

ANALISIS FAKTOR AKTIFITAS FISIK RESIKO TERJADI HEMOROID DI KLINIK ETIKA

Sunarto

Politeknik Kesehatan Surakarta Jurusan Keperawatan

Abstract : Hemorrhoids, Physical Activity Factor, Risk Occurrence of Hemorrhoids. Hemorrhoids are known in the community as hemorrhoids or piles is a common disease and has been there since time immemorial. The incidence of hemorrhoids tend to increase with age person, where the peak age is 45-65 tahun. Hemoroid found in 50% of people above 50 years. Hemorrhoids can be suffered by both men and women. Physical activity is one of the risk factors of hemorrhoids, but this type of activity is different from the order to each person. Formulation of the problem : Does the physical activity that has the risk of hemorrhoids in etika clinical. The purpose of this study was To determine physical activity has the risk of hemorrhoids in etika clinical. This research is observational analytic with cross sectional method. Samples are 29 respondents who are hemorrhoids sufferers who carry out checks in etika clinical ngemplak boyolali. The determination of the study respondents with accidental. The statistical test was preceded classical assumption test then multiple linear regression analysis. The results of this study were (1) Physical activity mostly sitting is a risk factor occurrence of hemorrhoids with a great risk of 0.37%, (2) Less physical activity is a risk factor of hemorrhoids with great risk of 0.33%, (3) Activities physical frequent straining when BAB is a risk factor of hemorrhoids with great risk 0.63%., (4) physical activity often carry heavy loads is a risk factor of hemorrhoids with great risk of 0.26%.. This research is simultaneously student activity within the organization and emotional intelligence related learning motivation the III level of students DIV Nursing Health Polytechnic of Surakarta.

Keywords : Hemorrhoids, Physical Activity Factor, Risk Occurrence of Hemorrhoids

Abstrak : Hemoroid, Faktor Aktifitas Fisik, Resiko Terjadinya Hemoroid. Hemoroid dikenal dimasyarakat sebagai penyakit wasir atau ambeien merupakan penyakit yang sering dijumpai dan telah ada sejak jaman dahulu. Kejadian hemoroid cenderung meningkat seiring dengan bertambahnya usia seseorang, dimana usia puncaknya adalah 45-65 tahun. Hemoroid ditemukan pada 50% manusia diatas 50 tahun. Hemoroid bisa diderita baik pria maupun wanita. Aktifitas fisik merupakan salah satu faktor resiko terjadinya hemoroid, namun jenis aktifitas tersebut berbeda dari setipa orang. Rumusan penelitian ini adalah pakah aktifitas fisik yang mempunyai resiko terkejadinya hemoroid di klinik etika. Tujuan penelitan untuk mengetahui aktifitas fisik yang mempunyai resiko terkejadinya hemoroid di klinik etika. Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan metode *cross sectional*. Sampel penelitian adalah 29 responden yang merupakan penderita hemoroid yang melakukan pemeriksaan di klinik etika ngemplak boyolali. Adapun penentuan responden penelitian dengan *aksidental*. Uji statistik didahului uji Asumsi klasik kemudian Analisis regresi

linier berganda. Hasil dari penelitian ini adalah (1) Aktifitas fisik kebanyakan duduk merupakan faktor risiko kejadian hemoroid dengan besar resiko 0,37%, (2) Kurang aktifitas fisik merupakan faktor risiko kejadian hemoroid dengan besar resiko 0,33%, (3) Aktifitas fisik sering mengejan bila BAB merupakan faktor risiko kejadian hemoroid dengan besar resiko 0,63, (4) Aktifitas fisik sering mengangkat beban berat merupakan faktor risiko kejadian hemoroid dengan besar resiko 0,26%. Simpulan dari penelitian ini adalah Aktifitas fisik sering mengejan bila BAB merupakan faktor risiko paling tinggi kejadian hemoroid

Kata Kunci : Hemoroid, Faktor Aktifitas Fisik, Resiko Terjadinya Hemoroid

PENDAHULUAN

Hemoroid atau yang sering di kenal dengan penyakit wasir, ada pula yang menyebut ambeien merupakan penyakit yang sering dijumpai di masyarakat umum dan telah ada sejak jaman dahulu. Namun masih banyak masyarakat yang belum mengerti bahkan tidak tahu mengenai gejala-gejala yang timbul dari penyakit ini. Banyak orang awam tidak mengerti daerah anorektal (anus dan rektum) dan penyakit-penyakit umum yang berhubungan dengannya. Anus merupakan lubang di ujung saluran pencernaan dimana limbah berupa tinja keluar dari dalam tubuh. Sedangkan rektum merupakan bagian dari saluran pencernaan di atas anus, dimana tinja disimpan sebelum dikeluarkan dari tubuh melalui anus (Probosuseno, 2009).

