

**LAPORAN AKHIR
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**



**EDUKASI TERAPI RENDAM KAKI DENGAN GARAM DAN
AROMATERAPI PADA IBU HAMIL DI BIDAN PRAKTIK
MANDIRI (BPM) MUZILATUL NISMA KOTA JAMBI**

OLEH :

**Selpyani Sinulingga, SST, M.Kes, NIDN:1030098903, Ketua
Sirly Patriani S.SiT M.Kes, NIDN:1028118701, Anggota**

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BAITURRAHIM JAMBI
AGUSTUS, 2022**

HALAMAN PENGESAHAN

Judul : Edukasi Terapi Rendam Kaki Dengan Garam Dan Aromaterapi Pada Ibu Hamil di BPM Muzilatul Nisma Kota Jambi

Pelaksana

a. Nama : Selpyani Sinulingga, SST, M.Kes
b. NIDN : 1030098903
c. Jabatan Fungsional : Lektor
d. Program Studi : Kebidanan Program Sarjana dan Pendidikan Profesi Bidan
e. Nomor HP : 082179005341
f. Bidang Keahlian : Kebidanan
g. Alamat surel (*e-mail*) : selpyani@gmail.com

Anggota (1)

a. Nama Lengkap : Sirly Patriani, S.SiT M.Kes
b. NIDN : 1028118701
c. Perguruan Tinggi : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Baiturrahim

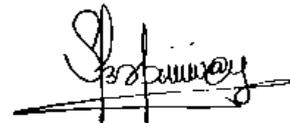
Mahasiswa yang terlibat : 2 Orang
Institusi Mitra

a. Nama Mitra : PMB Muzilatul Nisma
b. Alamat : Perum Grand Namura Lrg.Pepaya Blok F 06 Kenali Asam Atas Kota Baru Jambi

Luaran yang dihasilkan : Publikasi Ilmiah pada Jurnal ber ISSN Peningkatan pengetahuan ibu hamil

Jangka Waktu Pelaksanaan : 6 bulan
Biaya Keseluruhan : Rp. 3.000.000

Jambi, 6 Agustus 2022
Ketua Tim



Selpyani Sinulingga, SST, M.Kes
NIDN. 1030098903



RINGKASAN

Seiring dengan perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya ilmu pengetahuan dalam bidang kesehatan dan pengobatan, pengobatan tradisional menjadi suatu *trending* di masyarakat. Asuhan komplementer di beberapa komunitas kebidanan sudah menjadi bagian penting dari praktik kebidanan. Wanita khususnya ibu hamil adalah konsumen tertinggi pengobatan komplementer. Salah satu alasan asuhan komplementer menjadi pilihan klien adalah ketidakpuasan dengan pengobatan konvensional dan mengabaikan pendekatan holistik, serta kekhawatiran tentang efek samping obat. Hidroterapi dengan cara merendam kaki dengan air hangat dengan campuran garam dan aromaterapi memiliki banyak manfaat. Praktik Mandiri Bidan (BPM) Muzilatul Nisma merupakan salah satu tempat pelayanan kesehatan di Kota Jambi yang beralamat di Perumahan Grand Namura Lorong Pepaya Blok F 06 Kenali Asam Atas Jambi yang memberikan layanan kebidanan dan layanan *Mom's and Baby Spa* dengan bidan/terapis yang telah tersertifikasi. Salah satu terapi yang tersedia adalah hidroterapi dan aromaterapi. Berdasarkan survei awal yang dilakukan di BPM Muzilatul Nisma terhadap 10 Ibu hamil yang memeriksakan kehamilannya sebagian besar pernah mengalami ketidaknyamanan kehamilan dan belum mendapatkan informasi yang memadai tentang terapi penanganannya salah satunya yaitu terapi rendam kaki dengan garam dan aromaterapi dan manfaatnya pada ibu hamil. Adapun tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang terapi rendam kaki dengan garam dan aromaterapi. Pelaksanaan Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan pada 11 ibu hamil. Hasil yang didapatkan dalam kegiatan ini adalah meningkatnya pengetahuan ibu hamil tentang terapi rendam kaki dengan garam dan aromaterapi sebesar 41,25% sehingga diharapkan ibu hamil dapat meminimalisir ketidaknyamanan selama masa kehamilan. Luaran yang dicapai adalah publikasi ilmiah pada jurnal ber ISSN dan adanya peningkatan pengetahuan tentang terapi rendam kaki dengan garam dan aromaterapi

PRAKATA

Assalamualaikum Wr. Wb

Puji Syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT Karena atas rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan Laporan pengabdian kepada masyarakat yang berjudul " Edukasi Terapi Rendam Kaki Dengan Garam Dan Aromaterapi Pada Ibu Hamil di BPM Muzilatul Nisma Kota Jambi". Dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini penulis dibantu oleh banyak pihak, untuk itu penulis mengucapkan terimakasih kepada seluruh pihak yang terlibat dan membantu kelancaran pelaksanaan kegiatan ini. Penulis menyadari bahwa pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan untuk kesempurnaan pengabdian masyarakat ini. Semoga pengabdian masyarakat ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Wassalamualaikum, Wr, Wb

Jambi, 6 Agustus 2022

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
RINGKASAN	iii
PRAKATA	iv
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Analisis Situasi	1
1.2 Permasalahan Mitra	4
BAB 2 TARGET DAN LUARAN	
2.1 Target	6
2.2 Luaran	7
BAB 3 METODE PELAKSANAAN	
3.1 Waktu dan Tempat.....	8
3.2 Tujuan Kegiatan.....	8
3.3 Sasaran dan Kontribusi Peserta	8
3.4 Pelaksanaan Kegiatan	8
3.5 Monitoring dan Evaluasi.....	9
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN	10
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Kesimpulan	15
5.2 Saran	15
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Solusi.....	6
Tabel 2.2 Rencana Target Luaran.....	7
Tabel 4.1 Persentase Pengetahuan Ibu hamil tentang Terapi Rendam Kaki Dengan Garam Dan Aromaterapi Sebelum Pelaksanaan Edukasi.....	10
Tabel 4.2 Persentase Pengetahuan Ibu hamil tentang Terapi Rendam Kaki Dengan Garam Dan Aromaterapi setelah Edukasi	12

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Lokasi BPM Muzilatul Nisma.....	3
--	---

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Struktur Organisasi
- Lampiran 2 Biodata Ketua dan Anggota Tim Pengusul
- Lampiran 3 Gambaran Lokasi Mitra
- Lampiran 4 Materi
- Lampiran 5 Satuan Acara Penyuluhan
- Lampiran 6 Soal Pre Test dan Post Test
- Lampiran 7 *Leaflet*
- Lampiran 8 Uraian Penggunaan Dana
- Lampiran 9 Dokumentasi
- Lampiran 10 Surat Izin Pengabmas
- Lampiran 11 Surat Tugas Pengabmas
- Lampiran 12 Surat Keterangan Selesai Pengabmas
- Lampiran 13 Absensi

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Analisis Situasi

Indonesia adalah salah satu negara yang memiliki kekayaan hayati dan non hayati, sehingga masyarakat sejak jaman nenek moyang sangat familiar dengan penggunaan obat tradisional. Bahan baku pengobatan tradisional tersebut biasanya didapatkan dari lingkungan sekitar tempat tinggal, yang dapat digunakan oleh semua usia, termasuk ibu hamil, bersalin, nifas bahkan bayi baru lahir. Seiring dengan perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya ilmu pengetahuan dalam bidang kesehatan dan pengobatan, pengobatan tradisional ini menjadi suatu *trending* di masyarakat. Hal ini menjadi ketertarikan bagi peneliti untuk melakukan studi literature dan eksperimen penggunaan terapi tradisional tersebut untuk mengkaji lebih lengkap manfaat dan keamanannya secara ilmiah, yang selanjutnya di sebut dengan pelayanan kesehatan tradisional komplementer (Putu *et al.*, 2021)

Ruang lingkup pelayanan kebidanan komplementer mengacu pada pemberian pelayanan kesehatan tradisional komplementer yang diatur dalam Permenkes RI No 15 Tahun 2018 pasal 6, pelayanan tersebut dilakukan dengan menggunakan keterampilan, ramuan dan kombinasi dengan memadukan anatara keterampilan dan ramuan. *National Center For Complementary/Alternative Medicine* (NCCAM) membuat klasifikasi dari berbagai terapi dan sistem pelayanan dalam lima kategori. Salah satu kategori tersebut adalah terapi manipulasi dan pergerakan tubuh yaitu dengan hidroterapi (Putu *et al.*, 2021)

Hidroterapi merupakan pengobatan ilmiah dengan menggunakan air untuk menyembuhkan dan mengurangi nyeri serta berbagai penyakit ringan melalui cara yang berbeda. Hidroterapi digunakan untuk berbagai penyakit, seperti pemulihan vitalitas tubuh, meredakan nyeri pada osteoarthritis (nyeri sendi). Salah satu bentuk hidroterapi yaitu rendam kaki menggunakan air hangat. Rendam kaki air hangat merupakan kondisi kaki yang kontak

langsung dengan air hangat. Rendam kaki air hangat dilakukan pada suhu 30°C- 40°C. Sedangkan menurut penelitian (Wulandari, 2016) menyatakan bahwa hidroterapi dengan cara merendam kaki dengan air hangat bermanfaat untuk menurunkan tekanan darah, denyut jantung, meningkatkan sirkulasi, mengurangi edema, meningkatkan relaksasi otot. Selain itu, rendam kaki air hangat memberi manfaat meningkatkan rasa nyaman terhadap nyeri.

Selain hidroterapi, pelayanan kesehatan tradisional komplementer yang menggunakan cara ramuan dapat menggunakan obat tradisional. Aplikasi dalam pelayanan kebidanan yaitu ramuan tradisional herbalisme, homeopati dan aromaterapi. Aromaterapi merupakan salah satu jenis terapi atau pengobatan yang menggunakan wangi-wangian yang berasal dari tumbuhan, bunga atau pohon yang mengandung bau harum yang tidak menimbulkan efek samping. Minyak atsiri biasanya digunakan untuk mempertahankan dan meningkatkan kesehatan yang bersifat terapeutik dan bersifat menenangkan. Kedua jenis pelayanan komplementer tersebut dapat dikombinasikan sesuai dengan kebutuhan klien.

