

## **PENGARUH MOBILISASI DINI TERHADAP INTENSITAS NYERI PADA PASIEN POST SECTIO CAESAREA DI RUANG NIFAS RSU PERMATA BUNDA MALANG**

**Ulfa Ningdyah Ineswari<sup>1</sup>, Rifzul Maulina<sup>2</sup>**

**Institut Teknologi, Sains, dan Kesehatan RS.DR. Soepraoen Kesdam V/BRW Malang**

*Email* : [dyahulfa49@gmail.com](mailto:dyahulfa49@gmail.com)<sup>1</sup>, [rifzulmaulina@itsk-soepraoen.ac.id](mailto:rifzulmaulina@itsk-soepraoen.ac.id)<sup>2</sup>

### **ABSTRAK**

Nyeri post operasi sectio caesarea (SC) merupakan keluhan utama yang sering dialami oleh pasien dan dapat menghambat mobilisasi serta memperlambat proses pemulihan. Mobilisasi dini merupakan salah satu intervensi non-farmakologis yang dapat diterapkan untuk menurunkan intensitas nyeri sekaligus mempercepat proses pemulihan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh mobilisasi dini terhadap intensitas nyeri pada pasien post SC di Ruang Nifas RSU Permata Bunda Malang. Penelitian ini menggunakan desain cross-sectional dengan pendekatan kuantitatif. Sampel penelitian terdiri dari 30 ibu primi gravida post sectio caesarea yang dipilih melalui teknik accidental sampling. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi dan wawancara dengan menggunakan Skala Penilaian Numerik (NRS), kemudian dianalisis menggunakan uji Wilcoxon. Sebelum dilakukan mobilisasi dini, mayoritas responden (87%) mengalami nyeri berat. Setelah dilakukan mobilisasi dini, terjadi penurunan nyeri yang signifikan, di mana 83% responden mengalami nyeri ringan. Hasil analisis uji Wilcoxon menunjukkan nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), yang mengindikasikan adanya pengaruh signifikan antara mobilisasi dini dan penurunan intensitas nyeri. Dengan demikian, mobilisasi dini terbukti efektif dalam menurunkan nyeri pada pasien post SC dan direkomendasikan sebagai bagian dari prosedur perawatan standar di ruang nifas.

**Kata Kunci:** Mobilisasi Dini, Sectio Caesarea, Intensitas Nyeri, Numerical Rating Scale (NRC), Post Partum.

### **ABSTRACT**

*Postoperative sectio caesarea (SC) pain is a major complaint that is often experienced by patients and can hinder mobilization and slow down the recovery process. Early mobilization is one of the non-pharmacological interventions that can be applied to reduce pain intensity while accelerating the recovery process. This study aims to determine the effect of early mobilization on pain intensity in post SC patients in the Nifas Room of Permata Bunda Hospital Malang. This study used a cross-sectional design with a quantitative approach. The study sample consisted of 30 primi gravida post SC mothers selected through accidental sampling technique. Data were collected through observation and interview using the Numeric Rating Scale (NRS), then analyzed using the Wilcoxon test. Before early mobilization, the majority of respondents (87%) experienced severe pain. After early mobilization, there was a significant decrease in pain, where 83% of respondents experienced mild pain. The results of the Wilcoxon test analysis showed a  $p$  value = 0.000 ( $p < 0.05$ ), which indicated a significant influence between early mobilization and decreased pain intensity. Thus, early mobilization is proven to be effective in reducing pain in post SC patients and is recommended as part of standard care procedures in the postpartum room.*

**Keywords:** Early Mobilization, Cesarean Section, Pain Intensity, Numerical Rating Scale (NRS), Postpartum.

### **PENDAHULUAN**

Sebagian besar wanita hamil memiliki harapan untuk menjalani proses persalinan yang aman, berlangsung dalam waktu singkat, serta terbebas dari komplikasi. Persalinan merupakan suatu pengalaman penting dalam kehidupan seorang ibu yang dapat memberikan dampak psikologis, baik positif maupun negatif. Proses ini bersifat emosional dan meninggalkan kesan yang mendalam, karena melibatkan perpaduan antara perasaan

bahagia, cemas, dan bangga atas kelahiran anak yang telah dinantikan. Persalinan pada manusia umumnya dilakukan melalui dua metode utama, yaitu persalinan pervaginam dan operasi sectio caesarea. Persalinan pervaginam, atau yang sering disebut sebagai persalinan normal merupakan proses alami dalam melahirkan bayi melalui jalan lahir ibu tanpa tindakan pembedahan. Sectio caesarea (SC) merupakan tindakan pembedahan yang umum dilakukan untuk pasien bersalin apabila persalinan fisiologis tidak memungkinkan untuk dilakukan (Suleman et al., 2021)

