KARYA ILMIAH AKHIR NERS

PENERAPAN *ANKLE PUMP EXERCISE* UNTUK MENURUNKAN EDEMA PERIFER PADA IBU PREEKLAMPSIA DENGAN MASALAH KEPERAWATAN INTOLERANSI AKTIFITAS

(Di Poli Obsgyn Rumah Sakit Umum ‘Aisyiyah Ponorogo)

DISUSUN OLEH :

AULIYA SAIFUL AZIZ
NIM 25650700

PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
2025/2026

PENERAPAN *ANKLE PUMP EXERCISE* UNTUK MENURUNKAN EDEMA PERIFER PADA IBU PREEKLAMPSIA DENGAN MASALAH KEPERAWATAN INTOLERANSI AKTIFITAS

(Di Poli Obsgyn Rumah Sakit Umum ‘Aisyiyah Ponorogo)

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Untuk Menyelesaikan Mata Kuliah Karya Ilmiah Akhir

Dalam Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo

DISUSUN OLEH :

AULIYA SAIFUL AZIZ
NIM 25650700

PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
2025/2026

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Oleh : AULIYA SAIFUL AZIZ
Judul : PENERAPAN *ANKLE PUMP EXERCISE* UNTUK MENURUNKAN EDEMA PERIFER PADA IBU PREEKLAMPSIA DENGAN MASALAH KEPERAWATAN INTOLERANSI AKTIFITAS

Telah disetujui untuk diujikan di hadapan Dewan Penguji Karya Ilmiah Akhir pada tanggal : ..13.OKTOBER..2026

Oleh :
Pembimbing

Dr. Hery Ernawati, S.Kep.,Ners.,M.Kep
NIDN. 0711117901

Mengetahui
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Saiful Nurhidayat, S. Kep., Ners., M. Kep
NIDN. 0714127901

HALAMAN PENGESAHAN DEWAN PENGUJI

Karya Tulis Oleh : AULIYA SAIFUL AZIZ
Judul : PENERAPAN *ANKLE PUMP EXERCISE* UNTUK MENURUNKAN EDEMA PERIFER PADA IBU PREEKLAMPSIA DENGAN MASALAH KEPERAWATAN INTOLERANSI AKTIFITAS

Telah diuji dan disetujui oleh Tim Penguji pada Ujian Karya Ilmiah Akhir di Program Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo, tanggal :

Tim Penguji :			Tanda Tangan
Ketua	:	Siti Munawaroh, S.Kep.,Ners.,M.Kep	: .....
Anggota	:	Dr. Hery Ernawati, S.Kep.,Ners.,M.Kep	: .....

Mengetahui
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Saiful Nurhidayat, S. Kep., Ners., M. Kep
NIDN. 0714127901

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : AULIYA SAIFUL AZIZ

NIM : 25650700

Institusi : Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Menyatakan bahwa Karya Ilmiah Akhkir Ners (KIAN) yang berjudul : "PENERAPAN *ANKLE PUMP EXERCISE* UNTUK MENURUNKAN EDEMA PERIFER PADA IBU PREEKLAMPSIA DENGAN MASALAH KEPERAWATAN INTOLERANSI AKTIFITAS DI POLI OBSGYN RSU 'AISYIYAH PONOROGO" adalah bukan karya ilmiah orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini kami buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, kami bersedia mendapatkan sangsi.

Ponorogo, 13 OKTOBER 2026

Yang Menyatakan



Auliya Saiful Aziz

NIM. 25650700

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan Hidayah Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners yang judul "PENERAPAN *ANKLE PUMP EXERCISE* UNTUK MENURUNKAN EDEMA PERIFER PADA IBU PREEKLAMPSIA DENGAN MASALAH KEPERAWATAN INTOLERANSI AKTIFITAS" sesuai waktu yang ditentukan.

Dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners studi kasus ini penulis banyak mendapatkan pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu dalam kesempatan ini penulis tidak lupa mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dr. Rido Kurnianto, M.Ag selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan kemudahan dalam pemberian ijin dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners.
2. Saiful Nurhidayat,S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan kemudahan dan izin sehingga memperlancar penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
3. Sri Andayani, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Kaprodi Profesi Ners yang telah memberikan ijin dan kemudahan sehingga Karya Ilmiah Akhir Ners ini dapat terselesaikan dengan baik.
4. Dr. Hery Ernawati, S.Kep.,Ners.,M.Kep, selaku pembimbing yang dengan kesabaran dan ketelitiannya dalam membimbing, sehingga Karya Ilmiah Akhir Ners ini dapat terselesaikan dengan baik.

