

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan merupakan proses alamiah yang dialami seorang ibu. Seiring perkembangannya, setiap kehamilan memiliki ciri khas yang disebabkan adanya perubahan baik anatomis maupun fisiologis kehamilan. Selama masa kehamilan, tubuh seorang wanita akan mengalami banyak perubahan. Baik perubahan fisik, mood, maupun hormonal. Tentu semua dapat menyebabkan timbulnya bermacam-macam keluhan dan masalah pada kehamilan diantaranya yaitu sering berkemih, varises, susah buang air besar (konstipasi), wasir, sesak nafas, bengkak dan kram pada kaki, gangguan tidur (mudah Lelah), nyeri perut bawah, dan heartburn. (Hartinah, 2017)

Konstipasi merupakan keluhan sistem gastrointestinal yang umum dialami oleh ibu hamil. Konstipasi adalah suatu keadaan susah atau tidak dapat buang air besar, feses yang keras, rasa buang air besar tidak tuntas (ada rasa ingin buang air besar tetapi tidak dapat mengeluarkannya) disertai dengan keluhan perut terasa penuh dan kembung. Jika masalah ini dibiarkan maka akan berdampak pada proses persalinan dan nifas. (Asih, 2022)

Secara global pada tahun 2018 di perkirakan 11-38% wanita hamil trimester II mengalami konstipasi (Afika, 2016). Amerika Serikat pada tahun 2006 lebih dari 4 juta penduduk mempunyai keluhan sering konstipasi, hingga prevalensinya mencapai sekitar 2 %. Di Eropa terdapat 12-13 %. Timnya dari Bradley menemukan 24 % wanita hamil trimester pertama menderita konstipasi, 26 % mengalami konstipasi selama trimester kedua dan 26 % mengalami konstipasi selama trimester ketiga (Yunita, 2017). Di Indonesia lebih dari 2,5 juta penduduk mempunyai keluhan sering konstipasi, sehingga prevalensinya mencapai 2% penderita berkunjung ke dokter setiap tahunnya. Kasus konstipasi yang di derita ibu hamil sekitar 4-30% ternyata wanita hamil mengeluh kesulitan buang air besar (Muawanah & Nindya, 2016). Dalam kehamilan 10-40% wanita hamil

pernah mengalami konstipasi, 29,6% wanita hamil mengalami konstipasi pada trimester pertama, 19% pada trimester kedua, dan 21,8% pada trimester ketiga.(Ardhiyanti, 2017). Hasil penelitian pada pasien usia 17-93 tahun menunjukkan bahwa prevalensi konstipasi sebesar 81% pada pasien usia 17-93 tahun yang datang berobat ke Rumah Sakit Umum Pusat H.Adam Malik, Sumatera Utara (Jurnal Kesehatan Masyarakat 2015). Hasil Penelitian Lindawati (2008) di RSUD Sembiring Delitua Deliserdang,kasus konstipasi terjadi pada pasien dengan usia 20-60 tahun,proporsi kejadian konstipasi pada laki-laki dan perempuan tidak memiliki perbedaan.

Sebelumnya salah satu peneliti yang berbeda menyebutkan dari 103 wanita hamil mulai dari trimester pertama memang ada yang mengalami konstipasi. Tim menyebutkan ada 24% ibu hamil yang mengalami konstipasi, 26% trimester kedua, 26% trimester ketiga dan 24% wanita hamil mengalami konstipasi setelah melahirkan. Selain akibat peningkatan hormon progesteron, penyebab terbesar terjadinya konstipasi juga karena ibu hamil yang mengkonsumsi zat besi, tercatat sampai 3,5 kali lebih banyak mengalami konstipasi dibandingkan dengan yang tidak mengkonsumsi zat besi. (Bradley, 2007).

Menurut penelitian Ayu arista Siregar (2020) Pengaruh Pemerian Rebusan Kolang-Kaling Terhadap Ibu Hamil Yang Mengalami Konstipasi Di Praktek Bidan Wilayah Kerja Puskesmas Bosar MaligasTahun 2019, Desain penelitian: Desain one group pre-test post-test ,Uji T-test Independent.Hasil uji statistik $t_{hitung} 2,301 > t_{tabel} 2,228$, maka H_0 ditolak artinya terdapat pengaruh pemberian kolang-kaling pada ibu yang mengalami konstipasi.

