

PREEKLAMPSIA DAN PERAWATANNYA

Untuk Ibu Hamil, Keluarga, Kader
maupun Khalayak Umum



Ns. Dini Kurniawati, M.Psi., M.Kep., Sp.Kep.Mat
Ns. Eka Afdi Septiyono, M.Kep
Ns. Ratna Sari H, M.Kep

Preeklampsia dan Perawatannya

**Untuk Ibu Hamil, Keluarga, Kader maupun
Khalayak Umum**

Oleh :

Ns.Dini Kurniawati, M.Psi., M.Kep., Sp.Kep.Mat

Ns. Eka Afdi Septiyono, M.Kep

Ns. Ratna Sari H, M.Kep

Editor :

Jauhari, S.Psi., S.Kep., Ns.,M.Kep

Ilustrasi Gambar : **UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**

Ns. Velina Silviyani, S.Kep

**KHACHIMAD SIDDIQ
JEMBER**

Preeklampsia dan Perawatannya Untuk Ibu Hamil, Keluarga, Kader maupun Khalayak Umum

ISBN 9786239310165

Penulis:

Ns.Dini Kurniawati, M.Psi., M.Kep., Sp.Kep.Mat

Ns. Eka Afdi Septiyono, M.Kep

Ns. Ratna Sari H, M.Kep

Editor :

Jauhari, S.Psi., S.Kep., Ns., M.Kep

Ilustrasi Gambar :

Ns. Velina Silviani, S.Kep

Desain Sampul dan tata letak

Kholid Rosyidi MN

Penerbit

KHD Produktaion

Redaksi

CV KHD Production

Jl. Kalianyar Selatan Rt19 Rw 0054 Tamanan Bodowoso

Tlp. 082282813311

Email: khdproduction7@gmail.com

Web: Khdprduction.blogspot.com

Cetakan pertama April 2020, 63 halaman



Hak Cipta dilindungi undang-undang
Dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk apapun
tanpa ijin tertulis dari penerbit

Kutipan Pasal 72
Sanksi Pelanggaran Hak Cipta
(Undang-undang No.19 tahun 2002)

1. Barang siapa dengan sengaja dan tanpa hak melakukan perbuatan sebagaimana dimaksud dalam pasal 2 ayat (1) di pidana dengan pidana penjara masing-masing paling singkat 1 (satu) bulan dan/ atau denda paling sedikit Rp. 1.000.000.00. (satu juta rupiah) atau pidana penjara paling lama 7 (tujuh) tahun dan/ atau denda paling banyak Rp.5.000.000.000.00 (lima milyar rupiah)
2. Barang siapa dengan sengaja menyiarkan, memamerkan, mengedarkan atau menjual kepada umum suatu hak cipta atau barang hasil pelanggaran hak cipta atau hak terkait sebagaimana dimaksud pada ayat (1) di pidana dengan pidana penjara paling lama 5 (lima) tahun dan/atau denda paling banyak Rp. 500.000.000.00 (lima ratus juta rupiah)

Diterbitkan pertama oleh : KHD Production

Anggota Ikatan Penerbit Indonesia No 235/JTI/2019

Pengantar Modul

Modul ini disusun untuk membantu ibu hamil, keluarga, kader dan masyarakat umum yang memerlukan informasi mengenai preeklampsia. Modul ini berisi tentang seputar kehamilan dengan preeklampsia, bagaimana memberikan perawatan pada ibu hamil dengan preeklampsia dan beberapa hal yang bisa dilakukan oleh ibu hamil dengan preeklampsia. Harapan penyusun dengan terbitnya modul ini dapat mempermudah dan membantu ibu hamil dan keluarga sehingga kesejahteraan dan kesehatan ibu dan janin meningkat.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

Penyusun :

1. Ns.Dini Kurniawati, M.Psi., M.Kep., Sp.Kep.Mat
2. Ns. Eka Afdi Septiyono, M.Kep
3. Ns. Ratna Sari H, M.Kep

DAFTAR ISI

Cover Modul	i
Pengantar Modul	ii
Daftar Isi	iii
Daftar Gambar	v
BAB 1 Pendahuluan	1
A.Latar Belakang	1
B.Relevensi	2
C.Komptensi Dasar	3
D.Petunjuk Mempelajari Modul	3
BAB 2 Uraian Materi	5
Kegiatan Belajar Satu : Preeklampsia Pada Ibu Hamil... 5	5
A. Pengertian	5
B. Penyebab	7
C. Tanda dan gejala	8
D. Rangkuman	16
E. Test Formatif	17
Kegiatan Belajar Dua : Dampak Preeklampsia	20
A. Dampak Preeklampsia Pada Ibu Hamil	20
B. Dampak Preeklampsia pada Janin.....	23
C.Rangkuman	24
D.Test Formatif.....	24
Kegiatan Belajar Tiga : Penanganan Preeklampsia.....	26
A.Preeklampsia Ringan	27
B.Preeklampsia Berat.....	29
C.Bantuan untuk Ibu Yang Dirawat di Rumah.....	29

D.Rangkuman	32
E.Tes Formatif	33

Kegiatan Belajar Empat : Apa yang harus dilakukan oleh Ibu Hamil.....	35
A.Nutrisi	38
B.Aktivitas Fisik	41
C.Relaksasi	45
D.Rangkuman	60

Daftar Referensi



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KH ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Ekspresi Ibu Hamil	6
Gambar 2. Tanda dan Gejala Preeklampsia.....	9
Gambar 3. Dampak Fisik Preeklampsia.....	21
Gambar 4. Dampak Psikologi Preeklampsia	22
Gambar 5. Bayi lahir Kecil dan Tidak Sehat	23
Gambar 6. Posisi Tidur Miring Ke Kiri	28
Gambar 7. Ibu Hamil Konsultasi ke Petugas Kesehatan	32
Gambar 8. Nutrisi bagi Ibu Hamil	40
Gambar 9. Aktivitas Fisik Yang Dapat Dilakukan oleh Ibu Hamil	42
Gambar 10. Terapi Rendam Kaki	47
Gambar 11. Terapi Nafas Dalam	52
Gambar 12. Terapi Hipnotis Lima Jari	59



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KH ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

BAB 1 PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Kehamilan merupakan masa yang membahagiakan bagi ibu, suami dan keluarga. Kehamilan yang sehat merupakan dambaan setiap keluarga. Kondisi kehamilan yang sehat tanpa masalah ini akan membantu ibu dan bayi dalam keadaan sejahtera dan bahagia. Tetapi ada beberapa kondisi kehamilan berisiko sehingga memerlukan perhatian dari ibu, keluarga, kader dan petugas kesehatan.

Kondisi kehamilan yang berisiko atau terdapat komplikasi salah satunya adalah tekanan darah tinggi yang meningkat selama kehamilan yang disebut preeklampsia. Hipertensi kehamilan yang diikuti kejang disebut Eklampsia. Preeklampsia yang tidak mendapatkan perawatan dan penanganan dengan tepat dapat membahayakan kondisi ibu dan janin, salah satunya kematian ibu. Bahkan preeklampsia merupakan salah satu penyebab utama kematian ibu di semua

negara. Mengingat dampaknya yang dapat membahayakan ibu dan janin ini, maka pengetahuan ibu, keluarga, kader dan masyarakat tentang preeklampsia sangat penting.

B. Relevansi

Permasalahan kesehatan ibu hamil dan janinnya dapat mempengaruhi AKI (Angka Kematian Ibu) dan AKB (Angka Kematian Bayi) yang merupakan salah satu indikator keberhasilan kesehatan nasional. Pengetahuan ibu hamil, keluarga, kader dan petugas kesehatan sangat penting untuk membantu ibu hamil melahirkan dalam kondisi sehat. Pemahaman ibu hamil yang kurang dapat menjadi salah satu kendala dalam mensukseskan SDGs. Ketersediaan informasi yang adekuat dan materi yang komprehensif akan membantu meningkatkan pengetahuan, pemahaman dan kemampuan dalam merawat ibu hamil dengan kehamilan berisiko, sehingga dapat digunakan untuk memberikan perawatan dengan optimal. Pengetahuan ini tidak hanya untuk ibu hamil, tetapi juga untuk

keluarga. Modul ini disusun untuk membantu ibu hamil, keluarga dan kader dalam membantu memberikan perawatan pada ibu hamil dengan preeklampsia, sehingga dapat membantu tercapainya SDGs.