Garam spa/ garam aromaterapi merupakan salah satu produk kosmetik, sehingga keamanan dan mutu produk sangat diperhatikan. Untuk menghasilkan produk yang baik dan bermutu maka harus memenuhi persyaratan BPOM. Bahan baku garam spa adalah garam laut yang dimurnikan dan dapat ditambahkan dengan berbagai jenis esensial aromaterapi. Saat ini garam aromaterapi sudah banyak digunakan dan mudah didapat. Garam aromaterapi dipercaya dapat mengeluarkan toksin atau racun yang ada dalam tubuh. Biasanya digunakan dengan cara merendam bagian tubuh tertentu seperti kaki, untuk mengurangi rasa lelah (Laksmiani, 2015)

Perubahan fisik dan psikologis pada ibu hamil dapat menimbulkan ketidaknyamanan atau keluhan mulai dari trimester I sampai 3. Rasa mual, muntah, dan lemas akan dirasakan pada wanita yang hamil muda. Akan tetapi pada kehamilan trimester ketiga terjadinya pembesaran perut, perubahan anatomis termasuk edema pada kaki dan perubahan hormonal, hal tersebut menimbulkan berbagai keluhan pada wanita hamil. Selain terjadi perubahan

fisik, wanita hamil juga mengalami perubahan emosi diantaranya seperti perasaan takut, sedih dan senang meskipun hanya dalam beberapa menit, cenderung sensitif, mudah cemburu, minta perhatian lebih, perasaan ambivalen dan insomnia (Purba and Sembiring, 2021).

Asuhan komplementer di beberapa komunitas kebidanan sudah menjadi bagian penting dari praktik kebidanan. Wanita khususnya ibu hamil adalah konsumen tertinggi pengobatan komplementer. Salah satu alasan asuhan komplementer menjadi pilihan klien adalah ketidakpuasan dengan pengobatan konvensional dan mengabaikan pendekatan holistik, serta kekhawatiran tentang efek samping obat. Terapi komplementer dalam asuhan kebidanan dapat digunakan sebagai sarana untuk mendukung proses normal kehamilan dan kelahiran dan untuk menghormati otonomi perempuan. Pengobatan komplementer dan alternatif termasuk kedalam paradigma asuhan kebidanan. Pengetahuan tentang penggunaan terapi komplementer untuk kehamilan dan kelahiran terus dikembangkan (Setyaningsih, Novika and Safety, 2021).

Bidan Praktik Mandiri (BPM) Muzilatul Nisma merupakan salah satu tempat pelayanan kesehatan di Kota Jambi yang beralamat di Perumahan Grand Namura Lorong Pepaya Blok F 06 Kenali Asam Atas Kota Baru Jambi.

Gambar 1.1 Lokasi BPM Muzilatul Nisma



Sumber : Dokumentasi Pribadi

Praktik Mandiri Bidan Muzilatul Nisma memberikan layanan kebidanan dan layanan *Mom's and Baby Spa* dengan bidan/terapis yang telah

tersertifikasi. Salah satu terapi yang tersedia adalah hidroterapi dan aromaterapi. Berdasarkan pengamatan dilokasi bahwa jumlah ibu hamil yang memeriksakan kehamilannya selama bulan Januari hingga Februari 2022 sebanyak 20 orang. Hasil wawancara sederhana dengan 10 ibu hamil didapatkan sebagian besar ibu memiliki keluhan mengalami kesulitan tidur dan ibu hamil hanya memenuhi kebutuhan tidurnya sekitar 5 jam/hari, hal tersebut dikarenakan pada malam hari ibu hamil selalu bangun karena ingin buang air kecil, ibu hamil juga merasakan nyeri pada bagian punggung, nyeri pada ulu hati dan merasa kurang nyaman dengan kondisi fisiknya dan beberapa ibu hamil mengeluh tidak nyaman dengan kondisi kakinya yang mengalami pembengkakan. Sebagian kecil lainnya juga mengatakan cemas memikirkan proses persalinannya.

Berdasarkan survei awal tersebut juga diketahui bahwa Ibu hamil belum mendapatkan informasi yang memadai tentang terapi komplementer yang dapat membantu ibu untuk meminimalisir ketidaknyaman selama kehamilan khususnya tentang hidroterapi rendam kaki dengan air garam dan aromaterapi pada ibu hamil. Untuk itu penulis tertarik mengangkat judul “Edukasi Terapi Rendam Kaki Dengan Garam Dan Aromaterapi Pada Ibu Hamil Di BPM Muzilatul Nisma Kota Jambi”.

1.2 Permasalahan Mitra

Setiap ibu menginginkan kehamilan yang nyaman dan lancar, namun seiring dengan terjadinya perubahan baik fisik maupun psikologis pada ibu hamil, memungkinkan munculnya berbagai ketidaknyamanan selama kehamilan, untuk itu diperlukan teknik dan cara untuk meminimalisir ketidaknyamanan tersebut. Salah satu terapi yang dapat dimanfaatkan oleh ibu hamil adalah dengan hidroterapi yaitu dengan merendam kaki pada air hangat yang berisi garam aromaterapi. Terapi ini sangat di anjurkan mengingat manfaatnya sangat baik pada masa kehamilan dan terutama dalam menghadapi masa persalinan. Informasi yang didapat dari bidan Muzi bahwa sebagian besar ibu hamil yang datang ke BPM nya melakukan

pemeriksaan kehamilan dengan berbagai keluhan namun mereka tidak mengetahui terapi komplementer yang dapat membantu meringankan ketidaknyaman kehamilan tanpa harus mengkonsumsi obat-obatan. Selain itu belum adanya kegiatan sosialisai mengenai terapi rendam kaki dengan garam dan aromaterapi pada ibu hamil menguatkan kurangnya akses informasi pada ibu hamil. Untuk itu diperlukannya upaya untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai terapi tersebut.

Berdasarkan uraian tersebut permasalahan yang terjadi pada mitra dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Banyak ibu hamil mengalami ketidaknyamanan selama kehamilan
2. Kurangnya informasi mengenai penanganan ketidaknyamanan selama kehamilan selain obat (Terapi Komplementer)
3. Belum adanya sosialisasi tentang hidroterapi dan aromaterapi bagi ibu hamil.

BAB 2 TERGET DAN LUARAN

2.1 Target

Berdasarkan informasi yang diperoleh terkait permasalahan mitra seperti yang diuraikan sebelumnya, tim pengabdian masyarakat ingin memberikan target penyelesaian terhadap permasalahan yang dihadapi mitra seperti pada tabel berikut ini :

Tabel 2.1 Solusi

No	Masalah	Target Penyelesaian
1.	Banyak ibu hamil mengalami ketidaknyamanan selama kehamilan	Pemberian edukasi tentang terapi rendam kaki dan aromaterapi pada ibu hamil di PMB Muzilatul Nisma Kota Jambi. Edukasi kesehatan yang diberikan berisikan : a. Pengertian Terapi Rendam Kaki dan Aromaterapi b. Manfaat Terapi Rendam Kaki c. Jenis dan Manfaat Aromaterapi d. Persiapan terapi e. Teknik dan cara pemanfaatan Terapi Rendam Kaki dengan Aromaterapi
2.	Kurangnya informasi mengenai penanganan ketidaknyamanan selama kehamilan selain obat (Terapi Komplementer)	
3.	Belum adanya sosialisasi tentang hidroterapi dan aromaterapi bagi ibu hamil	

2.2 Luaran

Adapun rencana luaran dalam kegiatan pengabdiaan kepada masyarakat ini dapat dilihat pada tabel 2.1 di bawah ini :

Tabel 2.2 Rencana Luaran

No	Jenis Luaran	Indikator Capaian
Luaran Wajib		
1	Publikasi ilmiah pada jurnal ber ISSN	Submit
2	Peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang Terapi Rendam Kaki dan Aromaterapi	Meningkat
3	Perbaikan tata nilai masyarakat (seni budaya, social politik keamanan, ketentraman, pendidikan, kesehatan)	Meningkat
Luaran Tambahan		
1	Publikasi media cetak/ online repository	Tidak ada
2	HaKI	Terdaftar
3	Buku berISBN	Tidak ada
4	Bahan Ajar	Tidak ada
5	<i>Invited speaker/ Keynote speaker/visiting lecturer</i>	Tidak ada

BAB 3

METODE PELAKSANAAN

3.1 Waktu dan Tempat Kegiatan

Rangkaian kegiatan ini dilaksanakan pada bulan Maret sampai Agustus tahun 2022 di BPM Muzilatul Nisma.

3.2 Tujuan Kegiatan

Tujuan dari kegiatan pengabdian ini yaitu melakukan edukasi dengan memberikan pendidikan kesehatan / penyuluhan pada ibu hamil dengan harapan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu hamil untuk melakukan Terapi Rendam Kaki dan Aromaterapi untuk mengurangi ketidaknyamanan selama proses kehamilan.

3.3 Sasaran dan Kontribusi Peserta

Sasaran dalam kegiatan ini adalah Ibu hamil yang melakukan pemeriksaan kehamilan di BPM Muzilatul Nisma, dengan jumlah peserta sebanyak 15 orang ibu hamil. Adapun kontribusi sasaran dalam pengabdian masyarakat ini adalah menjadi peserta kegiatan pengabdian, mengikuti *pre* dan *post-test* untuk mengetahui peningkatan pengetahuan Ibu hamil.

3.4 Pelaksanaan Kegiatan

Tahapan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah sebagai berikut:

1. Tahap persiapan
 - a. Mengkaji dan menganalisis data
 - b. Mengidentifikasi masalah
 - c. Menyusun proposal kegiatan pengabdian kepada masyarakat
 - d. Menyusun SAP dan materi serta mendesain media edukasi

- e. Menyiapkan lembar *pre-test* dan *post-test*
 - f. Pelaksanaan monev persiapan pengabmas
 - g. Mengurus izin lokasi pengabdian kepada masyarakat
2. Pelaksanaan kegiatan
 - a. Perkenalan antara tim pengabdian kepada masyarakat dengan sasaran
 - b. Penjelasan kegiatan yang akan dilakukan dalam melibatkan sasaran
 - c. Memberikan lembar *pre-test*
 - d. Memberikan edukasi Terapi Rendam Kaki dan Aromaterapi
 - e. Memberikan lembar *post-test*
 - f. Penutupan
 3. Penyusunan laporan dan Submit jurnal pengabmas
 - a. Merumuskan hasil pengabdian kepada masyarakat
 - b. Mengumpulkan dokumentasi dan lampiran yang mendukung (daftar hadir, foto-foto, dan surat-surat)
 - c. Pelaksanaan monev oleh tim Reviwer STIKes Baiturrahim
 - d. Membuat artikel pengabmas dan melakukan Submit jurnal
 - e. Menyerahkan laporan kepada tim PPPM

3.5 Monitoring dan Evaluasi

Monitoring dan evaluasi (Monev) dilakukan dengan teknik wawancara langsung kepada sasaran. Cakupan Monev dalam kegiatan ini meliputi:

1. Monev perencanaan

Pada aspek ini tim akan mengevaluasi kondisi mitra, tujuan program, permasalahan dan pemecahan masalah mitra, isi materi dan praktik kegiatan, media/alat yang digunakan, sasaran dalam kegiatan pengabdian, waktu pelaksanaan evaluasi (berapa lama, dan kapan evaluasi dilaksanakan), sarana dan prasarana, dan dana yang digunakan.

