

Asuhan Kebidanan Dengan Mobilisasi pada Ibu Postpartum Di PMB Monica Roswiyanti

Anafika^{1*}, Septika Yani Veronica²

^{1,2} Universitas Aisyah Pringsewu, Lampung

*Email: fikaana952@gmail.com

Abstrak

Involusi merupakan suatu proses dimana uterus kembali ke kondisi sebelum hamil dengan berat sekitar 60 gram. Proses ini dimulai segera setelah plasenta lahir akibat kontraksi otot-otot polos uterus. Involusi disebabkan oleh kontraksi dan retraksi serabut otot uterus yang terjadi terus menerus. Cara untuk menurunkan angka morbiditas pada masa post partum adalah dengan melakukan mobilisasi dini guna mempercepat involusi uterus. Mobilisasi dini atau beraktivitas segera mungkin setelah istirahat beberapa jam dan beranjak dari tempat tidur ibu (untuk persalinan normal). Tujuan laporan ini yaitu mengajarkan mobilisasi dini pada kepada pasien secara mandiri sesuai dengan langkah-langkah dan teori yang diajarkan pada Keterampilan Dasar Praktik Klinik. Metode yang digunakan dalam laporan ini yaitu studi kasus. Hasil laporan ini menunjukkan bahwa setelah diajarkan melakukan mobilisasi dini, ibu postpartum sudah bisa miring, duduk, dan jalan-jalan. Langkah-langkah mobilisasi dini sudah dilakukan sesuai dengan prosedur. Saran penulis dapat meningkatkan Keterampilan Dasar Klinik Kebidanan yang dimiliki untuk meningkatkan asuhan yang sesuai dengan standar yang dilakukan secara terampil, dapat mengatasi masalah yang nyata di lahan praktik dan dapat mengaplikasikan sesuai teori yang sudah didapat pada perkuliahan.

Kata Kunci : mobilisasi dini, involusi uterus, kdpk

Abstract

Involution is when the uterus returns to its pre-pregnancy state weighing about 60 grams. This process begins immediately after delivery of the placenta due to contractions of the smooth muscles of the uterus. Involution is caused by continuous contraction and retraction of uterine muscle fibers. The way to reduce morbidity in the postpartum period is to carry out early mobilization to accelerate uterine involution. Early mobilization or activity as soon as possible after resting for several hours and getting out of the mother's bed. This report's purpose is to teach patients early mobilization independently according to the steps and theory trained in Basic Clinical Practice Skills. The method used in this report is a case study. This report shows that after being taught to do early mobilization, postpartum mothers can tilt, sit, and walk around. Early mobilization steps have been carried out according to the procedure. The author suggests improving the Midwifery Clinic Basic Skills that are owned to improve the care that, by standards carried out skillfully, can overcome real problems in practice and apply according to the theory obtained in lectures.

Keywords: *early mobilization, uterine involution, kdpk*

Pendahuluan

Masa nifas merupakan masa yang rawan karena ada beberapa risiko yang mungkin terjadi pada masa itu, antara lain: anemia, pre eklampsia/eklampsia, perdarahan post partum, depresi masa nifas, dan infeksi masa nifas. Menurut data WHO, diantara resiko tersebut ada dua yang paling sering mengakibatkan kematian pada ibu nifas, yakni infeksi dan perdarahan. World Health Organization menyebutkan bahwa angka kematian ibu (AKI) di negara berkembang masih tinggi 500 per 100.000 kelahiran hidup.¹ Di tahun 2017 Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia masih sangat tinggi yaitu mencapai 305 per 100.000 kelahiran hidup, angka tersebut menduduki peringkat pertama di Asia Tenggara.²

Diperkirakan 60% kematian ibu terjadi setelah kehamilan dan 50% kematian masa nifas terjadi dalam 24 jam pertama. Involusi merupakan suatu proses dimana uterus kembali ke kondisi sebelum hamil dengan berat sekitar 60 gram. Proses ini dimulai segera setelah plasenta lahir akibat kontraksi otot-otot polos uterus. Involusi disebabkan oleh kontraksi dan retraksi serabut otot uterus yang terjadi terusmenerus. Apabila terjadi kegagalan involusi uterus untuk kembali pada keadaan tidak hamil maka akan menyebabkan sub involusi. Gejala dari sub involusi meliputi lochea menetap/merah segar, penurunan fundus uteri lambat, tonus uteri lembek, tidak ada perasaan mules pada ibu nifas.³

Mobilisasi dini (early mobilization) merupakan prosedur supaya secepat mungkin untuk membimbing ibu post partum bangun dari tempat tidur dan melatih ibu secepat mungkin untuk berjalan. Apabila tidak terjadi kelainan setelah persalinan, mobilisasi dini boleh dilakukan sedini mungkin yaitu 2 jam setelah persalinan. Mobilisasi dini mampu membantu penyembuhan dan mempercepat waktu di rawat di rumah sakit.⁴

Cara untuk menurunkan angka morbiditas pada masa post partum adalah dengan melakukan mobilisasi dini guna mempercepat involusi uterus. Mobilisasi dini atau beraktivitas segera mungkin setelah istirahat beberapa jam dan beranjak dari tempat tidur ibu (untuk persalinan normal). Ibu yang baru melahirkan mungkin enggan untuk banyak bergerak karena merasa lelah dan sakit, namun patut diketahui bahwa dengan melakukan mobilisasi dini dapat mengurangi bendungan lochea dalam rahim, mempercepat involusi alat kandungan, mempercepat peredaran darah sekitar alat kelamin, mempercepat normalisasi dalam

keadaan semula. Menurut Tujuan dilakukannya mobilisasi dini pada ibu nifas agar ibu merasa sehat dan kuat, aktivitas ini membantu mempercepat organ tubuh bekerja seperti semula.⁵ Dampak tidak melakukan mobilisasi dini pasca melahirkan yaitu 26,7% ibu mengalami penurunan fundus uteri lambat, dan 24,9% ibu postpartum mengalami nyeri berat pasca melahirkan.⁶

Metode

Metode asuhan kebidanan ini menggunakan studi kasus, subjek dalam asuhan kebidanan ini yaitu ibu pasca persalinan normal. Asuhan kebidanan ini dilakukan pada bulan September 2022.

Hasil

Mobilisasi dini merupakan aktivitas yang harus segera dilakukan ibu setelah melahirkan dengan beranjak dari tempat tidur. Ibu setelah melahirkan disarankan untuk menjalankan latihan-latihan tertentu demi memulihkan kembali jaringan otot genitalia, melaksanakan aktifitas fisik lebih mempengaruhi kebutuhan otot kebutuhan oksigen agar melancarkan aliran darah contohnya otot rahim, kontraksi uterus semakin baik, proses pengeluaran lochea lancar sehingga berpengaruh kepada uterus yang menjadi kecil.⁷

Berdasarkan keluhan pasien yaitu ibu postpartum 6 jam merasa mules dan lemas maka bidan mengambil tindakan untuk mengajarkan ibu melakukan mobilisasi dini. Prosedur mobilisasi dini yang dilakukan oleh ibu nifas tidak ada kesenjangan antara praktik dan teori. Setelah diajarkan melakukan mobilisasi dini, ibu postpartum sudah bisa miring, duduk, dan jalan-jalan. Langkah-langkah mobilisasi dini sudah dilakukan sesuai dengan prosedur.

Berdasarkan tinjauan kasus yang telah dilakukan didapatkan bahwa tidak ada kesenjangan antara teori dan praktek. Dimana setelah ibu melahirkan segera dilakukan mobilisasi dini sesuai dengan standar operasional prosedur.

Kesimpulan

Mobilisasi dini (early mobilization) merupakan prosedur supaya secepat mungkin untuk membimbing ibu post partum bangun dari tempat tidur dan melatih ibu secepat mungkin untuk berjalan. Mobilisasi dini merupakan aktivitas yang harus segera dilakukan ibu setelah melahirkan dengan beranjak dari tempat tidur. Ibu setelah melahirkan disarankan untuk menjalankan latihan-latihan tertentu demi

memulihkan kembali jaringan otot genitalia, melaksanakan aktifitas fisik lebih mempengaruhi kebutuhan otot kebutuhan oksigen agar melancarkan aliran darah contohnya otot rahim, kontraksi uterus semakin baik, proses pengeluaran lochea lanjar sehingga berpengaruh kepada uterus yang menjadi kecil.

Daftar Pustaka

- Adiesti, Ferilia. (2019). Hubungan Motivasi dengan Perilaku Ibu Post Partum dalam Melakukan Mobilisasi Dini. *Jurnal Biomedika*, 12(1): 100-105, Maret 2019
- Aisyah, S., & Budi, T. S. (2011). Hubungan Pengetahuan Tentang Mobilisasi Dini Dengan Tindakan Mobilisasi Dini Pada Ibu Nifas 1, 43–49.
- Anwar, Suwarni. (2017). Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Mobilisasi Dini Pada Ibu Post Sectio Caesarea (SC) di RSKD Ibu Dan Anak Pertiwi Makassar Tahun 2016. Karya Tulis Ilmiah. Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar.
- Fitriani, Nur Lela and Anggorowati, Anggorowati. (2016). Hubungan Tingkat Stres Dengan Pelaksanaan Mobilisasi Dini Pada Ibu Post Partum Normal. Undergraduate thesis, Diponegoro University.
- Hadi, Y., & Fairus, M. (2014). Faktor- Faktor Yang Berhubungan Dengan Invulsi Uterus Pada Ibu Post Partum Di Wilayah Kerja Puskesmas Ketapang Lampung Utara. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*, VII(2), 1–7.
- Herman, Andi. (2019). Pengaruh Intervensi Keperawatan Kombinasi Chewing Gum Dan Mobilisasi Dini Terhadap Peningkatan Peristaltik Usus Dan Flatus Pada Pasien Post Seksio Sesarea Di Rumah Sakit Kota Kendari. Tesis. Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga Surabaya.
- Heryani R. (2012). Asuhan kebidanan Ibu Nifas Dan menyusui. Jakarta : CV Trans Info Media.
- Kemenkes RI. (2017). Survey Demografi Kesehatan Indonesia.
- WHO. (2017). Maternal mortality Evidance brief. *Maternal Mortality*, 1, 1–4