

Edukasi mobilisasi dini *post* operasi untuk mengurangi rasa nyeri dan mempercepat proses penyembuhan

Hapipah¹, Istianah², Ernawati², Baik Heni Risprawati², Heny Marlina Riskawaty²

¹Program Studi Pendidikan Ners Tahap Profesi, Stikes Yarsi Mataram, Indonesia

²Program Studi Pendidikan Ners Tahap Akademik, Stikes Yarsi Mataram, Indonesia

Penulis korespondensi : Hapipah

E-mail : pey.hapipah15@gmail.com

Diterima: 18 Februari 2024 | Direvisi: 28 Februari 2024 | Disetujui: 02 Maret 2024

Abstrak

Pasien dengan tindakan operasi atau pembedahan mencapai angka peningkatan yang sangat signifikan tiap tahunnya. Masalah yang umum terjadi setelah operasi adalah pasien merasakan nyeri pada luka dan faktor lain yang membuat pasien tidak mau untuk bergerak lebih awal dan istirahat di tempat tidur. Kondisi ini akan menimbulkan berbagai dampak diantaranya dapat memperlambat proses penyembuhan paska operasi. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan pasien dan keluarga terkait mobilisasi dini *post* operasi guna mengurangi rasa nyeri dan mempercepat proses penyembuhan. Metode yang digunakan pada kegiatan ini berupa penyuluhan kesehatan yang dilakukan dengan cara ceramah, diskusi dan demonstrasi mempraktekkan beberapa gerakan sederhana dengan menggunakan media LCD proyektor dan leaflet. Kegiatan ini dilakukan di ruang Flamboyan RSUD Praya Lombok Tengah pada tanggal 9 Agustus 2023 dengan sasaran kegiatan yaitu pasien paska bedah yang sedang menjalani perawatan dan keluarga pasien sebanyak 42 orang. Hasil pengabdian kepada masyarakat ini didapatkan adanya peningkatan pengetahuan peserta penyuluhan kesehatan sebelum dan sesudah penyampaian materi mobilisasi dini *post* operasi, yaitu sebagian besar pada kategori kurang yaitu 27 orang (64,3%) meningkat menjadi cukup 26 orang (61,9%). Kegiatan penyuluhan kesehatan diruang perawatan bisa dilakukan secara berkelanjutan untuk meningkatkan pengetahuan dan kemandirian pasien dan keluarga melakukan mobilisasi dini *post* operasi sehingga menurunkan tingkat ketergantungan pasien diruang perawatan.

Kata kunci: edukasi; mobilisasi dini; *post* operasi.

Abstract

The number of patients undergoing surgery is increasing every year. Common problems that arise after surgery are pain in the wound area and other things that make patients reluctant to move or rest in bed. This condition has many side effects, including delaying the recovery process after surgery. The community's mission is to increase awareness among patients and families about exercise early after surgery to reduce pain and speed recovery. The method used in this activity is health education through lectures, discussions and practical demonstrations of simple exercises using an LCD screen and posters. This activity was carried out in the Flamboyan room at Praya Hospital, Central Lombok on August 9 2023 with the target of the activity being post-surgical patients who were undergoing treatment and 42 patients' families. As a result of this community service, it was found that there was an increase in the knowledge of health education participants before and after the delivery of post-operative early mobilization material, namely the majority in the inadequate are 27 people (64.3%) to sufficient category 26 people (61.9%). Medical training in the treatment room can be carried out immediately to increase the awareness and independence of patients and their families through a rapid recovery after surgery to reduce the dependence of the patient on the treatment room.

Keywords: education; early mobilization; post operation.

PENDAHULUAN

Pembedahan merupakan tindakan medis yang menggunakan metode invasif dengan membuka dan mengekspos bagian tubuh yang dirawat. Biasanya pembukaan bagian tubuh ini dilakukan melalui sayatan, setelah bagian yang dirawat terbuka, dilakukan prosedur korektif yang diakhiri dengan penutupan dan penjahitan luka (Kemenkes, 2019). Menurut (WHO, 2020) Setiap tahunnya, jumlah pasien bedah meningkat sangat signifikan. Diperkirakan 165 juta prosedur pembedahan dilakukan setiap tahun di berbagai belahan dunia. Pada tahun 2020, terdapat 234 juta pasien di seluruh rumah sakit di dunia. Operasi atau prosedur bedah mencapai angka 1,2 juta di Indonesia pada tahun 2020. Berdasarkan data (Kemenkes, 2019) pembedahan atau pembedahan merupakan pengobatan urutan ke 11 dari 50 penyakit di Indonesia, dimana 32% diantaranya merupakan prosedur bedah elektif.

