

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Proses kehamilan memicu adaptasi fisiologis yang dinamis pada tubuh wanita, mencakup penyesuaian struktur organ, fungsi tubuh, sistem hormonal, metabolisme, hingga kondisi mental demi menopang tumbuh kembang janin sepanjang masa gestasi. Rangkaian penyesuaian tersebut kerap memicu gangguan eliminasi, salah satunya adalah konstipasi. Berdasarkan acuan kriteria *Rome IV*, kondisi konstipasi diidentifikasi melalui berkurangnya frekuensi buang air besar, proses defekasi yang terasa berat, tekstur feses yang mengeras atau menggumpal, serta timbulnya rasa tidak tuntas setelah pengosongan usus. Mekanisme terjadinya gangguan ini terutama dipicu oleh lonjakan kadar hormon progesteron yang mengendurkan otot-otot polos di sepanjang saluran cerna, sehingga laju pergerakan (motilitas) usus melambat. Di samping faktor hormonal, tekanan mekanis akibat rahim yang kian membesar, perubahan pola konsumsi, minimnya asupan serat dan hidrasi harian, rendahnya aktivitas fisik, efek samping penggunaan suplemen zat besi, serta timbulnya masalah psikologis seperti kecemasan turut memperbesar risiko terjadinya konstipasi pada wanita hamil (Lacy *et al.*, 2016).

Di tingkat global, permasalahan konstipasi selama masa kehamilan tergolong sebagai keluhan kesehatan yang amat lazim ditemukan. Rangkaian studi mengonfirmasi bahwa tingkat keterjadian konstipasi bervariasi bergantung pada wilayah dan karakteristik masyarakat yang diteliti. Faktor pendorong perbedaan tersebut mencakup tradisi lokal, komposisi asupan nutrisi, pola aktivitas fisik, profil responden, serta teknik analisis data yang digunakan. Besarnya angka kejadian ini

menandakan pentingnya perhatian ekstra dalam asuhan antenatal karena berpotensi mengganggu kenyamanan fisik dan kondisi emosional ibu hamil.

Di tingkat nasional, gangguan konstipasi pada wanita hamil tergolong sebagai keluhan kesehatan yang masih kerap dijumpai. Sejumlah studi mempublikasikan bahwa proporsi kejadian konstipasi pada ibu hamil berkisar antara 11 persen sampai 38 persen. Temuan dari Hestiantoro dan Baidah (2018) mencatat tingkat prevalensi sebesar 13,2 persen. Sementara itu, riset Asih (2022) di daerah Banyuwangi mengidentifikasi angka kejadian sebesar 17,8 persen, dan laporan Winarna serta Linda (2024) mengungkapkan bahwa proporsi konstipasi mencapai 29,6 persen pada trimester awal, 19 persen pada trimester pertengahan, serta 21,8 persen pada trimester akhir. Gambaran data ini mengonfirmasi bahwa masalah sulit buang air besar merupakan fenomena umum pada masa gestasi yang tersebar di bermacam daerah di Indonesia.

Dalam asuhan antenatal, keluhan konstipasi kerap kali terabaikan dari prioritas utama lantaran dinilai tidak mengancam jiwa ibu maupun janin secara berkejukan. Kendati demikian, apabila dibiarkan menetap tanpa penanganan, konstipasi berpotensi memicu rasa tidak nyaman, rasa sakit saat defekasi, risiko timbulnya hemoroid, hambatan mobilitas harian, hingga penurunan derajat kualitas hidup wanita hamil. Atas dasar kondisi tersebut, diperlukan keberpihakan perhatian yang lebih memadai terhadap isu konstipasi melalui strategi edukatif, promotif, serta preventif yang terpadu dalam sistem layanan kesehatan maternal..

Hasil pendataan awal yang dilaksanakan pada Maret 2026 terhadap 35 wanita hamil yang berobat di RS Wilayah Jakarta Selatan mengungkapkan bahwa 24 partisipan (68,6 persen) menderita konstipasi, sementara 11 partisipan sisanya

(31,4 persen) tidak menunjukkan keluhan tersebut. Gambaran ini memperlihatkan bahwa sekitar dua pertiga populasi wanita hamil di tempat riset menghadapi gangguan defekasi, yang mengindikasikan tingginya prevalensi masalah ini di fasilitas pelayanan kesehatan terkait. Kendati demikian, pencatatan yang terstruktur dan sistematis terkait tingkat keterjadian konstipasi pada ibu hamil di RS Wilayah Jakarta Selatan sejauh ini belum terdokumentasi dengan baik. Kelangkaan data statistik ini mengakibatkan belum terpetakan pengelompokan kasus konstipasi berdasar profil karakteristik ibu hamil di rumah sakit tersebut secara presisi.

Pelaksanaan kajian terkait gangguan defekasi pada wanita hamil di RS Wilayah Jakarta Selatan memiliki urgensi yang tinggi demi menghimpun pemahaman yang lebih komprehensif mengenai profil kasus tersebut pada populasi terkait. Temuan data yang dihasilkan diproyeksikan mampu menjadi landasan evaluasi bagi praktisi kesehatan dalam mengoptimalkan intervensi edukatif bagi ibu hamil. Edukasi tersebut mencakup urgensi penyusunan pola diet seimbang, pemenuhan kebutuhan hidrasi harian, penggalangan aktivitas fisik yang aman, kedisiplinan suplementasi zat besi selama gestasi, pengondisian kecemasan, hingga langkah-langkah preventif konstipasi yang terintegrasi dalam perawatan antenatal. Di samping itu, luaran riset ini diandaikan dapat menyajikan gambaran empiris awal sekaligus menjadi rujukan ilmiah bagi penelitian lanjutan di bidang kesehatan maternal.

Berlandaskan pemaparan tersebut, minimnya ketersediaan data mengenai tingkat kejadian konstipasi pada ibu hamil di RS Wilayah Jakarta Selatan serta krusialnya peranan data ini untuk mendorong optimalisasi mutu layanan kesehatan maternal menjadi pendorong utama diadakannya penelitian bernas yang bertajuk

“Analisis Kejadian Konstipasi pada Ibu Hamil di RS Wilayah Jakarta Selatan Tahun 2026”.

1.2. Rumusan Masalah

Bagaimana profil distribusi kasus konstipasi di kalangan ibu hamil yang melakukan pemeriksaan di RS Wilayah Jakarta Selatan Tahun 2026 berdasarkan variabel aktivitas fisik, pola konsumsi makanan, asupan cairan tubuh, konsumsi tablet Fe, dan kecemasan ?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Eksplorasi ini dirancang untuk memetakan profil kejadian konstipasi pada ibu hamil di RS Wilayah Jakarta Selatan tahun 2026 yang dianalisis berdasarkan variabel aktivitas fisik, pola konsumsi makanan, asupan cairan, kepatuhan konsumsi tablet Fe, serta kecemasan.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengetahui distribusi frekuensi kejadian konstipasi pada ibu hamil di RS Wilayah Jakarta Selatan Tahun 2026.
- 2) Mengetahui distribusi frekuensi aktivitas fisik, pola makan, asupan cairan, konsumsi tablet Fe dan kecemasan pada ibu hamil di RS Wilayah Jakarta Selatan Tahun 2026.
- 3) Mengetahui hubungan antara aktivitas fisik, pola makan, asupan cairan, konsumsi tablet Fe dan kecemasan pada ibu hamil di RS Wilayah Jakarta Selatan Tahun 2026.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Riset ini berpotensi memberikan kontribusi keilmuan dalam domain kebidanan dan kesehatan maternal, khususnya mengenai pemetaan fenomena konstipasi pada ibu hamil berbasis pola aktivitas fisik, asupan serat dan cairan, ketaatan konsumsi tablet Fe, serta kondisi psikologis. Selain itu, data ilmiah yang dihasilkan diharapkan dapat difungsikan sebagai sumber rujukan dan wacana akademis bagi penelitian lanjutan terkait kesehatan gastrointestinal masa gestasi.

1.4.2 Manfaat Praktis

1) Bagi RS Wilayah Jakarta Selatan

Temuan eksplorasi ini diproyeksikan mampu menyajikan pemetaan komprehensif terkait dinamika konstipasi pada wanita hamil, sekaligus difungsikan sebagai pijakan evaluasi dalam mengoptimalkan mutu asuhan medis serta sosialisasi kesehatan bagi pasien di fasilitas terkait.

2) Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai kejadian konstipasi pada ibu hamil berdasarkan aktivitas fisik, pola makan, konsumsi cairan, konsumsi tablet Fe, dan kecemasan sehingga dapat mendukung pelaksanaan edukasi kesehatan yang lebih optimal selama masa kehamilan.

3) Bagi Ibu Hamil

Luaran penelitian ini diproyeksikan mampu memperluas wawasan dan literasi wanita hamil mengenai fenomena konstipasi pada masa gestasi, sekaligus meningkatkan kesadaran atas krusialnya mengelola pergerakan

fisik, kebiasaan diet harian, kecukupan hidrasi, kepatuhan suplemen zat besi, serta regulasi emosi demi menjaga kebugaran tubuh secara menyeluruh sepanjang kehamilan.

4) Bagi Peneliti Selanjutnya

Luaran eksplorasi ini diandaikan mampu menjadi rujukan literatur ilmiah serta basis data pembandingan bagi kajian-kajian mendatang yang memfokuskan analisisnya pada fenomena konstipasi masa gestasi maupun ranah kesehatan maternal secara komprehensif.