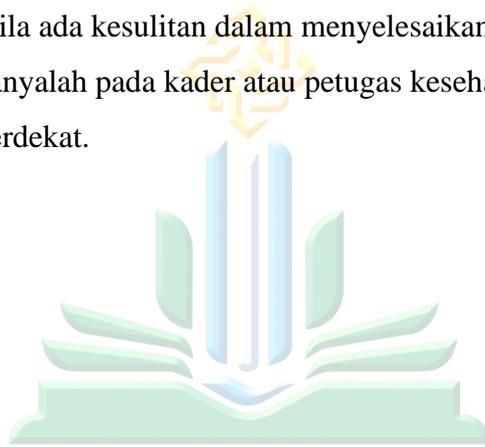
C. **Kompetensi Dasar**

Setelah membaca dan mahami modul ini, pembaca diharapkan dapat memahami berbagai hal mengenai ibu hamil dengan preeklampsia, baik mengenai preeklampsia itu sendiri sampai bagaimana memberikan perawatan pada ibu hamil dengan preeklampsia.

D. **Petunjuk Mempelajari Modul**

1. Modul ini harus dibaca mulai awal, yaitu mulai kata pengantar sampai dengan Bab 1
2. Setelah itu, bacalah materi dengan pelan pelan, berulang-ulang sehingga lancar dalam memahami isi modul

3. Jawablah pertanyaan mengenai materi, setelah itu cocokkan dengan kunci jawaban
4. Setelah selesai, mulailah melakukan tindakan perawatan pada ibu hamil dengan preeklampsia sesuai dengan modul.
5. Bila ada kesulitan dalam menyelesaikan modul, tanyalah pada kader atau petugas kesehatan terdekat.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KH ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

BAB II

URAIAN MATERI

KEGIATAN BELAJAR SATU:

Preeklampsia Pada Ibu Hamil

INDIKATOR KEBERHASILAN :

Setelah mempelajari materi ini, ibu/ bapak/ saudara diharapkan mampu memahami apa itu yang disebut preeklampsia, penyebab, tanda dan gejala preeklampsia

A. Pengertian

Preeklampsia merupakan salah satu kondisi berisiko pada ibu hamil. Preeklampsia merupakan darah tinggi atau hipertensi yang terjadi pada ibu hamil, setelah usia kehamilan 20 minggu (≥ 20 minggu). Namun demikian, Preeklampsia dapat terjadi dimasa kehamilan, persalinan, maupun setelah persalinan atau masa nifas.

Pada preeklampsia tidak terjadi kejang. Namun jika hipertensi kehamilan diikuti kejang, maka disebut Eklampsia.



Gambar 1 : Ekspresi Ibu hamil yang sedih dan tidak bahagia dengan kehamilannya

B. Penyebab

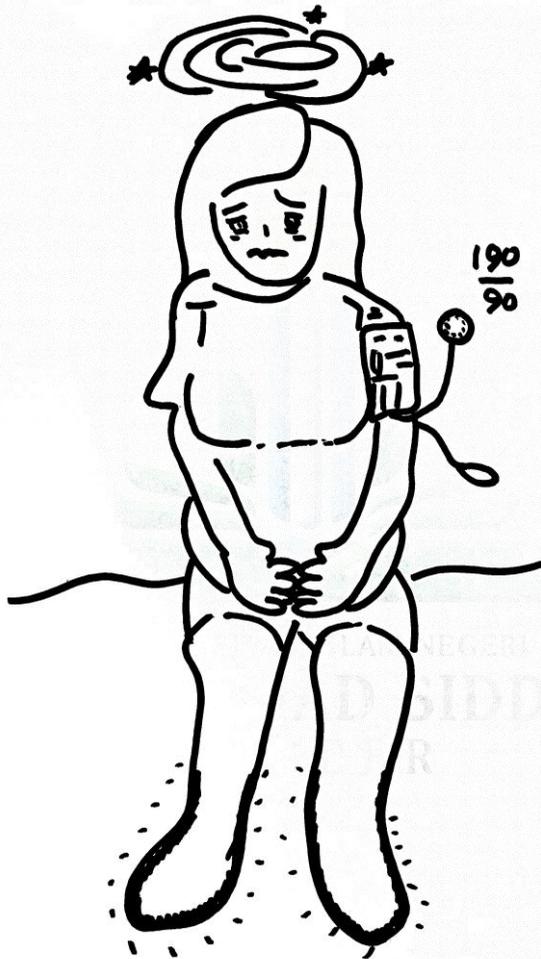
Preeklampsia sampai saat ini belum diketahui penyebab pastinya. Beberapa hal yang menjadi faktor resiko terjadinya preeklampsia pada ibu hamil adalah :

- a. Preeklampsia sebelumnya dan keluarga yang preeklampsia saat hamil
- b. Biasanya terjadi pada kehamilan anak pertama
- c. Ibu hamil dengan usia lebih dari 35 tahun
- d. Ibu yang kegemukan atau obesitas
- e. Kehamilan kembar
- f. Ibu hamil dengan penyakit kencing manis atau diabetes millitus
- g. Ibu hamil yang mempunyai penyakit hipertensi atau darah tinggi.
- h. Reaksi imun yang tidak adaptif/ abnormal antara jaringan ibu, plasenta dan janin.

C. Tanda dan Gejala

Preeklampsia pada ibu hamil mempunyai tanda gejala khas yaitu :

1. Tekanan darah meningkat yaitu lebih dari 140 / 90 mmHg
2. Peningkatan berat badan saat hamil melebihi normal atau bengkak yang tidak wajar, bengkak yang mendadak dan meluas, bengkak tidak hilang dengan mengistirahatkan kaki. Bengkak bisa terjadi pada anggota gerak (seperti tangan atau kaki) atau wajah.
3. Pemeriksaan air kencing di laboratorium atau di pelayanan kesehatan ditemukan adanya zat protein dalam urine/ air kencing ibu



Gambar 2 : Tanda – Tanda Pre-eklampsia

Secara umum, preeklampsia dibagi menjadi :

a. Preeklampsia Ringan

Preeklampsia ringan ditandai dengan : tensi/ tekanan darah lebih dari 140/ 90 mmHg selama satu minggu atau lebih, pemeriksaan air kencing di puskesmas atau pelayanan kesehatan menunjukkan jumlah protein lebih 300 mg atau proteinuri 1+, tidak ada keluhan sakit kepala yang berat, pandangan tidak kabur.

b. Preeklampsia Berat

Preeklampsia berat apabila tensi/ tekanan darah $> 160/110$ mmHg, hasil pemeriksaan air kencing di pelayanan kesehatan ≥ 5 gr / $\geq 3+$, air kencing sedikit (kurang dari 400-500 ml/24 jam), pusing/ sakit kepala terus menerus, pandangan kabur/ seperti bintik-bintik didepan mata, nyeri di ulu hati, mual/ muntah, sesak nafas, janin kecil atau tidak berkembang dengan baik, adanya masalah pada hati.

Pembagian preeklampsia menjadi berat dan ringan tidaklah berarti adanya dua penyakit yang jelas berbeda, sebab seringkali ditemukan penderita dengan preeklampsia ringan dapat mendadak mengalami kejang dan jatuh dalam koma.

Beberapa langkah sederhana yang dapat dilakukan untuk membantu ibu hamil mendeteksi dan mengatasi tanda gejala preeklampsia adalah :

a) LIHAT

1. Penampilan umum ibu. Yang perlu diperhatikan disini bagaimana tentang :

- a) Penampilan psikologis ibu secara umum. Lihat/amati apakah ibu nampak tenang bahagia, nyaman, ataukah nampak stres, atau cemas ataukah sedih dan murung, tegang bahkan takut. Lihat dan kaji dari ekspresi wajah dan bahasa tubuh ibu. Stres

atau beban psikologis yang terlalu tinggi/berat bagi ibu, dapat menyebabkan ibu mengalami pusing ataupun peningkatan tekanan darah.

- b) Penampilan fisik khususnya berat badan (BB) ibu. Lihat dan amati peningkatan BB ibu selama hamil, dari catatan KMS ibu jika ada, atau dengan kroscek ke ibu dan keluarga.

Trimester I: 1–2,5 kg per 3 bulan.

Trimester II : rata-rata 0,35–0,4 kg/minggu.

