



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 5 Nomor 4 Tahun 2025 Page 9292-9299

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

## Penerapan Teknik Mobilisasi Dini terhadap Penurunan Tingkat Nyeri pada Pasien *Post Sectio Caesarea* Di Rumah Sakit Jakarta Barat

Shinta Ayu Damayanti<sup>1✉</sup>, Titik Juwariah<sup>2</sup>, Dewi Retno Puspitosari<sup>3</sup>, Edi Santoso<sup>4</sup>

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Ganesha Husada Kediri

Email : [firasad091@gmail.com](mailto:firasad091@gmail.com)<sup>1✉</sup>

### Abstrak

Persalinan *sectio caesarea* (SC) merupakan proses pembedahan untuk melahirkan janin melalui irisan pada dinding perut dan rahim. Persalinan *section caesarea* memiliki dampak nyeri lebih tinggi. Salah satu tindakan keperawatan untuk mengatasi nyeri pada pasien SC yaitu dengan memberikan intervensi teknik mobilisasi dini. Laporan kasus ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas penerapan teknik mobilisasi dini untuk menurunkan tingkat nyeri pada pasien *post partum sectio caesarea*. Metode pada laporan kasus ini adalah studi kasus pada pasien *post sectio caesarea* karena ketidaknyamanan rasa nyeri. Teknik mobilisasi dini jari dilakukan 3 kali dalam 1 hari selama 3 hari. Instrumen yang digunakan yaitu menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS). Hasil laporan kasus ini menunjukkan bahwa dengan diberikan intervensi teknik mobilisasi dini selama 3 hari terjadi penurunan tingkat nyeri yang signifikan dari skala 6 menjadi skala 3. Teknik mobilisasi dini ini sebagai terapi non farmakologis yang efektif dalam standar intervensi asuhan keperawatan untuk menurunkan skala nyeri *post partum sectio carearea*.

Kata Kunci: *Nyeri, Post Partum, Sectio Caesarea, Teknik Mobilisasi Dini*

## Abstract

A cesarean section (CS) is a surgical procedure to deliver a fetus through incisions in the abdominal wall and uterus. Caesarean section deliveries are associated with higher pain. One method of pain management in cesarean section patients is early mobilization techniques. This case report aims to determine the effectiveness of early mobilization techniques in reducing pain levels in postpartum cesarean section patients. The method used in this case report is a case study of a patient post-cesarean section due to discomfort. Early finger mobilization techniques were performed three times a day for three days. The instrument used was the Numeric Rating Scale (NRS). The results of this case report indicate that early mobilization techniques for three days significantly reduced pain levels from a 6 to a 3. This early mobilization technique is an effective non-pharmacological therapy within the standard of care intervention to reduce postpartum pain levels in cesarean section patients.

*Keywords: Pain, Postpartum, Caesarean Section, Early Mobilization Technique*

## PENDAHULUAN

Persalinan adalah proses fisiologis yang kompleks yang melibatkan serangkaian perubahan fisik dan hormonal pada ibu hamil untuk melahirkan bayi. Persalinan dapat terjadi secara normal (vaginal) atau dengan bantuan medis (*sectio caesarea*). Proses persalinan dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti kondisi ibu, kondisi janin, dan faktor lingkungan. Namun dalam kondisi yang berisiko dapat dilakukannya dengan tindakan operasi *sectio caesarea* (Cunningham, 2018). *Sectio caesarea* adalah suatu persalinan buatan dimana janin dilahirkan melalui suatu insisi pada dinding depan perut dan dinding rahim dengan syarat rahim dalam keadaan utuh serta berat janin di atas 500 gram (Sarwo). Menurut Manuaba (2019) *sectio caesarea* adalah suatu cara melahirkan janin dengan membuat sayatan pada dinding uterus melalui depan perut atau vagina atau disebut juga histerotomia untuk melahirkan janin dari dalam rahim. Tindakan operasi *sectio caesarea* dilakukan untuk mencegah kematian janin maupun ibu yang dikarenakan bahaya atau komplikasi yang akan terjadi apabila ibu melahirkan secara pervaginam (Maryunani, 2020).

