

JURNAL SKRIPSI

**PENGARUH MOBILISASI DINI TERHADAP INTENSITAS
NYERI DAN WAKTU PEMULIHAN FUNGSIONAL**

**(Studi Pada Pasien *Post Sectio Caesarea* di RS Arafah Anwar Medika
Sidoarjo)**



**NOVITASARI
2324201011**

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MAJAPAHIT
MOJOKERTO
2025**

HALAMAN PENGESAHAN

JURNAL SKRIPSI

**PENGARUH MOBILISASI DINI TERHADAP INTENSITAS
NYERI DAN WAKTU PEMULIHAN FUNGSIONAL**

(Studi Pada Pasien *Post Sectio Caesarea* di RS Arafah Anwar Medika
Sidoarjo)



NOVITASARI
2324201011

Dosen Pembimbing I

Dwi Harini Puspitaningsih, S.Kep.,Ns., M.Kep
NIK. 220 250 092

Dosen Pembimbing II

Anndy Prastya, S.Kep.,Ns., M.Kep
NIK. 220 250 156

PERNYATAAN

Dengan ini kami selaku Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit Mojokerto :

Nama : Novitasari
NIM : 2324201011
Program Studi : S1 Ilmu Keperawatan

Setuju naskah jurnal ilmiah yang disusun oleh yang bersangkutan setelah mendapat arahan dari Pembimbing, dipublikasikan dengan mencantumkan nama tim pembimbing sebagai co-author.

Demikian harap maklum.

Mojokerto, 07 Oktober 2025

Peneliti



Novitasari
2324201011

Mengetahui,

Dosen Pembimbing I



Dwi Harini Puspitaningsih, S.Kep.,Ns., M.Kep
NIK. 220 250 092

Dosen Pembimbing II



Anndy Prasty, S.Kep.,Ns., M.Kep
NIK. 220 250 156

**PENGARUH MOBILISASI DINI TERHADAP INTENSITAS
NYERI DAN WAKTU PEMULIHAN FUNGSIONAL
(Studi Pada Pasien *Post Sectio Caesarea* di RS Arafah Anwar Medika
Sidoarjo)**

Novitasari

Program Studi S1 Ilmu Keperawatan STIKES Majapahit Mojokerto
email: novitasariaja702@gmail.com

Dwiharini Puspitaningsih

Program Studi S1 Ilmu Keperawatan STIKES Majapahit Mojokerto
email: dwiharini.pus@gmail.com

Anndy Prastya

Program Studi S1 Ilmu Keperawatan STIKES Majapahit Mojokerto
email: anndyprastya@gmail.com

Abstrak – Pembedahan pada SC merupakan suatu tindakan yang menimbulkan nyeri. Kondisi ini mengakibatkan adanya ketakutan menggerakkan sendi, dan keterbatasan ibu dalam melakukan aktifitas sehari-hari. Nyeri *post* SC dapat diatasi dengan teknik non farmakologi, salah satunya dengan mobilisasi dini. Mobilisasi penting dilakukan untuk mengurangi nyeri dan mempercepat kesembuhan ibu agar dapat beraktivitas normal sehari-hari. Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Intensitas Nyeri Dan Waktu Pemulihan Fungsional. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *Quasy experiment* dengan rancangan penelitian *Time series*. Teknik sampling yang digunakan yaitu *simple random sampling* dengan jumlah sampel 34 sampel yang terbagi menjadi kelompok kontrol 17 sampel dan 17 sampel kelompok intervensi. Instrumen yang digunakan adalah lembar observasi NRS dan waktu pemulihan fungsional. Penelitian ini menggunakan uji *Friedman*. Hasil Penelitian diperoleh sebelum diberikan mobilisasi dini seluruh responden mengalami nyeri berat. setelah diberikan mobilisasi dini pada kelompok intervensi seluruh responden mengalami nyeri ringan sedangkan pada kelompok kontrol 14 responden (82,4%) mengalami nyeri sedang. Setelah diberikan mobilisasi dini pada kelompok intervensi seluruh responden membutuhkan waktu 24 jam untuk pemulihan fungsional sedangkan pada kelompok kontrol 9 responden (52,9%) membutuhkan waktu 48 jam untuk pemulihan fungsional. Berdasarkan hasil uji *Friedman* pada variabel mobilisasi dini dan intensitas nyeri diperoleh nilai $\text{sig } 0,000 < 0,05$. Sedangkan pada variabel mobilisasi dini dan waktu pemulihan fungsional diperoleh nilai $\text{sig } 0,002 < 0,005$. Yang artinya terdapat pengaruh mobilisasi dini terhadap intensitas nyeri dan waktu pemulihan fungsional pada pasien *post sectio caesarea* Di RS Arafah Anwar Medika Sidoarjo. Mobilisasi dini membuat pasien berkonsentrasi pada gerakan yang dilakukan sehingga dapat mengurangi aktivasi mediator kimiawi pada proses peradangan yang meningkatkan respon nyeri, sehingga dapat mempercepat pemulihan fungsional pasien di rumah sakit.

Kata Kunci : Mobilisasi Dini, Nyeri, Pemulihan Fungsional, *Sectio Caesarea*

Abstract – moving joints, and limitations of the mother in doing daily activities. Post-SC pain can be overcome with non-pharmacological techniques, one of which is early mobilization. Mobilization is important to reduce pain and accelerate the mother's recovery so that she can do normal daily activities. The general objective of this study was to determine the Effect of Early Mobilization on Pain Intensity and Functional Recovery Time. This study uses a Quasy experiment research design with a Time series research design. The sampling technique used is simple random sampling with a sample size of 34 samples divided into 17 control groups and 17 intervention group samples. The instruments used are NRS observation sheets and functional recovery time. This study uses the Friedman test. The results of the study were obtained before being given early mobilization, all respondents experienced severe pain. After being given early mobilization in the intervention group, all respondents experienced mild pain, while in the control group 14 respondents (82.4%) experienced moderate pain. After being given early mobilization in the intervention group, all respondents needed 24 hours for functional recovery, while in the control group 9 respondents (52.9%) needed 48 hours for functional recovery. Based on the results of the Friedman test on the variables of early mobilization and pain intensity, a sig value of $0.000 < 0.05$ was obtained. While on the variables of early mobilization and functional recovery time, a sig value of $0.002 < 0.005$ was obtained. Which means that there is an effect of early mobilization on pain intensity and functional recovery time in post-caesarean section patients at Arafah Anwar Medika Hospital, Sidoarjo. Early mobilization makes patients concentrate on the movements carried out so that it can reduce the activation of chemical mediators in the inflammatory process that increases the pain response, so that it can accelerate the functional recovery of patients in the hospital.

Keywords: Early Mobilization, Pain, Functional Recovery, Sectio Caesarea

PENDAHULUAN

Pembedahan pada *sectio caesaria* merupakan suatu tindakan yang dapat menimbulkan nyeri akibat terlepasnya senyawa mediator seperti asetikolin, bradikinin dan sebagainya yang meningkatkan sensitivitas saraf reseptor nyeri. Nyeri merupakan masalah paling banyak dirasakan oleh ibu *post sectio caesarea* mulai dari skala ringan sampai skala berat, yang dapat mengakibatkan berbagai masalah pada ibu maupun bayi. Nyeri ini biasanya terjadi pada 12 sampai 36 jam setelah pembedahan, dan menurun pada hari ketiga (Setiyowati & Maringga, 2022).

Nyeri pasca operasi muncul karena rangsangan rangsangan mekanik pada luka (insisi) sehingga menstimulasi mediator nyeri seperti histamin, bradikinin, asetilkolin dan substansi P. Zat-zat ini dapat mengakibatkan tingginya sensitivitas reseptor nyeri sehingga timbul sensasi nyeri. Selain itu, juga terdapat zat penghambat nyeri di dalam tubuh yaitu endorfin dan dinorfin yang mampu menurunkan persepsi nyeri (Yusuf et al., 2024).

Penanganan nyeri pasca SC dapat dilakukan dengan 2 cara yaitu teknik farmakologi dan nonfarmakologi. Salah satu teknik non farmakologi yang dapat diberikan adalah dengan melakukan mobilisasi dini. Mobilisasi dini adalah suatu gerakan, posisi atau aktivitas yang dilakukan seorang ibu beberapa jam setelah persalinan sesar. Mobilisasi penting dilakukan untuk mempercepat kesembuhan ibu

agar dapat kembali beraktivitas normal sehari-hari. Keterlambatan mobilisasi ini memperburuk kondisi ibu dan mengganggu pemulihan setelah penundaan operasi SC (Ginting et al., 2024). Pada penelitian ini diberikan mobilisasi dini selama 3 hari yaitu hari ke-0, hari ke-1, dan hari ke-2. Selama 4 kali implementasi yaitu pada 6 jam, 10 jam, 24 jam dan 48 jam *post Sectio Caesarea*. Mobilisasi dini dilakukan secara bertahap yaitu mulai dari 6 jam *post Sectio Caesarea* dilakukan latihan tarik nafas dalam kemudian gerak ekstermitas abduksi dan adduksi, 10 jam *post Sectio Caesarea* dilakukan latihan gerak miring kanan kiri, 24 jam *post Sectio Caesarea* diajarkan latihan posisi setengah duduk sampai bisa duduk secara mandiri, 48 jam *post Sectio Caesarea* diajarkan duduk disamping bed lalu kaki diayun-ayunkan jika tidak merasa pusing bisa langsung latihan berjalan disamping tempat tidur dengan dibantu perawat atau keluarga pasien (Nor Khimayasari & Mualifah, 2023)

Mobilisasi dini dapat membantu mengurangi risiko komplikasi pasca operasi, mempercepat pemulihan, kapasitas berjalan fungsional, berdampak positif pada beberapa hasil yang dilaporkan pasien dan mengurangi lama tinggal di rumah sakit, sehingga mengurangi biaya perawatan. Mobilisasi dini juga membuat klien berkonsentrasi pada gerakan yang dilakukan sehingga dapat mengurangi aktivasi mediator kimiawi pada proses peradangan yang meningkatkan respon nyeri, serta meminimalkan transmisi saraf nyeri menuju saraf pusat (Kumalasari et al., 2023). Hal ini sependapat dengan Uzlifatul et al (2024), yang menjelaskan bahwa pemberian intervensi mobilisasi dini mampu menurunkan intensitas nyeri dan mengembalikan fungsi tubuh pasien SC lebih cepat, sehingga semakin cepat dilakukan mobilisasi makan akan memberikan efek yang baik bagi pasien SC.

Berdasarkan hasil pengulasan dari latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Intensitas Nyeri Dan Waktu Pemulihan Fungsional (Studi Pada Pasien *Post Sectio Caesarea* Di RS Arafah Anwar Medika Sidoarjo).

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *Quasy experiment* dengan rancangan penelitian *Time series*. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Intensitas Nyeri Dan Waktu Pemulihan Fungsional (Studi Pada Pasien *Post Sectio Caesarea* Di RS Arafah Anwar Medika Sidoarjo). Pada penelitian ini mobilisasi dilakukan secara bertahap yaitu *post section caesarea* 6 jam, 10 jam, 24 jam dan 48 jam. Populasi dalam penelitian ini adalah semua pasien *post sectio caesarea* di RS Arafah Anwar Medika Sidoarjo. Berdasarkan data dari RS Arafah Anwar Medika Sidoarjo selama 3 bulan terakhir terhitung dari bulan November 2024 – Januari 2025 dengan rata-rata perbulannya 53 pasien. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *simple random sampling*. Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah 35 sampel yang terbagi menjadi kelompok kontrol yakni 17 sampel dan 17 sampel kelompok intervensi. Penelitian ini dilakukan di Ruang Krisan RS Arafah Anwar Medika Sidoarjo yang dilaksanakan pada tanggal 10 April – 30 April 2025. Teknik analisis data menggunakan teknik analisis univariat dan teknik analisis bivariat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel Karakteristik Responden

Karakteristik Responden			Intervensi				Kontrol			
			Frekuensi		Presentase (%)	Frekuensi		Presentase (%)		
Usia										
17 tahun – 25 tahun			1		5,9%	1		5,9%		
26 tahun – 35 tahun			11		64,7%	6		35,3%		
36 tahun – 45 tahun			4		23,5%	9		52,9%		
46 tahun – 55 tahun			1		5,9%	1		5,9%		
Pendidikan										
SD			0		0%	1		5,9%		
SMP			1		5,9%	4		23,5%		
SMA			11		64,7%	10		58,8%		
S1			5		29,4%	2		11,8%		
Jenis SC										
Konvensional			0		0%	0		0%		
ERACS (<i>Enhanced Recovery After Cesarean Surgery</i>)			17		100%	17		100%		
Pekerjaan										
Pedagang			3		17,6%	3		17,6%		
Karyawan Swasta			7		41,2%	6		35,3%		
PNS			2		11,8%	1		5,9%		
IRT			5		29,4%	7		41,2%		
Persalinan Sebelumnya										
Normal			8		47,1%	6		35,3%		
SC			9		52,9%	11		64,7%		
	Nyeri Akut	Mobilisasi Dini								
		Sebelum Diberikan	6 Jam	%	10 Jam	%	24 Jam	%	48 Jam	%
Intervensi	Berat	17	13	76,5%	0	0%	0	0%	0	0%
	Sedang	0	4	23,5%	17	100%	9	52,9%	0	0%
	Ringan	0	0	0%	0	0%	8	47,1%	17	100%
Total		17	17	100%	17	100%	17	100%	17	100%
Nilai Sig Uji Friedman 0,000										
Kontrol	Berat	17	14	82,4%	9	52,9%	0	0%	0	0%
	Sedang	0	3	17,6%	8	47,1%	17	100%	14	82,4%
	Ringan	0	0	0%	0	0%	0	0%	3	17,6%
Total		17	17	100%	17	100%	17	100%	17	100%
Nilai Sig Uji Friedman 0,000										
Pemulihan Fungsional										
24 Jam			17		100%		8		47,1%	
48 Jam			0		0		9		52,9%	
Nilai Sig Uji Mann-Whitney 0.001										

PEMBAHASAN

Mengidentifikasi Intensitas Nyeri Kelompok Intervensi Pasien *Post Sectio Caesarea* Sebelum dan Sesudah Diberikan Mobilisasi Dini pada 6 Jam, 10 Jam, 24 Jam dan 48 Jam Setelah Memasuki Ruang Krisan RS Arafah Anwar Medika Sidoarjo.

Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan intensitas nyeri pada kelompok intervensi saat sebelum dilakukannya intervensi mobilisasi dini dan sesudah mobilisasi dini. Pada saat diberikan mobilisasi dini, peneliti memantau

pada 6 jam, 10 jam, 24 jam dan 48 jam setelah dilakukan mobilisasi dini. Dari hasil penelitian didapatkan keseluruhan responden merasakan nyeri berat sebelum dilakukan mobilisasi, kemudian sebagian kecil responden berkurang nyerinya menjadi nyeri sedang pada 6 jam pertama, kemudian keseluruhan responden berada pada Tingkat nyeri sedang pada 10 jam pemantauan. Kemudian pada 24 jam didapatkan hampir setengah responden yang memiliki tingkat nyeri ringan dan pada 48 jam didapatkan keseluruhan responden memiliki tingkat nyeri ringan.

Penelitian ini menunjukkan mobilisasi dini terbukti memiliki pengaruh dalam menurunkan tingkat nyeri yang diderita pasien *post sectio caesarea* (*Post SC*). Salah satu manfaatnya adalah sebagai distraksi dari rasa sakit yang dirasakan. Distraksi sendiri merupakan teknik untuk mengurangi nyeri secara non farmakologis atau tanpa obat-obatan. Teknik distraksi dalam mobilisasi dini adalah dengan mengalihkan sensasi nyeri yang dialami pasien dengan cara berlatih miring kekanan dan kekiri, lalu melatih gerakan kaki dengan menekuk lutut, menggerakkan pergelangan tangan keatas dan kebawah, berlatih duduk dari posisi berbaring dan dari duduk ke posisi berdiri secara bertahap. Gerakan-gerakan ini dapat membantu dalam mendistraksi nyeri sehingga penurunan nyeri dapat terjadi. Efek distraksi ini dapat diperoleh pada sesaat setelah dilakukan mobilisasi dini hingga 6 jam setelah dilakukan mobilisasi dini, sejalan dengan penelitian oleh Kasim et al., (2024) bahwa penurunan nyeri terjadi sesaat setelah pasien mulai bergerak, yang mengindikasikan peran distraksi langsung.

Mobilisasi dini juga terbukti memiliki efek dalam penurunan proses inflamasi akibat luka insisi *post sectio caesarea*. Saat terjadi kerusakan jaringan seperti pada luka insisi pasca operasi *sectio caesarea* (SC), tubuh merespons dengan melepaskan berbagai mediator inflamasi seperti prostaglandin, histamin, bradikinin, dan sitokin (seperti IL-1 dan TNF- α). Zat-zat ini mengaktifasi dan mengiritasi ujung saraf nyeri (nociceptor), yang memicu timbulnya sensasi nyeri (Matsuda et al., 2019). Di sisi lain, proses inflamasi juga menimbulkan edema (pembengkakan) akibat peningkatan permeabilitas pembuluh darah dan keluarnya cairan ke jaringan sekitarnya, yang kemudian menekan ujung saraf lokal dan memperparah nyeri yang dirasakan (de Magalhães et al., 2021). Sejalan dengan penelitian oleh Sulistiawati et al. (2024), bahwa mobilisasi dini memiliki efek yang dimulai sejak 6 jam pasca SC, dimana cukup untuk memperbaiki sirkulasi darah dan mempercepat proses penyembuhan luka. Sehingga dapat dipahami bahwa pada 6 jam setelah mobilisasi dini, sirkulasi darah menjadi lancar sehingga meningkatkan proses penyembuhan luka termasuk bengkak dan reaksi inflamasi. Penurunan reaksi inflamasi dan bengkakan akan mengurangi rangsangan nyeri yang dialami pasien sehingga pasien akan merasakan nyeri sedikit berkurang. Hal ini juga menjelaskan mengapa pada 6 jam pertama, terdapat responden yang mengalami penurunan tingkat nyeri dari berat menjadi nyeri sedang.

Mobilisasi dini yang dilakukan selama 24 jam terbukti memberikan manfaat salah satunya adalah menghindari kekakuan sendi dan otot. Pada hasil penelitian juga didapatkan bahwa hampir setengah responden penelitian memiliki nyeri ringan setelah 24 jam diberikan mobilisasi dini. Kekakuan sendi dan otot dapat terjadi apabila dalam waktu yang lama otot dan sendi tidak dilakukan peregangan. Hal ini tentu dapat terjadi pada pasien post operasi yang melakukan tirah baling lama. Nyeri pasca operasi merupakan komplikasi umum setelah operasi caesar, yang memengaruhi sekitar 25% wanita (Natalia Carvalho Borges et al., 2020).

Intervensi non-farmakologis, seperti teknik relaksasi otot, telah terbukti efektif dalam mengurangi nyeri pasca operasi caesar (Devmurari & Nagrale, 2018). Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Roheman et al., (2020) dimana mobilisasi dini yang dimulai sejak 6–10 jam setelah prosedur operasi bisa mencegah kekakuan otot dan sendi yang mulai terasa di 10–24 jam, dan membantu mempertahankan fleksibilitas otot dan sendi. Oleh karena itu penting untuk melakukan mobilisasi dini untuk membantu meregangkan otot dan sendi untuk mengurangi kekakuan otot dan sendi yang terjadi pada 10 hingga 24 jam setelah dilakukan tindakan operasi SC.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mobilisasi dini dapat menurunkan tingkat nyeri secara signifikan pada 48 jam setelah dilakukan intervensi mobilisasi dini. Terbukti pada hasil penelitian keseluruhan responden mengalami penurunan nyeri dari nyeri berat menjadi nyeri ringan pada 48 jam. Hal ini berkaitan dengan proses tubuh mengalami peningkatan produksi endorfin karena aktivitas fisik yang secara teori membutuhkan waktu berkelanjutan dan menjadi signifikan pada 24 hingga 48 jam setelah mobilisasi dini terus berlangsung. Aktivitas fisik dapat memicu pelepasan endorfin, endokannabinoid, dan neurotransmitter lainnya, yang berkontribusi pada peningkatan suasana hati dan pereda nyeri (Matei et al., 2023). Sejalan dengan penelitian oleh Karaca et al., (2019) menunjukkan bahwa skor nyeri menurun secara progresif hingga 48 jam, dapat dikarenakan efek kumulatif hormon endorfin alami yang diproduksi oleh tubuh.

Mengidentifikasi *Pre Test* dan *Post Test* Intensitas Nyeri Kelompok Kontrol Pasien *Post Sectio Cesarea* pada 6 Jam, 10 Jam, 24 Jam dan 48 Jam Setelah Memasuki Ruang Krisan RS Arafah Anwar Medika Sidoarjo.

Pada kelompok kontrol intensitas nyeri pada pasien *post sectio caesarea* setelah diberikan mobilisasi dini pada 48 jam pertama mayoritas memiliki tingkat nyeri sedang yaitu sebanyak 14 responden (82,4%). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol dalam penurunan intensitas nyeri pasien *post sectio caesarea*. Kelompok intervensi memiliki penurunan intensitas nyeri yang lebih signifikan daripada kelompok kontrol. Hal ini dikarenakan dalam mobilisasi dini terdapat manfaat diantaranya adalah pemulihan pasca bedah yang lebih cepat yang mana akan menurunkan nyeri secara progresif, teknik distraksi sebagai pengalih rasa nyeri, pengaktifan hormon endorfin, dan peningkatan relaksasi otot dan sendi.

Hasil penelitian menunjukkan pada kelompok kontrol didapatkan mayoritas memiliki tingkat nyeri berat dan sebagian kecil pada tingkat nyeri sedang. Hasil ini tidak jauh berbeda dengan hasil pada kelompok intervensi. Hal ini dapat diakibatkan pada mobilisasi dini, pada 6 jam pertama mobilisasi dini menjadi distraksi nyeri. Namun pada kelompok kontrol, keseluruhan responden memiliki riwayat SC sebelumnya sehingga ada kemungkinan bahwa responden memiliki cara atau strategi sendiri dari pengalaman sebelumnya dalam mengatasi nyeri yang dialami. Sehingga tidak terjadi perbedaan signifikan pada hasil kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Sejalan dengan penelitian Uzlifatul et al. (2024), pasien dengan riwayat SC sebelumnya memiliki kecenderungan dapat mengatur rasa nyeri yang dialami dengan lebih baik. Hal ini dikarenakan ibu dengan riwayat SC sebelumnya telah mengalami sensasi sakit yang pernah dirasakan serta memiliki solusi mengatasi rasa nyeri yang dialami.

Pada 10 jam pemantauan, hasil pemeriksaan tingkat nyeri pada kelompok kontrol menunjukkan hampir setengahnya memiliki tingkat nyeri sedang. Pada kondisi normal tanpa faktor penghambat dan intervensi yang diberikan, tubuh akan mulai melakukan penurunan proses inflamasi dan pemulihan luka *post sectio caesarea*. Mediator inflamasi seperti prostaglandin, histamin, bradikinin, dan sitokin (seperti IL-1 dan TNF- α) juga akan dilepaskan (Matsuda et al., 2019). Namun proses ini tidak secepat dengan dilakukannya intervensi khusus seperti mobilisasi dini untuk mengurangi nyeri seperti pada penelitian oleh Sulistiawati et al. (2024), dimana mobilisasi dini memiliki efek untuk melancarkan sirkulasi darah dan mempercepat proses penyembuhan luka.

Hasil penelitian pada 24 jam pemantauan kelompok kontrol didapatkan keseluruhan berada pada tingkat nyeri sedang. Pada 24 jam setelah prosedur SC, pasien dengan tirah baring tanpa dilakukan peregangan otot dan sendi, maka besar kemungkinan akan terjadi kekakuan dan nyeri sendi sehingga memperparah nyeri yang dialami. Pendekatan non-farmakologis seperti relaksasi otot telah terbukti meredakan nyeri pascaoperasi caesar (Devmurari & Nagrale, 2018). Temuan ini didukung oleh penelitian Roheman et al., (2020), yang menunjukkan bahwa mobilisasi dini dapat mencegah kekakuan otot dan sendi dan berperan dalam menjaga fleksibilitas otot dan sendi. Oleh karena itu dapat terjadi perbedaan hasil pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol Dimana pada kelompok intervensi hampir setengahnya sudah mengalami nyeri ringan sedangkan pada kelompok kontrol belum ada yang memiliki tingkat nyeri ringan.

Hasil penelitian menunjukkan pada kelompok kontrol didapatkan mayoritas responden berada pada tingkat nyeri sedang dan sebagian kecil pada tingkat nyeri ringan. Hal ini menunjukkan perbedaan yang signifikan dengan kelompok intervensi dimana pada kelompok intervensi keseluruhan responden telah berada pada tingkat nyeri ringan. Hal ini dapat dipengaruhi oleh respon kerja hormon endorfin yang bekerja untuk mengurangi respon nyeri. Namun pada kelompok kontrol kerja hormon endorfin untuk mengurangi nyeri tidak seoptimal pada kelompok intervensi karena dipengaruhi oleh aktivitas fisik yang dilakukan saat mobilisasi dini. Aktivitas fisik terbukti mampu meningkatkan kinerja hormon pereduksi nyeri seperti hormon endorfin (Yusuf et al., 2024). Didukung oleh penelitian Rivas et al. (2021) dimana skor nyeri yang lebih rendah dikaitkan dengan peningkatan mobilitas, terlepas dari konsumsi obat pereda nyeri. Oleh karena itu terdapat perbedaan hasil antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi akibat efektivitas kinerja hormon pereduksi rasa nyeri.

Pada kelompok kontrol mengalami penurunan signifikan pada 24 jam pertama, dan dalam 48 jam hanya 3 orang yang tingkat nyerinya menurun menjadi nyeri ringan. Mobilisasi dini segera setelah pembedahan yang dilakukan secara bertahap dan terstruktur terbukti lebih berpengaruh untuk menurunkan nyeri post operasi dibandingkan pada kelompok yang melakukan penundaan mobilisasinya. Pada dasarnya setiap orang mempunyai kemampuan untuk menolong dirinya sendiri, dengan kekuatan yang berasal dari dirinya berupa latihan mobilisasi maka nyeri yang dialami setelah operasi dapat berkurang.

Mengidentifikasi Waktu Pemulihan Fungsional Kelompok Intervensi Pasien *Post Sectio Caesarea* Sebelum dan Sesudah Diberikan Mobilisasi Dini pada 24 Jam dan 48 Jam Setelah Memasuki Ruang Krisan RS Arafah Anwar Medika Sidoarjo.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi keseluruhan responden mendapatkan hasil pemulihan fungsional terjadi pada 24 jam. Sedangkan pada kelompok kontrol mayoritas pada 48 jam. Hal ini dapat dikarenakan adanya pengaruh mobilisasi dini yang dilakukan pada pasien *post sectio caesaria*. Mobilisasi dini terbukti dapat meningkatkan aliran darah dan oksigen ke jaringan sehingga regenerasi sel dan jaringan akan lebih cepat terjadi. Aliran darah yang optimal juga membantu mengangkut sel imun dan mempercepat respon penyembuhan Roheman et al., (2020). Didukung oleh penelitian Hasanah et al. (2020), Menunjukkan temuan yang serupa dimana pasien yang mendapatkan intervensi mobilisasi dini pasca operasi *sectio caesarea* mengalami tingkat pemulihan yang lebih optimal. Hal ini disebabkan oleh meningkatnya kelancaran aliran darah akibat mobilisasi dini. Aliran darah yang baik membantu distribusi oksigen dan nutrisi ke seluruh jaringan tubuh, termasuk area luka bekas insisi. Mobilisasi dini terbukti dapat mempercepat penyembuhan pasien dan mencegah dampak akibat tirah baring yang lama seperti terjadinya dekubitus, kekakuan atau penegangan otot-otot di seluruh tubuh, dan gangguan sirkulasi darah.

Mengidentifikasi *Pre Test* dan *Post Test* Waktu Pemulihan Fungsional Kelompok Kontrol Pasien *Post Sectio Cesarea* Sebelum dan Sesudah Diberikan Mobilisasi Dini pada 24 Jam dan 48 Jam Setelah Memasuki Ruang Krisan RS Arafah Anwar Medika Sidoarjo

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok kontrol waktu pemulihan fungsional pasien *post sectio caesarea* sebagian besar membutuhkan waktu 48 jam, yaitu sebanyak 9 responden (52,9%). Hal ini dikarenakan pada kelompok kontrol tidak mendapatkan intervensi mobilisasi dini sehingga waktu pemulihan luka lebih lama bila dibandingkan dengan waktu pemulihan kelompok kontrol. Selain itu melihat dari data demografis, mayoritas responden dalam kelompok kontrol merupakan ibu rumah tangga yang memiliki tingkat stres yang tinggi. Penelitian menunjukkan bahwa ibu rumah tangga mengalami tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan wanita karier (Astrella & Kholifah, 2024). Stres yang dialami diantaranya disebabkan oleh beban pekerjaan rumah tangga, tanggung jawab mengasuh anak, dan isolasi sosial (Durak et al., 2023). Ibu rumah tangga sering menghadapi tekanan psikologis dan kecemasan, yang dimediasi oleh stres yang dirasakan, kesepian, dan kelelahan. Dimana hal ini sejalan juga dengan penelitian oleh Puspita et al., (2023) dimana faktor yang mempengaruhi penyembuhan luka adalah stres, diet, perfusi jaringan, gangguan peredaran darah, perubahan metabolisme, mobilisasi dini, usia dan obesitas.

Tingginya proses persalinan yang dilakukan dengan *sectio caesarea* serta angka kesembuhan luka bekas operasi *sectio caesarea* juga masih belum maksimal. Hal ini disebabkan karena kurangnya pemahaman ibu tentang pentingnya pelaksanaan mobilisasi dini pasca operasi *sectio caesarea* karena masih banyak ibu yang merasa takut untuk bergerak atau masih merasakan nyeri pada luka bekas operasi (Suryanti dkk, 2024). Rasa nyeri *post* operasi SC membuat pasien cenderung lebih memilih berbaring saja dan enggan menggerakkan tubuhnya sehingga menimbulkan kaku persendian, postur yang buruk, kontraktur otot, dan

nyeri tekan (Sunengsih, 2022). Studi kualitatif menemukan bahwa pengalaman nyeri pasca SC sangat tidak menyenangkan dan menyebabkan gangguan tidur serta ketidaknyamanan, yang berpotensi membuat pasien enggan bergerak (Dwi Marta et al., 2022). Hal ini menyebabkan pada responden di kelompok control memiliki penyembuhan fungsional yang lebih lambat bila dibandingkan dengan responden di kelompok intervensi. Keengganan untuk bergerak akan menyebabkan penyembuhan luka yang lebih lama dan berakibat pada hambatan pemulihan fungsional.

Menganalisis Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Intensitas Nyeri Pasien *Post Sectio Caesarea* Setelah Memasuki Ruang Krisan RS Arafah Anwar Medika Sidoarjo

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat pengaruh yang signifikan antara faktor mobilisasi dini dengan intensitas nyeri pasien *post sectio caesarea*. Hasil uji menunjukkan terdapat perbedaan penurunan intensitas nyeri kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Kelompok intervensi mengalami penurunan intensitas nyeri lebih besar daripada kelompok kontrol, sehingga menunjukkan efektifitas mobilisasi dini dalam menurunkan intensitas nyeri.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi, intensitas nyeri pasien *post sectio caesarea* sebelum diberikan mobilisasi dini memiliki tingkat nyeri berat yaitu sebanyak 17 responden (100%). Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Kumalasari et al. (2023) dimana pada pasien *post sectio caesarea* mengalami nyeri dengan tingkat nyeri berat hingga tingkat nyeri sangat berat. Penelitian lain oleh Yusuf et al. (2024) menunjukkan hasil yang berbeda dimana tingkat nyeri pada pasien *post sectio caesarea* mayoritas mengalami nyeri dengan tingkatan sedang hal ini dapat diakibatkan karena nyeri yang dirasakan oleh setiap orang bersifat subjektif, sehingga skala nyeri yang dihasilkan pasien post seksio sesaria sebelum dilakukan mobilisasi dini dapat berbeda antara satu orang dengan yang lain, sensasi nyeri yang dirasakan pasien juga dapat bertambah seiring dengan berkurangnya efek dari anastesi yang diberikan. Faktor lain yang menyebabkan seseorang dapat mengalami sensasi nyeri adalah karena luka atau insisi yang dilakukan saat prosedur pembedahan. Insisi yang dilakukan akan merangsang mediator kimiawi pada tubuh yang akan meningkatkan sensitivitas reseptor nyeri seperti histamin, bradikinin, dan asetilkolin (Kumalasari et al., 2023). Pembedahan juga dapat mencederai jaringan saraf, sehingga area tersebut menjadi lebih sensitif terhadap tekanan dan rangsangan, terutama pada area yang dilakukan prosedur pembedahan (Ginting et al., 2024). Oleh karena itu pasien post seksio sesaria akan mengalami sensasi nyeri akibat berkurangnya efek anastesi dan peningkatan sensitivitas reseptor nyeri sehingga perlu adanya intervensi yang diberikan untuk mengurangi sensasi nyeri yang dirasakan pasien.

Pada kelompok intervensi, ditemukan bahwa mayoritas pasien memiliki rentang usia 26-35 tahun dimana kelompok usia ini termasuk dalam kelompok usia dewasa awal. Pada kelompok intervensi terlihat adanya perubahan yang signifikan terkait tingkat nyeri dari nyeri berat menjadi nyeri ringan setelah dilakukan intervensi mobilisasi dini. Sebelum dilakukan intervensi mobilisasi dini 17 reponden (100%) mengatakan merasakan nyeri berat, namun setelah dilakukan intervensi selama 48 jam, 17 responden (100%) mengatakan nyeri berkurang dan menjadi nyeri ringan. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Santoso et al. (2022) dimana usia seseorang dapat berpengaruh terhadap kemampuannya melakukan

mobilisasi. Pada usia 20-35 tahun, ibu akan lebih cenderung mudah memahami instruksi yang diberikan dalam penatalaksanaan mobilisasi dini. Selain itu juga ditemukan bahwa kemampuan seseorang untuk melakukan mobilisasi dapat menurun seiring dengan bertambahnya umur seseorang. Selain itu menurut Uzlifatul et al. (2024), perbedaan usia responden dapat mempengaruhi bagaimana seseorang bereaksi dengan nyeri yang dialaminya, pada usia dewasa seseorang akan cenderung untuk memiliki peningkatan ambang batas nyeri bila dibandingkan dengan anak-anak dan lanjut usia. Sehingga dapat disimpulkan bahwa usia seseorang dapat berpengaruh pada tingkatan nyeri yang dialaminya.

Pada kelompok intervensi, mayoritas responden memiliki riwayat persalinan secara *Sectio Caesaria* (SC). Hal ini dapat berpengaruh terhadap tingkat nyeri yang dialami oleh responden. Berdasarkan penelitian Uzlifatul et al. (2024), pasien dengan riwayat SC sebelumnya akan memiliki kecenderungan untuk merasakan tingkatan nyeri yang lebih rendah. Hal ini dikarenakan ibu dengan Riwayat SC sebelumnya memiliki pengalaman terhadap sensasi sakit yang pernah dirasakan dan memiliki pengalaman dalam menemukan solusi untuk mengatasi rasa sakit yang dialami. Oleh karena itu pada responden kelompok intervensi, setelah dilakukan Tindakan intervensi mobilisasi dini, 17 responden (100%) mengatakan memiliki tingkatan nyeri yang minimal atau rendah, Dimana hal ini dapat dipengaruhi oleh riwayat SC yang dialami sebelumnya sehingga responden dapat lebih mudah untuk beradaptasi dan mengaplikasikan prosedur intervensi mobilisasi dini yang diajarkan.

Menganalisis Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Waktu Pemulihan Fungsional Pasien *Post Sectio Caesarea* Setelah Memasuki Ruang Krisan RS Arafah Anwar Medika Sidoarjo.

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat pengaruh yang signifikan antara faktor mobilisasi dini dengan waktu pemulihan fungsional pasien *post sectio caesarea*. Hasil uji menunjukkan terdapat perbedaan waktu pemulihan fungsional kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Kelompok intervensi mengalami pemulihan fungsional lebih cepat daripada kelompok kontrol, sehingga menunjukkan efektifitas mobilisasi dini dalam mempercepat pemulihan fungsional.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi waktu pemulihan fungsional pasien *post sectio caesarea* setelah diberikan mobilisasi dini mayoritas membutuhkan waktu 24 jam, yaitu sebanyak 17 responden (100%). Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Simanjuntak & Panjaitan (2021) dimana pada studi kasus yang dilakukan kepada 3 responden didapatkan hasil bahwa mobilisasi dini yang dilakukan dapat mempercepat penyembuhan dan pemulihan kondisi responden *post sectio caesarea* sehingga responden dapat kembali melakukan aktifitas sehari-hari. Penelitian lain yang dilakukan oleh Hasanah et al. (2020), menunjukkan hasil serupa dimana pasien yang diberikan intervensi mobilisasi dini setelah tindakan *sectio caesarea*, memiliki angka kesembuhan atau pemulihan yang lebih baik. Hal ini dikarenakan dengan dilakukan mobilisasi dini maka aliran darah menjadi lebih lancar. Aliran darah yang lancar akan membantu suplai oksigen dan nutrisi tersalurkan dengan baik keseluruh jaringan tubuh, termasuk pada area luka akibat insisi pembedahan, sehingga luka akan lebih cepat menutup dan menghindari adanya infeksi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi waktu pemulihan fungsional pasien *post sectio caesarea* setelah diberikan mobilisasi dini

mayoritas membutuhkan waktu 24 jam, yaitu sebanyak 17 responden (100%). Hal ini juga dapat dipengaruhi oleh riwayat pendidikan responden yang mayoritas memiliki pendidikan terakhir yaitu sekolah menengah atas (SMA), selain itu juga terdapat sebagian kecil responden yang memiliki tingkat pendidikan terakhir sarjana (S1). Tingkat pendidikan sering kali memiliki hubungan dengan kemampuan belajar seseorang. Semakin tingginya tingkat pendidikan seseorang maka semakin tinggi juga kemampuannya dalam belajar. Sehingga mayoritas responden yang memiliki tingkat pendidikan SMA hingga S1 memiliki kecenderungan untuk bisa menerapkan mobilisasi dini dengan lebih baik dan memiliki tingkat penyembuhan atau pemulihan luka yang lebih baik. Hal ini sejalan dengan penelitian Puspita et al. (2023) dimana pendidikan sangat mempengaruhi sikap wanita dalam memandang kesehatan sehingga berpengaruh terhadap penerimaan informasi terkait mobilisasi dini untuk membantu pemulihan luka *post sectio caesarea*. Sehingga dengan tingkat pendidikan yang tinggi maka ibu akan lebih mudah untuk menyerap informasi dan mempraktikkan mobilisasi dini yang diajarkan.

SIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil penelitian didapatkan kesimpulan bahwa sebelum diberikan mobilisasi dini seluruh responden pada kelompok intervensi mengalami nyeri berat, sedangkan setelah diberikan mobilisasi dini seluruh responden pada kelompok intervensi mengalami nyeri ringan. Hasil *pre-test* kelompok kontrol diperoleh seluruh responden mengalami nyeri berat, sedangkan hasil *post-test* diperoleh hampir seluruh responden mengalami nyeri sedang. Setelah diberikan mobilisasi dini seluruh responden pada kelompok intervensi membutuhkan waktu 24 jam untuk pemulihan fungsional. Hasil *post test* kelompok kontrol diperoleh sebagian besar responden membutuhkan waktu 48 jam untuk pemulihan fungsional. Terdapat pengaruh mobilisasi dini terhadap intensitas nyeri pada pasien *post sectio caesarea* Di RS Arafah Anwar Medika Sidoarjo dan terdapat pengaruh mobilisasi dini terhadap waktu pemulihan fungsional pada pasien *post sectio caesarea* Di RS Arafah Anwar Medika Sidoarjo.

Penulis juga memberikan saran kepada peneliti selanjutnya diharapkan dapat menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya, dapat melakukan penelitian dengan mengkolaborasikan dengan terapi lain serta memodifikasi variabel yang sudah diteliti agar hasil penelitian menjadi lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Astrella, N. B., & Kholifah, N. (2024). *Stress dynamics : A comparative study of housewives and career women*. 1(2007), 18–27.
- Devmurari, D., & Nagrale, S. (2018). *Effectiveness of Jacobson 's progressive muscle relaxation technique for pain management in post-cesarean women*. 5(2), 228–232. <https://doi.org/10.18231/2394-2754.2018.0051>
- Durak, M., Senol-Durak, E., & Karakose, S. (2023). Psychological Distress and Anxiety among Housewives: The Mediation Role of Perceived Stress, Loneliness, and Housewife Burnout. *Current Psychology*, 42(17), 14517–14528. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02636-0>

- Dwi Marta, O. F., Nurhaliza, S., Aini, N., Setyowati, L., Mashfufa, E. W., & Ariani, T. A. (2022). Pain Experience After Caesarean Section: A Qualitative Study. *KnE Medicine*, 2022, 719–729. <https://doi.org/10.18502/kme.v2i3.11927>
- Ginting, S., Utami, T., & Novryanthi, D. (2024). Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea Di Rumah Sakit Siloam Jakarta. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 15(01), 102–109. <https://doi.org/10.34305/jikbh.v15i01.1025>
- Hasanah, N., Wulandari, P., & Widyaningsih, T. S. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Penyembuhan Luka Post Sectio Caesarea Di Ruang Baitunnisa 2 Rsi Sultan Agung Semarang. *Jurnal NERS Widya Husada*, 7(3). <https://doi.org/https://doi.org/10.33666/jnwh.v7i3.454>
- Kasim, E., Limbong, M., Ahmad, E. H., Tenriola, A., & Kessi, F. (2024). *Implementation of Early Mobilization to Reduce Pain Intensity Post-Cesarean Section at Labuang Baji Regional General Hospital*. 05(02), 348–354. <https://doi.org/10.56359/gj>
- Matei, D., Trofin, D., Iordan, D. A., Onu, I., Condurache, I., Ionite, C., & Buculei, I. (2023). *The Endocannabinoid System and Physical Exercise*. 1–23.
- Matsuda, M., Huh, Y., Ji, R., & Carolina, N. (2019). *HHS Public Access*. 33(1), 131–139. <https://doi.org/10.1007/s00540-018-2579-4.Roles>
- Nata´lia Carvalho Borges, Deus, J. M. de, Guimarães, R. A., Conde, D., Bachion, M. M., & Moura, L. A. de. (2020). *The incidence of chronic pain following Cesarean section and associated risk factors : A cohort of women followed*
- Puspita, S., Aryani, H. P., & Puspita, E. (2023). FAKTOR – FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PENYEMBUHAN LUKA PADA IBU PASCA SECTIO CAESAREA FACTORS. *Jurnal Penelitian Keperawatan*, 194–199.
- Roheman, Seventina, H., Mustopa, Masrifah, & Wike. (2020). *Effect of Early Mobilization on the Decrease in Pain Intensity Among Post Cesarean Section Patients at Cirebon Hospital in 2019*. 27(ICoSHEET 2019), 382–384.
- Setiyowati, D. A., & Maringga, E. G. (2022). Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas Post SC Dengan Nyeri Luka Jahitan Di Wilayah Kerja Rumah Sakit Amelia Kabupaten Kediri. *Jurnal Kebidanan Manna*, 1(2), 51–56. <https://doi.org/10.58222/jkm.v1i2.60>
- Simanjuntak, Y. T. O., & Panjaitan, M. (2021). Penerapan Mobilisasi Dini Bagi Ibu Post Sectio Caesarea Di Rsu Sari Mutiara Medan 2020. *Jurnal Abdimas Mutiara*, 2(1), 183–187.
- Sulistiawati, T., Rahmilasari, G., & Puspitasari, N. A. (2024). *Early mobilization and post-cesarean delivery pain management*. 07(2), 224–230.
- Uzlifatul, O., Oktaviyana, C., & Nursaadah. (2024). Pengaruh Mobilisasi Dini

Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea Di Rumah Sakit. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 12(2), 75–79.

Yusuf, G. N., Devita, H., Andriyan, E. F., & Pasalina, P. E. (2024). Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Penurunan Rasa Nyeri pada Pasien Post Sectio Caesarea dengan Spinal Anestesi di RSUD Padang Panjang. *Jurnal Kesehatan*, 13(1), 8–15. <https://doi.org/10.46815/jk.v13i1.250>