



RUMAH SAKIT
INDRIATI
SOLO BARU - SUKOHARJO



TERAKREDITASI PARIPURNA
KARS

BUKU EDUKASI Pasien Rawat Inap

RS Indriati Solo Baru

84/D-6/04-02-2026



We Work For Healthier Indonesia

PRAKATA

Puji syukur kami panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas tersusunnya **Buku Edukasi Pasien Rawat Inap** ini. Buku ini disusun sebagai salah satu bentuk komitmen rumah sakit dalam meningkatkan mutu pelayanan, keselamatan pasien, serta pemahaman pasien dan keluarga selama menjalani perawatan di ruang rawat inap.

Buku edukasi ini memuat **bukti pelaksanaan pemberian edukasi kepada pasien dan/atau keluarga**, yang bertujuan untuk mendukung proses perawatan yang aman, efektif, dan berkesinambungan. Materi edukasi disampaikan oleh tenaga kesehatan sesuai dengan kebutuhan pasien, kondisi klinis, serta rencana asuhan yang telah ditetapkan.

Adapun ruang lingkup edukasi yang tercantum dalam buku ini meliputi:

1. Cara cuci tangan yang aman
2. Penggunaan obat yang aman
3. Penggunaan peralatan medis yang aman
4. Potensi interaksi obat–obat dan obat–makanan
5. Pedoman nutrisi
6. Manajemen nyeri
7. Teknik rehabilitasi
8. Edukasi asuhan lanjutan di rumah
9. Edukasi Pencegahan Jatuh di Rawat Inap RS Indriati Solo Baru

Diharapkan melalui buku edukasi ini, pasien dan keluarga dapat lebih memahami peran aktifnya dalam proses perawatan, pencegahan risiko, serta keberlanjutan asuhan setelah pasien pulang dari rumah sakit.

Akhir kata, kami mengucapkan terima kasih kepada seluruh tenaga kesehatan yang telah berperan dalam pelaksanaan edukasi pasien rawat inap. Semoga buku ini dapat memberikan manfaat dan menjadi bagian dari upaya peningkatan mutu pelayanan kesehatan di rumah sakit.

CARA CUCI TANGAN YANG AMAN

Cuci tangan merupakan salah satu tindakan paling sederhana namun sangat penting dalam mencegah penyebaran kuman dan infeksi selama pasien menjalani perawatan di rumah sakit. Tangan yang tidak bersih dapat menjadi media penularan kuman ke tubuh pasien, terutama pada kondisi daya tahan tubuh yang sedang menurun.

5 MOMEN CUCI TANGAN



digunakan secukupnya, kemudian seluruh permukaan tangan digosok secara menyeluruh, meliputi telapak tangan, punggung tangan, sela-sela jari, ujung jari, kuku, dan ibu jari. Proses ini dilakukan selama kurang lebih 20 hingga 30 detik, kemudian tangan dibilas hingga bersih dan dikeringkan menggunakan tisu atau handuk bersih.

Apabila tangan tidak terlihat kotor dan air tidak tersedia, pasien dapat menggunakan cairan pembersih tangan berbahan dasar alkohol (handrub). Handrub digunakan dengan cara dituangkan secukupnya ke telapak tangan, kemudian digosok ke seluruh permukaan tangan hingga kering tanpa dibilas.

Pasien dan keluarga dianjurkan untuk melakukan cuci tangan secara rutin, terutama sebelum makan, setelah menggunakan toilet, setelah batuk atau bersin, serta sebelum dan sesudah menyentuh area luka, infus, atau alat medis yang terpasang. Kebiasaan cuci tangan yang benar dapat membantu menjaga keamanan dan kenyamanan selama proses perawatan.

Cuci tangan yang aman dilakukan dengan menggunakan air mengalir dan sabun. Sabun

LANGKAH CUCI TANGAN



Partisipasi aktif pasien dan keluarga dalam melakukan cuci tangan sangat berperan dalam mencegah infeksi dan mendukung keselamatan pasien. Pasien dan keluarga juga diharapkan tidak ragu untuk saling mengingatkan, termasuk kepada pengunjung maupun petugas kesehatan, agar selalu melakukan cuci tangan sebelum dan sesudah kontak dengan pasien.