Masalah yang umum terjadi setelah operasi adalah pasien merasakan nyeri pada luka dan faktor lain yang membuat pasien enggan untuk bergerak lebih awal dan istirahat di tempat tidur (DeLaune, 2016). Selama dirawat di rumah sakit, pasien seringkali memilih untuk tetap di tempat tidur sepanjang hari, meskipun kondisi mereka memungkinkan mereka untuk melakukan aktivitas atau gerakan lain (Smeltzer, S. C., dan Bare, 2015). Latihan fisik adalah suatu jenis aktivitas fisik dengan gerakan yang direncanakan, sesuai struktur, dan gerakan yang berulang kali untuk mempertahankan ataupun meningkatkan kesehatan serta kebugaran jasmani (Ernawati dkk, 2023). Salah satu aktifitas fisik pasca operasi adalah mobilisasi dini. Mobilisasi dini termasuk faktor yang dapat mempengaruhi proses penyembuhan luka pasca operasi. Mobilisasi dini yang dilakukan segera setelah operasi bertujuan untuk mengembalikan otot-otot perut agar tidak kaku, mengurangi rasa sakit dan mempercepat proses penyembuhan luka (Anggraini & Widaryati 2013). Pasien pasca operasi sering kali menunda pergerakan (mobilisasi), salah satunya karena nyeri dan takut jahitan akan kendur atau luka akan terbuka kembali. Faktanya, hampir semua operasi memerlukan mobilisasi atau pergerakan tubuh sesegera mungkin. Mobilisasi dapat dilakukan paling cepat 6 jam setelah operasi dan setelah pasien sadar atau dapat menggerakkan anggota tubuh kembali setelah anestesi regional. Mobilisasi dini pasca operasi dilakukan secara bertahap berupa perubahan posisi miring kanan dan miring kiri pada hari pertama, duduk pada hari ke 2 sampai 4 serta ambulasi atau jalan hari 4 sampai 6 (Amri, 2022). Mobilisasi dini berguna untuk mengalihkan perhatian pasien dari rasa sakit yang dirasakannya. Mobilisasi dini berperan penting dalam mengurangi nyeri, karena mencegah pasien berkonsentrasi pada lokasi nyeri atau area bedah, mengurangi aktivasi mediator kimiawi proses inflamasi, sehingga meningkatkan respon nyeri dan meminimalkan transmisi neuron nyeri sistem saraf pusat sehingga nyeri yang dirasakan berkurang (Herawati, 2018).

Selain nutrisi dan kebersihan diri, mobilisasi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi penyembuhan luka operasi (Puspitasari, Al Ummah, Sumarsih, Keperawatan, & Gombong, 2011). Mobilisasi adalah kemampuan individu untuk bergerak bebas untuk memenuhi kebutuhan fungsional pemeliharaan kesehatan. Mobilisasi dini dapat dilakukan bila kondisi pasien membaik. Dalam proses penyembuhan luka, sirkulasi yang baik mempengaruhi pertumbuhan atau penyembuhan sel-sel yang terluka. Mobilisasi meningkatkan sirkulasi darah, sehingga oksigenasi jaringan menjadi stabil dan luka cepat sembuh. Oksigenasi yang baik dapat mempercepat pertumbuhan jaringan baru pada luka operasi, meningkatkan metabolisme tubuh dan mengembalikan fungsi fisiologis organ vital, serta mencegah kekakuan otot dan sendi.

