

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI RENDAM KAKI AIR HANGAT REBUSAN KENCUR
UNTUK MENURUNKAN EDEMA FISILOGIS PADA NY.IM DAN
NY.IR DENGAN KEHAMILAN TRIMESTER III DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS DUKUPUNTANG
KABUPATEN CIREBON**



Oleh:

ASTRI MAULIDIA AZZAKHRA

NIM P20620223056

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
CIREBON 2026**

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI RENDAM KAKI AIR HANGAT REBUSAN KENCUR
UNTUK MENURUNKAN EDEMA FISIOLOGIS PADA NY.IM DAN
NY.IR DENGAN KEHAMILAN TRIMESTER III DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS DUKUPUNTANG
KABUPATEN CIREBON**

Diajukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat
untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan
pada Program Studi Keperawatan
Cirebon



Oleh :
ASTRI MAULIDIA AZZAKHRA
NIM P20620223056

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
CIREBON 2026**

PROGRAM DIPLOMA III KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN CIREBON
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES TASIKMALAYA
Karya Tulis Ilmiah, Juni 2026

**Implementasi Rendam Kaki Air Hangat Rebusan Kencur Untuk
Menurunkan Edema Fisiologis Pada Ny.IM Dan Ny.IR Dengan Kehamilan
Trimester III Di Wilayah Kerja Puskesmas Dukupuntang
Kabupaten Cirebon**

Astri Maulidia Azzakhra¹⁾, Bariah²⁾, Santi Wahyuni³⁾

ABSTRAK

Latar Belakang: Edema fisiologis merupakan salah satu ketidaknyamanan yang sering dialami ibu hamil trimester III akibat perubahan fisiologis selama kehamilan. World Health Organization menyebutkan sekitar 75% ibu hamil di dunia mengalami edema kaki, sedangkan prevalensi di Indonesia mencapai 80% dan di Jawa Barat sebesar 26,4%. Kondisi ini dapat menimbulkan rasa tidak nyaman, kaki terasa berat, kebas, gangguan aktivitas, dan kualitas tidur. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat dilakukan adalah terapi rendam kaki air hangat rebusan kencur. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan mengetahui implementasi rendam kaki air hangat rebusan kencur dalam menurunkan edema fisiologis pada ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas Dukupuntang Kabupaten Cirebon. **Metodologi:** Penelitian ini menggunakan desain kualitatif dengan pendekatan studi kasus pada dua ibu hamil trimester III yang mengalami edema fisiologis. Intervensi dilakukan selama 5 hari berturut-turut, satu kali sehari selama 15 menit menggunakan air hangat suhu 37–40°C dengan rebusan kencur 90 gram dalam 3 liter air. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan pengukuran derajat edema menggunakan *pitting edema*. **Hasil:** Terjadi penurunan derajat edema pada kedua klien. Klien juga menyatakan kaki terasa lebih ringan, nyaman, kebas dan pegal berkurang. Terdapat perbedaan respon penurunan edema antara kedua klien yang dipengaruhi aktivitas harian, kondisi fisik, dan pola istirahat. **Kesimpulan:** Terapi rendam kaki air hangat rebusan kencur efektif dan aman digunakan sebagai intervensi nonfarmakologis untuk membantu menurunkan edema fisiologis dan meningkatkan kenyamanan pada ibu hamil trimester III.

Kata Kunci: edema fisiologis, ibu hamil, trimester III, rendam kaki, kencur

¹⁾Mahasiswa Program Studi DIII Keperawatan Cirebon, Politeknik Kesehatan Tasikmalaya

²⁾³⁾Dosen Program Studi DIII Keperawatan Cirebon, Politeknik Kesehatan Tasikmalaya

DIPLOMA III NURSING PROGRAM
CIREBON NURSING STUDY PROGRAM
KEMENKES TASIKMALAYA HEALTH POLYTECHNIC
Scientific Writing, Juni 2026

The Implementation of Warm Water Foot Soaks with Boiled Kencur to Reduce Physiological Edema in Mrs. IM and Mrs. IR with Third Trimester of Pregnancy, in the Service Area of the Dukupuntang Community Health Center Cirebon Regency

Astri Maulidia Azzakhra¹⁾, Bariah²⁾, Santi Wahyuni³⁾

ABSTRACT

Background: Physiological edema is one of the discomforts frequently experienced by pregnant women in their third trimester due to physiological changes during pregnancy. The World Health Organization reports that approximately 75% of pregnant women worldwide experience leg edema, while the prevalence in Indonesia reaches 80% and in West Java it is 26.4%. This condition can cause discomfort, a sensation of heaviness in the legs, numbness, impaired daily activities, and poor sleep quality. One nonpharmacological intervention that can be performed is a warm foot soak using kencur decoction. **Objective:** This study aims to determine the effectiveness of warm foot soaks with kencur decoction in reducing physiological edema in third-trimester pregnant women in the service area of the Dukupuntang Community Health Center, Cirebon Regency. **Methodology:** This study employed a qualitative design with a case study approach involving two third-trimester pregnant women experiencing physiological edema. The intervention was conducted for 5 consecutive days, once a day for 15 minutes, using warm water at a temperature of 37–40°C with 90 grams of kencur decoction in 3 liters of water. Data collection was conducted through interviews, observations, physical examinations, and measurements of edema severity using the pitting edema test. **Results:** A reduction in edema severity was observed in both clients. The clients also reported that their legs felt lighter, more comfortable, and that soreness had decreased. There were differences in the response to edema reduction between the two clients, influenced by activity, physical condition, and rest patterns. **Conclusion:** A warm foot soak using kencur decoction is an effective and safe nonpharmacological intervention to help reduce physiological edema and improve comfort in third-trimester pregnant women..

Keywords: physiological edema, pregnant women, third trimester, foot soak, kencur

¹⁾Student, Associate Degree in Nursing Program, Cirebon, Tasikmalaya Health Polytechnic

²⁾³⁾Lecturer Associate Degree in Nursing Program, Cirebon, Tasikmalaya Health Polytechnic

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT serta Nabi besar kita Nabi Muhammad SAW atas berkat rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul: "Implementasi Rendam Kaki Air Hangat Rebusan Kencur Untuk Menurunkan Edema Fisiologis pada Ny.IM dan Ny.IR Dengan Kehamilan Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Dukupuntang Kabupaten Cirebon".

Karya Tulis Ilmiah ini diajukan dalam rangka memenuhi tugas akhir dan salah satu syarat dalam menyelesaikan Program Pendidikan DIII Keperawatan Program Studi Keperawatan Cirebon.

Karya Tulis Ilmiah ini tersusun atas kerja keras penulis yang dibantu oleh semua pihak yang telah memberikan kontribusi yang cukup besar dalam penyusunan laporan studi kasus ini. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Dr. Dini Mariani, S.Kep, Ners, M.Kep. selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Ridwan Kustiawan, S.Kep, Ns, M.Kep, Sp.Kep.J. selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Tasikmalaya.
3. Eyet Hidayat, S.Pd, S.Kep., Ns, M.Kep, Sp.Kep. J. selaku Ketua Program Studi DIII Keperawatan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
4. Hj. Badriah, SST, MPH selaku pembimbing 1 yang telah memberikan arahan, bimbingan, motivasi, semangat, serta kritik dan saran dalam penyusunan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini.

5. Santi Wahyuni S.Kp, M.Kep, Sp.Mat selaku pembimbing 2 yang telah memberikan dukungan, arahan, dan motivasi untuk selalu semangat dalam penyusunan Proposal Karya tulis Ilmiah ini.
6. Seluruh Dosen, Staf Tata Usaha dan Civitas Akademika Program Studi Keperawatan Cirebon.
7. Orang tua penulis, atas dukungan, perhatian, doa, usaha serta pengorbanan yang telah diberikan kepada penulis selama ini. Semua hal yang telah diberikan kepada penulis menjadi penyemangat dan tekad penulis dalam melaksanakan proses perkuliahan hingga dapat menyelesaikan Tugas Akhir Karya Tulis Ilmiah ini dengan baik.
8. Adik penulis, dukungan, doa, perhatian, serta canda tawa yang diberikan membantu penulis dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini dengan baik.
9. Sepupu-sepupu penulis “Girls Generation” terimakasih atas dukungan, doa, dan motivasinya kepada penulis. Terimakasih juga telah menjadi tempat penulis untuk berkeluh kesah dan memberikan pesan hangat yang menjadikan semangat untuk penulis dalam menyusun Tugas Akhir ini.
10. Teman-teman penulis “Bismillah Kuat” terimakasih telah menjadi teman penulis semasa perkuliahan ini, atas segala canda tawa, dukungan, serta pesan hangat yang selalu diberikan kepada penulis selama masa perkuliahan dan dalam penyusunan Tugas Akhir.
11. Teman-teman kelas “Bravepeeps” terimakasih atas waktu selama perkuliahan ini atas kebersamaan, canda dan tawa, serta motivasi dalam menjalani perkuliahan di kampus ini.

12. Teman-teman seangkatan “Amygdala” terimakasih atas perjalanan bersama dari awal masa perkuliahan hingga akhir perkuliahan.

13. Semua orang yang sudah mendukung dan menyemangati penulis sehingga karya tulis ilmiah ini dapat di selesaikan sebagaimana mestinya.

