

KARYA TULIS ILMIAH

***LITERATURE REVIEW: MASSAGE ABDOMEN* UNTUK MENGATASI
KONSTIPASI PADA LANSIA**



Oleh:

DINDA PUTRI PERMATASARI

NIM. 18613217

PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2023

KARYA TULIS ILMIAH

***LITERATURE REVIEW: MASSAGE ABDOMEN* UNTUK MENGATASI
KONSTIPASI PADA LANSIA**

Diajukan Kepada Program Studi D-III Keperawatan Fakultas Ilmu
Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo untuk
memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan



Oleh:

DINDA PUTRI PERMATASARI

NIM. 18613217

PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2023

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Oleh : Dinda Putri Permatasari

Judul : *Literature Review: Massage Abdomen Untuk Mengatasi
Konstipasi Pada Lansia*

Telah Disetujui Untuk Diujikan Dihadapan Dewan Penguji Sidang Karya Tulis
Ilmiah

Pada : 14 Juli 2023

Pembimbing I



Rika Maya Sari, S.Kep., Ns., M.Kes.
NIDN. 0711068503

Pembimbing II



Metti Verawati, S.Kep., Ns., M.Kes.
NIDN. 0720058001

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Sulistyo Andarmoyo, S.Kep., Ns., M.Kes.
NIDN. 0715127903

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Oleh : Dinda Putri Permatasari

Judul : *Literature Review: Massage Abdomen* Untuk Mengatasi
Konstipasi Pada Lansia

Telah diuji dan disetujui oleh Tim Penguji pada Ujian Karya Tulis Ilmiah di
Program Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas
Muhammadiyah Ponorogo

Tanggal : 14 Juli 2023

Ketua : Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ns., M.Kep.

(.....)

Anggota : 1. Filia Icha Sukamto, S.Kep., Ns., M.Kep.

(.....)

: 2. Rika Maya Sari, S.Kep., Ns., M.Kes.

(.....)

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Sulistyo Andarmoyo, S. Kep., Ns., M.Kes.
NIDN. 0715127903

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dinda Putri Permatasari

NIM : 18613217

Institusi : Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu
Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah (KTI) yang berjudul :

“Literature Review : Massage Abdomen Untuk Mengatasi Konstipasi Pada Lansia”

Adalah bukan Karya Tulis Ilmiah orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini kami buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, kami bersedia mendapatkan sanksi.

Ponorogo, 18 Juli 2023

Yang menyatakan



Dinda Putri Permatasari
NIM. 18613217

ABSTRAK

Literature Review: Massage Abdomen Untuk Mengatasi Konstipasi Pada Lansia

Oleh:

Dinda Putri Permatasari

NIM. 18613217

Bertambahnya usia seseorang mengakibatkan penurunan fungsi, salah satunya sistem pencernaan dan eliminasi yang berakibat pada terjadinya konstipasi. Upaya *massage abdomen* dapat merangsang aktivitas parasimpatis dan juga respon *gastrointestinal*. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis penerapan terapi *massage abdomen* sebagai terapi non-farmakologis untuk mengatasi risiko konstipasi pada lansia.

Penelitian ini menggunakan metode *literature review* dimana data yang digunakan berasal dari jurnal dengan rentang publikasi lima tahun terakhir. Database pencarian literatur melalui Google Scholar, SAGE Publication, dan Index Copernicus. Analisis data dilakukan menggunakan metode analisis deskriptif.

Hasil penelitian yang dilakukan dengan menganalisis enam jurnal diperoleh bahwa *massage abdomen* dapat menurunkan tingkat konstipasi, menjaga keteraturan pola eliminasi defekasi pada lansia, meningkatkan fungsi saluran cerna, dan efektif dalam mengatasi gejala konstipasi. Pijat perut memiliki efek terukur pada sembelit, baik bagian yang sedikit otot melalui stimulasi atau bagian otot spasmodik melalui relaksasi.

Kesimpulan dalam penelitian ini yaitu teknik *abdominal massage* merupakan terapi yang efektif untuk mengatasi masalah konstipasi yang dialami oleh lansia. *Abdominal massage* dilakukan selama 7 hari dengan durasi 10 -15 menit. Penekanan menggunakan tangan dengan kekuatan sedang pada abdomen dapat mempengaruhi munculnya kontraksi otot rektal pada lansia sehingga memudahkan pasien dalam melakukan defekasi.

Kata Kunci: *Massage Abdomen*, Konstipasi, Lansia

ABSTRACT

Literature Review: Abdominal Massage to Overcome Of Constipation In The Elderly

By:

Dinda Putri Permatasari

NIM. 18613217

Increasing age of a person results in a decrease in function, one of which is the digestive and elimination systems which results in constipation. Abdominal massage efforts can stimulate parasympathetic activity and also gastrointestinal responses. This study aims to analyze the application of abdominal massage therapy as a non-pharmacological therapy to overcome the risk of constipation in the elderly.

This study uses the literature review method where the data used comes from journals with a range of publications in the last five years. Literature search database via Google Scholar, SAGE Publication, and the Copernicus Index. Data analysis was performed using descriptive analysis method.