Sectio caesarea adalah prosedur bedah yang dilakukan dengan membuat sayatan pada dinding perut dan rahim ibu untuk mengeluarkan bayi. Tindakan ini biasanya didasari oleh pertimbangan medis yang bertujuan menyelamatkan nyawa ibu, janin, atau keduanya. Secara umum, terdapat dua jenis indikasi untuk operasi caesar, yaitu indikasi non-medis dan medis. Indikasi non-medis mencakup faktor usia, tingkat pendidikan, kondisi sosial ekonomi, serta aspek sosial budaya. Sementara itu, indikasi medis diklasifikasikan ke dalam tiga kelompok, yaitu berkaitan dengan tenaga (kontraksi), jalan lahir, dan kondisi janin. Beberapa kondisi medis yang paling sering menjadi alasan dilakukannya operasi caesar meliputi gawat janin, persalinan lama atau terhambat, perdarahan antepartum seperti plasenta previa dan solusio plasenta, preeklampsia, eklampsia, kehamilan kembar, panggul sempit, serta posisi janin yang tidak normal (malpresentasi) (Suleman et al., 2021). Salah satu masalah yang sering dihadapi oleh pasien setelah sectio caesarea adalah nyeri pada luka insisi. Nyeri pasca SC biasanya bersifat sedang hingga berat, dan memuncak dalam 24–72 jam pertama setelah pembedahan. Intensitas nyeri yang tinggi dapat menghambat aktivitas dasar pasien seperti berbalik di tempat tidur, duduk, berdiri, berjalan, bahkan menyusui. Selain itu, Nyeri yang tidak dikelola dengan optimal dapat memicu dampak psikologis, seperti kecemasan, stres, bahkan depresi pascapersalinan.

Menurut World Health Organization (WHO), angka tindakan operasi Sectio Caesarea (SC) idealnya berada dalam kisaran 5–15%. Namun, berdasarkan data WHO dalam Global Survey on Maternal and Perinatal Health tahun 2021, tercatat bahwa sebanyak 46,1% dari seluruh proses persalinan dilakukan melalui prosedur Sectio Caesarea (SC). Berdasarkan data RISKESDAS tahun 2023, jumlah persalinan yang dilakukan melalui metode Sectio Caesarea (SC) di Indonesia menunjukkan peningkatan dibandingkan tahun-tahun sebelumnya. Data ini mencerminkan tren meningkatnya penggunaan prosedur SC sebagai metode persalinan di berbagai wilayah Indonesia, sebesar 25,9% dari 70.916 Ibu bersalin. Indikasi dilakukannya persalinan secara sectio caesarea disebabkan oleh beberapa komplikasi diantaranya ketuban pecah dini (4,3%), partus lama (3,3%), posisi janin melintang/sungsang (3,0%), hipertensi (3,2%), plasenta previa (0,7%), kejang (0,1%) dan lainnya (4,9%). Sedangkan jumlah kasus persalinan dengan metode Sectio Caesarea (SC) di Jawa Timur sebesar 31,2 % dari 9.136 Ibu bersalin (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023). Dengan tingginya angka ini, maka risiko pasien mengalami nyeri post operasi pun meningkat, sehingga diperlukan strategi manajemen nyeri yang efektif dan aman. Salah satu metode dengan pendekatan non-farmakologis seperti mobilisasi dini.

Penanganan nyeri pada pasien post sectio caesarea umumnya masih bergantung pada metode farmakologis, terutama penggunaan analgesik. Meskipun efektif meredakan nyeri, penggunaan obat-obatan ini memiliki keterbatasan, termasuk risiko efek samping seperti mual, muntah, konstipasi, kantuk, bahkan gangguan produksi ASI (Rachman et al., 2023). Di sisi lain, pasien juga sering kali enggan untuk melakukan aktivitas fisik atau bangun dari tempat tidur dalam 24 jam pertama karena takut jahitan terbuka, mengalami nyeri hebat, atau karena minimnya edukasi yang diterima dari tenaga kesehatan. Keadaan ini

menyebabkan pasien tetap diam di tempat tidur lebih lama dari yang direkomendasikan, yang justru memperlambat proses penyembuhan dan meningkatkan risiko komplikasi pascaoperasi. Beberapa metode nonfarmakologis dalam penanganan nyeri yang dapat diterapkan meliputi pendampingan oleh keluarga, teknik relaksasi, latihan pernapasan, pengaturan pola makan, perubahan posisi atau aktivitas gerak, pemijatan (massage), terapi musik, hidroterapi, terapi panas maupun dingin, hypnobirthing, serta TENS (Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation) (Sofia et al., 2023). Selain itu, senam nifas, aromaterapi, dan akupresur juga termasuk dalam intervensi nonfarmakologis (Alam, 2020). Mobilisasi dini postpartum merujuk pada aktivitas atau gerakan yang dilakukan ibu beberapa jam setelah melahirkan (Safitri et al., n.d.). Mobilisasi dini bertujuan untuk membantu pasien menjadi mandiri secara bertahap, sehingga mereka dapat melakukan aktivitas sehari-hari tanpa bantuan orang lain (Irman et al., 2024).