Penulis menyadari dalam penyusunan proposal Karya Tulis Ilmiah ini masih terdapat kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik serta saran yang dapat membangun untuk memperbaiki Karya Tulis Ilmiah ini. Penulis berharap studi kasus yang dilaksanakan ini dapat bermanfaat bagi penulis serta bagi pembaca.

Cirebon, 05 Maret 2026

Penyusun

Astri Maulidia Azzakhra

NIM P20620223056

DAFTAR ISI

	Halaman
KARYA TULIS ILMIAH	i
KARYA TULIS ILMIAH	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN ..Error! Bookmark not defined.	
SURAT PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	v
ABSTRAK	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR BAGAN.....	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan.....	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus.....	4
D. Manfaat	5
1. Manfaat Teoritis	5
2. Manfaat Praktis	5
E. Keaslian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Konsep Kehamilan	8
1. Definisi Kehamilan	8

2. Tanda dan Gejala Kehamilan	9
3. Perubahan Fisiologis pada Ibu Hamil	14
4. Perubahan Psikologis pada Ibu Hamil Trimester III	18
5. Ketidaknyamanan pada Kehamilan Trimester III	20
6. Komplikasi Kehamilan.....	23
B. Konsep Edema Fisiologis pada Kehamilan.....	25
1. Definisi Edema.....	25
2. Etiologi Edema.....	26
3. Manifestasi Klinis Edema	27
4. Patofisiologi Edema	28
5. Klasifikasi Edema	29
6. Pemeriksaan <i>Pitting edema</i>	30
7. Penatalaksanaan Non Farmakologis Edema	31
C. Konsep Terapi Rendam Kaki Air Hangat.....	32
1. Definisi rendam kaki air hangat	32
2. Kencur	33
3. Manfaat kencur.....	33
4. Prosedur dan teknik rendam kaki air hangat rebusan kencur.....	35
D. Kerangka Teori dan Kerangka Konsep	37
1. Kerangka Teori.....	37
2. Kerangka Konsep	38
BAB III METODE KARYA TULIS ILMIAH.....	39
A. Pendekatan KTI.....	39
B. Subjek KTI.....	39
C. Definisi Operasional.....	40

D. Metode dan Teknik Pengumpulan Data	40
E. Instrumen Pengumpulan Data	41
F. Lokasi dan Waktu.....	42
G. Prosedur Penyusunan KTI.....	42
H. Keabsahan Data.....	43
I. Analisis Data	45
J. Etika Penelitian	45
BAB IV HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN	47
A. Hasil Studi Kasus	47
1. Gambaran Kondisi Ibu Hamil Trimester III Dengan Edema Fisiologis Sebelum Dilaksanakan Tindakan Rendam Kaki Air Hangat Rebusan Kencur 47	
2. Pelaksanaan Tindakan Rendam Kaki Air Hangat Rebusan Kencur pada Ibu Hamil Trimester III dengan Edema Fisiologis.....	48
3. Respon Setelah Dilakukan Tindakan Rendam Kaki Air Hangat Rebusan Kencur	52
4. Analisis Kesenjangan Kedua Ibu Hamil Trimester III dengan Edema Fisiologis yang Telah Diberikan Rendam Kaki Air Hangat Rebusan Kencur 53	
B. Pembahasan.....	54
1. Gambaran Kondisi Ibu Hamil Trimester III dengan Edema Fisiologis Sebelum dilakukan Tindakan Rendam Kaki Air Hangat Rebusan Kencur...	54
2. Pelaksanaan Tindakan Rendam Kaki Air Hangat Rebusan Kencur pada Ibu Hamil Trimester III dengan Edema Fisiologis.....	55
3. Respon Setelah Dilakukan Tindakan Rendam Kaki Air Hangat Rebusan Kencur	56

4. Analisis Kesenjangan Kedua Ibu Hamil Trimester III dengan Edema Fisiologis yang Telah Diberikan Rendam Kaki Air Hangat Rebusan Kencur	57
C. Keterbatasan	58
D. Implikasi Keperawatan.....	59
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	61
A. Kesimpulan	61
B. Saran.....	62
DAFTAR PUSTAKA.....	63
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Derajat edema

Tabel 3. 1 Definisi Operasional

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Pemeriksaan *Pitting edema*

DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Kerangka Teori

bagan 2. 2 Kerangka Konsep

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Penjelasan Sebelum Pelaksanaan KTI/TA

Lampiran 2 Informed Consent

Lampiran 3 Standar Prosedur Operasional

Lampiran 4 Jadwal kegiatan

Lampiran 5 Lembar Observasi Tanda-Tanda Vital

Lampiran 6 Lembar Observasi Pitting Edema

Lampiran 7 Dokumentasi Klien

Lampiran 8 Lembar Konsultasi