Data dari *World Health Organization* (2023) menunjukkan bahwa angka prevalensi persalinan dengan metode *sectio caesarea* 5%-15% per 1000 kelahiran di dunia, angka kejadian di rumah sakit pemerintah rata-rata 11%, sementara di rumah sakit swasta bisa lebih dari 30%. Selain itu, prevalensi angka kejadian persalinan meningkat di beberapa negara-negara maju yaitu 46% di Cina dan 25% di Asia, Eropa, dan Amerika. Angka kelahiran dengan *sectio caesarea* di Indonesia juga mengalami peningkatan setiap tahunnya. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan persalinan di Indonesia usia 10-54 tahun mencapai 78,73% dengan angka kelahiran menggunakan metode persalinan *section caesarease* sebesar 17,6% (Kemenkes RI, 2018).

Persalinan *sectio caesarea* memiliki dampak nyeri lebih tinggi sekitar 27,3% dibandingkan dengan persalinan normal yang hanya sekitar 9%. Rasa nyeri meningkat pada hari pertama *postoperasi sectio caesarea*. Secara psikologis tindakan *sectio caesarea* berdampak terhadap rasa takut dan cemas terhadap nyeri yang dirasakan setelah efek anestesi dan analgetik hilang (Rasjidi, 2020).

Operasi *sectio caesarea* dapat memiliki beberapa efek, baik jangka pendek maupun jangka panjang, pada jangka pendek antara lain nyeri pada luka operasi dan daerah sekitarnya, risiko infeksi pada luka operasi atau organ internal, risiko perdarahan yang berlebihan selama atau setelah operasi, risiko komplikasi terkait dengan anestesi yang digunakan selama operasi (Sitorus, 2020). Efek pada jangka panjang yaitu adanya adhesi dengan pembentukan jaringan parut yang dapat menyebabkan masalah pada organ internal, risiko komplikasi pada kehamilan berikutnya, seperti plasenta akreta, nyeri yang berkepanjangan pada luka operasi atau daerah sekitarnya serta bekas luka operasi yang dapat mempengaruhi penampilan. Namun, perlu diingat bahwa operasi *sectio caesarea* dapat menjadi pilihan yang aman dan efektif dalam situasi tertentu, seperti ketika persalinan normal tidak memungkinkan atau berisiko tinggi (Prawirohardjo, 2018).

Salah satu tindakan keperawatan untuk mengatasi nyeri pada pasien SC yaitu dengan memberikan intervensi non-farmakologi dengan mobilisasi dini untuk mengurangi nyeri. Mobilisasi dini adalah pergerakan yang dilakukan sedini mungkin di tempat tidur dengan melatih bagian-bagian tubuh untuk melakukan peregangan atau belajar berjalan (merangsang peristaltic dan platus) Sehingga menurunkan ketidaknyamanan abdomen (Mutmainnah, 2022). Mobilitas pasca bedah juga sangat penting dilakukan, dengan mobilitas dini, maka akan meningkatkan normalisasi fungsi organ (Ananda & Inayati, 2021). Mobilisasi merupakan faktor yang menonjol dalam mempercepat penyembuhan atau pemulihan luka pasca bedah serta optimalnya fungsi pernafasan. Banyak keuntungan yang dapat diraih dari latihan naik turun tempat tidur dan berjalan pada periode dini pasca bedah, diantaranya peningkatan kecepatan kedalaman pernafasan, peningkatan sirkulasi, peningkatan berkemih dan metabolisme (Sitorus, 2020). Mobilisasi akan mencegah kekakuan otot dan sendi hingga juga mengurangi nyeri, menjamin kelancaran peredaran darah, memperbaiki pengaturan metabolisme tubuh, mengembalikan kerja fisiologis organ-organ vital yang pada akhirnya justru akan mempercepat penyembuhan luka. Menggerakkan badan atau melatih kembali otot-otot dan sendi pasca operasi di sisi lain akan memperbugar pikiran dan mengurangi dampak negatif dari beban psikologis yang tentu saja berpengaruh baik juga terhadap pemulihan fisik (Oliza, 2019).

Melakukan mobilisasi dini efektif dapat menurunkan intensitas nyeri post operasi

Sectio Caesarea menurut (Pery, 2019). Dengan mobilisasi dini sirkulasi darah menjadi lebih baik sehingga akan mempengaruhi penyembuhan luka, karena luka membutuhkan peredaran darah yang baik untuk pertumbuhan atau perbaikan sel, sehingga penerapan tindakan mobilisasi dini pada ibu dengan *post* SC sangatlah penting dalam upaya mempercepat proses penyembuhan luka Post operasi (Oxorn, 2019). Berdasarkan permasalahan di atas maka peneliti bermaksud untuk menganalisis penerapan teknik mobilisasi dini untuk menurunkan tingkat nyeri pada pasien *post partum sectio caesarea*. Laporan kasus ini juga bertujuan untuk mengetahui efektifitas penerapan teknik mobilisasi dini untuk menurunkan tingkat nyeri pada pasien *post partum sectio caesarea*.

## METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam studi kasus ini adalah case report. Penulis memberikan asuhan keperawatan kepada pasien post operasi sectio caesarea dengan masalah keperawatan nyeri akut yang dirawat di rumah sakit tipe B dengan melibatkan keluarga. Intervensi yang pertama yang dilakukan yakni dengan melakukan teknik mobilisasi dini post operasi untuk mengurangi nyeri dengan memonitor tingkat nyeri. Intervensi diberikan selama 3 hari dengan durasi 5-10 menit. Penerapan mobilisasi dini Rumah Sakit Jakarta Barat.

Mobilisasi dini ini merupakan terapi non-farmakologis dari intervensi keperawatan yang dapat membantu mengurangi nyeri dan pemulihan pasien post operasi. Mobilisasi dini sebagai upaya untuk menggerakkan tubuh pasien sesegera mungkin setelah operasi atau kondisi medis tertentu, dimulai dari latihan ringan di tempat tidur hingga berjalan secara bertahap. Tujuannya adalah untuk mencegah komplikasi, mempercepat penyembuhan, dan meningkatkan kemandirian pasien. Mobilisasi dini sangat penting untuk mencegah komplikasi dan mempercepat pemulihan. Pasien, keluarga, dan tenaga kesehatan perlu memahami manfaat dan cara pelaksanaan mobilisasi dini.

Pengumpulan data dengan cara memperkenalkan diri dan membina hubungan saling percaya (BHSP) serta menjelaskan tentang penerapan yang di lakukan terhadap responden, memberikan informasi tentang penerapan dan meminta kesediaan responden terlibat dalam mobilisasi dini. Penulis melakukan *informed consent* sebagai bentuk persetujuan kepada pasien serta membuat janji atau kontrak waktu untuk melakukan terapi. Alat yang digunakan yaitu berupa tensi meter dan suhu untuk memonitoring pasca tindakan kepada pasien. Mobilisasi dini dilakukan secara bertahap dan disesuaikan dengan kondisi pasien. Beberapa tahapan yang umum dilakukan antara lain yaitu dengan latihan ringan di tempat tidur (menggerakkan anggota tubuh, latihan pernapasan), duduk di tepi tempat tidur,

berdiri dengan bantuan, berjalan dengan bantuan atau alat bantu hingga erjalan sendiri.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada studi kasus di dapatkan pengkajian pasien post sectio caesarea terdapat penurunan nyeri setelah diberikan tindakan relaksasi genggam jari pada pasien dengan status *obstretic* P3A1. Sebelum diberikan tindakan terapi dengan skala nyeri 6 dan sudah *post* operasi 8 jam setelah obat anstesi, setelah itu diberikan tindakan mobilisasi dini tindakan skala nyeri menurun menjadi 3. Sehingga dapat disimpulkan tindakan non farmakologis tersebut dapat mengetahui efektivitas mobilisasi dini terhadap penurunan nyeri pada ibu dengan *post* operasi *sectio caesarea*. Setelah dilakukan mobilisasi dini selama 3 hari didapatkan bahwa terdapat penurunan tingkat nyeri pada ibu post partum sectio caesarea. Berikut hasil evaluasi perkembangan pasien:

Evaluasi pada hari pertama didapatkan hasil pasien mengatakan bahwa setelah diberikan terapi mobilisasi dini merasa lebih tenang dan nyaman. Sebelum dilakukannya intervensi pasien mengatakan skala nyerinya 6 yaitu kategori nyeri sedang. Pasien mengatakan nyeri berkurang menjadi skala 5 ketika setelah diajarkan relaksasi mobilisasi dini. Pasien mengatakan kondisinya menjadi lebih baik dan tidak merasakan kesakitan terhadap luka sectio caesarea. Pasien terlihat lebih rileks dan tenang tidak meringis kesakitan dan bisa melakukan pergerakan perlahan baik miring kanan dan kiri ataupun bangun dari tempat tidur. Hasil observasi hemodinamik pasien yaitu tekanan darah 125/78 mmHg, respirasi rate 18x/menit, suhu 36 C, saturasi oksigen 100%, nadi 70x/menit.

