

---

## PENYULUHAN MOBILISASI DINI IBU PASCA MELAHIRKAN UNTUK MEMBANTU MEMULIHAKAN KONDISI TUBUH DI KELURAHAN SUMBER MULYO REJO

Marliana gingting<sup>1</sup>, Nur ismarida<sup>2</sup>, Siska monica<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Dosen Akper Kesdam I/BB Binjai (Keperawatan) 20722, Sumut,Indonesia

<sup>2</sup>Mahasiswa Akper Kesdam I/BB Binjai (Keperawatan) 20722, Sumut,Indonesia

<sup>3</sup>Mahasiswa Akper Kesdam I/BB Binjai (Keperawatan) 20722, Sumut,Indonesia

e-mail: [gintingmarlianna@gmail.com](mailto:gintingmarlianna@gmail.com) [isma40119@gmail.com](mailto:isma40119@gmail.com) [siskamonica591@gmail.com](mailto:siskamonica591@gmail.com)

### Abstrak

Salah satu perawatan ibu nifas adalah mobilisasi dini yang merupakan kebijaksanaan untuk selekas mungkin membimbing ibu keluar dari tempat tidurnya dan membimbing selekas mungkin berjalan. Data yang diperoleh dari buku Medical Record dari tahun 2015 terdapat 337 kasus dengan persentase penyebab terjadi resiko kematian ibu adalah Pendarahan (43,7%), Pre-eklamsia (25%), Infeksi (12,5%), Abortus (6,25%), dan lain-lain (12,5%).

**Kata Kunci:** Pengetahuan Ibu Nifas, Mobilisasi Dini

### Abstract

*One of the treatments for postpartum mothers is early mobilization, which is the policy of guiding the mother out of bed as quickly as possible and guiding her to walk as quickly as possible. Data obtained from the Medical Record book from 2015 there were 337 cases with the percentage of causes for the risk of maternal death being Bleeding (43.7%), Pre-eclampsia (25%), Infection (12.5%), Abortion (6.25%), and others (12.5%).*

**Keywords :** Knowledge of Postpartum Mothers, Early Mobilization

## 1. PENDAHULUAN

---

Diterbitkan Oleh:

UPPM Akademi Keperawatan Kesdam I/Bukit Barisan Binjai

<https://jurnal.akperkesdam-binjai.ac.id/index.php/jabb>

Masa nifas (puerperium) dimulai setelah lahirnya plasenta dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil yang berlangsung setelah melahirkan selama 6 minggu atau 40 hari, dimana masa ini sangat penting untuk dipantau. Masa nifas merupakan masa setelah plasenta lahir dan berakhir ketika alat-alat kandungan seperti keadaan sebelum hamil (Soleha, 2009). Salah satu perawatan ibu nifas adalah mobilisasi dini yang merupakan kebijaksanaan untuk selekas mungkin membimbing ibu keluar dari tempat tidurnya dan membimbing selekas mungkin berjalan (Moctar, 2008). Menurut Lailatulfitriyah (2009), dampak imobilisasi dini diantaranya kelainan bawaan pada perkembangan jaringan (atelektasis), gangguan pernafasan (pneumonia), sulit buang air besar dan buang air kecil, dan distensia lambung.

Mobilisasi dini dapat mengurangi kejadian komplikasi kandung kemih, konstipasi, trombosis vena puerperalis dan emboli pulmonalis. Disamping itu, ibu merasa lebih sehat dan kuat serta dapat segera merawat bayinya. Ibu harus didorong untuk berjalan dan tidak hanya duduk di tempat tidur (Bahiyatun, 2009). Setiap ibu menginginkan agar persalinan dan nifasnya berlangsung dengan normal tanpa adanya komplikasi, akan tetapi banyak ibu yang tidak mengetahui pentingnya melakukan mobilisasi dini pada masa nifas. Tingkat pengetahuan merupakan faktor yang berperan penting dalam mewujudkan pelaksanaan mobilisasi dini setelah melahirkan. Jika tingkat pengetahuan seseorang rendah terhadap manfaat dan tujuan dari mobilisasi maka hal itu akan sangat mempengaruhi pada tingkat pelaksanaannya (Bahiyatun, 2009).