Mobilisasi ini bertujuan untuk memperbaiki aliran darah, meningkatkan kerja sistem pernapasan dan gastrointestinal, serta mengurangi risiko tromboemboli. Dalam konteks nyeri, mobilisasi dini dipercaya dapat membantu menurunkan intensitas nyeri dengan mempercepat metabolisme zat inflamasi, memperlancar sirkulasi, dan meningkatkan toleransi nyeri (Farida & Handajanti, 2024). Mobilisasi dini dilakukan secara bertahap dengan mempertimbangkan kondisi fisik ibu. Dalam 6 jam pertama setelah tindakan operasi, pasien dianjurkan untuk tetap tirah baring total namun tetap melakukan gerakan aktif dan pasif ringan, seperti menggerakkan tangan dan lengan, menggerakkan jari-jari kaki, memutar pergelangan kaki, mengangkat tumit, menegangkan otot betis, serta menekuk dan menggeser tungkai. Latihan ini bertujuan untuk menjaga sirkulasi darah, mencegah kekakuan otot, dan mempercepat pemulihan fungsi tubuh tanpa memberikan tekanan berlebih pada area insisi (Mustikarani et al., 2019). Setelah 6 hingga 10 jam pascaoperasi, pasien disarankan untuk mulai berbaring miring ke sisi kiri dan kanan secara perlahan. Perubahan posisi ini penting dalam mencegah risiko trombosis dan tromboemboli, serta membantu memperbaiki fungsi pernapasan. Apabila tidak ditemukan komplikasi, maka pada 24 jam pascaoperasi, pasien mulai dilatih untuk duduk di tepi tempat tidur dengan bantuan, sebagai tahapan awal sebelum berdiri dan berjalan. Jika pasien telah mampu duduk tanpa keluhan yang berat, maka tahapan selanjutnya adalah latihan berjalan perlahan dengan pendampingan tenaga kesehatan. Proses bertahap ini bukan hanya mempercepat pemulihan fisik, tetapi juga secara signifikan diyakini dapat menurunkan intensitas nyeri karena aliran darah yang lancar akan mempercepat proses antiinflamasi dan regenerasi jaringan luka (Endang Ekawati et al., 2024)

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Ruang Nifas RSUD Permata Bunda Malang pada bulan April 2025 terhadap 10 pasien post sectio caesarea. Hasil observasi menunjukkan bahwa 6 pasien melaporkan nyeri sedang hingga berat pada 24 jam pertama pascaoperasi. Dan 4 di antaranya melaporkan penurunan nyeri lebih cepat dan mampu duduk lebih awal dibandingkan yang hanya istirahat total tanpa mobilisasi. Hal ini menunjukkan indikasi bahwa mobilisasi dini mungkin memiliki pengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri, namun perlu dibuktikan melalui penelitian ilmiah. Oleh karena itu, penelitian ini penting untuk dilakukan guna mengidentifikasi pengaruh mobilisasi dini terhadap intensitas nyeri pada pasien post sectio caesarea. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan dasar ilmiah dalam pengambilan keputusan klinis, memperkuat standar operasional prosedur (SOP) mobilisasi dini di ruang nifas, serta meningkatkan mutu pelayanan keperawatan maternitas di RSUD Permata Bunda Malang. Dengan pendekatan berbasis bukti (evidence-based), Bidan dapat memberikan intervensi yang lebih efektif,

efisien, dan berorientasi pada pemulihan menyeluruh pasien.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan metode kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional, yang bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh mobilisasi dini terhadap tingkat nyeri pada pasien post sectio caesarea di Ruang Nifas RSUD Permata Bunda Malang. Pendekatan ini dipilih karena pengumpulan data dilakukan pada satu waktu tertentu, yaitu 3 hari post SC. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah mobilisasi dini, yang diukur berdasarkan tahapan gerakan pasien setelah operasi (gerakan saat tirah baring, posisi miring, duduk, hingga berjalan). Sedangkan variabel terikatnya adalah intensitas nyeri, yang diukur menggunakan Numerical Rating Scale (NRS), yaitu skala nyeri 0–10 yang dilaporkan secara subjektif oleh pasien. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu post SC yang dirawat di ruang nifas. Sampel dalam penelitian ini diperoleh menggunakan teknik accidental sampling, yaitu pemilihan responden secara kebetulan dari pasien post sectio caesarea (SC) yang memenuhi kriteria inklusi selama peneliti berada di lapangan. Penelitian ini melibatkan 30 orang ibu primi gravida sebagai responden.

