BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Proses menua merupakan proses alami yang tidak dapat dihindari karena termasuk bagian daur kehidupan manusia. Berdasarkan definisinya, orang yang telah mencapai usia 45 atau 60 tahun dianggap lanjut usia. Pada tahap ini lansia akan mengalami banyak masalah yaitu, berawal dari kemunduran sel-sel tubuhnya yang menyebabkan fungsi organ tubuh dan daya tahan tubuh menurun sehingga menimbulkan masalah kesehatan (Sulistiono & Malinti, 2019). Pada lansia juga mengalami penurunan fungsi secara fisiologis seperti kulit yang mengendur, motorik yang menurun, dan penurunan fungsi organ salah satunya penurunan fungsi pada sistem pencernaan (Friska & Kemenkes Riau, 2020). Akibat peubahan dari sistem pencernaan, rektum akan gagal mengosongkan isinya, motilitas kolon menjadi berkurang, menyebabkan absorpsi air dan elektrolit meningkat, sehingga konstipasi sering dikeluhan oleh lansia (Sitorus & Malinti, 2019).

Di kawasan Asia Tenggara populasi lansia sebesar 8% atau sekitar 142 juta jiwa. Pada tahun 2050 diperkirakan populasi lansia meningkat 3 kali lipat dari tahun ini. Pada tahun 2000 jumlah lansia sekitar 5,3 juta jiwa (7,4%) dari total polulasi, sedangkan pada tahun 2010 jumlah lansia 24 juta jiwa (9,77%) dari total populasi, dan tahun 2020 diperkirakan jumlah lansia mencapai 28,8 juta jiwa (11,34%) dari total populasi. Badan Pusat Statistik di Indonesia tahun 2019, dalam waktu hampir lima dekade, persentase lansia di Indonesia meningkat dua kali lipat, yakni menjadi 9,6% (25 juta-an jiwa) dimana lansia

perempuan sekitar 1% lebih banyak dibandingkan lansia laki-laki (10,10% banding 9,10%). Sedangkan kejadian konstipasi di Indonesia sebesar 4,6% pada individu yang berusia 70 tahun keatas dan terjadi konstipasi persisten pada usia yang sudah lanjut (Kemenkes RI, 2017). Lansia yang hidup di Jawa Timur pada tahun 2017 sebanyak 12,92% dan akan meningkat pada 2020 sebanyak 13,4 % (BPS, Provinsi Jawa Timur). Berdasarkan data tahun 2025 pada 145 lansia ditemukan 20 lansia di PSTW Magetan mengalami konstipasi (UPT PSTW Magetan, 2025).

Konstipasi pada lanjut usia dapat dipicu oleh sejumlah faktor, seperti perubahan fisiologis, pola makan yang kurang seimbang, minimnya aktivitas fisik, konsumsi kafein berlebih, kurangnya asupan cairan, konsumsi obat-obatan seperti opioid, kondisi kesehatan lain, serta kebiasaan buang air besar yang tidak teratur (Oktaviana & Setiarini, 2013). Maka dari itu, mengenali penyebab yang spesifik sangat penting untuk menangani dan mencegah konstipasi secara efektif. Kondisi ini sering dianggap sepele oleh masyarakat, yang menganggap kesulitan buang air besar sebagai masalah ringan yang hanya disebabkan oleh pola makan buruk atau kurangnya asupan air. Pandangan keliru ini mengakibatkan pengabaian, dengan keyakinan bahwa masalah akan hilang dengan sendirinya. Namun, konstipasi dapat menimbulkan konsekuensi serius, termasuk peningkatan risiko kanker usus besar yang bisa berakibat fatal yang dapat berujung pada kematian. Hal ini terjadi ketika motilitas kolon menurun, menyebabkan waktu transit feses yang lebih lama di dalam kolon. Durasi transit yang lama ini memungkinkan lebih banyak air terserap dari massa feses, menghasilkan tinja yang keras dan kering, sehingga sulit dikeluarkan (Sari &

Wirjatmadi, 2017).

Tanda dan gejala dari konstipasi diantaranya masa feses keras, nyeri abdomen, adanya tekanan para rectum (Birimoglu Okuyan & Bilgili, 2019). Konstipasi yang terjadi pada lansia cenderung terjadi oleh karena asupan serat yang kurang dan perubahan fungsi gastrointestinal (Muzakar, 2018). Asupan serat dalam makanan yang dikonsumsi, dapat mempengaruhi pola defekasi. Apabila konsumsi serat dalam makanan tidak terpenuhi maka akan menimbulkan gangguan di saluran pencernaan karena serat dapat meningkatkan frekuensi buang air besar. Konsumsi makanan dengan serat rendah berpengaruh terhadap pola defekasi yaitu terjadinya konstipasi. Hal ini dapat terjadi karena perbedaan cara pengolahan makanan yang menjadi sumber serat. Pemanasan yang berlebihan pada makanan yang menjadi sumber serat dapat merusak struktur serat sehingga fungsi serat menjadi tidak optimal.

Perawat sebagai *care giver*, memiliki peran dalam mengatasi konstipasi pada lansia. Perawat melakukan asuhan keperawatan secara komprehensif dimulai dengan pengkajian, diagnosa, rencana keperawatan, membuat intervensi keperawatan, membuat implementasi hingga evaluasi asuhan keperawatan. Pada kasus konstipasi, terdapat 2 intervensi utama yang dapat dilakukan pada lansia yaitu edukasi pencegahan konstipasi yang meliputi anjuran minum air putih sesuai kebutuhan dan anjuran mengonsumsi makanan berserat dan terapi massage abdomen (Tim Pokja SIKI DPP PPNI, 2018). Pendekatan pencegahan ini hemat biaya dan efektif, karena asupan serat yang cukup meningkatkan buang air besar yang lebih lancar. Asupan serat yang tidak memadai diakui sebagai faktor yang berkontribusi terhadap konstipasi. Oleh

karena itu, memahami peran makanan kaya serat dapat memengaruhi pilihan diet individu. Ketika orang menyadari manfaat mengonsumsi serat, mereka lebih cenderung membeli dan memasukkan makanan ini ke dalam makanan mereka untuk mencegah konstipasi. Adapun massage abdomen merupakan salah satu terapi komplementer untuk mengatasi konstipasi. Dimana tindakan ini akan menstimuli sistem saraf parasimpatis meningkatkan motilitas usus, meningkatkan sekresi pencernaan dan melemaskan sfingter di saluran gastrointestinal sehingga konsistensi feses menjadi lunak dan mudah dikeluarkan. Abdominal massage yang diberikan kepada pasien yang mengalami konstipasi akan merangsang peningkatan motilitas usus sehingga pasien akan terangsang untuk defekasi. Hasil ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa abdominal massage mengubah tekanan intra abdominal, memiliki efek mekanis dan mengaktifkan reflek usus, sehingga meningkatkan gerak peristaltik, meningkatkan kontraksi dan daya dorong. Abdominal massage ini dapat mengurangi waktu transit dikolon, dan melunakkan feses.

Ada batasan-batasan yang perlu diperhatikan dalam mengatur pola makan, seperti jumlah, dan jenis makanan. Islam juga telah memberikan panduan tentang cara menjaga kesehatan lambung dan bagian tubuh lainnya agar tetap sehat dan dapat menjalankan fungsi serta tugasnya dalam jangka waktu yang panjang. Dalam Al-Qur'an, Allah mengingatkan kita untuk selalu memperhatikan makanan yang kita konsumsi.

Hal ini tercermin dalam beberapa ayat Al-Qur'an sebagaimana firman Allah, dalam surah 'Abasa Ayat 24 dan Al-Ma'idah Ayat 88 yang berbunyi:

فَلْيَنْظُرِ الْاِنْسَانُ اِلٰى طَعَامِهٖٓ ٢٤

“Maka, hendaklah manusia itu memperhatikan makanannya.”

وَكُلُوْا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللّٰهُ حَلٰلًا طَيِّبًا وَّاتَّقُوا اللّٰهَ الَّذِيْٓ اَنْتُمْ بِهٖ مُؤْمِنُوْنَ ٨٨

“Makanlah apa yang telah Allah anugerahkan kepadamu sebagai rezeki yang halal lagi baik, dan bertakwalah kepada Allah yang hanya kepada-Nya kamu beriman.”

Al- quran menganjurkan hendaklah manusia makan makanan dan minum minuman dalam jumlah yang secukupnya, tidak kekurangan dan tidak berlebihan, serta memilih bahan makanan yang halal dan thayyib. Ajaran Islam menilai nutrisi memiliki peran penting dan konstruktif dalam membentuk identitas serta sifat moral manusia.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimanakah Pemberian Asuhan Keperawatan Pada Pasien Lansia Yang Mengalami Gangguan Pemenuhan Eliminasi Dengan Masalah Keperawatan Konstipasi di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan?”

1.3 Tujuan

1.3.1. Tujuan Umum

Untuk memahami cara melakukan asuhan keperawatan gerontik pada pasien lansia yang mengalami gangguan pemenuhan eliminasi dengan masalah keperawatan konstipasi di Panti Sosial Tresna Werdha Magetan.

1.3.2. Tujuan Khusus

Mahasiswa mampu:

a. Melakukan pengkajian asuhan keperawatan gerontik pada pasien lansia yang mengalami gangguan pemenuhan eliminasi dengan masalah keperawatan konstipasi di Panti Sosial Tresna Werdha Magetan.
b. Merumuskan diagnosis asuhan keperawatan gerontik pada pasien lansia yang mengalami gangguan pemenuhan eliminasi dengan masalah keperawatan konstipasi di Panti Sosial Tresna
c. Menyusun rencana tindakan keperawatan asuhan gerontik pada pasien lansia yang mengalami gangguan pemenuhan eliminasi dengan masalah keperawatan konstipasi di Panti Sosial Tresna Werdha Magetan.
d. Melaksanakan tindakan asuhan keperawatan gerontik pada pasien lansia yang mengalami gangguan pemenuhan eliminasi dengan masalah keperawatan konstipasi di Panti Sosial Tresna Werdha Magetan.
e. Mengevaluasi asuhan keperawatan gerontik pada pasien lansia yang mengalami gangguan pemenuhan eliminasi dengan masalah keperawatan konstipasi di Panti Sosial Tresna Werdha Magetan.
f. Mendokumentasikan asuhan keperawatan gerontik pada pasien lansia yang mengalami gangguan pemenuhan eliminasi dengan

masalah keperawatan konstipasi di Panti Sosial Tresna Werdha Magetan.

1.4 Manfaat Penelitian

Studi kasus ini diharapkan memberikan manfaat sebagai berikut:

1.4.1. Manfaat Teoritis

a. Bagi penulis

Penelitian ini digunakan untuk meningkatkan kemampuan peneliti dan sebagai masukan dalam pengembangan pembelajaran serta menambah ilmu pengetahuan khususnya mengenai Asuhan Keperawatan Pada Lansia yang mengalami Gangguan Eliminasi dengan Masalah Keperawatan Konstipasi.

b. Bagi penulis selanjutnya

Penelitian ini digunakan sebagai bahan diskusi dan sebagai informasi dalam proses pembelajaran untuk mengembangkan ilmu keperawatan gerontik, khususnya pada Asuhan Keperawatan Lansia Gangguan Eliminasi dengan Masalah Keperawatan Konstipasi.

c. Bagi fakultas ilmu kesehatan

Penelitian ini digunakan sebagai bahan diskusi dan sebagai informasi dalam proses pembelajaran untuk mengembangkan ilmu keperawatan gerontik, khususnya pada Asuhan Keperawatan Lansia Gangguan Eliminasi dengan Masalah Keperawatan Konstipasi.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi lansia

Penelitian ini diharapkan dapat mengurangi gangguan eliminasi serta dapat meningkatkan pengetahuan mengenai konstipasi.

b. Bagi perawat

Penelitian ini diharapkan menjadi pertimbangan dalam manajemen konstipasi pada lansia.