BAB IV
HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran umum lokasi penelitian

Dusun Beteng Tridadi merupakan salah satu desa di kecamatan Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Dengan luas wilayah 504.000 Ha. Wilayah ini terbagi menjadi 15 padukuhan, 40 RW (Rukun Warga), dan 96 RT (Rukun Tetangga) dan di setiap RW terdapat ketua RW serta di setiap RT terdapat ketua RT. Jumlah penduduk di Desa Tridadi Sleman Yogyakarta sebanyak 13.454 jiwa atau 3931 kepala keluarga (KK). Dusun Beteng Tridadi terdiri dari 3 bagian yaitu sebagai berikut utara berbatasan dengan Desa Trimulyo dan Desa Pandowoharjo, Timur berbatasan dengan Desa Pandowoharjo dan Desa Tlogoadi, selatan berbatasan dengan Desa Sendangadi dan Desa Tlogoadi, barat berbatasan dengan Desa Sumberadi dan Desa Triharjo.

Fasilitas pendukung yang ada di Dusun Beteng Tridadi Sleman Yogyakarta yaitu adanya kegiatan posyandu lansia yang dilaksanakan setiap bulan sekali pada tanggal 8. Kegiatan yang ada di posyandu lansia meliputi pemeriksaan pengukuran berat badan, tekanan darah, asam urat, kolesterol, dan pemberian gizi untuk meningkatkan status gizi pada lansia, selain itu juga diadakan kegiatan senam lansia yang dilaksanakan setiap satu minggu sekali pada hari Sabtu dimulai pada pukul 08.00-10.00 WIB dibantu oleh kader. Selain itu ada juga kegiatan posbindu, bkb (bina keluarga balita), bkl (bina keluarga lansia) dan tabo (tanggap bocah). Kegiatan ini kegiatannya dilakukan setiap bulan sekali tetapi untuk tanggalnya tidak menentu

2. Analisa Univariat

Subjek penelitian ini adalah lansia yang mengalami konstipasi di Dusun Beteng Tridadi Sleman Yogyakarta. Dengan jumlah sebanyak 62 responden. Gambaran mengenai karakteristik subjek penelitian

Perpustakaan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

dijelaskan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi berdasarkan variabel penelitian.

Berdasarkan variabel pada penelitian ini didapatkan analisa univariat meliputi :

a. Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh Karateristik reponden berdasarkan umur, jenis kelamin, pendidikan, dan pekerjaan di Dusun Beteng Tridadi Kecamatan Sleman Kabupaten Sleman sebagai berikut :

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur, Jenis Kelamin, Pendidikan, Status Pekerjaan di Dusun Beteng Tridadi, Kecamatan Sleman, Kabupaten Sleman, Yogyakarta (n=62).

Karakteristik	Frekuensi	Presentase (%)
Usia		
Lanjut usia (60-75 tahun)	7	11,3
Lanjut usia tua (75-90 tahun)	55	88,7
Jumlah	**62**	**100**
Jenis Kelamin		
Laki-laki	28	45,2
Perempuan	34	54,8
Jumlah	**62**	**100**
Pendidikan Dasar		
SD	24	40,3
SMP/MTs	12	19,4
Pendidikan Menengah		
SMA, SMK, MA,MAK	21	33,9
Pendidikan Tinggi		
Diploma, Sarjana, Magister, Spesialis dan doctor	4	6,5
Jumlah	**62**	**100**
Pekerjaan		
Wiraswasta	23	37,1
IRT/Tidak bekerja	39	62,9
Jumlah	**62**	**100**

Sumber : *Data Primer 2018*

Berdasrkan tabel 4.1 menunjukkan hasil bahwa lansia di Dusun Beteng Tridadi Sleman Yogyakarta lansia lanjut usia sebagian besar berusia 75-90 tahun (88,7%), sedangkan dari jenis kelamin sebagian besar lansia di Dusun Beteng Tridadi Sleman Yogyakarta memiliki

Perpustakaan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

jenis kelamin perempuan sebanyak (54,8%). Selain itu jika dilihat dari tingkat pendidikan lansia paling tinggi memiliki riwayat pendidikan dasar yaitu tingkat pendidikan dasar sebanyak (40,3%), dan jika dilihat dari pekerjaan sebagian besar lansia bekerja sebagai ibu rumah tangga sebanyak (62,9%).

b. Kejadian konstipasi pada lansia

Hasil penelitian kejadian konstipasi pada lansia di Dusun Beteng Tridadi Sleman Yogyakarta sebagai berikut :

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Kejadian Konstipasi Pada Lansia di Dusun Beteng Tridadi, Kecamatan Sleman, Kabupaten Sleman, Yogyakarta (n=62).

