

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Di Amerika Serikat hampir setiap tahunnya dilakukan survei terkait masalah konstipasi, 15% dari jumlah populasi usia lansia mengalami konstipasi setiap tahunnya. Survei juga dilakukan di tujuh negara pada 13.879 sampel berusia di atas 20 tahun, berdasarkan wawancara dan kuisioner dilaporkan 20% mengalami konstipasi adalah lanjut usia yang dirawat di rumah dan 70% mengalami gangguan konstipasi yang kronis. Suvei dilakukan kembali tahun 2010 pada 8.100 sampel berusia di atas 60 tahun dari empat negara termasuk Indonesia diperoleh hasil dari wawancara 16,2% mengalami konstipasi. Wanita lebih cenderung terkena konstipasi dibandingkan dengan laki-laki, hasil survey menyatakan bahwa wanita yang terkena konstipasi sebanyak 26% dan laki-laki 16% di usia 60-70 tahun (Wald, 2010).

Prevalensi konstipasi pada lansia di Indonesia adalah sebesar 3,8% untuk lansia usia 60–69 tahun dan 6,3% pada lansia diatas usia 70 tahun, berdasarkan data, jumlah penduduk usia lanjut di Indonesia sebanyak 9,03 % (Kemenkes RI, 2017). Konstipasi dapat disebabkan oleh berbagai hal, seperti kurangnya asupan serat, kurang asupan air, pengaruh obat yang dikonsumsi, pengaruh dari penyakit yang diderita, hingga akibat kurang aktivitas fisik (Brown, 2011).

Namun, meningkatnya jumlah lansia berarti meningkat juga kemungkinan naiknya kasus penyakit degeneratif, seperti penyakit jantung, hipertensi, gangguan gastrointestinal hingga konstipasi (Yang, Wang, Zhou, & Xu, 2012). Munculnya penyakit degeneratif ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti usia, pola makan, pola hidup, frekuensi olahraga, dan lain sebagainya (Marjan & Marliyati, 2017).

Konstipasi kondisi di mana feses mengeras sehingga susah dikeluarkan melalui anus, dan menimbulkan rasa terganggu atau tidak nyaman pada rectum. Konstipasi dapat terjadi pada semua lapisan usia, yang pada umumnya ditandai dengan frekuensi buang air besar yang rendah (kurang dari 3 kali dalam satu minggu). Konstipasi masih sering dianggap remeh oleh masyarakat, mereka menganggap kesulitan buang air besar bukan masalah besar, hanya akibat dari salah makan atau kurang minum air sehingga disepelekan dan dianggap akan

sembuh dengan sendirinya. Padahal, konstipasi dapat mengakibatkan kanker usus besar (*colon cancer*) yang dapat berujung pada kematian (Brown, 2011).

Penggunaan pencahar secara berlebihan untuk menggantikan fungsi defekasi yang alami, maka refleks defekasi secara progresif menjadi kurang kuat dalam hitungan bulan atau tahun, dan kolon menjadi atonik. Penggunaan laksatif yang tidak tepat justru akan memperberat konstipasi karena hanya akan mengatasi sementara bahkan menjadi ketergantungan penggunaan laksatif dalam setiap proses defekasi (Lemone & Burke, 2011). Dekade terakhir ini penatalaksanaan konstipasi lebih efektif menggunakan cara lain, seperti : penambahan asupan cairan yang diminum, penambahan kandungan magnesium dalam makanan, aktifitas fisik yang terukur, *massage abdomen* dan penambahan zat probiotik dalam bentuk minuman, serta stimulasi intestinal (Hikaya, 2014).

Terapi komplementer yang dapat dilakukan oleh perawat untuk mencegah konstipasi selain melakukan observasi defekasi adalah dengan melakukan *abdominal massage*. Berdasarkan beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa *abdominal massage* adalah salah satu jenis terapi komplementer yang mampu mencegah dan mengurangi gangguan pada sistem gastrointestinal (Karunia Estri, Fatimah, & Prawesti, 2017). *Massage abdomen* merupakan salah satu intervensi yang dapat membantu mengatasi masalah konstipasi pada lansia. Jika konsumsi serat, cairan dan aktifitas fisik merupakan cara yang di gunakan untuk menstimulasi pergerakan sisa makan dari dalam (internal), maka *Massage abdomen* merupakan cara yang digunakan untuk menstimulasi gerakan sisa makanan di usus dari luar (eksternal). *Massage abdomen* merupakan intervensi yang telah dibuktikan keefektifannya oleh banyak peneliti.

