

**PENERAPAN MOBILISASI DINI PADA ASUHAN KEBIDANAN IBU NIFAS
UNTUK MEMPERCEPAT PENURUNAN TINGGI FUNDUS UTERI DI
PUSKESMAS TANJUNG BALAI KARIMUN**

¹Maryati. ²Arum Dwi Anjani

¹missyati03@gmail.com, ²arum.dwianjani05@univbatam.ac.id

^{1,2}Program Studi Profesi Bidan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Batam,

ABSTRACT

The postpartum period is a critical period for both the mother and the baby. The government has issued programs and technical policies to prevent post partum bleeding, namely at least 4 visits during the puerperium, postpartum visits, postpartum gymnastics, increased maternal nutrition, early initiation of breastfeeding (IMD) and early mobilization. Early mobilization is very important for mothers during the puerperium to accelerate the process of uterine involution. The purpose of writing is to apply early mobilization in midwifery care to accelerate the decrease in the height of the uterine fundus. The type of research used in the preparation of practice reports is descriptive research using the case study method. Data collection methods are participatory observation, interviews, measurements, documentation. The results of the application of midwifery care to Ny. A in the form of early mobilization for postpartum mothers shows that early mobilization helps accelerate the decrease in the height of the uterine fundus. Early mobilization by post partum mothers in the first 6 hours after delivery can help speed up the return of the uterus to its original shape. This is made possible because of the movements made by the mother which help to improve blood circulation and expel lochia so that it helps speed up the process of uterine involution.

Keywords : *Early Mobilization, postpartum, TFU*

PENDAHULUAN

Angka kematian ibu (AKI) adalah salah satu indikator kesejahteraan masyarakat di suatu Negara. Menurut WHO (2019) Angka Kematian Ibu (AKI) didunia yaitu sebanyak 303.000 jiwa. Angka Kematian Ibu (AKI) di ASEAN yaitu sebesar 235 per 100.000 kelahiran hidup (ASEAN Secretariat, 2020). Menurut Data Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia meningkat dari 228 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2002-2007 menjadi 359 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2007-2012. Angka Kematian Ibu (AKI) mengalami

penurunan pada tahun 2012-2015 menjadi 305 per 100.000 kelahiran hidup dan jumlah kematian ibu di Indonesia pada tahun 2019 yaitu sebanyak 4.221 kasus (Kemeskes RI, 2019).

Masa nifas merupakan masa kritis baik bagi ibu maupun bayinya. Diperkirakan 60% kematian ibu terjadi setelah persalinan dan 50% kematian ibu pada masa nifas terjadi dalam 24 jam pertama yang sebagian besar disebabkan karena perdarahan postpartum.

Salah satu penyebab terjadinya perdarahan dikarenakan oleh atonia uteri. Atonia uteri merupakan salah satu

penyebab terjadinya subinvolusi uteri. Percepatan involusi uteri dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain, usia ibu, paritas, menyusui eksklusif, mobilisasi dini dan inisiasi menyusui dini (IMD) (Sukma, Hidayati, & Jamil, 2017)

Pemerintah telah mengeluarkan program serta kebijakan teknis untuk mencegah perdarahan post partum yaitu setidaknya dilakukan 4x kunjungan masa nifas kunjungan pasca persalinan, senam nifas, peningkatan gizi ibunifas, inisiasi menyusui dini (IMD) serta mobilisasi dini (Khasanah, 2022).

Mobilisasi dini penting sekali untuk dilakukan pada ibu dalam masa nifas untuk mempercepat proses involusi uteri. Mobilisasi dini bisa memperlancar sirkulasi darah dan mencegah aliran darah terhambat, dengan hambatan tersebut bisa menyebabkan infeksi dan terjadinya thrombosis vena, (Manuaba, IBG 2018).

Mobilisasi dini yang dilakukan oleh ibu post partum pada 6 jam pertama setelah proses persalinan dapat membantu untuk mempercepat pengembalian rahim ke bentuk semula. Ini dimungkinkan karena adanya pergerakan yang dilakukan oleh ibu yang membantu untuk memperlancar peredaran darah dan pengeluaran lochea sehingga membantu mempercepat proses involusi uteri.