Konstipasi memiliki beberapa gejala seperti sulit buang air besar, kembung atau bentuk kotoran keras atau kecil. Beberapa faktor yang mempengaruhi proses defekasi/ buang air besar antara lain : diet atau pola nutrisi, misalnya asupan serat yang tidak adekuat, dehidrasi, obat-obatan, penyakit, kurang latihan fisik atau imobilisasi, psikologis atau kondisi kurang nyaman. Permasalahan yang dihadapi

oleh ibu hamil ini karena peningkatan hormon progesterone yang menyebabkan relaksasi otot sehingga usus kurang efisien, ditambah oleh penekanan rahim yang membesar di daerah perut, selain itu konsumsi suplemen zat besi/ kalsium yang tidak diserap dengan baik oleh tubuh (Tumanggor, 2018). Menyebabkan Ibu hamil yang mengalami konstipasi jika tidak segera ditangani akan menurunkan daya tahan tubuh. Dan bisa mempengaruhi psikologis ibu dalam kehamilannya serta akan menyebabkan hemorid pada ibu hamil (Yunita, 2017).

Tindakan pencegahan yang dapat dilakukan adalah dengan mengonsumsi makanan tinggi serat salah satunya kolang-kaling dan banyak minum air putih, terutama ketika lambung dalam keadaan penuh. Mengonsumsi kolang-kaling ketika lambung terasa penuh dapat merangsang gerak peristaltik usus, jika ibu sudah mengalami dorongan maka segeralah untuk buang air besar agar tidak terjadi konstipasi (Walyani ES, 2015).

Tingginya kandungan air dan serat (jenis larut maupun tak larut) dari kolang-kaling, membuatnya dapat diandalkan untuk mengatasi konstipasi, termasuk pada ibu hamil. Selain itu kolang-kaling juga memiliki sifat laksatif (pencabar) yang dapat melancarkan proses BAB. Dan serat kolang-kaling baik untuk melancarkan kinerja sistem pencernaan lainnya (Muhlisis, 2020).

Kolang-kaling kaya akan serat dan mineral. Setiap 100 gram kolang-kaling mengandung energi 27 kkal, protein 0,4 g, lemak 0,2 g, karbohidrat 6 g, serat 1,6 g, kalsium 91 mg, fosfor 243 mg dan zat besi 0,5 mg. Kandungan gizi kolang kaling tersebut bermanfaat bagi kesehatan dan bisa memulihkan stamina serta kebugaran badan. Kolang-kaling memiliki kandungan mineral seperti potasium, iron, kalsium yang bisa menyegarkan tubuh, serta memperlancar metabolisme tubuh. Selain itu, juga mengandung vitamin A, vitamin B, dan vitamin C (Julianto., 2014).

Berdasarkan survei awal yang dilakukan oleh peneliti di praktek bidan Helena Sinaga Suka Maju, Sunggal Kab. Deli Serdang Tahun 2022 ada tercatat 60 ibu hamil, 30 diantaranya mengeluh sulit buang air besar. Keluhan masing-masing

ibu sudah sekitar seminggu tidak buang air besar, dan merasa cemas dengan resiko terjadinya hemoroid, rata-rata keluhan tersebut datang dari ibu dengan usia kehamilan trimester pertama, kedua dan ketiga.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan sebuah penelitian dengan judul “Pengaruh Pemberian Rebusan Kolang Kaling Pada Ibu Hamil Yang Mengalami Konstipasi Di Klinik Bidan Helena Suka Maju, Sunggal Kabupaten Deli Serdang Tahun 2022”.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dari penelitian ini adalah bagaimana pengaruh pemberian rebusan kolang kaling pada ibu hamil yang mengalami konstipasi di klinik Bidan Helena Suka Maju Sunggal Kab. Deli Serdang tahun 2022.