Kejadian hemoroid cenderung meningkat seiring dengan bertambahnya usia seseorang, dimana usia puncaknya adalah 45-65 tahun (Vinay, 2007). Sedangkan menurut Sarosi (2012) Hemoroid ditemukan pada 50% manusia diatas 50 tahun. Hemoroid bisa diderita baik pria maupun wanita. Sudoyo (2006) mengutarakan Salah satu perubahan yang terjadi pada proses penuaan yaitu perubahan pada sistem gastrointestinal, konstipasi kronis dapat

mengakibatkan divertikulosis, kanker kolon dan terjadinya hemoroid.

Angka kejadian hemoroid terjadi di seluruh Negara, dengan presentasi 54% mengalami gangguan hemoroid (WHO). Di Indonesia berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan yang diperoleh dari rumah sakit di 33 provinsi terdapat 355 rata-rata kasus hemoroid, baik hemoroid eksternal maupun internal (Kemenkes, 2009).

Faktor risiko hemoroid menurut Ulma (2012) antara lain Kurangnya konsumsi makanan berserat, Konstipasi, Usia, Keturunan, Tumor abdomen, Pola buang air besar yang salah, Kurang intake cairan, aktivitas fisik dan Kehamilan. Diantara faktor tersebut salah satunya adalah aktifitas fisik. Aktifitas fisik itu sendiri setiap individu di masyarakat mengartikan yang berbeda-beda, hal tersebut terbukti bahwasannya seseorang yang terkena hemoroid bisa mengenai mereka yang mempunyai aktifitas baik yang ringan sampai dengan yang berat bahkan mengenai juga pada orang yang sangat kurang beraktifitas. Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “analisis faktor aktifitas fisik resiko terjadi hemoroid”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan adalah rancangan penelitian berupa observasional analitik dengan metode *cross sectional* menggunakan studi *retrospektif*. Penelitian ini telah dilaksanakan di Klinik Etika Ngemplak Boyolali pada bulan Maret sampai dengan Juli 2015. Populasi pada penelitian ini yaitu penderita hemoroid yang melakukan pemeriksaan di klinik etika ngemplak boyolali Sedangkan teknik pengambilan subyek dalam penelitian ini dengan menggunakan *aksidental*. Uji statistik didahului uji Asumsi klasik kemudian Analisis regresi linier berganda.

HASIL PENELITIAN

Penelitian dilaksanakan di klinik Etika Ngemplak Boyolali dengan jumlah sampel 29 orang. Gambaran Umum Responden didapatkan data bahwa mayoritas responden adalah laki-laki yaitu sejumlah 21 orang (72.42%), Sedangkan responden berjenis kelamin perempuan adalah 8 orang (27.58%). Lebih rinci seperti tabel dibawah ini.

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Responden

No	Jenis kelamin	Nominal	Persentase (%)
1	Laki-laki	21	72.42
2	Perempuan	8	27.58
Total		29	100

Mayoritas responden mempunyai pekerjaan buruh/ swasta sejumlah 17 orang (58.62%). Responden dengan pekerjaan pns/ pegawai sejumlah 5 orang (17.25%). Sedangkan responden dengan pekerjaan petani/ peternak sejumlah 6 orang (24.13%). Lebih rinci seperti tabel dibawah ini.

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Pekerjaan Responden

No	Pekerjaan	Nominal	Persentase (%)
1	Buruh/Swasta	17	58.62
2	PNS/Pegawai	5	17.25
3	Petani/Peternak	7	24.13
Total		29	100