Proses involusi ditandai dengan penurunan tinggi fundus uteri (TFU) yang berlangsung selama 6 minggu. Pada hari pertama TFU berada di atas symphysis atau sekitar 12 cm. Proses ini terus berlangsung dengan penurunan TFU 1 cm setiap harinya. Untuk mengembalikan organ reproduksi seperti keadaan sebelum hamil, terutama penurunan TFU memerlukan perawatan nifas yang efektif dan optimal salah satunya dengan melakukan mobilisasi dini

(Bahiyatun, 2014 dalam Yunitarini dkk, 2018).

Ada beberapa faktor seseorang tidak mau melakukan mobilisasi dini yaitu bisa fisiologis seperti merasa lemah, ibu mengalami hambatan dalam melakukan mobilisasi karena adanya nyeri. Dari faktor emosional, ibu merasa emosi tidak stabil dan cemas, dan dari faktor perkembangan sendiri, seperti perubahan penampilan tubuh menjadi gemuk, dan perubahan sistem skeletal yang mempengaruhi mobilisasi pada perubahan tubuh (Potter dan Perry, 2005 dalam Yunifitri, dkk 2021).

Berdasarkan penelitian Yunitarini, dkk (2018) yang berjudul perbedaan mobilisasi dini terhadap percepatan penurunan tinggi fundus uteri pada ibu post partum hari pertama dan kedua di dapatkan hasil hampir semua responden pada kelompok intervensi mengalami penurunan tinggi fundus uteri cepat dan pada kelompok kontrol penurunan tinggi fundus uteri lebih lambat. Uji mean withney didapatkan nilai $p = 0,000$ sehingga dapat di tarik kesimpulan ada perbedaan rata – rata penurunan tinggi fundus uteri pada ibu yang melakukan mobilisasi dini.

Hal ini pula didukung oleh Hadiani & Sriwenda (2019) yang berjudul “Efektivitas Latihan Post Partum untuk Involusi Uterine”. Sampel dibagi sebagai grup kontrol serta grup perlakuan. Sampel berjumlah 20 responden yang terbagi menjadi dua grup yaitu grup kontrol serta grup perlakuan yang mengukur fundus serta lochea, melakukan senam nifas di kelompok perlakuan, serta melakukan senam nifas di ke 2 grup, serta fundus dan lochea pada kedua grup. Pengukuran ulang serta latihan dini untuk mengurangi tinggi fundus dan lochea. Analisis data memakai Mann-Whitney sebanyak $= 0,05$. yang akan

terjadi sebesar $p = 0,000 (<0,05)$ ialah senam nifas bisa dipergunakan untuk mempercepat penurunan involusi uteri bunda nifas (Hadiani & Sriwenda, 2019)

Hasil penelitian Ratih dan Herlina (2020) menggunakan *pre eksperimental design* dengan rancangan *One Group Pretest-Posttest design*. menunjukkan ada pengaruh mobilisasi dini terhadap involusi uterus pada ibu post partum (Ratih & Herlina, 2020).

Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik melakukan asuhan kebidanan pada ibu nifas dengan melakukan mobilisasi dini untuk mempercepat penurunan tinggi fundus uteri

TUJUAN PENELITIAN

Memberikan asuhan kebidanan pada ibu nifas secara komprehensif dan berkesinambungan, dengan manajemen asuhan kebidanan sesuai dengan standar pelayanan kebidanan. Asuhan kebidanan yang di terapkan adalah mobilisasi dini untuk mempercepat penurunan tinggi fundus uteri.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penyusunan laporan praktik adalah penelitian deskriptif dengan metode studi kasus. Penelitian deskriptif yaitu suatu penelitian yang dilakukan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan suatu fenomena yang ada di masyarakat (Notoatmodjo, 2010).

Penelitian dilakukan di Puskesmas Tanjung Balai Karimun pada Januari 2023. Subjek yang digunakan dalam studi kasus dengan manajemen asuhan kebidanan ini adalah ibu A, Prostartum 6 jam.