Ruang Flamboyan RSUD Praya, Lombok Tengah merupakan salah satu ruang rawat inap yang melayani perawatan pasien bedah dan terdiri dari 23 tempat tidur. Setiap harinya selalu ada pasien yang menjalani tindakan bedah atau operasi dan pasca bedah perawatan dilakukan di ruang Flamboyan. Berdasarkan hasil observasi, beberapa pasien merasa khawatir dan takut untuk bergerak pasca operasi karena merasa luka operasinya masih belum kering ataupun karena larangan dari pihak keluarga yang mengakibatkan pasien hanya berbaring ditempat tidur sehingga berdampak pada

Edukasi mobilisasi dini *post* operasi untuk mengurangi rasa nyeri dan mempercepat proses penyembuhan

proses penyembuhan yang lambat dan masa rawat inap yang lebih panjang. Kondisi ini terjadi karena masih kurang adekuatnya pengetahuan pasien dan keluarga terkait pentingnya mobilisasi dini pasca operasi sehingga diperlukan kegiatan pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuannya. Kegiatan pengabdian ini merupakan salah satu upaya bersama yang dilakukan antara tim pengmas dengan tenaga kesehatan khususnya perawat yang bertugas di ruang Flamboyan RSUD Praya Lombok Tengah.

Pembedahan mengakibatkan timbulnya luka dan nyeri pada bagian tubuh pasien. Rasa nyeri setelah pembedahan biasanya berlangsung 24 sampai 48 jam, namun dapat berlangsung lebih lama tergantung pada luas luka, penahan nyeri yang dimiliki pasien dan respon terhadap nyeri. Nyeri dapat memperpanjang masa penyembuhan, karena mengganggu kembalian aktifitas/mobilisasi pasien dan hal ini yang menjadi salah satu alasan pasien untuk tidak mau bergerak atau melakukan mobilisasi segera (Izzah, 2023). Membantu pasien mengurangi rasa sakit yang dialaminya merupakan prioritas dalam keperawatan. Komunikasi yang memadai melalui metode pendidikan kesehatan diperlukan untuk meningkatkan kesadaran pasien dan keluarga akan pentingnya ambulasi dini pasca operasi. Salah satu intervensi keperawatan yang dapat diberikan adalah pendidikan kerja dini pada pasien pasca operasi. (Smeltzer, S. C., dan Bare, 2015) menyatakan bahwa mobilitas merupakan faktor penting dalam mempercepat pemulihan dan mencegah komplikasi pasca operasi. Selain itu, puasa dapat meningkatkan sirkulasi darah, mengurangi rasa sakit, mencegah tromboflebitis, memberikan nutrisi untuk penyembuhan area luka, dan meningkatkan fungsi ginjal. Manfaat tersebut terlihat jika pasien bergerak cepat setelah operasi.

Hal ini diperkuat oleh berbagai penelitian tentang efektivitas dan efisiensi mobilisasi dini dalam mengurangi tingkat nyeri. Dalam penelitian (Berkanis, 2020) dengan 22 responden, seluruh responden menilai tingkat nyeri sebelum dan sesudah latihan awal. Hasilnya menunjukkan bahwa 95% responden melihat adanya penurunan gejala nyeri setelah intervensi dini. Nyeri responden sebelum dan sesudah puasa meningkat rata-rata dari 3,09 (pengendalian nyeri ekstrim) menjadi 2,09 (nyeri ringan), sehingga dapat disimpulkan bahwa pergerakan dini berpengaruh terhadap derajat nyeri pada pasien pasca operasi. Penelitian lanjutan oleh (Suratun & Sasmita S, 2019) menemukan adanya pengaruh mobilisasi dini terhadap peningkatan aktifitas pada pasien *post* operasi. Mobilisasi dini dapat membantu mempertahankan aktivitas fisik, menjaga tonus otot, dan memulihkan rentang gerak secara bertahap, sehingga pasien dapat kembali ke tingkat aktivitas normal di kemudian hari setelah operasi. Penelitian lain yang dilakukan oleh caecilian, 2016 didapatkan skala nyeri responden setelah dilakukan mobilisasi dini didapatkan hasil 100% responden mengalami penurunan nilai skala nyeri dari rerata 7,75 yang termasuk kategori skala nyeri berat menjadi 5,62 yang termasuk kategori skala nyeri sedang. Penurunan skala nyeri tersebut dapat dipengaruhi oleh adanya pengalihan pemusatan perhatian klien, yang sebelumnya berfokus pada nyeri yang dialami, namun saat dilakukan mobilisasi dini, pemusatan perhatian terhadap nyeri dialihkan pada kegiatan mobilisasi dini. nyeri yang terjadi pada seseorang akibat adanya rangsang tertentu seperti tindakan operasi, dapat diblok ketika terjadi interaksi antara stimulus nyeri dan stimulus pada serabut yang mengirimkan sensasi tidak nyeri diblok pada sirkuit gerbang penghambat (Pristahayuningtyas, Murtaqib, & Siswoyo, 2016). Berdasarkan penelitian (Melanie, M., Rita H, M., & Noviawati S.A., 2023), penelitian ini dilakukan dengan memberikan latihan awal 2 kali sehari, 5 kali pengulangan setiap latihan, dimulai pada hari pertama setelah operasi. Latihan (20-30 menit per sesi) dilakukan selama 2 hari pertama setelah operasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pasien yang mendapat intervensi dini pasca operasi (kelompok intervensi) secara signifikan lebih aktif secara fisik dibandingkan pasien yang tidak mendapat intervensi dini (kelompok kontrol).

Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan pasien dan keluarga tentang pentingnya mobilisasi dini *post* operasi melalui kegiatan penyuluhan kesehatan dan mempraktekan secara langsung gerakan-gerakan sederhana secara bertahap yang bisa dilakukan pasca operasi yang dapat menurunkan rasa nyeri pada luka operasi dan dapat mempercepat proses penyembuhan. Dengan meningkatnya pengetahuan pasien dan keluarga

Edukasi mobilisasi dini *post* operasi untuk mengurangi rasa nyeri dan mempercepat proses penyembuhan

melalui kegiatan pendidikan kesehatan ini diharapkan dalam jangka waktu kedepan terjadi perubahan persepsi dan perilaku terkait pentingnya mobilisasi dini *post* operasi.

METODE

Metode kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan kesehatan ini dilakukan dengan cara ceramah, diskusi dan demonstrasi menggunakan media LCD proyektor dan leaflet. Penyuluhan kesehatan dilakukan di ruang Flamboyan RSUD Praya Lombok Tengah pada tanggal 9 Agustus 2023 dengan sasaran kegiatan yaitu pasien paska bedah yang sedang menjalani perawatan dan keluarga pasien sebanyak 42 orang. Kegiatan ini terbagi menjadi tiga tahap yaitu tahap persiapan, pelaksanaan dan evaluasi.

Pada tahap persiapan, satu minggu sebelumnya dilakukan observasi kepada pasien-pasien paska bedah yang dirawat di ruang bedah Flamboyan terkait keluhan-keluhan yang dirasakan paska operasi, sebagian besar menyatakan takut untuk bergerak dan hanya berbaring diatas tempat tidur Karena nyeri yang dirasakan. Segala kebutuhan sehari-hari pasien dipenuhi bengan bantuan keluarga dan perawat. Selanjutnya dilakukan penyusunan satuan acara penyuluhan (SAP) terkait edukasi mobilisasi dini *post* operasi serta melakukan koordinasi dengan kepala ruangan, ketua tim dan perawat terkait jadwal pelaksanaan kegiatan penyuluhan kesehatan.

Tahap pelaksanaan kegiatan dilakukan selama 1 jam yang dilakukan disalah satu ruang perawatan kelas 3. 25 menit awal dilakukan untuk kegiatan pembukaan dan penjelasan materi terkait mobilisasi dini pada pasien *post* operasi, yang dilanjutkan dengan pembagian leaflet. Sebelum penyampaian materi, dilakukan pretest terkait pengetahuan pasien dan keluarga tentang mobilisasi dini paska operasi dengan menggunakan kuesioner yang terdiri dari 15 pertanyaan. 20 menit selanjutnya dilakukan kegiatan demonstrasi atau memperagakan beberapa gerakan sederhana yang bisa dilakukan oleh pasien secara bertahap paska operasi. Salah satu peserta yaitu keluarga pasien diminta memperagakan ulang gerakan mobilisasi tersebut. 15 menit diakhir kegiatan dilakukan untuk kegiatan diskusi dan tanya jawab dengan peserta kegiatan penyuluhan kesehatan. Kegiatan dilanjutkan dengan *post* test atau pengukuran kembali pengetahuan peserta terkait materi penyuluhan yang diberikan serta penutup.

