|  |
| --- |
| Nurlaili Fatin Dosen Pembimbimg  NIM 15142010148 Hamimatus Zainiyah, S.ST., M.Pd., M.Keb  Program Studi Keperawatan NIDN 0712128401 |
| **HUBUNGAN AKTIFITAS FISIK DENGAN KEJADIAN KONSTIPASI PADA IBU NIFAS POST SEKSIO CAESAREA**  (Studi di RSIA HIKMAH SAWI Bangkalan) |
| **ABSTRAK**  Konstipasi adalah pergerakan feses yang lambat melewati usus besar dihubungkan dengan banyaknya jumlah feses yang kering dan keras yang terkumpul pada colon decenden yang disebabkan oleh absorbsi cairan yang berlebihan. Menurut studi pendahuluan di wilayah kerja RSIA HIKMAH SAWI kota Bangkalan pada bulan September 2018 di dapatkan data pasien SC pada bulan September sebanyak 10 ibu nifas diantaranya yang mengalami konstipasi lebih dari 3 hari sebanyak 8 ibu nifas (80%) dan yang tidak mengalami konstipasi sebanyak 2 ibu nifas (20%). Tujuan penelitian ini menganalisis hubungan aktifitas fisik dengan kejadian konstipasi pada ibu nifas di lingkungan RSIA HIKMAH SAWI kota Bangkalan.  Desain penelitian survey analitik dengan pendekatan cross-sectional. Variabel independent pada penelitian ini adalah aktifitas fisik dan variabel dependent pada penelitian ini adalah kejadian konstipasi. Jumlah populasinya 73 ibu nifas dan jumlah sampel 40 ibu nifas. Teknik sampel menggunakan *simple random sampling*, instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Uji statistik menggunakan uji *sperman rank* dengan (α<0,05). Penelitian ini telah dilakukan uji kelayakan etik yang dilaksanakan oleh KEPK STIKes Ngudia Husada Madura.  Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 40 ibu nifas yang melakukan aktifitas fisik dengan baik terdapat 27 ibu nifas (67,5%) dan yang kurang melakukan aktifitas fisik sebanyak 4 ibu nifas (10,0%). Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan *Spearman Rank* menunjukkan nilai ρ = 0,000 < α = 0,05, sehingga Ho di tolak dan H1 diterima, artinya ada hubungan antara aktifitas fisik dengan kejadian konstipasi pada ibu nifas di RSIA Hikmah Sawi Bangkalan.  Sebaiknya tenaga kesehatan hendaknya berupaya memberikan penyuluhan dan konseling tentang pentingnya aktifitas fisik pasien post SC serta mengajarkan aktifitas fisik sesuai kebutuhan ibu nifas untuk mencegah konstipasi. |
| **Kata Kunci : Aktifitas Fisik, Konstipasi, Nifas** |