Hasil evaluasi hari kedua didapatkan pasien mengatakan setelah dilakukannya mobilisasi dini merasa lebih baik dibandingkan hari kemarin. Sebelumnya skala nyeri pasien bernilai 5. Pasien mengatakan nyeri berkurang menjadi skala 4 ketika setelah melakukan mobilisasi di hari kedua. Pasien mengatakan pada hari ke 2 nyeri nya sudah mulai berkurang. Pasien mengatakan sudah tidak takut untuk bergerak dan sudah mampu mengontrol nyeri dengan melakukan mobilisasi dini secara mandiri. Pasien juga sudah bisa berdiri di samping tempat tidur perlahan lahan dibantu oleh keluarga. Hasil pemeriksaan tanda vital pasien didapatkan tekanan darah 119/76 mmHg, respirasi rate 18x/menit, suhu 36,2 C, saturasi oksigen 99%, nadi 69x/menit.

Hasil evaluasi hari ketiga didapatkan pasien mengatakan setelah dilakukannya mobilisasi dini merasa jauh lebih baik dibandingkan hari kemarin. Sebelumnya skala nyeri pasien bernilai 4. Pasien mengatakan nyeri berkurang menjadi skala 3 ketika setelah melakukan mobilisasi di hari ketiga. Pasien mengatakan pada hari ke 3 nyeri nya sudah mulai hilang. Pasien mengatakan sudah bisa mandiri untuk mobilisasi ataupun bergerak dan

sudah mampu mengontrol nyeri secara mandiri. Pasien juga sudah bisa berjalan perlahan maupun berpindah secara mandiri. Hasil pemeriksaan tanda vital pasien didapatkan tekanan darah 121/87 mmHg, respirasi rate 19x/menit, suhu 36,5°C, saturasi oksigen 100%, nadi 79x/menit.

#### Pembahasan

Setelah dilakukan mobilisasi selama 3 hari didapatkan bahwa terdapat penurunan tingkat nyeri pada ibu post partum. Mobilisasi dini *post operasi sectio caesarea* sangat penting yang dapat membantu meningkatkan aliran darah dan mengurangi risiko trombosis, meningkatkan proses penyembuhan luka operasi dan mengurangi risiko infeksi, membantu mengurangi nyeri dan meningkatkan kenyamanan pasien, membantu meningkatkan fungsi paru-paru dan mengurangi risiko komplikasi pernapasan, membantu mengurangi lama rawat inap dan mempercepat proses pemulihan pasien. Oleh karena itu, mobilisasi dini post operasi sectio caesarea sangat dianjurkan untuk meningkatkan kualitas perawatan dan mempercepat proses pemulihan pasien (Fadila, 2022).

Mobilisasi dini dapat mengurangi nyeri dengan beberapa cara yaitu dengan meningkatkan aliran darah ke area yang terkena operasi, sehingga dapat mengurangi nyeri dan mempercepat proses penyembuhan, membantu mengurangi kekakuan otot dan meningkatkan fleksibilitas, sehingga dapat mengurangi nyeri dan meningkatkan kenyamanan, mengurangi tekanan pada luka operasi, sehingga dapat mengurangi nyeri dan mempercepat proses penyembuhan (Ananda, 2021). Selain itu juga mobilisasi dini dapat membantu meningkatkan produksi endorfin, yaitu hormon alami yang dapat mengurangi nyeri dan meningkatkan perasaan nyaman. Dengan demikian, mobilisasi dini dapat menjadi salah satu strategi efektif untuk mengurangi nyeri pasca operasi (Hera, 2024).

Mobilisasi dini adalah aktifitas yang dilakukan post pembedahan, dimulai dari latihan ringan di tempat tidur seperti latihan pernafasan, latihan batuk efektif dan gerakan tungkai, sampai pasien turun dari tempat tidur dan berjalan, baik berjalan ke kamar mandi maupun berjalan ke luar. Setelah 24-48 jam pertama paska bedah, pasien dianjurkan untuk segera meninggalkan tempat tidur atau melakukan mobilisasi dini (Aisyah, 2023). Mobilisasi pasca operasi dipengaruhi beberapa faktor, yaitu faktor fisiologis seperti nyeri, peningkatan suhu tubuh, perdarahan, faktor emosional seperti kecemasan, motivasi, sosial support dan faktor perkembangan seperti usia dan status paritas. Adapun tahapan mobilisasi yaitu pada 6 jam pertama pasien harus bisa menggerakkan anggota tubuhnya di tempat tidur (menggerakkan jari, tangan dan menekuk lutut), kemudian setelah 6-10 jam harus bisa miring ke kiri dan ke kanan, setelah 24 jam dianjurkan untuk belajar duduk kemudian dilanjutkan belajar berjalan. Mobilisasi bertahap sangat membantu jalannya penyembuhan

dan memberikan kepercayaan pada pasien bahwa dia mulai sembuh (Aulia, 2019).

## SIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwa implementasi yang telah dilakukan berdasarkan *evidence based nursing* dengan menggunakan penerapan mobilisasi dini untuk menurunkan skala nyeri pada pasien *post partum* dengan operasi *sectio caesarea* selama 3 hari didapatkan bahwa terdapat penurunan skala nyeri yang signifikan. Sebelum diberikan intervensi skala nyeri pasien dengan nilai 6. Setelah diberikan intervensi nyeri berkurang dengan skala 3. Perubahan skala nyeri ini tidak hanya berdampak dari intervensi mobilisasi dini saja namun tentunya dipengaruhi dari terapi farmakologis yang telah diberikan yaitu dengan analgesik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ananda, A.R., & Inayati, A. (2021). Penerapan Mobilisasi Dini Terhadap Proses Penyembuhan Luka Pada Pasien Dengan Post Operasi Appendektomi Di Kota Metro. *Jurnal Cendekia Muda*
- A. Indra Dewi. (2019). Gambaran Tingkatpengetahuan Ibu Hamil Trimester III Tentang Persalinan Sectio Caesarea Di Rskdia Pertiwi Tahun 2016. *Journal of Chemical Information and Modeling*
- Aisyah Nilam Cahyani, & Maryatun Maryatun. (2023). Penerapan Mobilisasi Dini terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Ibu Post Sectio Caesarea . *JURNAL RISET RUMPUN ILMU KESEHATAN*
- Aulia, A. R. and Yulianti, A. L. (2019). Pengaruh City Branding "a Land of Harmony" Terhadap Minat Berkunjung Dan Keputusan Berkunjung Ke Puncak, Kabupaten Bogor. *Jurnal Ilmiah MEA (Manajemen, Ekonomi, & Akuntansi)*
- Cunningham. (2018). *Obstetri Williams. Edisi 23. Volume 1*. Jakarta: EGC.
- Fadila. (2022). Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Penurunan Nyeri Pasien Post Operasi Bedah. *Jurnal Kesehatan dan Pembangunan 12 (23), 35-41, 2022*
- Hera., H, Nikmatur, R. (2024). 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*
- Prawirohardjo. (2018). *Ilmu Bedah kebidanan*. Jakarta: PT Bina Pustaka.
- Rasjidi. (2020). *Seksio Sesarea Dan Laparatomi Kelainan Adneksa*. Jakarta: CV Sagung Setyo
- Kemenkes RI. (2023). *Buku Saku Kesehatan Ibu Fasilitas Kesehatan Dasar dan Rujukan*. Jakarta: Kemenkes.
- Manuaba. (2019). *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan KB*. Jakarta: EGC.

- Maryunani. (2020). *Asuhan Ibu Nifas dan Asuhan Ibu Menyusui*. Bogor: IN MEDIA.
- Mutmainnah, (2022). *Manajemen Asuhan Kebidanan Intranatal Care Patologi dengan Ketuban pecah Dini disertai Gawat janin di RSUD Syekh Yusuf*. Makassar: Repository UIN Makasar.
- Oliza, Uzlifatul. (2019). Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea (Sc) Di Ruang Gurami Rumah Sakit Teungku Fakinah Banda Aceh Tahun 2024. *Jurnal Medika Utama*
- Oxorn, H. (2019). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Essentia Medical.
- Perry, A.G & Potter, P. A. (2019). *Fundamental Keperawatan, Konsep, Klinis Dan Praktek*. Jakarta. Penerbit Buku Kedokteran EGC
- Sitorus, A. (2020). *Operasi Caesar: Pengantar dari A sampai Z*. Jakarta: Edsa Mahkota
- World Health Organization . (2023). [https://www-who-int.translate.goog/news/item/16-06-2021-caesarean-section-rates-continue-to-rise-amid-growing-inequalities-in-access?\\_x\\_tr\\_sl=en&\\_x\\_tr\\_tl=id&\\_x\\_tr\\_hl=id&\\_x\\_tr\\_pto=tc](https://www-who-int.translate.goog/news/item/16-06-2021-caesarean-section-rates-continue-to-rise-amid-growing-inequalities-in-access?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=id&_x_tr_hl=id&_x_tr_pto=tc)