The results of research conducted by analyzing six journals found that abdominal massage can reduce constipation, maintain regular defecation elimination patterns in the elderly, improve digestive tract function, and be effective in treating constipation symptoms. Abdominal massage has a measurable effect on constipation, either a slight muscle twitch through stimulation or a spasmodic muscle patch through relaxation.

The conclusion in this study is that the abdominal massage technique is an effective therapy to overcome constipation problems experienced by the elderly. Abdominal massage is carried out for 7 days with a duration of 10 -15 minutes. Emphasis using the hands with moderate strength on the abdomen can affect the emergence of rectal muscle contractions in the elderly so that it makes it easier for patients to defecate.

Keywords: *Massage Abdomen, Constipation, Elderly*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan Hidayah Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Karya Tulis Ilmiah yang judul “*Literature Review: Massage Abdomen Untuk Mengatasi Konstipasi Pada Lansia*” sesuai waktu yang ditentukan.

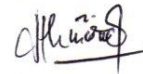
Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah studi literatur ini penulis banyak mendapatkan pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu dalam kesempatan ini penulis tidak lupa mengucapkan terimakasih kepada :

1. Dr. Happy Susanto, M.A selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan kemudahan dalam pemberian ijin dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
2. Sulistyو Andarmoyo, S.Kep., Ns., M.Kes. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan kemudahan dan izin sehingga memperlancar penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
3. Rika Maya Sari, S.Kep., Ns., M.Kes. selaku Kaprodi Diploma III Keperawatan sekaligus Pembimbing 1 yang telah memberikan ijin dan kemudahan serta yang dengan kesabaran dan ketelitiannya dalam membimbing, sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik.
4. Metti Verawati, S.Kep., Ns., M.Kes. selaku Pembimbing II yang dengan kesabaran dan ketelitiannya dalam membimbing, sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik.

5. Kedua orang tua yang senantiasa memberikan doa, semangat dan motivasi baik moral maupun material sehingga terselesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Teman-teman seperjuangan D-III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo atas kerja sama dan motivasinya.
7. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu atas bantuan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini. Semoga Allah SWT memberikan imbalan atas kebaikan serta ketulusan yang telah mereka berikan selama ini pada penulis.

Penulis menyadari bahwa dalam Karya Tulis Ilmiah ini banyak terdapat kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan saran dan kritik sebagai masukan dalam penyempurnaan penulisan ini. Akhirnya penulis berharap semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat diterima dan bermanfaat bagi semua.

Ponorogo, 18 Juli 2023
Yang menyatakan



Dinda Putri Permatasari
NIM. 18613217

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN SAMPUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	v
ABSTRAK	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR SINGKATAN	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.4 Manfaat Penelitian	4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	5
2.1 Konsep Lansia	5
2.1.1 Definisi Lansia.....	5
2.1.2 Klasifikasi Lansia	6
2.1.3 Klasifikasi Lansia	6
2.1.4 Tipe Lansia	7

2.1.5	Proses Penuaan	8
2.1.6	Teori-teori Penuaan	9
2.1.7	Teori Perkembangan Lansia	14
2.2	Konsep Konstipasi	14
2.2.1	Definisi Konstipasi	14
2.2.2	Anatomi Fisiologi Eliminasi Fekal	15
2.2.3	Etiologi Konstipasi	16
2.2.4	Patofisiologi Konstipasi	18
2.2.5	Tanda dan Gejala Konstipasi	19
2.2.6	Komplikasi Konstipasi	21
2.2.7	Pencegahan Konstipasi	21
2.3	Konsep Massage Abdomen	22
2.3.1	Definisi Massage Abdomen	22
2.3.2	Manfaat <i>Massage Abdomen</i>	24
2.3.3	Indikasi dan Kontraindikasi <i>Massage Abdomen</i>	24
2.3.4	Prosedur <i>Massage Abdomen</i>	25
2.4	Segi Keislaman	26
2.5	Hasil Penelitian Terdahulu	27
BAB 3 METODE PENELITIAN		32
3.1	Metode Penelitian	32
3.2	Waktu Penyusunan	32
3.3	Sumber Data	32
3.4	Metode Pengumpulan Data	33
3.5	Metode Analisis Data	33

BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN	35
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN	46
5.1 Kesimpulan	46
5.2 Saran.....	46
DAFTAR PUSTAKA	48
LAMPIRAN.....	52



DAFTAR TABEL

Table 2.1 Gejala dan Tanda Mayor Konstipasi.....	19
Table 2.2 Gejala dan Tanda Minor Konstipasi	19
Table 2.3 Analisis Jurnal Ilmiah	27
Tabel 4.1 Analisis Jurnal.....	35



DAFTAR SINGKATAN

Dinkes	: Dinas Kesehatan
Kemenkes RI	: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
PPNI	: Persatuan Perawat Nasional Indonesia
Risikesdas	: Riset Kesehatan Dasar
RM	: Rekam Medis
SDKI	: Standar Diagnosa Kesehatan Indonesia
SIKI	: Standar Intervensi Keperawatan Indonesia
SLKI	: Standar Luaran Keperawatan Indonesia
UU	: Undang-undang
WHO	: <i>World Health Organization</i>



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jurnal	52
Lampiran 2. Buku Bimbingan.....	104