Data dikumpulkan melalui observasi langsung dan wawancara terstruktur menggunakan lembar checklist untuk mobilisasi dini dan lembar penilaian nyeri untuk skala NRS. Analisis data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon, karena data bersifat ordinal dan tidak berdistribusi normal. Uji ini digunakan untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan yang signifikan pada intensitas nyeri sebelum dan sesudah dilakukan mobilisasi dini. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam penerapan prosedur mobilisasi dini yang lebih sistematis dan berbasis bukti, guna mempercepat pemulihan dan meningkatkan kenyamanan pasien post operasi sectio caesarea.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Umur**

Karakteristik Responden Umur	Ibu post SC	
	Frekuensi	Persentase (%)
< 20 tahun	5	17%
20-35 tahun	25	83%
>35 tahun	0	0
Total	30	100%

Sebagian besar responden berada pada rentang usia 20–35 tahun yaitu sebanyak 25 orang (83%), yang tergolong dalam kategori hampir seluruhnya. Sementara itu, responden berusia < 20 tahun sebanyak 5 orang (17%) atau sebagian kecil, dan tidak ada responden yang berusia > 35 tahun (0%).

**Tabel 2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Tingkat Pendidikan**

Karakteristik Responden Tingkat Pendidikan	Ibu post SC	
	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak sekolah	0	0%
SD	0	0%
SMP	4	13%
SMA	21	70%
Perguruan Tinggi	5	17%
Total	30	100%

Mayoritas responden berpendidikan SMA, yaitu sebanyak 21 orang (70%) yang termasuk dalam kategori sebagian besar. Responden berpendidikan perguruan tinggi sebanyak 5 orang (17%) dan lulusan SMP sebanyak 4 orang (13%), keduanya termasuk sebagian kecil. Tidak terdapat responden yang tidak sekolah atau hanya berpendidikan SD (0%).

**Tabel 3 Distribusi Frekuensi Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Pekerjaan**

Karakteristik Responden Pekerjaan	Ibu post SC	
	Frekuensi	Persentase (%)
PNS/TNI/Polri	0	0%
Petani	0	0%
Pedagang	2	7%
Wiraswasta	2	7%
Swasta	4	13%
Guru	2	7%
IRT	20	67%
Total	30	100%

Sebagian besar responden adalah ibu rumah tangga (IRT) yaitu sebanyak 20 orang (67%) atau sebagian besar. Sisanya terdiri dari pekerja swasta 4 orang (13%), serta pedagang, wiraswasta, dan guru masing-masing sebanyak 2 orang (7%), semuanya termasuk sebagian kecil. Tidak terdapat responden yang bekerja sebagai PNS, TNI, Polri, maupun petani.

**Tabel 4 Distribusi Frekuensi Intensitas nyeri pasien Post SC Sebelum dan Sesudah Mobilisasi Dini**

Intensitas Nyeri	Mobilisasi Dini			
	Sebelum		Sesudah	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak Nyeri	0	0%	0	0%
Nyeri Ringan	0	0%	25	83%
Nyeri Sedang	4	13%	5	17%
Nyeri Berat	26	87%	0	0%
Total	30	100	30	100

Berdasarkan hasil pengukuran intensitas nyeri pada ibu post sectio caesarea, diketahui bahwa terjadi perubahan yang signifikan setelah dilakukan mobilisasi dini. Sebelum intervensi, sebagian besar responden mengalami nyeri dalam kategori berat, yaitu sebanyak 26 orang (87%), yang termasuk dalam kategori hampir seluruhnya. Sisanya, sebanyak 4 orang (13%), mengalami nyeri sedang (sebagian kecil). Tidak terdapat responden yang mengalami nyeri ringan maupun tidak nyeri sama sekali (0% atau tidak ada). Setelah dilakukan mobilisasi dini, terdapat penurunan intensitas nyeri yang sangat signifikan. Sebanyak 25 orang (83%) mengalami nyeri ringan (hampir seluruhnya), dan 5 orang (17%) mengalami nyeri sedang (sebagian kecil). Tidak ditemukan lagi responden yang mengalami nyeri berat maupun yang tidak mengalami nyeri sama sekali (0% atau tidak ada).

**Tabel 5 Hasil Analisis Data Menggunakan Wilcoxon Sebelum dan Sesudah dilakukan Mobilisasi Dini pada Pasien Post**

<b>Intensitas Nyeri</b>	<b>N</b>	<b>Median</b>	<b>Asymp. sig (2-tailed)</b>
Sebelum dilakukan Mobilisasi Dini	30	7.00	0.00
Sesudah dilakukan Mobilisasi Dini	30	2.00	

Uji Wilcoxon digunakan untuk menganalisis perbedaan tingkat nyeri sebelum dan sesudah dilakukan mobilisasi dini. Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai median intensitas nyeri sebelum mobilisasi adalah 7,00, sementara setelah mobilisasi menurun menjadi 2,00. Nilai signifikansi yang diperoleh adalah  $p = 0,00$  ( $p < 0,05$ ), yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kondisi sebelum dan sesudah mobilisasi dini. Dengan demikian, hasil uji Wilcoxon mendukung hipotesis penelitian ini bahwa mobilisasi dini berkontribusi secara positif dalam menurunkan intensitas nyeri. Secara statistik, hal ini menunjukkan bahwa mobilisasi dini memiliki pengaruh yang signifikan terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien post sectio caesarea di ruang nifas RSUD Permata Bunda Malang.