Pada tahap ketiga yaitu evaluasi didapatkan bahwa selama kegiatan berlangsung, semua peserta tampak antusias memperhatikan materi yang disampaikan serta ikut serta mencoba memperagakan gerakan-gerakan mobilisasi dini. Saat sesi diskusi, baik pasien maupun keluarga pasien bertanya seputar materi penyuluhan kesehatan yang diberikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang didapatkan selama kegiatan penyuluhan kesehatan yang terdiri dari 3 tahap ini adalah dimana pada tahap persiapan didapatkan fenomena terkait keluhan-keluhan yang dirasakan oleh pasien setelah menjalani operasi serta faktor-faktor yang menjadi penyebab takutnya pasien untuk melakukan mobilisasi dini paska operasi diantaranya yaitu pasien merasa takut jika luka setelah operasi akan terbuka jika mereka bergerak, merasa takut karena dilarang oleh keluarga dan jika banyak bergerak maka luka operasi semakin terasa nyeri. Hal inilah yang melatarbelakangi untuk dilakukan kegiatan penyuluhan kesehatan ini berdasarkan hasil diskusi dengan mitra yaitu perawat di ruang Flamboyan RSUD Praya Lombok Tengah. Pada tahap pelaksanaan didapatkan hasil pengukuran awal terkait pengetahuan peserta tentang mobilisasi dini paska operasi yaitu sebagian besar pada kategori kurang sebanyak 27 orang (64,3%), Cukup 11 orang (26,2%) dan kategori baik hanya 4 orang (9,5%) dari total 42 orang peserta. Selanjutnya dilakukan penyampaian materi tentang pengertian mobilisasi dini *post* operasi, tujuan, macam-macam gerakan yang merupakan mobilisasi dini, manfaat, kerugian jika tidak dilakukan, indikasi dan kontraindikasi serta tahap-tahap mobilisasi dini *post* operasi. Pada kegiatan ini tidak hanya dilakukan penyampaian materi, namun dilakukan juga demonstrasi untuk mengajarkan pasien dan keluarga dalam mempraktekkan gerakan-gerakan sederhana yang dilakukan secara bertahap yang terdiri dari rentang gerak pasif, rentang gerak aktif dan rentang gerak fungsional. Peserta diminta mencoba mempraktekkan gerakan-gerakan tersebut. Dua orang peserta yang merupakan keluarga pasien maju kedepan untuk memperagakan gerakan-

Edukasi mobilisasi dini *post* operasi untuk mengurangi rasa nyeri dan mempercepat proses penyembuhan

gerakan yang sudah diajarkan. Setelah demonstrasi dilanjutkan dengan sesi diskusi dan Tanya jawab seputar materi yang disampaikan. Pada sesi ini peserta baik pasien maupun keluarga sangat antusias dalam bertanya hal-hal yang kurang dipahami ataupun menjawab pertanyaan dari pemateri tim pengabdian kepada masyarakat ini. Dilakukan pengukuran tingkat pengetahuan kembali setelah sesi penyampaian materi dan demonstrasi gerakan mobilisasi dini dan didapatkan perubahan yang signifikan yaitu sebagian besar pada kategori cukup 26 orang (61,9%), tingkat pengetahuan masih dalam kategori kurang sebanyak 10 orang (23,8%) dan meningkat menjadi kategori baik 6 orang (14,3%). Tahap ketiga adalah tahap evaluasi dimana pada tahap ini ada observer yang bertugas mengobservasi kegiatan pengabdian masyarakat ini dari tahap awal sampai akhir. Selama pelaksanaan kegiatan mulai dari tahap awal tidak ditemukan masalah ataupun kendala-kendala yang dapat menghambat pelaksanaan kegiatan. Penyampaian materi berjalan tertib, tidak mengganggu kegiatan rutin yang ada diruangan seperti visite dokter penanggungjawab pasien, kegiatan perawatan luka ataupun kegiatan lainnya karena pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan setelah kegiatan rutin diruang perawatan. Peserta antusias dalam mengikuti kegiatan.



Gambar 1. Peserta Penyuluhan Kesehatan Edukasi Mobilisasi Dini *Post* Operasi



Gambar 2. Praktek Gerakan Mobilisasi Dini *Post* Operasi

Tingkat pengetahuan peserta yang masih kurang disebabkan oleh kurangnya pengetahuan yang diperoleh di rumah sakit beserta pengalaman sebelumnya. Misalnya, setelah operasi, yang dianjurkan hanya gerakan seperti duduk, membungkuk ke kiri, membungkuk ke kanan, dan berjalan, tanpa penjelasan lengkap terkait manfaat yang didapat dari melakukan tindakan tersebut. Pengalaman seseorang tentang suatu permasalahan akan membuat orang tersebut mengetahui bagaimana cara menyelesaikan permasalahan dari pengalaman sebelumnya yang telah dialami sehingga pengalaman yang didapat bisa dijadikan sebagai pengetahuan apabila mendapatkan

