

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN  
KONSTIPASI PADA LANSIA DI RS GOTONG  
ROYONG SURABAYA**

**SKRIPSI**



**OLEH:**

**CHELSEA REGINA YUNITA**

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN FAKULTAS  
KEDOKTERAN UNIVERSITAS KATOLIK  
WIDYA MANDALA SURABAYA**

**2023**

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN  
KONSTIPASI PADA LANSIA DI RS GOTONG  
ROYONG SURABAYA**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Program Studi Kedokteran  
Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya untuk  
Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh Gelar  
Sarjana Kedokteran



**OLEH:  
CHELSEA REGINA YUNITA  
NRP: 1523020032**

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS  
KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA**

**2023**

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Chelsea Regina Yunita

NRP : 1523020032

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul:

### **HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KONSTIPASI PADA LANSIA DI RS GOTONG ROYONG SURABAYA**

benar-benar merupakan hasil karya sendiri. Apabila di kemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi tersebut merupakan hasil plagiat atau bukan merupakan karya saya sendiri, saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan/atau pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh, serta menyampaikan permohonan maaf kepada pihak-pihak terkait.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran.

Surabaya, 17 November 2023

Yang membuat pernyataan,



Chelsea Regina Yunita

NRP. 1523020032

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KONSTIPASI PADA LANSIA

DI RS GOTONG ROYONG SURABAYA


Oleh:

Chelsea Regina Yunita

1523020032


Telah dibaca, disetujui, dan diterima untuk diajukan ke tim penilai seminar skripsi

Pembimbing I: Franklin Vincentius Malonda, Sp. B



(.....)

Pembimbing II: George Nicolaus Tanudjaja, dr., MS., PA (K)



(.....)

Surabaya, 30 NOVEMBER 2023

**LEMBAR PENGESAHAN**

SKRIPSI INI TELAH MEMENUHI PERSYARATAN  
DAN DISETUJUI UNTUK DIUJIKAN  
PADA TANGGAL: 13 DESEMBER 2023

Oleh

**Pembimbing I,**



Franklin Vincentius Malonda, Sp. B

NIK. 152.19.1048

**Pembimbing II,**



George Nicolaus Tanudjaja, dr., MS., PA (K)

NIK. 152.16.0927

SKRIPSI INI TELAH DIUJI DAN DINILAI OLEH PANITIA  
PENGUJI SKRIPSI  
PADA TANGGAL 13 DESEMBER 2023

Panitia Penguji:

Ketua : 1. Dr. dr. Benedictus Triagung Ruddy Prabantoro, Sp. OG(K)  
Sekretaris : 2. Dr. Yudhiakuari Sincihu, dr., M. Kes., FISPH., FISCM  
Anggota : 3. Dr. Franklin Vincentius Malonda, Sp. B  
4. George Nicolaus Tanudjaja, dr., MS., PA (K)

Pembimbing I



Dr. Franklin Vincentius Malonda, Sp. B  
NIK. 152.19.1048

Pembimbing II



George Nicolaus Tanudjaja, dr., MS., PA (K)  
NIK. 152.16.9927

Penguji I



Dr. dr. Benedictus Triagung Ruddy Prabantoro, Sp. OG(K)  
NIK. 152.14.0799

Penguji II



Dr. Yudhiakuari Sincihu, dr., M. Kes., FISPH., FISCM  
NIK. 152.12.0751

Mengetahui,

Dean Fakultas Kedokteran  
Universitas Kristen Widya Mandala Surabaya



Prof. DR. Paul Tahakir, dr., Sp.BTKV(K)  
NIK. 152.17.0953

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH**

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa Program Studi  
Pendidikan Dokter Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya:

Nama : Chelsea Regina Yunita

NRP : 1523020032

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya yang berjudul:

**“HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KONSTIPASI PADA LANSIA  
DI RS GOTONG ROYONG SURABAYA “**

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lain (*Digital Library*  
Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan  
akademik sebatas sesuai dengan undang-undang hak cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan sebenar-  
benarnya.