## **PEMBAHASAN**

### **1. Intensitas Nyeri Sebelum di lakukan Mobilisasi Dini Pada Pasien Post SC (Sectio Caesarea)**

Berdasarkan hasil penelitian, Sebelum dilakukan mobilisasi dini, intensitas nyeri yang dialami oleh pasien post sectio caesarea di Ruang Nifas RSUD Permata Bunda Malang berada pada tingkat Nyeri berat. Hal ini disebabkan oleh proses pembedahan yang melibatkan sayatan pada dinding perut dan rahim, yang secara fisiologis menimbulkan respon inflamasi dan nyeri akut. Nyeri ini dapat menghambat aktivitas pasien, termasuk dalam melakukan perawatan diri dan merawat bayi yang baru lahir.

Data yang diperoleh menunjukkan bahwa sebagian besar pasien mengalami nyeri berat sebelum dilakukan mobilisasi dini. Kondisi ini sejalan dengan temuan penelitian oleh Sylvia dan Rasyada (2022), yang melaporkan bahwa rata-rata intensitas nyeri sebelum mobilisasi dini pada pasien post sectio caesarea adalah 5,29 pada skala Numeric Rating Scale (NRS) (Sylvia & Rasyada, 2023). Tingginya intensitas nyeri ini dapat mempengaruhi kualitas hidup pasien dan memperlambat proses pemulihan. Faktor-faktor yang mempengaruhi tingginya intensitas nyeri sebelum mobilisasi dini antara lain adalah kurangnya edukasi mengenai pentingnya mobilisasi dini, ketakutan pasien terhadap rasa sakit saat bergerak, serta kurangnya dukungan dari tenaga kesehatan dalam mendorong pasien untuk melakukan mobilisasi.

Penelitian yang dilakukan oleh Herianti dan Rohmah (2022) di RSUD Sawerigading Kota Palopo juga menunjukkan hasil serupa, di mana mayoritas ibu post sectio caesarea mengalami nyeri dengan intensitas sedang hingga berat sebelum dilakukan mobilisasi dini. Hasil penelitian ini menegaskan bahwa tanpa intervensi fisik yang memadai seperti mobilisasi dini, persepsi nyeri tetap tinggi, bahkan meskipun terapi farmakologis telah diberikan (Herianti & Rohmah, 2025). Ini membuktikan pentingnya pendekatan kombinasi antara farmakologis dan non-farmakologis dalam pengendalian nyeri post operasi. Selain itu, menurut studi dari Safitri, Fauziah, dan Nasution (2024), pasien yang tidak mendapat edukasi atau bimbingan terkait pentingnya mobilisasi dini cenderung merasa takut bergerak akibat kekhawatiran terhadap meningkatnya rasa sakit atau kerusakan pada bekas luka operasi. Ketakutan tersebut memperkuat persepsi nyeri secara psikologis dan berpotensi memperlama proses pemulihan karena pasien cenderung pasif. Dari sisi psikologis, nyeri akut yang tidak tertangani dengan baik juga dapat berdampak pada kestabilan emosional

ibu, yang pada akhirnya bisa memengaruhi hubungan ibu dan bayi pada masa awal kelahiran (Safitri et al., n.d.).

Berdasarkan temuan yang diperoleh, peneliti berpendapat bahwa tingginya intensitas nyeri sebelum dilakukan mobilisasi dini menunjukkan adanya kebutuhan mendesak akan intervensi non-farmakologis yang sistematis di ruang nifas. Ketergantungan pada terapi farmakologis saja belum cukup mampu mengatasi kompleksitas nyeri post operasi, terutama pada ibu post sectio caesarea yang juga menghadapi tantangan psikologis pasca melahirkan. Peneliti juga menilai bahwa persepsi nyeri yang tinggi ini tidak hanya berasal dari kondisi fisiologis akibat operasi, namun turut dipengaruhi oleh faktor psikologis seperti kecemasan, ketakutan, dan kurangnya edukasi mengenai mobilisasi dini. Oleh karena itu, strategi edukatif dan pendekatan empatik dari tenaga kesehatan sangat diperlukan agar pasien lebih siap dan termotivasi untuk melakukan mobilisasi secara bertahap. Hal ini diyakini akan membantu mempercepat pemulihan dan mengurangi intensitas nyeri lebih awal.