Konstipasi	Frekuensi	Presentase (%)
Konstipasi	34	54,8
Tidak Konstipasi	28	45,2
Jumlah	**62**	**100,0**

Sumber : *Data Primer 2018*

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan hasil bahwa kejadian konstipasi pada lansia di Dusun Beteng Tridadi Sleman Yogyakarta dialami oleh 34 orang lansia (54,8%).

Tabel 4.3 Presentase komponen pertanyaan kuesioner *Constipation Scoring System* di Dusun Beteng Tridadi, Kecamatan Sleman, Kabupaten Sleman, Yogyakarta (n=62).

No	Item Pertanyaan	Frekuensi	Persentase(%)
1	Frekuensi defekasi		
	- 1-2x/hari	16	25,8
	- 2x seminggu	12	19,4
	- 1x seminggu	32	51,6
	- < 1x seminggu	2	3,2
2	Kesulitan defekasi : mengejan saat defekasi		
	- Tidak pernah	8	12,9
	- Jarang	15	24,2
	- Kadang-kadang	12	19,4
	- Sering	27	43,5
3	Merasa tidak tuntas setelah defekasi		
	- Tidak pernah	10	16,1
	- Jarang	9	14,5
	- Kadang-kadang	16	25,8
	- Sering	27	43,5

Perpustakaan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

No	Item Pertanyaan	Frekuensi	Persentase(%)
4	Nyeri : nyeri atau rasa tidak nyaman pada perut		
	- Tidak pernah	8	12,9
	- Jarang	8	12,9
	- Kadang-kadang	27	43,5
	- Sering	19	30,6
5	Lama berlansung proses defekasi		
	- < 5 menit	15	24,2
	- 5-10 menit	43	69,4
	- 10-20 menit	3	4,8
	- 20-30 menit	1	1,6
6	Bantuan yang digunakan saat defekasi		
	- Tidak ada	50	80,6
	- Laksatif	12	19,4
7	Tidak berhasil defekasi dalam 24 jam		
	- Tidak pernah	15	24,2
	- 1-3 kali	12	19,4
	- 3-6 kali	4	6,5
	- 6-9 kali	31	50,0
8	Riwayat konstipasi dalam setahun terakhir		
	- Tidak pernah	14	22,6
	- 1-5 kali	16	25,8
	- 5-10 kali	23	37,1
	- 10-20 kali	9	14,5

Sumber : *Data Primer 2018*

Perpustakaan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Berdasarkan tabel 4.3 dapat disimpulkan bahwa kejadian konstipasi pada lansia paling tinggi defekasi satu kali dalam seminggu sebanyak 32 orang (50,8%), selain itu pertanyaan kedua kesulitan defekasi atau mengejan saat defekasi sebagian besar responden memilih jawaban sering sebanyak 27 orang (42,9%). Hasil wawancara dengan lansia tersebut kepada peneliti responden mengatakan bahwa lebih sering mengkonsumsi air teh dibandingkan air putih, selain itu juga kurangnya konsumsi makanan yang berserat. Ada juga responden yang mengatakan kepada peneliti bahwa pada saat sakit perut lansia langsung masuk ke kamar mandi tetapi saat ingin mengejan tidak kuat karena ada rasa sakit di perut sehingga lansia tidak tuntas saat defekasi. Pertanyaan ketiga para lansia sering merasa tidak tuntas dalam

defekasi sebanyak 27 orang (42,9%) karena kebanyakan lansia ketika sudah masuk di dalam kamar mandi tidak jadi untuk melakukan defekasi atau Buang Air Besar (BAB), kemudian pada pertanyaan keempat kebanyakan lansia merasa nyeri atau terdapat rasa tidak nyaman pada perut 27 orang (42,9%), selanjutnya ketika lansia mendapatkan pertanyaan kelima sebagian besar lansia selama proses defekasi mereka membutuhkan waktu selama 5-10 menit sebanyak 43 orang (68,3%), kemudian menuju pertanyaan keenam seorang lansia tidak membutuhkan bantuan untuk defekasi. Sedangkan sebanyak 12 lansia menggunakan laksatif untuk membantu lansia dalam defekasi. Pertanyaan ketujuh para lansia merasa tidak berhasil melakukan defekasi selama 24 jam sebanyak 6-9 kali sebanyak 31 orang (49,2%), dan untuk pertanyaan yang kedelapan mayoritas lansia memiliki riwayat konstipasi dalam satu tahun terakhir sebanyak 5-10 kali sebanyak 23 (36,5%).

Tabulasi silang karakteristik responden berdasarkan usia dengan kejadian konstipasi lansia disajikan pada tabel 4.4

Tabel 4.4 Hasil Tabulasi Silang Karakteritik Responden Berdasarkan Usia Dengan Kejadian Konstipasi di Dusun Beteng Tridadi, Kecamatan Sleman, Kabupaten Sleman, Yogyakarta (n=62).

Karateristik responden	**Tingkat Kejadian Konstipasi**				**Total**	
	Konstipasi		**Tidak konstipasi**			
Usia	F	%	F	%	F	%
Elderly (60-74 tahun)	2	3,2	5	8,1	7	11,3
Old (75-90 tahun)	32	51,6	23	37,1	55	88,7
Total	**34**	**54,8**	**28**	**45,2**	**62**	**100**

Sumber Data: *Data Primer 2018*

Berdasarkan tabel 4.4 lansia dengan rentang usia 75-90 tahun lebih banyak mengalami kontipasi sebanyak 32 orang (51,6%). Dibandingkan dengan kejadian konstipasi pada lansia dengan rentang usia 60-74 tahun.

Perpustakaan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Tabulasi silang karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dengan kejadian konstipasi lansia disajikan pada tabel 4.5

Tabel 4.5 Hasil Tabulasi Silang Karakteritik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Dengan Kejadian Konstipasi di Dusun Beteng Tridadi, Kecamatan Sleman, Kabupaten Sleman, Yogyakarta (n=62).

Karateristik responden	Tingkat Kejadian Konstipasi				Total	
	Konstipasi		Tidak konstipasi			
Jenis Kelamin	F	%	F	%	F	%
Laki-laki	13	21,0	15	24,2	28	45,2
Perempuan	21	33,9	13	21,0	34	54,8
Total	**34**	**54,8**	**28**	**45,2**	**62**	**100**

Sumber Data: *Data Primer 2018*

Berdasarkan tabel 4.5 menunjukkan bahwa lansia yang tinggal di Dusun Beteng Tridadi Sleman Yogyakarta responden yang berjenis kelamin perempuan lebih banyak mengalami konstipasi sebanyak 21 orang (33,9%). Hal ini berbanding terbalik dengan lansia yang berjenis kelamin laki-laki.

Tabulasi silang karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan dengan kejadian konstipasi lansia disajikan pada tabel 4.6

Tabel 4.6 Hasil Tabulasi Silang Karakteritik Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan Dengan Kejadian Konstipasi di Dusun Beteng Tridadi, Kecamatan Sleman, Kabupaten Sleman, Yogyakarta (n=62).

Karateristik responden	Tingkat Kejadian Konstipasi				Total	
	Konstipasi		Tidak konstipasi			
Tingkat Pendidikan	F	%	F	%	F	%
Pendidikan dasar SD	20	32,3	5	8,1	25	40,3
SMP/MTs	6	9,7	6	9,7	12	19,4
Pendidikan Menengah SMA,SMK, MA,MAK	8	12,9	13	21,0	21	33,9
Pendidikan Tinggi Diploma, Sarjana, Magister, Spesialis dan Doktor	0	0,0	4	6,5	4	6,5
Total	**34**	**54,8**	**28**	**45,2**	**62**	**100**

Sumber Data: *Data Primer 2018*

Berdasarkan tabel 4.6 menunjukkan bahwa sebagain besar lansia yang mengalami konstipasi di Dusun Beteng Tridadi Sleman

Perpustakaan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Yogyakarta berlatar belakang pendidikan dasar sebanyak 20 orang (32,3%).

Tabulasi silang karakteristik responden berdasarkan pekerjaan dengan kejadian konstipasi lansia disajikan pada tabel 4.7

Tabel 4.6 Hasil Tabulasi Silang Karakteritik Responden Berdasarkan Pekerjaan Dengan Kejadian Konstipasi di Dusun Beteng Tridadi, Kecamatan Sleman, Kabupaten Sleman, Yogyakarta (n=62).

Karateristik responden	Tingkat Kejadian Konstipasi				Total	
	Konstipasi		Tidak konstipasi			
Pekerjaan	F	%	F	%	F	%
Wiraswasta	8	12,9	15	24,2	23	37,1
IRT/tidak bekerja	26	41,9	13	21,0	39	62,9
Total	**34**	**54,8**	**28**	**45,2**	**62**	**100**

Sumber Data: *Data Primer 2018*

Berdasarkan tabel 4.7 menunjukkan hasil bahwa lansia di Dusun Beteng Tridadi Sleman Yogyakarta mayoritas lansia tidak memiliki pekerjaan atau hanya bekerja sebagai ibu rumah tangga yang mengalami konstipasi sebanyak 26 orang (41,9%)

B. Pembahasan

1. Karakteristik Responden

Hasil penelitian berdasarkan karakteristik umur menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 75-90 tahun *(elderly)* yaitu sebesar 88,7%. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Pradani (2015) yang menjelaskan bahwa responden paling banyak yaitu usia 75-79 tahun sebanyak 12 orang (34,3%). Menurut Kesehatan RI (2016) bahwa UHH di Indonesia adalah 70,8 tahun. Tingginya UHH merupakan salah satu indikator keberhasilan pencapaian pembangunan nasional terutama di bidang kesehatan. Menurut Tamher (2009) lanjut usia dibedakan berdasarkan sehat dan sakit. Pada usia 60-74 tahun lansia masih mampu bekerja untuk memenuhi kebutuhan hidupnya. Berbeda dengan lansia yang berusia 75-90 tahun keatas dimana mereka akan mengalami kemunduran sehingga muncul masalah kesehatan. Menurut Kristamuliana (2015) menyebutkan bahwa penurunan fungsi tubuh lansia terjadi pada semua usia sehingga semua

Perpustakaan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

lansia berisiko untuk mengalami konstipasi. Sejalan dengan teori yang dikemukakkan oleh Potter & Perry (2009) bahwa semakin bertambahnya usia menyebabkan penurunan fungsi pada sistem pencernaan dan eliminasi. Melemahnya kontraksi usus sehingga tidak mampu untuk mendorong sisa-sisa metabolisme untuk sampai ke rektum.

Hasil penelitian berdasarkan karakteristik jenis kelamin responden menunjukkan bahwa lansia di Dusun Beteng Tridadi Sleman Yogyakarta mayoritas berjenis kelamin perempuan sebanyak 54,8% lebih banyak daripada lansia yang berjenis kelamin laki-laki yaitu 45,2%. Hasil ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Saputra (2016) di wilayah kerja puskesmas Pontianak menunjukkan bahwa lansia berjenis kelamin perempuan lebih banyak yaitu 70,8% dibandingkan dengan lansia berjenis kelamin laki-laki sebesar 29,2%. Sama halnya dengan penelitian yang dilakukan oleh Yulianti di Cengkareng (2017), bahwa mayoritas lansia berjenis kelamin perempuan sebesar 66,7%. Angka harapan hidup perempuan lebih tinggi dibandingkan laki-laki hal ini terlihat dari keberadaan penduduk lansia perempuan lebih banyak daripada laki-laki yaitu 9,53% dibandingkan lansia dengan jenis kelamin kali-laki yaitu sebesar 8,54% (Kemenkes, 2017). Hasil ini sejalan dengan penelitian Ginsberg (2007) bahwa lansia perempua lebih banyak yang mengalami konstipasi dibandingkan dengan lansia laki-laki. Hal ini dikarenakan lansia perempuan memiliki tingkat kecemasan yang berlebih seperti depresi dan disfungsi sosial, sehingga perempuan lebih banyak konsultasi dengan dokter. Seiring bertambahnya usia semakin banyak lansia mengalami penurunan fungsi pada sistem tubuh manusia termasuk sistem pencernaan dan eliminasi (Kritamulia, 2015).

Berdasarkan karakteristik pendidikan responden, hasil penelitian menunjukkan bahwa pendidikan lansia di Dusun beteng Tridadi Sleman Yogyakarta terbanyak berlatar belakang pendidikan

Perpustakaan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

dasar yaitu sebanyak (40,3%), kemudian tingkat pendidikan menengah sebanyak (19,4%). Penelitian yang dilakukan oleh Saputra (2016), bahwa sebagian besar lansia memiliki tingkat pendidikan dasar sebanyak (38,5%). Tingkat pendidikan turut menentukan mudah tidaknya seseorang dalam menyerap dan memahami suatu informasi yang diperoleh, pada dasarnya semakin tinggi seseorang semakin baik pula pengetahuannya Notoatmodjo (2010). Tingginya tingkat pendidikan seseorang dapat digunakan sebagai modal untuk menerima informasi sehingga dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang (Notoatmodjo, 2010). Hasil penelitian ini sesuai dengan yang dituliskan Pidarta (2007) yang menyatakan bahwa tingkat pendidikan seseorang dipengaruhi oleh kondisi ekonomi keluraga, dimana tingkat ekonomi keluarga dapat membatasi kegiatan pendidikan. Selain itu pada jaman dahulu di Indonesia masih beranggapan bahwa seorang wanita tidak perlu memiliki pendidikan karena pada akhirnya Ia hanya akan menjadi ibu rumah tangga.

Berdasarkan karakteristik pekerjaan responden pada penelitian ini adalah tidak bekerja atau hanya menghabiskan waktu di dalam rumah sebanyak 39 orang (62,9%) dan lansia yang bekerja sebagai wiraswasta sebanyak 23 orang (37,1%). Menurut Azizah (2011) mengatakan bahwa seiring bertambahnya usia dimana salah satunya dengan adanya perubahan psikososial yang disebabkan karena perubahan status sosial dalam masyarakat seperti kehilangan pekerjaan maupun jabatan kemasyarakatan. Penelitian yang dilakukan oleh Maghfuroh (2017), menjelaskan bahwa paling tinggi pekerjaan orang tua adalah sebagai ibu rumah tangga sebanyak 64,7%. Hasil penelitiam ini sejalan dengan penelitian Sari (2016) bahwa lansia yang mengalami konstipasi disebabkan karena kurangnya motivasi lansia untuk melakukan aktivitas fisik, ditambah sebagian besar sudah mengalami penurunan fungsi otot, susah untuk melakukan aktivitas fisik berat, dan cenderung mudah lelah. Penelitian yang dilakukan oleh Maghfuroh

Perpustakaan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

(2017), juga menyatakan bahwa bekerja sebagai ibu rumah tangga lebih sering berfokus pada pekerjaan rumah tangga sehingga untuk informasi tentang pentingnya asupan serat kurang sehingga menyebabkan konstipasi. Sama halnya yang dikemukakkan oleh Eva Floria (2015), menyatakan bahwa rendahnya asupan serat merupakan penyebab terjadinya konstipasi.

2. Gambaran kejadian konstipasi pada lansia di Dusun Beteng Tridadi Sleman Yogyakarta

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Dusun Beteng Tridadi Sleman Yogyakarta sebagaian besar lansia yang mengalami konstipasi yaitu sebanyak 34 orang (54,8%). Hasil penelitian ini sama dengan Yasmara (2015) bahwa kejadian konstipasi lebih sering dialami oleh lansia yang berusia diatas 65 tahun dikarenakan faktor degeneratif yang berhubungan dengan lamanya waktu transit feses di kolon akibat penambahan usia.

Menurut *American College of Gasteroenterology* (2010), menyebutkan bahwa konstipasi adalah keadaan dimana frekuensi defekasi yang tidak teratur dan konsistensi feses yang kadang kering dan keras, kondisi seperti ini ditimbulkan karena absorbsi air oleh feses sebagai dampak pasase feses yang tertunda di kolon. Banyak faktor yang mempengaruhi kejadian konstipasi khususnya pada lansia yaitu kelemahan otot abdominal, ketidakmampuan dalam melakukan toileting, kebiasaan defekasi yang tidak teratur, depresi, stress, dan kurangnya asupan serat dan cairan. Buang air besar yang normal frekuensinya adalah 3 kali sehari sampai 3 kali semingu. Konstipasi pada lansia dapat diatasi dengan melakukan menyesuaikan pola makan dan perubahan gaya hidup. Makanan kaya serat (30-35%), seperti gandum, buah-buahan dan sayuran, minum air dalam jumlah 6-8 gelas/hari, serta olahraga teratur dapat memperbaiki saluran cerna dan dapat meringankan masalah konstipasi (Saputra, 2016).

Perpustakaan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Pendapat lain mengemukakkan bahwa fator penyebab konstipasi diantaranya asupan serat, asupan cairan, aktivitas fisik, dan jenis kelamin (Amry, 2013). Hal ini berarti apabila lansia yang mengalami konstipasi maka akan berupaya untuk memperbaiki pola hidup sehat seperti mengkonsumsi serat, cairan, serta kebiasaan defekasi yang teratur. Hal ini didukung oleh hasil penelitian Sari (2016), didapatkan hasil bahwa lansia yang mengalami konstipasi sebanyak 45 orang (66,2%) dari 68 responden. Serat merupakan bagain yang dapat dimakan dari tanaman atau karbohidrat yang resisten terhadap pencernaan dan absorbs pada usus halus dengan fermentasi pada usus besar Saputra (2016). *American Dietetic Assosiation (ADA)* dalam Mutmhmainnah (2013) menyebutkan bahwa nilai kecukupan serat bagi orang dewasa adalah 20-35 gram/hari. mengkonsumsi makanan yang mengandung serat merupakan salah satu dari banyak faktor yang dapat mempengaruhi pola defekasi.

Makanan yang berserat dalam bentuk mentah atau dimasak cukup sampai lunak dan tidak lembek dapat mengurangi struktur fungsi. Jenis makanan yang mnegandung selulosa, serat pada makanan, naik untuk di konsumsi karena berfungsi untuk memperbesar volume feses. Menurut Sari (2011) dan Oktaviani (2013) menyatakan bahwa mengkonsumsi makanan dengan serat rendah berpengaruh terhadap pola defekasi sehingga terjadi konstipasi. Selain dilihat dari konsumsi makanan perilu diperhatikan juga terkait intake cairan. Apabila status hidrasi rendah maka akan memperburuk konstipasi pada lansia.

Menurut Hidayah (2010), bahwa kebiasaan mengkonsumsi sayur dan buah pada lansia dipengaruhi beberapa faktor berikut : semakin tinggi tingkat pendidikan semakin tinggi juga konsumsi sayur dan buah, dan tingkat ekonomi semakin tinggi tingkat ekonomi semakin tinggi pula konsumsi sayur dan buah. Selain itu pada aktivitas fisik, seperti berjalan 30 menit sampai satu jam setelah makan makan akan membantu mengurangi terjadinya konstipasi Amry (2013). Hal ini

Perpustakaan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

sependapat dengan Sign (2007), bahwa setelah melakukan aktivitas fisik sesudah makan dapat memperkuat otot-otot perut dan otot pelvis sehingga dapat memperkuat kapasitas otot untuk melakukan defekasi, sehingga dapat mengurangi kejadian konstipasi. Aktivitas fisik merupakan gerakan fisik yang dilakukan oleh otot tubuh dan sistem penunjangnya (Almatsier 2003 dalam Azizah 2014). Menurut pratiwi (2013) menyebutkan bahwa pola aktivitas fisik lansia di Indonesia sebagaian besar mereka menghabiskan waktu luangnya untuk kegiatan ringan didalam rumah seperti menonton TV, tidur, dan bersantai dengan keluarga. Sebagian lansia masih melaksanakan aktivitas yang bersifat sedang seperti membersihkan rumah dan kegiatan diluar rumah misalnya pergi ke pasar, mengikuti perkumpulan dengan lansia.

3. Gambaran Kejadian Konstipasi Berdasarkan Karakteritik Umur Lansia di Dusun Beteng Tridadi Sleman Yogyakarta

Berdasarkan hasil penelitian yang di lakukan di Dusun Beteng Tridadi Sleman Yogyakarta sebagian besar lansia berusia 75-90 tahun yang mengalami konstipasi. Hal ini disebabkan karena lansia di Dusun Beteng Tridadi Sleman kurang dalam mengkonsumsi air putih dan asupan serat. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Pradani (2015) yang mengungkapkna bahwa responden terbanyak yaitu usia 75-79 tahun. Menurut Kementrian Kesehatan RI (2014) pada tahun 2000 UHH di Indonesia mencapai 64,5 tahun dengan persentase populasi lansia sebesar 7,18%. Pada tahun 2011 UHH di Indonesia meningkat menjadi 69,95 tahun dengan persentase lansia mencapai sebesar 7,58%. Berdasarkan dari hasil laporan ini menunjukkan bahwa peningkatan terjadi baik dari segi usia lansia dan jumlah persentase lansia dari total populasi penduduk.

Seseorang yang sudah mulai memasuki usia lanjut ada banyak perubahan yang dialami diataranya perubahan kekuatan otot sfingter dan kekuatan otot polos (Sholikah, 2013). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Setyani (2012), yang didapatkan hasil bahwa pada

Perpustakaan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

kategori usia terdapat perbedaan yang signifikan antara usia dengan skor pola eliminasi defekasi yaitu (p=0,001) yang artinya terdapat hubungan antara usia dengan skor pola eliminasi defekasi pada pasien infarct myocard. Menurut Meridean (2011), menyatakan bahwa dari penelitian epidemiologi membuktikan bahwa konstipasi klinis meningkat seiring bertambahnya usia walaupun tidak terjadi perubahan fisiologis pada usus. Sama halnya dengan penelitian yang dilakukan oleh Fitriani (2010) menjelaskan bahwa usia lanjut di Panti Sosial Sabai Nan Aluih Sicincin sebagian besar usia lanjut mengalami konstipasi sebanyak 37 dari 99 responden. Penelitian yang dilakukan oleh Price & Wilson (2005), menjelaskan bahwa bertambahnya usia berpengaruh terhadap kejadian konstipasi dimana semakin bertambahnya usia menyebabkan apabila waktu transit feses di kolon semakin lama maka kandungan air akan terus diabsorbsi sehingga feses menjadi keras, dan susah untuk dikelurkan disitulah konstipasi terjadi. Didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Sholikhah (2014), yang menjelaskan bahwa lansia berusia 60 tahun tonus sfingter dan kekuatan otot cenderung menurun hal ini berkaitan dengan faktor usia.

4. **Gambaran Kejadian Konstipasi Berdasarkan Karakteritik Jenis Kelamin Lansia di Dusun Beteng Tridadi Sleman Yogyakarta**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Dusun Tridadi Sleman Yogyakarta bahwa mayoritas lansia berjenis kelamin perempuan sebesar 33,9% dalam kategori mengalami konstipasi. Hal ini sama dengan penelitian Yulianti (2017), yang menyatakan bahwa lansia berjenis kelamin perempuan lebih banyak mengalami konstipasi sebesar 66,7%. Jenis kelamin adalah salah satu faktor yang mempengaruhi masalah konstipasi (Ginsberg, 2007). Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakkan oleh Gallagher (2008), yaitu lansia perempuan cenderung lebih banyak mengalami konstipasi daripada lansia laki-laki. Lansia berjenis kelamin permpuan cenderung memiliki

Perpustakaan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

tingkat kecemasan lebih seperti depresi dan disfungsi sosial sehingga perempuan lebih banyak konsultasi dengan dokter.

Menurut Potter & Perry (2005), menyebutkan bahwa meningkatnya stress seseorang dapat mempengaruhi defekasi dan dapat meningkatkan frekuensi rasa ingin berkemih, hal ini dikarenakan meningkatnya sensitif untuk berkemih atau meningkatnya jumlah urin yang diproduksi. Selain itu perasaan cemas atau marah dapat meningkatkan aktivitas peristaltik dan frekuensi diare. Lain halnya dengan seseorang yang mengalami depresi dapat memperlambat motilitas intestinal, sehingga berdampak pada konstipasi. Seorang wanita cenderung lebih mengalami penurunan fungsi kognitif ketika memasuki usia lanjut. Hal ini karena seorang perempuan ketika menyelesaikan masalah lebih emosional, sensitif, tergantung dan pasif, sedangakan laki-laki lebih mandiri, emosinya lebih stabil, serta lebih impulsif (Safitri, 2005)

5. **Gambaran Kejadian Konstipasi Berdasarkan Karakteristik Pendidikan Lansi di Dusun Beteng Tridadi Sleman Yogyakarta**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Dusun Beteng Tridadi Sleman Yogyakarta mayoritas tingkat pendidikan mereka adalah pendidikan dasar. Dari hasil penelitian lansia yang di wawancara oleh peneliti mengatakan bahwa kebanyakan dari mereka kurang mengetahui bagaimana menjaga pola makan terutama asupan seratnya dan gaya hidupnya. Hasil wawancara, responden mengatakan lebih sering mengkonsumsi air teh dibandingkan dengan air putih. Pada lansia yang masih aktif dapat terus belajar dan meningkatkan pendidikannya serta mempelajari ketrampilan-ketrampilan teknis untuk mengisi waktu luang. Sama halnya dengan teori yang di jelaskan oleh Notoatdmojo (2010), bahwa tingginya tingkat pendidikan seseorang dapat digunakan sebagai modal untuk menerima informasi sehingga dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang.

