hari pertama dan hari kedua.
- d. Hari keempat, Rabu tanggal 14 Mei 2025 pukul 13.14 WIB, pelaksanaan sama dengan hari pertama, kedua dan ketiga.
- e. Hari kelima, Kamis tanggal 15 Mei 2025 pukul 11.45 WIB, pelaksanaan sama dengan hari pertama, kedua, ketiga dan keempat.

3. Evaluasi Derajat Edema

- a. Hari kesatu pada tanggal 11 Mei 2025 jam 12.00 WIB, mengalami edema kaki derajat 3.
- b. Hari kedua pada tanggal 12 Mei 2025 jam 13.10 WIB, derajat edema tetap pada derajat 3.

- c. Hari ketiga pada tanggal 13 Mei 2025 jam 11.40 WIB, derajat edema menurun menjadi derajat 2.
- d. Hari keempat pada tanggal 14 Mei 2025 jam 13.50 WIB, derajat edema tetap pada derajat 2, baik sebelum maupun setelah terapi rendam kaki air hangat kencur.
- e. Hari kelima tanggal 15 Mei 2025 jam 12.15 WIB derajat edema menurun menjadi derajat 1, baik sebelum maupun setelah terapi rendam kaki air hangat kencur dilakukan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprianti, R. & Sintia Hikma Oktavia. (2024). Comparison of the Effectiveness of Kencur Warm Water Soaking with Salt Warm Water Against Leg Edema of Third Trimester Pregnant Women in the Working Area of Rawang Health Center, Indonesia. *Eureka Herba Indonesia*, 5(1), 429–432.
- Astuti, Marina, W. (2024). *Efektifitas Pijat Kaki Dan Rendam Kaki Dengan Air Jahe Terhadap Edema Kaki Ibu Hamil Trimester III Di Desa Kertasari Kecamatan Rengasdengklok Kabupaten Karawang*. 9 (4).
- Kurniawati, L. (2024). Pengaruh Rendam Kaki Dengan Air Hangat Dan Kencur Terhadap Penurunan Edema Kaki Pada Ibu Hamil Trimester Iii. 3(1).
- Manurung & Suryani. (2021). *Buku Ajar Maternitas Asuhan keperawatan Antenatal*. Jakarta: Trans Info Media.
- Nafra, S., & Manggasa, D. D. (2023). Penerapan Rendam Air Kencur Hangat Pada Kaki Untuk Mengurangi Edema Fisiologis Pada Asuhan Keperawatan Ibu hamil Di Puskesmas Kayamanya: Application of Warm Kencur Water Soak on Feet to Reduce Physiological Edema in Nursing Care for Pregnant Women at Kayamanya Health Center. *Madago Nursing Journal*, 4(1), 47–60.
- Open Data Kota Bandung. (2023). *Kasih Ibu Sejak Dalam Kandungan Tahun 2023 | Open Data Kota Bandung*.
- Open Data Kota Cimahi. (2024). *Cakupan Jumlah Ibu Hamil Menurut Kecamatan Dan Puskesmas Di Kota Cimahi*.
- Suharman. (2020). *Tanaman Potensial Berkhasiat Obat Cengkeh Temulawak Jahe Kunyit Kencur Serai*. Yogyakarta: Penerbit Deepublish.
- Vonny Polopadang & Nur Hidayah. (2019). *Proses Keperawatan pendekatan Teori dan Praktik*. Sulawesi: Yayasan pemberdayaan Masyarakat Indonesia Cerdas.
- WHO. (2020). *Milestone*. <https://www.who.int/indonesia/news/events/hari-kesehatan-sedunia-2023/milestone>