

Pengaruh Mobilisasi Dini terhadap Intensitas Nyeri pada Pasien *Post Sectio Caesarea* (SC) di Ruang 2B Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam

The Effect of Early Mobilization on Pain Intensity in Post-Cesarean Section (CS) Patients in Ward 2B at Grandmed Hospital Lubuk Pakam

Anita Sri Gandaria Purba^{1*}, Pitriani², Dian Anggri Yanti³, Nadya Ulfa Kesumawardani⁴,
Yuliasri Saragih⁵

^{1,2,3,5} *Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam*
Jln. Sudirman No.38 Lubuk Pakam, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara – Indonesia
⁴ *Institut Kesehatan Mitra Bunda*
Email: anitapurba85@gmail.com

Abstrak

Sectio caesarea merupakan tindakan persalinan yang sering dilakukan dan dapat menimbulkan nyeri pasca operasi akibat insisi jaringan. Apabila nyeri tidak ditindak dengan baik, maka akan memperlambat proses pemulihan pasien. Intervensi nonfarmakologis dalam mengurangi nyeri dilakukan via mobilisasi dini. Riset ini bertujuan untuk menilai mobilisasi dini dalam menekan intensitas nyeri pada pasien *post sectio caesarea*. Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif dengan desain quasi eksperimen melalui *one-group pretest-posttest*. Sampel sebanyak 30 responden dipilih melalui *purposive sampling*. Pengukuran nyeri dilakukan menggunakan *Numeric Rating Scale* dan analisis data menggunakan *paired t-test* dengan signifikansi 0,05. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum intervensi sebagian besar responden mengalami nyeri berat sebanyak 66,7%, sedangkan setelah diberikan mobilisasi dini mayoritas mengalami penurunan menjadi nyeri ringan sebanyak 76,7%. Nilai rata-rata intensitas nyeri menurun dari 0,6667 menjadi 0,2333 pasca diintervensi. Hasil menunjukkan *p-value* sebesar 0,000, yang berarti ada pengaruh signifikan mobilisasi dini terhadap penurunan intensitas nyeri. Mobilisasi dini terbukti berhasil menurunkan intensitas nyeri pada pasien *post SC* dan dapat dijadikan sebagai intervensi nonfarmakologis dalam perawatan pasca operasi.

Kata kunci: Mobilisasi Dini; Nyeri; Sectio Caesarea; Post Operasi

Abstract

Caesarean section is a frequently performed delivery procedure that can result in postoperative pain due to tissue incision. Inadequately managed pain may delay the patient's recovery process. Non-pharmacological interventions to reduce pain can be implemented through early mobilization. The present study was conducted to evaluate the impact of early mobilization on the level of pain experienced by patients following caesarean section. A quantitative method was applied, utilizing a quasi-experimental design with a one-group pretest–posttest approach. The study involved 30 participants selected through purposive sampling. Pain levels were assessed using the Numeric Rating Scale, and statistical analysis was performed using a paired t-test with a significance threshold of 0.05. Findings indicated that before the intervention, most participants reported severe pain (66.7%). Following the implementation of early mobilization, the majority experienced an improvement, with pain levels decreasing to mild intensity (76.7%). The average pain score declined from 0.6667 prior to the intervention to 0.2333 afterward. The statistical test produced a p-value of 0.000, demonstrating a significant reduction in pain intensity associated with early mobilization. Overall, these results suggest that early mobilization is an effective strategy for alleviating pain in post-caesarean section patients and may serve as a viable non-pharmacological option in postoperative management.

*Corresponding author: Anita Sri Gandaria Purba Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam, Deli Serdang, Indonesia

E-mail : anitapurba85@gmail.com

Doi : 10.35451/k2p5x680

Received : July 22, 2025. Accepted: April 01, 2026. Published: April 30, 2026

Copyright (c) 2026 : Dara Hanifa Rahman Creative Commons License This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International

Keywords: Early Mobilization; Pain; Cesarean Section; Postoperative

1. PENDAHULUAN

Persalinan merupakan proses fisiologis yang dalam kondisi tertentu memerlukan intervensi medis, salah satunya melalui tindakan *sectio caesarea* (SC). Keputusan untuk melakukan operasi caesar, baik pertama maupun berulang, umumnya didasarkan pada indikasi medis seperti distosia, gangguan denyut jantung janin, malpresentasi, kehamilan ganda, serta dugaan makrosomia [1]. Selain itu, faktor keselamatan ibu dan janin menjadi pertimbangan utama dalam menentukan metode persalinan. Oleh karena itu, diperlukan upaya preventif melalui pemantauan kehamilan yang komprehensif, deteksi dini komplikasi, serta edukasi kepada ibu hamil mengenai pilihan persalinan yang aman [2].

Di dunia, jumlah persalinan dengan metode SC menunjukkan tren peningkatan yang besar. WHO melaporkan ada 18,5 juta persalinan melalui SC per tahunnya di dunia [3]. Di Indonesia, data RISKESDAS 2018 menunjukkan proporsi persalinan SC mencapai 17,6% [4]. Kondisi ini menunjukkan bahwa tindakan SC masih menjadi salah satu prosedur yang cukup tinggi prevalensinya dalam praktik kebidanan.

Meskipun tindakan SC berperan penting dalam menurunkan angka kematian ibu dan bayi, prosedur ini memiliki konsekuensi berupa nyeri pasca operasi. Nyeri pasca operasi muncul karena adanya insisi jaringan yang merangsang pelepasan histamin, bradikinin, dan substansi, sehingga menaikkan sensitivitas reseptor nyeri [5]. Nyeri yang tidak dikelola dengan tepat akan dapat menimbulkan stres fisiologis, meningkatkan hormon katekolamin seperti epinefrin dan norepinefrin, serta menghambat proses pemulihan pasien. Maka itu, pengelolaan nyeri menjadi krusial dalam perawatan pasien [6]. Tindakan mengatasi nyeri dapat dijalankan melalui Intervensi nonfarmakologis yang efektif adalah mobilisasi dini [7]. Mobilisasi dini merupakan upaya menggerakkan pasien secara bertahap setelah operasi untuk meningkatkan laju aliran darah, menyembuhkan luka dengan cepat, dan merangsang pelepasan endorfin dalam menurunkan persepsi nyeri [8].

Penelitian oleh Hidayati (2021) menunjukkan bahwa nilai rata-rata nyeri turun dari 5,29 menjadi 2,75 setelah diterapkan mobilisasi dini, dengan nilai p sebesar 0,00 yang menunjukkan ada pengaruh yang kuat [9]. Selanjutnya, penelitian oleh Aulia Rachman *et al.* (2023) melaporkan bahwa sebanyak 75% responden ditemukan nyeri ringan setelah diterapkan mobilisasi dini, dengan nilai $p = 0,004$ [10]. Penelitian lain oleh Wildan Putra Wicaksono (2024) juga menunjukkan bahwa setelah dilakukan mobilisasi dini, sebesar 87,5% responden, nyeri menjadi kategori ringan, dengan nilai $p = 0,000$ [11].

Berdasarkan survei awal yang diperoleh, masih ditemukan pasien *post SC* yang merasakan nyeri level sedang dan berat. Selain itu, sebagian pasien belum melakukan mobilisasi dini secara optimal, yang disebabkan oleh kurangnya pengetahuan, rasa takut untuk bergerak, dan terbatas dalam pendampingan dari tenaga kesehatan.

Sebagai solusi, diperlukan intervensi berupa pendampingan mobilisasi dini yang dilakukan secara terstruktur dan berkesinambungan oleh tenaga kesehatan. Pendampingan ini diharapkan mampu meningkatkan kepatuhan pasien dalam melakukan mobilisasi dini serta mempercepat proses pemulihan dengan menurunkan intensitas nyeri secara signifikan sebagai terapi pendamping selain pengobatan farmakologis. Atas sejumlah pemaparan, maka peneliti merasa perlu untuk meneliti tentang “Pengaruh Pendampingan Mobilisasi Dini Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien *Post SC* di Ruang 2B Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam Tahun 2025”, guna mengetahui efektivitas intervensi tersebut dalam menurunkan intensitas nyeri pasien post operasi.

2. METODE

Jenis dan Desain

Jenis penelitian kuantitatif dengan metode quasi eksperimen diterapkan dalam riset ini. Rancangan yang diterapkan adalah *one-group pretest-posttest design*, yang bertujuan untuk mengidentifikasi intervensi mobilisasi dini dalam meminimalisir nyeri. Pengukuran dijalankan sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok tanpa pembandingan. Variabel independen adalah mobilisasi dini dan dependen adalah intensitas nyeri pasien.

Populasi dan Sampel

Populasi merupakan seluruh pasien post sectio caesarea yang dirawat di Ruang 2B Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam. Sampel dipilih menggunakan *purposive sampling*, dengan kriteria inklusi meliputi pasien *post SC* yang berada dalam kondisi sadar dan stabil, bersedia menjadi responden, tidak mengalami komplikasi berat pasca operasi, serta mampu berkomunikasi dengan baik. Jumlah sampel diperoleh sebanyak 30 responden.

Prosedur Kerja

Pelaksanaan penelitian diawali dengan pengukuran intensitas nyeri awal (*pre-test*) pada pasien menggunakan instrumen yang telah ditentukan. Selanjutnya, pasien diberikan intervensi berupa mobilisasi dini sesuai dengan SOP. Mobilisasi dini dimulai dari latihan pernapasan, mengubah posisi (miring kanan/kiri), duduk hingga latihan berdiri dan berjalan secara perlahan sesuai kondisi pasien. Setelah intervensi diberikan, dilakukan pengukuran ulang intensitas nyeri pada beberapa waktu pengamatan, yaitu segera setelah mobilisasi, 6 jam setelah mobilisasi, dan 24 jam pasca mobilisasi.

Pengumpulan Data

Instrumen *NRS* dengan rentang skor 0–10 untuk mengukur intensitas nyeri pasien, di mana skor 0 menunjukkan tidak adanya nyeri dan skor 10 menunjukkan nyeri sangat berat. Proses pengumpulan data dilakukan melalui observasi dan wawancara kepada responden pada empat tahap pengukuran, yaitu sebelum intervensi (*baseline/pretest*), segera setelah dilakukan mobilisasi dini, enam jam setelah mobilisasi, serta dua puluh empat jam pasca mobilisasi. Selain itu, data karakteristik responden juga dikumpulkan menggunakan lembar identitas guna melengkapi informasi yang diperlukan dalam penelitian.

Analisis Data

Data dianalisa melalui *paired t-test* untuk memperoleh nilai rata-rata nyeri sebelum dan sesudah dimobilisasi dini. Uji ini digunakan karena data yang dianalisis merupakan data berpasangan dari kelompok yang sama. Pengambilan keputusan didasarkan pada nilai signifikansi dengan tingkat kepercayaan 95% yang menunjukkan mobilisasi dini mampu meminimalisir intensitas nyeri.

3. HASIL

Analisis Univariat

Karakteristik responden dan distribusi nyeri sebelum dan sesudah diintervensi mobilisasi dini pada pasien *post SC* dianalisis. Tabel 1 menunjukkan bahwa responden kebanyakan berusia 36–45 tahun yaitu 12 orang (40%), berusia 26–35 tahun sebanyak 10 orang (33,3%), dan berusia 18–25 tahun sebanyak 8 orang (26,7%). Dari segi pendidikan, responden berpendidikan Sekolah Dasar (SD) yaitu 10 orang (33,3%), sementara yang terkecil jumlahnya adalah lulusan Sarjana (S1) sebanyak 5 orang (16,7%). Berdasarkan pekerjaan, kebanyakan responden yang bekerja sebanyak 22 orang (73,3%), sedangkan yang tidak bekerja sebanyak 8 orang (26,7%).

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik	Kategori	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Usia	18–25 tahun	8	26,7
	26–35 tahun	10	33,3
	36–45 tahun	12	40,0
Pendidikan	SD	10	33,3
	SMP	8	26,7
	SMA	7	23,3
	S1	5	16,7
Pekerjaan	Tidak bekerja	8	26,7
	Bekerja	22	73,3

Total	30	100
-------	----	-----

Tabel 2 menjelaskan bahwa sebelum dilakukan mobilisasi dini sebagian besar responden mengalami nyeri berat 66,7% dan 33,3% nyeri sedang. Setelah diintervensi terjadi perubahan yang signifikan, yang mana kebanyakan responden merasa nyeri ringan sebanyak 23 orang (76,7%) dan sisanya merasakan nyeri sedang sebanyak 7 orang (23,3%).

Tabel 2. Distribusi Intensitas Nyeri Sebelum dan Sesudah Mobilisasi Dini

Waktu Pengukuran	Intensitas Nyeri	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Sebelum	4–6 (Sedang)	10	33,3
	7–10 (Berat)	20	66,7
Sesudah	1–3 (Ringan)	23	76,7
	4–6 (Sedang)	7	23,3
Total		30	100,0

Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk menilai efek mobilisasi dini terhadap perubahan intensitas nyeri pada pasien *post SC*. Hasil analisis menggunakan uji *paired t-test* disajikan pada tabel berikut:

Tabel 3. Pengaruh Mobilisasi Dini terhadap Intensitas Nyeri

Variabel	Mean	N	Std. Deviation	p-value
Sebelum Intervensi	0,6667	30	0,47946	0,000
Sesudah Intervensi	0,2333	30	0,43018	

Tabel 3 menunjukkan bahwa rata-rata intensitas nyeri sebelum lebih tinggi dibandingkan setelah intervensi. Nilai mean sebelum intervensi sebesar 0,6667 turun menjadi 0,2333 setelah intervensi. Nilai *p* sebesar 0,000, yang berarti ada perbedaan yang mencolok pada intensitas nyeri.

4. PEMBAHASAN

Kebanyakan responden berada pada usia 36–45 tahun. Usia tersebut termasuk usia reproduksi matang yang memiliki risiko lebih tinggi mengalami komplikasi kehamilan sehingga meningkatkan kemungkinan tindakan *SC*. Selain itu, sebagian besar responden berpendidikan dasar, yang dapat memengaruhi tingkat pemahaman terhadap pentingnya mobilisasi dini dalam proses pemulihan. Pendidikan yang rendah cenderung berhubungan dengan keterbatasan pengetahuan dalam perilaku kesehatan, termasuk kepatuhan terhadap intervensi nonfarmakologis [12-14].

Sebelum dilakukan mobilisasi dini, kebanyakan responden merasakan nyeri berat (66,7%). Namun setelah diintervensi, nyeri menjadi ringan (76,7%). Hal ini menegaskan bahwa mobilisasi dini terbukti mampu menekan nyeri pasien *post SC*. Mobilisasi dini dapat meningkatkan aliran darah, mempercepat penyembuhan luka, dan melepas endorfin sebagai analgesik tubuh [15-16].

Riset Yulia Safitri *et al.* (2024) membuktikan bahwa rata-rata intensitas nyeri mengalami penurunan dari 6,30 menjadi 3,50 setelah dilakukan mobilisasi dini, dengan nilai *p* yaitu 0,004 yang menunjukkan ada pengaruh [17]. Selain itu, penelitian oleh Aulia Rachman *et al.* (2023) juga menemukan bahwa 75% pasien menurun nyerinya menjadi ringan setelah memperoleh mobilisasi dini, dengan nilai *p* sebesar 0,004 [10].

Nilai signifikansi sebesar 0,000 mengartikan bahwa mobilisasi dini berdampak signifikan terhadap penurunan intensitas nyeri. Mobilisasi dini menjadi tindakan nonfarmakologis dalam menurunkan nyeri, karena mampu memperbaiki sirkulasi dan mengurangi respon inflamasi. Dengan demikian, mobilisasi dini dapat direkomendasikan sebagai tindakan keperawatan yang optimal dalam menekan nyeri pasien *post SC* [18-20].