2. Monev pelaksanaan kegiatan

Indikator keberhasilan pada aspek ini terkait keberhasilan tim dalam pencapaian materi, partisipasi dan umpan balik dari peserta serta *pre-test* dan *post-test* pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat

BAB 4

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini telah terlaksana yaitu berupa pemberian edukasi tentang terapi rendam kaki dengan garam dan aromaterapi diikuti demonstrasi teknik pelaksanaan terapi rendam kaki. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 28 Juli 2022 di PMB Muzilatul Nisma. Metode yang digunakan pada kegiatan ini adalah dengan melakukan pemberian materi edukasi dengan media *Leaflet* dan demonstrasi langsung tentang teknik dan cara pelaksanaan terapi rendam kaki dengan garam dan aromaterapi serta langsung dipraktikkan oleh ibu hamil. Materi yang diberikan yaitu tentang Pengertian terapi rendam kaki; manfaat terapi rendam kaki untuk ibu hamil; informasi tentang garam dan aromaterapi serta dilanjutkan dengan demonstrasi Teknik dan cara pemanfaatan terapi Rendam kaki dengan garam dan aromaterapi kepada ibu hamil.

Kegiatan ini dihadiri oleh 17 orang, yang terdiri dari 11 orang peserta yang merupakan ibu hamil dengan tingkat kehadiran 73% dengan kategori usia kehamilan trimester II dan Trimester III, 2 orang bidan pelaksana dari PMB Muzilatul Nisma dan 4 orang tim dari institusi Stikes Baiturrahim yang terdiri dari 2 orang Dosen dan 2 orang Mahasiswa program sarjan bidan.

Sebelum kegiatan dimulai para peserta diminta untuk melakukan *pre-test* dengan menggunakan media lembar *pre-test* yang telah disediakan. Berikut ini adalah hasil evaluasi pengetahuan ibu sebelum diberikan edukasi yang dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 4.1. Persentase Pengetahuan Ibu hamil tentang Terapi Rendam Kaki Dengan Garam Dan Aromaterapi Sebelum Pelaksanaan Edukasi

No	Komponen Pengetahuan	Baik	Tidak Baik	Jumlah (%)
1	Definisi Terapi Rendam Kaki	54,5%	45,5%	100
2	Manfaat Terapi Rendam Kaki	27,2 %	72,8 %	100
3	Garam Untuk Terapi Rendam Kaki	54,5%	45,5 %	100
4	Definisi Aromaterapi	72,7%	27,3%	100
5	Cara Menggunakan Aromaterapi	36,3%	63,7%	100
6	Teknik Terapi Rendam Kaki Dengan Garam Dan Aromaterapi	43,6%	56,4%	100

Pada Tabel 4.1 diketahui bahwa ibu hamil mayoritas belum memiliki pengetahuan yang baik tentang Terapi Rendam Kaki Dengan Garam Dan Aromaterapi, hal ini dapat dilihat dari presentasi yang belum tinggi, dari 6 pengetahuan yang digali hanya definisi aromaterapi yang mayoritas dijawab tepat oleh ibu hamil yaitu sebesar 72,7%, sedangkan yang menjawab salah tentang definisi Terapi Rendam Kaki sebesar 45,5 %, manfaat terapi rendam kaki sebesar 72,8 %, jenis garam untuk terapi sebesar 45,5 %, cara menggunakan aromaterapi 63,7% dan teknik terapi rendam kaki dengan garam dan aromaterapi mayoritas ibu hamil belum menjawab dengan tepat sebesar 56,4%.

Rendam kaki dengan air hangat merupakan salah satu jenis hidroterapi yang menggunakan media air hangat sebagai bahan terapi berbagai masalah kesehatan dan berdampak fisiologis bagi tubuh (Solechah, Masi and Rottie, 2017).

Hidroterapi dapat menurunkan tekanan darah jika dilakukan secara rutin. Secara ilmiah air hangat mempunyai dampak fisiologis bagi tubuh. Pertama berdampak pada pembuluh darah dimana hangatnya air membuat sirkulasi darah menjadi lancar, yang kedua adalah faktor pembebanan di dalam air yang akan menguatkan otot-otot dan ligamen yang mempengaruhi sendi tubuh (Lalage, 2015)

Penelitian (Wulandari, 2016) yang menyatakan bahwa hidroterapi dengan cara merendam kaki dengan air hangat bermanfaat untuk menurunkan tekanan darah, meningkatkan sirkulasi, mengurangi edema, meningkatkan relaksasi otot. Selain itu, manfaat rendam kaki dengan air hangat adalah dapat meningkatkan rasa nyaman terhadap nyeri, mengurangi spasme otot, manfaat lain rendam kaki dengan air hangat adalah dapat meningkatkan dan mempertahankan daya tahan tubuh.

Terapi rendam kaki air hangat mampu mengurangi tingkat stress dengan cara merangsang produksi endorphen yang memiliki sifat analgesik yaitu tubuh yang lelah akan menjadi segar dan mengurangi rasa letih yang berlebihan. Berendam menggunakan air hangat dapat melepaskan dan meningkatkan sekresi hormon kortisol yang dapat menimbulkan rasa kegembiraan bagi seseorang. Pada terapi merendam kaki dengan air hangat dapat menyebabkan efek sopartifik (efek

ingin tidur), hal ini kemungkinan dapat disebabkan oleh peningkatan sekresi hormon melatonin sebagai dampak dari rendam air hangat pada kaki sehingga seseorang yang merendam kakinya dengan air hangat dapat meningkat kualitas tidurnya. Manfaat rendam kaki terutama pada penurunan tekanan darah juga sejalan dengan penelitian (Aryani and Zayani, 2020) yang menyatakan bahwa hidroterapi dengan perendaman kaki menggunakan air hangat efektif menurunkan hipertensi wanita hamil.

Rangkaian kegiatan selanjutnya adalah pemberian materi edukasi tentang Terapi Rendam Kaki Dengan Garam Dan Aromaterapi dengan menggunakan media *Leaflet* yang telah diberikan kepada masing-masing peserta. Dalam penyampaian materi diiringi dengan diskusi/tanya jawab seputar Terapi Rendam Kaki Dengan Garam Dan Aromaterapi. Tahap berikutnya adalah pelaksanaan demonstrasi teknik dan cara pemanfaatan Terapi Rendam Kaki Dengan Garam Dan Aromaterapi kepada ibu hamil. Kegiatan ini diawali dengan demostrasi cara mempersiapkan air yang digunakan pada Terapi Rendam Kaki Dengan Garam Dan Aromaterapi yang benar oleh Bidan Muzi bersama-sama dengan tim dosen Stikes Baiturrahim, kemudian dilanjutkan dengan praktik secara langsung kepada perwakilan peserta dengan pendampingan bidan dan tim dosen. Berdasarkan hasil pengamatan peserta sangat antusias dan merasa lebih nyaman selama melakukan terapi Terapi Rendam Kaki Dengan Garam Dan Aromaterapi ini.

Diakhir kegiatan peserta diminta untuk mengisi lembar *post-tes* sebagai media untuk mengevaluasi hasil kegiatan yang telah dilaksanakan. Temuan yang didapati berikutnya pada saat kegiatan adalah terjadinya perubahan tingkat pengetahuan peserta tentang Terapi Rendam Kaki Dengan Garam Dan Aromaterapi yang menunjukkan bahwa ibu hamil memiliki peningkatan pengetahuan yang baik tentang terapi ini. Hasil evaluasi pengetahuan ibu setelah diberikan edukasi yang dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 4.2. Persentase Pengetahuan Ibu hamil tentang Terapi Rendam Kaki Dengan Garam Dan Aromaterapi Setelah Edukasi

No	Komponen Pengetahuan	Baik	Tidak Baik	Jumlah (%)
1	Definisi Terapi Rendam Kaki	100%	0%	100

2	Manfaat Terapi Rendam Kaki	90,9 %	9,1%	100
3	Garam Untuk Terapi Rendam Kaki	72,7%	27,3 %	100
4	Definisi Aromaterapi	100%	0 %	100
5	Cara Menggunakan Aromaterapi	90,9%	9,1 %	100
6	Teknik Terapi Rendam Kaki Dengan Garam Dan Aromaterapi	81,8%	18,2%	100

Tabel 4.2 menunjukkan bahwa ibu hamil memiliki peningkatan pengetahuan yang baik tentang Terapi Rendam Kaki Dengan Garam Dan Aromaterapi. Terjadi peningkatan rata-rata sebesar 41,25% pengetahuan lebih baik setelah kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan.

Peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang Terapi Rendam Kaki Dengan Garam Dan Aromaterapi ini didukung dengan penggunaan media leaflet. Leaflet merupakan media yang berisi tulisan dengan kalimat-kalimat yang singkat, padat, mudah dimengerti dan gambar-gambar yang sederhana. Kelebihan media leaflet sebagai media pembelajaran adalah penyajian media leaflet yang sederhana dan ringkas. Media leaflet dapat didistribusikan dalam berbagai kesempatan. Desain yang sederhana tersebut membuat penerima tidak membutuhkan banyak waktu dalam membacanya.

Menurut (Notoatmodjo, 2014) Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan yang terjadi melalui panca indra manusia yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam bentuk tindakan seseorang (*overt behavior*), perilakunya didasari oleh pengetahuan.

