

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Lansia adalah keadaan yang ditandai dengan kegagalan untuk mempertahankan keseimbangan terhadap kondisi stress fisiologis. Kegagalan ini berkaitan dengan penurunan daya kemampuan untuk hidup serta peningkatan kepekaan secara individual (Siyoto, 2016). Menurut Nugroho, 2012 dalam Alimatus (2019) Lansia adalah bila seseorang berusia 60 tahun atau lebih, yang dipengaruhi oleh faktor tertentu tidak dapat memenuhi kebutuhan dasarnya secara jasmani, rohani maupun sosial. Seiring dengan bertambahnya usia mengakibatkan penurunan fungsi berbagai system dalam tubuh, salah satunya yaitu system pencernaan dan eliminasi. Penurunan fungsi system pencernaan dan eliminasi mengakibatkan salah satu penyakit yaitu konstipasi (Sahar & Rekawati, 2020).

Dengan meningkatnya fasilitas pelayanan kesehatan, angka kelahiran yang terkendali, angka harapan hidup yang bertambah dan turunnya prevalensi kematian menyebabkan angka penduduk lanjut usia meningkat dari tahun ke tahun. Dan diprediksikan akan meningkat menjadi 1,5 milyar di tahun 2050. Dalam 50 tahun kebelakang angka penduduk lansia meningkat dari 4,5% di tahun 1971 menjadi 10,7% di tahun 2020. Dan akan terus mengalami peningkatan mencapai 19,9% di tahun 2045. Pada tahun 2021 prevalensi penduduk dengan usia lanjut di Indonesia sebanyak 10,82% atau sekitar 29,3 juta. Sedangkan di Provinsi Jawa timur terdapat 14,53% atau sekitar 4,3 juta

(BPS,2021). Menurut Dinkes (2019) jumlah lansia di Kabupaten Magetan sebanyak 124.123 jiwa.

Seiring bertambahnya usia, maka dapat menimbulkan banyak masalah serius bagi lansia dimana masalah tersebut dapat berpengaruh pada asupan makanan dan mutu makanan yang dikonsumsi sehingga mempengaruhi status gizi lansia. Masalah-masalah kesehatan yang sering dialami lanjut usia disebut dengan sindroma geriatri, seperti masalah *immobility* (kurang bergerak), *instability* (mudah jatuh), *incontinence*, *intellectual impairment* (gangguan intelektual), *immuno deficiency* (penurunan sistem kekebalan tubuh), *inanition* (malnutrisi), dan konstipasi (Maulidina, 2016).

Konstipasi merupakan masalah kesehatan yang ditandai dengan munculnya gejala massa feses keras, nyeri abdomen, nyeri rectal, peningkatan bising usus, dan berdampak secara signifikan terhadap kualitas hidup mulai dari sakit kepala, fatigue, kembung, penurunan nafsu makan, mual, muntah, dan disfungsi kandung kemih (Hasmi et al., 2019). Pada lansia diketahui bahwa konstipasi ini sering terjadi akibat penurunan fungsi system pencernaan dan eliminasi. Frekuensi defekasi pada lansia mengalami penurunan yang cukup signifikan, beberapa diantaranya mengalami defekasi dengan frekuensi seminggu satu kali dengan frekuensi feses yang keras dan untuk defekasi harus mengejan kuat (Anjar Rina Setyani & Ikaristi Maria Theresia, 2020). Konstipasi pada lansia dapat terjadi karena penurunan asupan cairan, konsumsi makanan rendah serat, penurunan mobilitas dan penggunaan beberapa jenis obat (Kartika Sari & Wirjatmadi, 2017).

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi risiko konstipasi pada lansia yaitu *abdominal massage*. Dijelaskan oleh (Alpiah & Ulandari, 2022) bahwa *abdominal massage* dapat merangsang aktivitas parasimpatis dan juga respon *gastrointestinal*. *Abdominal massage* merupakan metode *non-invasive* yang mudah diaplikasikan tanpa menimbulkan efek samping. Terapi ini mengaplikasikan metode *patting (tapotement)*, *kneading*, dan *vibration* dengan pola searah jarum jam (Alpiah & Ulandari, 2022).

Penelitian ini menggunakan metode *literature review* untuk mengetahui pengaruh dari *abdominal massage* sebagai upaya untuk mengatasi risiko konstipasi pada lansia. *Literature review* merupakan studi penelitian yang terfokus pada hasil penulisan yang berhubungan dengan topik atau variabel penulisan. Alasan digunakannya studi literatur yaitu karena adanya keterbatasan waktu penelitian serta ditinjau dari keefektifitasan studi literatur ini.

Berdasarkan hal tersebut di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “***Literature Review: Massage Abdomen Untuk Mengatasi Konstipasi Pada Lansia***”.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah *massage abdomen* dapat mengatasi konstipasi pada lansia?

1.3 Tujuan Penelitian

Menganalisis *massage abdomen* untuk dapat mengatasi konstipasi pada lansia.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Bagi Perawat

Dapat digunakan dalam pengkajian sampai evaluasi keperawatan dengan teliti yang mengacu pada fokus permasalahan yang tepat sehingga dapat melaksanakan asuhan keperawatan secara tepat khususnya pada lansia dengan masalah konstipasi.

2. Bagi Institusi

Dapat digunakan sebagai wacana dan pengetahuan tentang perkembangan ilmu keperawatan terutama pada lansia dengan masalah konstipasi.

3. Bagi Peneliti

Dapat digunakan untuk menerapkan ilmu yang telah didapatkan dalam pengembangan ilmu keperawatan khususnya dalam pemberian pengetahuan pada lansia dengan masalah konstipasi.