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 30 responden, mayoritas pasien *post SC* berada pada usia 36–45 tahun sebanyak 12 orang (40%), dengan pendidikan terbanyak tingkat SD sebanyak 10 orang (33,3%), dan sebagian besar bekerja yaitu 22 orang (73,3%). Sebelum intervensi mobilisasi dini, mayoritas responden merasakan nyeri berat 20 orang (66,7%), sedangkan setelah intervensi terjadi penurunan menjadi nyeri ringan pada 23 orang (76,7%). Hasil uji statistik menunjukkan mobilisasi dini berpengaruh dalam menurunkan nyeri, dengan nilai mean menurun dari 0,6667 menjadi 0,2333 dan *p-value* 0,000.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan apresiasi yang mendalam kepada Inkes Medistra Lubuk Pakam serta Rumah Sakit Grandmed atas dukungan, kesempatan, dan fasilitas yang telah diberikan, sehingga seluruh rangkaian penelitian ini dapat terlaksana dengan maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] American College of Obstetricians and Gynecologists, “Safe Prevention of the Primary Cesarean Delivery,” *Obstetrics & Gynecology*, vol. 123, no. 3, pp. 693–711, 2016. [Online]. Available: https://journals.lww.com/greenjournal/fulltext/2014/03000/safe_prevention_of_the_primary_cesarean_delivery.50.aspx.
- [2] Farlikhatun and Supardi, “Upaya Pencegahan Persalinan Sectio Caesarea melalui Edukasi dan Pemantauan Kehamilan,” *Jurnal Kebidanan Indonesia*, vol. 15, no. 2, 2024. [Online]. Available: <https://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/jurkeb/article/view/10456>.
- [3] World Health Organization, “WHO Statement on Caesarean Section Rates,” 2016. [Online]. Available: <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-RHR-15.02>.
- [4] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, “Laporan Nasional RISKESDAS 2018,” 2018. [Online]. Available: <https://repository.kemkes.go.id/book/351>.
- [5] M. Gan, J. L. Habib, T. Eubanks, and T. J. Kehlet, “Incisional Pain and Its Mechanisms after Surgery,” *The Lancet*, vol. 393, no. 10180, pp. 1608–1619, 2019. [Online]. Available: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0140673618307239>.
- [6] P. A. Potter, A. G. Perry, P. Stockert, and A. Hall, *Fundamentals of Nursing*, 9th ed. St. Louis: Elsevier, 2017.
- [7] H. Kehlet, “Multimodal Approach to Control Postoperative Pathophysiology and Rehabilitation,” *British Journal of Anaesthesia*, vol. 118, no. 3, pp. 294–299, 2017. [Online]. Available: <https://academic.oup.com/bja/article/118/3/294/2996114>.
- [8] J. L. Hinkle and K. H. Cheever, *Brunner & Suddarth’s Textbook of Medical-Surgical Nursing*, 14th ed. Philadelphia: Wolters Kluwer, 2018.
- [9] S. Hidayati, “Pengaruh Mobilisasi Dini terhadap Intensitas Nyeri pada Pasien Post Sectio Caesarea,” *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia*, vol. 11, no. 2, 2021. [Online]. Available: <https://www.ejournal.umc.ac.id/index.php/JIK/article/view/1971>.
- [10] A. Rachman, I. Purnamasari, and B. Trihandini, “Hubungan Mobilisasi Dini dengan Intensitas Nyeri Post Sectio Caesarea,” *Jurnal Keperawatan Suaka Insan*, vol. 8, no. 2, 2023. [Online]. Available: <https://journal.stikessuakainsan.ac.id/index.php/jksi/article/view/464>.
- [11] W. P. Wicaksono, “Efektivitas Mobilisasi Dini terhadap Penurunan Nyeri Post Sectio Caesarea,” *Scientific Midwifery Journal*, vol. 6, no. 1, 2024. [Online]. Available: <https://journal.independentresearchcenter.com/smsj/article/view/137>.
- [12] S. Notoatmodjo, *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*, Jakarta: Rineka Cipta, 2018.
- [13] H. Betrán, J. Ye, A.-B. Moller, J. Souza, dan J. Zhang, “Trends and factors associated with cesarean section rates: A global epidemiological study,” *The Lancet Global Health*, vol. 9, no. 6, pp. e834–e842, 2021, doi: 10.1016/S2214-109X(21)00050-9.
- [14] S. Nutbeam dan D. Lloyd, “Understanding and responding to health literacy as a social determinant of health,” *Annual Review of Public Health*, vol. 42, pp. 159–173, 2021, doi: 10.1146/annurev-publhealth-090419-102529.
- [15] H. Kehlet and D. W. Wilmore, “Evidence-Based Surgical Care and the Evolution of Fast-Track Surgery,” *Annals of Surgery*, vol. 248, no. 2, pp. 189–198, 2016. [Online]. Available: https://journals.lww.com/annalsurgery/Fulltext/2008/08000/Evidence_Based_Surgical_Care_and_the_Evolution_of.2.aspx

- [16] W. O. E. Hikma, M. Mustikawati, R. Rahmawati, dan Y. Rahmawati, "The effect of early mobilization on reducing pain intensity in post-caesarean section patients," *International Journal of Health Science & Medical Research*, 2024.
- [17] Y. Safitri, Y. Fauziah, dan Y. F. Nasution, "Pengaruh Mobilisasi Dini terhadap Intensitas Nyeri pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea di RSUD Sundari Medan," *Excellent Midwifery Journal*, vol. 7, no. 1, 2024. [Online]. Available: <https://jurnal.mitrahusada.ac.id/emj/article/view/273>.
- [18] N. D. Safitri dan A. Andriyani, "Penerapan Mobilisasi Dini terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Post Sectio Caesarea di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar," *Nursing Applied Journal*, vol. 2, no. 4, 2024. [Online]. Available: <https://jurnal.stikeskesosi.ac.id/index.php/NAJ/article/view/374>
- [19] L. Farlikhatun dan R. Supardi, "Pengaruh pendampingan mobilisasi dini terhadap nyeri pada pasien sectio caesarea di RSUD Kabupaten Bekasi," *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, vol. 9, no. 2, 2024, doi: 10.30651/jkm.v9i2.21809.
- [20] T. Sulistiawati, G. Rahmilasari, dan N. A. Puspitasari, "Early mobilization and post-cesarean delivery pain management," *Malahayati International Journal of Nursing and Health Science*, vol. 7, no. 2, pp. 224–230, 2024, doi: 10.33024/minh.v7i2.282.