Trimester III : rata-rata 0,5–0,8 kg/ minggu.

Namun perlu diingat, ibu hamil yang obesitas sebelum kehamilan, disarankan tidak terlalu banyak menambah BB selama hamil, dan begitu juga sebaliknya. (*Catatan: Peningkatan BB kroscek dengan riwayat diet, untuk membantu menentukan apakah peningkatan BB berkaitan dengan edema/ bengkak atau asupan kalori).

2. Membesarnya perut selama kehamilan. Lihat dan amati, apakah membesarnya perut ibu selama hamil sesuai dengan usia kehamilannya. Pada preeklampsia ada resiko terjadinya pertumbuhan janin yang terhambat. Sedangkan pada kehamilan kembar atau bayi besar, bisa beresiko menyebabkan terjadinya preeklampsia.
3. Bengkak atau edema. Kaki bengkak saat hamil sebenarnya adalah hal yang wajar dan dialami oleh sebagian besar ibu hamil. Keluhan ini biasanya hilang sendiri saat dibawa tidur atau tungkai diletakkan lebih tinggi dari jantung. Namun bila bengkak/ edema ini disertai dengan peningkatan tekanan darah, dan bengkak bukan hanya di kaki tetapi juga terjadi di tangan atau wajah, waspada terhadap terjadinya preeklampsia.

b) TANYAKAN

1. Tanyakan apakah ini kehamilan yang pertama kali, bagaimana perasaan ibu terkait kehamilannya saat ini, dan bagaimana harapannya terhadap kehamilannya saat ini.
2. Tanyakan apa keluhan fisik yang sangat dirasakan ibu saat ini terkait kehamilannya.
3. Kaji apakah ibu mempunyai faktor-faktor risiko terhadap terjadinya preeklampsia :
 - a. Apakah ibu mengalami sakit kepala hebat? Dimana lokasinya? berapa kali nyeri kepala dirasakan?
 - b. Apakah sakit kepala yang ibu rasakan disertai mual muntah ?
 - c. Apakah ibu menderita hipertensi atau kencing manis sebelum hamil?
 - d. Apakah pernah mengalami preeklampsia pada kehamilan sebelumnya?
 - e. Apakah ibu mempunyai keluarga dengan riwayat hipertensi atau preeklampsia ?
 - f. Berapa tekanan darah ibu saat ini ?

c) **BANTU**

1. Bantu ibu dan keluarga memahami perubahan-perubahan terkait kehamilan sebagai proses yang wajar dan kodrati bagi wanita.
2. Bantu ibu dan keluarga menerima kehamilan dengan sepenuhnya secara positif dan mengatasi setiap permasalahan secara positif.
3. Bantu ibu dan keluarga memahami ada tidaknya faktor risiko preeklampsia yang ada pada kehamilan saat ini. Diskusikan dengan bantuan ceklist sederhana dan petunjuk gambar atau informasi yang menunjang.
4. Bantu ibu dan keluarga menemukan sumber-sumber pendukung (suport sistem) dalam mengatasi masalah yang dihadapi.
5. Bantu dan diskusikan dengan ibu dan keluarga untuk menemukan dan memilih alternatif pemecahan masalah yang dialami dengan menggunakan dukungan dari suport sistem dan sumber-sumber yang ada.

Apabila ibu hamil dengan preeklampsia merasakan tanda-tanda dibawah ini:

1. Pusing atau sakit kepala di bagian depan
2. Pandangan kabur atau menjadi ganda
3. Mual muntah
4. Nyeri pada bagian ulu hati.

**HARUS SEGERA DIBAWA KE RUMAH SAKIT
ATAU PELAYANAN KESEHATAN TERDEKAT !**

D. Rangkuman

Preeklampsia adalah darah tinggi atau hipertensi kehamilan yang terjadi pada usia kehamilan lebih dari 20 minggu . Ibu hamil dengan preeklampsia harus mendapat penanganan dan pertolongan yang tepat agar tidak menjadi kejang dan mematikan, sebab pada beberapa kasus penderita dengan preeklampsia ringan dapat mendadak mengalami kejang dan jatuh dalam koma. Gejala preeklampsia yang utama adalah darah tinggi/hipertensi, adanya

protein dalam urine (kencing ibu), dan seringkali disertai dengan bengkak. Beberapa faktor risiko dapat menyebabkan terjadinya preeklampsia. Ibu yang telah memiliki faktor risiko, harus lebih waspada dan diperhatikan untuk mencegah terjadinya preeklampsia. Perlu kesadaran dari ibu hamil sendiri dan kerja sama berbagai pihak terkait untuk mencegah preeklampsia.

E. Test Formatif

Jawablah pertanyaan berikut dengan memilih jawaban yang paling tepat !

1. Apa itu preeklampsia ?
 - a. Darah tinggi atau hipertensi yang terjadi dimasa kehamilan.
 - b. Didapatkannya gula dan protein dalam air kencing ibu hamil.
 - c. Pusing dan mual-mual yang terjadi dimasa kehamilan.
 - d. Kenaikan gula darah yang terjadi dimasa kehamilan.

2. Pada usia kehamilan berapa terjadi preeklampsia?
 - a. Lebih dari 4 minggu kehamilan.
 - b. Lebih dari 20 minggu kehamilan.
 - c. Lebih dari 28 minggu kehamilan.
 - d. Lebih dari 32 minggu kehamilan.

3. Berikut ini, manakah yang bukan merupakan faktor risiko terjadinya preeklampsia?
 - a. Ibu hamil yang kegemukan atau obesitas.
 - b. Ibu hamil pernah mengalami preeklampsia pada kehamilan sebelumnya.
 - c. Ibu hamil yang mengalami mual muntah dipagi hari diawal kehamilan.
 - d. Ibu hamil dengan penyakit kencing manis (diabetes mellitus).

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KH ACHMAD SIDDIQ
JEMBER

4. Apa **tanda gejala** khas yang sering dijumpai pada preeklampsia?
- Darah tinggi, ada protein dalam urin, bengkak pada kaki atau wajah.
 - Gula darah tinggi, nafsu makan dan minum meningkat.
 - Mual-mual dipagi hari, tekanan darah rendah.
 - Pusing, Kurang darah, dan lemas.
5. Manakah yang merupakan gejala dan keluhan ibu hamil dengan **preeklampsia berat** ?
- Kepala pusing, penglihatan kabur, nyeri ulu hati
 - Kaki bengkak, lemas, tidak nafsu makan.
 - Banyak kencing, banyak minum, lemas
 - Darah tinggi, berdebar-debar, lemas.

KEGIATAN BELAJAR DUA:

Dampak Preeklampsia

INDIKATOR KEBERHASILAN :

Setelah mempelajari materi ini, ibu/ bapak/ saudara diharapkan mampu memahami apa yang akan terjadi pada ibu hamil dengan preeklampsia.

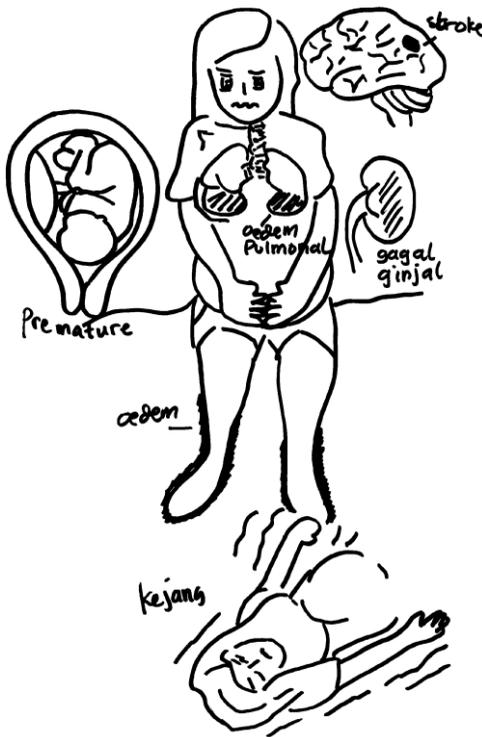
Preeklampsia akan berdampak pada kesehatan ibu saat hamil dan kesehatan janin. Secara umum dampak preeklampsia sebagai berikut:

A. Dampak Preeklampsia pada Ibu

Preeklampsia menyebabkan masalah pada fisik dan kesehatan psikologis ibu hamil. Dampak pada kesehatan fisik yang dirasakan ibu adalah:

- a. Ari-ari / plasenta lepas atau terputus saat bersalin
- b. Anemia (kurang darah)
- c. Pandangan kabur hingga buta (tidak bisa melihat sama sekali)
- d. Perdarahan pada hati, perdarahan saat melahirkan

- e. Kejang hingga stroke (jika muncul kejang disebut Eklampsia).
- f. Gagal jantung
- g. Tidak sadar/koma hingga kematian.

