

Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Intensitas Nyeri Dan Waktu Pemulihan Fungsional (Studi Pada Pasien *Post Sectio Caesarea*)

Dwiharini Puspitaningsih¹ Anndy Prastya² Eka Diah Kartiningrum³ Novitasari⁴

^{1,2,3} Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit

Mojokerto

⁴ Program Magister Kesehatan Masyarakat, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit

Mojokerto

E-mail: dwiharini.pus@gmail.com

ABSTRACT

Cesarean section was a surgical procedure that was commonly associated with postoperative pain, which could limit physical movement and delay functional recovery in mothers. Pain experienced after surgery often led to fear of mobilization, resulting in prolonged bed rest and delayed return to daily activities. One non-pharmacological intervention that could be applied to manage postoperative pain and enhance recovery was early mobilization. Early mobilization was believed to reduce pain intensity and accelerate functional recovery by improving blood circulation, reducing inflammation, and stimulating physical activity. This study aimed to analyze the effect of early mobilization on pain intensity and functional recovery time in post-cesarean section patients. A quasi-experimental design with a time-series approach was used. The sample consisted of 34 respondents selected using simple random sampling, divided into an intervention group (n=17) and a control group (n=17). Data were collected using the Numeric Rating Scale (NRS) to assess pain intensity and an observation sheet to measure functional recovery time. Data were analyzed using the Friedman test and Mann-Whitney test. The results showed that before the intervention, all respondents in both groups experienced severe pain. After early mobilization, all respondents in the intervention group reported mild pain, while most respondents in the control group (82.4%) still experienced moderate pain. In terms of functional recovery, all respondents in the intervention group recovered within 24 hours, whereas the majority of the control group (52.9%) required 48 hours. Statistical analysis showed significant results ($p=0.000$ for pain intensity and $p=0.001$ for functional recovery time). In conclusion, early mobilization had a significant effect on reducing pain intensity and accelerating functional recovery in post-cesarean section patients.

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

A. PENDAHULUAN

Pembedahan *sectio caesarea* merupakan salah satu tindakan operatif yang dapat menimbulkan nyeri akibat pelepasan mediator kimia seperti asetilkolin, bradikinin, histamin, dan substansi P yang meningkatkan sensitivitas reseptor nyeri. Nyeri merupakan keluhan utama yang paling sering dirasakan oleh ibu *post sectio caesarea*, dengan intensitas bervariasi dari ringan hingga berat, yang dapat berdampak pada kondisi fisik maupun psikologis ibu serta proses perawatan bayi. Nyeri biasanya muncul dalam 12–36 jam pertama pasca operasi dan mulai menurun pada hari ketiga (Setiyowati & Maringga, 2022).

Secara fisiologis, nyeri pasca operasi terjadi akibat rangsangan mekanik pada luka insisi yang memicu pelepasan mediator nyeri, sehingga meningkatkan sensitivitas sistem saraf terhadap rangsangan. Meskipun tubuh memiliki mekanisme penghambat nyeri

alami seperti endorfin dan dinorfin, respons ini sering kali tidak cukup untuk mengatasi nyeri pasca operasi secara optimal (Yusuf et al., 2024). Oleh karena itu, penanganan nyeri menjadi aspek penting dalam perawatan ibu *post sectio caesarea*.

Penatalaksanaan nyeri dapat dilakukan melalui pendekatan farmakologis dan nonfarmakologis. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang efektif adalah mobilisasi dini. Mobilisasi dini merupakan aktivitas atau pergerakan yang dilakukan secara bertahap dalam beberapa jam setelah operasi, yang bertujuan untuk mempercepat pemulihan fungsi tubuh, meningkatkan sirkulasi darah, serta mencegah komplikasi pasca operasi. Keterlambatan mobilisasi dapat memperburuk kondisi ibu dan menghambat proses pemulihan (Ginting et al., 2024). Dalam praktiknya, mobilisasi dini dilakukan secara bertahap mulai dari latihan pernapasan, gerakan ekstremitas, perubahan posisi, hingga berjalan secara mandiri dalam 48 jam pertama pasca operasi (Nor Khimayasari & Mualifah, 2023).