Setelah mendapatkan informasi mengenai *Terapi rendam kaki dengan garam dan aromaterapi* pada ibu hamil diharapkan munculnya ketidaknyamanan kehamilan dapat di minimalisir. Salah satu bentuk ketidaknyaman pada ibu hamil misalnya bengkak pada kaki, nyeri punggung, peningkatan tekanan darah, kelelahan dan kecemasan. Selain dengan rendam kaki dengan air hangat dan garam, salah satu terapi nonfarmakologi lain yang dapat mengurangi tekanan darah adalah aromaterapi karena dapat meningkatkan ketenangan dan kenyamanan. Aromaterapi yang dihirup dapat menyentuh pusat emosi dan

menyeimbangkan kondisi emosional. Aromaterapi efektif menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Aromaterapi adalah cara merawat tubuh dan/atau menyembuhkan penyakit dengan bantuan minyak atsiri. Minyak atsiri ini akan menghasilkan bau atau wangi yang harum karena mudah menguap. Dengan cara ini, wewangian yang dihasilkan dapat memberikan kenyamanan atau meningkatkan kesehatan orang yang menghirupnya.(Wulan and Wafiyah, 2018).

Pada tahap akhir kegiatan pengabdian masyarakat ini, ibu hamil juga dilakukan evaluasi berupa pertanyaan sederhana yang langsung ditanyakan setelah pelaksanaan terapi. Yang pertama adalah apakah yang ibu rasakan setelah melakukan terapi *Rendam Kaki dengan garam dan aromaterapi*. Ibu hamil yang melakukan terapi ini mengatakan nyaman dan rileks. Ibu mengatakan bahwa merendam kaki dengan di air hangat dengan campuran garam dan aromaterapi memberikan sensasi rasa nyaman terutama pada kaki, punggung dan pinggang ibu. Sensasi nyaman ini juga membantu ibu untuk mengurangi keluhan nyeri dan pegal-pegal serta kecemasan dan kelelahan yang sering dialami ibu hamil, terutama ibu hamil yang telah memasuki trimester III.

Kemudian pertanyaan kedua adalah apakah ibu mau melakukan terapi ini secara rutin. Ibu hamil yang telah mencoba terapi ini sangat senang setelah mengetahui banyaknya manfaat dengan melakukan terapi ini. Untuk itu ibu hamil mau dan bersedia untuk melakukan terapi ini secara rutin baik secara mandiri maupun dengan menggunakan jasa bidan

Berdasarkan hasil evaluasi akhir juga diperoleh informasi bahwa seluruh ibu hamil yang menjadi peserta pengabdian masyarakat ini sangat antusias dan bersedia untuk kembali melakukan terapi *Rendam kaki dengan garam dan aromaterapi* ini, sehingga tindak lanjut berikutnya adalah peningkatan sosialisasi terapi ini kepada masyarakat luas secara umum dan terkhusus pada ibu hamil agar dapat mewujudkan masa kehamilan yang nyaman, aman dan lancar.

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Rendam kaki dengan air hangat adalah salah satu jenis hidroterapi yang menggunakan media air hangat sebagai bahan terapi berbagai masalah kesehatan. Terapi ini sangat bermanfaat pada ibu hamil untuk membantu meminimalisir ketidaknyamanan selama melewati masa kehamilan. Pada pelaksanaan pengabdian masyarakat ini kehadiran peserta sebesar 73,3 % dan diperoleh hasil adanya peningkatan pengetahuan ibu tentang Terapi rendam kaki dengan garam dan Aromaterapi yaitu sebesar 41,25 %. Pada pelaksanaan kegiatan peserta memperlihatkan respon yang sangat antusias dan setiap peserta bersedia melaksanakan terapi rendam kaki secara mandiri.

5.2 Saran

Untuk penyelenggara Layanan Kebidanan diharapkan dapat lebih aktif mengedukasi dan memfasilitasi berbagai kegiatan pemberian informasi kesehatan kepada ibu hamil sehingga dapat membantu ibu dalam mengurangi ketidaknyamanan dan juga membantu mengoptimalkan kesehatan ibu pada saat menghadapi proses persalinan dan pasca persalinan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aryani, N. and Zayani, N. (2020) 'Penurunan Tekanan Darah Wanita Hamil dengan Perendaman Kaki Air Hangat', *Jurnal Sehat Mandiri*, 15(2), pp. 81–89. doi: 10.33761/jsm.v15i2.294.
- Laksmiani, L. warditiani; aresanti (2015) 'Pelatihan Pemanfaatan garam krosok menjadi garam Spa (Bath Salth dan Foot Salt) Di desa Jimbaran Kuta Selatan Badung Bali', *Jurnal Pengabdian Masyarakat Udayana Mengabdi*, 14(2), pp. 91–94.
- Lalage, Z. (2015) *Hidup Sehat Dengan Terapi Air*. Jawa Tengah: Klaten Abata Press.
- Notoatmodjo, S. (2014) *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Purba, A. and Sembiring, R. (2021) 'Implementasi Pelayanan Terapi Relaksasi Dalam Asuhan Kehamilan', *in Media*, 2(September), p. 114.
- Putu, P. N. E. *et al.* (2021) *Pelayanan Kebidanan Komplementer*. Banda Aceh: Syiah Kuala University Press.
- Setyaningsih, D., Novika, A. G. and Safety, H. (2021) 'Pemanfaatan Terapi Komplementer Pada Asuhan Antenatal: Studi Kualitatif Utilization of Complementary Therapies in Antenatal Care : Qualitative Study', *Seminar Nasional UNRIYO*, pp. 172–179.
- Solechah, N., Masi, G. N. . and Rottie, J. V (2017) 'Pengaruh rendam kaki dengan air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi di Puskesmas Bahu Manado', *eJournal Keperawatan*, 5(1), pp. 358–364. Available at: <http://repository.uinjkt.ac.id>.
- Wulan, E. S. and Wafiyah, N. (2018) 'Keperawatan Gerontik Di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Kabupaten Kudus', *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 7(1), p. 10.
- Wulandari, P. (2016) 'Pengaruh Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat dengan Campuran Garam dan Serai Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Podorejo RW 8 Ngaliyan', *Keperawatan*, 7(1), pp. 43–47. Available at: <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/keperawatan/article/viewFile/3918/4397>.

LAMP IRAN

Lampiran 1. Susunan Organisasi Tim Pengabdian dan Pembagian Tugas

No	Nama / NIDN	Instansi Asal	Bidang Ilmu	Alokasi Waktu (jam/minggu)	Uraian Tugas
1	Selpyani Sinulingga 1030098903	STIKes Baiturrahim	Ilmu Kesehatan Masyarakat (Kespro)	2	<ol style="list-style-type: none">1. Menyusun proposal dan anggaran2. Mengkoordinasi kan pelaksanaan kegiatan pengabmas dengan pihak mitra3. Membuat media pengabmas4. Melaksanakan kegiatan pengabmas5. Menyusun laporan kegiatan pengabmas6. Membuat artikel pengabmas7. Submit jurnal

2	Sirly Patriani, S.SiT M.Kes 1028118701	STIKes Baiturrahim	Ilmu Kesehatan Masyarakat (Kespro)	2	<ol style="list-style-type: none"> 1. Membantu dalam penyusunan proposal 2. Membantu membuat media pengabmas 3. Berkoordinasi dengan ketua dalam pelaksanaan kegiatan pengabmas 4. Membantu dalam penyusunan laporan kegiatan pengabmas 5. Membantu dalam menyusun draft artikel pengabmas
---	--	-----------------------	---	---	---

Lampiran 2. Biodata Ketua dan Anggota Tim Pengusul

A. Identitas diri (Ketua)

1	Nama lengkap	Selpyani Sinulingga, SST, M.Kes
2	Jenis kelamin	Perempuan
3	Jabatan Fungsional	Lektor
4	NPP	-
5	NIDN	1030098903
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Sungai Buluh, 30 September 1989
7	Alamat Rumah	Perumahan The Kenali Residen Blok C.09 Rt 44 Kel.Kenali Asam Bawah Kec.Kotabaru Jambi
8	Email	selpyani@gmail.com
9	Nomor HP	085383339593
10	Alamat kantor	Jl. Prof. M. Yamin SH No. 30 Jambi
11	Nomor Faks	0741-33897
12	Lulusan yang telah dihasilkan	-
13	Mata Kuliah yang Diampu	<ol style="list-style-type: none"> 1. Asuhan Kebidanan Pada perempuan dan Anak dengan kondisi rentan 2. Askeb Pada Kasus Kompleks 3. Komunikasi Efektif Dalam Praktik Kebidanan 4. Anatomi dan Fisiologi Manusia 5. Biologi Reproduksi

B. Riwayat Pendidikan

	S-1	S-2
Nama Perguruan Tinggi	STIKes Prima Jambi	Universitas Kader Bangsa Palembang
Bidang Ilmu	Bidan Pendidik	Ilmu Kesehatan Masyarakat (Kespro)
Tahun Masuk-Lulus	2010 – 2011	2013 – 2015
Judul Skripsi / Tesis	Hubungan Disiplin Dan Lingkungan Belajar Terhadap Prestasi Belajar Mata Kuliah Keterampilan Dasar Praktek Klinik Mahasiswi Tingkat I Semester I D Iii Kebidanan Stikes Prima Jambi Tahun Akademik 2010/2011	Faktor-faktor yang berhubungan dengan sikap mahasiswa terhadap hubungan seksual (Intercourse) pra nikah di AKbid Budi Mulia Jambi Tahun 2015
Nama Pembimbing/ Promotor	<ol style="list-style-type: none"> 1. M. Doddy Izhar SKM, M.Kes 2. Ns. Sri Mulyati, M.Kes 	<ol style="list-style-type: none"> 3. Dra. Hj. Halimah Yasmin, S.Kep, M.Kes 4. Nuryusmarni, SPd, SKM, M.Kes

Pengalaman Penelitian dalam 5 Tahun Terakhir

No	Tahun	Judul penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah (Rp)
1	2019	Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Gaya Pacaran Pada Siswa SMK Kesehatan Fania Salsabila Di Kota Jambi Tahun 2019	Pribadi	2.500.000
2	2020	Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Mahasiswi Terhadap Perilaku Pencegahan Penyebaran Virus Corona Tahun 2020	Pribadi	2.500.000
3	2021	Hubungan Karakteristik Ibu Dalam Pemantauan Tumbuh Kembang Balita Di Posyandu Kenanga I Kelurahan Kebun Handil Kota Jambi Tahun 2021	Pribadi	2.500.000