Sebelum di lakukan uji regresi linier berganda telah didahului beberapa uji prasyarat yang termasuk dalam uji asumsi klasik. Uji prasyarat pertama adalah Uji Asumsi Autokorelasi Hasil uji autokorelasi dengan menggunakan Durbin Watson didapatkan nilai 2, sehingga berdasar nilai berada dalam Nilai *Durbin Watson* -2 sampai dengan +2 maka dapat disimpulkan tidak terdapat autokorelasi. Uji berikutnya adalah uji asumsi normalitas. Dengan menggunakan Uji Asumsi Normalitas P-Plot didapatkan normal *P-Plot of Regression Standardized Residual* dapat disimpulkan bahwa grafik normal plot, terlihat titik-titik menyebar disekitar garis diagonal. Sehingga grafik ini menunjukkan bahwa model regresi tidak menyalahi asumsi normalitas. Prasyarat yang ketiga adalah uji asumsi heteroskedastisitas dengan menggunakan *Scatterplot*, Didapatkan grafik *Scatterplot* terlihat bahwa titik-titik menyebar secara acak sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi masalah heteroskedastisitas. Uji berikutnya adalah uji asumsi linearitas dapat dilihat dengan grafik *Scatterplot* pula dengan terlihat bahwa titik-titik yang tidak membentuk pola tertentu sehingga dapat disimpulkan bahwa memenuhi syarat untuk menjadi model yang baik karena asumsi linieritas terpenuhi. Uji prasyarat yang kelima adalah uji asumsi multikolinieritas menunjukkan nilai Kebanyakan duduk (0,786), Kurang aktifitas fisik (0,687),

Sering mengejan bila BAB (0,738), Mengangkat beban berat (0,612) sehingga tolerance kurang dari 0.100 yang berarti tidak ada korelasi antar variabel independen.

Analisis Bivariat, Uji statistik yang digunakan adalah Analisis regresi linier berganda. Untuk mengetahui seberapa jauh pengaruh variabel independen secara parsial terhadap variabel dependen dapat dilihat pada tabel 3 di bawah ini.

Tabel 3
Uji t-test

Variabel Independent	Nilai Signifikansi
Kebanyakan duduk	
Kurang aktifitas fisik	0,003
Sering mengejan bila BAB	0,009
Mengangkat beban berat	0,000
	0,042

Dari tabel 3. dapat dilihat nilai signifikansi untuk variabel Kebanyakan duduk, Kurang aktifitas fisik, Sering mengejan bila BAB dan Mengangkat beban berat terdapat pengaruh yang signifikan risiko hemoroid.

Uji F digunakan untuk melihat apakah variabel independen secara bersama-sama (serentak) mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap variabel dependen dapat dilihat pada tabel 4. di bawah ini.

Tabel 4
Uji F-test

Model	Nilai F	Nilai Signifikansi
Regression	16,232	0,00
Residual total		

Dari tabel 4. dapat diketahui nilai F hitung adalah 16,23 dan nilai tingkat signifikansi 0,00 dengan nilai probabilitas 0,05, karena nilai tingkat signifikansi lebih kecil dari nilai probabilitas maka hal

tersebut membuktikan Kebanyakan duduk, Kurang aktifitas fisik, Sering mengejan bila BAB dan Mengangkat beban berat berpengaruh signifikan secara bersamaan atau serentak terhadap kejadian hemoroid maka semua variabel independent lanjut pada analisis multivariat. Analisis multivariat, merupakan lanjutan dari analisis univariat dan bivariat yaitu untuk mengetahui besar pengaruh variabel independen terhadap variabel dependent dapat dilihat pada tabel 5. di bawah ini

Tabel 5
Uji Regresi Linier Berganda

Variabel Independent	Nilai Standardized Coefficients Beta
Kebanyakan duduk	
Kurang aktifitas fisik	0,372
Sering mengejan bila BAB	0,334
Mengangkat beban berat	0,630
	0,269

Dari tabel 5. dapat diketahui pada Kebanyakan duduk menunjukkan nilai 0,37%, Kurang aktifitas fisik menunjukkan nilai 0,33%, Sering mengejan bila BAB menunjukkan nilai 0,63%, Mengangkat beban berat menunjukkan nilai 0,26%. Dari hasil yang diperoleh faktor aktifitas fisik risiko hemoroid yang paling besar Sering mengejan bila BAB menunjukkan nilai 0,63% lebih besar dari faktor risiko yang lain.

PEMBAHASAN

Besarnya faktor aktifitas fisik kebanyakan duduk terhadap kejadian hemoroid adalah 0,37% yang berarti angka tersebut merupakan besar

pengaruhnya terhadap kejadian hemoroid. Teori yang mendukung menurut Cameron (1997) menyatakan bahwa tekanan yang terus menerus dapat mengakibatkan trauma berlebihan pada plexus hemorrhoidalis sehingga menyebabkan hemoroid terutama pada usia lanjut terjadi degenerasi dari jaringan-jaringan tubuh dimana otot sphincter menjadi tipis dan atonis sehingga berisiko terjadi hemoroid. Kurang aktifitas fisik berpengaruh terhadap kejadian hemoroid sebesar 0,33%. Teori yang mendukung menurut Sjamshudajat & Jong (2004) menyatakan bahwa kurang aktifitas mempengaruhi adanya kelemahan dinding vena di daerah anorektal sehingga akan memudahkan terjadinya hemoroid. kurangnya aktifitas menyebabkan kerasnya feses karena tidak ada mobilisasi daerah abdomen kekakuan pada otot-otot pada vena di daerah rektum dan anus sehingga jika terjadi mengejan dapat memperburuk vena yang kaku sehingga terjadi hemoroid, hal tersebut bisa dikarenakan lansia yang sering duduk terlalu lama dan jarang olahraga ringan, hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Oky Sutarto Putra (2013) yang menyatakan bahwa duduk terlalu lama mengakibatkan terjadinya hemoroid.

Besarnya faktor-faktor aktifitas fisik Sering mengejan bila BAB terhadap kejadian hemoroid mempunyai risiko 0,63. Hal ini terjadi karena mengejan yang terlalu kuat saat buang air besar akan meningkatkan tekanan pada pembuluh darah vena di daerah anus sehingga akan mengakibatkan terjadinya hemoroid. Hal lain posisi BAB juga mempengaruhi Teori yang mendukung menurut dr. Eka Ginanjar menyatakan bahwa dengan pemakaian jamban yang duduk posisi usus dan anus tidak dalam posisi tegak,

sehingga akan menyebabkan tekanan dan gesekan pada vena di daerah rektum dan anus, hal ini dipertegas dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Bifirda Ulma (2012) yang menyatakan bahwa posisi BAB duduk merupakan faktor risiko untuk terjadi hemoroid.

Besarnya faktor aktifitas fisik mengangkat beban berat terhadap kejadian hemoroid dengan besar 0,33%. Hal tersebut dimungkinkan ketika mengangkat akan menimbulkan desakan yang hebat di daerah anus sehingga vena di dalamnya lama kelamaan akan mengalami pembesaran.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil dari penelitian ini adalah (1) Aktifitas fisik kebanyakan duduk merupakan faktor risiko kejadian hemoroid dengan besar resiko 0,37%, (2) Kurang aktifitas fisik merupakan faktor risiko kejadian hemoroid dengan besar resiko 0,33%, (3) Aktifitas fisik sering mengejan bila BAB merupakan faktor risiko kejadian hemoroid dengan besar resiko 0,63, (4) Aktifitas fisik sering mengangkat beban berat merupakan faktor risiko kejadian hemoroid dengan besar resiko 0,26%.

Saran yang dapat disampaikan adalah bagi siapapun terutama penderita yang sudah mengalami hemoroid sangatlah perlu memperhatikan aktifitas fisik. Dalam melakukan aktifitas perlu dipertimbangkan kemampuan setiap individu

DAFTAR RUJUKAN

Bifirda, U. (2012). Faktor Risiko Kejadian Hemorrhoid pada Usia 21-30, 16-23.

- Cameron, John L. (1997). Terapi Bedah Mutakhir Edisi ke-4 Jilid 1. Jakarta: Binarupa Aksara; hal.293.
- Kemenkes RI. (2009). Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta.
- Notoatmodjo,S.(2002), Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta,
- Nursalam. (2008).konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan.jakarta:salemba medika.
- Price, SA. (2005). Patofisiologi Konsep Klinis Proses-Proses Penyakit. Alih Bahasa Peter. Jakarta : EGC.
- Probosuseno.(2009). Agar Olahraga Bermanfaat Untuk Kesehatan.Diakses dari <http://www.republika.co.id> 18 maret 2015.
- Sarosy, C. (2012). Hemorrhoid Care Medical Clinic & Vein Treatment Center. Available At [http : //www.hemorrhoid.net](http://www.hemorrhoid.net).
- Sjamsuhidajat, R., dan De Jong, W.,(2004). Neoplasia. Dalam: Sjamsuhidajat, R dan De Jong, W., ed. Buku Ajar Ilmu Bedah. Jakarta : EGC
- Smelthzer, Suzanne C Brenda G Bare. (2001). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner and Suddart, Edisi 8, Jakarta : EGC
- Sugiyono.(2009). Metode Penelitian Bisnis. Bandung: CV.Alfabeta.
- Organisasi. Jakarta : Gramedia Putra.
- Sugiono.2010. Metode Penelitian Pendidikan. Bandung : Alfabeta
- Sugiono.2008. Kamus Besar Bahasa Indonesia. Jakarta : Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional