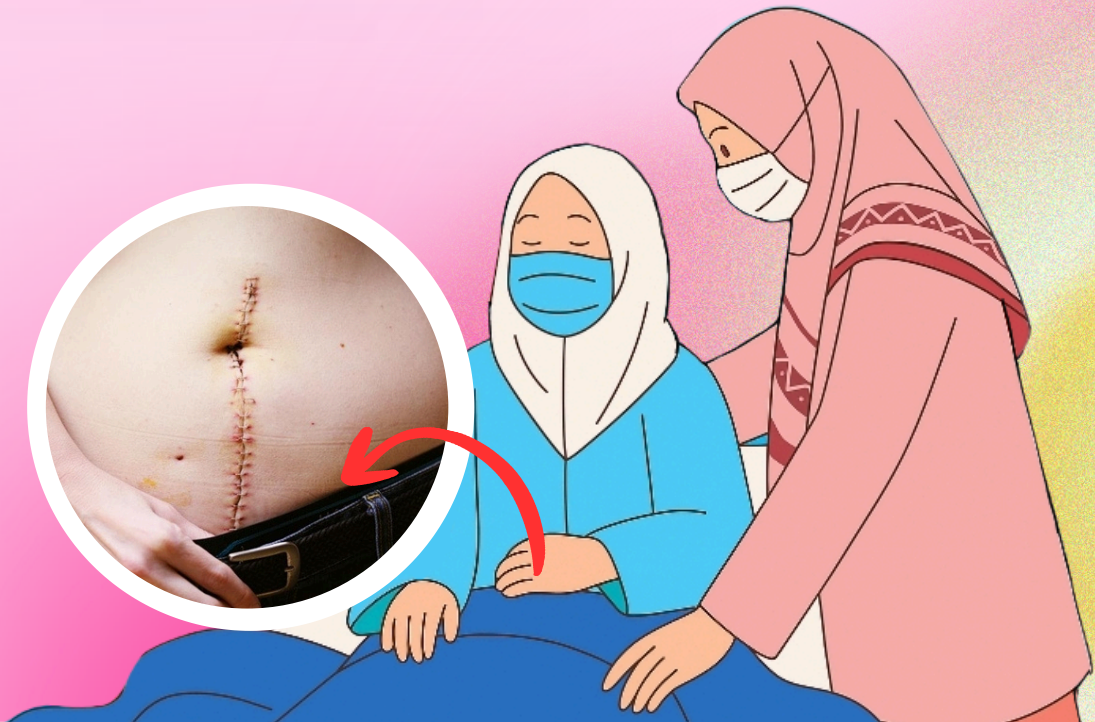
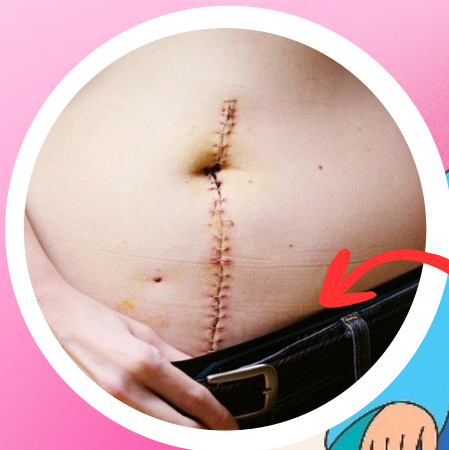


Langkah Awal Menuju Pemulihan “Pentingnya Mobilisasi Dini Setelah Operasi Caesar”

Elsa Rahmaningrum
Irma Mustikasari

PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIAH SURAKARTA
2025



Kata Pengantar

Puji syukur ke hadirat Allah SWT, karena atas limpahan rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyusun dan menyelesaikan booklet yang berjudul "Langkah Awal Menuju Pemulihan: Pentingnya Mobilisasi Dini Setelah Operasi Caesar" ini sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan Tugas Akhir dan mengikuti sidang akhir pada Program Studi DIII Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Penyusunan booklet ini bertujuan sebagai media edukasi yang informatif dan praktis, khususnya bagi ibu post operasi sectio caesarea agar lebih memahami pentingnya mobilisasi dini dalam mempercepat pemulihan pasca operasi. Diharapkan booklet ini dapat membantu tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi serta meningkatkan kesadaran dan motivasi pasien.

Penulis menyadari bahwa booklet ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan di masa yang akan datang.

Akhir kata, penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan booklet ini. Semoga booklet ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca dan semua pihak yang berkepentingan.