PENGGUNAAN OBAT YANG AMAN

Selama menjalani perawatan di rumah sakit, pasien akan mendapatkan obat sesuai dengan kondisi dan kebutuhan medisnya. Obat-obatan ini diberikan oleh dokter dan tenaga kesehatan untuk membantu proses penyembuhan serta mencegah kondisi pasien menjadi lebih buruk. Oleh karena itu, penting bagi pasien dan keluarga untuk memahami cara penggunaan obat yang aman.

Obat yang diberikan kepada pasien harus digunakan sesuai dengan aturan yang telah ditetapkan. Pasien tidak dianjurkan untuk mengonsumsi obat dari luar rumah sakit, termasuk obat bebas, jamu, atau suplemen, tanpa sepengetahuan dokter. Hal ini karena beberapa obat



dapat berinteraksi satu sama lain dan menimbulkan efek yang tidak diinginkan.

Pasien dan keluarga juga perlu menyampaikan kepada tenaga kesehatan apabila pasien memiliki riwayat alergi obat atau pernah mengalami reaksi tertentu setelah mengonsumsi obat. Bila setelah pemberian obat timbul keluhan seperti mual, pusing, gatal, ruam kulit,

atau sesak napas, segera laporkan kepada perawat atau dokter agar dapat segera ditangani.

Obat dapat diberikan dengan berbagai cara, seperti diminum, disuntikkan, melalui infus, diteteskan, atau dioleskan. Seluruh obat diberikan oleh tenaga kesehatan atau sesuai dengan petunjuk yang telah dijelaskan. Pasien dan keluarga dianjurkan untuk bertanya apabila belum memahami nama obat, kegunaan, atau cara penggunaannya.

Selama dirawat, pasien tidak dianjurkan untuk menghentikan atau menolak obat tanpa berkonsultasi terlebih dahulu dengan dokter. Obat juga tidak boleh diberikan kepada pasien lain, meskipun memiliki keluhan yang serupa.

Dengan menggunakan obat sesuai anjuran dan berkomunikasi dengan baik kepada tenaga kesehatan, pasien dan keluarga turut berperan dalam menjaga keselamatan serta mendukung keberhasilan pengobatan selama menjalani perawatan di rumah sakit.

PENGGUNAAN PERALATAN MEDIS YANG AMAN

Selama menjalani perawatan di rumah sakit, pasien mungkin akan menggunakan berbagai peralatan medis, seperti infus, kateter, oksigen, alat monitoring, atau peralatan lain sesuai dengan kondisi kesehatan pasien. Peralatan medis ini digunakan untuk membantu proses perawatan, pemantauan, dan penyembuhan pasien, sehingga perlu digunakan dengan aman dan benar.

Peralatan medis yang terpasang pada pasien telah dipasang dan diawasi oleh tenaga kesehatan yang terlatih. Pasien dan keluarga diharapkan tidak memindahkan, melepas, atau mengatur sendiri peralatan medis tanpa izin dari perawat atau dokter, karena dapat menimbulkan risiko cedera, infeksi, atau gangguan pada proses perawatan.

Pasien dan keluarga perlu menjaga agar peralatan medis tetap bersih dan tidak tertarik, terlipat, atau terjepit. Hindari menyentuh bagian peralatan yang terhubung langsung dengan tubuh, seperti selang infus atau kateter, kecuali atas petunjuk petugas kesehatan. Apabila alat terasa tidak nyaman, longgar, bocor, berbunyi tidak biasa, atau menyebabkan nyeri, segera laporkan kepada perawat.