Surabaya, 13 Desember 2023

Yang membuat pernyataan,



Chelsea Regina Yunita

## **KATA PENGANTAR**

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan anugerah-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Pola Makan dengan Konstipasi pada Lansia di RS Gotong Royong Surabaya”. Skripsi ini disusun sebagai syarat kelulusan pada Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

Dalam pembuatan skripsi ini penulis mendapatkan banyak bantuan dari berbagai pihak. Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada:



1. Drs. Kuncoro Foe, G.Dip.Sc, Ph.D., Apt selaku Rektor Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh pendidikan di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.
2. Prof. Dr. med. Paul L.Tahalele, dr., Sp.B., BTKV (K), FICS selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya (FK UKWMS) yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk melakukan penelitian dan menempuh pendidikan Sarjana Kedokteran di FK UKWMS.
3. dr. Franklin Vincentius Malonda, Sp. B selaku dosen pembimbing I yang telah menyisihkan waktu dan tenaganya untuk membimbing penulis serta memberikan

pengarahan pada penulis saat penulisan dan penyusunan skripsi ini.

4. George Nicolaus Tanudjaja, dr., MS., PA (K) selaku dosen pembimbing II yang telah menyisihkan waktu dan tenaganya untuk membimbing penulis serta memberikan pengarahan pada penulis saat penulisan dan penyusunan skripsi ini.
5. Dr. dr. Benedictus Triagung Ruddy Prabantoro, Sp. OG(K) selaku dosen penguji I yang telah meluangkan waktu dan tenaganya serta memberikan saran dan bimbingan saat penyusunan skripsi ini.
6. Dr. Yudhiakuari Sincihu, dr., M. Kes., FISPH., FISCAM selaku dosen penguji II yang telah meluangkan waktu dan tenaganya serta memberikan saran dan bimbingan saat penyusunan skripsi ini.

7. dr. Dewa Ayu Liona Dewi M.Kes., SpGK yang telah meluangkan waktu dan tenaganya untuk membantu memberikan saran dan masukan kepada penulis saat penyusunan skripsi ini.
8. Staf FK UKWMS yang telah memberikan bantuan demi kelancaran penulisan dan penyusunan skripsi ini.
9. Orang tua dan kakak penulis yang telah memberikan doa, kasih sayang, dukungan, pengorbanan baik secara moril maupun materil kepada penulis selama belajar di FK UKWMS dan selama penyusunan skripsi ini.
10. Teman – teman yang senantiasa mendukung dan memotivasi penulis selama penyusunan skripsi ini.
11. Seluruh teman angkatan Cerebellum 2020 atas segala bantuan yang penulis dapatkan saat penyusunan proposal skripsi ini.

12. Seluruh dosen dan civitas akademika yang telah membimbing dan memberikan ilmu kepada penulis selama menjalankan studi di Program Studi Kedokteran, FK UKWMS.

Penulis sadar bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Maka dari itu, saran dan kritik diharapkan dalam membantu perbaikan penulisan ini. Akhir kata, penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat khususnya bagi penulis dan umumnya bagi pembaca dan penulis ucapkan banyak terima kasih.

Surabaya, 13 Desember 2023

Chelsea Regina Yunita

## DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI .....	vi
DAFTAR SINGKATAN.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
RINGKASAN.....	xiv
ABSTRAK .....	xvii
<i>ABSTRACT</i> .....	xix
BAB 1.....	1
PENDAHULUAN .....	1
1.1    Latar Belakang.....	1
1.2    Rumusan Masalah.....	5
1.3    Tujuan Penelitian .....	6
1.3.1    Tujuan Umum .....	6
1.3.2    Tujuan Khusus .....	6
1.4    Manfaat Penelitian .....	7
1.4.1    Manfaat Teoritis.....	7
1.4.2    Manfaat Praktis .....	7

BAB 2.....	9
TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1    Lansia.....	9
2.1.1    Definisi Lansia .....	9
2.1.2    Anatomi Sistem Gastrointestinal .....	10
2.1.3    Perubahan Fisiologis pada Lansia .....	15
2.2    Pola Makan .....	18
2.2.1    Definisi Pola Makan.....	18
2.2.2    Pola Makan pada Lansia.....	23
2.2.3    Alat Ukur Pola Makan .....	24
2.3    Konstipasi .....	25
2.3.1    Definisi Konstipasi .....	25
2.3.2    Komplikasi Konstipasi.....	28
2.3.3    Faktor Penyebab Konstipasi.....	29
2.3.4    Alat Ukur Konstipasi.....	31
2.4    Hubungan Keterkaitan antar Variabel .....	32
2.5    Tabel Orisinalitas .....	35
BAB 3.....	37
KERANGKA TEORI, KERANGKA KONSEPTUAL, DAN HIPOTESIS PENELITIAN .....	37
3.1    Kerangka Teori .....	37

3.2	Kerangka Konseptual.....	40
3.3	Hipotesis Penelitian .....	40
BAB 4.....		41
METODE PENELITIAN .....		41
4.1	Desain Penelitian .....	41
4.2	Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel .....	42
4.2.1	Populasi.....	42
4.2.2	Besar Sampel.....	42
4.2.3	Teknik Pengambilan Sampel.....	44
4.3	Identifikasi Variabel Penelitian .....	46
4.4	Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	47
4.5	Lokasi dan Waktu Penelitian .....	48
4.6	Prosedur Pengumpulan Data.....	48
4.7	Alur / Protokol Penelitian .....	50
4.8	Alat dan Bahan.....	51
4.9	Teknik Analisis Data .....	51
4.10	Etika Penelitian .....	53
4.11	Jadwal Penelitian .....	56
BAB 5.....		57
HASIL PENELITIAN .....		57

5.1	Karakteristik Lokasi dan Populasi Penelitian .....	57
5.2	Pelaksanaan Penelitian.....	59
5.3	Hasil Penelitian .....	61
5.3.1	Distribusi Karakteristik Sampel Penelitian .....	61
5.3.2	Distribusi Sampel Penelitian dengan Konstipasi	62
5.3.3	Pola Konsumsi Makanan pada Lansia .....	62
5.3.4	Analisis Data .....	69
BAB 6	.....	71
PEMBAHASAN	.....	71
6.1	Pemaparan Hasil .....	71
6.1.1	Analisis Usia dengan Konstipasi .....	71
6.1.2	Analisis Pola Makan dengan Konstipasi .....	72
6.1.3	Analisis Pola Makan dengan Konstipasi pada Lansia di RS Gotong Royong Surabaya .....	75
6.2	Keterbatasan Penelitian.....	76
BAB 7	.....	78
KESIMPULAN DAN SARAN	.....	78
7.1	Kesimpulan .....	78
7.2	Saran .....	79
DAFTAR PUSTAKA	.....	81
LAMPIRAN	.....	92



## DAFTAR SINGKATAN

BAB	= Buang air besar
WHO	= <i>World Health Organization</i>
cm	= <i>Centimeter</i>
m	= <i>Meter</i>
FFQ	= <i>Food Frequency Questionnaire</i>
SPSS	= <i>Statistical Product and Service Solution</i>
IGD	= Instalasi Gawat Darurat
OBGYN	= Obstetri dan Ginekologi
THT	= Telinga Hidung Tenggorokan

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Colon .....	11
Gambar 3.1 Kerangka Teori .....	37
Gambar 3.2 Kerangka Konseptual.....	40
Gambar 4.1 Alur Penelitian .....	50

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Tabel Kandungan Serat Makanan .....	21
Tabel 2.2 Tabel Orisinalitas Penelitian Sebelumnya..	35
Tabel 4.1 Definisi Operasional.....	47
Tabel 4.2 Jadwal Penelitian .....	56
Tabel 5.1 Distribusi Sampel Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin .....	61
Tabel 5.2 Distribusi Karakteristik Sampel Penelitian dengan Konstipasi .....	62
Tabel 5.3 Distribusi Pola Makan .....	63
Tabel 5.4 Pola Konsumsi Makanan Pokok.....	64
Tabel 5.5 Pola Konsumsi Lauk Hewani .....	65
Tabel 5.6 Pola Konsumsi Lauk Nabati.....	66
Tabel 5.7 Pola Konsumsi Sayuran.....	67
Tabel 5.8 Pola Konsumsi Buah – buahan .....	68
Tabel 5.9 Uji Analisis <i>Fisher Exact Test</i> .....	69

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner FFQ.....	92
Lampiran 2. Kuesioner Konstipasi.....	95
Lampiran 3. Hasil Pengumpulan Data Kuesioner Pola Makan .....	97
Lampiran 4. Hasil Pengumpulan Data Kuesioner Konstipasi .....	99
Lampiran 5. Hasil Uji Analisis <i>Fisher Exact Test</i> ....	101
Lampiran 6. <i>Infromation for Consent</i> .....	102
Lampiran 7. <i>Informed Consent</i> .....	108
Lampiran 8. Sertifikat Laik Etik Fakultas Kedokteran UKWMS.....	110
Lampiran 9. Surat Persetujuan Penelitian di RS Gotong Royong Surabaya.....	111
Lampiran 10. Bukti Pengecekan Plagiarisme.....	112

## **RINGKASAN**

# **HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KONSTIPASI PADA LANSIA DI RS GOTONG ROYONG SURABAYA**

Chelsea Regina Yunita

1523020032

Konstipasi diartikan sebagai menurunnya frekuensi buang air besar (BAB) yang terjadi dalam waktu kurang dari tiga kali dalam seminggu, mengejan ketika BAB, konsistensi feses yang keras, dan rasa sakit yang menyertai ketika BAB. Konstipasi merupakan salah satu keluhan saluran pencernaan yang terbanyak pada lansia. Seiring bertambahnya usia prevalensi konstipasi akan meningkat hal ini karena pada lansia terdapat penurunan pada fungsi sistem gastrointestinal, sehingga konstipasi sering dikeluhkan pada lansia. Komplikasi

dari konstipasi yaitu *fecal impaction*, yang diartikan sebagai obstruksi yang diakibatkan karena feses yang mengeras. Akibatnya lansia tidak bisa merasakan dan merespon keberadaan feses di rektum, yang harus diwaspadai oleh lansia.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola makan dengan konstipasi pada lansia di RS Gotong Royong Surabaya. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode penelitian *cross sectional*. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) dan kuesioner konstipasi. Sampel penelitian ini adalah sebagian populasi lansia yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi yang berobat di semua poli di RS Gotong Royong Surabaya pada tanggal 01 September – 04 November 2023. Setelah data

dikumpulkan, data tersebut kemudian dianalisis dengan menggunakan uji *Fisher Exact Test* dengan menggunakan SPSS.

Hasil penelitian diketahui angka kejadian konstipasi pada lansia di RS Gotong Royong tergolong rendah yaitu didapatkan sebanyak tiga individu yang konstipasi (6,6%) dan 42 individu tidak konstipasi (93,3%). Analisis frekuensi pola makan didapatkan hasil 25 individu dengan frekuensi pola makan yang kurang (55,5%) dan dengan frekuensi pola makan yang cukup sebanyak 20 individu (44,4%). Pada analisis uji *Fisher Exact Test* menunjukkan hubungan antara pola makan dengan konstipasi pada lansia di RS Gotong Royong Surabaya diperoleh nilai *Exact Sig*= 0,585 > 0,05. Maka dapat diketahui bahwa tidak terdapat hubungan antara pola makan dengan konstipasi pada lansia di RS Gotong Royong Surabaya.

## ABSTRAK

### HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KONSTIPASI PADA LANSIA DI RS GOTONG ROYONG SURABAYA

Chelsea Regina Yunita

1523020032

**Latar Belakang:** Konstipasi diartikan sebagai menurunnya frekuensi buang air besar (BAB) yang terjadi dalam waktu kurang dari tiga kali dalam seminggu, mencejan ketika BAB, konsistensi feses yang keras, dan rasa sakit yang menyertai ketika BAB. Konstipasi merupakan salah satu keluhan saluran pencernaan yang terbanyak pada lansia. Seiring bertambahnya usia prevalensi konstipasi akan meningkat hal ini karena pada lansia terdapat penurunan pada fungsi sistem gastrointestinal, sehingga konstipasi sering dikeluhkan pada lansia. Komplikasi dari konstipasi yaitu *fecal impaction*, yang diartikan sebagai obstruksi yang diakibatkan karena feses yang mengeras. Akibatnya lansia tidak bisa merasakan dan merespon keberadaan feses di rektum, yang harus diwaspadai oleh lansia. **Tujuan:** Mengetahui pola makan yang memengaruhi kejadian konstipasi pada lansia di RS Gotong Royong Surabaya. **Metode:** Pada penelitian tersebut digunakan



metode penelitian *cross sectional*. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) dan kuesioner konstipasi. Sampel penelitian ini adalah sebagian populasi lansia yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi yang berobat di semua poli di RS Gotong Royong Surabaya pada tanggal 01 September – 04 November 2023. Setelah data dikumpulkan, data tersebut kemudian dianalisis dengan menggunakan uji *Fisher Exact Test* dengan menggunakan SPSS. **Hasil:** Pada hasil analisis uji *Fisher Exact Test* menunjukkan hubungan antara pola makan dengan konstipasi pada lansia di RS Gotong Royong Surabaya diperoleh *Exact Sig*= 0,585 > 0,05 yang artinya tidak terdapat hubungan antara pola makan dengan konstipasi pada lansia di RS Gotong Royong Surabaya. **Simpulan:** Tidak terdapat hubungan antara pola makan dengan konstipasi pada lansia di RS Gotong Royong Surabaya.

**Kata kunci:** Pola makan, konstipasi, lansia

## **ABSTRACT**

### **THE CORRELATION BETWEEN EATING PATTERNS AND CONSTIPATION IN THE ELDERLY AT THE GOTONG ROYONG HOSPITAL IN SURABAYA**

Chelsea Regina Yunita

1523020032

**Background:** Constipation is defined as a decrease in the frequency of bowel movements (BAB) that occurs in less than three times a week, pushing during defecation, hard stool consistency, and the pain that accompanies when defecating. Constipation is one of the most digestive tract complaints in the elderly. As the age of constipation prevalence increases, this will increase because in the elderly there is a decrease in the function of the gastrointestinal system, so constipation is often complained of the elderly. Complications of constipation are Fecal Impaction, which is interpreted as obstruction caused by hardened feces. As a result, the elderly cannot feel and respond to the existence of faeces in the rectum, which must be watched by the elderly. **Purpose:** Knowing the dietary patterns that influence the incidence of constipation in the elderly at Gotong Royong Hospital Surabaya. **Method:** In the study the cross sectional research method is used. The

*research instruments used in this study were the Food Frequency Questionnaire (FFQ) questionnaire and the constipation questionnaire. The sample of this study was a portion of the elderly population that meets the inclusion and exclusion criteria that seek treatment at all polys at the Gotong Royong Hospital in Surabaya on September 1 - November 4, 2023. After the data was collected, the data was then analyzed using the Fisher Exact Test using SPSS. **Results:** In the results of the Fisher Exact Test analysis shows the relationship between eating patterns and constipation in the elderly at Gotong Royong Hospital in Surabaya obtained Exact Sig = 0,585 > 0,05 which means there is no correlation between eating patterns and constipation in the elderly at Gotong Royong Hospital in Surabaya. **Conclusion:** There is no correlation between eating patterns and constipation in the elderly at Gotong Royong Hospital in Surabaya.*

**Keywords:** *Eating pattern, constipation, elderly*