

DAFTAR PUSTAKA

- Albayati, S., Bhai, D., Descallar, J., Turner, C. E., Berney, C., & Morgan, M. J. (2023). Pelvic Floor Training Improves Faecal Incontinence and Obstructed Defecation on Patient Stroke Despite the Presence of Rectal Intussusception. *Journal of Surgery*, 93, 1253–1256. <https://doi.org/10.1111/ans.18200>
- Anggraini, D., Haiga, Y., & Sjaaf, F. (2023). Risk Factors for Cerebrovascular Disease (Stroke) in Elderly. *Scientific Journal*, 2(1), 38–43. <https://doi.org/https://doi.org/10.56260/sciena.v2i1.92>
- Boldbaatar, G. (2022). *Pelvic Floor Training Improves Faecal Incontinence and Obstructed Defecation on Patient Stroke Despite The Presence Of Rectal Intussusception*. 57(04), 97–108. <https://doi.org/https://doi.org/10.5564/pmas.v57i4.928>
- Chaturvedi, S., Cole, J. W., Iii, W. K. C., Cosby-gaither, C., Doyle, S., Goldstein, L. B., Lennon, O., Levine, D. A., Love, M., Miller, E., Nguyen-huynh, M., & Rasmussen-winkler, J. (2024). *2024 Guideline for the Primary Prevention of Stroke: A Guideline From the American Heart Association / American Stroke Association* (Issue December). <https://doi.org/10.1161/STR.0000000000000475>
- Chohan, S. A., & Venkatesh, P. K. (2023). *Long-term Complications of Stroke and Secondary Prevention: an Overview for Primary Care Physicians*. 60(12), 616–620. <https://doi.org/https://doi.org/10.11622/smedj.2019158>
- Collins, B. R., & O'Brien, L. (2023). Prevention and Management of Constipation in Adults. *Nurs Stand*, 8, 49–58. <https://doi.org/10.7748/ns.29.32.49.e9571>
- Craven, R. F., & Hirnle, C. J. (2022). *Fundamentals of Nursing: Human Health and Function*. Wolters Kluwer Health.
- Dewi, L., & Fitraneti, E. (2024). Stroke Iskemik. *Scientific Journal*, 3, 379–388. <https://doi.org/https://doi.org/10.56260/sciena.v3i6.173>
- Elmukhsinur, Rosy, A., & Kurniadi, R. (2025). *Risk Factors Associated with Stroke in Patients at the Hospitalization Service*. 11(1), 1–9.
- Erianti, S., Anggreny, Y., Fitrika, M., Lastari, R. F., & Lita. (2025). *Gambaran Pelaksanaan Pendokumentasian Asuhan Keperawatan Berbasis Emr (Electronic Medical Record) di Rsud Arifin Achmad Provinsi Riau*. 14, 224–237. <https://doi.org/https://doi.org/10.35328/sgetws46>
- Fekri, Z., Aghebati, N., & Sadeghi, T. (2021). The Effects Of Abdominal " I LOV U " Massage Along With Lifestyle Training On Constipation And Distension In The Elderly With Stroke. *Elsevier*, 57. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.ctim.2021.102665>
- Hall, J. E. (2025). *Guyton and Hall Textbook of Medical Physiology* (15th ed.). Elsevier.
- Han, I. J., Lee, J., Song, H., & Baek, I. (2023). *Imaging and clinical predictors of*

acute constipation in patients with acute ischemic stroke. September, 1–11.
<https://doi.org/10.3389/fnins.2023.1263693>

Harding, M. M., Kwong, J., Hagler, D., & Reinisch, C. (2023). *Lewis's Medical-Surgical Nursing : Assessment and Management of Clinical Problems* (12th ed.). Elsevier.