Selama perawatan, pasien juga diharapkan untuk berhati-hati saat bergerak, duduk, atau berjalan agar tidak tersandung atau menarik peralatan medis yang terpasang. Mintalah bantuan perawat atau keluarga apabila ingin berpindah posisi atau ke kamar mandi, terutama bila menggunakan infus, oksigen, atau alat bantu lainnya.

Peran aktif pasien dan keluarga dalam menjaga penggunaan peralatan medis yang aman sangat membantu mencegah terjadinya risiko dan mendukung kelancaran proses perawatan. Jangan ragu untuk bertanya kepada tenaga kesehatan apabila belum memahami fungsi atau cara penggunaan peralatan medis yang digunakan.

Dengan menggunakan peralatan medis sesuai anjuran dan berkomunikasi dengan baik kepada tenaga kesehatan, pasien dan keluarga turut berperan dalam menjaga keselamatan dan kenyamanan selama menjalani perawatan di rumah sakit.

POTENSI INTERAKSI OBAT-OBAT DAN OBAT-MAKANAN

Selama menjalani perawatan di rumah sakit, pasien dapat menerima lebih dari satu jenis obat untuk membantu proses penyembuhan. Penggunaan beberapa obat secara bersamaan, serta konsumsi makanan tertentu, dapat memengaruhi cara kerja obat di dalam tubuh. Kondisi ini dikenal sebagai interaksi obat–obat dan obat–makanan.

Interaksi obat–obat terjadi ketika satu obat memengaruhi kerja obat lainnya. Interaksi ini dapat menyebabkan efek obat menjadi lebih kuat, lebih lemah, atau menimbulkan efek samping yang tidak diinginkan. Oleh karena itu, obat yang diberikan kepada pasien telah disesuaikan dan diawasi oleh dokter serta tenaga kesehatan.

Selain itu, beberapa jenis makanan dan minuman juga dapat memengaruhi efektivitas obat. Misalnya, makanan tertentu dapat menghambat atau meningkatkan penyerapan obat di dalam tubuh. Karena itu, pasien dianjurkan untuk mengikuti aturan makan dan minum obat sesuai dengan anjuran tenaga kesehatan. Pasien dan keluarga diharapkan untuk tidak mengonsumsi obat dari luar rumah sakit, termasuk obat bebas, jamu, suplemen, atau vitamin,



tanpa sepengetahuan dokter. Bahan-bahan tersebut dapat berinteraksi dengan obat yang sedang diberikan dan berisiko menimbulkan efek samping.

Apabila pasien memiliki kebiasaan mengonsumsi makanan tertentu, minuman herbal, atau suplemen sebelum dirawat, hal tersebut sebaiknya disampaikan kepada dokter atau perawat. Laporkan juga apabila setelah mengonsumsi obat

pasien mengalami keluhan seperti mual, pusing, lemas, ruam kulit, atau keluhan lain yang tidak biasa.

Dengan menyampaikan informasi secara terbuka dan mengikuti anjuran tenaga kesehatan, pasien dan keluarga turut berperan dalam mencegah terjadinya interaksi obat–obat maupun obat–makanan, sehingga pengobatan dapat berjalan dengan aman dan optimal selama perawatan di rumah sakit.

PEDOMAN NUTRISI

Selama menjalani perawatan di rumah sakit, asupan makanan memiliki peran penting dalam membantu proses penyembuhan pasien. Makanan tidak hanya berfungsi untuk menghilangkan rasa lapar, tetapi juga sebagai sumber energi dan zat gizi yang dibutuhkan tubuh untuk memperbaiki jaringan, meningkatkan daya tahan tubuh, dan menjaga keseimbangan fungsi organ.

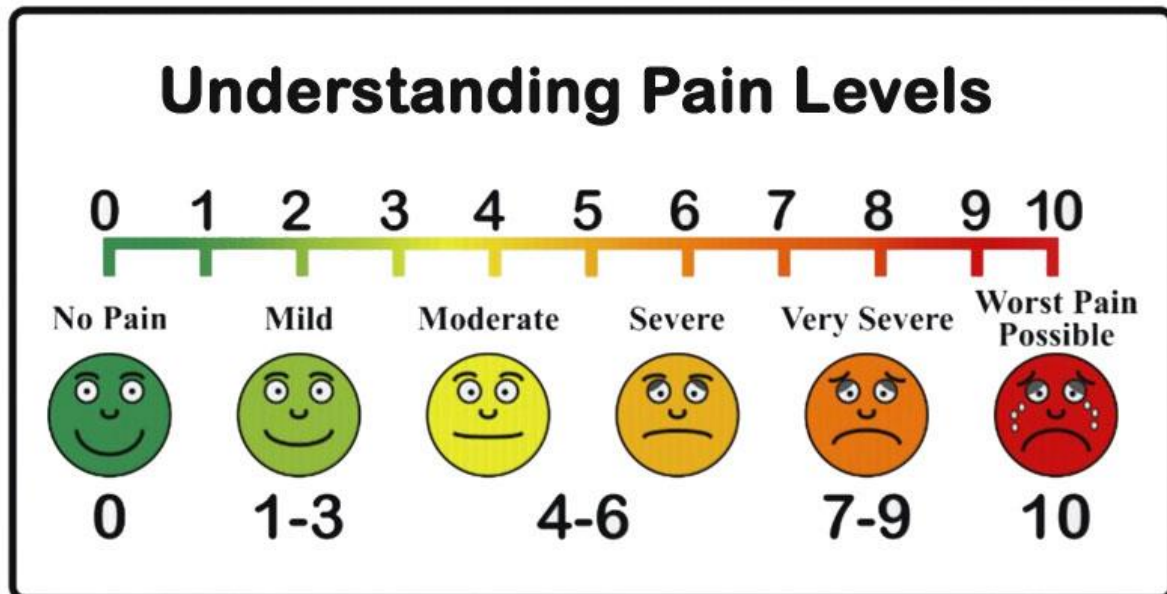


Makanan yang diberikan kepada pasien telah disesuaikan dengan kondisi kesehatan dan kebutuhan masing-masing pasien. Beberapa pasien mungkin mendapatkan makanan dengan tekstur khusus, porsi tertentu, atau pembatasan zat gizi tertentu seperti gula, garam, lemak, atau cairan. Oleh karena itu, pasien dianjurkan untuk menghabiskan makanan yang diberikan sesuai kemampuan dan tidak mengganti makanan tanpa berkonsultasi dengan tenaga kesehatan.

Pasien dan keluarga tidak dianjurkan membawa makanan dari luar rumah sakit tanpa sepengetahuan petugas, karena makanan tertentu dapat memperberat kondisi pasien atau berinteraksi dengan obat yang sedang digunakan. Apabila pasien memiliki pantangan makanan, alergi, kesulitan mengunyah, mual, atau penurunan nafsu makan, hal tersebut perlu disampaikan agar petugas gizi dapat menyesuaikan menu yang diberikan. Dukungan keluarga dalam membantu pasien makan dengan nyaman dan teratur sangat berperan dalam memenuhi kebutuhan nutrisi pasien selama perawatan.

MANAJEMEN NYERI

Nyeri merupakan keluhan yang umum dirasakan pasien selama menjalani perawatan di rumah sakit, baik akibat penyakit, tindakan medis, maupun setelah operasi. Nyeri dapat dirasakan dengan tingkat yang berbeda pada setiap orang dan dapat memengaruhi kenyamanan, istirahat, serta proses penyembuhan pasien.



Pasien dianjurkan untuk menyampaikan rasa nyeri yang dirasakan kepada perawat atau dokter secara jujur dan tepat. Tenaga kesehatan biasanya akan menanyakan tingkat nyeri menggunakan skala tertentu untuk mengetahui seberapa berat nyeri yang dirasakan. Informasi ini sangat penting agar penanganan nyeri dapat diberikan secara tepat.

Penanganan nyeri dapat dilakukan dengan pemberian obat pereda nyeri sesuai anjuran dokter, serta dengan cara non-obat seperti pengaturan posisi tubuh yang nyaman, teknik napas dalam, relaksasi, distraksi, atau kompres hangat atau dingin sesuai kondisi. Pasien tidak dianjurkan menahan nyeri terlalu lama maupun mengonsumsi obat pereda nyeri tanpa sepengetahuan tenaga kesehatan.

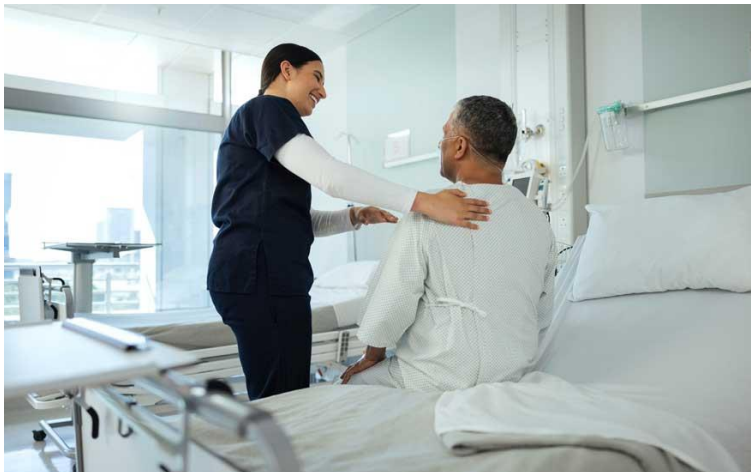
Dengan pengelolaan nyeri yang baik, pasien dapat beristirahat lebih nyaman dan proses pemulihan dapat berjalan lebih optimal.

TEKNIK REHABILITASI

Selama menjalani perawatan di rumah sakit, pasien dapat mengalami keterbatasan gerak akibat penyakit, nyeri, tindakan medis, atau kondisi fisik yang menurun. Apabila tubuh terlalu lama tidak bergerak, hal ini dapat menyebabkan otot menjadi lemah, sendi kaku, serta memperlambat proses pemulihan. Oleh karena itu, teknik rehabilitasi merupakan bagian penting dalam perawatan pasien rawat inap.

Teknik rehabilitasi bertujuan untuk membantu pasien mempertahankan dan meningkatkan kemampuan gerak secara bertahap sesuai dengan kondisi kesehatannya. Rehabilitasi dapat dimulai sejak pasien masih berada di tempat tidur, seperti latihan pernapasan, latihan menggerakkan tangan dan kaki, mengubah posisi tubuh, hingga latihan duduk, berdiri, dan berjalan apabila kondisi pasien sudah memungkinkan.

Latihan rehabilitasi dilakukan atas anjuran dan pengawasan tenaga kesehatan, seperti dokter, perawat, atau fisioterapis. Pasien dianjurkan mengikuti latihan yang telah diajarkan dan tidak melakukan gerakan sendiri tanpa arahan, karena gerakan yang tidak sesuai dapat menyebabkan kelelahan, nyeri, atau cedera.



Selama melakukan latihan, pasien diharapkan menyampaikan apabila merasa nyeri, pusing, sesak, atau tidak nyaman. Tenaga kesehatan akan menyesuaikan jenis dan intensitas latihan agar tetap aman dan sesuai kemampuan pasien. Rehabilitasi dilakukan secara bertahap dan tidak perlu dipaksakan.

Peran keluarga sangat penting dalam mendukung proses rehabilitasi pasien. Keluarga dapat membantu mendampingi pasien saat latihan, memberikan semangat, serta membantu memastikan pasien bergerak dengan aman sesuai arahan petugas.

Dengan menjalani teknik rehabilitasi secara rutin dan sesuai anjuran selama rawat inap, pasien dapat mencegah kekakuan otot, meningkatkan kekuatan tubuh, mempercepat pemulihan, serta mempersiapkan diri untuk kembali beraktivitas secara mandiri setelah pulang dari rumah sakit.

EDUKASI ASUHAN LANJUTAN

Setelah pasien diperbolehkan pulang dari rumah sakit, perawatan tetap perlu dilanjutkan di rumah agar kondisi kesehatan terus membaik. Pasien dan keluarga memiliki peran penting dalam membantu proses pemulihan dengan mengikuti anjuran yang telah diberikan oleh tenaga kesehatan.

Obat yang dibawa pulang perlu diminum sesuai dengan aturan yang telah dijelaskan. Pastikan obat diminum pada waktu yang tepat dan tidak dihentikan tanpa berkonsultasi dengan dokter. Apabila setelah minum obat muncul keluhan yang tidak biasa, segera hubungi tenaga kesehatan atau fasilitas pelayanan kesehatan terdekat.

Pola makan dan asupan nutrisi juga perlu diperhatikan. Pasien dianjurkan mengonsumsi makanan sesuai anjuran, dengan memperhatikan jenis, porsi, dan waktu makan. Keluarga diharapkan dapat membantu menyiapkan makanan yang sesuai dengan kondisi pasien dan memastikan pasien makan secara teratur.



Aktivitas sehari-hari sebaiknya dilakukan secara bertahap sesuai kemampuan pasien. Pasien dianjurkan untuk tidak memaksakan diri dan tetap memberikan waktu istirahat yang cukup. Apabila pasien telah diberikan latihan atau anjuran aktivitas tertentu, lakukan sesuai petunjuk yang telah diajarkan selama di rumah sakit.

Bagi pasien yang memiliki luka atau bekas tindakan medis, perawatan luka perlu dilakukan dengan menjaga kebersihan dan mengikuti cara perawatan yang telah dijelaskan. Keluarga diharapkan membantu mengamati kondisi luka setiap hari. Pasien dan keluarga juga perlu mengenali tanda-tanda bahaya yang mungkin muncul di rumah, seperti demam, nyeri hebat, sesak napas, muntah terus-menerus, luka yang tampak merah atau bernanah, perdarahan, atau keluhan lain yang dirasakan tidak biasa. Apabila salah satu tanda tersebut muncul, segera bawa pasien ke fasilitas kesehatan terdekat tanpa menunda.

Kontrol lanjutan ke rumah sakit atau fasilitas kesehatan perlu dilakukan sesuai jadwal yang telah ditentukan agar kondisi pasien dapat dipantau secara berkala. Dengan kerja sama yang baik antara pasien, keluarga, dan tenaga kesehatan, asuhan lanjutan di rumah dapat berjalan dengan aman dan membantu pasien pulih secara optimal setelah menjalani perawatan di rumah sakit.

EDUKASI PENCEGAHAN JATUH DI RAWAT INAP

RS INDRIATI SOLO BARU

Selama menjalani perawatan di rumah sakit, pasien dapat memiliki risiko untuk mengalami jatuh. Risiko ini dapat terjadi karena kondisi tubuh yang sedang lemah, efek penyakit, efek samping obat (seperti pusing atau mengantuk), penurunan keseimbangan, gangguan penglihatan, atau setelah menjalani tindakan medis maupun operasi. Pasien lanjut usia, pasien dengan riwayat jatuh sebelumnya, serta pasien yang menggunakan alat bantu seperti infus,

kateter, atau oksigen memiliki risiko yang lebih tinggi.



Jatuh di lingkungan rumah sakit dapat menyebabkan cedera, seperti memar, luka, patah tulang, hingga memperlambat proses pemulihan. Oleh karena itu, pencegahan jatuh menjadi bagian penting dari upaya keselamatan pasien selama dirawat.

Untuk membantu mencegah risiko jatuh, pasien dianjurkan untuk tidak turun dari tempat tidur, berdiri, atau berjalan sendiri apabila merasa lemas, pusing, atau belum stabil. Gunakan bel panggilan yang tersedia di dekat tempat tidur untuk meminta bantuan perawat

sebelum bangun, terutama saat ingin ke kamar mandi atau berpindah tempat. Jangan ragu meminta bantuan, karena keselamatan pasien adalah prioritas utama.

Pastikan tempat tidur selalu dalam posisi rendah dan roda terkunci. Pagar pengaman tempat tidur akan dipasang sesuai dengan kebutuhan pasien. Pasien dianjurkan menggunakan alas kaki yang tidak licin saat berdiri atau berjalan. Hindari berjalan tanpa alas kaki atau menggunakan sandal yang mudah terlepas.

Area sekitar tempat tidur sebaiknya dijaga tetap rapi dan bebas dari barang-barang yang dapat menyebabkan tersandung, seperti kabel, tas, atau botol minum di lantai. Pencahayaan ruangan juga perlu cukup, terutama saat malam hari.

Bagi pasien yang memiliki infus atau alat medis lainnya, perhatikan posisi selang agar tidak tertarik atau terinjak saat bergerak. Mintalah bantuan perawat apabila ingin berpindah posisi atau berjalan agar alat medis tetap aman.



Peran keluarga sangat penting dalam membantu mengawasi dan mendampingi pasien, terutama pasien lanjut usia atau pasien dengan risiko tinggi jatuh. Keluarga diharapkan membantu memastikan pasien tidak berjalan sendiri tanpa pengawasan.

Apabila pasien merasa pusing, berkunang-kunang, jantung berdebar, atau kehilangan keseimbangan, segera duduk atau berbaring kembali dan laporkan kepada petugas. Jangan memaksakan diri untuk tetap berdiri atau berjalan.

Dengan kerja sama yang baik antara pasien, keluarga, dan tenaga kesehatan, risiko jatuh dapat diminimalkan sehingga proses perawatan berjalan lebih aman, nyaman, dan optimal.

PENUTUP

Sebagai bagian dari komitmen rumah sakit dalam memberikan pelayanan yang aman dan berkualitas, buku edukasi rawat inap ini disusun untuk membantu pasien dan keluarga memahami perawatan yang dijalani selama berada di rumah sakit. Informasi yang disampaikan diharapkan dapat menjadi panduan agar pasien dan keluarga merasa lebih tenang, nyaman, dan terlibat aktif dalam proses perawatan.

Kami menyadari bahwa setiap pasien memiliki kondisi dan kebutuhan yang berbeda. Oleh karena itu, komunikasi yang terbuka antara pasien, keluarga, dan tenaga kesehatan sangat penting. Apabila pasien merasakan keluhan, perubahan kondisi, atau ketidaknyamanan selama menjalani perawatan, pasien dan keluarga diharapkan tidak ragu untuk segera menyampaikannya.

Selain itu, apabila terdapat hal-hal yang belum dipahami, baik terkait pengobatan, penggunaan alat medis, pola makan, aktivitas, maupun rencana perawatan selanjutnya, pasien dan keluarga dipersilakan untuk bertanya kepada petugas rawat inap. Perawat dan tenaga kesehatan siap memberikan penjelasan dan membantu sesuai dengan kebutuhan pasien.

Peran aktif pasien dan keluarga dalam berkomunikasi dengan petugas rawat inap sangat membantu dalam menjaga keselamatan pasien dan mendukung kelancaran proses perawatan. Dengan kerja sama yang baik, setiap tindakan perawatan dapat dilakukan secara tepat, aman, dan berkesinambungan.

Akhir kata, kami berharap buku edukasi rawat inap ini dapat memberikan manfaat dan menjadi pendamping bagi pasien dan keluarga selama menjalani perawatan di rumah sakit. Jangan ragu untuk menghubungi petugas rawat inap kapan pun dibutuhkan, karena keselamatan, kenyamanan, dan kesembuhan pasien merupakan prioritas utama kami.

Sukoharjo, 10 Januari 2026



Rosalia Dian A. Putri. S.Kep.Ns.M.Kep

Manager Keperawatan RS Indriati Solo Baru