

# MOBILISASI DINI UNTUK MENURUNKAN NYERI PADA IBU POST OPERASI *SECTIO CAESAREA* MELALUI MEDIA VIDEO

Fadilla Anggraika

Program Studi DIII Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Email : [fadillaanggraika29@gmail.com](mailto:fadillaanggraika29@gmail.com)

---

## INTISARI

**Latar Belakang :** Proses persalinan caesarea merupakan metode bersalin dinilai aman untuk beberapa kalangan. Namun demikian jika diteluri lebih jauh proses kelahiran sesar bukanlah pilihan terbaik untuk segala kondisi. Para pasien umumnya harus menyesuaikan diri dengan segala perubahan tubuh yang mungkin terjadi pasca nifas. Selain itu proses kelahiran caesarea juga mengharuskan pasien beradaptasi dengan rasa sakit pada bagian perut akibat pembedahan. Lebih lanjut, semua kelemahan di atas membuat pasien memiliki mobilitas yang relatif lemah, khususnya dalam kegiatan merawat dan mengasuh bayi pasca pembedahan. Bahkan jika dibandingkan dengan proses kelahiran normal, proses kelahiran caesarea memiliki rentang waktu penyembuhan yang relatif lebih lama. Di samping kelemahan tersebut Sectio caesarea juga memungkinkan terjadinya komplikasi pasca operasi seperti peningkatan rasa sakit yang signifikan, infeksi, pendarahan, sakit punggung, kelelahan berlebihan, gangguan tidur dan psikologi, serta sembelit karena kehilangan kesempatan untuk berinteraksi dengan bayi dan merawatnya. Dan untuk mengurangi nyeri serta kemungkinan komplikasi pada post operasi sc yaitu dengan mobilisasi dini. **Metode :** Melalui video sebagai media yang berisi mobilisasi dini untuk menurunkan nyeri post sc. **Hasil :** Media ini berupa video berisikan tutorial mobilisasi dini. Media ini dapat didistribusikan secara langsung kepada ibu-ibu dan organisasi sosial kemasyarakatan. **Kesimpulan :** Sebagai media edukasi dan informasi bagi masyarakat khususnya pada ibu pasca sc terkait dengan mobilisasi dini dalam menurunkan nyerinya.

**Kata Kunci :** *Nyeri, Mobilisasi dini*