Surakarta, 4 Agustus 2025

Penyusun

Daftar Isi

Kata Pengantar.....	1
Daftar Isi.....	2
Definisi Sectio Caesarea (SC).....	3
Komplikasi Sectio Caesarea (SC)	4
Penatalaksanaan Post SC Mobilisasi Dini.....	5
Definisi Mobilisasi Dini.....	6
Tujuan Mobilisasi Dini.....	7
Kapan Ibu Wajib Melakukan Mobilisasi Dini.....	8
Tahapan Mobilisasi Dini.....	9
Daftar Pustaka.....	11



Definisi

SECTIO CAESAREA (SC)

Sectio Caesarea (SC) adalah prosedur pembedahan untuk melahirkan janin melalui sayatan pada dinding perut dan dinding rahim. Persalinan SC dilakukan atas dasar indikasi medis ibu dan janin, seperti plasenta previa, presentasi atau posisi janin yang tidak normal, serta indikasi lain yang dapat menimbulkan risiko yang membahayakan nyawa ibu dan janin.

Sumber : (Herianti et al., 2021)



Komplikasi

Section Caesarea (SC)

Sumber : (Kumalasari, 2023)

Perdarahan

Disebabkan oleh pembuluh darah yang terbuka, atonia uteri, dan perdarahan pada placentar bed.

Infeksi Nifas

Infeksi bakteri pada saluran reproduksi wanita setelah melahirkan. Infeksi ini biasanya terjadi pada rahim (endometritis), tetapi juga bisa menyebar ke area sekitarnya, seperti otot rahim (miometritis) atau jaringan di sekitar rahim (parametritis).

Luka Kandung Kemih

Penatalaksanaan

Post Section Caesarea (SC)

Pemberian Cairan

Diberikan cairan melalui infus yang cukup dan mengandung elektrolit untuk mencegah dehidrasi selama 24 jam pertama puasa (Octaviasari, 2023).

Diet

Minuman seperti air putih dan teh dapat diberikan 6-10 jam pasca operasi, setelah penderita flatus (Octaviasari, 2023).

Mobilisasi Dini

Dilakukan bertahap, mulai dari pergerakan ringan pada tangan dan kaki 6 jam pertama, miring kanan-kiri setelah 6-10 jam, duduk pada hari kedua, hingga belajar berjalan pada hari ke-3 sampai ke-5 (Tiana dan Febra, 2021).

Perawatan Rutin

Memantau suhu, tekanan darah, nadi, dan pernapasan (Octaviasari, 2023).

Perawatan Luka

Mengganti balutan jika basah atau berdarah pada hari pertama pasca operasi (Octaviasari, 2023).

Definisi

MOBILISASI DINI

Mobilisasi dini adalah proses aktivitas yang dilakukan sesudah pembedahan, mulai dari olahraga ringan di tempat tidur hingga kemampuan untuk bangun dari tempat tidur, berjalan ke kamar mandi, dan keluar dari kamar tidur (Brunner & Suddarth, 2023).





Tujuan

mobilisasi Dini

- **Meningkatkan kecepatan dan kedalaman pernapasan**
- **Meningkatkan sirkulasi darah**
- **Meningkatkan fungsi berkemih dan metabolisme**
- **Mencegah kekakuan otot dan sendi**
- **Mengurangi nyeri**
- **Memperbaiki pengaturan metabolisme tubuh**
- **Mengembalikan kerja fisiologis organ-organ vital**
- **Mempercepat penyembuhan luka**
- **Mendukung pemulihan fisik secara keseluruhan**

Sumber : (Asnaniar et al., 2023)

Kapan Ibu Wajib Melakukan Mobilisasi Dini??



Nyeri Sudah Terkontrol

Mobilisasi dini tidak dilakukan jika pasien mengalami nyeri hebat. Namun, bila nyeri bisa dikendalikan dengan pemberian analgesik, maka pasien dapat mulai melakukan gerakan ringan.

Efek Anestesi Telah Hilang

Pasien yang telah melewati fase pemulihan dari anestesi total maupun regional, dan tidak mengalami pusing, mual berat, atau hipotensi.

Tidak Ada Komplikasi Akut

Pasien yang tidak mengalami perdarahan pascaoperasi, infeksi, atau syok.

