BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Setelah dilakukan asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan masalah edema tungkai di PMB "NE" Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2026, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Hasil pengkajian menunjukkan ibu mengalami edema fisiologis derajat II pada kedua tungkai disertai keluhan kaki terasa berat saat berjalan dan nyeri punggung. Pemeriksaan menunjukkan tekanan darah normal, kondisi ibu dan janin baik, serta tidak ditemukan tanda preeklampsia maupun komplikasi kehamilan lainnya.
2. Interpretasi data menghasilkan diagnosis kebidanan yaitu Ny. S usia 30 tahun G2P1A0 usia kehamilan 36 minggu dengan edema fisiologis tungkai dan nyeri punggung trimester III.
3. Tidak ditemukan diagnosis potensial maupun kebutuhan tindakan segera karena kondisi ibu dan janin dalam keadaan stabil.
4. Asuhan kebidanan diberikan melalui edukasi mengenai perubahan fisiologis kehamilan, pemenuhan nutrisi dan cairan, pembatasan konsumsi garam berlebih, istirahat dengan posisi miring kiri, elevasi kaki, perbaikan body mechanic, serta terapi nonfarmakologis berupa rendam kaki air hangat dan pijat kaki.

5. Implementasi asuhan dilakukan sesuai rencana dan ibu mampu mengikuti seluruh anjuran yang diberikan dengan baik sehingga intervensi dapat berjalan optimal.
6. Evaluasi menunjukkan adanya penurunan edema secara bertahap hingga menghilang pada hari kelima. Nyeri punggung juga berkurang dan ibu merasa lebih nyaman dalam melakukan aktivitas sehari-hari.
7. Penerapan terapi kombinasi rendam kaki air hangat dan pijat kaki terbukti efektif membantu mengurangi edema fisiologis dan meningkatkan kenyamanan ibu hamil trimester III sebagai bagian dari asuhan kebidanan komprehensif.

B. Saran

1. Bagi Tenaga Kesehatan

Diharapkan tenaga kesehatan khususnya bidan dapat memberikan pelayanan antenatal yang komprehensif, melakukan deteksi dini terhadap edema patologis dan tanda bahaya kehamilan, serta mengoptimalkan pemberian edukasi dan terapi nonfarmakologis yang aman, efektif, dan mudah diterapkan oleh ibu hamil dalam mengatasi edema fisiologis dan nyeri punggung.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil Laporan Tugas Akhir ini dapat menjadi bahan referensi dan sumber pembelajaran bagi mahasiswa kebidanan dalam memahami

penatalaksanaan edema fisiologis dan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III berdasarkan pendekatan evidence based practice

3. Bagi Masyarakat/Ibu Hamil

Diharapkan ibu hamil dapat meningkatkan pengetahuan mengenai perubahan fisiologis selama kehamilan, khususnya edema dan nyeri punggung, serta menerapkan pola hidup sehat dengan menjaga asupan nutrisi, memenuhi kebutuhan cairan, membatasi konsumsi garam berlebih, menghindari berdiri atau duduk terlalu lama, dan melakukan perawatan mandiri seperti elevasi kaki, tidur miring ke kiri, rendam kaki air hangat, serta pijat kaki untuk mengurangi ketidaknyamanan selama kehamilan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat melakukan penelitian lebih lanjut mengenai efektivitas berbagai terapi nonfarmakologis lainnya, seperti senam hamil, yoga prenatal, kompres hangat, atau terapi relaksasi dalam mengurangi edema dan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III sehingga dapat memperkaya evidence based practice dalam pelayanan kebidanan.