C. Tujuan Penelitian

C.1 Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian rebusan kolang-kaling pada ibu hamil yang mengalami konstipasi di klinik Bidan Helena Suka Maju, Sunggal Kab. Deli Serdang tahun 2022.

C.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui karakteristik ibu hamil di klinik Bidan Helena Suka Maju Sunggal Kab. Deli Serdang tahun 2022
2. Untuk mengetahui rata-rata konstipasi pada ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan rebusan kolang-kaling di klinik bidan Helena Suka Maju Sunggal Kab. Deli Serdang Tahun 2022
3. Untuk mengetahui adakah pengaruh pemberian rebusan kolang-kaling pada ibu hamil yang mengalami konstipasi.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan, pengalaman dan pengembangan kemampuan penulis dibidang penelitian gizi pada ibu hamil sehingga berguna untuk terjun ke masyarakat.

2. Bagi Instansi

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai sarana mendeteksi masalah kesehatan pada ibu hamil untuk mempermudah pencarian alternatif pemecahan masalahnya.

3. Bagi Masyarakat

Sebagai bahan masukan bagi para ibu hamil untuk lebih memperhatikan konsumsi pangannya selama hamil yang bernilai gizi tinggi guna mencapai kesehatan saluran cerna selama kehamilan yang baik serta untuk pertumbuhan dan perkembangan janin yang maksimal.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

Penulis dan Tahun	Judul	Metode	Hasil
Ayu arista siregar (2020)	Pengaruh Pemerian Rebosan Kolang-Kaling Terhadap Ibu Hamil Yang Mengalami Konstipasi Di Praktek Bidan Wilayah Kerja Puskesmas Bosar Maligas Tahun 2019	- Desain penelitian: Desain one group pre-test post-test - Uji T-test Independent.	- Hasil uji statistik $t_{hitung} 2,301 > t_{tabel} 2,228$, maka H_0 ditolak artinya terdapat pengaruh pemberian kolang-kaling pada ibu yang mengalami konstipasi

Penulisan Tahun	Judul	Metode	Hasil
Nurul Anisa (2018)	Prevalensi dan faktor resiko kejadian konstipasi pada ibu hamil di klinik Al-Syifa Kota Palembang tahun 2018	- Desain penelitian observasional: cross sectional - Uji chi-square	- Usia kehamilan dan aktivitas fisik memiliki hubungan signifikan dengan kejadian konstipasi - Asupan serat, konsumsi air, dan suplementasi besi tidak memiliki hubungan signifikan dengan kejadian konstipasi.
Andon Hestiantoro, Priska ABaidah (2018)	Prevalensi dan Faktor-Faktor Risiko Konstipasi Dalam Kehamilan	- Desain Penelitian: potong lintang - Uji chi square dan Fisher	- Tidak ada hubungan yang signifikan antara konsumsi serat dan sembelit ($p=0,776$). - Ada korelasi yang tidak signifikan antara asupan cairan dan konstipasi ($p = 0,485$). - Tidak ada perbedaan yang signifikan antara aktivitas fisik dan konstipasi ($p = 0,553$).

Penulis dan Tahun	Judul	Metode	Hasil
Emi Yunita (2017)	Gambaran Kejadian Konstipasi pada Ibu Hamil Trimester II yang mengonsumsi Tablet Fe di Polindes Kolpajung Kabupaten Pamekasan	- Desain penelitian: deskriptif survei. - Analisis data: deskriptif, dalam bentuk tabel atau Grafik	- 28 ibu hamil mengalami konstipasi dan ibu hamil tidak mengalami konstipasi. - Ada hubungan yang signifikan antara konsumsi tablet tFe dengan kejadian konstipasi pada ibu hamil.
Wenjun Shi (2015)	Epidemiologi dan faktor risiko fungsional sembelit pada wanita hamil	Desain penelitian observasional: Uji chi-square	- Terdapat hubungan yang signifikan antara usia kehamilan, pendidikan, pekerja dan IMT dengan kejadian konstipasi. - Terdapat hubungan yang signifikan antara asupan makanan, depresi, olahraga, dan sembelit sebelum hamil dengan kejadian konstipasi.