Mobilisasi dini terbukti memiliki berbagai manfaat, antara lain mengurangi risiko komplikasi, mempercepat pemulihan fungsional, meningkatkan kemampuan aktivitas, serta menurunkan lama rawat inap. Selain itu, mobilisasi juga dapat membantu menurunkan intensitas nyeri melalui mekanisme distraksi dan penurunan aktivasi mediator inflamasi yang berperan dalam transmisi nyeri (Kumalasari et al., 2023). Hal ini sejalan dengan penelitian Uzlifatul et al. (2024) yang menyatakan bahwa mobilisasi dini efektif dalam menurunkan intensitas nyeri dan mempercepat pemulihan fungsi tubuh pada pasien *post sectio caesarea*.

Namun demikian, berdasarkan telaah literatur yang ada, sebagian besar penelitian hanya berfokus pada pengaruh mobilisasi dini terhadap penurunan nyeri atau percepatan mobilitas secara terpisah, serta belum banyak yang mengkaji hubungan simultan antara mobilisasi dini, intensitas nyeri, dan waktu pemulihan fungsional dalam satu penelitian. Selain itu, implementasi mobilisasi dini di berbagai fasilitas pelayanan kesehatan masih belum optimal, terutama terkait waktu pelaksanaan, tahapan mobilisasi, serta kepatuhan pasien. Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan penelitian (research gap) dalam mengkaji efektivitas mobilisasi dini secara komprehensif terhadap dua luaran utama, yaitu intensitas nyeri dan pemulihan fungsional.

Di sisi lain, berdasarkan fenomena di lapangan, khususnya di RS Arafah Anwar Medika Sidoarjo, masih ditemukan ibu *post sectio caesarea* yang mengalami nyeri sedang hingga berat dan cenderung menunda mobilisasi dini karena rasa takut terhadap nyeri atau kekhawatiran luka operasi terbuka. Kondisi ini berpotensi memperlambat pemulihan serta meningkatkan risiko komplikasi pasca operasi. Hal tersebut menunjukkan adanya permasalahan nyata dalam penerapan mobilisasi dini yang perlu dikaji lebih lanjut pada konteks lokal.

Penelitian ini mengkaji secara bersamaan pengaruh mobilisasi dini terhadap intensitas nyeri dan waktu pemulihan fungsional pada pasien *post sectio caesarea*, serta dilakukan dengan pengaturan waktu dan tahapan mobilisasi yang terstruktur dalam 48 jam pertama pasca operasi. Dengan pendekatan ini, diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai efektivitas mobilisasi dini dalam meningkatkan kualitas pemulihan pasien. Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Intensitas Nyeri dan Waktu Pemulihan Fungsional pada Pasien *Post Sectio Caesarea* di RS Arafah Anwar Medika Sidoarjo.

B. METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan adalah quasi experimental dengan rancangan time series, yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh mobilisasi dini terhadap intensitas nyeri dan waktu pemulihan fungsional pada pasien *post sectio caesarea* di RS Arafah Anwar Medika Sidoarjo. Pendekatan ini digunakan untuk mengamati perubahan variabel dependen melalui pengukuran berulang sebelum dan sesudah intervensi mobilisasi dini pada waktu tertentu. Intervensi mobilisasi dini diberikan secara bertahap, yaitu pada 6 jam, 10 jam, 24 jam, dan 48 jam *post sectio caesarea*. Tahapan mobilisasi meliputi latihan pernapasan dalam dan gerakan ekstremitas, perubahan posisi miring kanan-kiri, latihan duduk, hingga berjalan secara bertahap sesuai kondisi pasien.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien *post sectio caesarea* di RS Arafah Anwar Medika Sidoarjo. Berdasarkan data tiga bulan terakhir (November 2024 – Januari 2025), jumlah rata-rata pasien sebanyak 53 orang per bulan. Teknik sampling yang digunakan adalah simple random sampling. Sampel penelitian berjumlah 34 responden yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok intervensi sebanyak 17 responden dan kelompok kontrol sebanyak 17 responden. Penelitian dilaksanakan di Ruang Krisan RS Arafah Anwar Medika Sidoarjo pada tanggal 10 April sampai dengan 30 April 2025. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi langsung dan pencatatan menggunakan lembar observasi.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah mobilisasi dini, sedangkan variabel dependen meliputi intensitas nyeri dan waktu pemulihan fungsional. Definisi operasional mobilisasi dini adalah aktivitas pergerakan yang dilakukan secara bertahap dalam 48 jam pertama pasca operasi *sectio caesarea*. Intensitas nyeri didefinisikan sebagai tingkat nyeri yang dirasakan pasien pasca operasi yang diukur menggunakan Numeric Rating Scale (NRS) dengan rentang skor 0–10, di mana semakin tinggi skor menunjukkan nyeri yang semakin berat. Waktu pemulihan fungsional didefinisikan sebagai kemampuan pasien dalam melakukan aktivitas mobilisasi secara mandiri, seperti duduk dan berjalan, yang diukur berdasarkan waktu (jam) sejak *post* operasi hingga pasien mampu melakukan aktivitas tersebut secara mandiri sesuai kriteria yang telah ditentukan.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini meliputi lembar observasi mobilisasi dini, lembar penilaian intensitas nyeri menggunakan skala NRS, serta lembar observasi pemulihan fungsional. Pengukuran dilakukan secara berulang sesuai dengan waktu intervensi yang telah ditetapkan. Analisis data dilakukan secara univariat untuk mendeskripsikan karakteristik responden serta distribusi masing-masing variabel, dan bivariat untuk menganalisis pengaruh mobilisasi dini terhadap intensitas nyeri dan waktu pemulihan fungsional. Uji statistik yang digunakan disesuaikan dengan distribusi data, yaitu uji *paired t-test* atau *Wilcoxon* untuk membandingkan perubahan sebelum dan sesudah intervensi, serta uji *independent t-test* atau *Mann-Whitney* untuk membandingkan perbedaan antara kelompok intervensi dan kontrol.

C. HASIL PENELITIAN

1. Karakteristik responden berdasarkan kelompok intervensi kontrol

Tabel 1 Karakteristik responden berdasarkan kelompok intervensi control

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%

Tabel di atas menjelaskan bahwa sebagian besar responden pada kelompok intervensi berada pada rentang usia 26–35 tahun (64,7%), sedangkan pada kelompok kontrol didominasi usia 36–45 tahun (52,9%). Tingkat pendidikan responden pada kedua kelompok sebagian besar adalah SMA. Seluruh responden baik pada kelompok intervensi maupun kontrol menjalani tindakan sectio caesarea dengan metode ERACS (100%). Berdasarkan pekerjaan, sebagian besar responden pada kelompok intervensi bekerja sebagai karyawan swasta (41,2%), sedangkan pada kelompok kontrol mayoritas adalah ibu rumah tangga (41,2%). Untuk riwayat persalinan sebelumnya, sebagian besar responden pada kedua kelompok memiliki riwayat persalinan sectio caesarea.

2. Perubahan Intensitas Nyeri pada Kelompok Intervensi

Tabel 2 Perubahan Intensitas Nyeri pada Kelompok Intervensi

Intensitas Nyeri	Sebelum	6 Jam	(%)	10 Jam	(%)	24 Jam	(%)	48 Jam	(%)
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									

Pada kelompok intervensi, seluruh responden awalnya mengalami nyeri berat (100%). Setelah diberikan mobilisasi dini, terjadi penurunan intensitas nyeri secara bertahap. Pada 6 jam *post* operasi, sebagian besar masih mengalami nyeri berat (76,5%), namun mulai beralih ke nyeri sedang. Pada 10 jam, seluruh responden mengalami nyeri sedang (100%). Selanjutnya pada 24 jam, terjadi penurunan menjadi nyeri ringan pada sebagian responden (47,1%), dan pada 48 jam seluruh responden mengalami nyeri ringan (100%). Hasil uji Friedman menunjukkan nilai signifikansi 0,000 ($<0,05$), yang berarti terdapat pengaruh mobilisasi dini terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien *post sectio caesarea*.

3. Perubahan Intensitas Nyeri pada Kelompok Kontrol

Tabel 3 Perubahan Intensitas Nyeri pada Kelompok Kontrol

Intensitas Nyeri	Sebelum	6 Jam	(%)	10 Jam	(%)	24 Jam	(%)	48 Jam	(%)
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

Pada kelompok kontrol, seluruh responden juga mengalami nyeri berat pada awal pengukuran. Penurunan intensitas nyeri terjadi lebih lambat dibandingkan kelompok intervensi. Pada 24 jam, seluruh responden masih berada pada kategori nyeri sedang (100%), dan pada 48 jam sebagian besar masih mengalami nyeri sedang (82,4%), dengan hanya sebagian kecil yang mencapai nyeri ringan (17,6%). Hasil uji Friedman menunjukkan nilai signifikansi 0,000 ($<0,05$), yang berarti terdapat perubahan intensitas nyeri seiring waktu, namun penurunannya tidak secepat kelompok intervensi.

4. Waktu Pemulihan Fungsional

Tabel 4 Waktu Pemulihan Fungsional

Waktu Pemulihan	Intervensi (n=17)	(%)	Kontrol (n=17)	(%)	Waktu Pemulihan
24 Jam	17	100	8	47,1	24 Jam
48 Jam	0	0	9	52,9	48 Jam

Nilai Sig Uji Mann-Whitney = 0,001

Tabel di atas menjelaskan bahwa seluruh responden pada kelompok intervensi (100%) telah mencapai pemulihan fungsional dalam waktu 24 jam. Sebaliknya, pada kelompok kontrol sebagian besar responden baru mencapai pemulihan fungsional pada 48 jam (52,9%). Hasil uji Mann-Whitney menunjukkan nilai signifikansi 0,001 ($<0,05$), yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi dan kontrol. Hal ini menunjukkan bahwa mobilisasi dini berpengaruh dalam mempercepat waktu pemulihan fungsional pada pasien *post sectio caesarea*.

D. PEMBAHASAN

1. 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 perubahan intensitas nyeri pada kelompok intervensi sebelum dan sesudah mobilisasi dini. Sebelum intervensi, seluruh responden mengalami nyeri berat. Setelah mobilisasi dini, sebagian kecil responden mengalami penurunan menjadi nyeri sedang pada 6 jam pertama, seluruh responden berada pada tingkat nyeri sedang pada 10 jam, hampir setengah responden mengalami nyeri ringan pada 24 jam, dan seluruh responden mengalami nyeri ringan pada 48 jam.

Temuan ini menunjukkan bahwa mobilisasi dini efektif menurunkan nyeri pada pasien *post sectio caesarea*. Efek tersebut muncul karena mobilisasi dini berperan sebagai distraksi nonfarmakologis melalui gerakan bertahap, sehingga membantu mengalihkan perhatian pasien dari rasa nyeri. Hal ini sejalan dengan Kasim et al. (2024) yang menyatakan bahwa penurunan nyeri terjadi segera setelah pasien mulai bergerak. Selain itu, mobilisasi dini juga membantu memperlancar sirkulasi darah, menurunkan inflamasi, dan mempercepat penyembuhan luka. Proses inflamasi akibat insisi memicu pelepasan mediator nyeri seperti prostaglandin, histamin, bradikinin, IL-1, dan TNF- α (Matsuda et al., 2019), serta edema yang dapat memperberat nyeri (de Magalhães et al., 2021). Sulistiawati et al. (2024) menegaskan bahwa efek mobilisasi dini mulai terlihat sejak 6 jam pasca SC.

Pada 24 jam, mobilisasi dini juga membantu mencegah kekakuan otot dan sendi akibat tirah baring. Temuan ini didukung oleh Nata'lia Carvalho Borges et al. (2020), Devmurari dan Nagrale (2018), serta Roheman et al. (2020). Pada 48 jam, seluruh responden mengalami nyeri ringan. Kondisi ini diduga terkait dengan peningkatan produksi endorfin akibat aktivitas fisik, sebagaimana dijelaskan oleh Matei et al. (2023) dan Karaca et al. (2019).

2. 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, mayoritas pasien *post sectio caesarea* pada 48 jam pertama mengalami nyeri sedang, yaitu 14 responden (82,4%). Hasil ini menunjukkan bahwa penurunan intensitas nyeri pada kelompok kontrol lebih kecil dibandingkan kelompok intervensi. Mobilisasi dini terbukti lebih efektif menurunkan nyeri karena dapat mempercepat pemulihan pascaoperasi, mengalihkan perhatian dari nyeri, merangsang pelepasan endorfin, serta meningkatkan relaksasi otot dan sendi.

Pada awal pengamatan, kelompok kontrol umumnya mengalami nyeri berat, meskipun sebagian kecil sudah berada pada tingkat nyeri sedang. Kondisi ini relatif mirip dengan kelompok intervensi, yang kemungkinan dipengaruhi oleh riwayat *sectio caesarea* sebelumnya sehingga beberapa responden telah memiliki pengalaman dalam mengelola nyeri. Namun, tanpa intervensi mobilisasi dini, penurunan nyeri pada kelompok kontrol berlangsung lebih lambat.

Pada pemantauan 10 hingga 24 jam, mayoritas pasien kelompok kontrol berada pada tingkat nyeri sedang. Secara fisiologis, tubuh memang mulai menurunkan proses inflamasi dan memulai penyembuhan luka, tetapi proses ini tidak secepat bila disertai mobilisasi dini. Tanpa peregangan otot dan sendi, pasien yang lebih banyak tirah baring berisiko mengalami kekakuan dan nyeri sendi yang dapat memperberat ketidaknyamanan.

Pada akhir 48 jam, hanya sebagian kecil pasien kelompok kontrol yang mengalami penurunan nyeri menjadi ringan. Sebaliknya, pada kelompok intervensi seluruh responden telah mencapai nyeri ringan. Perbedaan ini menunjukkan bahwa mobilisasi dini yang dilakukan secara bertahap dan terstruktur lebih efektif dalam menurunkan nyeri pascaoperasi dibandingkan mobilisasi yang ditunda.

3. 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.

4. 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 sebagian besar pasien *post sectio caesarea* pada kelompok kontrol memerlukan waktu pemulihan fungsional selama 48 jam, yaitu 9 responden (52,9%). Kondisi ini diduga terjadi karena kelompok kontrol tidak memperoleh intervensi mobilisasi dini, sehingga proses pemulihan berlangsung lebih lambat dibandingkan kelompok intervensi. Selain itu, berdasarkan data demografis, mayoritas responden pada kelompok kontrol berstatus sebagai ibu rumah tangga yang cenderung memiliki tingkat stres lebih tinggi. Astrella dan Kholifah (2024) menunjukkan bahwa ibu rumah tangga mengalami stres lebih tinggi dibandingkan wanita karier. Stres tersebut dapat dipicu oleh beban pekerjaan rumah, tanggung jawab mengasuh anak, serta keterbatasan interaksi sosial (Durak et al., 2023). Tekanan psikologis, kecemasan, kesepian, dan kelelahan yang dialami ibu rumah tangga juga dapat menghambat proses pemulihan. Hal ini sejalan dengan

penelitian Puspita et al. (2023) yang menyatakan bahwa stres merupakan salah satu faktor yang memengaruhi penyembuhan luka, bersama dengan diet, perfusi jaringan, gangguan sirkulasi, perubahan metabolisme, mobilisasi dini, usia, dan obesitas.

Tingginya angka persalinan dengan *sectio caesarea* belum diikuti dengan optimalnya penyembuhan luka pascaoperasi. Salah satu penyebabnya adalah kurangnya pemahaman ibu mengenai pentingnya mobilisasi dini setelah operasi *sectio caesarea*. Banyak ibu masih merasa takut bergerak atau enggan beraktivitas karena nyeri pada luka operasi (Suryanti dkk., 2024). Nyeri pascaoperasi menyebabkan pasien lebih memilih berbaring dan menghindari pergerakan tubuh, sehingga berisiko menimbulkan kekakuan sendi, postur tubuh yang buruk, kontraktur otot, dan nyeri tekan (Sunengsih, 2022). Dwi Marta et al. (2022) juga menemukan bahwa nyeri *pasca sectio caesarea* menimbulkan pengalaman yang tidak nyaman, mengganggu tidur, dan mendorong pasien untuk membatasi gerak. Kondisi ini menyebabkan responden pada kelompok kontrol mengalami pemulihan fungsional yang lebih lambat dibandingkan kelompok intervensi. Keengganan untuk bergerak dapat memperlambat penyembuhan luka dan menghambat proses pemulihan fungsi tubuh secara optimal.

5. 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 bermakna antara mobilisasi dini dan intensitas nyeri pada pasien *post sectio caesarea*. Hasil uji menunjukkan adanya perbedaan penurunan intensitas nyeri antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Kelompok intervensi mengalami penurunan nyeri yang lebih besar dibandingkan kelompok kontrol, sehingga dapat disimpulkan bahwa mobilisasi dini efektif dalam menurunkan intensitas nyeri.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi, seluruh pasien *post sectio caesarea* sebelum diberikan mobilisasi dini mengalami nyeri berat, yaitu sebanyak 17 responden (100%). Temuan ini sejalan dengan penelitian Kumalasari et al. (2023) yang menyatakan bahwa pasien *post sectio caesarea* dapat mengalami nyeri berat hingga sangat berat. Namun, hasil berbeda ditemukan oleh Yusuf et al. (2024), yang menunjukkan bahwa sebagian besar pasien mengalami nyeri sedang. Perbedaan ini dapat terjadi karena nyeri bersifat subjektif, sehingga respons setiap individu terhadap nyeri tidak selalu sama. Selain itu, intensitas nyeri juga dapat meningkat seiring menurunnya efek anestesi. Nyeri pada pasien *post sectio caesarea* juga dipengaruhi oleh luka insisi pembedahan yang memicu pelepasan mediator kimiawi tubuh, seperti histamin, bradikinin, dan asetilkolin, sehingga meningkatkan sensitivitas reseptor nyeri (Kumalasari et al., 2023). Pembedahan juga dapat menimbulkan cedera pada jaringan saraf yang menyebabkan area operasi menjadi lebih sensitif terhadap tekanan dan rangsangan (Ginting et al., 2024). Oleh karena itu, pasien *post sectio caesarea* memerlukan intervensi yang tepat untuk membantu menurunkan nyeri yang dirasakan.

Pada kelompok intervensi, sebagian besar pasien berada pada rentang usia 26-35 tahun yang termasuk kategori dewasa awal. Setelah dilakukan mobilisasi dini, terjadi perubahan yang nyata pada tingkat nyeri, yaitu dari nyeri berat menjadi nyeri ringan. Sebelum intervensi, seluruh responden menyatakan mengalami nyeri berat. Namun, setelah intervensi selama 48 jam, seluruh responden menyatakan bahwa

nyeri berkurang menjadi nyeri ringan. Temuan ini sejalan dengan penelitian Santoso et al. (2022) yang menjelaskan bahwa usia dapat memengaruhi kemampuan seseorang dalam melakukan mobilisasi. Pada usia 20-35 tahun, ibu cenderung lebih mudah memahami instruksi dalam pelaksanaan mobilisasi dini. Selain itu, kemampuan mobilisasi juga cenderung menurun seiring bertambahnya usia. Uzlifatul et al. (2024) juga menyatakan bahwa perbedaan usia dapat memengaruhi respons seseorang terhadap nyeri. Individu dewasa umumnya memiliki ambang nyeri yang lebih tinggi dibandingkan anak-anak dan lanjut usia. Dengan demikian, usia dapat menjadi salah satu faktor yang memengaruhi tingkat nyeri yang dialami pasien.

Selain usia, riwayat persalinan secara *sectio caesarea* juga berpengaruh terhadap tingkat nyeri responden. Pada kelompok intervensi, sebagian besar responden memiliki riwayat persalinan SC sebelumnya. Menurut Uzlifatul et al. (2024), pasien yang pernah menjalani SC cenderung merasakan nyeri dengan tingkat yang lebih rendah karena telah memiliki pengalaman terhadap sensasi nyeri tersebut dan mengetahui cara mengatasinya. Kondisi ini memungkinkan ibu lebih mudah beradaptasi terhadap rasa nyeri dan lebih siap mengikuti prosedur mobilisasi dini yang diajarkan. Hal ini terlihat pada kelompok intervensi, di mana setelah dilakukan mobilisasi dini, seluruh responden menyatakan bahwa nyeri yang dirasakan menjadi minimal atau rendah. Dengan demikian, pengalaman persalinan SC sebelumnya dapat mendukung keberhasilan mobilisasi dini dalam menurunkan intensitas nyeri.

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

Terdapat hubungan antara mobilisasi dini dan waktu pemulihan fungsional pada pasien *post sectio caesarea*. Hasil uji menunjukkan adanya perbedaan waktu pemulihan fungsional antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Kelompok intervensi mengalami pemulihan fungsional lebih cepat dibandingkan kelompok kontrol. Temuan ini menunjukkan bahwa mobilisasi dini efektif dalam mempercepat pemulihan fungsional pasien.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi, seluruh pasien *post sectio caesarea* yang mendapatkan mobilisasi dini mengalami pemulihan fungsional dalam waktu 24 jam, yaitu sebanyak 17 responden (100%). Hasil ini sejalan dengan penelitian Simanjuntak dan Panjaitan (2021) yang menunjukkan bahwa mobilisasi dini pada 3 responden *post sectio caesarea* mampu mempercepat proses penyembuhan dan pemulihan, sehingga responden dapat kembali menjalankan aktivitas sehari-hari. Hasil serupa juga ditemukan oleh Hasanah et al. (2020), yang menyatakan bahwa pasien *pasca sectio caesarea* yang menerima intervensi mobilisasi dini menunjukkan tingkat pemulihan yang lebih baik. Kondisi ini terjadi karena mobilisasi dini membantu melancarkan aliran darah, sehingga distribusi oksigen dan nutrisi ke seluruh jaringan tubuh, termasuk area luka insisi, menjadi lebih optimal. Keadaan tersebut mempercepat penutupan luka dan menurunkan risiko infeksi.

Kecepatan pemulihan fungsional pada kelompok intervensi juga dapat dipengaruhi oleh tingkat pendidikan responden. Sebagian besar responden memiliki pendidikan terakhir SMA, dan sebagian kecil lainnya berpendidikan S1. Tingkat pendidikan berkaitan dengan kemampuan seseorang dalam menerima, memahami,

dan menerapkan informasi. Responden dengan tingkat pendidikan SMA hingga S1 cenderung lebih mampu memahami pentingnya mobilisasi dini dan mempraktikkannya dengan baik, sehingga proses pemulihan berlangsung lebih optimal. Hal ini sejalan dengan penelitian Puspita et al. (2023) yang menyatakan bahwa pendidikan memengaruhi sikap wanita terhadap kesehatan, termasuk dalam menerima informasi tentang mobilisasi dini untuk mendukung pemulihan luka *post sectio caesarea*. Dengan demikian, semakin tinggi tingkat pendidikan ibu, semakin mudah pula ibu menyerap informasi dan menerapkan mobilisasi dini yang diajarkan

D. PENUTUP

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum intervensi, seluruh responden pada kedua kelompok berada pada kategori nyeri berat. Setelah dilakukan mobilisasi dini, seluruh responden pada kelompok intervensi mengalami penurunan menjadi nyeri ringan, sedangkan pada kelompok kontrol sebagian besar masih berada pada tingkat nyeri sedang. Dari segi pemulihan fungsional, seluruh responden pada kelompok intervensi mencapai pemulihan dalam waktu 24 jam, sementara mayoritas responden pada kelompok kontrol membutuhkan waktu hingga 48 jam. Temuan ini mengindikasikan bahwa mobilisasi dini berperan dalam menurunkan intensitas nyeri sekaligus mempercepat waktu pemulihan fungsional pada pasien *post sectio caesarea* di RS Arafah Anwar Medika Sidoarjo. Oleh karena itu, peneliti selanjutnya diharapkan dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai referensi, mengombinasikannya dengan intervensi lain, serta mengembangkan variabel penelitian agar diperoleh hasil yang lebih komprehensif dan optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Astellla, 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., Jordan, 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-caesarean 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>