

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Postpartum atau masa nifas merupakan periode yang dialami ibu setelah proses persalinan hingga sekitar enam minggu setelah melahirkan. Pada masa ini terjadi berbagai perubahan fisiologis dan psikologis sebagai proses adaptasi tubuh untuk kembali ke kondisi sebelum kehamilan. Selama masa *postpartum*, ibu sering mengalami berbagai keluhan fisik, salah satunya adalah nyeri *postpartum*. Nyeri *postpartum* dapat berasal dari kontraksi uterus, luka jahitan perineum pada persalinan normal, maupun luka operasi pada persalinan *sectio caesarea*. Intensitas nyeri yang dirasakan setiap ibu berbeda-beda, dipengaruhi oleh kondisi fisik, jenis persalinan, serta ambang nyeri masing-masing individu (Zhou et al., 2025).

Keluhan nyeri yang muncul pada masa *postpartum* dapat memengaruhi aktivitas ibu, termasuk kemampuan untuk melakukan mobilisasi dini. Mobilisasi dini merupakan salah satu tindakan perawatan penting yang dilakukan setelah persalinan, baik pada ibu yang melahirkan secara spontan maupun melalui *sectio caesarea*. Mobilisasi dilakukan secara bertahap, dimulai dari perubahan posisi di tempat tidur, miring kanan dan kiri, duduk di tepi tempat tidur, berdiri, hingga berjalan sesuai kondisi ibu (Cahyani & Wahyuni, 2023). Pelaksanaan mobilisasi dini bertujuan untuk mempercepat pemulihan fungsi tubuh, memperlancar sirkulasi darah, mencegah komplikasi pasca persalinan, serta meningkatkan proses penyembuhan luka (Lintang et al., 2024).

Selain mempercepat pemulihan, mobilisasi dini juga berperan dalam menurunkan intensitas nyeri *postpartum*. Aktivitas fisik ringan yang dilakukan secara bertahap dapat meningkatkan aliran darah ke jaringan yang mengalami penyembuhan sehingga membantu mengurangi rasa nyeri dan ketidaknyamanan. Oleh karena itu, mobilisasi dini menjadi salah satu

komponen penting dalam perawatan ibu *postpartum*. Namun demikian, dalam praktiknya masih banyak ibu yang belum melakukan mobilisasi dini secara optimal karena berbagai hambatan yang dialami setelah melahirkan (Nurhayati et al., 2025).

Rendahnya tingkat mobilisasi dini pada ibu *postpartum* dipengaruhi oleh berbagai faktor. Faktor pertama adalah tingkat pengetahuan ibu mengenai mobilisasi dini. Ibu yang memiliki tingkat pengetahuan baik tentang manfaat dan prosedur mobilisasi dini cenderung lebih siap dan termotivasi untuk bergerak setelah persalinan dibandingkan ibu yang memiliki tingkat pengetahuan rendah. Penelitian Rahman et al. (2025) menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan yang baik berhubungan dengan pelaksanaan mobilisasi dini yang lebih optimal pada ibu *postpartum*. Sebaliknya, kurangnya pemahaman mengenai manfaat mobilisasi dini sering menyebabkan ibu merasa takut bergerak karena khawatir luka jahitan terbuka atau kondisi tubuh memburuk. Selain tingkat pengetahuan, paritas juga menjadi faktor yang dapat memengaruhi mobilisasi dini. Ibu multipara umumnya memiliki pengalaman sebelumnya terkait proses persalinan dan masa nifas sehingga lebih percaya diri dalam melakukan aktivitas setelah melahirkan. Sebaliknya, ibu primipara sering kali masih mengalami kecemasan dan ketidakpastian dalam melakukan mobilisasi karena belum memiliki pengalaman sebelumnya. Penelitian Septiasari et al. (2023) menemukan bahwa pengalaman persalinan sebelumnya dapat meningkatkan kesiapan ibu dalam melakukan mobilisasi dini selama masa *postpartum*.

