

EFEKTIVITAS MASASE ABDOMEN TERHADAP PENCEGAHAN KONSTIPASI PADA PASIEN STROKE

Nonika Roma Suryani Sianturi¹, Dudut Tanjung², Kiking Ritarwan³
Universitas Sumatera Utara^{1,2,3}
nonikasianturi1991@gmail.com¹

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi efektivitas masase abdomen terhadap pencegahan konstipasi pada pasien stroke. Metode yang digunakan adalah *quasi eksperimental two group pretest posttest*. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara *consecutive sampling* menggunakan instrumen *Constipation Assessment Scale* (CAS). Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh masase abdomen terhadap pencegahan konstipasi pada pasien stroke ($p = 0,001$) dan sesudah tindakan ($p = 0,001$). Simpulan, masase abdomen efektif dilakukan untuk mencegah terjadinya konstipasi.

Kata Kunci: Abdomen, Konstipasi, Masase, Stroke

ABSTRACT

This study aims to identify the effectiveness of abdominal massage in preventing constipation in stroke patients. The method used is a quasi-experimental two-group pretest-posttest. The sampling technique was conducted by consecutive sampling using the Constipation Assessment Scale (CAS) instrument. The results showed an effect of abdominal massage on the prevention of constipation in stroke patients ($p = 0.001$) and after the procedure ($p = 0.001$). In conclusion, abdominal massage is effective in preventing constipation.

Keywords: Abdomen, Constipation, Massage, Stroke

PENDAHULUAN

Stroke merupakan perubahan neurologi yang disebabkan oleh adanya gangguan suplai darah ke salah satu atau seluruh bagian dari otak. Stroke menjadi penyebab tertinggi dari kecacatan dan kematian di seluruh dunia yaitu sebanyak 6.15 juta dan menduduki peringkat kedua di dunia setelah penyakit jantung iskemik. Rata-rata seseorang mengalami stroke setiap 40 detik dan mengalami kematian setiap 4 menit. Peningkatan jumlah stroke terjadi juga di Indonesia dari 7 permil menjadi 10.9 permil dan Sumatera Utara ± 7 permil menjadi ± 10 permil (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Keterbatasan fisik, mobilitas dan perubahan postur tubuh pada pasien stroke dapat mempengaruhi proses buang air besar yang berpotensi menyebabkan konstipasi yang signifikan dibandingkan orang sehat. Konstipasi tidak hanya mempengaruhi kualitas hidup pasien tetapi juga menghambat proses pemulihan mereka setelah stroke bahkan dapat menyebabkan kekambuhan penyakit serebrovaskular (Li et al., 2017). Konstipasi merupakan suatu keadaan yang ditandai oleh perubahan konsistensi feses menjadi keras, ukuran besar, penurunan frekuensi atau kesulitan defekasi. Konstipasi dapat disebabkan

oleh kurangnya asupan serat, pengaruh obat yang dikonsumsi, pengaruh dari penyakit yang diderita, hingga kurangnya aktivitas fisik. Pasien stroke perlu buang air besar secara teratur paling tidak setiap 2-3 hari, jika buang air besar kurang dari tiga kali seminggu disebut konstipasi. Konstipasi yang tidak mendapatkan penanganan yang baik akan menimbulkan berbagai macam masalah kesehatan lainnya (Fekri et al., 2021; Zhang et al., 2018).

Penanganan konstipasi dapat dilakukan dengan menggunakan terapi farmakologi dan terapi non farmakologi. Saat ini untuk mengatasi konstipasi di rumah sakit selalu bergantung dengan terapi farmakologi yaitu pemberian obat pencahar (*laxative*). Penanganan konstipasi harus disesuaikan dengan memperhitungkan lama dan intensitas konstipasi baik dengan obat-obatan maupun mobilisasi. Terapi non farmakologi dapat dilakukan tanpa menimbulkan efek samping seperti masase abdomen. Terapi ini yang diberikan pada dinding abdomen secara langsung dapat membantu merangsang peristaltik usus, memperkuat otot-otot abdomen serta dapat meningkatkan kontraksi dari intertinal dan rektum seseorang sehingga dapat memperlancar sistem pencernaan (Krogh et al., 2017; Yıldırım et al., 2019).

Studi melaporkan kejadian konstipasi paling banyak ditemukan pada wanita (34%) dibandingkan pria. Selain itu, insiden konstipasi juga lebih tinggi pada orang yang tinggal sendiri daripada yang tinggal dalam suatu keluarga. Hal ini sering dialami oleh pasien yang lanjut usia. Stroke merupakan kondisi klinis yang dominan mengalami konstipasi (Pinto et al., 2020). Konstipasi yang tidak dikelola secara efektif akan mempengaruhi kualitas hidup. Oleh karena itu penting untuk mengidentifikasi dan mengevaluasi konstipasi dini pada orang tua untuk program manajemen usus yang tepat dan merencanakan intervensi eliminasi usus.

Berdasarkan fenomena yang telah diuraikan sebelumnya, maka pada studi ini peneliti melakukan analisis terkait efektivitas jenis intervensi yang dapat digunakan dalam pencegahan konstipasi pada pasien stroke, khususnya masase abdomen. Masase abdomen adalah intervensi *non invasive* yang merangsang peristaltik dan meningkatkan fungsi pencernaan dengan baik (Pinto et al., 2020). Sejauh ini, perawatan terhadap konstipasi dengan intervensi tersebut masih tergolong sangat minim, sehingga terapi farmakologi yaitu pemberian *laxative* tetap selalu menjadi pilihan utama. Penelitian ini ditujukan untuk memberikan informasi perawatan yang dapat memudahkan pasien stroke agar dapat BAB dengan lancar dan menghindari munculnya konstipasi kembali.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Desain yang digunakan adalah *quasi experimental with non-equivalent control group pretest-posttest design*. Desain tersebut digunakan untuk membandingkan dua kelompok atau lebih sebelum dan sesudah melaksanakan sebuah intervensi. Jumlah sampel kelompok intervensi sebanyak 28 responden dan kelompok kontrol sebanyak 28 responden. CAS (*Constipation Assessment Scale*) digunakan untuk mengukur skor konstipasi. Uji komparasi yang akan digunakan adalah uji parametrik (t-dependen dan t-independen).

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Responden

Berikut merupakan data terkait karakteristik responden yang dikaji pada penelitian ini:

Tabel. 1
Distribusi Frekuensi dan Persentase Karakteristik Demografi Responden serta Variabel *Confounding* pada Kelompok Intervensi dan Kontrol (n=56)

Karakteristik	Intervensi		Kontrol	
	f	%	f	%
Usia				
< 55 Tahun	25	17,9	6	21,4
> 55 Tahun	23	82,1	22	78,6
Penggunaan Opioid				
Ya	28	100	28	100
Tidak	0	0	0	0
Penggunaan Laksatif				
Ya	5	17,9	21	75
Tidak	23	82,1	7	25
Jenis Stroke				
Hemoragik	0	0	0	0
Non Hemoragik	28	100	28	100
Tingkat Kesadaran				
Compos Mentis	28	100	28	100

Tabel 1 memperlihatkan bahwa mayoritas usia responden adalah > 55 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tua usia seseorang, maka akan mengalami penurunan fungsi gastrointestinal. Dengan demikian pasien stroke berisiko tinggi untuk mengalami konstipasi. Selain itu, kelompok intervensi dan kontrol semuanya menggunakan opioid dan sebagian responden menggunakan *laxative*. Artinya semakin banyak pasien menggunakan obat jenis opioid dan *laxative* akan menghambat kerja usus, sehingga rentan untuk mengalami konstipasi. Adapun tingkat kesadaran untuk kelompok intervensi dan kontrol semuanya yaitu composmentis, artinya pasien dapat diajak berkomunikasi dengan baik, meminimalkan resiko saat dilakukan tindakan masase abdomen, serta kooperatif saat dilakukan tindakan.

Pencegahan Konstipasi

Tabel. 2
Distribusi Frekuensi Skor Pencegahan Konstipasi Sebelum dan Setelah Diberikan Intervensi Masase Abdomen (n=56)

Skor Pencegahan Konstipasi			
Intervensi (f)		Kontrol (f)	
Pre	Post	Pre	Post
2	0	0	3
3	1	1	4
4	2	2	5
5	3	3	6
6	4	4	7
7	5	5	8
	6	6	
		7	

Distribusi pada kelompok intervensi mengalami penurunan skor, sedangkan pada kelompok kontrol terjadi peningkatan (Tabel 2). Artinya pada responden yang dilakukan tindakan masase abdomen dapat membantu meningkatkan kerja peristaltik usus, sehingga kejadian konstipasi dapat dicegah sedini mungkin.

Hasil Analisis Bivariat

Efektivitas Masase Abdomen terhadap pencegahan konstipasi pada Pasien Stroke Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol

Uji normalitas dengan *Kolmogorov-Smirnov* didapatkan data terdistribusi normal dan data berskala ukur numerik sehingga analisis data menggunakan uji parametrik. Uji yang digunakan yaitu *independent t-test* yang bertujuan untuk mengidentifikasi pencegahan konstipasi sebelum dan setelah intervensi berupa masase abdomen dapat dilihat pada tabel 3 berikut:

Tabel. 3
Efektivitas Masase Abdomen terhadap Pencegahan Konstipasi pada Pasien Stroke Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol (n=56)

	Mean	F	df	p-Value
Pencegahan Konstipasi	-2,143	0,109	54	0,001

Berdasarkan hasil analisis bivariat menggunakan uji statistik *independent t-test* diperoleh *p-value* pada kelompok intervensi sebelum dan sesudah dilakukan masase abdomen terhadap pencegahan konstipasi sebesar 0,001 ($p < 0.05$). Hal ini menunjukkan bahwa masase abdomen berpengaruh terhadap pencegahan stroke pada pasien stroke.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat pengaruh yang signifikan dari faktor usia terhadap pencegahan konstipasi. Perubahan fisiologis pada tubuh akan terjadi seiring dengan penambahan usia. Adapun pada distribusi responden menurut penggunaan laksatif pada kelompok intervensi yaitu tidak menggunakan laksatif sebesar 78,6%, sedangkan pada kelompok kontrol yang tidak menggunakan laksatif sebesar 75%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pasien lebih banyak tidak menggunakan obat pencahar.

Laksatif merupakan terapi obat yang berfungsi untuk merangsang kerja usus yang memudahkan pengeluaran feses (Pinto et al., 2020). Hasil penelitian memperlihatkan bahwa penggunaan laksatif (obat pencahar) setelah stroke (19,15%) hasilnya tidaklah memuaskan ($p=0,0736$). Salah satu penyebab tingginya angka konstipasi yaitu frekuensi penggunaan laksatif. Meskipun terapi laksatif merupakan salah satu *medical management* untuk mengatasi konstipasi (Yıldırım et al., 2019). Namun hasil penelitian menunjukkan bahwa 19,15% kejadian konstipasi yang ditemukan terjadi pada pasien yang menggunakan beberapa jenis pencahar.

Distribusi responden menurut jenis stroke pada kelompok intervensi dan kontrol yaitu stroke iskemik sebanyak 100%. Gangguan pergerakan atau mobilitas dapat mempengaruhi kemampuan klien terhadap keinginan buang air besar. Akibatnya, klien mengalami konstipasi atau *fecal inkontinencia* yang disebabkan karena sangat berkurangnya fungsi dari sfingter ani (Baran & Ates, 2019; Neto & Borges, 2020).

Pasien immobilisasi ataupun bedrest tentunya akan mengakibatkan penurunan gerak peristaltik sehingga berdampak melambatnya feses menuju rektum dalam waktu

lama dan akan terjadi reabsorpsi cairan feces hal ini yang membuat feces mengeras. Akibat lain dari kelemahan anggota gerak yaitu pasien tidak mampu bergerak secara mandiri bahkan kehilangan gerak, tidur terlentang di tempat tidur tanpa ada pergerakan dalam jangka waktu terlalu lama berakibat pada penurunan fungsi sistem pencernaan, bising usus maka lama kelamaan akan terjadi konstipasi (Wang et al., 2020).

Distribusi responden menurut tingkat kesadaran pada kelompok intervensi dan kontrol yaitu composmentis sebanyak 100%. Stroke dapat mengakibatkan penurunan kesadaran, otot-otot abdominal juga akan menurun mengakibatkan kesulitan atau hambatan pasase bolus di kolon atau rektum, sehingga timbul kesulitan defekasi atau timbul konstipasi. Konstipasi yang tidak tertangani dengan baik pada pasien stroke akan menyebabkan tekanan pada abdomen yang memicu pasien mengejan saat berdefekasi. Pengejan selama defekasi merupakan kontraindikasi pada pasien stroke non hemoragik karena bisa berakibat terjadinya valsalva maneuver yang dapat mengakibatkan kematian. Penanganan konstipasi harus disesuaikan dengan memperhitungkan lama dan intensitas konstipasi baik dengan farmakologi maupun non farmakologi (Okuyan & Bilgili, 2019; Çevik et al., 2018).

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa massase abdomen dapat menurunkan gejala memberatnya gastrointestinal seperti konstipasi secara signifikan. Selain itu, Okuyan & Bilgili (2019) juga menyatakan bahwa massase abdomen efektif untuk mengatasi konstipasi karena massase abdomen dapat menstimulasi peristaltik, sehingga feces di kolon tidak terlalu lama. Massase abdomen juga dapat meningkatkan frekuensi BAB dan meningkatkan rasa nyaman pada pasien.

SIMPULAN

Pemberian tindakan masase abdomen pada pasien stroke terbukti efektif dalam mencegah terjadinya konstipasi. Tindakan ini juga dapat dilakukan secara mandiri pada pasien stroke non hemoragik.

SARAN

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu materi dalam memberikan keterampilan dan membekali mahasiswa untuk diberikan pelatihan atau workshop. Intervensi masase abdomen dapat menjadi salah satu intervensi non farmakologi dalam membantu mencegah terjadinya konstipasi pada pasien stroke yang dapat diterapkan sebagai tindakan mandiri keperawatan di pelayanan kesehatan. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi sumber rujukan untuk mengembangkan ilmu keperawatan melalui pengembangan intervensi untuk menangani konstipasi pada pasien stroke.

DAFTAR PUSTAKA

- Baran, A., & Ates, S. (2019). The Effects of Abdominal Massage in the Management of Constipation in Elderly People: A Randomized Controlled Study. *Topics in Geriatric Rehabilitation*, 35(2), 134–140. <https://doi.org/10.1097/TGR.0000000000000223>
- Çevik, K., Çetinkaya, A., Yiğit Gökbek, K., Menekşe, B., Saza, S., & Tikiz, C. (2018). The Effect of Abdominal Massage on Constipation in the Elderly Residing in Rest Homes. *Gastroenterology Nursing*, 41(5), 396–402. <https://doi.org/10.1097/SGA.0000000000000343>
- Fekri, Z., Aghebati, N., Sadeghi, T., & Farzadfard, M. T. (2021). The Effects of

- Abdominal “I LOV U” Massage along with Lifestyle Training on Constipation and Distension in the Elderly with Stroke. *Complementary Therapies in Medicine*, 57(2), 1-28. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2021.102665>
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Laporan Nasional RISKESDAS 2018. https://dinkes.babelprov.go.id/sites/default/files/dokumen/bank_data/20181228%20-%20Laporan%20Riskasdas%202018%20Nasional-1.pdf
- Krogh, K., Chiarioni, G., & Whitehead, W. (2017). Management of Chronic Constipation in Adults. *United European Gastroenterology Journal*, 5(4), 465–472. <https://doi.org/10.1177/2050640616663439>
- Li, J., Yuan, M., Liu, Y., Zhao, Y., Wang, J., Guo, W., & Ray, B. (2017). Incidence of Constipation in Stroke Patients: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Medicine (United States)*, 96(25), 1–6. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000007225>
- Neto, H. P., & Borges, R. A. (2020). Visceral Mobilization and Functional Constipation in Stroke Survivors: A Randomized, Controlled, Double-Blind, Clinical Trial. *Cureus*, 12(5). <https://doi.org/10.7759/cureus.8058>
- Okuyan, C. B., & Bilgili, N. (2019). Effect of Abdominal Massage on Constipation and Quality of Life in Older Adults: A Randomized Controlled Trial. *Complementary Therapies in Medicine*, 47, 1-26. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2019.102219>
- Pinto, C. F. C. S., Oliveira, P. da C. M., Fernandes, O. M. F. S. de O., Padilha, J. M. dos S. C., Machado, P. A. P., Ribeiro, A. L. A., & Ramos, J. L. N. (2020). Nonpharmacological Clinical Effective Interventions in Constipation: A Systematic Review. *Journal of Nursing Scholarship*, 52(3), 261–269. <https://doi.org/10.1111/jnu.12555>
- Wang, Q. S., Liu, Y., Zou, X. N., Ma, Y. L., Liu, G. L., & Liu, G. L. (2020). Evaluating the Efficacy of Massage Intervention for the Treatment of Poststroke Constipation: A Meta-Analysis. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2020, 1-8. <https://doi.org/10.1155/2020/8934751>
- Yıldırım, D., Can, G., & Talu, G. K. (2019). The Efficacy of Abdominal Massage in Managing Opioid-Induced Constipation. *European Journal of Oncology Nursing*, 41, 110-119. <https://doi.org/10.1016/j.ejon.2019.05.013>
- Zhang, T., Wang, G., Li, B., Wang, L., Guo, J., Hu, J., Du, X., Hong, Q., Sun, J., & Liu, C. (2018). Effect of Acupuncture for Constipation after Ischemic Stroke: Study Protocol for a Randomized Controlled Trial. *Trials*, 19(1), 1–8. <https://doi.org/10.1186/s13063-018-2750-0>