Metode pengumpulan data yaitu observasi partisipatif, wawancara, pengukuran, dokumentasi. Instrumen

penelitian ada tiga macam yaitu Format asuhan kebidanan. Alat dan bahan untuk observasi dan pemeriksaan fisik: timbangan, pengukur tinggi badan, pengukur LILA, thermometer, tensimeter, dll. Alat dan bahan untuk melakukan dokumentasi : Foto dokumentasi, status pasien.

HASIL PENELITIAN

Asuhan Kebidanan pada ibu A, Post Partum 6 jam di Puskesmas Tanjung Balai Karimun, tanggal 1 Februari 2023

Data Subjektif : Ibu mengatakan ini anak pertama, dan belum pernah keguguran, perut terasa mulas dan ASI masih sedikit.

Data objektif : Kesadaran umum ibu baik dan komposmentis. TD : 120/70 mmHg, Nadi : 85 x/menit, Pernapasan 19 x/menit, Suhu 37 c, Puting susu menonjol, areolamamae hiperpigmentasi, sudah ada pengeluaran kolostrum dan payudara tampak bersih. TFU 1 jari di bawah pusat, kontraksi baik, kandung kemih tidak penuh, Pengeluaran lochea rubra, darah yang keluar ± 100 cc, Pemeriksaan vulva dan vagina: Tampak bersih, Luka jahitan belum kering.

Diagnosa P1A0 Postpartum 6 Jam. Masalah perut ibu terasa mules, sedikit nyeri pada luka jahitan perineum dan pengeluaran ASI sedikit.

Penatalaksanaan awal yang di berikan dengan memberitahu ibu tentang hasil pemeriksaan yang sudah dilakukan. Menganjurkan ibu untuk melakukan mobilisasi di mulai dari miring kanan dan kiri, duduk dan mulai belajar berjalan. Menjelaskan kepada ibu bahwa mules yang ibu rasakan merupakan hal yang normal karena rahim ibu sedang berkontraksi.

Dengan melakukan mobilisasi dini akan membantu mempercepat involusi uteri yaitu kembalinya kondisi rahim seperti sebelum hamil. Hal ini biasanya terjadi selama seminggu pertama setelah persalinan.

Asuhan kebidanan selanjutnya yaitu memberitahu ibu cara menyusui bayinya, menganjurkan ibu untuk sesering mungkin menyusui bayinya karena isapan bayi akan menghasilkan ASI lebih banyak, Menganjurkan untuk memberikan ASI secara eksklusif dan mengajarkan ibu dan keluarga cara melakukan perawatan payudara dan pijat oksitosin. Memberikan konseling pada ibu tentang kebutuhan gizi yang dibutuhkan selama masa nifas untuk meningkatkan produksi ASI yaitu Makanan untuk memperbanyak air susu ibu (ASI) disebut juga makanan laktogenik atau ASI booster. Makanan laktogenik adalah jenis makanan yang mengandung galaktagog, yaitu senyawa pada tanaman yang dapat merangsang dan meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui.

Menganjurkan ibu untuk makan-makanan yang bergizi dan seimbang, untuk mengkonsumsi makanan bergizi tidak harus mahal, yang penting tersedia beraneka ragam makanan seperti nasi, lauk-pauk, sayur-sayuran, tempe, tahu, telur, buah dll. kemudian menganjurkan ibu untuk mengkonsumsi vitamin A dan tablet Fe yang telah diberikan

Menganjurkan ibu untuk menjaga personal hygien dan menjaga luka perenium agar cepat kering. Menganjurkan ibu untuk menjaga pola tidur yang normal yaitu tidur malam selama minimal 8 jam dan tidur siang selama minimal 2 jam, menganjurkan pada keluarga untuk berperan serta membantu ibu merawat bayi sehingga ibu cukup untuk istirahat dan tidur,

menganjurkan ibu untuk mengkonsumsi makanan dan buah-buahan yang banyak mengandung serat sehingga membantu melancarkan pencernaan ibu sehingga ibu tidak mengalami masalah BAB.

Menjelaskan cara pencegahan perdarahan. Memastikan kandung kemih tidak penuh dan kontraksi uterus baik, memberitahu ibu atau keluarga cara memantau kontraksi uterus dan menganjurkan ibu atau keluarga untuk masase uterus dengan cara meletakkan tangan diatas perut ibu kemudian memutarnya searah jarum jam. Berguna untuk memperbaiki uterus agar tidak terjadi perdarahan.