Faktor lain yang berpengaruh adalah nyeri *postpartum*. Tingkat nyeri yang tinggi sering menjadi alasan utama ibu menunda atau mengurangi aktivitas fisik setelah melahirkan. Rasa nyeri yang timbul akibat kontraksi uterus, luka episiotomi, maupun luka operasi *sectio caesarea* dapat menyebabkan ibu merasa takut bergerak dan memilih beristirahat di tempat tidur. Penelitian Zhou et al. (2025) menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat nyeri *postpartum*, semakin rendah kecenderungan ibu untuk melakukan mobilisasi

dini secara optimal. Selain faktor fisik, karakteristik ibu seperti usia juga dapat memengaruhi tingkat mobilisasi dini. Usia reproduksi sehat umumnya berada pada rentang 20–35 tahun, di mana kemampuan adaptasi fisik dan proses penyembuhan tubuh berlangsung lebih baik dibandingkan usia yang lebih muda maupun lebih tua. Ibu dengan usia yang lebih matang biasanya memiliki kesiapan fisik dan psikologis yang lebih baik dalam menjalani masa nifas sehingga lebih mudah melakukan mobilisasi dini dibandingkan kelompok usia berisiko (Septiasari et al., 2023).

Di samping faktor individu, dukungan keluarga merupakan faktor eksternal yang sangat penting dalam keberhasilan mobilisasi dini. Dukungan keluarga dapat berupa bantuan fisik, motivasi, perhatian, serta pendampingan selama masa pemulihan. Ibu yang mendapatkan dukungan keluarga yang baik cenderung merasa lebih aman, percaya diri, dan termotivasi untuk melakukan mobilisasi dini. Sebaliknya, kurangnya dukungan keluarga dapat menyebabkan ibu merasa takut, cemas, dan enggan bergerak setelah persalinan. Penelitian Nurhayati et al. (2025) menunjukkan bahwa dukungan keluarga memiliki hubungan yang signifikan dengan pelaksanaan mobilisasi dini pada ibu *postpartum*.

Berbagai penelitian sebelumnya telah menunjukkan adanya hubungan antara beberapa faktor dengan pelaksanaan mobilisasi dini pada ibu *postpartum*. Penelitian Rahman et al. (2025) menemukan bahwa tingkat pengetahuan ibu berhubungan dengan keberhasilan mobilisasi dini pasca persalinan. Penelitian Septiasari et al. (2023) melaporkan bahwa paritas dan usia ibu berpengaruh terhadap kesiapan mobilisasi dini. Sementara itu, penelitian Zhou et al. (2025) menunjukkan bahwa tingkat nyeri *postpartum* menjadi faktor yang paling sering menghambat mobilisasi dini. Penelitian Nurhayati et al. (2025) juga menemukan bahwa dukungan keluarga yang baik meningkatkan kepatuhan ibu dalam melakukan mobilisasi dini selama masa nifas. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa mobilisasi dini dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan dan perlu diperhatikan dalam pelayanan *postpartum*.

Pentingnya mobilisasi dini semakin relevan mengingat masa *postpartum* merupakan periode yang memiliki risiko tinggi terhadap terjadinya komplikasi maternal. Cahyani dan Wahyuni (2023) menyebutkan bahwa sekitar 87–94% wanita di dunia mengalami setidaknya satu masalah kesehatan selama masa setelah persalinan. Keterlambatan mobilisasi dapat meningkatkan risiko komplikasi seperti trombosis vena, gangguan sirkulasi darah, konstipasi, keterlambatan penyembuhan luka, serta memperpanjang lama rawat inap. Oleh karena itu, identifikasi faktor-faktor yang berhubungan dengan mobilisasi dini menjadi penting untuk mendukung upaya pencegahan komplikasi dan mempercepat pemulihan ibu *postpartum*.

