

**HUBUNGAN KONSUMSI SERAT DENGAN KEJADIAN  
KONSTIPASI PADA MAHASISWA/I FAKULTAS  
KEDOKTERAN UNIVERSITAS TARUMANAGARA  
PERIODE 1-13 MARET 2015**

**SKRIPSI**



**Disusun oleh**

**BUDIANTO**

**405110237**

**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS TARUMANAGARA**

**JAKARTA**

**2015**

**HUBUNGAN KONSUMSI SERAT DENGAN KEJADIAN  
KONSTIPASI PADA MAHASISWA/I FAKULTAS  
KEDOKTERAN UNIVERSITAS TARUMANAGARA  
PERIODE 1-13 MARET 2015**

**SKRIPSI**



**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana  
Kedokteran (S.Ked) pada Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara  
Jakarta**

**BUDIANTO**

**405110237**

**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS TARUMANAGARA  
JAKARTA  
2015**

## **HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS**

**Saya, Budianto, NIM: 405110237**

**Dengan ini menyatakan, menjamin bahwa skripsi yang diserahkan kepada Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara, berjudul**

**HUBUNGAN KONSUMSI SERAT DENGAN KEJADIAN KONSTIPASI PADA MAHASISWA/I FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS TARUMANAGARA PERIODE 1-13 MARET 2015**

**Merupakan hasil karya sendiri, semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar dan tidak melanggar ketentuan plagiarism dan otoplagiarisme.**

**Saya menyatakan memahami adanya larangan plagiarism dan otoplagiarisme dan dapat menerima segala konsekuensi jika melakukan pelanggaran menurut ketentuan peraturan perundang-undangan dan peraturan lain yang berlaku di lingkungan Universitas Tarumanagara. Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun.**

**Jakarta, 25 juni 2015**

**(Budianto)**

**405110237**

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh

Nama : Budianto

NIM : 405110237

Program Studi : Fakultas Kedokteran

Judul Skripsi : Hubungan konsumsi serat dengan kejadian konstipasi pada mahasiswa/i fakultas kedokteran Universitas Tarumanagara periode 1-13 maret 2015

**Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran (S.Ked) pada Program Studi Sarjana Kedokteran Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara.**

### DEWAN PENGUJI

Pembimbing : dr. Novendy, M.KK ( )

Ketua Sidang : dr. Arlends Chris, MSi ( )

Penguji 1 : Dr.dr.Meilani Kumala,MS,SpGK ( )

Penguji 2 : dr. Novendy, M.KK ( )

### Mengetahui,

Dekan : Dr.dr.Meilani Kumala,MS,SpGK ( )

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal : 25 Juni 2015

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, penulis akhirnya dapat menyelesaikan skripsi dengan baik. Skripsi ini merupakan syarat agar dapat dinyatakan lulus sebagai Sarjana Kedokteran. Selama proses pendidikan mulai dari awal hingga akhir, banyak sekali pengalaman yang didapatkan oleh penulis untuk berkarir sebagai dokter di kemudian hari.

Selama proses penyusunan skripsi ini penulis mengalami keterbatasan dalam mengerjakan penelitian. Oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada beberapa pihak yang telah mendukung keberhasilan penyusunan skripsi ini.

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada:

1. Alm.dr.V.Budi Kidarsa, dan dr.Novendy, M.KK selaku pembimbing
2. Anthony Salim, Brolie Barseba, Christian, Clara Verlina, Dharma Jaya, Ferel Manuputty, Jordy, Laurensia Marcella, Prily Prianty, Wilson William, Wongso Handoko selaku sahabat yang memberi semangat, nasehat, mendoakan yang terbaik di Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Jakarta
3. Rusman dan Warastuti selaku orang tua
4. Responden yang telah bersedia mengikuti penelitian

Akhir kata, semoga Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Jakarta, 25 juni 2015

Budianto (405110237)

