

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Eliminasi alvi merupakan kebutuhan dasar manusia yang berperan penting dalam menjaga keseimbangan fisiologis dan kenyamanan tubuh. Melalui proses defekasi, tubuh mengeluarkan sisa hasil metabolisme pencernaan dan mempertahankan fungsi normal saluran gastrointestinal. Ketika proses ini mengalami gangguan, seperti pada kondisi konstipasi, dapat timbul berbagai dampak negatif terhadap kualitas hidup individu, termasuk gangguan fisik, ketidaknyamanan psikologis, serta meningkatnya beban dalam pemberian asuhan keperawatan.

Konstipasi sendiri ditandai dengan berkurangnya frekuensi buang air besar (kurang dari tiga kali per minggu), feses yang keras dan kering, serta adanya kesulitan atau rasa tidak tuntas saat defekasi. Kondisi ini sering disertai keluhan nyeri perut, rasa kembung, dan ketidaknyamanan umum. Insidensi konstipasi cenderung meningkat pada kelompok lansia dan pasien dengan keterbatasan mobilitas, karena adanya perubahan fisiologis pada sistem pencernaan, penurunan aktivitas fisik, kurangnya asupan serat dan cairan, serta penggunaan obat-obatan yang menurunkan motilitas usus.

Lansia merupakan kelompok rentan (*vulnerable group*) karena mengalami penurunan kemampuan adaptasi fisiologis dan psikososial terhadap perubahan lingkungan maupun penyakit. Perubahan fisiologis tersebut bersifat progresif dan irreversibel, serta memengaruhi hampir seluruh sistem tubuh, termasuk sistem saraf, kardiovaskular, dan muskuloskeletal. Salah satunya adalah

penurunan fungsi sistem gastrointestinal, yang ditandai dengan melambatnya motilitas usus, penurunan tonus otot perut, serta berkurangnya sensitivitas saraf pada rektum. Kondisi ini menimbulkan berbagai gangguan eliminasi, salah satunya konstipasi (Kang, Lim, & Paik, 2021).

Konstipasi didefinisikan sebagai gangguan eliminasi alvi berupa buang air besar dengan frekuensi kurang dari tiga kali per minggu, disertai kesulitan saat defekasi, konsistensi feses keras, perasaan tidak puas setelah defekasi, atau disertai nyeri (*American College of Gastroenterology*, 2021). Konstipasi pada lansia dapat terjadi akibat berbagai faktor, baik fisiologis, psikologis, maupun sosial. Faktor fisiologis meliputi penurunan peristaltik usus dan melemahnya otot-otot abdominal. Faktor psikologis seperti stres, kecemasan, atau depresi juga dapat berkontribusi pada konstipasi. Sedangkan faktor sosial berkaitan dengan gaya hidup, seperti rendahnya konsumsi serat, kurangnya aktivitas fisik, serta kebiasaan menunda buang air besar. Selain itu, penggunaan obat-obatan tertentu seperti opioid, antidepresan, antihipertensi, dan diuretik juga terbukti meningkatkan risiko konstipasi (Octaviani, 2024).

Konstipasi merupakan salah satu masalah kesehatan dengan angka kejadian yang cukup tinggi, khususnya pada kelompok lanjut usia. Hasil tinjauan sistematis yang dilakukan oleh Li et al. (2024) menunjukkan bahwa prevalensi konstipasi pada lansia di berbagai negara berkisar antara 24% hingga 50%, dengan angka tertinggi ditemukan pada penghuni panti jompo dan pasien rawat inap. Sementara itu, meta-analisis yang dilakukan oleh Cui et al. (2024) melaporkan bahwa prevalensi konstipasi fungsional berdasarkan kriteria Rome IV mencapai 10,1%, dan kecenderungannya meningkat seiring

dengan bertambahnya usia serta penurunan aktivitas fisik. Temuan ini mengindikasikan bahwa konstipasi bukan sekadar gangguan pencernaan ringan, melainkan kondisi kompleks yang berdampak pada aspek fisik, psikologis, dan sosial lansia.

Di tingkat nasional, Perkumpulan Gastroenterologi Indonesia (PGI) dalam Konsensus Nasional Penatalaksanaan Konstipasi Revisi 2023 menyatakan bahwa prevalensi konstipasi di Indonesia bervariasi antar wilayah, yaitu mulai dari 21,6% di Tangerang hingga lebih dari 40% pada populasi lansia yang tinggal di panti sosial. Selain itu, hasil penelitian Rahmawati, Sari, dan Widodo (2024) juga menunjukkan bahwa lebih dari 40% lansia penghuni panti wreda mengalami konstipasi dengan keluhan utama berupa kesulitan buang air besar, rasa tidak puas setelah defekasi, serta feses yang keras. Angka tersebut memperlihatkan bahwa konstipasi merupakan masalah kesehatan yang signifikan dan memerlukan perhatian serius dalam pelayanan keperawatan gerontik di Indonesia. Provinsi Jawa Timur termasuk salah satu wilayah dengan proporsi penduduk lanjut usia tertinggi di Indonesia, yaitu mencapai 14,9% dari total populasi (Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur, 2024). Kondisi tersebut secara tidak langsung meningkatkan risiko berbagai gangguan fisiologis yang berhubungan dengan proses penuaan, salah satunya adalah konstipasi. Meskipun data epidemiologis spesifik mengenai prevalensi konstipasi di tingkat provinsi belum banyak dipublikasikan, hasil observasi lapangan di beberapa kabupaten menunjukkan adanya peningkatan kasus gangguan eliminasi alvi, terutama pada lansia yang tinggal di panti sosial dan memiliki keterbatasan dalam aktivitas fisik. Di tingkat provinsi, Profil

Kesehatan Jawa Timur (2024) mencatat bahwa 14,9% penduduk Jawa Timur adalah lansia, yang berimplikasi pada meningkatnya risiko gangguan eliminasi seperti konstipasi. Sementara itu, hasil observasi di UPT PSTW Magetan (2025) menunjukkan bahwa dari 145 penghuni lansia, terdapat sekitar 20 orang (13,75%) yang mengalami konstipasi dengan keluhan utama tidak buang air besar selama 3–5 hari, perut terasa penuh, dan feses keras.

Dampak konstipasi pada lansia tidak hanya terbatas pada ketidaknyamanan fisik, tetapi juga dapat menimbulkan gangguan psikologis dan sosial. Lansia dengan konstipasi sering mengeluhkan rasa nyeri perut, kembung, hilangnya nafsu makan, dan gangguan tidur. Dalam jangka panjang, konstipasi dapat memicu komplikasi seperti hemoroid, fisura ani, prolaps rektum, hingga obstruksi usus (Dobarrio-Sanz et al., 2020). Dari aspek psikologis, konstipasi yang kronis dapat menurunkan harga diri, menimbulkan kecemasan, bahkan depresi. Dari sisi sosial, lansia dengan konstipasi cenderung membatasi interaksi sosial karena rasa tidak nyaman yang dialami, sehingga berpotensi menurunkan kualitas hidup secara keseluruhan.

Masalah konstipasi pada lansia sesungguhnya dapat dicegah dan dikelola dengan baik melalui pendekatan keperawatan yang komprehensif. Intervensi nonfarmakologis terbukti efektif untuk mengatasi konstipasi, di antaranya edukasi tentang pola makan tinggi serat, peningkatan asupan cairan, latihan fisik ringan, abdominal massage, serta pembiasaan buang air besar secara teratur. Penelitian Dobarrio-Sanz et al. (2020) menunjukkan bahwa intervensi nonfarmakologis yang konsisten dapat mengurangi kejadian konstipasi secara signifikan pada lansia di fasilitas perawatan jangka panjang.

Selain itu, Li et al. (2024) menegaskan bahwa penerapan praktik keperawatan berbasis bukti dalam penanganan konstipasi meningkatkan kualitas hidup pasien lansia. Peran perawat dalam menangani konstipasi pada lansia sangatlah strategis. Sebagai tenaga kesehatan yang paling dekat dengan pasien, perawat memiliki tanggung jawab dalam mengkaji kondisi eliminasi, menegakkan diagnosis keperawatan, merencanakan intervensi, melaksanakan tindakan, serta mengevaluasi hasil asuhan. Penerapan proses keperawatan yang sistematis mulai dari pengkajian, diagnosis, intervensi, implementasi, hingga evaluasi dapat membantu lansia mengatasi konstipasi sekaligus mencegah komplikasi yang lebih serius. Dengan demikian, asuhan keperawatan pada lansia dengan konstipasi tidak hanya berfokus pada aspek kuratif, tetapi juga promotif, preventif, dan rehabilitatif.

Manajemen konstipasi merupakan bagian penting dalam pelaksanaan asuhan keperawatan, terutama pada pasien dengan risiko tinggi seperti individu yang menjalani tirah baring dalam waktu lama, mengonsumsi obat-obatan tertentu, atau memiliki pola makan rendah serat. Dalam hal ini, perawat berperan penting untuk melakukan identifikasi dini, pencegahan, serta penanganan terhadap masalah konstipasi melalui kegiatan observasi, tindakan terapeutik, edukasi, dan kerja sama dengan tenaga medis lainnya. Pelaksanaan manajemen konstipasi mencakup berbagai langkah, antara lain melakukan observasi terhadap tanda dan gejala konstipasi, memantau karakteristik feses, serta mengidentifikasi faktor-faktor yang dapat memengaruhi pola eliminasi pasien. Dari sisi tindakan terapeutik, perawat dapat memberikan anjuran peningkatan konsumsi serat, memperbanyak asupan cairan, melatih kebiasaan

buang air besar secara teratur, dan melakukan tindakan seperti enema atau evakuasi manual apabila diperlukan. Edukasi kepada pasien juga menjadi komponen penting, agar pasien memahami penyebab konstipasi serta mampu mengatur pola makan dan aktivitas fisiknya secara mandiri untuk mencegah kekambuhan.

Selain itu, kerja sama dengan tim medis sangat dibutuhkan, misalnya dalam hal pemberian obat pencahar atau penyesuaian terapi yang berpotensi memengaruhi fungsi usus. Penerapan manajemen konstipasi yang komprehensif diharapkan dapat membantu pasien mencapai pola eliminasi yang normal, menurunkan rasa tidak nyaman, serta mencegah timbulnya komplikasi yang lebih serius. Dengan demikian, upaya ini menjadi salah satu bentuk peningkatan mutu pelayanan keperawatan dan kualitas hidup pasien secara menyeluruh.

Kesehatan merupakan nikmat dan amanah dari Allah SWT yang harus dijaga. Tubuh manusia adalah titipan, sehingga setiap muslim memiliki kewajiban untuk merawat dan menjaga kesehatannya. Hal ini ditegaskan dalam hadis Rasulullah SAW: “Sesungguhnya badanmu memiliki hak atasmu.” (HR. Bukhari dan Muslim). Hadis ini menjadi dasar bahwa menjaga kesehatan, termasuk menjaga pola eliminasi, merupakan bagian dari ibadah dan bentuk syukur atas nikmat Allah. Konstipasi pada lansia dapat dipandang sebagai ujian kesehatan, dan kewajiban keluarga serta tenaga kesehatan adalah membantu agar lansia dapat tetap sehat, nyaman, dan bermartabat.

Selain itu, Islam memberikan perhatian khusus terhadap keberadaan lansia, terutama orang tua. Dalam QS. Al-Isra ayat 23, Allah berfirman : “Dan

Tuhanmu telah memerintahkan supaya kamu jangan menyembah selain Dia dan hendaklah kamu berbuat baik kepada ibu bapakmu dengan sebaik-baiknya. "Jika salah satu atau kedua orang tuamu telah memasuki usia lanjut dan berada dalam asuhanmu, maka janganlah sekali-kali engkau mengucapkan kata-kata yang menyakitkan atau menunjukkan sikap tidak hormat kepada mereka, bahkan hindarilah membentak mereka."Sebaliknya, berbicaralah kepada mereka dengan kata-kata yang lembut, hormat, dan penuh kasih." (QS. Al-Isra: 23). Ayat ini menegaskan kewajiban anak, keluarga, maupun masyarakat untuk memperhatikan kebutuhan lansia, termasuk kebutuhan kesehatannya. Dengan demikian, perawatan terhadap lansia yang mengalami konstipasi adalah bentuk implementasi dari perintah Allah SWT untuk berbakti kepada orang tua dan menghormati lansia.

Dalam Islam juga terdapat prinsip hifdz an-nafs (menjaga jiwa) dalam Maqashid al-Syariah. Kesehatan merupakan bagian dari upaya menjaga jiwa, karena dengan tubuh yang sehat, seorang muslim dapat beribadah dengan baik. Oleh karena itu penatalaksanaan masalah konstipasi pada lansia sejalan dengan maqashid syariah dalam menjaga keberlangsungan hidup, kenyamanan, serta martabat manusia.

Selain itu, Islam sangat menganjurkan pola hidup sehat, termasuk dalam hal pola makan. Adam makan beberapa suap untuk menegakkan tulang punggungnya. Jika harus lebih dari itu, maka sepertiga untuk makanan, sepertiga untuk minuman, dan sepertiga untuk udara." (HR. Tirmidzi no. 2380) Rasulullah SAW tersebut: "Tidak ada tempat yang lebih buruk untuk dipenuhi oleh manusia selain perutnya.". Hadis ini memberikan pedoman agar pola

makan tidak berlebihan dan tetap seimbang. Dalam konteks konstipasi, pola makan yang sehat, cukup serat, serta seimbang merupakan salah satu cara utama untuk mencegah dan mengatasi masalah eliminasi.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana asuhan keperawatan pada pasien lansia gangguan eliminasi alvi dengan masalah keperawatan konstipasi di UPT PSTW Kabupaten Magetan.

1.3 Tujuan

1. Tujuan Umum

Melakukan asuhan keperawatan pada lansia dengan gangguan eliminasi alvi dengan masalah keperawatan konstipasi (Studi Kasus di UPT PSTW Kabupaten Magetan).

2. Tujuan Khusus

1. Melakukan pengkajian masalah kesehatan pada pasien lansia dengan gangguan eliminasi alvi dengan masalah keperawatan konstipasi di UPT PSTW Kabupaten Magetan.
2. Merumuskan diagnosis keperawatan pada lansia dengan gangguan eliminasi alvi dengan masalah keperawatan konstipasi di UPT PSTW Kabupaten Magetan.
3. Menyusun perencanaan intervensi keperawatan pada lansia dengan gangguan eliminasi alvi dengan masalah keperawatan konstipasi di UPT PSTW Kabupaten Magetan.

4. Melakukan implementasi keperawatan pada lansia dengan gangguan eliminasi alvi dengan masalah keperawatan konstipasi di UPT PSTW Kabupaten Magetan.
5. Melakukan evaluasi keperawatan pada lansia dengan gangguan eliminasi alvi dengan masalah keperawatan konstipasi di UPT PSTW Kabupaten Magetan.
6. Melakukan dokumentasi keperawatan pada lansia dengan gangguan eliminasi alvi dengan masalah keperawatan konstipasi di UPT PSTW Kabupaten Magetan.

1.4 Manfaat

1. Secara Teoritis

Hasil dari studi kasus ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai konsep praktik asuhan keperawatan, khususnya terkait intervensi pada pasien lansia yang mengalami gangguan eliminasi alvi dengan masalah konstipasi di UPT PSTW Kabupaten Magetan.

2. Secara Praktis

1. Bagi Perawat

Studi kasus ini dapat menjadi bahan kajian ilmu keperawatan yang berguna sebagai referensi serta pedoman dalam melaksanakan tindakan keperawatan yang efektif dan menyeluruh pada pasien lansia.

2. Bagi Tempat Penelitian

Studi kasus ini diharapkan memberikan kontribusi positif dalam penyempurnaan standar asuhan keperawatan, serta meningkatkan pengetahuan terkait perawatan pasien lansia.

3. Bagi Klien

Studi kasus ini diharapkan dapat menambah koleksi literatur mengenai praktik intervensi keperawatan, khususnya pada pasien lansia dengan gangguan eliminasi alvi dan masalah konstipasi, sehingga memperluas wawasan tentang asuhan keperawatan.

Dengan fokus pada konstipasi pada pasien lansia yang mengalami gangguan eliminasi alvi, studi kasus ini diharapkan dapat membantu klien merasa lebih nyaman, menjaga pola hidup sehat, serta mendukung prognosis dan pengobatan penyakit yang dialami.

