

FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KONSTIPASI PADA IBU POSTPARTUM

Susi Karlina

Diah Eko Martini, S.Kep., Ns., M.Kep. Faizatul Ummah, S.SiT., M.Mkes.

ABSTRAK

Pendahuluan Konstipasi merupakan kondisi sulit atau jarang untuk defekasi. Konstipasi setelah persalinan disebabkan karena pada waktu persalinan, alat pencernaan mengalami tekanan yang menyebabkan kolon menjadi kosong, sehingga pengeluaran cairan berlebih pada waktu persalinan, selain itu faktor kurangnya asupan cairan dan makanan, serta kurangnya aktivitas tubuh juga dapat mempengaruhi konstipasi pada ibu postpartum (mitayani, 2011). **Tujuan penelitian** untuk mengidentifikasi faktor apa saja yang mempengaruhi konstipasi pada ibu postpartum. **Metode** Penelitian ini merupakan penelitian primer jenis literature review, dalam pencarian jurnal dilakukan atau diakses dari beberapa database meliputi, *PubMed, Google Scholar*, dalam rentang 10 tahun terakhir mulai tahun 2012-2020 baik bahasa indonesia maupun bahasa inggris. Kata kunci yang digunakan meliputi "Asupan cairan, asupan serat *Early Ambulation, Constipation, Mother Childbirth*, Mobilisasi Dini; Konstipasi; Ibu Nifas, *Pelvic Floor Muscle Training (PFMT). Defecation*. Postpartum, mobilisasi dini, ibu post partum. **Hasil dan pembahasan** Setelah dilakukan penyaringan didapatkan 11 artikel hasil dari penelitian yang menunjukkan adanya faktor ambulasi dini, faktor aktifitas fisik, faktor serat dan cairan, faktor kecemasan, dan yang terakhir faktor pantang makanan yang dapat mempengaruhi terjadinya konstipasi pada ibu postpartum. **Kesimpulan** Berdasarkan hasil penelitian dan analisis diatas dapat disimpulkan ada 11 artikel yang membahas tentang faktor konstipasi pada ibu postpartum diantaranya ada 8 faktor yang dapat mempengaruhi konstipasi yakni 1. Asupan Serat Dan Air, (Sri N. 2019), 2. Efektifitas ambulasi dini, (Sari P. 2013), 3. The influence of early ambulation, (Dewi M. 2017), 4. Sikap pantang makanan pada ibu nifas, (Permatasari D. 2018), 5. Pola aktivitas fisik, (Hartinaha D. 2019), 6. Asupan serat makanan dan cairan, (Claudina I. 2018) 7. Tingkat Kecemasan Dengan Luka Jahit Perenium, (Komalasari D. 2010) 8. Faktor kecemasan ibu nifas saat buang air besar, (Fitriyanti O. 2018). Sedangkan ada 3 artikel yang mengatakan tidak ada hubungan antara faktor 1. Asupan serat dan cairan (Muawanah Dkk, 2016), 2. Pengaruh ambulasi dini (Khusnul R, 2017), 3. Mobilisasi dini, (Riza R, 2015). **Saran** untuk pelaksanaan literature review selanjutnya diantaranya: 1) Sebaiknya batasan tahun pencarian artikel dengan kata kunci yang ditetapkan adalah 5 tahun terakhir agar artikel yang ditelaah lebih terkini, 2) Kata kunci yang digunakan untuk mencari artikel lebih rinci agar literature review selanjutnya lebih fokus, dan 3) Database yang digunakan lebih bervariasi agar didapatkan artikel yang lebih banyak

Kata kunci: Asupan Serat Nutrisi Postpartum, Serat *Early Ambulation, Constipation, Mother Childbirth*, Mobilisasi Dini