Perpustakaan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Hasil data Badan Pusat Statistik (2014), menyebutkan bahwa pendidikan lansia relatif masih rendah dengan persentase lebih dari separuh penduduk lansia yaitu tidak atau belum pernah sekolah sebesar 24,3% dan tamat SD sebesar 32,51%. Menurut Pidarta (2007), tingkat pendidikan seseorang dipengaruhi oleh keadaan ekonomi, dimana keadaan perekonimian dapat membatasi kegiatan pendidikan. Pendidikan merupakan suatu kegiatan atau proses pembelajaran untuk mengembangkan atau meningkatkan kemampuan tertentu. Pendapat yang sama dikemukakkan oleh Added (2007), yaitu semakin rendah tingkat pendidikan seseorang semakin tinggi pula angka prevalensi penuruan kognitif pada usia lanjut.

6. Gambaran Kejadian Konstipasi Berdasarkan Karakteristik Pekerjaan Lansia di Dusun Beteng Tridadi Sleman Yogyakarta

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Dusun Beteng Tridadi Sleman Yogyakart, status pekerjaan seseorang berpengaruh terhadap kejadian konstipasi. Hasil penelitian ini terlihat data yang diperoleh bahwa sebagian besar dari mereka memiliki pekerjaan sebagai ibu rumah tangga dan tidak bekerja sebanyak 41,9%. Hal ini sejalan dengan penelitian Sari (2016), yang menyatakan bahwa sebagian besar responden sudah tidak bekerja sebanyak 57,4%. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (2014), hampir separuh lansia sebesar 47,48% lansia di Indonesia bekerja, 0,30% pengangguran, dan 30,19% mengurus rumah tangga.

Seseorang yang masih bekerja pada umumnya lebih sering melakukan aktivitas fisik yang lebih banyak dibandingkan dengan responden yang sudah tidak bekerja. Pekerjaan responden akan berbeda tingkat aktivitas fisiknya. Terutama bagi responden yang bekerja sebagai buruh sehari-hari tentu melakukan aktivitas yang cukup tinggi. Berbeda halnya dengan responden yang pensiunan PNS atau tidak bekerja. Kemungkinan besar waktu mereka dihabiskan untuk mencari hiburan, seperti menonton TV, bercanda bersama cucu

Perpustakaan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

dan keluarga atau berkebun. Sama halnya dengan responden yang tidak bekerja tetapi tetap melakukan kegiatan sukarela seperti menjadi kader posyandu yang memiliki aktivitas fisik yang lebih besar daripada menghabiskan waktu sehari-hari didalam rumah.

Konstipasi dapat disebabkan salah satunya adalah aktivitas fisik dibuktikan dengan hasil penelitiannya bahwa terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan konstipasi pada responden sebesar (p=0,000). Salah satu tanda kesehatan adalah kemampuan seseorang untuk melakukan aktivitas fisik seperti berdiri, berjalan, dan bekerja. Karena dengan bertambahnya usia semakin membuat seseorang malas untuk bergerak dan melakukan aktivitas sehari-hari. padahal berkaktivtas adalah salah satu aspek yang penting dalam kehidupan untuk menjaga kesehatan (Muzamil, 2014).

C. Keterbasan Penelitian

1. Kesulitan penelitian

   Responden kesulitan dalam memahami pertanyaan yang ada dalam kuesioner, sudah diberikan penjelasan namun peneliti dan asisten harus mendampingi hingga pengisian kuesioner selesai karena lansia sulit untuk memahami kalimat yang ada pada kuesioner.

2. Kelemahan penelitian

   Pada penelitian ini hanya melihat gambaran tidak menguhubungkan dengan faktor lain sehingga penelitian ini kurang tergali lebih dalam terkait kejadian konstipasi pada lansia.

Perpustakaan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta