

RINGKASAN

Konstipasi adalah gangguan buang air besar berupa berkurangnya frekuensi defekasi, sensasi tidak puas dan terdapat rasa sakit saat defekasi, feses keras sehingga butuh ekstra mengejan, proses defekasi kurang dari 3kali seminggu atau lebih dari 3 hari tidak defekasi.

Berdasarkan data dari International US Census Berau tahun 2003 sebanyak 3.857.327 jiwa di Indonesia mengalami konstipasi. Perbandingan prevalensi pada wanita dan pria di Rumah Sakit Dr.Cipto Mangunkusumo (RSCM) yaitu sekitar 60:40 dari sebanyak 2.397 pasien dengan keluhan gangguan saluran cerna. Terdapat 216 dengan keluhan konstipasi, 87 pasien diantaranya pria dan 129 pasien wanita. Jika dikonversikan 7,2% pasien pria mengalami konstipasi, dan 10,8% wanita.

Dalam TCM konstipasi dapat diakibatkan karena sindrom panas yang menyerang lambung dan usus besar yang bisa diakibatkan pola hidup yang kurang baik, kurang mengkonsumsi air, terlalu banyak mengkonsumsi makanan pedas, dapat menguras *Jin Ye* dalam tubuh. Penanganan konstipasi dapat dilakukan menggunakan terapi kombinasi pijat abdomen dan herbal buah trengguli. Pemberian pijat bertujuan memberikan efek relaksasi pada abdomen sedangkan pemberian herbal buah trengguli sebagai pencahar sehingga konstipasi dapat berkurang. Terapi pijat dilakukan menggunakan teknik efflurage pada abdomen yang dilakukan selama 10 kali terapi. Terapi pijat dilakukan setiap hari selama 10 hari. Terapi herbal dengan pemberian dekokta buah trengguli diberikan kepada pasien dengan takaran 4 gram per hari. Herbal buah trengguli diberikan setiap hari selama 10 hari. Herbal buah trengguli diberikan 1 kali sehari.

Hasil studi kasus yang didapatkan bahwa setelah terapi secara bertahap frekuensi defekasi membaik, massa feses yang dikeluarkan tidak keras dan kering, kembung dan perut terasa penuh berkurang. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa penanganan konstipasi menggunakan terapi kombinasi *abdominal massage* dan herbal buah trengguli (*Cassia fistula L.*) yang diberikan kepada pasien dapat memberikan efek yang baik bagi penderita konstipasi. Dalam studi kasus selanjutnya perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai *abdominal massage* dengan teknik *effleurage* untuk mengatasi gangguan buang air besar.