## **HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Budianto  
NIM : 405110237  
Program Studi : Skripsi  
Fakultas : Kedokteran  
Jenis Karya : Skripsi

demi pengembangan ilmu pengetahuan menyetujui untuk mempublikasikan karya ilmiah saya yang berjudul:

Hubungan konsumsi serat dengan kejadian konstipasi pada mahasiswa/i fakultas kedokteran Universitas Tarumanagara periode 1-13 maret 2015

serta mencantumkan nama Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 25 juni 2015

Yang menyatakan,

(Budianto)

405110237

## **ABSTRACT**

*Constipation is abnormal bowel movements with manifestations in the form of reduced frequency of defecation, hard stool consistency, straining, and a sensation of incomplete defecation. This study aims to determine the relationship of fiber consumption with incidence of constipation. This study was conducted in Faculty of Medicine Tarumanagara University in Jakarta on 1 to 13 March 2015. The cross-sectional study design, the respondents were students in Faculty of Medicine Tarumanagara University class of 2011-2013. Data were collected by interviews using a questionnaire, the data were analysed using SPSS version 20, with a statistical test using Pearson Chi-square ( $\chi^2$ ) and epidemiological test using prevalence ratio (PR). Total respondents this study 178 respondents. Of the 178 respondents who have constipation as many as 64 people (36%). Of the 51 respondents who ate less fiber 40 people (78.4%) affected by constipation. Of the 127 respondents who ate enough fiber 24 people (18,9%) affected by constipation (p-value 0.0001, PR 4.15). To students in the Faculty of Medicine Tarumanagara University suggested that eating enough fiber.*

*Key words : fiber consumption, constipation*

## ABSTRAK

Konstipasi adalah abnormalitas pergerakan usus dengan manifestasi berupa berkurangnya frekuensi defekasi, konsistensi tinja yang keras, mengedan, dan sensasi tidak komplit dalam buang air besar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan konsumsi serat dengan kejadian konstipasi. Penelitian ini dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Jakarta pada tanggal 1-13 Maret 2015. Desain studi cross-sectional, responden adalah mahasiswa/i Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan 2011-2013. Data dikumpulkan dengan wawancara menggunakan kuesioner, diolah dengan menggunakan SPSS versi 20, dengan uji statistik menggunakan *Pearson Chi-square* ( $\chi^2$ ) dan uji epidemiologi menggunakan PR. Jumlah responden yang dikumpulkan sebanyak 178 orang. Dari 178 responden yang mengalami konstipasi sebanyak 64 orang (36%). Dari 51 responden yang mengonsumsi serat kurang 40 orang (78,4%) terkena konstipasi. Dari 127 responden yang mengonsumsi serat cukup 24 orang (18,9%) mengalami kejadian konstipasi (p-value 0,0001, PR 4,15). Kepada mahasiswa di Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara disarankan agar mengonsumsi cukup serat.

Kata-kata Kunci : Konsumsi Serat, Konstipasi



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH ....	v
ABSTRACT.....	vi
ABSTRAK.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR SINGKATAN .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
<b>1. PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	2
1.2.1 Pernyataan masalah.....	2
1.2.2 Pertanyaan masalah.....	2
1.3 Hipotesis penelitian.....	2
1.4 Tujuan penelitian.....	2
1.4.1 Tujuan Umum .....	2
1.4.2 Tujuan Khusus .....	3
1.5 Manfaat Penelitian .....	3
<b>2. TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>4</b>
2.1 Definisi Konstipasi.....	4
2.2 Patofisiologi Konstipasi .....	4
Universitas Tarumanagara	viii

2.3 Diagnostik Konstipasi .....	5
2.4 Klasifikasi Konstipasi .....	6
2.4.1 Konstipasi simpel .....	6
2.4.2 Konstipasi simptomatik .....	6
2.5 Faktor Risiko Konstipasi .....	6
2.5.1 Konsumsi serat kurang .....	6
2.5.2 Asupan cairan kurang .....	7
2.5.3 Usia lanjut .....	7
2.5.4 Depresi .....	8
2.5.5 Aktivitas fisik kurang .....	8
2.5.6 Jenis kelamin perempuan .....	8
2.5.7 Kehamilan .....	8
2.5.8 Hormon tiroid kurang .....	9
2.6 Kerangka teori .....	9
2.7 Kerangka konsep .....	9
<b>3. METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>10</b>
3.1 Desain Penelitian .....	10
3.2 Tempat dan Waktu penelitian .....	10
3.3 Populasi dan sampel penelitian .....	10
3.3.1 Populasi penelitian .....	10
3.3.2 Kriteria Inklusi .....	10
3.3.3 Sampel penelitian .....	11
3.4 Perkiraan besar sampel .....	11
3.5 Teknik pengambilan sampel .....	12
3.6 Cara kerja penelitian .....	12
3.7 Variabel penelitian .....	12
3.8 Definisi operasional .....	13
3.8.1 konsumsi serat .....	13

3.8.2 konstipasi .....	14
3.9 Instrumen penelitian.....	14
3.10 Pengumpulan data .....	14
3.11 Analisis data .....	15
3.11.1 Analisis Asosiasi Statistik.....	15
3.11.2 Analisis Asosiasi Epidemiologi .....	15
3.12 Alur penelitian.....	17
3.13 Jadwal Pelaksanaan .....	18
3.14 Anggaran .....	19
3.14.1 Rencana pembiayaan.....	19
<b>4. HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>20</b>
4.1 Karakteristik data pada mahasiswa/i FK Untar angkatan 2011-2013.....	20
4.1.1 Karakteristik data pada mahasiswa/i FK Untar angkatan 2011-2013.....	20
4.2 Hubungan konsumsi serat dengan kejadian konstipasi pada mahasiwa/i FK UNTAR 2011-2013.....	21
4.2.1 Karakteristik data terhadap konstipasi .....	22
<b>5. PEMBAHASAN .....</b>	<b>22</b>
5.1 Temuan Utama .....	23
5.2 Keterbatasan Penelitian .....	24
5.2.1 Bias seleksi.....	24
5.2.2 Bias informasi .....	24
5.2.3 Bias perancu .....	25
5.2.4 Chance .....	25
<b>6. KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>26</b>
6.1 Kesimpulan .....	26
6.2 Saran.....	26
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>27</b>
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.3 Kriteria Roma III Untuk Konstipasi Fungsional.....	5
Tabel 3.1.1 Analisis Asosiasi Epidemiologi .....	15
Tabel 3. 13 Jadwal Pelaksanaan.....	18
Tabel 3.14.1 Rencana Pembiayaan .....	19
Tabel 4.1 Karakteristik Data Pada Mahasiswa/i FK Untar Angkatan 2011-2013 .....	20
Tabel 4.2 Karakteristik Data Terhadap Konstipasi .....	22

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.6 Kerangka Teori.....	9
Gambar 2.7 Kerangka Konsep.....	9
Gambar 3.12 Alur Penelitian.....	17

## DAFTAR SINGKATAN

BAB	: Buang air besar
FK UNTAR	: Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara
Ha	: Hipotesis alternatif
Ho	: Hipotesis null
IBS	: <i>Irritable bowel syndrome</i>
PR	: Prevalens Rasio
SD	: Standar deviasi

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner 1 .....	31
Lampiran 2 Kuesioner 2.....	37
Lampiran 3 Tabel perhitungan PR .....	39
Lampiran 4 Perhitungan $\alpha$ & $\beta$ .....	40
Lampiran 5 Karakteristik demografi mahasiswa/i FK UNTAR 2011-2013.....	42
Lampiran 6 Hubungan konsumsi serat dengan kejadian konstipasi pada mahasiswa/i FK UNTAR 2011-2013 .....	44
Lampiran 7. Daftar riwayat hidup.....	46