Memberitahu ibu dan keluarga apabila ada tanda-tanda bahaya pada ibu dan bayi segera mencari Pertolongan pada fasilitas kesehatan terdekat, seperti demam yang tinggi, ibu mengalami sakit kepala yang hebat, mata berkunang - kunang, bayi rewel dan menangis tanpa berhenti.

Kunjungan nifas 6 hari

Asuhan Kebidanan pada ibu A, Post Partum 6 hari di Puskesmas Tanjung Balai Karimun, tanggal 7 Februari 2023

Ibu mengatakan mulas yang ibu tidak terasa, luka jahitan perenium sudah kering, ibu mengikuti anjuran bidan untuk melakukan mobilisasi dini, ASI sudah mulai banyak.

Hasil Pemeriksaan didapatkan keadaan umum ibu baik, TD 120/80 mmHg, Nadi, 82 x/menit, Pernapasan 18 x/menit, Suhu 36,8 c. TFU 1 jari diatas simpisis, Luka perenium tampak kering, Lochea sanguilenta, Pengeluaran ASI banyak

Pemberian asuhan dengan memberitahukan kepada ibu hasil pemeriksaan yang sudah dilakukan

bahwa keadaan ibu dan bayi sehat, menganjurkan pada ibu untuk melakukan perawatan payudara minimal sekali atau dua kali sehari, memberikan ASI pada bayi secara teratur dengan selang waktu 2 jam atau secara bergantian pada kedua payudara.

Memberitahu kepada ibu nifas bahwa ibu nifas memerlukan waktu istirahat yang cukup yaitu 8 jam pada malam hari dan 1 jam pada siang hari. kurangnya istirahat akan menganggu kesehatan kondisi ibu. cara mencegah biar ibu bisa cukup istirahat ibu bisa istirahat di waktu bayi lagi tidak rewel atau di waktu bayi lagi tertidur. dan ibu juga bisa minta bantu kepada suami untuk bergantian menjaga bayi disaat bayi rewel agar ibu bisa mendapatkan istirahat yang cukup. karena ibu nifas itu sangat memerlukan istirahat yang cukup, jika ibu kurang istirahat bisa mengakibatkan ASI ibu kurang lancar

Mengajarkan ibu melakukan mobilisasi dengan melakukan senam nifas. Menganjurkan ibu untuk istirahat dan tidur yang cukup serta menyampaikan pada keluarga untuk tetap berperan serta membantu ibu dalam merawat bayinya.

Memastikan kembali bahwa ibu selalu mengkonsumsi makanan yang bergizi seimbang, minum minimal 8 gelas per hari, dan istirahat yang cukup agar produksi ASI tetap lancar. Mengajarkan ibu memberikan ASI dengan posisi yang benar. Menganjurkan ibu untuk menjaga personal hygiene, seperti mandi minimal 2-3 x sehari.

Mengingatkan kembali pada ibu tanda-tanda bahaya pada masa nifas: Sakit kepala yang hebat/berlebihan dan penglihatan kabur dapat mengakibatkan terjadinya eklampsia post partum, Pengeluaran

cairan yang berbau busuk, demam tinggi dengan suhu $>38^{\circ}$

Evaluasi dari asuhan yang diberikan yang berkaitan dengan mobilisasi dini menunjukkan bahwa mobilisasi dini membantu mempercepat penurunan tinggi Fundus uteri.

PEMBAHASAN

Fase terpenting dalam Masa nifas mulai setelah partus selesai dan berakhir setelah kira-kira 6 minggu. Dalam masa nifas, alat-alat genitalia interna maupun eksterna akan berangsur-angsur pulih kembali seperti keadaan sebelum hamil. Perubahan alat-alat genitalia ini dalam keseluruhannya disebut involusi. (Susanti & Esti, 2019).

Dalam masa nifas alat-alat genitalia internal maupun eksterna akan berangsur – angsur pulih kembali seperti keadaan sebelum hamil. Perubahan-perubahan alat genitalia dalam keseluruhannya disebut involusi. Salah satu komponen involusi adalah penurunan fundus uteri. Secara normal uterus mulai mengecil segera setelah plasenta lahir. Uterus biasanya berada pada 1-2 jari di bawah pusat. Pada 24 jam pertama, uterus membesar sampai mencapai pusat. Setelah itu, uterus akan mengecil dan mengencang, pada hari kedua setelah persalinan tinggi fundus uteri 1 cm dibawah pusat. Pada hari ke 3 - 4 tinggi fundus uteri 2 cm dibawah pusat. Pada hari 5 - 7 tinggi fundus uteri setengah pusat sampai simpisis. Pada hari ke 10 tinggi fundus uteri tidak teraba (Prawirohardjo, 2002 dalam Susani & Esti 2019).

Apabila proses involusi ini tidak berjalan dengan baik maka akan timbul suatu keadaan yang disebut sub involusi uteri. Bila sub involusi uterus tidak ditangani dengan baik, akan mengakibatkan perdarahan yang berlanjut atau post partum

haemorrhage. Ciri-ciri sub involusi atau proses involusi yang abnormal diantaranya :tidak secara progresif dalam pengembalian ukuran uterus, uterus teraba lunak dan kontraksinya buruk, sakit pada punggung atau nyeri pada pelvik yang persisten, perdarahan pervagina abnormal seperti perdarahan segar, lochea rubra banyak, persisten dan berbau busuk

Teori yang dikemukakan oleh Dewi et al. dalam Ginting (2020) bahwa Involusi uteri sangat dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu laktasi, mobilisasi dan nutrisi, dukungan keluarga dan dukungan tenaga kesehatan. Penurunan TFU yang tidak sesuai bisa juga karena meskipun mobilisasi dini sudah dilakukan oleh ibu nifas namun masih dalam rentang gerak pasif. Rentang gerak pasif berguna untuk menjaga otot-otot dengan menggerakkan otot orang lain secara pasif misalnya petugas mengangkat dan menggerakkan kaki pasien. (Ginting et al., 2020).

Mobilisasi dini merupakan pergerakan sistematis yang dilakukan secara bertahap pada ibu post partum yang dilakukan pada 6 jam pertama pascasalin. Gerakan yang dilakukan bertujuan untuk merubah posisi semula ibu dari berbaring, miring-miring, duduk sampai berdiri sendiri beberapa jam setelah proses persalinan. Kegiatan ini diyakini akan memberikan manfaat melancarkan pengeluaran lochia, mengurangi infeksi purperium, mempercepat involusi alat kandungan.

Mobilisasi dini yang baik dilakukan secara bertahap untuk memperlancar pengeluaran *lochea* dan mempercepat involusi uteri. ibu yang tidak melakukan mobilisasi dini akan mengalami peningkatan suhu tubuh, perdarahan abnormal dan involusi uterus yang tidak baik. (Susanti & Esti, 2019).

Mobilisasi dini akan melancarkan pengeluaran darah dan sisa plasenta sehingga dapat mempercepat penurunan TFU. Oleh karena itu mobilisasi dini berpengaruh pada penurunan TFU. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Ratih dan Herlina tahun 2020, yang berjudul Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Involusi Uterus Pada Ibupostpartum Di Klinik Pratama Yusnimar Pekanbaru, didapatkan hasil bahwa ada pengaruh mobilisasi dini terhadap involusi uterus pada ibu post partum dengan nilai P-Value = 0,000 yang lebih kecil dari $\alpha \leq 0,05$, Sebelum dilakukan mobilisasi dini ibunifas belum mengalami penurunan TFU. Setelah dilakukan mobilisasi dini ibu nifas mengalami penurunan TFU secara bertahap dan mengembalikan organ-organ dalam ke bentuk semula seperti sebelum hamil.

Mobilisasi dini yang dilakukan ibu setelah persalinan dapat dilakukan dengan mengubah posisi ibu dari berbaring, miring, duduk sampai ibu dapat berdiri sendiri. Mobilisasi dini memberikan beberapa keuntungan yaitu melemaskan otot – otot ibu setelah persalinan. Kontraksi dan retraksi dari otot – otot rahim setelah bayi lahir, di perlukan untuk menjepit pembuluh darah yang terbuka karena adanya pelepasan plasenta dan diperlukan untuk mengeluarkan isi yang tidak diperlukan seperti bekuan darah sisa persalinan. Terjadinya kontraksi dan retraksi secara terus menerus menyebabkan terganggunya peredaran darah dalam uterus yang mengakibatkan jaringan otot kekurangan zat yang diperlukan, sehingga ukuran jaringan otot akan mengecil. Dengan demikian ibu yang melakukan mobilisasi dini akan mengalami penurunan tinggi fundus uteri lebih cepat dan kontraksi uterus akan lebih kuat .

Mobilisasi dini, ibu juga dapat diajarkan gerakan yang lebih teratur yaitu dengan *early exercise* yang merupakan latihan fisik secara sederhana dengan gerakan teratur dan dilakukan secara bertahap. Beberapa manfaat yang oleh ibu postpartum dengan segera melakukan *early exercise* adalah dapat mempercepat pulihnya alat-alat kandungan, mengurangi kejadian komplikasi kandung kemih serta banyak mengurangi keluhan pada sistem pencernaan dan perkemihan (Ramadhani, S. Y., & Rosyita, R. 2022)

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Zeverina & Halimatussakdiah (2018). Hasil penelitian diketahui responden dengan penurunan TFU yang tidak sesuai sebanyak 5 orang, pada hari ke 3 postpartum TFU responden < 3 cm di bawah pusat, sedangkan responden dengan penurunan TFU sesuai sebanyak 29 orang, pada hari ke 3 postpartum TFU responden \geq 3 cm di bawah pusat.

Hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Kasanah & Alikea (2020) yang bertujuan mengetahui perbedaan involusi uteri ibu nifas antara yang melakukan mobilisasi dini dan tidak melakukannya didapatkan bahwa dari pada kelompok intervensi dari 10 responden mayoritas responden (90%) penurunan tinggi fundus uterinya cepat, sedangkan pada kelompok control dari 10 responden mayoritas responden (80%) penurunan tinggi fundus uterinya lambat.

Mobilisasi dini merupakan suatu aspek yang terpenting pada fungsi fisiologis karena hal itu esensial untuk mempertahankan kemandirian. Sekarang tidak perlu lagi menahan ibu post partum terlentang ditempat tidurnya selama 7-14 hari setelah melahirkan, jika gerakannya tidak terhalang oleh pemasangan infus dan tanda-tanda vitalnya juga memuaskan.

Maka ibu dianjurkan untuk melakukan mobilisasi dini dan diperbolehkan untuk mandi ataupun pergi ke kamar mandi dengan dibantu, satu atau dua jam setelah proses melahirkan secara normal. Ibu nifas yang melakukan mobilisasi dini juga akan merasa lebih sehat dan kuat, dan memiliki kesempatan yang baik untuk mengajari merawat atau memelihara anaknya Varney, 2010 dalam Istiqomah, A. 2019).

Menurut Prawiroharjo (2012) involusi uteri yaitu dimana otot-otot uterus berkontraksi sehingga pembuluh-pembuluh darah terbuka akibatnya, perlekatan placenta akan terjepit, sehingga perdarahan post partum dapat dicegah. Involusi uteri dipengaruhi oleh tiga hal yaitu autolysis, aktivitas otot dan iskemik. Dari tiga hal yang mempengaruhi terjadinya proses involusi uteri, mobilisasi dini juga dapat meningkatkan tonus otot yang sangat dibutuhkan untuk mempercepat proses involusi uteri. Sehingga pada akhirnya dapat mengurangi insiden perdarahan post partum.

Rasa nyeri setelah melahirkan membuat ibu enggan untuk mulai belajar melakukan pergerakan, dimana seluruh alat reproduksi mengalami perubahan, rasa nyeri saat buang air kecil, buang air besar. Hal ini membuat ibu menjadi lebih takut dan tidak nyaman, besar kemungkinan ibu akan lebih memilih berbaring terus, diatas tempat tidur dan pelaksanaan mobilisasi tentu saja akan terhambat (Chapman, 2006 dalam Yunifitri, 2021). Ibu nifas yang mengalami nyeri setelah melahirkan akan mempengaruhi keinginan ibu untuk melakukan aktifitas sehingga ibu yang mengalami nyeri post partum tidak bisa melakukan mobilisasi dini dengan baik.

Menurut penelitian Diana (2007) kebudayaan mempengaruhi

perilaku wanita dalam kaitannya dengan mobilisasi dini. Seorang wanita yang dalam keluarga dan lingkungannya mempunyai kepercayaan tidak boleh melakukan gerakan setelah melahirkan maka ibu tersebut tidak akan melakukan mobilisasi dini dengan baik.

Adanya kepercayaan tidak boleh melakukan gerakan maka dapat mempengaruhi gerakan ibu setelah melahirkan. Ibu yang tidak melakukan gerakan setelah melahirkan maka ibu tersebut hanya tidur dan miring saja sehingga ibu tersebut tidak dapat melakukan mobilisasi dini dengan baik. Kurangnya ibu dalam melakukan mobilisasi dini dapat diketahui dengan tidak adanya gerakan duduk, berdiri ataupun pergi ke kamar mandi 2-8 jam setelah melahirkan jika tidak ada keluhan.

Berdasarkan penelitian Istiqomah (2019), diklasifikasikan ada lima alasan ibu nifas yang kurang melakukan mobilisasi dini diantaranya adalah kurangnya pengetahuan yang dibuktikan dengan alasan ibu nifas merasa tidak ada manfaatnya; kelemahan fisik dibuktikan dengan alasan ibu merasa lelah, nyeri atau rasa tidak nyaman; kecemasan dibuktikan dengan alasan perasaan takut yang dirasakan ibu nifas dan trauma dengan alasan persalinan yang sebelumnya pernah mengalami permasalahan.

Windarti dan Zuwairiah (2016) dalam penelitiannya yang berjudul Pengaruh Mobilisasi Dini Dan Pijat Oksitosin terhadap Involusi Uteri Pada Ibu Post Partum di simpulkan semakin tidak melakukan mobilisasi dini dan pijat oksitosin, maka proses involusi uteri akan semakin berjalan tidak baik. Ibu yang tidak melakukan mobilisasi dini beresiko mengalami involusi uteri abnormal sebanyak 13,2 kali di banding ibu yang melakukan mobilisasi

dini. Berdasarkan hasil tersebut, menurut peneliti ibu post partum sebaiknya melakukan mobilisasi dini karena mempunyai pengaruh yang baik terhadap proses penyembuhan dan proses pemulihan kesehatan seperti sebelum hamil. Oleh sebab itu sangat penting pula di perhatikan pengawasan terhadap tinggi fundus uteri.

KESIMPULAN

Pada tahap akhir dari pembuatan laporan praktik Keterampilan Dasar Kebidanan dengan penerapan mobilisasi dini pada asuhan kebidanan pada ibu nifas untuk mempercepat penurunan Tinggi Fundus Uteri di Puskesmas Tanjung Balai Karimun tahun 2023, maka penulis dapat mengambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Data SOAP pada Asuhan kebidanan terkait Keterampilan Dasar Kebidanan dengan melakukan penerapan mobilisasi dini pada asuhan kebidanan pada ibu nifas untuk mempercepat penurunan tinggi fundus uteri telah dilakukan.
2. Setelah dilakukan pengkajian sampai evaluasi kasus tidak terdapat kesenjangan antara teori dan praktik di lapangan.

SARAN

1. Bagi penulis Diharapkan dapat menambah wawasan dan pengalaman untuk melakukan asuhan kebidanan dengan menerapkan mobilisasi dini bagi ibu postpartum
2. Bagi ibu Diharapkan mendapatkan asuhan kebidanan pada masa nifas sesuai dengan kebutuhan dan menambah pengetahuan mengenai pelayanan yang telah diterima
3. Bagi Institusi pendidikan

- Diharapkan dapat menjadi sumber referensi di perpustakaan
4. Bagi tenaga kesehatan Diharapkan dapat membantu meningkatkan kualitas pelayanan yang berkualitas

DAFTAR PUSTAKA

- Anjani, A. D., Aulia, D. L. N., & Suryanti, S. (2022). Metodologi Penelitian Kesehatan.
- Ginting, D. Y., Nirwana, S., Sara, A. M., & Tarigan, L. (2020). PENGARUH INISIASI MENYUSU DINI TERHADAP INVOLUSI UTERUS PADA IBU POSTPARTUM. *JURNAL KEBIDANAN KESTRA (JKK)*, 2(2), 194-198.
- Hadianti, D. N., & Sriwenda, D. (2019). The effectiveness of postpartum exercise and oxytocin massage on uterus involution. *Open Journal of Nursing*, 9(3), 231-238
- Indrawan, M. G., & Raymond, R. (2020). Pengaruh Norma Subjektif Dan Return Ekspektasian Terhadap Minat Investasi Saham Pada Calon Investor Pada Program Yuk Nabung Saham Di Kota Batam. *Jurnal Akrab Juara*, 5(3), 156-166.
- Istiqomah, A. (2019). Pelaksanaan Mobilisasi Dini Pada Ibu Nifas. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 5(2), 124-136.
- Kemendes RI. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia 2018*. Jakarta : Kemendes RI. Diunduh dari : <https://pusdatin.kemdes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Data-dan-Infomasi-Profil-Kesehatan-Indonesia-2018.pdf>
- Kasanah, U., & Altika, S. (2020). Efektifitas Mobilisasi Dini Dalam Mempercepat Involusi Uteri Ibu Post Partum. *Community of Publising in Nursing*, 8(11-16).
- Maryany, L., Ningsih, D. A., & Nurdan, J. H. (2021). HUBUNGAN INISIASI MENYUSU DINI DAN MOBILISASI DINI DENGAN PENURUNAN TINGGI FUNDUS UTERI PADA IBU NIFAS. *Jurnal Sains Kesehatan*, 28(3), 39-46.
- Manuaba, IBG. 2018. Ilmu Kebidanan, Penyakit. Kandungan dan KB untuk Pendidikan Bidan. Jakarta : EGC
- Raymond, R. (2017). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kemiskinan Di Propinsi Kepulauan Riau. *Akrab Juara: Jurnal Ilmu-ilmu Sosial*, 2(3), 14-24.
- Ramadhani, S. Y., & Rosyita, R. (2022). ASUHAN KEBIDANAN MASA NIFAS DI PRAKTIK MANDIRI BIDAN MISRANIAR KECAMATAN TANAH LUAS KABUPATEN ACEH UTARA. *Jurnal Kesehatan Almuslim*, 8(2), 19-24.
- Ratih, R. H., & Herlina, S. H. (2020). PENGARUH MOBILISASI DINI TERHADAP INVOLUSI UTERUS PADA IBU POSTPARTUM DI KLINIK PRATAMA YUSNIMAR PEKANBARU. *Ensiklopedia Of Journal*, 2(2)
- Sukma, F., Hidayati, E., & Jamil, S. N. (2017). Asuhan kebidanan pada masa nifas. *Muhammadiyah JF dan KU, editor*.
- Susanti, E. (2019). Pengaruh Mobilisasi Dini Ibu Post Partum Terhadap Penurunan Tinggi Fundus Uteri. *NURSING UPDATE: Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan P-ISSN: 2085-5931 e-ISSN: 2623-*

- 2871, 10(3), 21-27.
- Windarti, Y., & Zuwariah, N. (2016). Pengaruh Mobilisasi Dini dan Pijat Oksitosin terhadap Involusi Uteri pada Ibu Post Partum. *Jurnal Ners dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 3(1), 032-036.
- Yunitarini, I. R. (2018). *Perbedaan Mobilisasi Dini Terhadap Percepatan Penurunan Tinggi Fundus Uteri Pada Ibu Post Partum Hari Pertama Dan Kedua Study Di Ruang Melati RSUD Jombang* (Doctoral dissertation, STIKes Insan Cendekia Medika Jombang).
- Yunifitri, A., Aulia, D. L. N., & Roza, N. (2021). Percepatan Involusi Uteri Melalui Mobilisasi Dini Pada Ibu Post Partum. *Zona Kebidanan: Program Studi Kebidanan Universitas Batam*, 12(1), 113-122.