Edukasi mobilisasi dini *post* operasi untuk mengurangi rasa nyeri dan mempercepat proses penyembuhan

masalah yang sama. Berdasarkan hasil observasi pada tahap persiapan, sebagian besar pasien pertama kalinya mengalami tindakan operasi dan belum ada pengalaman sebelumnya tentang hal-hal yang perlu dilakukan untuk perawatan paska operasi. Semakin berkembangnya teknologi saat ini, sangat mempermudah semua orang khususnya pasien dan keluarga dalam mengakses berbagai informasi terkait perawatan paska operasi, namun akses informasi yang mudah tidak cukup, perlu dilakukan penjelasan secara detail dengan tatap muka langsung, dipraktekkan secara langsung sehingga memberikan keyakinan dan pemahaman kepada pasien bahwa informasi dan pengetahuan yang diterima melalui kegiatan penyuluhan kesehatan ini bermanfaat untuk proses penyembuhan yang lebih cepat. Adanya rasa yakin dari pasien dapat menurunkan perasaan takut dan cemas untuk bergerak secara bertahap sesuai kondisinya. Melakukan gerakan-gerakan sederhana secara konsisten tiap harinya akan berdampak positif bagi proses penyembuhan luka paska operasi.

Pengetahuan merupakan hasil pengetahuan dan tercipta setelah manusia mempersepsikan suatu objek tertentu (Notoatmodjo, 2014). Jadi, meskipun pasien telah mendapatkan informasi mengenai mobilisasi dini sebelum pelaksanaan operasi, tetapi tanpa melakukan dan merasakan bagaimana manfaat dari mobilisasi dini maka informasi tersebut sebagian besar tidak akan terserap dengan baik menjadi pengetahuan. Latihan gerak diperlukan motivasi atau stimulus dorongan dan ataupun energi yang dimiliki seseorang sehingga orang tersebut memperlihatkan perilaku untuk latihan gerak. Semakin kuat motivasi seseorang, maka semakin cepat dalam memperoleh tujuan dan kepuasan, begitupun sebaliknya jika motivasi semakin lemah maka semakin lama orang tersebut mencapai target atau tujuannya, ada hubungan motivasi dengan latihan mobilisasi pada pasien *post* operasi (Izzah, 2023). 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 (Asnaniar, 2023)

Meningkatnya pengetahuan tentang manfaat mobilisasi dini *post* operasi berbanding lurus dengan meningkatnya motivasi pasien dalam melakukan mobilisasi tersebut. Hal ini dilakukan dengan harapan akan mempercepat proses penyembuhan sehingga mengurangi masa rawat inap dirumah sakit, pasien bisa pulang dan berkumpul kembali dengan keluarga dirumah. Pengetahuan yang pasien dan keluarga peroleh dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini juga bisa diterapkan dirumah secara mandiri sehingga dapat menurunkan tingkat ketergantungan pasien dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari.

SIMPULAN DAN SARAN

Adanya peningkatan pengetahuan peserta penyuluhan kesehatan sebelum dan sesudah penyampaian materi mobilisasi dini *post* operasi, sebagian besar pada kategori kurang yaitu 27 orang (64,3%) meningkat menjadi cukup 26 orang (61,9%). Peserta juga dapat mempraktekkan ulang gerakan-gerakan yang diajarkan saat kegiatan penyuluhan. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa tujuan dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui edukasi mobilisasi dini *post* operasi untuk mengurangi rasa nyeri dan mempercepat proses penyembuhan pada pasien *post* op di ruang Flamboyan RSUD Praya Lombok Tengah tercapai sesuai harapan.

