

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**ASUHAN KEPERAWATAN GANGGUAN RASA NYAMAN
DENGAN KOMBINASI TERAPI PIJAT KAKI DAN RENDAM
AIR HANGAT JAHE PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DI PRAKTIK MANDIRI BIDAN**



**Kemenkes
Poltekkes Denpasar**

Oleh:

NI KADEK RANI FEBIANA

NIM. P07120325034

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
DENPASAR
2026**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**ASUHAN KEPERAWATAN GANGGUAN RASA NYAMAN
DENGAN KOMBINASI TERAPI PIJAT KAKI DAN RENDAM
AIR HANGAT JAHE PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DI PRAKTIK MANDIRI BIDAN**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Profesi Ners
Jurusan Keperawatan**

Oleh:

NI KADEK RANI FEBIANA

NIM. P07120325034

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
DENPASAR
2026**

LEMBAR PERSETUJUAN

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**ASUHAN KEPERAWATAN GANGGUAN RASA NYAMAN
DENGAN KOMBINASI TERAPI PIJAT KAKI DAN RENDAM
AIR HANGAT JAHE PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DI PRAKTIK MANDIRI BIDAN**

Diajukan Oleh:

NI KADEK RANI FEBIANA
NIM. P07120325034

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama :



Nengah Runiari, S.Kp., S.Pd., M.Kep., Sp.Mat.
NIP. 197202191994012001

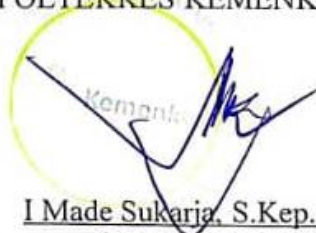
Pembimbing Pendamping :



Ni Ketut Suardani, S.Kep., Ns., M.Kes.
NIP. 197602262001122003

MENGETAHUI

**KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**



Kemari

I Made Sukarja, S.Kep., Ners., M.Kep
NIP.196812311992031020

LEMBAR PENGESAHAN
KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**ASUHAN KEPERAWATAN GANGGUAN RASA NYAMAN
DENGAN KOMBINASI TERAPI PIJAT KAKI DAN RENDAM
AIR HANGAT JAHE PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DI PRAKTIK MANDIRI BIDAN**

Diajukan Oleh:

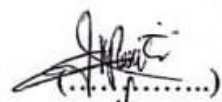
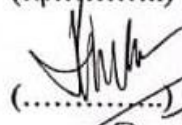

NI KADEK RANI FEBIANA

NIM. P07120325034

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : SELASA
TANGGAL : 19 MEI 2026

TIM PENGUJI:

- | | | |
|---|-------------------|---|
| 1. <u>Dra. I D.A. Ketut Surinati, S.Kep., Ns., M.Kes.</u>
NIP.196412311985032010 | (Ketua Penguji) |  |
| 2. <u>Ni Nyoman Hartati, S.Kep., Ns., M.Biomed</u>
NIP.196211081982122001 | (Anggota Penguji) |  |
| 3. <u>Suratiah, S.Kep., Ners., M.Biomed</u>
NIP.197112281994022001 | (Anggota Penguji) |  |

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



I Made Sukarja, S.Kep., Ners., M.Kep
NIP. 196812311992031020

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, Ida Sang Hyang Widhi Wasa atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) yang berjudul **“Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman dengan Kombinasi Terapi Pijat Kaki dan Rendam Air Hangat Jahe pada Ibu Hamil Trimester III di Praktik Mandiri Bidan”** dengan tepat waktu dan sesuai dengan yang diharapkan.

Penulis menyadari bahwa Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini tidak akan terselesaikan tanpa bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, melalui kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Erika Yulita Ichwan, SST., M.Keb selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memfasilitasi dan memberikan kesempatan sehingga KIAN ini selesai tepat waktu.
2. I Made Sukarja, S.Kep.,Ners.,M.Kep selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar, yang telah memberikan kesempatan serta motivasi dalam menyelesaikan KIAN ini.
3. Nengah Runiari, S.Kp., S.Pd., M.Kep., Sp.Mat selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan dan Profesi Ners sekaligus selaku Dosen Pembimbing Utama yang telah memberikan motivasi, waktu, arahan, serta tenaga untuk membimbing hingga KIAN ini bisa diselesaikan dengan baik.
4. Ni Luh Ketut Suardani, S.Kep., Ns., M.Kes selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan motivasi, waktu, masukan, serta tenaga untuk membimbing hingga KIAN ini terselesaikan sesuai dengan harapan.