Berdasarkan data rekam medis Rumah Sakit Panti Rahayu Gunungkidul tahun 2025, terdapat 803 ibu *postpartum* yang menjalani perawatan dalam satu tahun dengan rata-rata sekitar 67 ibu *postpartum* setiap bulan. Hasil wawancara dengan perawat di Ruang Stella Maris 3 Maternitas menunjukkan bahwa dalam satu minggu terdapat sekitar tujuh ibu *postpartum* yang mengalami kendala dalam melakukan mobilisasi dini. Kendala yang sering ditemukan antara lain rasa nyeri, ketakutan terhadap terbukanya luka jahitan, kondisi tubuh yang masih lemah, kurangnya tingkat pengetahuan mengenai manfaat mobilisasi dini, serta kurangnya dukungan dari keluarga. Kondisi tersebut lebih sering ditemukan pada ibu pasca operasi *sectio caesarea* yang membutuhkan pendampingan lebih intensif selama proses pemulihan. Hasil observasi awal yang dilakukan peneliti juga menunjukkan bahwa beberapa ibu *postpartum* tampak berhati-hati dan kurang percaya diri saat melakukan mobilisasi. Sebagian besar ibu masih memilih berbaring lebih lama di tempat tidur meskipun kondisi medis memungkinkan untuk mulai bergerak secara bertahap. Kondisi ini berpotensi menghambat proses pemulihan dan meningkatkan risiko komplikasi *postpartum*. Selain itu, keterlambatan mobilisasi dini belum terdokumentasi secara khusus dan belum pernah diteliti di Ruang Stella Maris 3 Rumah Sakit Panti Rahayu Gunungkidul.

Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Mobilisasi Dini Ibu *Postpartum* di Ruang Stella Maris 3 Rumah Sakit Panti Rahayu Gunungkidul.” Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai tingkat mobilisasi dini ibu *postpartum* serta faktor-faktor yang berhubungan, sehingga dapat menjadi dasar dalam penyusunan intervensi keperawatan, peningkatan mutu pelayanan *postpartum*, dan pencegahan komplikasi pada ibu nifas.

1.2 Rumusan masalah

Faktor-faktor apa saja yang berhubungan dengan tingkat mobilisasi dini pada ibu *postpartum* di Rumah Sakit Panti Rahayu?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan umum

Untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat mobilisasi dini pada ibu *postpartum* di Rumah Sakit Panti Rahayu

1.3.2 Tujuan khusus

- 1.3.2.1. Mengidentifikasi Tingkat pengetahuan, paritas, tingkat nyeri, usia, tingkat dukungan keluarga, ibu *postpartum* tentang mobilisasi dini di Ruang Stella Maris 3 Rumah Sakit Panti Rahayu Gunungkidul.
- 1.3.2.2. Menganalisis hubungan paritas dengan tingkat mobilisasi dini pada ibu *postpartum* di Ruang Stella Maris 3 Rumah Sakit Panti Rahayu Gunungkidul.
- 1.3.2.3. Menganalisis hubungan tingkat nyeri dengan tingkat mobilisasi dini pada ibu *postpartum* di Ruang Stella Maris 3 Rumah Sakit Panti Rahayu Gunungkidul.
- 1.3.2.4. Menganalisis hubungan usia dengan tingkat mobilisasi dini pada ibu *postpartum* di Ruang Stella Maris 3 Rumah Sakit Panti Rahayu Gunungkidul.
- 1.3.2.5. Menganalisis hubungan dukungan keluarga dengan tingkat mobilisasi dini pada ibu *postpartum* di Ruang Stella Maris 3 Rumah Sakit Panti Rahayu Gunungkidul.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Akademik

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu keperawatan maternitas, khususnya terkait faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat mobilisasi dini pada ibu *postpartum*. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi sumber referensi ilmiah, bahan kajian, dan data pendukung bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian mengenai mobilisasi dini pada ibu *postpartum* serta faktor-faktor yang memengaruhinya, seperti tingkat pengetahuan, paritas, tingkat nyeri, usia, dan dukungan keluarga.

1.4.2 Manfaat praktis

1.4.2.1 Bagi ibu post partum

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada ibu *postpartum* mengenai pentingnya mobilisasi dini setelah melahirkan serta dapat membantu ibu mempercepat pemulihan setelah proses melahirkan.

1.4.2.2 Bagi tenaga kesehatan

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi tenaga kesehatan, khususnya untuk perawat dan bidan dalam meningkatkan kualitas pelayanan kepada ibu *postpartum*

1.4.2.3 Bagi Rumah Sakit Panti Rahayu Gunungkidul

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan bahan evaluasi bagi Rumah Sakit Panti Rahayu Gunungkidul dalam meningkatkan mutu pelayanan kesehatan ibu *postpartum* dan sebagai dasar dalam penyusunan program edukasi, standar operasional prosedur (SOP), maupun intervensi keperawatan yang mendukung peningkatan mobilisasi dini pada ibu *postpartum* sehingga dapat mempercepat pemulihan dan menurunkan risiko komplikasi pasca persalinan.