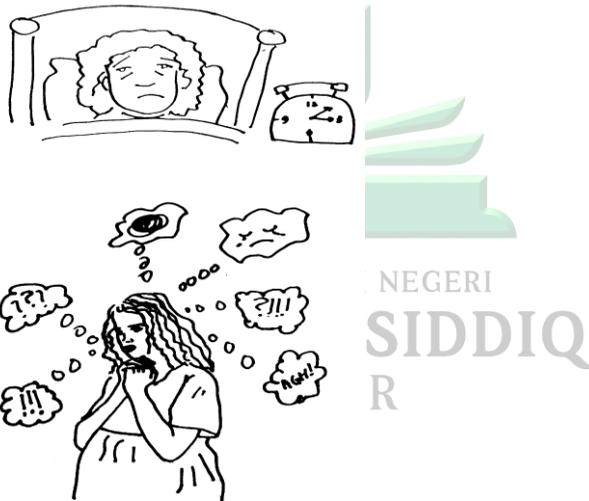


Gambar 3 : Dampak Fisik Pre-eklampsia

Sedangkan dampak pada kesehatan psikologis ibu hamil dapat berupa :

- a. Cemas atau mudah khawatir
- b. Kualitas tidur menurun
- c. Stres dan mudah marah

Gangguan psikologis ini secara tidak langsung dapat memperberat hipertensi dan gejala fisik lain pada ibu hamil dengan preeklampsia.



Gambar 4 : Dampak Psikologis Pre-eklampsia

B. Dampak Preeklampsia pada Bayi

Preeklampsia juga dapat mengancam kondisi janin dalam kandungan karena janin bergantung pada ibu lewat saluran pembuluh darah di dalam rahim. Dampak preeklampsia pada janin atau bayi yang dilahirkan adalah :

- a. berat janin kecil, lebih kecil dari janin pada kondisi normal
- b. melahirkan sebelum waktunya (prematurn)
- c. janin meninggal dalam kandungan



Gambar 5 : Bayi yang dilahirkan kecil dan tidak sehat

C. Rangkuman

Preeklampsia dapat mengancam keselamatan ibu dan janin, karena ibu dan janin terhubung melalui saluran pembuluh darah dalam rahim ibu. Preeklampsia dapat menimbulkan masalah kesehatan kehamilan yang serius hingga resiko tinggi terjadinya kematian baik ibu maupun janin yang dilahirkan. Penemuan diagnosa dan penanganan sedini mungkin akan sangat membantu untuk meminimalkan dampak preeklampsia.

D. Tes Formatif

Jawablah pertanyaan berikut dengan memilih jawaban yang paling tepat !

1. Dampak preeklampsia pada kesehatan fisik ibu hamil adalah....
 - a. Letih, lemah, penurunan nafsu makan.
 - b. Pandangan kabur, kejang, kematian.
 - c. Berdebar-debar, nyeri dada, sesak.
 - d. Nyeri sendi, demam, pucat.

2. Berikut ini yang bukan merupakan dampak psikologis dari preeklampsia pada ibu hamil adalah.....
- Cemas
 - Kepribadian ganda
 - Stres dan mudah marah
 - Penurunan kualitas tidur
3. Jika sebagai dampak preeklampsia pada pasien muncul gejala kejang, maka kondisi ini disebut.....
- Stroke
 - Epilepsi
 - Eklampsia
 - Kejang demam
4. Dampak preeklampsia pada janin adalah.....
- Cacat bawaan pada janin
 - Janin besar saat dilahirkan.
 - Lilitan tali pusat pada janin.
 - Berat janin kecil saat dilahirkan.

KAGIATAN BELAJAR TIGA :

Penanganan Preeklampsia

INDIKATOR KEBERHASILAN :

Setelah mempelajari materi ini, ibu/ bapak/ saudara / keluarga diharapkan mampu membuat keputusan tindakan yang tepat untuk memberikan pertolongan sesuai kondisi pada ibu hamil, terutama saat terjadi kegawatan.

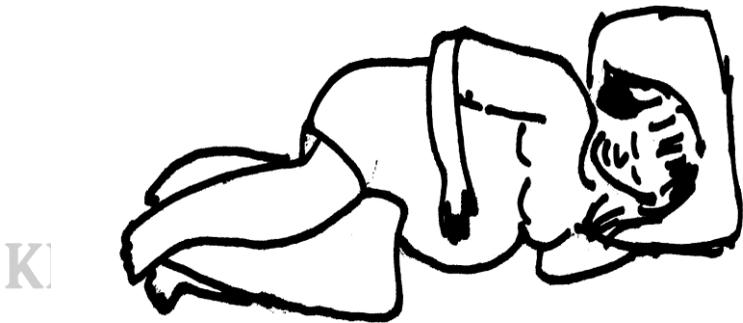
Penanganan preeklampsia dilakukan dengan dua pendekatan pengobatan, yaitu tindakan medis konvensional dan tindakan secara holistik modern. Tindakan medis konvensional merupakan pengobatan yang dilakukan dengan melihat derajat keparahan preeklampsia dan seberapa dekat tanggal perkiraan kelahiran. Pada bab ini, tindakan medis tidak kita bahas.

A. Preeklampsia Ringan

Ibu hamil dengan preeklampsia ringan harus dirawat, baik di rumah sakit maupun di rumah, sehingga membutuhkan dukungan dan suport dari petugas kesehatan dan keluarga. Penanganan di rumah biasanya pemantauan tekanan darah harian, pemeriksaan protein urin dan pemeriksaan darah oleh petugas. Ibu dan keluarga dianjurkan untuk melapor kepada petugas jika dirasakan nyeri kepala atau gejala lain yang tidak kunjung reda dengan obat yang diberikan. Ibu juga dianjurkan untuk tirah baring, dan tidur dengan posisi miring kiri. Namun apabila usia kehamilan sudah cukup bulan dan janin matur (bayi sudah cukup berkembang), induksi persalinan harus dilakukan.

Apabila ibu mengalami preeklampsia sedang, sementara bayi belum berkembang secara penuh maka dokter akan menyarankan ibu melakukan beberapa hal seperti: istirahat, berbaring pada sisi kiri tubuh, sering melakukan pemeriksaan sebelum kelahiran, mengurangi makan garam, minum 8 gelas air putih per hari. Dokter

pun mungkin akan menyarankan ibu untuk mengkonsumsi beberapa jenis obat tertentu atau melakukan terapi tertentu. Kemungkinan dokter akan memberikan obat untuk dikonsumsi rutin. Salah satunya adalah aspirin dengan dosis rendah, yang diberikan pada usia kandungan 12 minggu atau lebih. Namun perlu diingat, jangan mengonsumsi obat sembarangan, tanpa konsultasi dengan dokter.



Gambar 6: Posisi Ibu Tidur Miring Ke Kiri

B. Preeklampsia Berat

Wanita hamil dengan preeklampsia berat, harus dirawat di rumah sakit. Pada preeklampsia berat, biasanya dokter akan mengobatinya dengan memberikan obat untuk menurunkan tekanan darah sampai perkembangan bayi cukup untuk dapat dilahirkan dengan selamat.

Sementara itu, penanganan dengan pendekatan holistik modern biasanya dengan menyarankan ibu melakukan tindakan preventif dan perawatan yang dapat dilakukan mandiri yang dibantu oleh keluarga dan petugas kesehatan.

C. Bantuan untuk Ibu yang dirawat di rumah

Beberapa langkah sederhana yang dapat dilakukan untuk membantu ibu hamil mengatasi preeklampsia yang dialami adalah :

- a) Tanyakan dan motivasi ibu untuk menyampaikan keluhan yang dirasakan (setiap harinya).

- b) Motivasi dan pantau ibu dalam mengkonsumsi obat-obatan yang diberikan dokter dengan tepat (taat terapi) dan kontrol kehamilan teratur.
- c) Tanyakan pada ibu adakah keluhan yang tidak kunjung reda (terutama nyeri kepala, mual, atau nyeri ulu hati) setelah meminum obat yang diresepkan. Bantu menyampaikan kepada petugas kesehatan.
- d) Pantau ibu dalam intake makan minum setiap harinya agar memenuhi pola makan yang sehat.
- e) Bantu ibu untuk mencapai tirah baring yang cukup dan nyaman setiap harinya. Berikan tindakan perawatan holistik modern bila diperlukan.
- f) Bantu ibu untuk memantau hasil pemeriksaan kesehatan harian dan mencapai kondisi kesehatan yang stabil.
- g) Bantu ibu untuk memantau dan membuat dokumentasi sederhana kondisi dan pergerakan janin yang dirasakan.
- h) Bantu dan motivasi ibu untuk rileks dan menghindari stres psikologis. Berikan dukungan

spiritual dan ciptakan suasana kondusif bagi ibu. Berikan tindakan perawatan holistik modern bila diperlukan.

- i) Segera bawa ibu ke rumah sakit atau pelayanan kesehatan terdekat apabila :
1. Sakit kepala tidak kunjung reda atau bertambah berat.
 2. Pandangan kabur/ganda atau buta
 3. Nyeri pada bagian ulu hati
 4. Mual muntah.





Gambar 7 : Ibu hamil konsultasi ke petugas kesehatan

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KH. ACHMAD SIDDIQ
JEMBER

D. Rangkuman

Penanganan preeklampsia diberikan dengan melihat derajat keparahan yang dialami masing-masing pasien, kematangan janin dan tanggal perkiraan kelahiran. Oleh karena itu, selain kesadaran dari ibu hamil sendiri, dukungan dan keterlibatan dari petugas kesehatan dan keluarga sangat diperlukan.

Pendekatan secara fisik, psikologis dan spiritual penting dilakukan dalam penanganan preeklampsia.

E. Tes Formatif

Jawablah pertanyaan berikut dengan memilih jawaban yang paling tepat !

1. Kondisi yang masih memungkinkan ibu hamil untuk mendapat penanganan di rumah adalah.....
 - a. Eklampsia berat.
 - b. Eklampsia ringan.
 - c. Preeklampsia berat.
 - d. Preeklampsia ringan.
2. Pada preeklampsia ringan, induksi persalinan segera dapat dilakukan apabila.....
 - a. Kehamilan cukup bulan, janin sudah cukup berkembang
 - b. Kehamilan cukup bulan, janin belum berkembang baik.
 - c. Kehamilan tidak cukup bulan dan tekanan darah ibu naik.

- d. Kehamilan tidak cukup bulan, janin belum berkembang.
3. Hal yang perlu dipantau selama perawatan di rumah adalah.....
- Usia kehamilan ibu
 - Gula darah ibu hamil
 - Riwayat kehamilan ibu
 - Tekanan darah dan keluhan ibu hamil
4. Posisi tirah baring yang disarankan bagi ibu hamil yang janinnya belum berkembang sepenuhnya adalah.....
- Miring kiri
 - Miring kanan
 - Setengah duduk
 - Kaki diangkat/lebih tinggi

5. Hal yang sebaiknya dihindari ibu hamil selama perawatan dirumah adalah.....
- Tirah baring cukup
 - Mengonsumsi sayuran hijau
 - Mengonsumsi banyak garam dan kecap
 - Meningkatkan intake minum 8 gelas sehari
6. Jika ibu hamil dengan preeklampsia mengeluh mual dan tidak bisa melihat apapun seperti buta tindakan pertolongan yang bisa dilakukan keluarga adalah.....
- Membantu ibu posisi tidur miring kiri
 - Menganjurkan ibu nafas dalam dan rileks
 - Mengoleskan minyak kayu putih sambil dipijat lembut.
 - Segera membawa ibu ke rumah sakit atau puskesmas terdekat.

KEGIATAN BELAJAR EMPAT:

Apa Yang Harus Dilakukan Ibu Hamil

INDIKATOR KEBERHASILAN :

Setelah mempelajari materi ini, ibu/ bapak/ saudara diharapkan mampu memahami apa yang harus dilakukan ibu hamil dengan preeklampsia dan membantu ibu mencapainya.

Ibu hamil yang mengalami preeklampsia perlu mendapatkan perhatian dari keluarga. Apa yang harus dilakukan oleh ibu hamil dan keluarga ?

- a. Rajin kontrol dan memeriksakan kehamilan. Hasil penelitian menunjukkan ibu hamil yang rajin memeriksakan kehamilan akan mudah dideteksi apabila ada masalah pada kehamilan dan janinnya.

Pemeriksaan atau kontrol kehamilan dapat dilakukan di Puskesmas, klinik, atau rumah sakit

Kontrol kehamilan yang disarankan dalam Permenkes untuk kondisi kehamilan sehat adalah minimal 4 kali kontrol, yaitu 1 kali pada Trimester satu (0-12 minggu), 1 kali pada Trimester dua (>12-24 minggu), dan 2 kali pada Trimester tiga (>24 minggu sampai kelahiran).

Namun jika ibu hamil mengalami keluhan yang tiba-tiba mengganggu atau mengalami tanda gejala preeklampsia, maka harus segera diperiksa kepada petugas kesehatan.

- b. Wajib mengikuti saran petugas kesehatan (perawat, dokter, bidan atau petugas yang lain)
- c. Melakukan beberapa kegiatan yang dapat membantu dan mengurangi keluhan bagi Ibu hamil.

Apa yang harus dilakukan oleh Ibu Hamil dirumah

A. Nutrisi

Nutrisi pada ibu hamil dengan preeklampsia bertujuan untuk :

- a. Kebutuhan nutrisi ibu dan janin terpenuhi.
- b. Menjaga kesehatan ibu agar tekanan darah terkontrol dan keluhan tidak semakin berat
- c. Berat badan meningkat secara normal atau tidak berlebihan.
- d. Bengkak tidak semakin parah
- e. Janin sehat dan pertumbuhan tidak terhambat

Nutrisi pada ibu hamil dengan preeklampsia perlu memperhatikan komponen nutrisi yang dikonsumsi. Komposisi nutrisi tetap harus memenuhi gizi seimbang, yaitu terdiri dari:

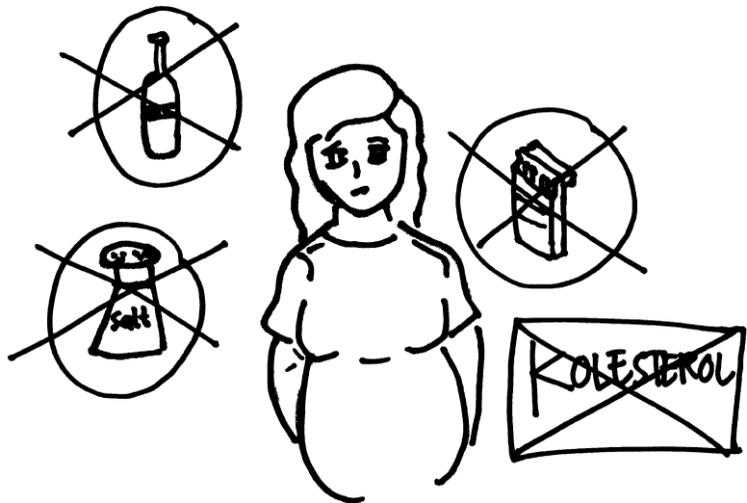
- a. Karbohidrat
- b. Protein
- c. Lemak
- d. Air
- e. Vitamin dan mineral

Jenis makanan yang dianjurkan pada ibu hamil dengan preeklampsia disesuaikan dengan kondisi ibu.

- a. Sesuai dengan anjuran tenaga kesehatan khususnya petugas gizi
- b. Protein seperti telur, ikan, tempe, tahu perlu untuk menjaga agar badan tidak bengkak
- c. Cairan disesuaikan dengan anjuran tenaga kesehatan
- d. Buah dan sayur diperlukan oleh ibu dengan preeklampsia karena kaya akan vitamin dan antioksidan, seperti brokoli, bayam, kacang-kacangan, wortel, kentang, nasi merah, kacang kedelai, ikan salmon, tuna, sarden, kembang.
- e. Makanan tinggi kalium disarankan pada kehamilan. Beberapa makanan yang tinggi kalium adalah alpukat, pisang, bayam, ikan salmon, aprikot, persik, delima, air kelapa, kentang, dan tomat.

Makanan yang harus diperhatikan untuk dibatasi agar tidak berlebihan atau dihindari oleh ibu hamil adalah :

- a. Penggunaan garam hendaknya jangan berlebihan.
- b. Hindari makanan yang mengandung tinggi lemak dan kolesterol jahat, seperti gorengan, jeroan, daging berlemak, dsb.
- c. Menghindari konsumsi minuman beralkohol dan kafein.
- d. Hindari rokok dan obat-obat berbahaya/terlarang.



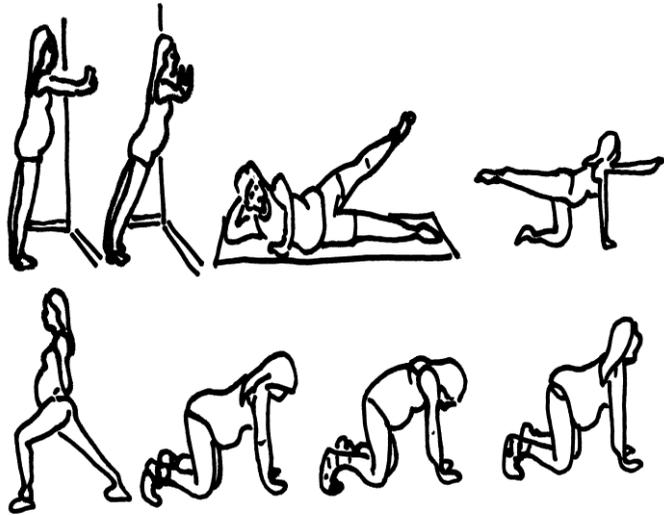
Gambar 8 : Nutrisi Bagi Ibu Hamil

Selain nutrisi dan pola makan yang harus dijaga, ibu juga harus melakukan gaya hidup sehat seperti menghindari stres dan tetap rileks, menjaga keseimbangan antara aktivitas dan istirahat.

B. Aktivitas Fisik

Ibu hamil dengan preeklampsia dapat beraktivitas mulai aktivitas fisik tingkat ringan hingga sedang. Aktivitas ini dapat membantu ibu untuk meningkatkan dan memelihara stamina tubuh, membantu menguatkan jantung ibu dan bayi dalam kandungannya.

Ibu hamil dengan preeklampsia diharapkan mempunyai pola makan dan olah raga yang teratur. Ibu yang rajin olah raga sekitar 30 menit akan mengurangi komplikasi saat hamil. Diharapkan ibu hamil dapat olah raga setidaknya 4 jam per minggu.



Gambar 9: Aktivitas fisik yang dapat dilakukan oleh ibu hamil

Manfaat Aktivitas Fisik Untuk Ibu Hamil

- a. Tensi ibu hamil dapat stabil atau kembali normal
- b. Mengurangi stres fisik dan psikologis.
- c. Mempermudah proses bersalin
- d. Badan tetap segar dan bugar

- e. Mempertahankan kemampuan tubuh yang biasanya menurun saat hamil
- f. Mengurangi keluhan nyeri pinggang pada ibu hamil
- g. Memperkuat otot agar tubuh dapat menyesuaikan diri untuk menyangga kehamilan
- h. Memperbaiki postur tubuh ibu hamil
- i. Menambah percaya diri
- j. Mengurangi kecemasan, depresi
- k. Membuat ibu rileks selama kehamilan
- l. Mengurangi preeklampsia dan kencing manis selama kehamilan
- m. Meningkatkan kelenturan dan kekuatan otot-otot panggul untuk bersalin

Manfaat aktivitas fisik untuk Janin

- a. meningkatkan pertumbuhan ari ari
- b. bayi yang dilahirkan nantinya memiliki berat badan yang normal.

Bagaimana prinsip-prinsip Aktivitas Fisik pada ibu hamil ?

- a. aktivitas fisik yang aman dilakukan adalah aktivitas sedang
- b. lama aktivitas selama 30 menit, rutin setiap hari, teratur
- c. dianjurkan tetap aktif kecuali ada perintah dari tenaga kesehatan.
- d. perhatikan keamanan saat melakukan aktivitas fisik.
- e. ibu rumah tangga yang sehat tetap melakukan aktivitas fisik seperti mencuci, menyapu, membersihkan perabotan rumah, menyiram tanaman, dan lain sesuai dengan kondisi ibu
- f. Ibu hamil yang bekerja dengan kondisi sehat tetap boleh bekerja asal aman buat kehamilan

C. Relaksasi

Ibu hamil dengan preeklampsia membutuhkan relaksasi untuk menurunkan atau menstabilkan tekanan darah, mengurangi stress dan kecemasan. Teknik relaksasi yang dapat dilakukan oleh ibu hamil di rumah sangat beragam. Beberapa relaksasi yang dapat dilakukan seperti merendam kaki dengan air hangat, tarik nafas dalam, mengalihkan perhatian dengan aktivitas yang menyenangkan atau dengan menghipnotis diri sendiri. Bagaimana cara melakukan teknik relaksasi, akan dijelaskan sebagai berikut.

1. Merendam kaki dengan air hangat

Apa itu terapi merendam kaki ?

Adalah kegiatan merendam kaki di air hangat adalah salah terapi tanpa menggunakan obat dengan merendam kaki langsung di air hangat selama 10 – 20 menit.

Kapan rendam kaki di air hangat dilakukan ?

Rendam kaki di air hangat bisa dilakukan kapan saja. Ibu yang boleh melakukan rendam kaki hangat adalah ibu yang mengeluh sakit pada bagian punggung, sakit pada tulang, pusing, susah tidur, cemas “

Siapa yang boleh melakukan Terapi Rendam Kaki?

Terapi rendam kaki dapat diberikan pada klien yang mengalami sakit punggung, nyeri sendi, sakit kepala, hipertensi, nyeri panggul, gangguan tidur, stress, komplikasi, dan radang sendi.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KH ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R



Gambar 10 : Terapi Rendam Kaki

Bagaimana melakukan Terapi Rendam Kaki ?

Rendam kaki pada air hangat dapat dilakukan dengan cara seperti berikut :

- a. Siapkan baskom, tuangkan air hangat sebanyak 1 L;
- b. Pastikan air pada suhu 37-39 dengan menggunakan termometer air, apabila tidak punya termometer air, ibu bisa merasakan bahwa air hangat kuku;
- c. Ibu bisa duduk di kursi atau di kasur

- d. Baskom yang telah diisi air hangat diletakkan di bawah;
- e. Rendam kaki dengan air hangat selama 10-20 menit;
- f. Bilas kaki dengan air bersih
- g. Keringkan kaki dengan tisu atau handuk

Apa Manfaat Terapi Rendam Kaki

Rendam kaki di air hangat bermanfaat untuk :

- a. Memperlancar peredaran darah dan meningkatkan aliran darah ke bagian tubuh.
- b. Mengurangi gumpalan darah khususnya di bagian pembuluh darah vena yang mengalami cedera.
- c. Meningkatkan aliran nutrisi diseluruh sel tubuh
- d. Mengeluarkan zat sisa hasil metabolisme
- e. Otot menjadi relaksasi
- f. Memberikan rasa nyaman dan hangat pada daerah yang direndam.

Bagaimana dampak Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil?

Pada ibu hamil yang cemas, maka ada gangguan pada hormon kortisol. Hormon kortisol merupakan hormon yang berfungsi untuk mengatur tingkat stres dalam pikiran dan tubuh seseorang. Pada saat ibu mengalami kondisi keadaan bahaya atau bingung atau takut, maka bagian otak yang disebut hipotalamus akan memerintahkan kelenjar pituitari untuk mengeluarkan hormon yang disebut hormon adrenokortikotropik (ACTH). ACTH ini akan memerintahkan kelenjar adrenal untuk melepaskan hormon kortisol. Hormon kortisol akan masuk ke aliran darah sehingga membuat detak jantung semakin cepat, kebutuhan oksigen di otak meningkat, energi dikeluarkan sehingga tubuh akan mengalami stress berlebih.

2. Terapi Menarik nafas dalam (relaksasi nafas dalam)

Apa itu terapi relaksasi nafas dalam ?

Terapi relaksasi menarik nafas dalam merupakan tindakan atau cara melakukan nafas dalam, bernafas dengan lambat dan menghembuskan nafas dengan pelan pelan. Dengan bernafas seperti ini makan rasa sakit atau nyeri akan berkurang, volume paru meningkat, dan semakin banyak oksigen yang masuk ke dalam tubuh.

Apa Manfaat Terapi Menarik Nafas Dalam?

Beberapa latihan olah napas, bermeditasi, seperti yoga atau taichi efektif untuk menurunkan hormon stres.

Manfaat menarik nafas dalam adalah

- a. Oksigen semakin banyak yang masuk dalam tubuh
- b. Aliran darah menjadi lancar
- c. Tubuh menjadi rileks/ tenang.

Bagaimana cara Pelaksanaan Terapi Relaksasi Nafas Dalam ?

Relaksasi nafas dalam dapat dilakukan dengan cara seperti berikut :

- a. Ibu duduk rileks, kaki tidak menggantung atau bisa tidur terlentang.
- b. Ibu menarik nafas perlahan lahan dan lama (hitungan 1 – 5) melalui hidung
- c. Ibu mengeluarkan nafas perlahan lahan melalui mulut
- d. Tindakan ini dapat dilakukan selama 15 menit.





K
LEMBER
Gambar 11: Terapi nafas dalam

Apa Pengaruh Relaksasi Nafas Dalam terhadap kecemasan dan tekanan darah ?

Ibu yang sering melakukan terapi nafas dalam akan merasakan beberapa perubahan yaitu oksigenasi yang masuk semakin banyak sehingga ibu semakin rileks.

Ibu yang melakukan nafas dalam akan merangsang keluarnya zat yang disebut dengan oksida nitrat. Zat ini akan membuat seseorang menjadi tenang. Zat oksida nitrat akan masuk ke dalam paru paru dan bisa sampai ke pusat otak. Hal ini dapat membantu menurunkan tekanan darah tinggi.

Saat ibu mengambil nafas dalam maka tubuh akan mengirimkan tanda ke otak untuk memperlambat reaksi di otak. Hal ini akan mampu memperlambat denyut jantung serta menurunkan tekanan darah yang tinggi.

3. Hipnotis lima jari

Apa itu Hipnotis lima jari ?

Terapi hipnosis 5 jari merupakan salah satu tindakan menghipnotis diri sendiri dengan membayangkan dan memikirkan pengalaman yang menyenangkan dengan menggunakan media lima jari (ibu jari, jari telunjuk, jari tengah, jari manis, kelingking)

Teknik hipnosis lima jari merupakan tindakan untuk mengalihkan ke pengalaman yang menyenangkan sehingga tubuh akan relaks, cemas berkurang, ketegangan berkurang dan ibu tidak stres. Selain itu dengan melakukan hipnotis lima jari maka kondisi fisik yang terjadi adalah pernafasan lega dan teratur, denyut jantung normal, tekanan darah menurun, mengurangi ketegangan otot, tidak diproduksi hormon penyebab stres.

Apa manfaat hipnotis lima jari?

Terapi hipnosis lima jari memberikan manfaat antara lain:

- a. Batin menjadi tenang
- b. Cemas berkurang
- c. Tidak gelisah
- d. Mengurangi ketegangan
- e. Tekanan darah menurun
- f. Detak jantung lebih teratur
- g. Tidur menjadi nyenyak.

Bagaimana cara melakukan Hipnotis Lima

Jari ?

- a. Lingkungan harus nyaman, hening, jauh dari kebisingan
- b. Pencahayaan redup dan tenang (tidak silau)
- c. Posisi ibu harus nyaman dan rileks, terlentang atau duduk dengan kaki TIDAK menggantung.

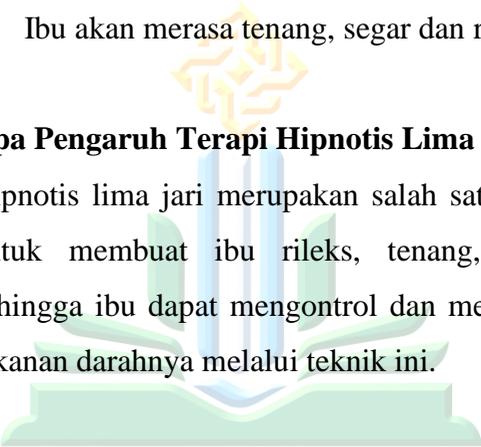
- d. Ibu menyentuhkan ibu jari dengan keempat jari nya secara bergantian (latihan dulu apakah ibu bisa menyentuhkan ibu jari dengan keempat ibu jarinya)
- e. Ibu menarik nafas dalam 2 – 3 kali, rileks, kalau perlu diiringi oleh musik yang tenang dan disukai
- f. Bila ibu sudah rileks minta klien untuk menutup mata agar rileks, dengan diiringi musik (jika klien mau), pandu klien untuk menghipnosis dirinya sendiri.
- g. Ibu meniatkan dalam hati “ saya berniat untuk relaksasi, tenang dan nyaman”.
- h. Ibu merasakan nikmat Tuhan dan bersyukur terhadap apa yang dialami saat ini sambil menarik nafas dalam. Setiap hembusan nafas ibu, ibu merasakan rileks.
- i. Sambil ibu melakukan nafas dalam, ibu menyentuhkan **ibu jari dengan jari telunjuk** mengatakan pada diri sendiri di

- dalam hati “ betapa bersyukurya saya atas kehamilan saat ini, saya senang, bahagia”
- j. Ibu memindahkan sentuhan ibu jari ke jari tengah sambil mengatakan dalam hati : “ suami, ibu, saudara, tetangga, kerabat adalah orang yang baik yang akan menolong saya saat saya membutuhkan khususnya mulai kehamilan sampai anak saya lahir”
 - k. Ibu memindahkan sentuhan ibu jari ke jari manis sambil membayangkan dan mengatakan dalam hati “ ketika bayi saya lahir, tangisan pertama bayi saya adalah yang saya tunggu, hadiah yang membahagiakan”
 - l. Ibu memindahkan ibu jari ke jari manis sambil membayangkan dan mengatakan dalam hati “ rumah saya akan menjadi ramai, menyenangkan dan bahagia dengan adanya bayi saya. Semua orang di rumah tidak akan kesepian, semua akan tertawa lepas”

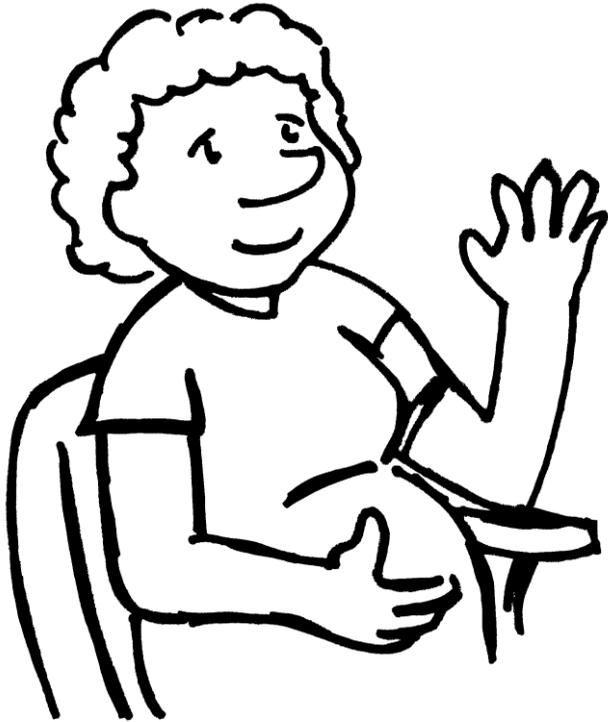
- m. Setelah semua jari tersentuh, ibu menarik nafas dalam lagi sambil merasakan semua kebahagiaan tersebut selama 5 – 10 menit.
- n. Setelah ibu merasa cukup, ibu akan menarik nafas sambil membuka matanya pelan pelan. Ibu akan merasa tenang, segar dan rileks.

Apa Pengaruh Terapi Hipnotis Lima Jari ?

Hipnotis lima jari merupakan salah satu metode untuk membuat ibu rileks, tenang, nyaman sehingga ibu dapat mengontrol dan menurunkan tekanan darahnya melalui teknik ini.



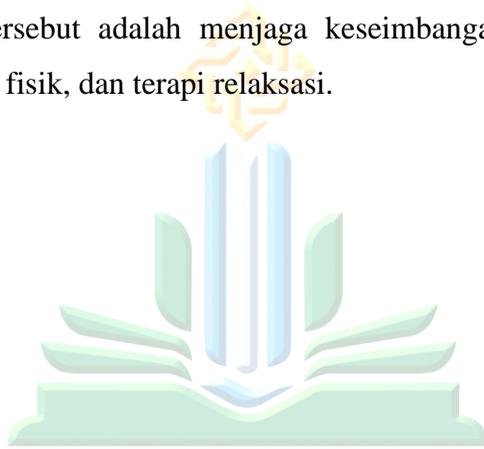
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KH ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R



Gambar 12: Terapi Hipnotis lima jari

D. Rangkuman

Beberapa terapi komplementer bisa dilakukan oleh ibu hamil untuk meningkatkan kesejahteraan dan kesehatannya. Terapi ini merupakan terapi yang mudah dilakukan dan tidak membutuhkan biaya. Beberapa terapi tersebut adalah menjaga keseimbangan nutrisi, aktivitas fisik, dan terapi relaksasi.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KH ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

REFERENSI

- Cristina, A., L. Ferreira, dan P. Akerman. 2017. Stress and anxiety in pregnant women from a screening program for maternal-fetal risks. *Journal of Gynecology&Obstetrics*. 1–4.
- Cunningham, F. 2013. Hipertensi dalam Kehamilan Edisi 18. Jakarta: EGC.
- Darmasanti, P., R. Anggraini, dan Setianingsih. 2018. Pengaruh rendam kaki dengan air hangat terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester iii di puskesmas pegandon kendal. *Jurnal Keperawatan Dan Pemikiran Ilmiah*. 4(1):1–10.
- Elsanti, D., Yulistika, D., Yuliarti. (2016). Hubungan Antara Tingkat Stress Dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Pre Eklamsi Pada Ibu Hamil Di Wilayah Puskesmas Kalibagor. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan PKM Kesehatan Vol 6, No.1*.
- Ghojazadeh, M. et al. 2013. Prognostic Risk Factors For Early Diagnosing Of Preeclampsia In Nulliparas. *Nigerian medical journal : journal of the Nigeria Medical Association*. 54(5). pp. 344–8. doi: 10.4103/0300-1652.122368.
- Gusti, N. dan A. Pramita. 2017. Pengaruh yoga antenatal terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil tw iii

dalam menghadapi proses persalinan di klinik
yayasan bumi sehat. *Jurnal Kesehatan Terpadu*
1(1) : 1-5 Issn : 2549 - 8479. 1(1):1–5.

Kenny, L. C. et al. 2014. Early Pregnancy Prediction Of Preeclampsia In Nulliparous Women, Combining Clinical Risk And Biomarkers: The Screening for Pregnancy Endpoints (SCOPE) International Cohort Study. *Hypertension*. 64(3), pp. 644–652. doi:

Kurki. 2010. Depression and anxiety in early pregnancy and risk for preeclampsia. *the american college of obstetricians and gynecologist*. 95(4):487–490.

Lai, J. et al. 2013. Systolic, Diastolic And Mean Arterial Pressure At 30-33 Weeks In The Prediction Of Preeclampsia. *Fetal Diagnosis and Therapy*. 33(3). pp. 173–181. doi: 10.1159/000345950.

Lowdermilk, D.L., P.E. Perry., K. Cashion. 2013. *Maternity Nursing*. Eight Edition. Singapura: Elsevier.
Terjemahan Oleh F. Sidartha dan A. Tania.
Keperawatan Maternitas. Edisi kedelapan.
Indonesia: PT Salemba Emban Patria

Mautner E, Stern C, Deutsch M, N. dan L. U. E, Greimel E. 2013. The impact of resilience on psychological outcomes in women after preeclampsia: an observational cohort study. in *health and quality of life outcomes*. Biomed Central. 194–199.

Nugteren, J. J. et al. 2012. Work-Related Maternal Risk Factors And The Risk Of Pregnancy Induced Hypertension And Preeclampsia During Pregnancy. The Generation R Study. PloS one. 7(6), p. e39263. doi: 10.1371/journal.pone.0039263.

Serudji, J., Y. S. Utomo, dan R. Machmud. 2014. Perbedaan skor kecemasan taylor minnesota anxiety scale (tmas) maternal pada kehamilan dengan preeklampsia dan hamil normal. Obgin Emas. 2(16)

Spracklen, C.N., et al. 2016. Physical Activity During Pregnancy and Subsequent Risk of Preeclampsia and Gestational Hypertension: A Case Control Study. Matern Child Health J. Springer Science Business Media New York.

Suliga, E., et al. 2017. Validation of the Pregnancy Physical Activity Questionnaire (PPAQ). Medical Studies/Studia Medyczne 2017; 33/1



BIOGRAFI PENULIS



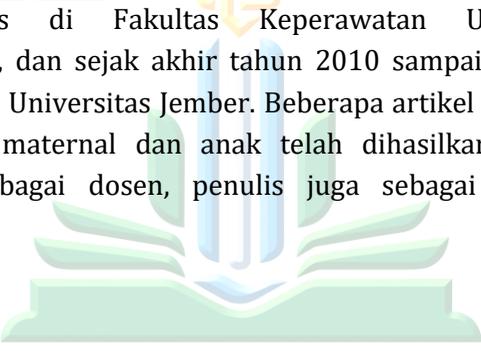
Ns. Dini Kurniawati, M.Psi., M.Kep., Sp.Kep.Mat, lahir di Nganjuk 28 Januari 1982 adalah dosen Fakultas Keperawatan Universitas Jember sejak tahun 2008 sampai sekarang. Mata kuliah utama yang diampu adalah Keperawatan Maternitas. Selain sebagai dosen beliau juga sebagai konselor menyusui, palatih pijat bayi bagi ibu, aktif di Lembaga

Pengembangan Pendidikan dan Pengajaran sebagai anggota pada Pusat Layanan Counseling dan Disabilitas Universitas Jember.

Jenjang pendidikan SDN Tanjunganom 1, SMPN 1 Tanjunganom dan SMAN 2 Kediri, DIII-Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang dan PSIK Universitas Brawijaya. Pendidikan lanjut yang ditempuh adalah Magister Psikologi di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya dan Magister Keperawatan serta Ners Spesialis Keperawatan Maternitas di Universitas Indonesia. Sebelum pindah ke Jember, ia pernah bekerja sebagai perawat di RSUD Lavalette Malang dan staf pengajar di Akademi Keperawatan PGRI Kediri.



Ratna Sari H, S.Kep.,Ns., M.Kep, lahir di Mojokerto, 11 Agustus 1981 adalah staf pengajar di Fakultas Keperawatan Universitas Jember pada Program Studi Ilmu Keperawatan. Mata kuliah utama yang diampu adalah Keperawatan Maternitas. Pendidikan Magister bidang Keperawatan Maternitas di Fakultas Keperawatan Universitas Indonesia, dan sejak akhir tahun 2010 sampai sekarang bekerja di Universitas Jember. Beberapa artikel penelitian dibidang maternal dan anak telah dihasilkan penulis. Selain sebagai dosen, penulis juga sebagai konselor Laktasi.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KH ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

PREEKLAMPSIA DAN PERAWATANNYA

Untuk Ibu Hamil, Keluarga, Kader
maupun Khalayak Umum

Modul ini disusun untuk membantu ibu hamil, keluarga, kader dan masyarakat umum yang memerlukan informasi mengenai preeklampsia. Modul ini berisi tentang seputar kehamilan dengan preeklampsia, bagaimana memberikan perawatan pada ibu hamil dengan preeklampsia dan beberapa hal yang bisa dilakukan oleh ibu hamil dengan preeklampsia. Harapan penyusun dengan terbitnya modul ini dapat mempermudah dan membantu ibu hamil dan keluarga sehingga kesejahteraan dan kesehatan ibu dan janin meningkat.

KHD Production

<https://khdproduction.blogspot.co.id/>
Jl Kallanyar Selatan Tamanan Bondowoso
Tlp/Wa 98228213311

ISBN 978-623-93101-6-5

