

PENERAPAN MOBILISASI DINI DAN KOMPRES HANGAT DALAM
MENGURANGI NYERI DAN MENINGKATKAN RENTANG GERAK SENDI
PASCAOPERASI FRAKTUR TIBIA 1/3 PROKSIMAL SINISTRA DI RSUD

Dr. SAIFUL ANWAR

Iga Wardani Bunga Pratiwi*, Marsaid

Program Studi Pendidikan Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Malang, Jl Besar

Ijen No. 77C, Malang, Jawa Timur

Email : igawardanibpa@gmail.com

ABSTRAK

Fraktur tibia plateau merupakan salah satu jenis fraktur ekstremitas bawah yang sering terjadi akibat trauma tumpul, seperti kecelakaan lalu lintas atau cedera olahraga. Pasien *pasca* operasi fraktur umumnya mengalami keterbatasan dalam bergerak akibat nyeri, penurunan kekuatan otot, dan ketakutan untuk melakukan pergerakan, yang berisiko menimbulkan gangguan mobilitas fisik. Jika tidak segera ditangani, gangguan ini dapat menyebabkan komplikasi seperti kontraktur, atrofi otot, kekakuan sendi, serta ketergantungan dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Perawat memiliki peran penting dalam mengatasi masalah ini melalui penerapan mobilisasi dini. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis penerapan mobilisasi dini dan kompres hangat pada pasien *pasca* operasi *close fracture* tibia plateau sinistra dengan gangguan mobilitas fisik. Penelitian ini menggunakan desain studi kasus yang dilaksanakan selama 4 hari, dengan subjek 1 pasien *pasca* operasi ORIF tibia plateau sinistra. Teknik pengumpulan data meliputi wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan studi dokumentasi. Diagnosa keperawatan yang ditegakkan adalah gangguan mobilitas fisik berhubungan dengan keengganan melakukan pergerakan. Intervensi utama yang diberikan adalah mobilisasi dini, serta pemberian kompres hangat dan edukasi teknik relaksasi. Hasil evaluasi keperawatan menunjukkan adanya peningkatan kekuatan otot, peningkatan ROM, penurunan nyeri dan edema, serta peningkatan kemampuan melakukan aktivitas secara mandiri. Masalah keperawatan teratasi dan pasien dinyatakan pulang (KRS). Penerapan mobilisasi dini efektif dalam meningkatkan mobilitas fisik pasien *pasca* operasi fraktur dan dapat menjadi intervensi standar dalam asuhan keperawatan.

Kata kunci: fraktur tibia, gangguan mobilitas fisik, mobilisasi dini, kompres hangat.