

INTISARI

Nabila Dahinia
NIM E2016030
Program Studi Diploma IV Fisioterapi

Ari Sapti Mei Leni, S.St.FT , M.Or
Dea Linia Romadhani, S.Fis., M.K.M

MASSAGE ABDOMINAL DENGAN TEKNIK EFFLEURAGE, KNEADING, STROKING DAN VIBRATION UNTUK MENGATASI NYERI AKIBAT KONSTIPASI PADA LANSIA

INTISARI

Latar Belakang : Memasuki usia tua dimana pada masa ini seseorang mengalami kemunduran fisik, mental dan sosial sedikit demi sedikit sehingga tidak dapat melakukan tugasnya sehari-hari lagi. Berdasarkan risiko usia lansia yang masuk dalam kategori lansia yang rentan untuk terkena konstipasi sering terjadi pada lansia usia 60 tahun ke atas. Sebagian besar konstipasi pada lansia berhubungan dengan penurunan motilitas kolon (gerakan mencampur dan mendorong), berkurangnya mobilitas aktivitas fisik, rendahnya asupan serat, dan asupan cair pada lansia. Faktor resiko terjadinya konstipasi, seperti usia, pola makan, pola hidup, kelemahan otot abdominal, menunda atau mengabaikan untuk defekasi, ketidakkuatan dalam melakukan *toileting*, kebiasaan defekasi yang tidak teratur, depresi, stres, dan hemorrhoid. **Tujuan :** Untuk mengetahui prosedur pelaksanaan *massage abdominal* dengan teknik *effleurage*, *kneading*, *stroking* dan *vibration* sebagai acuan dalam mengatasi nyeri akibat konstipasi pada lansia. **Metode :** Metode yang digunakan menggunakan media KIE yaitu *Booklet* sebagai alat untuk meningkatkan dan pengetahuan dan keterampilan fisioterapi, kader posyandu dan lansia dalam penanganan lansia nyeri akibat konstipasi. **Hasil :** Media KIE *Booklet* ini akan di sebarluaskan kepada fisioterapi, kader posyandu dan lansia sebagai pedoman yang mudah dan praktis dalam melakukan intervensi. **Kesimpulan :** Sebagai media edukasi dan informasi kepada fisioterapi, kader posyandu, lansia dan memudahkan dalam melakukan intervensi *massage abdominal* dengan teknik *effleurage*, *kneading*, *stroking* dan *vibration*.

Kata kunci : *Massage Abdominal*, Nyeri, Konstipasi, *Booklet*