5. I Wayan Candra, S.Pd., S.Kep., Ns., M.Si selaku dosen pembimbing akademik yang memberikan arahan dan dukungan selama menempuh pendidikan dan mengerjakan KIAN ini.
6. Bidan Kumudasih, A.Md.Keb yang telah memberikan izin dan memfasilitasi pemberian data yang diperlukan oleh penulis.
7. I Made Suarmayana dan Ni Ketut Suarti, selaku orang tua penulis yang telah memberikan kepercayaan kepada penulis untuk melanjutkan pendidikan profesi serta tidak henti-hentinya memberikan kasih sayang, doa, semangat, motivasi dan dukungan moral maupun material sehingga penulis mampu menyelesaikan KIAN ini dengan baik.
8. Ni Putu Dian Erawati dan Ni Komang Ayuni Puspita, selaku kakak dan adik penulis yang menemani dan senantiasa memberikan dukungan, semangat, doa dalam proses penyusunan KIAN ini.
9. Seluruh keluarga besar yang selalu memberikan dukungan penuh selama menempuh pendidikan, baik dalam bentuk semangat, motivasi dan doa.
10. Teman-teman seperjuangan profesi ners angkatan 2025 Poltekkes Kemenkes Denpasar dan khususnya para sahabat yaitu Chandradewi, Ayu Henny, Linda Swastini, Putri Rukmini, Valtina, Bella Abelia, Desi Pratiwi, Angelina yang telah menemani dan menjadi tempat penulis bertukar cerita, senantiasa memberikan dukungan, semangat, saran, motivasi dan selalu meyakinkan penulis mampu menyelesaikan KIAN ini dengan baik.
11. Seluruh pihak yang bersedia membantu demi kelancaran penyelesaian KIAN ini yang tidak mampu penulis sebutkan satu persatu.

12. Terakhir, kepada Ni Kadek Rani Febiana selaku penulis dalam karya tulis ini yang telah mau berusaha dan tidak lelah mencoba. Terimakasih karena memutuskan tidak menyerah walaupun terkadang terdapat kesulitan dalam proses penyusunan KIAN ini hingga mampu menyelesaikannya sebaik dan semaksimal mungkin. Terimakasih selalu berusaha meyakinkan diri sendiri untuk bisa menyelesaikan apa yang telah dimulai. Mari terus bekerja sama dan semangat untuk mewujudkan impian.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini, masih terdapat banyak kekurangan dan keterbatasan, untuk itu penulis menerima kritik dan saran demi perbaikan selanjutnya.

Denpasar, 07 Mei 2026

Penulis

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Kadek Rani Febiana
NIM : P07120325034
Program Studi : Profesi Ners
Jurusan : Keperawatan
Tahun Akademik : 2025-2026
Alamat : Link. Uma Kapal, Mengwi, Badung

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners dengan judul Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman dengan Kombinasi Terapi Pijat Kaki dan Rendam Air Hangat Jahe pada Ibu Hamil Trimester III di Praktik Mandiri Bidan adalah **benar karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners ini **bukan** karya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 07 Mei 2026

Yang membuat pernyataan



Ni Kadek Rani Febiana

NIM. P07120325034

ASUHAN KEPERAWATAN GANGGUAN RASA NYAMAN DENGAN KOMBINASI TERAPI PIJAT KAKI DAN RENDAM AIR HANGAT JAHE PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI PRAKTIK MANDIRI BIDAN

Ni Kadek Rani Febiana

Program Studi Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Denpasar

Email : ranifebiana02@gmail.com

ABSTRAK

Kehamilan merupakan proses fisiologis yang menimbulkan perubahan fisik dan hormonal pada ibu, terutama pada trimester ketiga. Perubahan seperti peningkatan tekanan pembuluh darah, retensi cairan dan perubahan postur dapat menyebabkan ketidaknyamanan, salah satunya edema. Tujuan penulisan ini untuk mengetahui asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman dengan kombinasi terapi pijat kaki dan rendam air hangat jahe pada ibu hamil trimester III di praktik mandiri bidan. Penulisan ini menggunakan metode deskriptif dengan dua kasus kelolaan utama ibu hamil trimester III. Teknik pengumpulan data dengan wawancara dan pemeriksaan fisik. Hasil pengkajian didapatkan ibu mengeluh tidak nyaman akibat bengkak pada kaki, tidak mampu rileks, mengeluh sulit tidur, sering kencing dan tampak sedikit gelisah. Diagnosis keperawatan yang ditegakkan adalah gangguan rasa nyaman berhubungan dengan gangguan adaptasi kehamilan. Rencana keperawatan yang dirumuskan yaitu terapi relaksasi dan perawatan kehamilan trimester ketiga ditambah dengan inovasi kombinasi terapi pijat kaki dan rendam air hangat jahe. Implementasi pada kedua pasien dilakukan selama 3x45 menit sesuai pedoman SDKI, SLKI, dan SIKI. Evaluasi menunjukkan status kenyamanan meningkat dan masalah gangguan rasa nyaman teratasi. Kesimpulan penulisan ini, kombinasi terapi pijat kaki dan rendam air hangat jahe dapat menjadi intervensi nonfarmakologis yang aman dan efektif untuk meningkatkan kenyamanan ibu hamil trimester III.

Kata Kunci : gangguan rasa nyaman; ibu hamil trimester III; pijat kaki dan rendam air jahe

***NURSING CARE FOR COMFORT DISORDERS WITH
A COMBINATION OF FOOT MASSAGE THERAPY AND
WARM GINGER WATER SOAKS FOR THIRD
TRIMESTER PREGNANT WOMEN IN
INDEPENDENT MIDWIFE PRACTICE***

Ni Kadek Rani Febiana

Program Studi Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Denpasar

Email : ranifebiana02@gmail.com

ABSTRACT

Pregnancy is a physiological process that causes physical and hormonal changes in the mother, especially in the third trimester. Changes such as increased blood vessel pressure, fluid retention, and postural changes can cause discomfort, one of which is edema. The purpose of this paper is to determine nursing care for comfort disorders with a combination of foot massage therapy and warm ginger water soaks in third trimester pregnant women in an independent midwife practice. This paper uses a descriptive method with two main cases managed by third trimester pregnant women. Data collection techniques include interviews and physical examinations. The assessment results showed that the mother complained of discomfort due to swelling in the feet, was unable to relax, complained of difficulty sleeping, urinated frequently, and appeared slightly restless. The established nursing diagnosis was comfort disorders related to pregnancy adaptation disorders. The formulated nursing plan included relaxation therapy and third trimester pregnancy care coupled with an innovative combination of foot massage therapy and warm ginger water soaks. Implementation in both patients was carried out for 3x45 minutes according to the SDKI, SLKI, and SIKI guidelines. The evaluation showed that comfort status improved and the problem of discomfort disorders was resolved. In conclusion, the combination of foot massage therapy and warm ginger water soaks can be a safe and effective non-pharmacological intervention to improve the comfort of pregnant women in the third trimester.

Keywords: comfort disorders; third trimester pregnant women; foot massage and ginger water soak

RINGKASAN PENELITIAN

ASUHAN KEPERAWATAN GANGGUAN RASA NYAMAN DENGAN KOMBINASI TERAPI PIJAT KAKI DAN RENDAM AIR HANGAT JAHE PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI PRAKTIK MANDIRI BIDAN

Oleh: Ni Kadek Rani Febiana

Kehamilan merupakan proses fisiologis yang menimbulkan perubahan fisik dan hormonal, terutama pada trimester ketiga. Peningkatan tekanan pembuluh darah, retensi cairan, serta perubahan postur tubuh dapat menyebabkan ketidaknyamanan, salah satunya edema pada kaki. Kondisi ini dapat disertai rasa berat, tegang, pegal, dan nyeri ringan sehingga mengganggu aktivitas, kualitas istirahat, dan kenyamanan ibu hamil. Ketidaknyamanan yang berlangsung terus-menerus dan tidak ditangani dengan tepat dapat berdampak pada kondisi fisik dan psikologis, seperti mudah lelah, sulit rileks, perasaan gelisah, serta menurunkan kemampuan ibu hamil dalam memenuhi kebutuhan diri secara optimal. Kondisi tersebut memerlukan asuhan keperawatan secara komprehensif melalui tahapan pengkajian hingga evaluasi.

Upaya penatalaksanaan dapat dilakukan secara farmakologis maupun nonfarmakologis. Intervensi nonfarmakologis seperti terapi relaksasi dinilai lebih aman dan efektif untuk ibu hamil. Pijat kaki (*foot massage*) dan hidroterapi melalui rendam kaki air hangat jahe terbukti dapat membantu mengurangi edema dan meningkatkan kenyamanan. Karya ilmiah ini bertujuan untuk memberikan asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman dengan kombinasi terapi pijat kaki dan rendam air hangat jahe pada ibu hamil trimester III di praktik mandiri bidan. Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan pada dua ibu hamil trimester III yang mengalami gangguan rasa nyaman akibat edema.

Hasil pengkajian menunjukkan kedua pasien ibu hamil, Ny. PR dan Ny. KA mengalami keluhan tidak nyaman akibat bengkak pada kaki, tidak mampu rileks, mengeluh sulit tidur, sering kencing dan tampak sedikit gelisah (ibu tampak sering mengubah posisi kaki saat duduk). Diagnosis keperawatan yang ditegakkan

adalah gangguan rasa nyaman berhubungan dengan gangguan adaptasi kehamilan. Perencanaan dan implementasi dilakukan melalui terapi relaksasi dan perawatan kehamilan trimester ketiga ditambah dengan inovasi kombinasi terapi pijat kaki dan rendam air hangat jahe. Pelaksanaan asuhan menunjukkan status kenyamanan meningkat pada kedua pasien ditandai dengan penurunan keluhan ketidaknyamanan, peningkatan rasa rileks, penurunan keluhan sulit tidur dan gelisah. Evaluasi akhir menunjukkan masalah gangguan rasa nyaman teratasi. Analisis juga menegaskan kombinasi terapi pijat kaki dan rendam air hangat jahe dapat menjadi intervensi nonfarmakologis yang aman dan efektif untuk meningkatkan kenyamanan ibu hamil trimester III dan mendukung asuhan keperawatan maternitas secara optimal.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMBUNG	
HALAMAN JUDUL.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	viii
ABSTRAK	ix
<i>ABSTRACT</i>	x
RINGKASAN PENELITIAN	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penulisan.....	6
1. Tujuan umum	6
2. Tujuan khusus.....	6
D. Manfaat Penulisan.....	7
1. Manfaat teoritis.....	7
2. Manfaat praktis.....	7
E. Metode Penyusunan Karya Ilmiah.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Konsep Kehamilan Trimester III	9
1. Definisi	9
2. Perubahan fisiologis kehamilan trimester III	9
3. Perubahan psikologis kehamilan trimester III.....	11
4. Tanda bahaya ibu hamil trimester III	12
B. Konsep Edema Fisiologis pada Kehamilan Trimester III.....	13
1. Definisi	13

2.	Faktor penyebab	13
3.	Patofisiologi edema fisiologis kehamilan trimester III	14
4.	Manifestasi klinis edema fisiologis	15
5.	Klasifikasi edema	16
6.	Penatalaksanaan edema	17
C.	Ketidaknyamanan pada Kehamilan Trimester III	18
1.	Definisi	18
2.	Penyebab ketidaknyamanan pada ibu hamil trimester III	18
3.	Jenis-jenis ketidaknyamanan pada ibu hamil trimester III	19
D.	Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman dengan Edema Fisiologis pada Ibu Hamil Trimester III	21
1.	Pengkajian keperawatan	21
2.	Diagnosis keperawatan	27
3.	Perencanaan keperawatan	29
4.	Implementasi keperawatan	33
5.	Evaluasi keperawatan	34
E.	Konsep Terapi Pijat Kaki	35
1.	Definisi	35
2.	Manfaat terapi pijat kaki	36
3.	Indikasi terapi pijat kaki	36
4.	Kontraindikasi terapi pijat kaki	37
5.	Langkah-langkah terapi pijat kaki	37
F.	Konsep Terapi Rendam Air Hangat Jahe	40
1.	Definisi terapi rendam air hangat jahe	40
2.	Manfaat terapi rendam air hangat jahe	40
3.	Langkah-langkah terapi rendam air hangat jahe	41
G.	Penatalaksanaan Kombinasi Pijat Kaki dan Rendam Air Hangat Jahe	42
BAB III LAPORAN KASUS KELOLAAN UTAMA		
A.	Pengkajian Keperawatan	43
B.	Diagnosis Keperawatan	50
1.	Analisis data	50
2.	Rumusan diagnosis keperawatan	51

C. Perencanaan Keperawatan	52
D. Implementasi Keperawatan.....	58
E. Evaluasi Keperawatan.....	76
BAB IV PEMBAHASAN	
A. Analisis Asuhan Keperawatan Ibu Hamil Trimester III dengan Gangguan Rasa Nyaman	78
1. Analisis pengkajian keperawatan	78
2. Analisis diagnosis keperawatan.....	80
3. Analisis rencana keperawatan	82
4. Analisis implementasi keperawatan	84
5. Analisis evaluasi keperawatan.....	86
B. Analisis Hasil Tindakan Kombinasi Terapi Pijat Kaki dan Rendam Air Hangat Jahe terhadap Gangguan Rasa Nyaman pada Ibu Hamil Trimester III.....	88
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan	91
B. Saran	93
1. Bagi tenaga kesehatan	93
2. Bagi penulis selanjutnya.....	93
DAFTAR PUSTAKA	94
LAMPIRAN.....	100

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Rencana Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman pada Ibu Hamil Trimester III di Praktik Mandiri Bidan.....	29
Tabel 2	Pengkajian pada Ny.PR dan Ny.KA dalam Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman dengan Kombinasi Terapi Pijat Kaki dan Rendam Air Jahe pada Ibu Hamil Trimester III di Praktik Mandiri Bidan.....	43
Tabel 3	Analisis Data Ny.PR dan Ny.KA dalam Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman dengan Kombinasi Terapi Pijat Kaki dan Rendam Air Jahe pada Ibu Hamil Trimester III di Praktik Mandiri Bidan.....	50
Tabel 4	Rencana Keperawatan Ny.PR dan Ny.A dalam Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman dengan Kombinasi Terapi Pijat Kaki dan Rendam Air Jahe pada Ibu Hamil Trimester III di Praktik Mandiri Bidan.....	53
Tabel 5	Implementasi Keperawatan pada Ny.PR dalam Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman dengan Kombinasi Terapi Pijat Kaki dan Rendam Air Jahe pada Ibu Hamil Trimester III di Praktik Mandiri Bidan.....	58
Tabel 6	Implementasi Keperawatan pada Ny.KA dalam Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman dengan Kombinasi Terapi Pijat Kaki dan Rendam Air Jahe pada Ibu Hamil Trimester III di Praktik Mandiri Bidan.....	67
Tabel 7	Evaluasi Keperawatan pada Ny. PR dan Ny.KA dalam Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman dengan Kombinasi Terapi Pijat Kaki dan Rendam Air Jahe pada Ibu Hamil Trimester III di Praktik Mandiri Bidan	76

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Langkah 1 pijat kaki ibu hamil trimester III dengan edema	38
Gambar 2 Langkah 2 pijat kaki ibu hamil trimester III dengan edema	39
Gambar 3 Langkah 3 pijat kaki ibu hamil trimester III dengan edema	39
Gambar 4 Langkah 4 pijat kaki ibu hamil trimester III dengan edema	39
Gambar 5 Jenis dan ukuran jahe untuk rendam air hangat	41

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan.....	100
Lampiran 2 Realisasi Anggaran Biaya Kegiatan	101
Lampiran 3 <i>Informed Consent</i>	102
Lampiran 4 SOP Kombinasi Terapi Pijat Kaki dan Rendam Air Hangat Jahe...	104
Lampiran 5 Surat Izin Penelitian KIAN.....	106
Lampiran 6 Dokumentasi Asuhan KIAN.....	107
Lampiran 7 Validasi Bimbingan SIAK.....	108
Lampiran 8 Bukti Penyelesaian Administrasi.....	109
Lampiran 9 Turnitin	110
Lampiran 10 Surat Pernyataan Persetujuan Publikasi Repository.....	112