ABSTRACT

Introduction Constipation is a difficult or rare condition to defecate. Constipation after childbirth is caused by the time of delivery, the digestive system is under pressure which causes the colon to become empty, so that excess fluid is excreted during childbirth, in addition to the lack of fluid and food intake, as well as body activities which can also affect constipation in postpartum mothers (Mitayani, 2011). The aim of the study was to identify what factors influence constipation in postpartum mothers. **Methods** This research is a primary research type of literature review, in which journal searches are conducted or accessed from several databases including, PubMed, Google Scholar, in the last 10 years starting from 2012-2020 both Indonesian and English. The keywords used include "Fluid intake, fiber intake, Early Ambulation, Constipation, Childbirth, Early Mobilization; Constipation; Postpartum Mother, Pelvic Floor Muscle Training (PFMT). Berak. Postpartum, early mobilization, post partum mothers. **Results and Discussion** After the screening, 11 articles were obtained from the results of the study that showed the presence of early ambulation factors, physical activity factors, fiber and fluid factors, and the last factor was dietary abstinence that can affect constipation in postpartum mothers. **Conclusion** Based on the results of the research and analysis above, it can be said that there are 11 articles that discuss constipation factors in postpartum mothers of which there are 8 factors that can affect constipation, namely 1.Fiber and water intake, (Sri N. 2019), 2.Effectiveness of early ambulation, (Sari P. 2013), 3. Effects of early ambulation, (Dewi M. 2017), 4. Abstinence from food in

postpartum mothers, (Permatasari D. 2018), 5. Physical activity patterns, (Hartinaha D. 2019), 6 Intake of dietary fiber and fluids, (Claudina I. 2018) 7. Levels of Anxiety With Perineum Sewing Wounds, (Komalasari D. 2010) 8. Factors of postpartum mothers when defecating, (Fitriyanti O. 2018). Meanwhile, there are 3 articles that say there is no relationship between factors 1. Fiber and fluid intake (Muawanah et al, 2016), 2. The effect of early ambulation (Khusnul R, 2017), 3. Early mobilization, (Riza R, 2015). **Suggestions** for implementing the next literature review: 1) The limitation on searching articles with the specified keywords is the last 5 years so that the articles under study are more recent, 2) The keywords used to search for articles are more detailed so that the next literature review is more focused, and 3) The database used is more varied in order to get more articles

Keywords: Postpartum nutritional fiber intake, Early Ambulation fiber, Constipation, Mother Childbirth, Early Mobilization

PENDAHULUAN

Masa nifas sangat penting bagi seorang wanita karena merupakan masa pemulihan untuk mengembalikan alat kandungan dan fisik ibu pada kondisi seperti sebelum hamil. Selama masa nifas terdapat beberapa ketidaknyamanan yang menyebabkan distress fisik misalnya konstipasi, (Astutik, 2015 dan Aisyaroh, 2012).

Konstipasi merupakan kondisi sulit atau jarang untuk defekasi. Konstipasi setelah persalinan disebabkan karena pada waktu persalinan, alat pencernaan mengalami tekanan yang menyebabkan kolon menjadi kosong, pengeluaran cairan berlebih pada waktu persalinan, kurangnya asupan cairan dan makanan, serta kurangnya aktivitas tubuh (mitayani, 2011). Ibu sering mengalami konstipasi setelah melahirkan, disebabkan tonus otot menurun selama proses persalinan dan awal masa pasca partum, diare sebelum persalinan, edema sebelum melahirkan, kurang makan, dehidrasi, hemoroid ataupun laserasi jalan lahir, serta faktor individual seperti nyeri pada luka perineum ataupun perasaan takut jika BAB menimbulkan robekan pada jahitan perineum. Gejala dari konstipasi yang biasanya terjadi adalah sakit perut, BAB kadang disertai rasa sakit. Hal ini menyebabkan ketidaknyamanan pada ibu nifas sehingga menyebabkan gangguan pada kontraksi uterus yang dapat menghambat pengeluaran lochea, meningkatkan risiko infeksi saluran kemih, tinja yang keluar jumlahnya sedikit, keras, dan kering. Absorpsi cairan yang terus berlangsung, menyebabkan tinja menjadi lebih padat dan mengeras, sehingga menyebabkan makin sulitnya defekasi, yang jika dibiarkan akan menimbulkan haemorrhoid (Irianto, 2015 dan Angraini, 2010). Berdasarkan hasil studi pendahuluan jumlah ibu bersalin pada bulan Agustus sampai dengan Oktober 2019 mencapai 57 ibu postpartum, dari jumlah tersebut 45 diantaranya (78,9%) mengalami konstipasi, sedangkan pada bulan november sampai desember 2019 jumlah ibu yang melahirkan sebanyak 22

dan 20 orang diantaranya (90,9%) mengalami konstipasi.

Menurut tingginya kejadian konstipasi pada ibu post partum kemungkinan disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya adalah A).faktor asupan makanan, banyak ibu post partum yang karena kepercayaan dan budaya tidak memperbolehkan makan sayur hijau, tidak boleh makan ikan laut, tidak boleh makan buah (salak), tidak boleh makan di malam hari, faktor yang lain adalah B).faktor asupan cairan, dari ibu post partum tidak boleh minum banyak air putih dalam botol, hanya diperbolehkan minum segelas untuk sehari, dan faktor selanjutnya adalah C).faktor mobilisasi, banyak ibu post partum diwajibkan untuk memakai kain bengkung (stagen) selama 40 hari, padahal sistem pencernaan pada masa nifas membutuhkan waktu 3-4 hari untuk kembali normal, Sehingga resiko konstipasi pada ibu post partum dengan pembatasan makanan dan minuman cukup tinggi. (Astutik, 2015 dan Nugroho dkk, 2014).

Penderita konstipasi juga bisa mengalami infeksi saluran kandung kemih. karena tempat feces atau rektum berdampingan dengan kandung kemih. Massa dalam rektum yang terlalu banyak dan tidak bisa dikeluarkan akan menekan kandung kemih. Akibatnya, ini akan mengganggu frekuensi pembuangan urin sampai berisiko gagal ginjal, untuk dampak konstipasi pada ibu post partum tersendiri bisa mengakibatkan BAB darah karena mengejan terlalu keras, terjadinya haemoroid, iritasi dubur dan bisa juga mengakibatkan robekan pada jahitan perineum. (Sanny Cicilia Simbolon, 2011).

Upaya Pemberian konseling merupakan salah satu intervensi yang dapat diberikan kepada ibu, yaitu dengan membantu memecahkan masalah yang dialami saat itu melalui pengkajian simtoma biologis dan psikologis memberikan pengarahan dan juga solusi yang dialami. Karena kepercayaan masyarakat pada ibu pasca persalinan bila mengkonsumsi banyak air dan makanan yang tinggi protein seperti (ikan) dan apabila banyak

aktivitas akan menyebabkan lamanya penyembuhan luka jahitan perineum, padahal budaya tersebut dapat menyebabkan konstipasi dan memperlambat sembuh luka jahitan perineum pada ibu pasca melahirkan. Keunggulan dari adanya konseling nutrisi dapat menambah pengetahuan yang nantinya akan merubah kebiasaan budaya tarak seperti pembatasan makanan cairan dan aktivitas pada ibu post partum, dalam konseling ini akan lebih intensif dibandingkan dengan peluyuhan karena konseling diberikan satu satu dengan komunikasi lebih bagus dan terasa trasnya.

Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Konstipasi Pada Ibu Post Partum

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian primer jenis literature review, dalam pencarian jurnal dilakukan atau diakses dari beberapa database meliputi, *PubMed*, *Google Scholar*, dalam rentang 10 tahun terakhir mulai tahun 2012-2020 baik bahasa indonesia maupun bahasa inggris. Kata kunci yang digunakan meliputi “Asupan cairan, asupan serat *Early Ambulation*, *Constipation*, *Mother Childbirth*, Mobilisasi Dini; Konstipasi; Ibu Nifas, *Pelvic Floor Muscle Training (PFMT)*. *Defecation*. Postpartum, mobilisasi dini, ibu post partum.

HASIL

Table 4.1 Tabel Hasil Pencarian

No	Author	Tahun	Volume angka	Judul	Metode (desain,sampel, variabel, instrumen, analisis)	hasil penelitian	Database
1	Muawanah, Triska Susila Nindya	2016	Vol. 11, No. 1	Hubungan asupan serat dan cairan dengan kejadian konstipasi pada ibu pasca melahirkan	D: cross sectional S: systematic random sampling V: serat dan cairan, konstipasi, ibu pasca melahirkan. I: lembar kuesioner A: uji chi-square	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara asupan serat dan asupan cairan dengan kejadian konstipasi pada ibu pasca melahirkan	Google scholar
2.	Nunung Sri Mulyani, Waqiyatun Khazanah, Suci Febriyanti	2019	MaKMA Volume 2 Nomor 1 2019. Hlm 75-82	Asupan Serat Dan Air Sebagai Faktor Risiko Konstipasi Di Kota Banda Aceh	D: Cross Sectional S : Sampel Yg Digunakan Sebanyak 60 Orang. V: Asupan Serat Nutrisi Postpartum. L: Lembar Wawancara & Kuesioner A: Uji Chi-Square	Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yg bermakna antara asupan serat dg kejadian konstipasi pada postpartum (p value = 0,002).	Google scholar
3	Lailatul Khusnul Rizki	2017	Vol 4, No 2,	Pengaruh ambulasi dini terhadap	D: quasi experiment S: random	Hasil penelitian ini menunjukan	Google scholar

				kejadian konstipasi pada ibu postpartum	sampling V: Ambulasi dini, kejadian konstipasi L: lembar Observasi A : Uji Fisher, Uji chi-square, Uji exact fisher	tidak adanya pengaruh ambulasi dini terhadap kejadian konstipasi pada ibu postpartum. Sebaiknya petugas kesehatan memberikan konseling untuk mencegah terjadinya konstipasi.	
4	Dewi Komalasari, Ida Maryati	2010	-	Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Luka Jahit Perenium Terhadap Konstipasi	D: Descriptif Corelational S:Purposive Sampling V: Kecemasan Postpartum L: Lembar Quisioner A: chi-square	Hasil Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara tingkat kecemasan luka jahit perenium terhadap kejadian konstipasi	Google Scholar
5	Putri Sari Agustina, Nurdina Sulaini Putra, Nur Yeni N.	2013	-	Efektifitas ambulasi dini pada percepatan pola buang air besar pada ibu nifas diruang sakura rsud dr.soedomo trenggalek.	D: quasy eksperimen S: didapatkan 40 sample V: early ambulation, postpartum woman L: quisioner A: uji analisis T-test	Hasil penelitian ini menunjukan bahwa ambulansi dini efektif terhadap percepatan pola buang air besar pada wanita postpartum di kamar sapura di RS. Dr. Soedomo	Google scholar
6	Mustika Dewi	2017	Vol. 1 No. 1,	The influence of early ambulation "pelvic floor muscle training" on prevention of defecation disorder post partum	D: quasi eksperimen S: concecutive sampling V: Early Ambulation, Defecation Disorder Post Partum L: lembar observasi	Hasil penelitian ini mendapatkan adanya pengaruh PFMT terhadap defekasi pada ibu postpartum spontan. Agar lebih efektif PFMT sebaiknya	pubmed

					A: uji Chi Square.	diperkenalkan lebih awal dan terintegrasi dengan senam hamil.	
7	Dyah Permata, Sari.	2018	Vol. 11, No.1	Hubungan sikap pantang makanan ibu nifas dengan kejadian konstipasi postpartum dipuskesmas Sooko kecamatan Sooko kabupaten Mojokerto	D: cross sectional S: 20 sampel V: pantang makanan L: cek list, kuisisioner A: exact fsher's	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan sikap pantang makanan dengan kejadian konstipasi, hal ini disebabkan oleh pendidikan responden yg rendah	Google scholar
8	RIMAYAN TI, RIZA	2015	-	Hubungan antara mobilisasi dini dengan kejadian konstipasi pada ibu postpartum di desa sembung wringin anom gresik	D: cross sectional, S: random sampling V: Mobilisasi Dini, kejadian konstipasi L: lembar kuisisioner. A : Uji Fisher, Uji chi square, Ujiexact r	Hasil penelitian ini menjukan bahwa tidak adanya hubungan antara mobilisasi dini dengan kejadian konstipasi pada ibu postpartum. Sebaiknya petugas kesehatan memberikan konseling untuk mencegah terjadinya konstipasi.	Google scholar
9	Dewi Hartinaha, Sri Karyatia, Siti Rokhani	2019	Vol.10 No.2	Hubungan pola aktivitas fisik dengan konstipasi pada post partum	D : Analitik Korelasional S : Accidental Sampling V: pola aktivitas fisik, konstipasi. L: Lembar kuesioner dan Checklist A: uji korelasi	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan bermakna antara pola aktivitas fisik dengan konstipasi di Puskesmas Gribig Kecamatan Gebog Kabupaten	Google scholar

						Kudus 2017. Dengan koefisien korelasi kuat yaitu 0.619	
10	Intan Claudina, Dina Rahayuning, Apoina Kartini	2018	Vol. 06, No. 1	Hubungan asupan serat makanan dan cairan dengan kejadian konstipasi fungsional pada postpartum di Semarang	D: Cross sectional S: seluruh ibu postpartum 89 V: functional konstipation L: Lembar kuesioner dan wawancara A: chi square	Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara asupan serat makan dengan kejadian konstipasi pada postpartum	Google scholar
11	Ode Fitriyanti	2018	-	Hubungan Pengetahuan dengan faktor kecemasan ibu nifas saat buang air besar	D: Cross Sectional S: Seluruh ibu nifas yg berjumlah 34 orang V: Pengetahuan, kecemasan, postpartum L: quisioner A: chi-square	Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan faktor kecemasan sa'at buag air besar setelah persalinan	Google scholar

ANALISIS HASIL PENELITIAN

Konstipasi merupakan kondisi sulit atau jarang untuk defekasi, Hal ini disebabkan oleh faktor kurangnya asupan serat dan cairan hal in sejalan dengan hasil review jurnal menurut Sri N, 2019 dan Claudia I, 2018 yang menyatakan adanya hubungan antara asupan serat makan dengan kejadian konstipasi pada postpartum. Hal ini bertolak belakang penelitian Muawanah, 2016 yang menyatakan tidak terdapat hubungan antara asupan serat dan cairan. Selain itu ada faktor Aktifitas Fisik yang dapat mempengaruhi konstipasi, hal ini sejalan dengan hasil review jurnal menurut Hartina, D., 2019 menyatakan bahwa adanya hubungan bermakna antara pola aktivitas fisik dengan konstipasi. Adapun faktor lain yakni pantang makanan yang dapat menyebabkan konstipasi, hal ini sejalan dengan Permata, D., 2019 yang menyatakan bahwa adanya hubungan sikap pantang makanan dengan kejadian konstipasi, hal ini disebabkan oleh pendidikan responden yg rendah, dan selain itu ada faktor psikologis seperti kecemasan yang dapat mempengaruhi kejadian konstipasi postpartum, hal ini sejalan dengan Kumalasari, D., 2010 dan Fitriyanti, O., 2018 yang menyatakan adanya hubungan fator kecemasan denga kejadian konstipasi. Selain faktor tersebut, faktor ambulansi

dini juga dapat berpengaruh dengan kejadian konstipasi pada postpartum, tetapi hal ini bertolak belakang dengan Khusnul, L., 2017 dan Rimayanti, 2015 yang menyatakan bahwa ambulansi dini terdapat hubungan dengan kejadian konstipasi postpartum.

PEMBAHASAN

Post partum merupakan masa setelah proses persalinan hingga alat-alat reproduksi dapat pulih kembali seperti sedia kala seperti sebelum hamil dalam kurun waktu 6-8 minggu (Kumalasari, 2015). Pada masa *post partum*, seringkali terjadi masalah pada gangguan sistem pencernaan, yakni kesulitan buang air besar yang disebut dengan konstipasi (Rizki, 2017). Konstipasi *post partum* dengan gejala seperti rasa sakit atau rasa ketidaknyamanan, tegang, dan feses keras adalah kondisi umum yang mempengaruhi kejadian hemoroid dan nyeri. di daerah *episiotomi*. Hal ini akibat pengaruh hormon kehamilan dan penggunaan zat besi sebagai suplemen sehingga dapat meningkatkan resiko konstipasi pada ibu *post partum* (Turawa *et al.*, 2015). Konstipasi mempengaruhi sekitar 20-25% dari populasi, dapat terjadi pada semua umur dan didominasi oleh perempuan dengan rasio

kejadian antara perempuan dan laki-laki sebesar 2:1 (Kassolik, *et al.*, 2015). Masa nifas adalah masa sesudah persalinan dapat juga disebut puerperium yaitu masa sesudah persalinan untuk pulihnya kembali akat kandungan yang lamanya 6 minggu. Post partum adalah masa 6 minggu setelah bayi lahir sampai organ-organ reproduksi sampai ke keadaan normal sebelum hamil (Bobak, 2010).

Ketidaknyamanan masa nifas yang sering dialami ibu salah satunya adalah konstipasi. penundaan pengosongan usus bagian bawah dan terlambatnya rangsangan untuk buang air besar pada ibu nifas sehingga feces mengeras (konstipasi). Menurut Pereira *el*, 2016 kejadian kematian ibu pada masa nifas 2,87 kali berisiko terjadi pada ibu dengan persalinan secara SC dibandingkan pervagina. Kematian ibu post partum dengan persalinan SC meningkat signifikan 10,9 kali berisiko pada ibu dengan komplikasi perdarahan post partum, tromboemboli dan infeksi post partum. Proporsi persalinan SC di Indonesia sebesar 9,8% akan tetapi Jawa timur memiliki proporsi persalinan SC dibandingkan dengan capaian nasional yaitu 12,2%. Angka ini masih dalam presentase persalinan SC yang ditetapkan *World Organization Health* (WHO) untuk tiap negara yaitu 5% sampai dengan 15% (Kemenkes RI, 2013).

Hasil penelitian yang dilakukan Muawanah. Dkk 2016, Mulyani s. dkk 2019, Rizky L. 2017, Laili v. dkk 2019, Agustina p. Dkk 2013, Dewi m. 2017, Sari p. 2018, Riza r. 2015, Hartinaha d. 2019, Claudia i. Dkk 2018, semua menunjukkan berbagai faktor penyebab terjadinya konstipasi postpartum secara signifikan. Ibu yang mengalami konstipasi secara bermakna berkaitan dengan kurangnya asupan nutrisi, (Rizki, 2017). Sedangkan penelitian menurut (Muawanah, 2016) menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara asupan serat dan asupan cairan dengan kejadian konstipasi pada ibu pasca melahirkan. Menurut hasil penelitian (Mulytani s dkk 2019) ini menunjukkan adanya hubungan yg bermakna antara asupan serat dg kejadian konstipasi pada postpartum (p value = 0,002). Menurut (Rizky L. 2019) ini menjukan tidak adanya pengaruh ambulasi dini terhadap kejadian konstipasi pada ibu postpartum. Sebaiknya petugas kesehatan memberikan konseling untuk mencegah terjadinya konstipasi. Menurut (Laili v dkk, 2019) ini menunjukkan adanya faktor lain yang berpengaruh terhadap kejadian konstipasi selain faktor aktifitas, yaitu kecemasan, luka jahitan, riwayat persalinan sekarang dan yang lalu serta asupan nutrisi. Menurut (Agustina p dkk 2013) ini

menunjukkan bahwa ambulasi dini efektif terhadap percepatan pola buang air besar pada wanita postpartum di kamar sapura di RS. Dr. Soedomo. Menurut (Dewi m 2017). Hasil penelitian ini mendapatkan adanya pengaruh PFMT terhadap defekasi pada ibu postpartum spontan. Agar lebih efektif PFMT sebaiknya diperkenalkan lebih awal dan terintegrasi dengan senam hamil. Menurut (Sari p 2018) penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan sikap pantang makanan dengan kejadian konstipasi, hal ini disebabkan oleh pendidikan responden yg rendah Menurut (Riza r 2015) penelitian ini menjukan bahwa tidak adanya hubungan antara mobilisasi dini dengan kejadian konstipasi pada ibu postpartum. Sebaiknya petugas kesehatan memberikan konseling untuk mencegah terjadinya konstipasi Menurut (hartinaha d 2019) menyatakan Adanya hubungan bermakna antara pola aktivitas fisik dengan konstipasi pada ibu postpartum di Puskesmas Gribig Kecamatan Gebog Kabupaten Kudus 2017. Dengan koefisien korelasi kuat yaitu 0.619. Menurut (Claudia dkk 2018) ini menunjukkan adanya hubungan antara asupan serat makan dengan kejadian konstipasi pada postpartum, (Komalasari D. 2010) ini menunjukkan adanya hubungan antara tingkat kecemasan luka jahit perenium terhadap kejadian konstipasi dan juga menurut (Fitriyanti O. 2018) Menunjukkan adanya hubungan faktor kecemasan sa'at buag air besar setelah persalinan.

PENUTUP

1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis diatas dapat disimpulkan ada 11 artikel yang membahas tentang faktor konstipasi pada ibu postpartum diantaranya ada 8 faktor yang dapat mempengaruhi konstipasi yakni 1. Asupan Serat Dan Air, (Sri N. 2019), 2. Efektifitas ambulasi dini, (Sari P. 2013), 3. The influence of early ambulation, (Dewi M. 2017), 4. Sikap pantang makanan pada ibu nifas, (Permatasari D. 2018), 5. Pola aktivitas fisik, (Hartinaha D. 2019), 6. Asupan serat makanan dan cairan, (Claudina I. 2018) 7. Tingkat Kecemasan Dengan Luka Jahit Perenium, (Komalasari D. 2010) 8. Faktor kecemasan ibu nifas saat buang air besar, (Fitriyanti O. 2018).

Sedangkan ada 3 artikel yang mengatakan tidak ada hubungan antara faktor 1. Asupan serat dan cairan (Muawanah Dkk, 2016), 2. Pengaruh ambulasi dini (Khusnul R, 2017), 3. Mobilisasi dini, (Riza R, 2015).

2. Saran

Saran untuk pelaksanaan literature review selanjutnya diantaranya: 1) Sebaiknya batasan tahun pencarian artikel dengan kata kunci yang ditetapkan adalah 5 tahun terakhir agar artikel yang ditelaah lebih terkini, 2) Kata kunci yang digunakan untuk mencari artikel lebih rinci agar literature review selanjutnya lebih fokus, dan 3) Database yang digunakan lebih bervariasi agar didapatkan artikel yang lebih banyak.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, Eny Ratna. (2011). *Asuhan Kebidanan Nifas*. Yogyakarta: Mitra Cendekia.
- American Journal of Obstetry and Gynecology, Volume 188, Issue 5, Pages 1205-1207, May 2003.
- Arifin, Isep Zainal. (2008). *Bimbingan Penyuluhan Islam Pengembangan Dakwah Melalui Psikoterapi Islam*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Arifin, M. (1982). *Pedoman Pelaksanaan Bimbingan dan Penyuluhan Agama*. Jakarta: Golden Terayon.
- Arikunto, Suharsimi. (2002). *Prosedur Penelitian Teoridan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Baharudin. (2004). *Paradigma Psikologi Islam*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bahreisj, Hussein, tth, *Studi Hadist Nabi*. Surabaya: CV. Amin.
- Bukhori, Baidi. (2005). *Optimalisasi Sistem Pelayanan Kerohanian Bagi Pasien Rawat Inap, Laporan Penelitian, (tidak diterbitkan)*. Semarang: Pusat Penelitian Walisongo.
- Chafidh, M. Afnan. (2006), *Tradisi Islam Panduan Prosesi Kelahiran, Perkawinan, kematian*. Surabaya: Khalista.
- Claudina, I., Rahayuning, D., Kartini, A. (2018). *Hubungan Asupan Serat Makanan dan Cairan dengan Kejadian Konstipasi* *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- D. Yulianik, E. Pujiati. (2017). *Risiko Konstipasi Pada Ny. A Dengan Post Seksio Sesarea di Ruang Bougenvil RSUD RA. Kartini Jepara. Jurnal Profesi Keperawatan, Volume 4 nomor 1.*
- Departemen Kesehatan RI. (2001). *Epidemiologi Konsumsi Serat di Indonesia*. Jakarta: Puslitbang Gizi Departemen Kesehatan RI.
- Djarwanto. (1990). *Pokok-pokok Metode Riset dan Bimbingan Teknis Penulisan Skripsi*. Yogyakarta: Liberty.
- Dwiyono, Agus, dkk. (2002). *Integrasi Budi Pekerti Dalam PPKn untuk Kelas 2 SLTP*. Jakarta: Yudhistira.
- Dzaky, Hamdani Bakran. (2002). *Konseling Psikoterapi Islam: Penerapan Metode Sufistik*. Yogyakarta: Fajar Pustaka.
- Faqih, Ainur Rahim. (2001). *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*. Yogyakarta: Pusat Penerbitan UII Press.
- Gulardi. (2008). *Asuhan Persalinan Normal*. Jakarta: Departemen Kesehatan RI.
- Gunarsa, Singgih. (2006). *Psikologi Untuk Membimbing*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Gunawan, Yusuf dan Catherin e Dewi Liman Subroto. (2001). *Pengantar Bimbingan dan Konseling Buku Panduan Mahasiswa*. Jakarta: PT Prenhallindo.
- Guyton, A.C and Hall, J.E., (2006). *Constipation, Medical Physiology: Physiology of Gastrointestinal Disorder. Elsevier Publisher: 11th Ed, 819–825.*
- Hadi, Sutrisno. (1984). *Metodologi Research Jilid II*. Yogyakarta: Yayasan Penerbitan Fakultas Psikologi UGM.
- Ida Diana, (2009). *Mobilisasi Dini Pada Ibu Post Partum*. Jakarta: Media Assculapius.
- Kusharto, C.M. (2006). *Serat Makanan dan Peranannya bagi Kesehatan*. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 1(2), 45–54.
- Kusumaningrum, AT. (2015). *Hubungan Pemenuhan Nutrisi Tinggi Serat Dengan Kejadian Konstipasi Pada Ibu Nifas 3-6 Hari*. *Jurnal SURYA*, Volume 7 nomor 3.
- Muawanah, M., & Nindya, T. S. (2017). *Hubungan Asupan Serat dan Cairan*

- Dengan Kejadian Konstipasi Pada Ibu Pasca Melahirkan. *Media Gizi Indonesia*, 11(1), 101.
<https://doi.org/10.20473/mgi.v11i1.101-105>
- Mulyani, N. S. (2019). *Asupan Serat dan Air Sebagai Faktor Risiko Konstipasi di Kota Banda Aceh*. *Majalah Kesehatan Masyarakat Aceh (MaKMA)*, 2(1), 75.
<https://doi.org/10.32672/makma.v2i1.884>
- Nugroho, M. B. (2013). *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
<https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Oktaviana. (2013). *Hubungan Asupan Serat dan Faktor-faktor Lain dengan Konstipasi Fungsional Pada Mahasiswi Reguler Gizi [skripsi]*. Depok.
- P.S Agustina, N.Sulaimi Putra, Nur Yeni N. (2013). *Efektivitas Ambulasi Dini Pada Percepatan Pola Buang Air Besar Pada Ibu Nifas di Ruang Sakura RSUD dr.Soedomo Trenggalek*. STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan, Vol 2 No 2.
- Pijpers, M.A., Bongers, M.E., Benninga, M.A., Berger, M.Y. (2010). Functional constipation in children: a systematic review on prognosis and predictive factors. *J Pediatr Gastroenterol Nutr*; 50:256-68.
- Puji Hastuti, S.Si.T., M. K. dan E. S. (2014). *Jurnal Ilmu Kebidanan dan Kesehatan*.
- Purwaka, B.T., Prasetya, B., Fitriana, D. (2014). *Hubungan Antara Pola Nutrisi Serat dan asupan Cairan dengan Kejadian Konstipasi pada Ibu Hamil di Puskesmas Jagir Surabaya*. Laporan Penelitian. Departemen/SMF Obstetri dan Ginekologi RSUD Dr. Soetomo. Surabaya.
- Sari, A.E. (2011). *Hubungan Pola Makan Berserat dengan Kejadian Konstipasi di Rumah Sakit haji Adam Malik*. (Skripsi, Universitas Sumatera Utara, Medan).
- Sma, D. I., Semarang, K., Claudina, I., P, D. R., & Kartini, A. (2018). *Hubungan Asupan Serat Makanan dan Cairan Dengan Kejadian Konstipasi Fungsional Pada Postpartum di Semarang*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 6(1), 486–495.
- Trottier, M., Erebara, A. and Bozzo, P. (2012). *Treating Constipation During Pregnancy*. *Can Fam Physician*, 58(8), 836–838.
- Turawa, E.B., Musekiwa, A., Rohwer, A.C. (2015). *Interventions For Preventing Post Partum Constipation*. *PubMed Cochrane Database Syst Rev*, 18(9). doi: 10.1002/14651858.CD011625. pub2.
- Wulandari, M. (2016). *Hubungan Antara Asupan Serat Dengan Kejadian Konstipasi Pada Pekerja di PT. Tiga Serangkai Surakarta*.