



FAKTOR RISIKO KEJADIAN KONSTIPASI PADA MAHASISWA ASRAMA IPB UNIVERSITY

PRINA TIARA



**DEPARTEMEN GIZI MASYARAKAT
FAKULTAS EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2024**

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
b. Pengutipan tidak mengikuti kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

IPB University

@Hak cipta milik IPB University



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak mengulik kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



PERNYATAAN MENGENAI SKRIPSI DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Faktor Risiko Kejadian Konstipasi pada Mahasiswa Asrama IPB University” adalah karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir skripsi ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Institut Pertanian Bogor.

Bogor, Juli 2024

Prina Tiara
I1401201032

- Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
b. Pengutipan tidak mengulang kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

IPB University

@Hak cipta milik IPB University



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak mengulik kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



ABSTRAK

PRINA TIARA. Faktor Risiko Kejadian Konstipasi pada Mahasiswa Asrama IPB University. Dibimbing oleh DODIK BRIAWAN.

Konstipasi memiliki dampak negatif pada kesehatan. Penelitian bertujuan menganalisis faktor risiko kejadian konstipasi pada mahasiswa asrama IPB University. Penelitian menggunakan desain *case control* dengan jumlah subjek 70 orang. Kejadian konstipasi diukur dengan kuesioner *rome iv criteria*, aktivitas fisik dan asupan serat dengan wawancara menggunakan *Global physical activity questionnaire* dan *Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire*, serta asupan air minum dengan *food record* 2x24 jam. Subjek berpengetahuan gizi buruk pada kelompok konstipasi (91%) dan normal (74%), kecukupan serat kurang pada kelompok konstipasi (97%) dan normal (74%), asupan air cukup pada kelompok konstipasi (54%) dan normal (69%), serta aktivitas fisik sedang pada kelompok konstipasi (68%) dan normal (71%). Tidak terdapat perbedaan signifikan karakteristik subjek, pengetahuan gizi, kecukupan air minum, dan aktivitas fisik antara kelompok konstipasi dan normal ($p > 0,05$). Terdapat perbedaan signifikan kecukupan serat antara kelompok konstipasi dan normal ($p < 0,05$). Faktor risiko kejadian konstipasi yaitu asupan serat (OR: 9,4; 95%CI: 1,0-85,6) dan pengetahuan gizi (OR: 5,5; 95%CI: 1,1-27,1).

Kata kunci: aktivitas fisik, asupan air, asupan serat, konstipasi, pengetahuan gizi

ABSTRACT

PRINA TIARA. Risk Factor for Constipation in IPB University Dormitory Students. Supervised by DODIK BRIAWAN.

Constipation has a negative impact on health. The study aims to analyze the risk factor for constipation in IPB University dormitory students. The study used a case control study with a total of 70 subjects. Constipation was measured by the Rome IV Criteria questionnaire, physical activity and fiber intake by interviews using the Global physical activity questionnaire and Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire, water intake by a 2x24-hour food record. Subjects had poor nutrition knowledge in the constipation (91%) and normal (74%) group, inadequate fiber intake in the constipation (97%) and normal (74%) group, adequate water intake in the constipation (54%) and normal group (69%), and moderate physical activity in the constipation (68%) and normal (71%) group. There were no significant difference in subject characteristics, nutritional knowledge, water adequacy level, and physical activity between constipation and normal group ($p > 0.05$). There was a significant difference in fiber adequacy level between constipation and normal group ($p < 0.05$). The risk factor for constipation is fiber intake (OR: 9.4; 95%CI: 1.0-85.6) and nutritional knowledge (OR: 5.5; 95%CI: 1.1-27.1).

Keywords: constipation, fiber intake, nutritional knowledge, physical activity, water intake

IPB University

@Hak cipta milik IPB University



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak mengulik kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



FAKTOR RISIKO KEJADIAN KONSTIPASI PADA MAHASISWA ASRAMA IPB UNIVERSITY

PRINA TIARA

Skripsi
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana pada
Program Studi Ilmu Gizi

**DEPARTEMEN GIZI MASYARAKAT
FAKULTAS EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2024**

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
b. Pengutipan tidak mengulik kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



IPB University

@Hak cipta milik IPB University

Tim Penguji pada Ujian Skripsi:

1 Purnawati Hustina Rachman, S.Gz., M.Gizi

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
b. Pengutipan tidak mengikuti kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



Judul Skripsi : Faktor Risiko Kejadian Konstipasi pada Mahasiswa Asrama IPB
University
Nama : Prina Tiara
NIM : I1401201032

Disetujui oleh

Pembimbing:

Prof. Dr. Ir. Dodik Briawan, M.C.N.

Diketahui oleh



Ketua Departemen Gizi Masyarakat:

Prof. Dr. Katrin Roosita, S.P., M.Si.
NIP 197102011999032001

Tanggal Ujian:
19 Juli 2024

Tanggal Lulus: 30 JUL 2024

IPB University

@Hak cipta milik IPB University



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak mengulik kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah *subhanahu wa ta'ala* atas segala karunia-Nya sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan. Tema yang dipilih dalam penelitian yang dilaksanakan sejak bulan Maret 2024 sampai bulan Mei 2024 ini ialah konstipasi, dengan judul "Faktor Risiko Kejadian Konstipasi pada Mahasiswa Asrama IPB University". Berbagai pihak telah banyak membantu dan mendukung dalam proses penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Ir. Dodik Briawan, M.C.N selaku dosen pembimbing skripsi dan pembimbing akademik yang telah memberikan arahan, saran, kritik, serta dukungan dalam pembuatan skripsi.
2. Purnawati Hustina Rachman, S.Gz., M.Gizi selaku dosen moderator dalam seminar skripsi serta dosen pengaji.
3. Bapak dan Ibu Dosen, Staf Komisi Pendidikan, serta pegawai yang bekerja di lingkungan Departemen Gizi Masyarakat atas ilmu dan bantuan yang diberikan kepada penulis selama masa perkuliahan dan penyelesaian skripsi.
4. UPAMI Asrama IPB University yang telah memberi izin untuk mengambil data penelitian.
5. Mahasiswa asrama IPB University yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini.
6. Bapak Ateng Elim, Ibu Ukah Karsini, Kakak Apinda Deviani, Kakak Abdul Halim beserta keluarga lain yang telah mendoakan, mendampingi, dan memotivasi penulis sampai saat ini.
7. Siti, Regina, Nila, Yulia, Ratih, Annisa, dan Dianti selaku teman-teman yang senantiasa mendengarkan keluh kesah penulis dan selalu memberikan semangat.
8. Teman-teman Gizi Masyarakat 57 yang memberikan suasana menyenangkan dalam pengalaman kuliah penulis.

Penulis menyadari skripsi ini tidak lepas dari kesalahan dan kekurangan, maka dari itu kritik serta saran diperlukan untuk menyempurnakan tulisan ini di masa yang akan datang. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi pihak yang membutuhkan dan bagi kemajuan ilmu pengetahuan.

Bogor, Juli 2024

Prina Tiara

IPB University

@Hak cipta milik IPB University



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak mengulik kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	2
1.3 Tujuan Penelitian	2
1.4 Hipotesis	3
1.5 Manfaat Penelitian	3
II KERANGKA PEMIKIRAN	4
III METODE	6
3.1 Desain, Tempat, dan Waktu Penelitian	6
3.2 Jumlah dan Cara Pengambilan Subjek	6
3.3 Jenis dan Cara Pengumpulan Data	9
3.4 Pengolahan dan Analisis Data	10
3.5 Definisi Operasional	13
IV HASIL DAN PEMBAHASAN	14
4.1 Karakteristik Subjek	14
4.2 Pengetahuan Gizi Terkait Konstipasi dan Serat	18
4.3 Konsumsi Pangan	20
4.4 Aktivitas Fisik	23
4.5 Faktor Risiko Kejadian Konstipasi	25
V SIMPULAN DAN SARAN	27
5.1 Simpulan	27
5.2 Saran	27
DAFTAR PUSTAKA	28
LAMPIRAN	33
RIWAYAT HIDUP	62

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah

b. Pengutipan tidak mengulang kepentingan yang wajar IPB University.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
 1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 b. Pengutipan tidak mengulang kepentingan yang wajar IPB University.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

DAFTAR TABEL

3.1	Jumlah sampel beberapa variabel	7
3.2	Jenis dan cara pengumpulan data	9
3.3	Variabel, kategori, dan dasar kategori variabel penelitian	12
4.1	Sebaran karakteristik populasi	14
4.2	Sebaran karakteristik subjek	15
4.3	Sebaran pola defekasi dan gejala konstipasi subjek	17
4.4	Sebaran jawaban benar pengetahuan gizi subjek	18
4.5	Sebaran pengetahuan gizi subjek	19
4.6	Rata-rata frekuensi, kuantitas, dan kontribusi serat subjek	20
4.7	Sebaran asupan serat subjek	21
4.8	Sebaran asupan air minum subjek	22
4.9	Sebaran aktivitas fisik subjek	23
4.10	Sebaran tingkat <i>sedentary lifestyle</i> subjek	24
4.11	Faktor risiko dan protektif konstipasi	25

DAFTAR GAMBAR

2.1	Kerangka berpikir penelitian	5
3.1	Skema pengambilan subjek penelitian	8

DAFTAR LAMPIRAN

1	Persetujuan etik	34
2	Naskah penjelasan	35
3	Lembar persetujuan (<i>informed consent</i>)	36
4	Kuesioner penelitian	37
5	Kuesioner pengetahuan gizi sebelum uji validitas	49
6	Hasil uji reliabilitas dan validitas kuesioner pengetahuan gizi	52
7	Hasil uji bivariat dengan <i>Chi-Square</i>	54
8	Hasil uji bivariat dengan <i>Independent t-test</i>	58
9	Hasil uji multivariat dengan regresi logistik model	61