

## LAMPIRAN 1

### Kuesioner 1

#### A. Weekday / Hari Kerja (senin-jumat)

Hubungan konsumsi serat dengan konstipasi pada mahasiswa/i fakultas kedokteran Universitas Tarumanagara

Nama :  
NIM :  
Angkatan :  
Jenis Kelamin : L / P  
\*lingkarin yang perlu

#### Petunjuk pengisian!

**\*Isilah dengan (angka) pada kolom “URT” sesuai dengan porsi makan saudara**

**\*Berilah tanda (√) pada kolom “FREKUENSI – Per Hari, Per Minggu, Per Bulan” sesuai dengan frekuensi makan saudara**

Keterangan :

URT : Ukuran rumah tangga (sendok makan, sendok teh, mangkuk, dll)

Bahan Makanan	URT	Berat (gram)	Frekuensi					Tidak Pernah
			Per hari			Per minggu	Per bulan	
			1x	2-3x	>3x	≤2x	3-6x	
<b>I. Makanan Pokok</b>								
Nasi putih								
Nasi merah								
Roti								
Roti gandum								
Mie								
Bihun								
Kentang								
Haverhout/oatmeal								
Pasta (makaroni, spagetti)								
Lainnya...								
<b>II. Lauk Pauk</b>								
Telur								
Ikan Sarden								
Ikan laut								
Ikan kembung								
Daging sapi								
Daging ayam								
Daging kambing								
Udang								
Kepiting								
Hati								

Bahan Makanan	URT	Berat (gram)	Frekuensi						
			Per hari			Per minggu		Per bulan	Tidak Pernah
			1x	2-3x	>3x	≤2x	3-6x	1-2x	
Otak									
Tahu									
Tempe									
Lainnya...									
<b>III. Sayuran</b>									
Jamur									
Bayam									
Kangkung									
Brokoli									
Kembang kol									
Jagung									
Kacang panjang									
Kacang polong									
Kacang hijau									
Kacang merah									
Timun									
Lobak									
Tomat									
Lainnya...									
<b>IV. Buah-buahan</b>									
Pisang									
Pepaya									
Alpukat									
Jeruk									
Semangka									
Kelapa									
Apel									
Lainnya...									
<b>V. Susu</b>									
Susu skim (rendah lemak)									
Susu kental manis									
Susu kedelai									
Es krim									
Yoghurt									
Keju									
Lainnya...									
<b>VI. Camilan</b>									
Pisang goreng									
Kentang goreng									
Singkong goreng									

Bahan Makanan	URT	Berat (gram)	Frekuensi						
			Per hari			Per minggu		Per bulan	Tidak Pernah
			1x	2-3x	>3x	≤2x	3-6x	1-2x	
Ubi goreng									
Ketan									
Kismis									
Biskuit									
Selai kacang									
Kacang tanah									
Kacang almond									
Kacang mete									
Kripik asin									
Lainnya...									
<b>VII. Pemanis</b>									
Gula putih									
Gula aren									
Pemanis buatan									
Madu									
Sweetener									
Lainnya...									
<b>VIII. Minuman</b>									
Coca-cola, fanta									
Teh manis									
Kopi susu									
Sirup									
Lainnya...									
<b>IX. Lainnya</b>									
Mentega									
Margarin									
Coklat									
Kecap									
Garam dapur									
Minyak goreng									
Minyak zaitun									
Minyak kanola									
Minyak kelapa									
Santan									

## LAMPIRAN 1

### Kuesioner 1

#### B. Weekend/ Hari Libur (sabtu-minggu)

Hubungan konsumsi serat dengan konstipasi pada mahasiswa/i fakultas kedokteran Universitas Tarumanagara

Nama :  
 NIM :  
 Angkatan :  
 Jenis Kelamin : L / P  
 \*lingkarin yang perlu

#### Petunjuk pengisian!

\*Isilah dengan (angka) pada kolom “URT” sesuai dengan porsi makan saudara

\*Berilah tanda (√) pada kolom “FREKUENSI – Per Hari, Per Minggu, Per Bulan” sesuai dengan frekuensi makan saudara

#### Keterangan :

URT : Ukuran rumah tangga (sendok makan, sendok teh, mangkuk, dll)

Bahan Makanan	URT	Berat (gram)	Frekuensi					Tidak Pernah
			Per hari			Per minggu	Per bulan	
			1x	2-3x	>3x	≤2x	3-6x	
<b>I. Makanan Pokok</b>								
Nasi putih								
Nasi merah								
Roti								
Roti gandum								
Mie								
Bihun								
Kentang								
Haverhout/oatmeal								
Pasta (makaroni, spagetti)								
Lainnya...								
<b>II. Lauk Pauk</b>								
Telur								
Ikan Sarden								
Ikan laut								
Ikan kembung								
Daging sapi								
Daging ayam								
Daging kambing								
Udang								
Kepiting								
Hati								
Otak								

Bahan Makanan	URT	Berat (gram)	Frekuensi						
			Per hari			Per minggu		Per bulan	Tidak Pernah
			1x	2-3x	>3x	≤2x	3-6x	1-2x	
Tahu									
Tempe									
Lainnya...									
<b>III. Sayuran</b>									
Jamur									
Bayam									
Kangkung									
Brokoli									
Kembang kol									
Jagung									
Kacang panjang									
Kacang polong									
Kacang hijau									
Kacang merah									
Timun									
Lobak									
Tomat									
Lainnya...									
<b>IV. Buah-buahan</b>									
Pisang									
Pepaya									
Alpukat									
Jeruk									
Semangka									
Kelapa									
Apel									
Lainnya...									
<b>V. Susu</b>									
Susu skim (rendah lemak)									
Susu kental manis									
Susu kedelai									
Es krim									
Yoghurt									
Keju									
Lainnya...									
<b>VI. Camilan</b>									
Pisang goreng									
Kentang goreng									
Singkong goreng									
Ubi goreng									

Bahan Makanan	URT	Berat (gram)	Frekuensi						Tidak Pernah
			Per hari			Per minggu		Per bulan	
			1x	2-3x	>3x	≤2x	3-6x	1-2x	
Ketan									
Kismis									
Biskuit									
Selai kacang									
Kacang tanah									
Kacang almond									
Kacang mete									
Kripik asin									
Lainnya...									
<b>VII. Pemanis</b>									
Gula putih									
Gula aren									
Pemanis buatan									
Madu									
Sweetener									
Lainnya...									
<b>VIII. Minuman</b>									
Coca-cola, fanta									
Teh manis									
Kopi susu									
Sirup									
Lainnya...									
<b>IX. Lainnya</b>									
Mentega									
Margarin									
Coklat									
Kecap									
Garam dapur									
Minyak goreng									
Minyak zaitun									
Minyak kanola									
Minyak kelapa									
Santan									

**LAMPIRAN 2**  
**Kuesioner 2**

Hubungan konsumsi serat dengan konstipasi pada mahasiswa/i fakultas kedokteran Universitas Tarumanagara

Nama :  
NIM :  
Angkatan :  
Jenis Kelamin : L / P  
\*lingkarin yang perlu

**Beri tanda centang (√) pada salah satu jawaban yang paling sesuai dengan keadaan saudara!**

No.	Pertanyaan	YA	TIDAK
1.	Apakah saudara sedang dalam program menurunkan/ menguruskan berat badan?		
2.	Apakah saudara ada menggunakan obat pencahar untuk BAB dalam waktu 3 bulan terakhir?		
3.	Apakah saudara terkadang BAB dengan konsistensi tinja yang keras?		
4.	Apakah saudara terkadang mengejan saat buang air besar (BAB)?		
5.	Apakah saudara merasa kurang puas saat BAB?		
6.	Apakah saudara merasa adanya sumbatan saat BAB?		
7.	Apakah saudara sampai perlu bantuan memasukkan jari ke anus untuk memperlancar BAB?		
8.	Apakah saudara BAB kurang dari (<) 3x/minggu?		

(Lanjutan)

**Untuk pertanyaan no.7 dan 8 berdasarkan pertanyaan no.1- 6. pilihlah option sesuai dengan pilihan saudara!**

9. **Seberapa sering** saudara mengalami BAB berdasarkan pertanyaan yang diatas?
- a. >1x/hari
  - b. 1x/hari
  - c. 4-6x/seminggu
  - d. 1-3x/seminggu
  - e. 1x/bulan
  - f. Tidak pernah
10. **Sudah berapa lama** saudara mengalami BAB berdasarkan pertanyaan yang diatas?
- a.  $\geq$ 3bulan
  - b. <3bulan

**TERIMA KASIH**



### LAMPIRAN 3

**TABEL PERHITUNGAN PR**

Variabel	Diagnosis Konstipasi		Total
	Konstipasi	Tidak Konstipasi	
Kategori serat: Kurang	<b>40</b>	<b>11</b>	<b>51</b>
Cukup	<b>24</b>	<b>103</b>	<b>127</b>
Total	<b>64</b>	<b>114</b>	<b>178</b>

$$PR = \left(\frac{a}{a+b}\right) / \left(\frac{c}{c+d}\right)$$

$$PR = \left(\frac{40}{40+11}\right) / \left(\frac{24}{24+103}\right)$$

$$PR = \left(\frac{40}{51}\right) / \left(\frac{24}{127}\right)$$

$$PR = \left(\frac{5080}{1224}\right)$$

$$PR = 4,15$$

## Lampiran 4

### LAMPIRAN PERHITUNGAN $\alpha$ & $\beta$ (Chance)

#### Menghitung $\alpha$

P1 = Proporsi yang sakit pada yang terpapar.

P2 = Proporsi yang sakit pada yang tidak terpapar.

$$P_1 = 78,4\%$$

$$= 0,784$$

$$= 0,78 \text{ (pembulatan 2 angka)}$$

$$Q_1 = 0,22$$

$$P = \frac{1}{2} (P_1 + P_2) = 0,48$$

$$Z_\alpha = 1,96$$

$$P_2 = 18,9\%$$

$$= 0,189$$

$$= 0,19 \text{ (pembulatan 2 angka)}$$

$$Q_2 = 0,81$$

$$Q = 1 - P = 0,52$$

$$n = (178/2) = 89$$

$$Z_\beta = 0,84$$

$$n_1 = n_2 = \frac{\left( (Z_\alpha \sqrt{2PQ}) + Z_\beta (\sqrt{P_1Q_1} + \sqrt{P_2Q_2}) \right)^2}{(P_1 - P_2)^2}$$

$$89 = \frac{\left( (Z_\alpha \sqrt{2 \times 0,48 \times 0,52}) + 0,84 (\sqrt{(0,78 \times 0,22)} + \sqrt{(0,19 \times 0,81)}) \right)^2}{(0,78 - 0,19)^2}$$

$$89 = \frac{\left( (Z_\alpha \sqrt{0,5}) + 0,84 (\sqrt{(0,17)} + \sqrt{(0,15)}) \right)^2}{(0,59)^2}$$

$$89 = \frac{\left( (0,7Z_\alpha) + 0,84 (\sqrt{0,32}) \right)^2}{(0,35)}$$

$$89 = \frac{\left( (0,7Z_\alpha) + 0,47 \right)^2}{(0,35)}$$

$$31,15 = \left( (0,7Z_\alpha) + 0,47 \right)^2$$

$$0,7Z_\alpha = 5,58 - 0,47$$

$$Z_\alpha = \frac{5,11}{0,7}$$

$$Z_\alpha = 7,3 \text{ (pada tabel } Z \text{ , menunjukkan angka } 0,99)$$

$$\alpha = (1 - 0,99) \times 100\% = 1\% \times 2$$

$$\alpha = 2\%$$

### Menghitung $\beta$

$$P_1 = 0,78$$

$$Q_1 = 0,22$$

$$P = \frac{1}{2}(P_1 + P_2) = 0,48$$

$$Z_\alpha = 1,96 \quad Z_\beta = 0,84$$

$$P_2 = 0,19$$

$$Q_2 = 0,81$$

$$Q = 1 - P = 0,52$$

$$n = (178/2) = 89$$

$$n_1 = n_2 = \frac{\left( (Z_\alpha \sqrt{2PQ}) + Z_\beta (\sqrt{P_1Q_1} + \sqrt{P_2Q_2}) \right)^2}{(P_1 - P_2)^2}$$

$$89 = \frac{\left( (1,96 \sqrt{2 \times 0,48 \times 0,52}) + Z_\beta (\sqrt{0,78 \times 0,22} + \sqrt{0,19 \times 0,81}) \right)^2}{(0,78 - 0,19)^2}$$

$$89 = \frac{\left( (1,96 \sqrt{0,5}) + Z_\beta (\sqrt{0,17} + \sqrt{0,15}) \right)^2}{(0,59)^2}$$

$$89 = \frac{\left( (1,96 \times 0,7) + Z_\beta (\sqrt{0,32}) \right)^2}{0,35}$$

$$31,15 = (1,37 + 0,56Z_\beta)^2$$

$$0,56Z_\beta = 5,58 - 1,37$$

$$Z_\beta = \frac{4,21}{0,56}$$

$Z_\beta = 7,52$  (pada tabel Z, menunjukkan angka 0,99)

$$\beta = (1 - 0,99) \times 100\%$$

$$\beta = 1\%$$

$$\begin{aligned} \text{Power} &= 1 - \beta \\ &= 1 - 0,01 \\ &= 99\% \end{aligned}$$

## Lampiran 5

### Karakteristik demografi mahasiswa/i FK UNTAR 2011-2013

#### Statistics

##### UMUR

N	Valid	178
	Missing	0
Mean		20,70
Median		21,00
Std. Deviation		,743
Minimum		19
Maximum		22

#### JENIS KELAMIN

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
LAKI-LAKI	56	31,5	31,5	31,5
Valid PEREMPUAN	122	68,5	68,5	100,0
Total	178	100,0	100,0	

#### Statistics

##### RATA-RATA SERAT/HARI

N	Valid	178
	Missing	0
Mean		34,07
Median		34,00
Std. Deviation		3,266
Minimum		26
Maximum		40

#### KONSUMSI SERAT

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
KURANG	51	28,7	28,7	28,7
Valid CUKUP	127	71,3	71,3	100,0
Total	178	100,0	100,0	

### KONSTIPASI

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
	IYA	64	36,0	36,0	36,0
Valid	TIDAK	114	64,0	64,0	100,0
	Total	178	100,0	100,0	

**Lampiran 6**

**Hubungan konsumsi serat dengan kejadian konstipasi pada mahasiswa/i FK  
UNTAR 2011-2013**

**JENIS KELAMIN \* KONSTIPASI Crosstabulation**

			KONSTIPASI		Total
			IYA	TIDAK	
JENIS KELAMIN	PEREMPUAN	Count	45	77	122
		Expected Count	43,9	78,1	122,0
		% within JENIS KELAMIN	36,9%	63,1%	100,0%
	LAKI-LAKI	Count	19	37	56
		Expected Count	20,1	35,9	56,0
		% within JENIS KELAMIN	33,9%	66,1%	100,0%
Total	Count	64	114	178	
	Expected Count	64,0	114,0	178,0	
	% within JENIS KELAMIN	36,0%	64,0%	100,0%	

**KONSUMSI SERAT \* KONSTIPASI Crosstabulation**

			KONSTIPASI		Total
			IYA	TIDAK	
KONSUMSI SERAT	KURANG	Count	40	11	51
		Expected Count	18,3	32,7	51,0
		% within KONSUMSI SERAT	78,4%	21,6%	100,0%
	CUKUP	Count	24	103	127
		Expected Count	45,7	81,3	127,0
		% within KONSUMSI SERAT	18,9%	81,1%	100,0%
Total	Count	64	114	178	
	Expected Count	64,0	114,0	178,0	
	% within KONSUMSI SERAT	36,0%	64,0%	100,0%	

### Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	56,006 <sup>a</sup>	1	,000		
Continuity Correction <sup>b</sup>	53,451	1	,000		
Likelihood Ratio	56,220	1	,000		
Fisher's Exact Test				,000	,000
Linear-by-Linear Association	55,691	1	,000		
N of Valid Cases	178				

a. 0 cells (,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 18,34.

b. Computed only for a 2x2 table

## Lampiran 7

### DAFTAR RIWAYAT HIDUP

#### DATA PRIBADI

Nama Lengkap : Budianto  
Jenis kelamin : Laki-laki  
Tempat, tanggal lahir : Sintang, 13 Oktober 1993  
Kewarganegaraan : Indonesia  
Status : Belum menikah  
Agama : buddha  
Alamat : Jalan tawakal ujung raya no.8  
Nomor handphone : 08993723642  
E-mail : liong\_ray\_az@yahoo.com

#### LATAR BELAKANG PENDIDIKAN

2009-2011 : SMAN 3 Sintang, Kalimantan Barat  
2005-2008 : SMP Panca Setya 2 Sintang, Kalimantan Barat  
2000-2005 : SDN 26 Sintang, Kalimantan Barat