Hashim, A. M., & Athbi, H. A. (2024). Effect of Hot Water Bag Therapy on Constipation in Patients During the Acute Phase of Stroke. *Jornal Brasileiro de Patologia e Medicina Laboratorial*, 60(2), 131–137.
<https://doi.org/10.1900/JBPML.2024.60.02.021>

Hidayati, N., & Sukartini, T. (2023). Comparison of Two Turning Regimens (1 Versus Every 2 Hours) in The Prevention of Constipation in Patients with Stroke. *Belitung Nursing Journal*, 5(5), 192–196.
<https://doi.org/https://doi.org/10.33546/bnj.819>

Kapadiya, V., Bhargava, S., Tiwari, D., Sharma, N., Bairwa, A., & Janani. (2025). A Prospective Observational Study of Etiology of Stroke and Its Risk Factors. *Journal of Chemical Health Risks*, 15(3), 279–287.
<https://doi.org/10.22159/ijpps.2018v10i6.24983>

Khan, F., Abusharha, S., Alfuraidy, A., Nimatallah, K., & Almalki, R. (2022). *Prediction of Factors Affecting Mobility in Patients with Stroke and Finding the Mediation Effect of Balance on Mobility: A Cross-Sectional Study.* 19(24). <https://doi.org/doi.org/10.3390/ijerph192416612>

Khera, A. J., Chase, J. W., Salzberg, M., Thompson, A. J. V, & Kamm, M. A. (2022). Systematic Review : Pelvic Floor Muscle Training For Functional Bowel Symptoms In Inflammatory Bowel Disease. *Journal of Gastroenterology and Hepatology*, 3(3), 494–507.
<https://doi.org/10.1002/jgh3.12207>

Kristiowati, S., Soesanto, E., & Pohan, V. Y. (2024). Intervensi Non Farmakologi dalam Penanganan Konstipasi pada Pasien Stroke. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 15(September), 567–570.
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.33846/sf15345>

Kuriakose, D. (2022). *Pathophysiology and Treatment of Stroke : Present Status and Future Perspectives.* <https://doi.org/10.3390/ijms21207609>

Lengga, S., Sugiyanto, Anisyah, L., & Hasana, A. R. (2023). Profil Pengobatan Stroke Pada Pasien Rawat Inap Di Rumah Sakit “X” Kota Malang Periode Januari-Desember 2021. *SENTRI : Jurnal Riset Ilmiah*, 2(11), 4578–4586.
<https://doi.org/https://doi.org/10.55681/sentri.v2i11.1768>

Li, J., Yuan, M., Liu, Y., Zhao, Y., Wang, J., & Guo, W. (2023). Incidence of Constipation in Stroke Patients. *Medicine*, 95(25), 1–6.
<https://doi.org/10.1097/MD.00000000000007225>

Liu, F., Fan, S., & Ma, X. (2026). *New-Onset Constipation at Acute Stage After Stroke : Incidence , Risk Factors , and Impact on Stroke Rehabilitation.*

- April, 1–12. <https://doi.org/10.3389/fneur.2026.1721157>
- Lui, F., Suheb, M. Z. K., & Patti, L. (2025). *Ischemic Stroke*. StatPearls Publishing.
- Ma, S., Fan, X., He, Y., Li, C., Qu, D., & Man, Y. (2023). Effectiveness and Safety of Digital Rectal Stimulation and Abdominal Massage for Neurogenic Bowel Dysfunction in Stroke Patients: a Randomized Controlled Trial Protocol. *Trials*, 1–9. <https://doi.org/10.1186/s13063-023-07678-2>
- Madalinski, M. (2021). Constipation due to a stroke complicated with pseudo-obstruction (Ogilvie ' s Syndrome). *Journal of Neurology and Neurosurgery*, 55(2), 230–232. <https://doi.org/10.5603/PJNNS.a2021.0003>
- Maljuliani, D., Harun, H., & Fitri, S. U. R. (2023). Latihan Range Of Motion (Rom) Terhadap Kekuatan Otot Pasien Stroke Hemoragik: Studi Kasus. *Jurnal Riset Ilmiah*, 2(9), 3896–3906. <https://doi.org/https://doi.org/10.55681/sentri.v2i9.1558>
- Meutia, S., Utami, N., Rahmawati, S., Himayani, R., Mata, B. I., Kedokteran, F., & Lampung, U. (2021). Sistem Saraf Pusat dan Perifer. *Medula*, 11(3), 306–311. <https://doi.org/https://doi.org/10.53089/medula.v11i3.189>
- Mohamed, W. A., Ali, J. S., & Gamal, J. A. (2023). *Effect of Abdominal Massage Technique on Constipation for Post Stroke Patients: As a Preventive Measure*. 5(1), 101–111.
- Montiel, A. A., Santamaria, A. B., Sayós, L. P., & Villamandos, B. Q. (2024). *Comprehensive Management of Stroke: From Mechanisms to Therapeutic Approaches*. 25. <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/ijms25105252>
- Murphy, S. J. X. (2022). Stroke: causes and clinical features. *Elsevier, January*. <https://doi.org/10.1016/j.mpmed.2020.06.002>
- Mustapa, P., Syamsudin, F., & Asnawati, R. (2026). *Effectiveness of Abdominal Compresses on Constipation in Stroke Patients in the Neuro Room of Prof . Dr . Aloe Saboe Hospital*. 8(2). <https://doi.org/10.56338/ijhess.v8i2.10537>
- Mustikaningrum, R. E., Handayani, F., & Hastuti, Y. D. (2023). *The Effect of Early Mobilization on Functional Status of Stroke Patients: A Literature Review*. 6(1), 46–60. <https://doi.org/10.14710/hnhs.6.1.2023.46-60>
- Nining, S., Banna, T., Masfuri, M., Adam, M., & Pulungan, I. M. (2025). Swedish Abdominal Massage Against Warm Water Therapy On Postoperative Orthopaedic Surgery Constipation: A Comparison Quasi-Experimental Study. *F1000Research*, 13(1), 1–20. <https://doi.org/https://doi.org/10.12688/f1000research.159217.1>
- Owolabi, L. F., Samaila, A. A., & Sunmonu, T. (2024). Gastrointestinal complications and their relationship with functional performance in stroke survivors. *Journal of Medicine in the Tropics*, 16(1), 9–13. <https://doi.org/10.4103/2276-7096.132568>

- Potter, P. A., Perry, A. G., Stockert, P. A., Hall, A., & Ostendorf, W. R. (2025). *Fundamentals of Nursing* (12th ed.). Elsevier Health Sciences.
- PPNI, T. P. S. D. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia* (1st ed.). DPP PPNI.
- Puspitasari, D. I., & Hannan, M. (2022). Pengaruh Mobilisasi Dini Sim Kanan Kiri terhadap Konstipasi pada Pasien Stroke Infark di Ruang ICU RSUD Dr. H. Mohammad Anwar Sumenep. *Jurnal Ners Dan Kebidanan*, 4(2), 141–144. <https://doi.org/10.26699/jnk.v4i>
- Putri, P. H., Aisyah, P., Pangestu, K. W. I., Ar, B., Fhatima, S., & Putri, N. (2024). Hemorrhagic Stroke with an Uncontrolled Hypertension: A Case Report. *Medula*, 14, 512–517. <https://doi.org/https://doi.org/10.53089/medula.v14i3.873>
- Restikasari, N. T., Gamayani, U., Amalia, L., & Dian, S. (2022). *Characteristics and Risk Factors of Patients with Acute Ischemic Stroke in Dr . Hasan Sadikin General Hospital Bandung , Indonesia*. 9(4), 218–222.
- Ridwan, M. (2025). Sriwijaya Journal of Internal Medicine (SJIM) Diagnosis and Management of Constipation : A Narrative Literature Review. *Sriwijaya Journal of Internal Medicine*, 1(1), 15–17. <https://doi.org/10.59345/sjim.v1i1.207>
- Sahid, S. S., Rizal, A., & Afrina, R. (2025). Efektifitas Pijat Perut Teknik " I Lov U " Dan Minum Air Hangat Pada Pasien Stroke Non Hemoragik Dengan Derajat Konstipasi Di Ruang Cherry Rsud Cengkareng Tahun 2024. *Jurnal Intelek Dan Cendikiawan Nusantara*, 2(4), 7122–7138.
- Sahir, S. H. (2022). *Metodologi Penelitian* (T. Koryati (ed.); 1st ed.). Karya Bakti Makmur Indonesia.
- Shafa, H. A. F., Soesanto, E., & Ernawati. (2022). Kejadian Konstipasi Pada Lansia Di Post Pelayanan Terpadu Lanjut Usia. *Jurnal Keperawatan Tropis Papua*, 05(2), 95–99. <https://doi.org/https://doi.org/10.47539/jktp.v5i2.322>
- Simarmata, J. M., & Maulina, R. (2023). Pengaruh Massage Abdomen Terhadap Konstipasi Pada Pasien Stroke Di RS Grandmed Lubuk Pakam Tahun 2023. *Jurnal Kesehatan Masyarakat & Gizi*, 6(1), 136–141. <https://doi.org/10.35451/jkg.v6i1.1931>
- Singh, A. K., Deepak, & Rawat, N. (2026). Stroke Management : A Comprehensive , Evidence Based Review. *South Asian Research Journal of Nursing and Healthcare*, 8059(1), 1–4. <https://doi.org/https://doi.org/10.36346/sarjnhc.2026.v08i01.001>
- Sitepu, S. D. U. E., Lestari, A., Simarmata, P. C., Anggreani, R. F., & Sipayung, selamat T. (2021). Pengaruh Pemberian Mobilisasi Dini Terhadap Pemulihan Peristaltik Usus Pada Pasien Post Operasi Laparatomi Di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam. *Jurnal Keperawatan Dan Fisioterapi*, 4(1), 57–63. <https://doi.org/10.35451/jkf.v4i1.827>

- SKI. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia*.
- Soputri, N., & Lado, W. O. (2022). The Effectiveness of Warm Water Therapy for Constipation. *Abstract Proceedings International Scholars Conference*, 7(1), 475–482. <https://doi.org/https://doi.org/10.35974/isc.v7i1.1088>
- Suantika, P. I. R. (2025). Overcoming Constipation in Stroke Patients Using the I Love You Massage Techniques. *Jurnal Keperawatan Komprehensif*, 11(1), 47–55. <https://doi.org/https://doi.org/10.33755/jk>
- Syamsuddin, A. (2024). Pemberian Kompres Hangat Efektif Untuk Pemulihan Peristaltik Usus Pasien Post Operasi Dengan Anestesi Umum. *Jurnal SAGO Gizi Dan Kesehatan*, 2(1), 95–102. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30867/gikes.v2i1.468>
- Utomo, T. Y. (2022). Trombolisis Intraarterial Pada Stroke Akut Intraarterial Thrombolysis For Acute Stroke. *Jurnal Ilmiah Indonesia*, 7(8). <https://doi.org/https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v7i8.9249>
- Vianingsih, Suryandari, D., & Safitri, W. (2024). Pengaruh Kompres Hangat terhadap Peristaltik Usus pada Pasien Stroke. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2015–2023.
- Wena, Manan, S., & Sarce, S. (2024). Pengaruh Pemberian Abdominal Massage Dan Kompres Hangat Dengan Pasien Yang Mengalami Konstipasi Di Ruang Intensive Care Unit Jurnal ILKES (Jurnal Ilmu Kesehatan). 15(1), 61–69. <https://doi.org/https://doi.org/10.35966/ilkes.v15i1.359>
- Windahandayani, V. Y., Pranata, L., Fitri, A. I., & Ajul, K. (2023). Pelvic Floor Muscle Exercise (PFME) terhadap Tipe Bristol Stool. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 5(1), 89–96. <https://doi.org/https://doi.org/10.36590/jika.v5i1.263>
- Windahandayani, V. Y., Siswadi, Y., & Tijtra, E. (2021). Efektivitas Latihan Otot Dasar Panggul dalam Mencegah Konstipasi Pasien Stroke Non Hemoragik. *Jurnal Kedokteran Meditek*, 27(1), 16–21. <https://doi.org/https://doi.org/10.36452/jkdoktmeditek.v27i1.1924>
- WSO. (2022). *World Stroke Organization*. <https://www.world-stroke.org/>

LAMPIRAN

Lampiran 1

**INFORMED CONSENT DAN
PENJELASAN PENELITIAN**

Dengan hormat, Bapak/Ibu diminta untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui “**Asuhan Keperawatan Manajemen Konstipasi Pada Pasien Stroke Dengan Konstipasi Di Ruang Madinah Rumah Sakit Harapan & Doa Kota Bengkulu**” Peneliti (saya) akan memberikan lembaran persetujuan ini dan menjelaskan bahwa keterlibatan anda dalam penelitian ini atas dasar sukarela. Nama saya adalah Muhammad Gilang Ilahi, mahasiswa Jurusan Keperawatan Pendidikan Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Bengkulu yang beralamatkan di Manna, Kabupaten Bengkulu Selatan, Bengkulu. Saya dapat dihubungi di nomor 082377962687. Penelitian ini merupakan salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Ners (Ns).

Saya akan menjaga kerahasiaan responden dalam penelitian ini. Nama pasien tidak akan dicatat di manapun. Keterlibatan dalam penelitian ini dapat memberikan keuntungan langsung pada responden, hasil penelitian ini dapat bermanfaat untuk menambah pengetahuan responden mengetahui Asuhan Keperawatan Manajemen Konstipasi pada Pasien Stroke dengan Konstipasi di Ruang Madinah Rumah Sakit Harapan & Doa Kota Bengkulu. Apabila setelah terlibat dalam penelitian ini, responden masih punya pertanyaan, responden dapat menghubungi saya pada nomor diatas.

Setelah membaca informasi dan memahami tujuan penelitian dan peran yang diharapkan dalam penelitian ini, saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian.

Bengkulu,

2026

(.....)

Lampiran 2

SURAT PERMOHONAN RESPONDEN

Dengan Hormat,

Saya yang bertandatangan dibawah ini adalah mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Bengkulu:

Nama : Muhammad Gilang Ilahi

NIM : P01720425050

Saya akan melakukan penelitian yang berjudul “Asuhan Keperawatan Manajemen Konstipasi Pada Pasien Stroke Dengan Konstipasi Di Ruang Madinah Rumah Sakit Harapan & Doa Kota Bengkulu”.

Sehubungan dengan maksud tersebut, maka dengan kerendahan hati saya mohon partisipasi Saudara/Ibu untuk menjadi responden penelitian ini. Data yang diperoleh dari penelitian ini dapat bermanfaat bagi masyarakat, tenaga kesehatan, dan institusi pendidikan. Informasi tentang data yang diperoleh akan dijamin kerahasiaanya dan hanya digunakan untuk data penelitian. Demikian permohonan ini, atas perhatian dan partisipasinya saya ucapkan terima kasih.

Hormat saya,

Muhammad Gilang Ilahi

Lampiran 3

SURAT PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini setelah mendengar penjelasan tentang tujuan, manfaat, dan konsekuensi dari penelitian menyatakan bersedia menjadi responden atas penelitian yang dilakukan oleh:

Nama : Muhammad Gilang Ilahi

NIM : P01720425050

No. Telpn : 082377962687

Judul Penelitian : Asuhan Keperawatan Manajemen Konstipasi Pada Pasien Stroke Dengan Konstipasi Di Ruang Madinah Rumah Sakit Harapan & Doa Kota Bengkulu

Saya memahami bahwa data yang dihasilkan merupakan rahasia dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian dan pengembangan ilmu keperawatan dan tidak merugikan bagi saya.

Bengkulu, Mei 2026

Saksi/Peneliti

Responden

(.....)

(.....)

Lampiran 4

LEMBAR OBSERVASI

Nama Pasien :

Umur :

Jenis kelamin :

No	Tindakan	Hari pertama		Hari kedua		Hari ketiga	
		Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah
1	Massage Abdomen “I LOVE U”						
2	Kompres hangat						
3	Latihan Otot Dasar Panggul						

STANDAR OPERASIOAL PROSEDUR

MESSAGE ABDOMEN “I LOVE U”

	STANDAR OPERASIOAL PROSEDUR MESSAGE ABDOMEN “I LOVE U”
PENGERTIAN	Message abdomen dengan teknik <i>I LOVE U</i> merupakan tindakan keperawatan nonfarmakologis berupa pijatan lembut pada area abdomen yang dilakukan mengikuti arah anatomis usus besar. Teknik ini membentuk pola huruf “I”, “L”, dan “U” searah jarum jam untuk merangsang peristaltik usus, memperlancar pergerakan feses, serta membantu mengatasi gangguan eliminasi seperti konstipasi.
TUJUAN	Tujuan Umum Membantu meningkatkan fungsi eliminasi usus dan mengurangi konstipasi. Tujuan Khusus 1. Merangsang peristaltik usus 2. Memperlancar proses defekasi 3. Mengurangi rasa tidak nyaman pada abdomen 4. Meningkatkan relaksasi pasien 5. Mendukung pemulihan fungsi gastrointestinal
PRA	A. Tahap Orientasi 1. Beri salam dan perkenalkan diri 2. Jelaskan kembali prosedur yang akan dilakukan 3. Tanyakan kondisi kenyamanan pasien 4. Pastikan pasien rileks dan siap dilakukan tindakan B. Tahap Kerja 1. Atur posisi pasien terlentang 2. Oleskan minyak pijat secukupnya pada area abdomen 3. Lakukan pijatan dengan tekanan lembut dan teratur Langkah Teknik I LOVE U: a. Gerakan “I” Pijat lurus dari bawah ke atas di sisi kiri abdomen pasien (searah kolon desendens) b. Gerakan “L” Pijat dari kanan ke kiri di bagian bawah abdomen, kemudian ke atas di sisi kiri abdomen c. Gerakan “U” Pijat membentuk huruf U terbalik dari kanan bawah → ke atas → ke kiri → ke bawah mengikuti kolon

	asendens, transversum, dan desendens 4. Lakukan setiap gerakan 5–10 kali 5. Durasi total $\pm$ 10–15 menit 6. Observasi respon pasien selama tindakan
TERMINASI	1. Akhiri pijatan secara perlahan 2. Bersihkan sisa minyak pijat 3. Atur kembali posisi nyaman pasien 4. Evaluasi respon pasien (nyeri, rasa nyaman, keinginan BAB) 5. Beri edukasi singkat (minum air cukup, jadwal BAB) 6. Cuci tangan 7. Dokumentasikan tindakan dan respon pasien
REFERENSI	Fekri <i>et al.</i> , (2021)

Lampiran 6

**STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR
KOMPRES HANGAT**

	STANDAR OPERASIOAL PROSEDUR KOMPRES HANGAT
PENGERTIAN	Kompres hangat adalah tindakan keperawatan nonfarmakologis dengan menggunakan media panas bersuhu hangat yang diaplikasikan pada area abdomen untuk memberikan efek terapeutik. Pada pasien konstipasi, kompres hangat bertujuan membantu merangsang peristaltik usus, meningkatkan aliran darah lokal, serta memberikan relaksasi otot polos saluran cerna sehingga mempermudah proses defekasi.
TUJUAN	Tujuan Umum Membantu mengatasi konstipasi dengan meningkatkan aktivitas sistem pencernaan dan memberikan kenyamanan pada pasien. Tujuan Khusus 1. Merangsang peristaltik usus. 2. Meningkatkan sirkulasi darah di area abdomen. 3. Mengurangi ketegangan dan rasa tidak nyaman pada perut. 4. Membantu melancarkan proses defekasi.
PRA	A. Tahap Orientasi 1. Memberi salam dan memperkenalkan diri kepada pasien. 2. Menjelaskan tujuan dan prosedur tindakan kompres hangat secara singkat dan jelas. 3. Meminta persetujuan pasien (informed consent). 4. Mengatur posisi pasien nyaman mungkin (posisi terlentang atau setengah duduk). 5. Menjaga privasi pasien. B. Tahap Kerja 1. Mencuci tangan dan menggunakan alat pelindung diri bila diperlukan. 2. Menyiapkan air hangat dengan suhu yang aman (uji suhu pada punggung tangan perawat). 3. Membasahi handuk/kain dengan air hangat, kemudian diperas hingga tidak menetes. 4. Meletakkan kompres hangat pada area abdomen pasien (terutama sekitar umbilikus).

	5. Memastikan pasien merasa nyaman dan tidak merasakan panas berlebihan. 6. Mempertahankan kompres selama $\pm$ 10–15 menit. 7. Mengganti atau membasahi ulang kompres bila sudah dingin. 8. Mengobservasi respons pasien selama tindakan (nyeri, ketidaknyamanan, atau reaksi kulit).
TERMINASI	1. Mengangkat kompres dan mengeringkan area abdomen. 2. Merapikan posisi dan pakaian pasien. 3. Mengevaluasi respons pasien terhadap tindakan (kenyamanan, keinginan BAB). 4. Memberikan edukasi singkat, misalnya anjuran minum cukup dan mobilisasi ringan bila memungkinkan. 5. Mencuci tangan. 6. Mendokumentasikan tindakan dan hasil evaluasi pada catatan keperawatan.
REFERENSI	Wena <i>et al.</i> , (2024)

**STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR
LATIHAN OTOT DASAR PANGGUL**

	STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR LATIHAN OTOT DASAR PANGGUL
PENGERTIAN	Latihan otot dasar panggul adalah latihan yang bertujuan untuk memperkuat dan meningkatkan koordinasi otot-otot dasar panggul yang berperan dalam proses defekasi. Latihan ini dilakukan dengan cara mengontraksikan dan merelaksasikan otot dasar panggul secara terkontrol untuk membantu memperlancar pengeluaran feses pada pasien yang mengalami konstipasi.
TUJUAN	Tujuan Umum Membantu meningkatkan fungsi defekasi dan mengurangi keluhan konstipasi. Tujuan Khusus 1. Meningkatkan kekuatan dan koordinasi otot dasar panggul 2. Mempermudah proses pengeluaran feses 3. Mengurangi kebutuhan mengejan berlebihan saat defekasi 4. Mencegah terjadinya impaksi feses 5. Mendukung pola eliminasi usus yang teratur
PRA	A. Tahap Orientasi 1. Memberi salam dan memperkenalkan diri 2. Menjelaskan tujuan dan manfaat latihan otot dasar panggul 3. Menjelaskan sensasi yang mungkin dirasakan selama latihan 4. Meminta persetujuan pasien untuk dilakukan tindakan 5. Memastikan pasien memahami instruksi latihan B. Tahap Kerja 1. Posisikan pasien dalam keadaan: a. Berbaring terlentang dengan lutut sedikit ditekuk atau b. Duduk dengan posisi nyaman dan punggung tegak 2. Instruksikan pasien untuk bernapas normal dan rileks 3. Ajarkan pasien mengidentifikasi otot dasar panggul (seperti menahan buang air besar atau menahan gas) 4. Instruksikan pasien untuk: a. Mengontraksikan otot dasar panggul selama 5–10 detik

	b. Tidak menahan napas dan tidak mengencangkan otot perut, paha, atau bokong 5. Instruksikan pasien untuk merelaksasikan otot selama 5–10 detik 6. Ulangi latihan sebanyak 10–15 kali dalam satu sesi 7. Anjurkan latihan dilakukan 2–3 kali sehari secara rutin 8. Observasi respon pasien selama latihan (nyeri, kelelahan, atau ketidaknyamanan)
TERMINASI	1. Menghentikan latihan setelah sesi selesai 2. Mengevaluasi pemahaman dan kemampuan pasien dalam melakukan latihan 3. Memberikan umpan balik positif kepada pasien 4. Menganjurkan pasien melakukan latihan secara mandiri dan rutin 5. Mendokumentasikan tindakan dan respon pasien
REFERENSI	Windahandayani <i>et al.</i> , (2021)

DOKUMENTASI

TN. D

		
Melakukan terapi <i>Massage abdomen</i> dengan teknik <i>I LOVE U</i> hari pertama	Melakukan terapi latihan otot dasar panggul hari pertama	Melakukan terapi kompres hangat hari pertama
		
Melakukan terapi <i>Massage abdomen</i> dengan teknik <i>I LOVE U</i> hari kedua	Melakukan terapi latihan otot dasar panggul hari kedua	Melakukan terapi kompres hangat hari kedua
		
Melakukan terapi <i>Massage abdomen</i> dengan teknik <i>I LOVE U</i> hari ketiga	Melakukan terapi latihan otot dasar panggul hari ketiga	Melakukan terapi kompres hangat hari ketiga

DOKUMENTASI

TN. R

		
Melakukan terapi <i>Massage abdomen</i> dengan teknik <i>I LOVE U</i> hari pertama	Melakukan terapi latihan otot dasar panggul hari pertama	Melakukan terapi kompres hangat hari pertama
		
Melakukan terapi <i>Massage abdomen</i> dengan teknik <i>I LOVE U</i> hari kedua	Melakukan terapi latihan otot dasar panggul hari kedua	Melakukan terapi kompres hangat hari kedua
		
Melakukan terapi <i>Massage abdomen</i> dengan teknik <i>I LOVE U</i> hari ketiga	Melakukan terapi latihan otot dasar panggul hari ketiga	Melakukan terapi kompres hangat hari ketiga