5. Dr. H. Wegig Widjanarko MMR sebagai direktur Rumah sakit umum aisyiah ponorogo atas izinnya memberikan lahan obyek penelitian saya.
6. Istri dan anak yang telah membantu baik moral dan material dan tidak berhenti membantu dengan doa setulus hati sehingga saya dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners.
7. Teman-teman seperjuangan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo atas kerja sama dan motivasinya.
8. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu atas bantuan dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini. Semoga Allah SWT memberikan imbalan atas kebaikan serta ketulusan yang telah mereka berikan selam ini pada penulis.

Penulis menyadari bahwa dalam Karya Ilmiah Akhir Ners ini banyak terdapat kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan saran dan kritik sebagai masukan dalam penyempurnaan penulisan ini. Akhirnya penulis berharap semoga Karya Ilmiah Akhir Ners ini dapat diterima dan bermanfaat bagi semua.

Ponorogo, 13 OKTOBER 2026
Yang Menyatakan



Auliya Saiful Aziz
NIM. 25650700

ABSTRAK

PENERAPAN *ANKLE PUMP EXERCISE* UNTUK MENURUNKAN EDEMA PERIFER PADA IBU PREEKLAMPSIA DENGAN MASALAH KEPERAWATAN INTOLERANSI AKTIFITAS

Oleh : Auliya Saiful Aziz
NIM : 25650700

Preeklampsia dapat menyebabkan edema perifer dan intoleransi aktivitas akibat gangguan vaskular serta retensi cairan. Ankle pump exercise merupakan intervensi nonfarmakologis yang dapat membantu meningkatkan aliran balik vena dan mengurangi edema. Karya ilmiah ini bertujuan untuk mendeskripsikan penerapan *ankle pump exercise* dalam menurunkan edema perifer pada ibu hamil dengan preeklampsia dan masalah keperawatan intoleransi aktivitas.

Karya ilmiah ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus dan proses keperawatan pada Ny. S, ibu hamil dengan preeklampsia dan masalah keperawatan intoleransi aktivitas di RSU 'Aisyiyah Ponorogo. Data diperoleh melalui observasi, wawancara, pemeriksaan fisik, dan dokumentasi. Ankle pump exercise diberikan selama 4 hari, dua kali sehari, dengan durasi 3 menit setiap sesi.

Setelah penerapan intervensi, derajat edema perifer menurun yaitu tetap pada derajat 2 pada hari pertama dan kedua, menurun menjadi derajat 1 pada hari ketiga. Tekanan darah menurun dari 202/104 mmHg sebelum sesi pertama menjadi 130/80 mmHg setelah sesi terakhir. Frekuensi nadi menurun dari 90 menjadi 75 kali/menit, sedangkan frekuensi napas menurun dari 24 menjadi 20 kali/menit.

Penurunan edema menunjukkan perbaikan kondisi perifer setelah penerapan ankle pump exercise. Gerakan dorsifleksi dan plantarfleksi menyebabkan kontraksi otot betis yang mendukung aliran balik vena dan membantu mengurangi penumpukan cairan pada ekstremitas bawah. Ankle pump exercise dapat digunakan sebagai terapi pendukung dalam asuhan keperawatan pasien preeklampsia dengan edema perifer dan intoleransi aktivitas.

Kata kunci : ankle pump exercise, edema perifer, preeklampsia, intoleransi aktivitas.

ABSTRACT

APPLICATION OF ANKLE PUMP EXERCISE TO REDUCE PERIPHERAL EDEMA IN A PREGNANT WOMAN WITH PREECLAMPSIA AND THE NURSING PROBLEM OF ACTIVITY INTOLERANCE

***By* : Auliya Saiful Aziz**
***Student ID* : 25650700**

Preeclampsia can cause peripheral edema and activity intolerance due to vascular dysfunction and fluid retention. Ankle pump exercise is a non-pharmacological intervention that may improve venous return and reduce edema. This scientific paper aimed to describe the application of ankle pump exercise to reduce peripheral edema in a pregnant woman with preeclampsia and the nursing problem of activity intolerance.

This scientific paper used a descriptive method with a case study and nursing process approach involving Mrs. S, a pregnant woman with preeclampsia and activity intolerance at RSU 'Aisyiyah Ponorogo. Data were collected through observation, interviews, physical examination, and documentation. Ankle pump exercise was administered for four days, twice daily, with each session lasting three minutes.

Following the intervention, peripheral edema remained at grade 2 on days one and two, then decreased to grade 1 on day three. Blood pressure decreased from 202/104 mmHg before the first session to 130/80 mmHg after the final session. Pulse rate decreased from 90 to 75 beats per minute, while respiratory rate decreased from 24 to 20 breaths per minute.

The reduction in edema indicated an improvement in peripheral conditions following the application of ankle pump exercise. Dorsiflexion and plantarflexion movements cause calf muscle contraction, which supports venous return and helps reduce fluid accumulation in the lower extremities. Ankle pump exercise may be used as a supportive intervention in nursing care for patients with preeclampsia, peripheral edema, and activity intolerance.

Keywords : *ankle pump exercise, peripheral edema, preeclampsia, activity intolerance.*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING i
HALAMAN PENGESAHAN DEWAN PENGUJI ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN
PROPOSAL NERS iii
KATA PENGANTAR iv
ABSTRAK vi
ABSTRACT vii
DAFTAR ISI viii
DAFTAR TABEL x
DAFTAR GAMBAR xi
BAB 1 PENDAHULUAN 1
1.1 Latar Belakang 1
1.2 Rumusan Masalah 5
1.3 Tujuan Penelitian 6
1.3.1 Tujuan Umum 6
1.3.2 Tujuan Khusus 6
1.4 Manfaat Penelitian 7
1.4.1 Manfaat Teoritis 7
1.4.2 Manfaat Praktis 8
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA 9
2.1 Konsep Teori Preeklampsia 9
2.1.1 Pengertian 9
2.1.2 Etiologi 10
2.1.3 Manifestasi Klinis 11
2.1.4 Penatalaksanaan 11
2.1.5 WOC (*Web Of Causation*) 14
2.2 Konsep *Ankle Pump Exercise* 16
2.2.1 Definisi 16
2.2.2 Waktu Pelaksanaan 16
2.2.3 Gerakan Yang Akan Dilakukan 18
2.2.4 Prosedur *Ankle Pump Exercise* 18
2.3 Konsep Edema Perifer Pada Preeklampsia 21
2.3.1 Definisi 21
2.3.2 Dampak 22
2.3.3 Penilaian Derajat Edema 22
2.3.4 Patofisiologi 22
2.4 Konsep Masalah Keperawatan Intoleransi Aktifitas 23
2.4.1 Definisi 23
2.4.2 Data Mayor dan Data Minor Gejala dan Tanda 23
2.4.3 Faktor Penyebab 23
2.4.4 Penatalaksanaan 24
2.5 Asuhan Keperawatan Obstetri 24
2.5.1 Fokus Pengkajian Obstetri 24
2.5.2 Diagnosa Keperawatan 28
2.5.3 Intervensi Keperawatan 28

2.5.4 Implementasi Keperawatan 31
2.5.5 Evaluasi Keperawatan 32
2.6 EBN (Evidence Based Nurse) 34
BAB 3 Metode Laporan Kasus 44
3.1 Metode 44
3.2 Teknik Penulisan 44
3.3 Waktu dan Tempat 44
3.4 Pengumpulan Data 45
3.5 Alur Kerja (*Frame Work*) 46
3.6 Etika 47
BAB 4 Gambaran Kasus 49
4.1 Pengkajian 49
4.2 Diagnosis Keperawatan 62
4.3 Intervensi Keperawatan 63
4.4 Tindakan Keperawatan 65
4.5 Catatan Perkembangan 68
BAB 5 Pembahasan 71
5.1 Pengkajian 71
5.2 Diagnosis Keperawatan 77
5.3 Intervensi Keperawatan 78
5.4 Implementasi Keperawatan 84
5.5 Evaluasi 94
BAB 6 Kesimpulan Dan Saran 103
6.1 Kesimpulan 103
6.2 Saran 104
DAFTAR PUSTAKA 106
LAMPIRAN 110

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Intervensi Keperawatan Diagnosa 1 27
Tabel 2.2 EBN (*Evidence Based Nurse*) 1 34
Tabel 2.3 EBN (*Evidence Based Nurse*) 2 35
Tabel 2.4 EBN (*Evidence Based Nurse*) 3 36
Tabel 2.5 EBN (*Evidence Based Nurse*) 4 37
Tabel 2.6 EBN (*Evidence Based Nurse*) 5 38
Tabel 2.7 EBN (*Evidence Based Nurse*) 6 39

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 WOC Preeklampsia 14
Gambar 2.2 *Dorsiplantar Flexion* 19
Gambar 2.3 *Dorsiplantar Flexion* 20
Gambar 2.4 *Passive ankle pump exercise* 21
Gambar 3.1 *Frame Work* Penerapan A*nkle Pump Exercise* Untuk Menurunkan Edema Perifer Pada Ibu Preeklampsia Dengan Masalah Keperawatan Intoleransi Aktifitas di RSU 'Aisyiyah Ponorogo 63