Agar kedepannya kegiatan-kegiatan penyuluhan kesehatan diruang perawatan baik kepada pasien maupun keluarganya bisa dilakukan secara berkelanjutan dengan menggunakan metode yang lebih bervariasi untuk meningkatkan pengetahuan pasien dan keluarga sehingga dapat melakukan perawatan secara mandiri dirumah serta menerapkan ilmu yg diberikan saat penyuluhan kesehatan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kami kepada ketua Stikes Yarsi Mataram, direktur RSUD Praya Lombok Tengah, Kepala ruangan beserta semua perawat di ruang Flamboyan RSUD Praya, mahasiswa Stikes Yarsi Mataram tingkat 2 semester 4 yang turut serta dalam kegiatan ini, semua tim serta pihak-pihak

Edukasi mobilisasi dini *post* operasi untuk mengurangi rasa nyeri dan mempercepat proses penyembuhan

yang mendukung atas terlaksananya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Amri, N. M. R. (2022). Edukasi Mobilisasi Dini pada Pasien Post Operasi Diruang Bedah RSUD Mayjen Ha Thalib. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bina Insani Sakti*, 1(1 (Oktober)), 43–47.
- Anggraini, M., & Widaryati. (2013). Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Keberhasilan Penyembuhan Luka Pada Pasien Pasca Operasi Di Rs Pkumuhmadiyah Yogyakarta. *Ejournal Masker Medika*, 1–18.
- Asnaniar, Wa Ode Sri; Takdir, Alvina Wisdamayanti, Brajakson Siokal, S. (2023). Pengaruh Pelaksanaan Mobilisasi Dini terhadap Penurunan Tingkat Nyeri pada Pasien Pasca Operasi. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat: Peduli Masyarakat*, 3(2 (Oktober)), 75–82.
- Berkanis, A. T. (2020). Pengaruh Mobilisasi Dini terhadap Intensitas Nyeri pada Pasien Post Operasi di RSUD Sk Lerik Kupang. *CHMK Applied Scientific Journal*, 3(1), 6–13.
- DeLaune, S. C.;Cri. (2016). *Fundamental of Nursing; Standard and Practice* (Fourth). USA: Clifton Park.
- Ernawati; Hapipah; Istianah; Baik Heny Rispawati; Heni Marlina Riskawati. (2023). Aktivitas Fisik untuk Mengurangi Nyeri Akibat Rheumatoid Arthritis pada Masyarakat Montong Buwuh Desa Meninting Batulayar Lombok Barat. *SELAPARANG. Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 7(September), 2201–2204.
- Herawati, T. . K. D. A. P. . & U. D. S. (2018). Pengetahuan Mobilisasi Pada Pasien Pasca Operasi di Ruang Gelatik dan Rajawali Di RSAU Dr. M. Salamun. *Jurnal Kesehatan Aeromedika*, 4(2), 83–89.
- Izzah, N. . I. I. . S. S. . & B. R. S. (2023). Hubungan Motivasi dengan Pelaksanaan Mobilisasi Dini pada Pasien Post Operasi Fraktur Ekstremitas Bawah di Rumah Sakit Umum Daerah Meuraxa Banda Aceh. *Journal Keperawatan*, , 2(1), 55–61.
- Kemendes. (2019). *Riset Kesehatan Dasar; RISKESDAS*.
- Melanie, M., Rita H, M., & Noviawati S.A., D. (2023). Hubungan Mobilisasi Dini dengan Penyembuhan Luka Post Operasi Sectio Caesarea di Charitas Hospital Klepu. *Jurnal Kesehatan Saelmakers PERDANA (JKSP)*, 6(1), 99–106.
- Pristahayuningtyas, C., Murtaqib, & Siswoyo. (2016). Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Perubahan Tingkat Nyeri Klien Post Operasi Apendektomi di Rumah Sakit Baladhika Husada Kabupaten Jember. *E-Jurnal Pustaka Kesehatan*, 4(1), 1–6.
- Puspitasari, H. A., Al Ummah, H. B., Sumarsih, T., Keperawatan, J., & Gombong, S. M. (2011). Faktor faktor yang Mempengaruhi Penyembuhan Luka Operasi Sectio Caesarea (SC). *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 7(1).
- Smeltzer, S. C., dan Bare, B. G. (2015). *Buku Ajar Keperawatan Medikal-Bedah Brunner dan Suddarth, Volume 2* (8th ed.). Jakarta: EGC.
- Suratun; Sasmita S. (2019). Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Peningkatan Aktivitas pada Pasien Pasca Operasi di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang. *Masker Medika*, 7(1), 145–158.
- Who. (2020). *World Health Statistics 2023 Monitoring health for the SDGs Sustainable Development Goals Health for All*.

Edukasi mobilisasi dini *post* operasi untuk mengurangi rasa nyeri dan mempercepat proses penyembuhan