Selain karena tidak memiliki efek samping yang serius dan terbukti dapat mengatasi konstipasi secara alami dan tidak menggunakan obat-obatan dalam bentuk apapun. Mekanisme kerja *abdominal massage* adalah menurunkan kontraksi dan tegangan pada otot abdomen, meningkatkan motilitas pada sistem pencernaan, meningkatkan sekresi pada sistem intestinal serta memberikan efek pada relaksasi sfingter sehingga mekanisme kerja tersebut akan mempermudah dan memperlancar pengeluaran feses (Sinclair, 2011).

Terapi *abdominal massage* yang sering digunakan adalah teknik *swedish massage* (I Love You). Teknik *swedish massage* (I Love You) selama 15 menit terbukti efektif dalam pelaksanaan *abdominal massage* serta bermanfaat dalam

mengatasi gangguan sistem gastrointestinal (Sinclair, 2011). Teknik *swedish massage* (I Love You) juga telah digunakan oleh (Lai et al., 2011) dalam pelaksanaan *abdominal massage* pada pasien kanker yang dirawat di Princess Margareth Hospital Hong Kong China dan terbukti efektif mengatasi konstipasi.

Teknik *Swedish massage* (I Love You) juga telah digunakan oleh (Uysal, Eser, & Akpinar, 2012) pada lansia di unit saraf dan bedah saraf University Hospital yang mendapatkan nutrisi enteral secara intermiten. Teknik *swedish massage* (I Love You) juga telah digunakan oleh (Kahraman & Ozdemir 2015) pada lansia yang menggunakan ventilasi mekanik yang dirawat di ICU University Hospital Turkey.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada 12 lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 2 yang merupakan tempat penelitian, diperoleh hasil bahwa 25 % lansia mengalami kesulitan buang air besar dengan rincian 4 diantaranya mengatakan bahwa fesesnya sulit di keluarkan akibat feses yang keras, 5 diantaranya mengatakan sering menggunakan obat pencahar bila sulit BAB, dan 3 diantaranya mengatakan buang air besar (BAB) hanya 2 kali dalam 1 minggu terkadang 1 kali dalam seminggu. Lokasi tersebut dipilih karena populasi lansia yang memungkinkan untuk diteliti, letaknya strategis, sering dijadikan sebagai lokasi penelitian dan kemudahan dalam mengurus perijinan.

Berkaitan dengan data yang telah diuraikan diatas dan penelitian mengenai kejadian konstipasi pada lansia belum banyak dilakukan maka peneliti tertarik untuk mengadakan suatu penelitian yang mengkaji tentang konstipasi dan penatalaksanaannya dengan judul “Pengaruh *abdominal massage* dengan teknik *swedish massage* (I Love You) terhadap penurunan kontipasi pada lansia”

1.2. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini apakah ada “ Pengaruh *abdominal massage* dengan teknik *swedish massage* (I Love You) terhadap penurunan kontipasi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Bud Mulia 2 Cengkareng”

1.3. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini terbagi menjadi dua, yaitu ada tujuan umum dan tujuan khusus yaitu :

1.3.1. Tujuan umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *abdominal massage* dengan teknik *swedish massage (I Love You)* terhadap penurunan konstipasi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 2.

1.3.2. Tujuan khusus

1.3.2.1. Untuk mengidentifikasi karakteristik responden dengan konstipasi.

1.3.2.2. Untuk menganalisis masalah konstipasi pada responden sebelum dan sesudah di berikan *abdominal massage* dengan teknik *swedish massage (I love you)*

1.3.2.3. Untuk menganalisis Pengaruh *abdominal message* dengan teknik *swedish massage (I Love You)* terhadap penurunan konstipasi pada lansia

1.4. Manfaat Penelitian

Penelitian Pengaruh *abdominal message* dengan teknik *swedish massage (I Love You)* terhadap penurunan konstipasi pada lansia diharapkan dapat berguna bagi semua pihak yaitu:

1.4.1. Bagi pelayanan keperawatan kesehatan lansia di PTSW Budi Mulia 2.

Hasil penulisan laporan ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai inovasi intervensi yang dapat dilakukan oleh perawat maupun *caregiver* lansia dalam mengatasi konstipasi. Selain itu, dapat diaplikasikan di PTSW sehingga dapat mengurangi penggunaan obat pencahar yang memiliki efek ampung yang lebih tinggi.

1.4.2. Bagi Keilmuan Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat menambah data hasil penelitian keperawatan serta sebagai sarana acuan belajar yang relevan dan bermanfaat sebagai sumber pengetahuan tentang pengaruh *abdominal message* dengan teknik *swedish massage (I Love You)* terhadap penurunan konstipasi pada lansia.

1.4.3. Bagi Penulis

Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat dijadikan landasan untuk melakukan penelitian yang lebih mendalam tentang permasalahan mengenai pengaruh *abdominal message* dengan teknik *swedish massage (I Love You)* terhadap penurunan konstipasi pada lansia.