C. Pengalaman Pengabdian kepada Masyarakat dalam 5 Tahun Terakhir

No	Tahun	Judul pengabdian kepada masyarakat	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah (Juta Rp)
1	2017	Penyuluhan tentang Bahaya Penggunaan Gadget pada anak Di posyandu Lavender Kel. Kenali Besar	Pribadi	1.500.000
2	2018	Pemberian sarapan bergizi di TK dan KB Mutiara dan Pemberian Penyuluhan tentang pentingnya Sarapan dalam Rangka Peringatan Hari Gizi Nasional tahun 2018	Pribadi	1.500.000
3	2019	Edukasi pacaran sehat pada siswa SMK Kesehatan Fania Salsabila Kota Jambi Tahun 2019	Pribadi	1.500.000

4	2020	Edukasi Cuci Tangan, Pembagian Masker Gratis Dan Bahan-Bahan Personal Hyigene” Tahun 2020	Pribadi	1.500.000
5	2020	Pemantauan Pertumbuhan Anak Usia Pra Sekolah Di Masa Pandemi Covid 19 Dengan 3 Indikator Antropometri Di Yayasan Pendidikan Ilham Hasibuan Kota Jambi Tahun 2020	Pribadi	1.500.000
6	2021	Penyuluhan Tentang Perawatan Payudara Pada Remaja Di Rumah Asuh Izati Jannah Kota Jambi Tahun 2021	Pribadi	1.500.000

D. Publikasi Artikel Ilmiah dalam Jurnal 5 Tahun Terakhir

No	Judul Artikel Ilmiah	Nama Jurnal	Volume/Nomor/Tahun
1	Gambaran pengetahuan, sikap dan pekerjaan ibu tentang pemberian ASI Eksklusif di PKM Kenali besar Tahun 2017	Jurnal Kebidanan Budi Mulia	Vol.9 No.9 Desember 2017
2	Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Gaya Pacaran Pada Siswa SMK Kesehatan Fania Salsabila Di Kota Jambi Tahun 2019	Jurnal Medical Science Ilmu Kesehatan Akademi Kebidanan Budi Mulia Palembang	Volume.9 No.2, Desember 2019
3	Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Mahasiswi Terhadap Perilaku Pencegahan Penyebaran Virus Corona Tahun 2020	Jurnal ilmu-ilmu Kesehatan Garuda Putih Jambi	Vol. 6 No. 2 Juni 2020

4	Hubungan Karakteristik Ibu Dalam Pemantauan Tumbuh Kembang Balita Di Posyandu Kenanga I Kelurahan Kebun Handil Kota Jambi Tahun 2021	Jurnal ilmu-ilmu Kesehatan Garuda Putih Jambi	Vol. 7 No. 1 Juni 2021
---	--	---	------------------------

E. Pemakalah Seminar Ilmiah (*oral presentation*) 5 Tahun Terakhir

No	Nama Temu Ilmiah/Seminar	Judul Artikel Ilmiah	Waktu dan Tempat
	Seminar nasional dan Oral Presentasi Hasil Penelitian dan Pengabmas	Edukasi Perawatan Payudara Pada Remaja Di Rumah Asuh Izati Jannah Kota Jambi Tahun 2021	29-30 Desember 2021 di Stikes Baiturrahim

F. Karya Buku 5 Tahun Terakhir

No	Judul Buku	Tahun	Jumlah Halaman	Penerbit
	Tidak ada			

G. Perolehan HAKI dalam 10 Tahun Terakhir

No	Judul / Tema HAKI	Tahun	Jenis	Nomor P/ID
	Pemanfaatan Birth Ball Pda Ibu Hamil Di PMB Muzilatul Nisma Kota Jabi	2022	Karya Tulis (Artikel)	EC00202222475

H. Pengalaman Merumuskan Kebijakan Publik/Rekayasa Sosial Lainnya dalam 10 Tahun Terakhir

No	Judul/Tema/Jenis Rekayasa Sosial lainnya yang telah diterapkan	Tahun	Tempat Penerapan	Respon Masyarakat
	Tidak ada			

I. Penghargaan dalam 10 Tahun Terakhir (dari pemerintah, asosiasi atau institusi lainnya)

No	Jenis Penghargaan	Institusi Pemberi Penghargaan	Tahun
	Tidak ada		

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggung jawabkan secara hukum. Apabila ternyata di kemudian hari ternyata dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksi.

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam kegiatan Penelitian/ pengabdian kepada masyarakat.

Jambi, 6 Agustus 2022

Ketua Pengusul

Selpyani Sinulingga, SST, M.Kes

NIDN. 1030098902

A. Identitas diri (Anggota)

1	Nama lengkap	Sirly Patriani, S.SiT, M.Kes
2	Jenis kelamin	Perempuan
3	Jabatan Fungsional	Lektor
4	NPP	-
5	NIDN	1028118701
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Kerinci, 28 November 1987
7	Alamat Rumah	Villa Karya Mandiri jl.Bogor, Rt 04 Kel mandala darat Kec.Jambi luar Kota, Kab muarao Jambi
8	Email	sirly28november@gmail.com
9	Nomor HP	085266093937
10	Alamat kantor	Jl. Prof. M. Yamin SH No. 30 Jambi
11	Nomor Faks	0741-33897
12	Lulusan yang telah dihasilkan	-
13	Mata Kuliah yang Diampu	1. Pelayanan Kebidanan dalam 2. Obstetri dan Ginekologi 3. Psikologi kehamilan, persalinan dan nifas 4. Komplikasi dalam kehamilan, persalinan nifas dan BBL

B. Riwayat Pendidikan

	S-1	S-2
Nama Perguruan Tinggi	Stikes Ngudi Waluyo	Universitas Kader Bangsa
Bidang Ilmu	Bidan Pendidik	Kesehatan Reproduksi
Tahun Masuk-Lulus	2008 – 2009	2013 – 2015
Judul Skripsi / Tesis	Pengaruh senam hamil terhadap kelancaran proses persalinan pada Ibu bersalin di klinik bersalin Budi Waluyo ungaran	Faktor-faktor yang berhubungan dengan pemeriksaan Antenatal Care (ANC) pada Ibu Hamil di wil kerja Puskesmas talang Bakung Jambi
Nama Pembimbing/ Promotor	Drs. Sugeng Maryanto, M.Kes Mala Primarti, Psi	Drs. H. Rusbi Azhar, M.Kes Hj. Sutriyati, SE, SKM, M.Kes

C. Pengalaman Penelitian dalam 5 Tahun Terakhir

No	Tahun	Judul penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah (Rp)
1	2018	Gambaran pengetahuan dan sikap Ibu dengan pencegahan periodontitis pada Ibu hamil di wilayah kerja puskesmas Tanjung Pinang Kota Jambi tahun 2018	Pribadi	2.500.000
2	2019	Hubungan umur dan paritas dengan kejadian plasenta previa pada Ibu bersalin di Rumah Sakit Abdul Manaf Kota Jambi	Pribadi	2.500.000
3	2020	Hubungan antara umur dan pekerjaan Ibu dengan pemeriksaan pap smear di rumah sakit umum Raden Mattaheer Jambi tahun 2020	Pribadi	2.500.000

D. Pengalaman Pengabdian kepada Masyarakat dalam 5 Tahun Terakhir

No	Tahun	Judul pengabdian kepada masyarakat	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah (Juta Rp)
1	2018	Penyuluhan tentang diare pada Anak di Posyandu Lavenda Kel. Kenali Besar	Pribadi	1.500.000
2	2019	Penyuluhan kesehatan Demam Berdarah Dengue (DBD) di posyandu rt 035 bagan pete	Pribadi	1.500.000
3	2020	Penyuluhan tentang HIV/AIDS di PT. Tanah Emas Indonesia simpang Acai	Pribadi	1.500.000

E. Publikasi Artikel Ilmiah dalam Jurnal 5 Tahun Terakhir

No	Judul Artikel Ilmiah	Nama Jurnal	Volume/Nomor/Tahun
1	Gambaran pengetahuan dan sikap Ibu dengan pencegahan periodontitis pada Ibu hamil di wilayah kerja puskesmas Tanjung Pinang Kota Jambi tahun 2018	<i>Scientia journal</i> Universitas Adiwangsa Jambi	Volume 7 No 2 (2018)
2	Hubungan umur dan paritas dengan kejadian plasenta previa pada Ibu bersalin di Rumah Sakit Abdul Manaf Kota Jambi	<i>Scientia journal</i> Universitas Adiwangsa Jambi	Volume 8 No 2 (2019)
3	Hubungan antara umur dan pekerjaan Ibu dengan pemeriksaan pap smear di rumah sakit umum Raden Mattaheer Jambi tahun 2020	Jurnal Ilmu Kesehatan Garuda Putih Jambi	Volume 6 No 2 (2020)

F. Pemakalah Seminar Ilmiah (oral presentation) 5 Tahun Terakhir

No	Nama Temu Ilmiah/Seminar	Judul Artikel Ilmiah	Waktu dan Tempat
	Tidak ada		

G. Karya Buku 5 Tahun Terakhir

No	Judul Buku	Tahun	Jumlah Halaman	Penerbit
	Tidak ada			

H. Perolehan HAKI dalam 10 Tahun Terakhir

No	Judul / Tema HAKI	Tahun	Jenis	Nomor P/ID
	Tidak ada			

I. Pengalaman Merumuskan Kebijakan Publik/Rekayasa Sosial Lainnya dalam 10 Tahun Terakhir

No	Judul/Tema/Jenis Rekayasa Sosial lainnya yang telah diterapkan	Tahun	Tempat Penerapan	Respon Masyarakat
	Tidak ada			

J. Penghargaan dalam 10 Tahun Terakhir (dari pemerintah, asosiasi atau institusi lainnya)

No	Jenis Penghargaan	Institusi Pemberi Penghargaan	Tahun
	Tidak ada		

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila ternyata di kemudian hari ternyata dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksi.

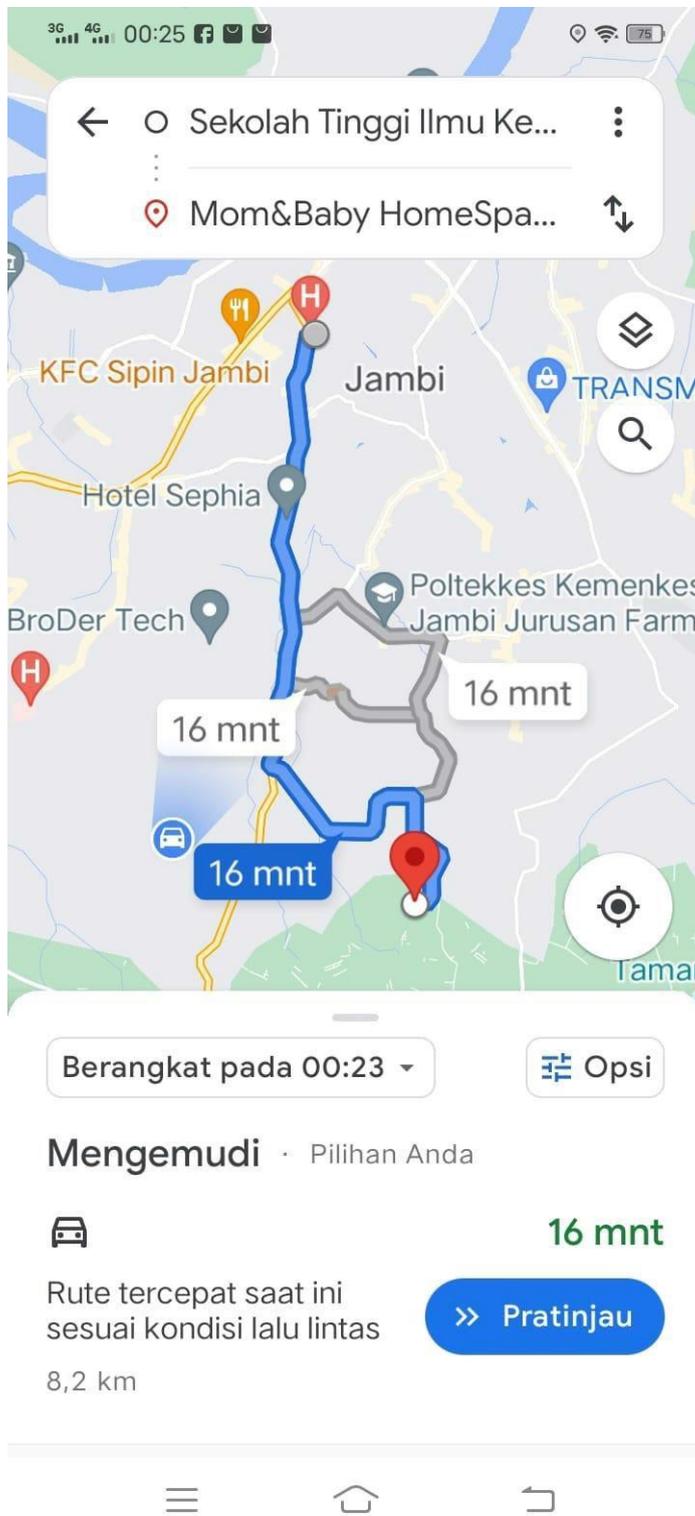
Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam kegiatan Penelitian/ pengabdian kepada masyarakat.

Jambi, 6 Agustus 2022

Anggota Pengusul

Sirly Patriani, S.SiT, M.Kes
NIDN. 1028118701

Lampiran 3. Gambar Lokasi Mitra



Lampiran 4 Materi

TERAPI RENDAM KAKI DENGAN GARAM DAN AROMATERAPI

1. Definisi Rendam Kaki dengan Air Hangat

Rendam kaki dengan air hangat adalah salah satu jenis hidroterapi yang menggunakan media air hangat sebagai bahan terapi berbagai masalah kesehatan. Rendam kaki dengan air hangat adalah salah satu jenis hidroterapi yang berdampak fisiologis bagi tubuh (Solechah, 2017).

Rendam kaki adalah terapi dengan cara merendam kaki hingga batas 10-15 cm diatas mata kaki menggunakan air hangat. Terapi ini bertujuan untuk meningkatkan aliran darah pada bagian kaki. Secara ilmiah air hangat mempunyai dampak fisiologis bagi tubuh. Pertama berdampak pada pembuluh darah dimana hangatnya air membuat sirkulasi darah menjadi lancar, yang kedua adalah faktor pembebanan di dalam air yang akan menguatkan otot-otot dan ligament yang mempengaruhi sendi tubuh (Rahim, 2015)

2. Manfaat Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat

Air hangat secara ilmiah mempunyai dampak fisiologis bagi tubuh, yaitu pada pembuluh darah dimana hangatnya suhu air membuat sirkulasi pembuluh darah menjadi lancar karena vasodilatasi pembuluh darah, kedua adalah faktor pembebanan di dalam air yang akan menguatkan otot-otot dan ligamen yang mempengaruhi sendi tubuh. Hal ini juga sesuai dengan penelitian Wulandari (2016) yang menyatakan bahwa hidroterapi dengan cara merendam kaki dengan air hangat bermanfaat untuk menurunkan tekanan darah, meningkatkan sirkulasi, mengurangi edema, meningkatkan relaksasi otot. Selain itu, manfaat rendam kaki dengan air hangat adalah dapat meningkatkan rasa nyaman terhadap nyeri, mengurangi spasme otot, meningkatkan rasa nyaman terhadap nyeri, Manfaat lain rendam kaki dengan air hangat adalah dapat meningkatkan dan mempertahankan daya tahan

tubuh. Terapi rendam kaki air hangat mampu mengurangi tingkat stress dengan cara merangsang produksi endorphin yang memiliki sifat analgesik yaitu tubuh yang lelah akan menjadi segar dan mengurangi rasa letih yang berlebihan (Rahim, 2015). Berendam menggunakan air hangat dapat melepeaskan dan meningkatkan sekresi hormon kortisol yang dapat menimbulkan rasa kegembiraan bagi seseorang. Pada terapi merendam kaki dengan air hangat dapat menyebabkan efek sopartifik (efek ingin tidur), hal ini kemungkinan dapat disebabkan oleh peningkatan sekresi hormon melatonin sebagai dampak dari rendam air hangat pada kaki sehingga seseorang yang merendam kakinya dengan air hangat dapat meningkatkan kualitas tidurnya.

3. Aromaterapi

a. Definisi

Aromaterapi adalah terapi dengan penggunaan minyak essensial yang berasal dari tanaman dengan tujuan untuk penatalaksanaan berbagai masalah kesehatan (Price, 2007). Aromaterapi adalah terapi dengan menggunakan bahan cairan tanaman yang mudah menguap, dikenal sebagai minyak essensial dan senyawa aromatik berbagai jenis yang biasanya berasal dari tumbuhan. Aromaterapi merupakan minyak essensial yang dapat digunakan dengan berbagai cara salah satunya dengan cara direndam dalam air hangat dan kemudian dihirup aromanya.

b. Jenis-jenis minyak essensial aromaterapi

Jenis – jenis minyak essensial aromaterapis yang tersedia seperti Kenanga (*Cananga odorata*), Lemon (*Citrus limon*), Lavender (*Lavandula angustifolia*), Kayu putih (*Malaleuca leucadendron*), Mawar (*Rosa*), Cengkeh (*Syzygium aromaticum*), Jahe (*Zingiber officinale*) dan masih banyak lainnya.

c. Manfaat Aromaterapi

1). Manfaat Secara Fisiologis

Manfaat aromaterapi secara fisiologis sebagai sifat antiseptik dan antibakteri, analgesic (mengurangi nyeri), antiinflamasi (mengurangi peradangan), anti toksik (menetralkan racun), anti virus, anti jamur (anti jamur), pengatur keseimbangan, mukolitik dan ekspektoran (mengencerkan dahak), digestif (pencernaan), diuretic (produksi urine), imunitas, perawatan luka terutama luka bakar, menormalkan sekresi hormonal, meningkatkan sirkulasi darah perifer, serta manfaat lainnya bagi tubuh secara sistem termasuk pada sistem kardiovaskular.

2). Manfaat Secara Psikologis

Efek sedative/penenang dan antidepresan diperoleh dalam penggunaan aromaterapi yang tepat dan benar. Pengaruh aromaterapi sangat positif terhadap pikiran, respons relaksasi, kenyamanan dan ketenangan.

d. Cara penggunaan aromaterapi

1) Inhalasi (penciuman bau)

Aroma bau wangi yang tercium akan memberikan efek terhadap fisik dan psikologis. Cara ini biasanya terbagi menjadi inhalasi langsung dan inhalasi tidak langsung. Inhalasi langsung diperlakukan secara individual, sedangkan inhalasi tidak langsung dilakukan secara bersama – sama dalam satu ruangan. Aromaterapi inhalasi dapat dilakukan dengan menggunakan elektrik, baterai, atau lilin diffuser atau meletakkan aromaterapi dalam jumlah yang sedikit pada selembar kain atau kapas, hal ini berguna untuk minyak esensial relaksasi dan penenang.

2) Penguapan

Alat yang digunakan untuk menyebarkan aromaterapi dengan cara penguapan biasanya terbuat dari keramik atau tanah liat

3) Pijat

Pijat merupakan tehnik yang paling umum. Melalui pemijatan, daya penyembuhan yang terkandung dalam minyak esensial bisamenembus melalui kulit dan dibawa ke dalam tubuh, kemudian akan mempengaruhi jaringan internal dan organ –organ tubuh

4) Berendam

Berendam (Mandi/rendam kaki) yang mengandung minyak essensial dan berlangsung selama 10-20 menit yang direkomendasikan untuk masalah kulit dan menenangkan saraf.

4. Garam Spa

Garam Spa merupakan salah satu produk kosmetika, sering dikenal dengan *bath salt* dan *foot salt*. Kedua jenis garam ini merupakan garam spa dari 1 sediaan, namun pemakaian dan penggunaannya saja yang berbeda. Bath salt digunakan untuk berendam didalam bath tub atau mandi. Sedangkan foot salt adalah garam kaki, dengan cara pakai diambil 2 sendok makan garam spa dan dilarutkan dalam 1 baskom air hangat. Garam spa saat ini telah banyak diproduksi dengan beberapa bentuk varian yang dikombinasikan dengan berbagai jenis aromaterapi.



5. Prosedur Rendam Kaki Dengan Air Hangat Dan Campuran Garam Dan Aromaterapi

Prosedur rendam kaki dengan air hangat yaitu dengan merendam kaki dalam baskom berisi air hangat dengan suhu 30-45 °C selama 10-20 menit setinggi 10 cm dari pergelangan kaki (Liao, 2013; Matsumoto, 2010; Orita, 2014; Rahmani, 2016). Menurut Anilda (2013) Rendam kaki air hangat

dilakukan selama 20 menit dengan suhu 42°C sebanyak 2 x sehari selama 3 hari dapat menurunkan tingkat keletihan.

Harada, et.al., (2014) menyatakan bahwa rendam kaki dapat dikombinasi dengan ramuan tanaman herbal, garam, pelembab atau bahan-bahan lainnya yang ditambahkan ke dalam wadah yang berisi air hangat dan digunakan untuk merendam kaki. Dari hasil penelitian diperoleh bahwa rendam kaki air hangat yang dicampur dengan garam dapat meningkatkan suhu pada jari tangan dan secara lokal meningkatkan suhu kulit, tetapi secara keseluruhan menghangatkan tubuh, mempengaruhi tekanan darah, dan selain itu juga memiliki efek terhadap peningkatan sirkulasi darah perifer.

Dari hasil penelitian Ulya (2016) terdapat pengaruh kombinasi terapi merendam kaki dengan air hangat dan terapi inhalasi minyak aromaterapi terhadap tekanan darah pasien hipertensi.

Prosedur yang dapat digunakan pada terapi ini adalah dengan 2 sendok makan garam spa dan dilarutkan dalam 1 baskom air hangat, atau dengan penggunaan garam biasa atau garam Epson yang dicampurkan 2-3 tetes aromaterapi pada baskom air hangat dan dilakukan perendaman kaki selama 10-20 menit.

Lampiran 5 Satuan Acara Penyuluhan

Satuan Acara Penyuluhan

- Topik : Terapi Rendam Kaki Dengan Garam Dan Aromaterapi
- 6. Sub Topik: (1) Pengertian Rendam Kaki dengan Air Hangat; (2) Manfaat Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat (3) Garam spa; (4) Aromaterapi; (5) Prosedur Rendam Kaki Dengan Air Hangat Dan Campuran Garam Dan Aromaterapi

- Sasaran : Ibu hamil
- Waktu : 1 x 60 Menit

I. Tujuan Umum

Setelah mendengarkan penyuluhan, diharapkan ibu hamil dapat mengetahui, dan memahami tentang terapi Terapi Rendam Kaki Dengan Garam Dan Aromaterapi

II. Tujuan Khusus

Setelah mendengarkan penyuluhan, diharapkan ibu hamil dapat :

1. Mengetahui tentang Pengertian Rendam Kaki dengan Air Hangat
2. Mengetahui tentang Manfaat Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat
3. Mengetahui tentang Aromaterapi;
4. Mengetahui tentang Garam spa
5. Mengetahui tentang Prosedur Rendam Kaki Dengan Air Hangat Dan Campuran Garam Dan Aromaterapi.

III. Materi

1. Mengetahui tentang Pengertian Pengertian Rendam Kaki dengan Air Hangat
2. Mengetahui tentang Manfaat Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat
3. Mengetahui tentang Aromaterapi
4. Mengetahui tentang Garam spa

5. Mengetahui tentang Prosedur Rendam Kaki Dengan Air Hangat Dan Campuran Garam Dan Aromaterapi

IV. Media / Alat

1. Buku
2. Pena
3. Leaflet
4. Terapi set (Baskom, Air hangat, Garam spa, Sendok, Kursi, Handuk kering/tisu)

V. Kegiatan Penyuluhan

1. Pendekatan : Komunikatif
2. Metode : - Penyuluhan
- Wawancara
- Tanya Jawab

Tahap	Kegiatan	Waktu
Pendekatan	<ol style="list-style-type: none">1. Mengucapkan salam dan memperkenalkan diri2. Menyebutkan tujuan penyuluhan	5 menit
Penyajian	<ol style="list-style-type: none">1. Menjelaskan materi penyuluhan2. Memberikan kesempatan bertanya3. Menjawab pertanyaan	45 menit
Penutup	<ol style="list-style-type: none">1. Menyimpulkan materi penyuluhan2. Menutup acara3. Mengucap salam	10 menit

Lampiran 6 Soal Pre Test Dan Post Test

Pre Test

Identitas Responden:

Nama :
Umur :
Pendidikan :
Pekerjaan :

Petunjuk : Jawablah pertanyaan berikut ini dengan memberikan tanda silang (X) pada salah satu jawaban yang dianggap benar.

1. Apakah yang dimaksud dengan Terapi Rendam Kaki?
 - A. Yaitu terapi dengan cara merendam kaki hingga batas 10-15 cm diatas mata kaki menggunakan air hangat sebagai terapi berbagai masalah kesehatan.
 - B. Yaitu terapi dengan cara merendam kaki di air dingin
 - C. Yaitu terapi dengan merendam dan memijat kaki
 - D. Yaitu terapi dengan merendam dan memanaskan kaki
 - E. Yaitu terapi yang digunakan pada kaki ibu hamil yang bengkak
2. Apakah manfaat terapi rendam kaki bagi ibu hamil?
 - A. Mengurangi edema (kaki bengkak)
 - B. Meningkatkan rasa nyaman terhadap nyeri
 - C. Mengurangi tingkat stress
 - D. Meningkatkan kualitas tidur.
 - E. Semua Benar
3. Berikut ini adalah garam yang dapat digunakan untuk terapi rendam kaki, **Kecuali?**
 - A. Garam Epsom
 - B. Garam Himalaya
 - C. Garam Biasa (Garam laut)
 - D. Garam Halus
 - E. Garam Inggris
4. Apakah yang dimaksud dengan Aromaterapi?
 - A. Yaitu terapi dengan menggunakan minyak essensial yang berasal dari tumbuhan
 - B. Yaitu terapi dengan menggunakan Minyak essensial yang berasal dari lemak hewani
 - C. Yaitu terapi dengan menggunakan Minyak essensial yang dapat diminum
 - D. Yaitu terapi dengan menggunakan Minyak essensial yang menimbulkan rasa panas
 - E. Yaitu terapi dengan menggunakan minyak essensial yang dapat menimbulkan alergi
5. Berikut ini adalah cara menggunakan aromaterapi yang tepat bagi ibu hamil, **Kecuali ?**
 - A. Inhalasi (dihirup)
 - B. Penguapan
 - C. Pijat
 - D. Berendam (Mandi/rendam kaki)
 - E. Diminum
6. Bagaimanakah cara terapi rendam kaki yang benar?
 - A. Ibu duduk dengan posisi yang nyaman dan Kaki ibu tidak menggantung
 - B. Menuangkan air hangat dengan suhu 30-45 °C
 - C. Mencampurkan garam araomaterapi sebanyak 2-3 sendok makan
 - D. Merendam kaki selama 10-20 menit
 - E. Semua Benar

Post Test

Nama :

Petunjuk : Jawablah pertanyaan berikut ini dengan memberikan tanda silang (X) pada salah satu jawaban yang dianggap benar.

1. Apakah yang dimaksud dengan Terapi Rendam Kaki?
 - A. Yaitu terapi dengan cara merendam kaki hingga batas 10-15 cm diatas mata kaki menggunakan air hangat sebagai terapi berbagai masalah kesehatan.
 - B. Yaitu terapi dengan cara merendam kaki di air dingin
 - C. Yaitu terapi dengan merendam dan memijat kaki
 - D. Yaitu terapi dengan merendam dan memanaskan kaki
 - E. Yaitu terapi yang digunakan pada kaki ibu hamil yang bengkak
2. Apakah manfaat terapi rendam kaki bagi ibu hamil?
 - A. Mengurangi edema (kaki bengkak)
 - B. Meningkatkan rasa nyaman terhadap nyeri
 - C. Mengurangi tingkat stress
 - D. Meningkatkan kualitas tidur.
 - E. Semua Benar
3. Berikut ini adalah garam yang dapat digunakan untuk terapi rendam kaki, Kecuali?
 - A. Garam Epsom
 - B. Garam Himalaya
 - C. Garam Biasa (Garam laut)
 - D. Garam Halus
 - E. Garam Inggris
4. Apakah yang dimaksud dengan Aromaterapi?
 - A. Yaitu terapi dengan menggunakan minyak essensial yang berasal dari tumbuhan
 - B. Yaitu terapi dengan menggunakan Minyak essensial yang berasal dari lemak hewani
 - C. Yaitu terapi dengan menggunakan Minyak essensial yang dapat diminum
 - D. Yaitu terapi dengan menggunakan Minyak essensial yang menimbulkan rasa panas
 - E. Yaitu terapi dengan menggunakan minyak essensial yang dapat menimbulkan alergi
5. Berikut ini adalah cara menggunakan aromaterapi yang tepat bagi ibu hamil, Kecuali ?
 - A. Inhalasi (dihirup)
 - B. Penguapan
 - C. Pijat
 - D. Berendam (Mandi/rendam kaki)
 - E. Diminum
6. Bagaimanakah cara terapi rendam kaki yang benar?
 - A. Ibu duduk dengan posisi yang nyaman dan Kaki ibu tidak menggantung
 - B. Menuangkan air hangat dengan suhu 30-45 °C
 - C. Mencampurkan garam araomaterapi sebanyak 2-3 sendok makan
 - D. Merendam kaki selama 10-20 menit
 - E. Semua Benar

Lampiran 7 Leaflet

Informasi tentang garam dan aromaterapi

Garam Spa sering dikenal dengan garam mandi dan garam kaki. Komposisi garam kaki atau foot salt adalah dari garam Epsom dan garam Himalaya yang dapat dicampurkan dengan berbagai varian minyak essensial (aromaterapi)



Aromaterapi adalah terapi dengan penggunaan minyak essensial yang berasal dari tanaman dengan tujuan untuk penatalaksanaan berbagai masalah kesehatan dan salah satu penggunaannya dengan cara direndam dalam air hangat dan kemudian dihirup aromanya

Apa Itu Terapi Rendam Kaki ???

Adalah terapi dengan cara merendam kaki hingga batas 10-15 cm diatas mata kaki menggunakan air hangat sebagai terapi berbagai masalah kesehatan.

Manfaat Terapi Rendam Kaki Pada Ibu Hamil

1. Menurunkan tekanan darah
2. Meningkatkan sirkulasi darah
3. Mengurangi edema (bengkak)
4. Meningkatkan relaksasi otot
5. Meningkatkan rasa nyaman terhadap nyeri
6. Meningkatkan & pertahankan daya tahan tubuh
7. Mengurangi tingkat stress
8. Mengurangi rasa letih
9. Meningkatkan kualitas tidur.



Get Special Spa For You

TERAPI RENDAM KAKI DENGAN GARAM DAN AROMATERAPI PADA IBU HAMIL

Oleh :
Selpyani Sinulingga, SST, M.Kes
Sirly Patriani, SST, M.Kes



STIKes Baiturrahim
2022

Jenis-jenis Aromaterapi

Aromaterapi Lemon (Citrus limon), Lavender, Pappermint, Jahe, Green Tea, Kayu putih, Mawar (Rosa) dll.

Manfaat Aromaterapi

- Secara Umum : antibakteri, mengurangi nyeri, mengurangi peradangan, baik untuk pencernaan, imunitas, meningkatkan sirkulasi darah dsb.
- Secara Psikologis : Antidepresan, relaksasi, kenyamanan dan ketenangan

Prosedur Rendam Kaki Dengan Air Hangat Dengan Campuran Garam Dan Aromaterapi

Alat dan Bahan yang diperlukan :

- Air Hangat (suhu 30-45 °C)
- Garam Spa dengan Aromaterapi
- Sendok takar/sendok makan
- Bak kecil / Baskom
- Kursi
- Handuk Kering / Tisu

CARA PENGGUNAAN AROMATERAPI

1. Inhalasi (dihirup)
2. Penguapan
3. Pijat
4. Berendam (Mandi/rendam kaki)




BAGAIMANA CARA MELAKUKANNYA..?

01. Siapkan Alat dan Bahan yang diperlukan
02. Posisikan ibu duduk dikursi dengan nyaman, usahakan kaki tidak menggantung
03. Tuangkan air hangat pada baskom dan masukkan 2-3 sendok makan garam dengan aromaterapi.
04. Rendam kaki hingga 10-15 cm diatas mata kaki selama 10-20 menit.
05. Keringkan Kaki dengan Handuk/ Tisu

Ibu hamil Nyaman Ibu hamil Bahagia Ibu hamil Sehat....




Lampiran 8 : Uraian Penggunaan Dana

Tahap I (70%) : Rp. 2.100.000

Gaji dan Upah Tenaga Pelaksanan Penelitian/PPM

No	Jenis Penggunaan	Volume	Jumlah Satuan	Total
1.	Honor pelaksana (Ketua, Anggota)	4	Rp.112.500	Rp.900.000
Total				Rp.900.000

Bahan Kimia dan Bahan Lain Habis Pakai

No	Jenis Bahan	Volume	Harga Satuan	Total
1	Kertas A4, tinta print (warna dan hitam putih), cetak <i>leaflet</i> , fotocopy			Rp.200.000
2	Konsumsi	20	Rp.10.000	Rp.200.000
3	Cinderamata	15	Rp. 53.300	Rp. 800.000
Total				Rp. 1.200.000

Tahap II (30%) : Rp. 900.000

Rencana Penggunaan Dana

No	Jenis Bahan	Volume	Harga Satuan	Total
1.	Pembuatan laporan			Rp. 100.000
2.	Publikasi ilmiah	1	Rp.300.000	Rp. 300.000
3.	Perjalanan survey ke lokasi	2	Rp.100.000	Rp. 200.000
4.	Perjalanan pelaksanaan kegiatan	3	Rp.100.000	Rp. 300.000
Total				Rp.900.000

Lampiran 9 Dokumentasi



Lampiran 10 Surat Izin Pengabmas

	SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BAITURRAHIM JAMBI Jl. Prof M Yamin, SH, No. 30 Telp. 0741-33030 Fax. 0741-33897 Jambi, Indonesia http://stikba.ac.id/
SURAT KELUAR FORM/04/SPMI/10/03	

Nomor : 720 /STIKBA/01/VI/2022
Lampiran : -
Perihal : Izin Pengabdian Kepada Masyarakat

Kepada Yth,
Ibu Pimpinan BPM Muzilatul Nisma
Di
Tempat

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Terlebih dahulu kami mendo'akan semoga Bapak/ Ibu berada dalam keadaan sehat wal'afiat. Aamiin. Selanjutnya bersama ini staf dosen dan mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Baiturrahim Jambi atas nama:

- | | |
|------------------------------------|-----------------------------|
| 1. Selpyani Sinulingga, SST, M.Kes | NIDN : 1030098903 (Dosen) |
| 2. Sirly Patriani, S.SiT M.Kes | NIDN : 1028118701 (Dosen) |
| 3. Arum Ramah Febriani | NPM : 202161038 (Mahasiswa) |
| 4. Dewi Selviani | NPM : 202161019 (Mahasiswa) |

Bermaksud untuk melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat sebagai bagian dari Tri Dharma Perguruan Tinggi dengan judul **"Edukasi Terapi Rendam Kaki Dengan Garam Dan Aromaterapi pada Ibu Hamil Di Bidan Praktik Mandiri (BPM) Muzilatul Nisma Kota Jambi"**.

Besar harapan kami kiranya Bapak/ Ibu berkenan memberi izin kepada dosen dan mahasiswa tersebut. Demikian disampaikan, atas izin dan perkenannya diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr.wb

Jambi, 20 Juni 2022
Ketua I STIKBA

Ariyanti, SKM, M.Kes
NPP. 05606

Tembusan :

1. Ketua PPPM STIKES Baiturrahim Jambi
2. Sdr. Pelaksana yang bersangkutan
3. Arsip

Lampiran 11 Surat Tugas Pengabmas

	SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BAITURRAHIM JAMBI Jl. Prof M Yamin, SH, No. 30 Telp. 0741-33030 Fax. 0741-33897 Jambi, Indonesia http://stikba.ac.id/
SURAT TUGAS FORM/04/SPMI/10/33	

Nomor : 664 /STIKBA/01/V/2022

Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Baiturrahim Jambi dengan ini :

MENUGASKAN

I. Pegawai yang ditugaskan :

No	Nama	NIDN	Jabatan
1.	Selpyani Sinulingga, SST, M.Kes	1030098903	Dosen Tetap Sarjana Kebidanan Dan Pendidikan Profesi Bidan
2.	Sirly Patriani, S.SiT, M.Kes	1028118701	Dosen Tetap Sarjana Kebidanan Dan Pendidikan Profesi Bidan

II. Mahasiswa yang ditugaskan :

No	Nama	NPM	Program Studi
1.	Arum Ramah Febriani	202161038	SI Kebidanan
2.	Dewi Selviani	202161019	SI Kebidanan

III. Tugas yang diberikan:

Melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dibidang kesehatan dengan Judul "Edukasi Terapi Rendam Kaki Dengan Garam Dan Aromaterapi pada Ibu Hamil Di Bidan Praktik Mandiri (BPM) Muzilatul Nisma Kota Jambi".

IV. Waktu dilaksanakan Pada Bulan Maret s/d Agustus 2022.

V. Setelah melaksanakan tugas diatas, pegawai tersebut diatas wajib menyampaikan laporan secara tertulis.

Demikian surat tugas ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di : Jambi

Pada Tanggal : 30 Mei 2022

Nama Ketua



Tembusan Yth:

1. Ketua PPPM STIKes Baiturrahim
2. Yang bersangkutan
3. Arsip

Lampiran 12 Surat Keterangan Selesai Pengabmas



**PRAKTEK MANDIRI BIDAN
MUZILATUL NISMA, SST, M.KES**

Perum Grand Namura Lrg.Pepaya Blok F 06 Kenall Asam Atas Kota Baru Jambi

No Hp : 085269602266

Kode Pos : 36128

SURAT KETERANGAN

Nomor : 154 / BDN / VII / 2022

Menindak lanjuti surat dari Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Baiturrahim Jambi dengan No: 720/STIKBA/01/VI/2022 tanggal 20 Juni 2022 Perihal Permohonan Izin Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat, dengan ini saya selaku pimpinan PMB Muzilatul Nisma, SST, M.Kes menerangkan bahwa :

Nama : 1. Selpyani Sinulingga, SST, M.Kes
2. Sirly Patriani, S.SiT M.Kes
3. Rosmida
4. Kartini

Jabatan : Dosen dan Mahasiswi Stikes Baiturrahim Jambi

Telah melaksanakan Pengabdian Kepada Masyarakat dengan judul : "Edukasi Terapi Rendam Kaki Dengan Garam Dan Aromaterapi Pada Ibu Hamil di BPM Muzilatul Nisma Kota Jambi" yang dilaksanakan pada tanggal 28 Juli 2022.

Demikian surat keterangan ini dibuat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jambi, 28 Juli 2022

Pimpinan PMB Muzilatul Nisma

(Muzilatul Nisma, SST, M.Kes)

Lampiran 13 Absensi Kegiatan

	SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BAITURRAHIM JAMBI JL. Prof M Yamin SH No 30 Telp 0741 33030 Fax. 0741 33897 Jambi Indonesia, http://stikba.ac.id/
---	---

**DAFTAR HADIR PESERTA
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
"EDUKASI TERAPI RENDAM KAKI DENGAN GARAM DAN AROMATERAPI PADA
IBU HAMIL DI BPM MUZILATUL NISMA KOTA JAMBI"**

NO	NAMA PELAKSANA	INSTANSI	PARAF
1.	Muzilatul Nisma, SST, M.Fes.	BPM Muzi	<i>[Signature]</i>
2.	Festi. Siswani S. Feb	BPM Muzi	<i>[Signature]</i>
3.	Solpyani Serulingga SST, M.Fes.	STIKES BAITURRAHIM	<i>[Signature]</i>
4.	Surya Patriani .s.sit. M.Fes.	STIKES BAITURRAHIM.	<i>[Signature]</i>
5.	Rosmida Am. Feb		<i>[Signature]</i>
NO	NAMA IBU HAMIL	USIA KEHAMILAN	PARAF
1.	Masliyanta	35 minggu	<i>[Signature]</i>
2.	Kartini	32 minggu	<i>[Signature]</i>
3.	Susi	20 minggu	<i>[Signature]</i>
4.	Muzilatul Nisma	8 bulan.	<i>[Signature]</i>
5.	Dewi Carlita	24 Minggu	<i>[Signature]</i>
6.	Martini Hanayuni	20 Minggu	<i>[Signature]</i>
7.	Rosi Andriani	6 bulan	<i>[Signature]</i>
8.	Rozita	4 bulan	<i>[Signature]</i>
9.	Erlin	5 bulan	<i>[Signature]</i>
10.	Qsqa	5 bulan	<i>[Signature]</i>
11.	Meriska	6 bulan/25mg	<i>[Signature]</i>
12.	Riska	7 bulan	<i>[Signature]</i>

13.			
14.			
15.			

Jambi, 28 Juli 2022

Mengetahui
Pimpinan PMB Muzilatul Nisma



(Muzilatul Nisma, SST, M.Kes)

Mengetahui
Ketua Pengabmas



(Selpyani Sinulingga, SST, M.Kes)
NIDN : 1030098903