



## STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR MOBILISASI DINI PADA IBU POST *SECTIO CAESAREA*

### A. Pengertian

Mobilisasi dini post *sectio caesarea* adalah suatu pergerakan, posisi atau adanya kegiatan yang dilakukan ibu setelah beberapa jam melahirkan dengan persalinan *sectio caesarea*.

### B. Tujuan

1. Mempercepat penyembuhan luka
2. Mampu memenuhi kebutuhan personal hygiene ibu dan bayi
3. Mencegah terjadinya trombosis dan tromboemboli
4. Mengurangi lama rawat di Rumah sakit

### C. Indikasi

Pasien dengan post *sectio caesarea*

### D. Persiapan Alat

Tidak ada

### E. Persiapan Pasien

1. Berikan salam, panggil klien dengan namanya
2. Jelaskan tindakan yang akan dilakukan kepada pasien/ keluarga
3. Jelaskan tujuan tindakan kepada pasien / keluarga
4. Minta persetujuan pasien
5. Jaga privacy klien

## **F. Prosedur**

1. Tahap pra interaksi
  - a. Menyiapkan SOP mobilisasi yang akan digunakan
  - b. Melihat data atau riwayat SC pasien
  - c. Melihat intervensi keperawatan yang telah diberikan oleh perawat
  - d. Mengkaji kesiapan ibu untuk melakukan mobilisasi dini
  - e. Mencuci tangan
2. Tahap orientasi
  - a. Memberikan salam dan memperkenalkan diri
  - b. Menanyakan identitas pasien dan menyampaikan kontrak waktu
  - c. Menjelaskan tujuan dan prosedur
  - d. Menanyakan persetujuan dan kesiapan klien
3. Tahap kerja

Pada 6 jam pertama post SC

  - a. Menjaga privasi pasien
  - b. Mengatur posisi senyaman mungkin dan berikan lingkungan yang tenang
  - c. Anjurkan pasien distraksi relaksasi nafas dalam dengan tarik nafas perlahan-lahan lewat hidung dan keluarkan lewat mulut sambil mengencangkan dinding perut sebanyak 3 kali kurang lebih selama 1 menit
  - d. Latihan gerak tangan, lakukan gerakan abduksi dan adduksi pada jari tangan, lengan dan siku selama setengah menit

- e. Tetap dalam posisi berbaring, kedua lengan diluruskan diatas kepala dengan telapak tangan menghadap ke atas
- f. Lakukan gerakan menarik keatas secara bergantian sebanyak 5-10 kali
- g. Latihan gerak kaki yaitu dengan menggerakkan abduksi dan adduksi, rotasi pada seluruh bagian kaki

Pada 6-10 jam berikutnya

- a. Latihan miring kanan dan kiri
- b. Latihan dilakukan dengan miring kesalah satu bagian terlebih dahulu, bagian lutut fleksi keduanya selama setengah menit, turunkan salah satu kaki, anjurkan ibu berpegangan pada pelindung tempat tidur dengan menarik badan kearah berlawanan kaki yang ditekuk. Tahan selama 1 menit dan lakukan hal yang sama ke sisi yang lain

Pada 24 jam post SC

- a. Posisikan semi fowler 30-40<sup>0</sup> secara perlahan selama 1-2 jam sambil mengobservasi nadi, jika mengeluh pusing turunkan tempat tidur secara perlahan
- b. Bila tidak ada keluhan selama waktu yang ditentukan ubah posisi pasien sampai posisi duduk

Pada hari ke 2 post SC

- a. Lakukan latihan duduk secara mandiri jika tidak pusing, perlahan kaki diturunkan Pada hari ke 3 post SC 1. Pasien duduk dan menurunkan kaki kearah lantai

- b. Jika pasien merasa kuat dibolehkan berdiri secara mandiri, atau dengan posisi dipapah dengan kedua tangan pegangan pada perawat atau keluarga, jika pasien tidak pusing dianjurkan untuk latihan berjalan disekitar tempat tidur

#### **G. Evaluasi dan Tindak Lanjut**

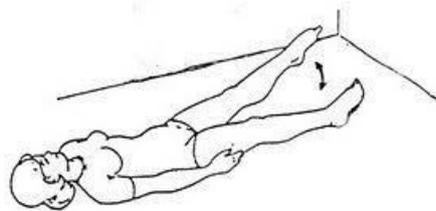
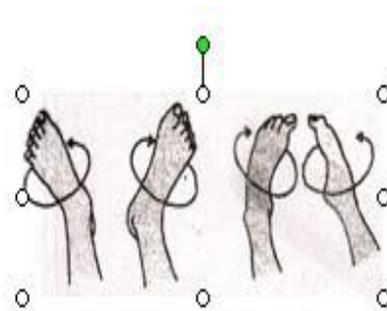
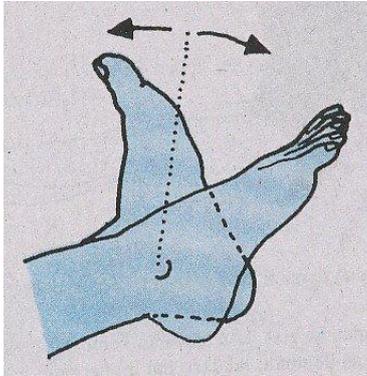
1. Melakukan evaluasi tindakan
2. Menganjurkan klien untuk melakukan kembali setiap latihan dengan pengawasan keluarga
3. Salam terapeutik dengan klien
4. Mencuci tangan

#### **H. Dokumentasi**

1. Dokumentasikan : nama klien, tanggal dan jam perekaman, dan respon pasien
2. Paraf dan nama jelas dicantumkan pada catatan pasien

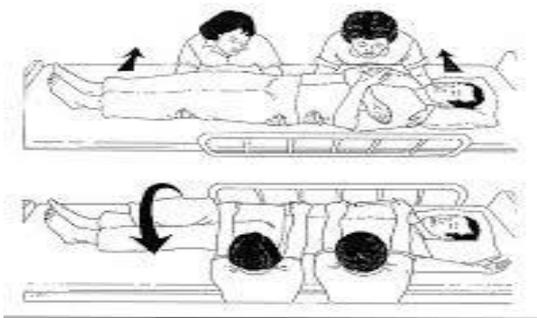
Sumber : Rismawati, 2015, Asuhan Keperawatan Dengan Penerapan Mobilisasi Dini Untuk Meningkatkan Kemandirian Pasien Post Sc Di Ruang Bougenvile Rsud Kebumen, Diakses pada 27 Januari 2018 dari :  
<http://elib.stikesmuhgombong.ac.id/486/1/DWI%20TINA%20RISMAWATI%20NIM.%20A01401881.pdf>

### Gerakan 6 jam pertama post *sectio caesarea*



Menggerakkan pergelangan kaki ke depan kebelakang dan gerakan memutar setelah itu memindahkan/ menggeser kaki dari posisi yang semula.

### Gerakan 6 -10 jam pertama post *sectiocaesarea*



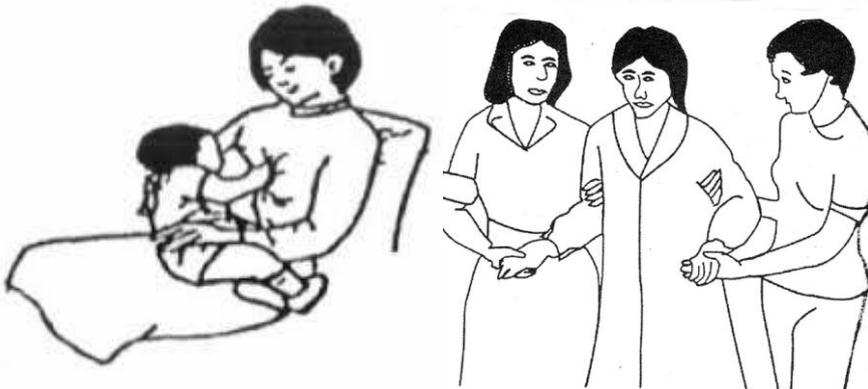
Ibu berlatih miring kanan dan miring kiri yang kemudian dilanjutkan ibu berlatih menyusui bayi dengan posisi miring sama seperti dengan gambar disamping

**Gerakan pada 24 jam pertama post *sectio caesarea***



Menganjurkan ibu untuk duduk semi fowler dan menyusui bayi dengan posisi semi fowler

**Gerakan pada 2-5 hari post *sectio caesarea***



Mengajarkan ibu untuk latihan berjalan dan mengajarkan menyusui dengan posisi duduk tegak.