

ABSTRAK

Lansia adalah keadaan yang ditandai dengan kegagalan seseorang untuk mempertahankan keseimbangan fisiologis sehingga fungsi tubuh mengalami penurunan salah satunya pada sistem pencernaan. Konstipasi pada lansia terjadi akibat penurunan fungsi pada sistem pencernaan, kurang asupan cairan dan serat, kurang aktivitas fisik, serta konsumsi obat-obatan. Konstipasi sering diartikan sebagai kurangnya frekuensi buang air besar, biasanya kurang dari tiga kali perminggu dengan feses yang kecil-kecil dan keras dan kadang-kadang disertai kesulitan sampai rasa sakit saat buang air besar. Dalam Karya Tulis Ilmiah ini menggunakan metode studi kasus, yang berarti penulis secara langsung melakukan penelitian pada para lansia yang sudah mengalami penurunan fungsi eliminasi alvi sehingga menyebabkan konstipasi pada lansia. Intervensi keperawatan yang dapat diberikan yaitu penyuluhan diet tinggi serat, anjuran olahraga rutin, banyak minum air putih. Evaluasi menggunakan skala konstipasi dan didapatkan hasil setelah dilakukan tindakan keperawatan, buang air besar dengan konsistensi lunak dan tidak ada nyeri saat defekasi, konstipasi berkurang, saran penggunaan pencahar bila terjadi konstipasi lagi dalam waktu yang lama.

Kata kunci: Lansia, Penurunan Fungsi, Konstipasi

ABSTRACT

Elderly is a condition characterized by a person's failure to maintain physiological balance so that bodily functions experience a decrease in one of the digestive system. Constipation in the elderly occurs due to decreased function of the digestive system, lack of fluid and fiber intake, lack of physical activity, and consumption of drugs. Constipation is often interpreted as a lack of frequency of bowel movements, usually less than three times a week with small, hard stools and sometimes with difficulty until pain during bowel movements. In this scientific paper using the case study method which means the author directly conducts research on the elderly who have experienced a decline in the elimination function of alvi, causing constipation in the elderly. Nursing interventions that can be given are counseling high-fiber diet, routine exercise recommendations, drinking lots of water. Evaluation using constipation scale and obtained results after nursing actions, defecation with soft consistency and no pain during defecation, reduced constipation, suggestions for using laxatives if constipation occurs again for a long time.

Keywords: *Elderly, Impairment of Function, Constipation*