## **2. Intensitas Nyeri Sesudah di lakukan Mobilisasi Dini Pada Pasien Post SC (Sectio Caesarea)**

Bedasarkan hasil penelitian, Setelah dilakukan mobilisasi dini, terdapat penurunan signifikan dalam intensitas nyeri yang dialami oleh pasien post sectio caesarea di Ruang Nifas RSUD Permata Bunda Malang. Mobilisasi dini membantu meningkatkan sirkulasi darah, mengurangi edema, dan mempercepat proses penyembuhan luka, sehingga berkontribusi dalam menurunkan persepsi nyeri pada pasien.

Hasil data menunjukkan bahwa setelah dilakukan mobilisasi dini, mayoritas pasien mengalami penurunan nyeri menjadi kategori ringan. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sylvia dan Rasyada (2022), yang melaporkan bahwa rata-rata intensitas nyeri setelah mobilisasi dini menurun menjadi 2,75 berdasarkan skala NRS. Penurunan tersebut mengindikasikan bahwa mobilisasi dini efektif dalam mengurangi nyeri post operasi (Sylvia & Rasyada, 2023). Efektivitas intervensi ini juga diperkuat oleh penelitian lain, seperti yang dilaporkan oleh Ekawati et al. (2024), yang menemukan bahwa pasien yang menjalani mobilisasi dini mengalami penurunan nyeri yang lebih signifikan dibandingkan dengan pasien yang tidak melakukannya. Temuan-temuan tersebut mendukung bahwa mobilisasi dini merupakan salah satu intervensi nonfarmakologis yang efektif dalam manajemen nyeri pascaoperasi. (Endang Ekawati et al., 2024).

Penurunan intensitas nyeri setelah mobilisasi dini juga dipengaruhi oleh mekanisme fisiologis tubuh dalam merespons gerakan. Mobilisasi mempercepat aliran darah ke area luka, meningkatkan oksigenasi jaringan, serta merangsang pelepasan endorfin yang berperan sebagai analgesik alami tubuh. Studi oleh Cahyawati (2023) mendukung hal ini, menyatakan bahwa pergerakan awal pasca operasi mampu menurunkan ambang nyeri secara bertahap dan mempercepat adaptasi tubuh terhadap sensasi nyeri pasca sayatan operasi (Cahyawati & Wahyuni, 2023). Selain itu, keberhasilan intervensi mobilisasi dini sangat dipengaruhi oleh keterlibatan tenaga kesehatan dalam memberikan pendampingan dan dukungan emosional, pasien yang diberi pemahaman dan dipantau secara langsung selama mobilisasi menunjukkan tingkat partisipasi lebih tinggi serta hasil penurunan nyeri yang lebih optimal dibanding pasien yang hanya diberi instruksi tertulis atau verbal (Idawati et al., 2023). Hal ini menunjukkan bahwa mobilisasi dini bukan hanya tindakan fisik, tetapi juga memerlukan pendekatan komunikasi terapeutik yang kuat.

Peneliti menilai bahwa keberhasilan penurunan nyeri pasca mobilisasi dini tidak semata-mata karena aspek fisiologis dari pergerakan, tetapi juga karena pendekatan holistik yang melibatkan dukungan psikologis, edukasi yang baik, dan supervisi dari tenaga

kesehatan. Intervensi ini tidak hanya menurunkan skala nyeri secara objektif, tetapi juga membangun rasa percaya diri dan kendali diri pasien atas proses penyembuhan mereka sendiri. Dengan demikian, mobilisasi dini memiliki potensi besar tidak hanya sebagai terapi fisik, tetapi juga sebagai intervensi psikososial yang meningkatkan kualitas pemulihan ibu post sectio caesarea.

### **3. Pengaruh Mobilisasi Dini terhadap Intensitas Nyeri Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea Di Ruang Nifas RSU Permata Bunda Malang**

Berdasarkan hasil penelitian, Analisis statistik menggunakan uji Wilcoxon menunjukkan adanya pengaruh signifikan mobilisasi dini terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien post SC, dengan nilai signifikansi  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ). Nilai median intensitas nyeri sebelum mobilisasi adalah 7.00 dan sesudah mobilisasi turun menjadi 2.00, yang mengindikasikan bahwa intervensi mobilisasi dini memberikan efek nyata terhadap penurunan nyeri. Temuan ini sejalan dengan berbagai penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa mobilisasi dini merupakan salah satu pendekatan efektif untuk mengurangi nyeri pascaoperasi.

Mobilisasi dini dikenal sebagai pendekatan non-farmakologis yang sangat efektif dalam mengurangi nyeri pascaoperasi (Andriawan & Purwanti, 2025). Mobilisasi dalam waktu 6–8 jam setelah SC membantu mencegah komplikasi seperti ileus paralitik dan tromboemboli, serta mengurangi intensitas nyeri dengan cara meningkatkan pelepasan endorfin alami tubuh. Dalam konteks penelitian ini, perubahan dari nyeri berat menjadi ringan menunjukkan bahwa tubuh pasien mampu beradaptasi lebih baik terhadap proses penyembuhan melalui aktivitas ringan. Efek dari mobilisasi dini dapat dijelaskan melalui mekanisme fisiologis, yaitu dengan meningkatkan aliran darah, mempercepat metabolisme lokal, serta merangsang produksi endorfin yang memiliki efek analgesik alami (Farida & Handajanti, 2024). Pasien yang segera melakukan mobilisasi setelah SC menunjukkan tingkat pemulihan yang lebih cepat, termasuk penurunan rasa nyeri dan peningkatan kemampuan fungsional (Dwi Safitri & Andriyani, 2024). Hal ini sangat penting untuk mempercepat fase adaptasi fisiologis dan psikologis pascaoperasi.

Berbagai penelitian sebelumnya mendukung hasil ini dan menyatakan bahwa mobilisasi dini efektif dalam menurunkan intensitas nyeri pasca operasi. mobilisasi dini setelah SC membantu mempercepat pengeluaran cairan inflamasi, memperbaiki aliran darah ke area luka, serta mengurangi ketegangan otot yang menyebabkan nyeri. Selain itu pasien yang dimobilisasi dalam 8 jam pertama setelah operasi melaporkan skor nyeri yang lebih rendah secara signifikan dibandingkan kelompok kontrol yang mobilisasinya tertunda (Dirgahayu, 2020). Hasil serupa juga ditemukan oleh Rahman (2023) yang menunjukkan bahwa mobilisasi dini meningkatkan pelepasan endorfin dan serotonin sebagai analgesik alami tubuh. Penelitian ini menyatakan bahwa mobilisasi yang dilakukan sedini mungkin pasca SC bukan hanya membantu mengurangi nyeri, tetapi juga mengurangi risiko komplikasi seperti ileus paralitik dan tromboemboli vena (Rachman et al., 2023). Begitu pula dengan studi oleh Adly et al. (2021) dalam *International Journal of Obstetrics and Gynecology*, yang menyatakan bahwa mobilisasi dini mempercepat pemulihan fungsi normal organ tubuh dan mengurangi kebutuhan analgesik farmakologis (Adly, 2021).

Di samping itu, intervensi mobilisasi dini pascaoperasi secara konsisten menurunkan skor nyeri berdasarkan Visual Analog Scale (VAS) dan Numeric Rating Scale (NRS) di berbagai jenis prosedur bedah, termasuk SC. mobilisasi dini berkontribusi terhadap peningkatan kualitas hidup pasien dan pengurangan lama rawat inap. Dukungan dari

berbagai penelitian tersebut menguatkan bahwa mobilisasi dini bukan sekadar intervensi opsional, tetapi merupakan strategi berbasis bukti yang sangat efektif dalam manajemen nyeri pascaoperasi (Idawati et al., 2023).

Namun demikian, keberhasilan mobilisasi dini juga sangat dipengaruhi oleh kesiapan tenaga kesehatan dalam memberikan motivasi, edukasi, dan pendampingan saat mobilisasi awal dilakukan. Ketakutan akan rasa sakit sering kali menjadi penghambat, sehingga diperlukan pendekatan komunikatif dan empatik agar pasien merasa aman dan percaya diri untuk bergerak. Di RSUD Permata Bunda Malang, faktor ini tampaknya berhasil dikelola dengan baik, terbukti dari hasil penurunan nyeri yang signifikan. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini mendukung pentingnya implementasi mobilisasi dini sebagai bagian integral dari manajemen nyeri pasca SC. Intervensi ini tidak hanya efektif, tetapi juga efisien secara biaya dan meningkatkan outcome kesehatan ibu. Oleh karena itu, sangat disarankan agar rumah sakit lain menjadikan mobilisasi dini sebagai protokol wajib dalam penanganan pasien post sectio caesarea.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa mobilisasi dini berperan signifikan dalam mengurangi intensitas nyeri pada pasien pascaoperasi sectio caesarea. Sebelum mobilisasi, sebagian besar pasien mengalami nyeri berat, namun setelah intervensi, mayoritas melaporkan nyeri yang berkurang menjadi ringan. Temuan ini menunjukkan bahwa mobilisasi dini tidak hanya mempercepat proses pemulihan fisik, tetapi juga efektif mengurangi persepsi nyeri tanpa menimbulkan efek samping dari obat-obatan. Oleh karena itu, mobilisasi dini layak diintegrasikan sebagai bagian dari standar operasional prosedur (SOP) dalam perawatan pasien post SC (sectio caesarea).

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Adly, A. S. , E.-G. A. F. , & A.-A. M. A. (2021). Effect of early ambulation on postoperative outcomes following cesarean delivery. *International Journal of Gynecology & Obstetrics*, 278–284.
- Alam, H. S. (2020). Upaya Mengurangi Nyeri Persalinan Dengan Metode Akupresur. . *Media Sains Indonesia*.
- Andriawan, A. R., & Purwanti, O. S. (2025). Studi Kasus: Efektivitas Relaksasi Autogenik Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi. *Jurnal Ners*, 9(2), 2832–2838. <https://doi.org/10.31004/jn.v9i2.43997>
- Cahyawati, F. E., & Wahyuni, A. (2023). Mobilisasi Dini Pada Ibu Postpartum Dengan Sectio Caesarea terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Luka Operasi. *JURNAL KESEHATAN PERINTIS (Perintis's Health Journal)*, 10(1), 44–52. <https://doi.org/10.33653/jkp.v10i1.951>
- Dirgahayu, I. (2020). PENGARUH MOBILISASI DINI TERHADAP TINGKAT NYERI PADA PASIEN POST SECTIO CESAREA DI RSUD AL-IHSAN KAB. BANDUNG. *Jurnal Ilmu Kesehatan Immanuel*, 13(2), 95–103. <https://doi.org/10.36051/jiki.v13i2.88>
- Dwi Safitri, N., & Andriyani, A. (2024). Penerapan Mobilisasi Dini terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Post Sectio Caesarea di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar. *Nursing Applied Journal*, 2(4), 63–73. <https://doi.org/10.57213/naj.v1i3.374>
- Endang Ekawati, Meity Albertina, & Hesti Prawita Widiastuti. (2024). Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Nyeri Luka Ibu Post Operasi Secsio Caesarea di Ruang Nifas RSUD Panglima Sebaya Tana Paser Tahun 2022. *Jurnal Ilmu Kebidanan Dan Kesehatan (Journal of Midwifery Science and Health)*, 15(1), 14–20. <https://doi.org/10.52299/jks.v15i1.156>
- Farida, F. F., & Handajanti, D. O. (2024). Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Tingkat Nyeri Luka Pada Ibu Post Sectio Caesarea ERACS di RSI Darus Syifa Surabaya. *IJMT : Indonesian*

- Journal of Midwifery Today, 4(1), 1. <https://doi.org/10.30587/ijmt.v4i1.8235>
- Herianti, H., & Rohmah, N. (2025). Hubungan Mobilisasi Dini Dengan Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea Di RSUD Sawerigading Kota Palopo Tahun 2021. *Mega Buana Journal of Nursing*, 1(1), 34–40. <https://doi.org/10.59183/5w6vy163>
- Idawati, I., Khaironnisa, D., Aisyah, S., Husna, N., & Setiawati, D. (2023). Effect of early mobilization on post SC pain (a literature review). *Science Midwifery*, 11(3), 620–628.
- Irman, I., Pitaloka, R. D., Rakhman, I. R., Kariasa, I. M., Nova, P. A., & Mulyatsih, M. E. (2024). Penerapan Panduan Nurse-Led Early Mobilization Pada Pasien yang Menjalani Pembedahan Elektif Tulang Belakang. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 4(9), 3717–3738. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i9.14889>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia*. KemenkesRI.
- Rachman, A., Purnamasari, I., & Trihandini, B. (2023). HUBUNGAN MOBILISASI DINI DENGAN INTENSITAS NYERI POST OPERASI SECTIO CAESAREA DI RSUD H. BOEJASIN PELAIHARI. *JURNAL KEPERAWATAN SUAKA INSAN (JKSI)*, 8(2), 90–97. <https://doi.org/10.51143/jksi.v8i2.464>
- Safitri, Y., Fauziah, Y., Nasution, Y. F., Tinggi, S., & Flora, I. K. (n.d.). PENGARUH MOBILISASI DINI TERHADAP INTENSITAS NYERI PADA PASIEN POST OPERASI SECTIO CAESAREA DI RUMAH SAKIT UNIVERSITAS SUMATERA UTARA MEDAN.
- Sofia, L., Rifayanti, R., Amalia, P. R., & Gultom, L. M. K. (2023). Mindfulness Therapy to Lower the Tendency to Fear of Missing Out (FoMo). *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(2). <https://doi.org/10.30604/jika.v8i2.2018>
- Suleman, D. M., Nurdin, A., & Setiawati, D. (2021). PREECLAMPSIA-ECLAMPSIA GRAVIDARUM AND THE DELIVERY OF THE CESAREAN SECTION METHOD. *Journal of Widya Medika Junior*, 3(4), 252–257. <https://doi.org/10.33508/jwmj.v3i4.3507>
- Sylvia, E., & Rasyada, A. (2023). MOBILISASI DINI TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI POST OPERASI SECTIO CAESAREA. *Babul Ilmi Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, 15(1). <https://doi.org/10.36729/bi.v15i1.1064>