Penatalaksanan asuhan post partum pada hari pertama yaitu 2 jam post partum seorang ibu harus tidur terlentang untuk mencegah terjadinya perdarahan kemudian segera melakukan mobilisasi untuk mengurangi pembekuan darah pada vena dalam (deep vein) ditungkai yang dapat menyebabkan masalah kesakitan dan bahkan berakibat pada kematian ibu (Rambey, 2008). Menurut data WHO (World Health Organization), sebanyak 99% kematian ibu akibat masalah persalinan atau kelahiran terjadi di negaranegara berkembang yaitu negara yang masuk dalam ASEAN (Association of South East Asian Nations) seperti negara Indonesia.. Rasio kematian di Negara-negara berkembang merupakan yang tertinggi dengan 450 kematian ibu per 100.000 kelahiran bayi hidup, jika dibandingkan dengan rasio kematian ibu disembilan Negara maju yaitu Jepang, Amerika Serikat, Australia, Belanda, New Zealand, Kanada, Irlandia, Jerman, dan Swedia (Wahyuni, 2012). Pada tahun 2013 terdapat 49 kasus kematian ibu dengan persentase penyebab kematian ibu terbanyak pendarahan (36%), eklampsi (29%), Infeksi (4%), abortus (2%) dan lain-lain (29%). Sedangkan pada tahun 2014, angka kematian ibu mencapai 65 kasus. Untuk tahun 2015 angka kematian ibu di Kota Kendari meningkat hingga 71 kasus (Profil Dinas Kesehatan Sulawesi Tenggara, 2014/2015).

## 2. METODE PELAKSANAAN

### 2.1 Pemilihan Responden

Responden Pengabdian kepada masyarakat kelurahan sumber mulyo rejo

### 2.2 Alat bahan

Alat bahan yang digunakan dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah:

- *Spanduk*
- *Laptop*
- *Video*
- *Kamera*
- *Tripot*
- *Exercise Bed*

- Booklet
- Poster

### **2.3 Cara Pengumpulan Data**

Data sekunder ( Data ibu pasca melahirkan)

### **2.4 Analisis Data**

Data yang diperoleh merupakan data kelurahan sumber mulyo rejo : penyuluhan mobilisasi dini ibu pasca melahirkan untuk membantu memulihkan kondisi tubuh.

## **3. Laporan Kegiatan**

### **3.1 Persiapan**

#### **3.1.1 Koordinasi dengan Kelurahan sumber mulyo rejo**

Koordinasi dengan Kelurahan sumber mulyo rejo telah berlangsung sejak tahun 2023 dengan ditandatanganinya surat perjanjian kerjasama dalam bentuk MoU serta penugasan pengelolaan dan pembinaan keluarga dalam bentuk penyuluhan kepada masyarakat (PKM) kelurahan dataran tinggi kepada institusi Perguruan Tinggi dalam hal ini Akper Kesdam I/BB Binjai. Dalam rangka memenuhi program kerja dalam surat perjanjian kerjasama yang telah disepakati tersebut serta untuk menjaga kualitas masyarakat maka untuk proses keberlanjutan dilaksanakan pembinaan keluarga masyarakat secara berkala dan teratur, yang dilaksanakan oleh Akper Kesdam I/BB Binjai.

#### **3.1.2 Koordinasi dengan pengurus organisasi Kelurahan Sumber Mulyo Rejo**

- a. Tim Akper Kesdam I/BB Binjai dalam memenuhi program yang telah tertuang dalam MoU, berkoordinasi dengan Ketua dan pengurus kelurahan sumber mulyo rejo untuk membahas bentuk atau model pelaksanaan pada masyarakat. Berdasarkan hasil pembicaraan dalam persiapan dengan ketua dan pengurus kelurahan sumber daya, maka disepakati untuk diadakan kegiatan sosialisasi pengabdian masyarakat
- b. Waktu yang dapat disepakati bersama untuk pelaksanaan adalah hari jumat, 30 juni 2023 pukul 10.00 WIB-11.00WIB.

#### **3.1.3 Persiapan tim**

Persiapan tim dilaksanakan dalam aspek akademik dan logistik. Untuk aspek logistik, masing-masing anggota mendapatkan penugasan persiapan.

- a. Kelompok penyuluhan

Kelompok penyuluhan bertanggung jawab menyusun dan menyampaikan materi penyuluhan dan booklet yang berisi sosialisasi tentang mobilisasi dini ibu pasca melahirkan (terlampir).

### **3.2 Pelaksanaan**

#### **3.2.1 Penyuluhan**

Penyuluhan dilaksanakan tanggal 30 juni 2023 di kelurahan sumber mulyo rejo. Acara dimulai pada pukul 10.00 WIB.

#### **3.2.2 Pengumpulan data sekunder hasil pemeriksaan masyarakat kelurahan sumber mulyo rejo**

Data tentang kondisi umum masyarakat kelurahan sumber mulyo rejo diambil berdasarkan hasil pemeriksaan rutin bulan Mei 2023, yang terdiri dari penilaian kemampuan mobilisasi ibu hamil dan pasca melahirkan.

### **3.3 Tindak Lanjut Kegiatan**

Sesuai dengan rencana pada jumat, 30 juni 2023 tim melakukan evaluasi hasil serta

tanggapan atau respon ataupun kondisi ibu hamil dan pasca melahirkan beserta keluarga dari kader yang bersedia untuk mengetahui adanya perkembangan situasi dan pengaruh penyuluhan yang telah diberikan.

Berkenaan dengan topic pada tulisan pengabdian Masyarakat ini, maka melalui kegiatan ini dilakukan Penyuluhan Mobilisasi Dini Ibu Pasca Melahirkan Untuk Membantu Memulihkan Kondisi Tubuh Di Kelurahan Sumber Mulyo Rejo, yang dilaksanakan pada tanggal 30 Juni 2023 yang diikuti oleh 50 peserta, yang terdiri dari siswa dan siswi sekolah serta campuran warga masyarakat setempat lainnya, termasuk salah seorang guru di sekolah tersebut. Kegiatan pengabdian ini pada saat pelaksanaan meminta kepada para peserta untuk mengisi daftar hadir peserta secara langsung disertai dengan saran dan manfaat yang mereka dapatkan dari kegiatan ini. Narasumber penyuluhan merupakan praktisi akademisi yang berasal dari mahasiswa/I Akper Kesdam I/BB Binjai dan Dosen yang menguasai persoalan di bidangnya.



**Gambar 1 :** Penyuluhan Mobilisasi Dini Ibu Pasca Melahirkan Untuk Membantu Memulihkan Kondisi Tubuh Di Kelurahan Sumber Mulyo Rejo.



(a)



(b)

**Gambar 2:** (a),(b) melakukan penyuluhan kesehatan mengenai mobiisasi dini ibu pasca melahirkan untuk membantu memulihkan kondisi tubuh

#### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Bentuk kegiatan pengabdian yang dilaksanakan adalah berbentuk pengabdian. Sebelum melakukan penyuluhan pelaksana memberikan bina suasana kepada masyarakat agar mereka mau mendengarkan dan menerima penyuluhan tersebut. Sebelum memberikan penyuluhan dilakukan pretest untuk melihat bagaimana tingkat pengetahuan sasaran masyarakat tersebut mengenai pentingnya mengetahui bagaimana mobilisasi pasca melahirkan.

Dari 50 orang masyarakat, hanya 5 orang yang mampu menjawab soal pretest dengan benar. Tetapi setelah dilakukan penyuluhan atau pemberian informasi mengenai mobilisasi pasca melahirkan hasil posttest hampir semua (40%) masyarakat bisa menjawab pertanyaan dengan benar. Hal ini membuktikan bahwa penyuluhan yang diberikan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat kelurahan pujidadi tentang kualitas kelapa sawit dan pengelolahan limbah.

Memberikan pemahaman dan pengetahuan kepada masyarakat tentang mobilisasi ibu pasca melahirkan sangatlah penting. Berbagai hasil penelitian yang telah dilakukan tentang Salah satu perawatan ibu nifas adalah mobilisasi dini yang merupakan kebijaksanaan untuk selekas mungkin membimbing ibu keluar dari tempat tidurnya dan membimbing selekas mungkin berjalan (Moctar, 2008). Menurut Lailatulfitriyah (2009), dampak imobilisasi dini diantaranya kelainan bawaan pada perkembangan jaringan (atelektasis), ganguan pernafasan (pneumonia), sulit buang air besar dan buang air kecil, dan distensia lambung.

Mobilisasi dini dapat mengurangi kejadian komplikasi kandung kemih, konstipasi, trombosis vena puerperalis dan emboli pulmonalis. Disamping itu, ibu merasa lebih sehat dan kuat serta dapat segera merawat bayinya.

#### 5. PENUTUP

##### Kesimpulan

1. Pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan
2. Output yang diharapkan dapat tercapai dengan baik dimana terjadi peningkatan pengetahuan dari para peserta kegiatan pengabdian.

Kegiatan Pengabdian ini mendapatkan respon yang baik dari pengurus kelurahan setempat dan masyarakatnya. Terdapat peningkatan pengetahuan masyarakat tentang penyuluhan mobilisasi dini ibu pasca melahirkan untuk membantu memulihkan kondisi tubuh . Sebelum diberikan penyuluhan, dari 30 orang hanya 5 masyarakat yang mampu menjawab pertanyaan yang sudah mengetahui tentang penyuluhan mobilisasi dini ibu pasca melahirkan untuk membantu memulihkan kondisi tubuh . Kepada pihak pengurus agar dapat memberikan bimbingan serta pengawasan kepada masyarakat agar mereka bisa menerapkan pengabdian tersebut..

##### Saran

Kegiatan pengabdian seperti ini dapat dilakukan secara rutin baik di lokasi yang sama maupun di lokasi yang berbeda dengan sasaran pengabdian sebagai periode penting untuk meningkatkan tentang penyuluhan mobilisasi dini ibu pasca melahirkan untuk membantu memulihkan kondisi tubuh.

---

## DAFTAR PUSTAKA

- CDC. (2012). A Report of the Surgeon General Preventing Tobacco Use Among Youth and Young Adults: We Can The Next Generation Tobacco Free. USA: Center for Disease Control and Prevention Office on Smoking and Health.
- Riskesdas, (2010). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar, Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.
- Riskesdas, (2013). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar, Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.
- WHO, (2015). Global Youth Tobacco Survey (GYTS): Indonesia report, 2014. New Delhi: World Health Organization, Regional Office for South-East Asia.
- WHO, (2016). WHO Report on the Global Tobacco Epidemic, Diakses 1 Februari, 2017.  
Available from: <http://www.who.int/tobacco/mpower/en/index.html>.
- [Https://www.studocu.com/id/document/ssekolah-menengah-atas-negeri-10-fajar-harapan/bahasa-indonesia/makalah-bahaya-rokok-aisyah-rahmasari-xi-mia-5/32166036](https://www.studocu.com/id/document/ssekolah-menengah-atas-negeri-10-fajar-harapan/bahasa-indonesia/makalah-bahaya-rokok-aisyah-rahmasari-xi-mia-5/32166036)