Sumber : (Maula, 2023)



Tahapan

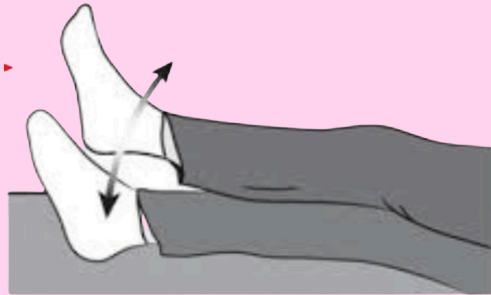
Mobilisasi Dini

Sumber : (Ghofur, 2022)

1.

6 jam pertama pasca operasi

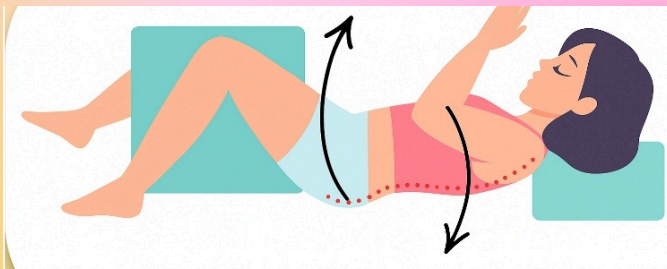
Gerakkan lengan,tangan, jari kaki, putar mata kaki, naikan tumit, dan tegangkan otot betis.



2.

6-10 jam pasca operasi

Latihan miring kanan dan kiri. Lakukan setiap 2 jam.



3.

12 - 14 Jam

Latihan untuk duduk. Tubuh ditahan dengan kedua tangan dan kaki digeser ke tepi tempat tidur. Jika merasa pusing, jangan memaksakan diri untuk melanjutkan. lakukan 5 - 10 menit



4.

Hari ke -2

Latihan berjalan. Pada tahap ini, tubuh diluruskan dan diperkuat dalam posisi berdiri sampai benar-benar stabil sebelum mulai berjalan. lakukan 5 - 10 menit



Daftar Pustaka

- Triana Agustini, Febra Ayudiah, Y.P. (2023) 'Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea Di Rsu Ummi Bengkulu Tahun 2023', *Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 3(8), pp. 27-38.
- Herianti, H. and Rohmah, N. (2022) 'Hubungan Mobilisasi Dini Dengan Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea Di RSUD Sawerigading Kota Palopo Tahun 2021', *Mega Buana Journal of Nursing*, 1(1), pp. 34-40.
Available at: <https://doi.org/10.59183/mbjn.v1i1.5>.
- Octaviasari, K. (2023) Studi Kasus Penatalaksanaan Perawatan Luka Ibu Post Sectio Caesarea Untuk Mencegah Infeksi Dengan Indikasi Disproporsi Kepala Panggul Di RSU Darul Istiqomah Kaliwungu.
- Kumalasari, D.U. et al. (2023) 'the Effect of Early Mobilization on Pain Intensity for Post Sectio Caesarea Patients in the Maternal and Child Output', *Semnas Kebidanan UNIMUS*, pp. 165-174.
- Brunner, & Suddarth (2013) *Keperawatan Medikal Bedah*. Edisi ke-8. Jakarta: EGC.
- Asnanian, W.O.S. et al. (2023) 'Mobilisasi Dini pada Pasien Post Operasi di Ruang Bedah Rsud Kota Makassar', *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat: Peduli Masyarakat*, 3(2), pp. 75-82.
Available at: <https://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/PSNPKM/article/view/2447>.
- Ghofur, A. et al. (2022) 'Increased Intestinal Peristaltis after Sectio Caesarea with Early Mobilization', *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 7(S2), pp. 317-322.
Available at: <https://doi.org/10.30604/jika.v7is2.1496>.
- Ansori (2022) 'Asuhan Keperawatan Ansietas pada Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea di Ruang Belimbing RSUD Klungkung', *Paper Knowledge: Toward a Media History of Documents*, pp. 49-58.

"Setiap langkah kecil, Bunda semakin kuat. Mobilisasi dini bantu pulihkan tubuh lebih cepat. Ayo, semangat untuk kesembuhan!"

"Ibu Kuat, Ibu Hebat, Ibu Luar Biasa"

Ig: [eaiska.university](https://www.instagram.com/eaiska.university)

Website : www.aiska-university.ac.id

Email : info@aiska-university.ac.id

Telp. 0271-631141, 631143 Fax. 0271-631142

Kampus I : Jl. Ki Hajar Dewantara No.10 Kentingan Jebres Surakarta 57126

Kampus II : Jl. Kapulogo No. 3 Pajang Laweyan Surakarta 57141

Kampus III : Jl. Melon Raya Delegan RT.04 RW.07 Pabelan, Kartasura, Sukoharjo