

**HUBUNGAN ASUPAN SERAT DENGAN KEJADIAN
KONSTIPASI PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL
TRESNA WERDHA JARA MARA PATI BULELENG**



**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA**

2025

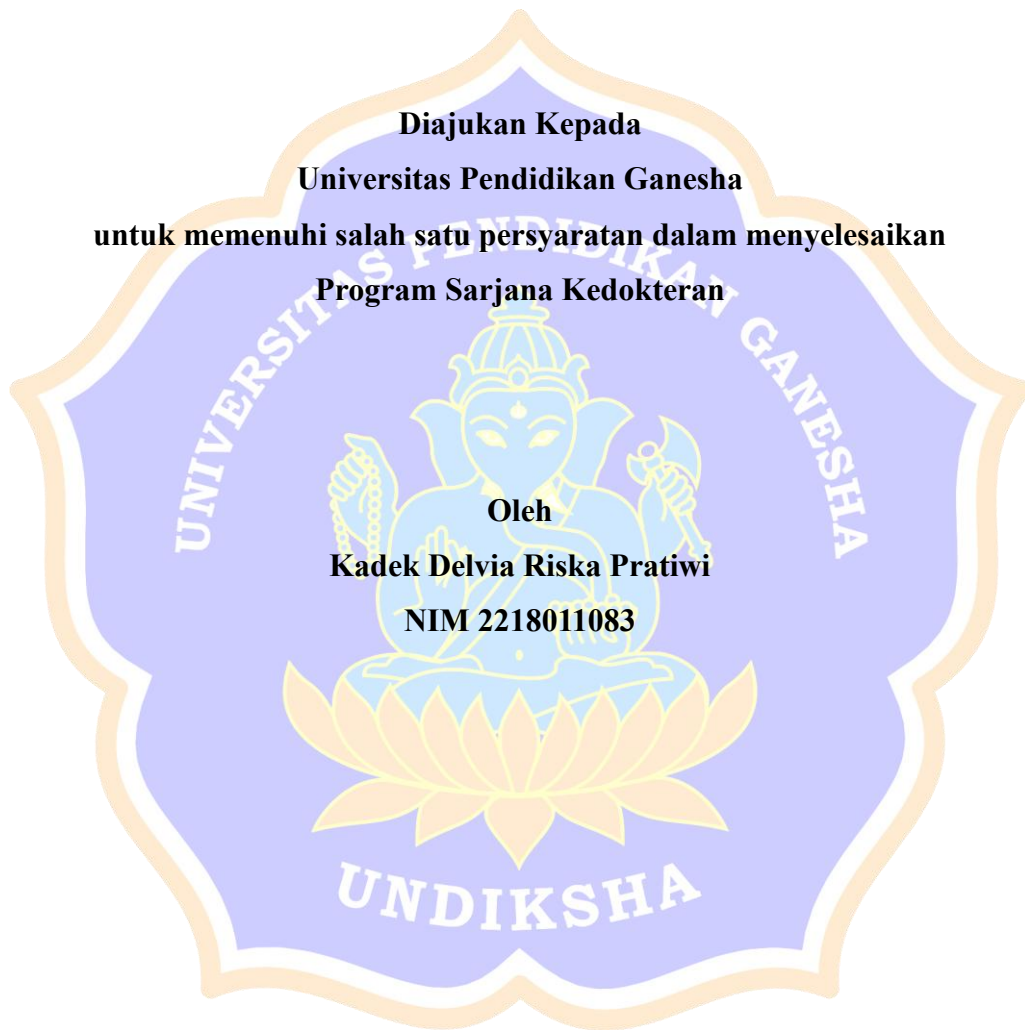


**HUBUNGAN ASUPAN SERAT DENGAN KEJADIAN
KONSTIPASI PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA
WERDHA JARA MARA PATI BULELENG**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada
Universitas Pendidikan Ganesha
untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan
Program Sarjana Kedokteran**

**Oleh
Kadek Delvia Riska Pratiwi
NIM 2218011083**



**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
SINGARAJA**

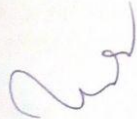
2025

SKRIPSI

DIAJUKAN UNTUK MELENGKAPI TUGAS DAN
MEMENUHI SYARAT-SYARAT UNTUK
MENCAPAI GELAR SARJANA KEDOKTERAN

Menyetujui,

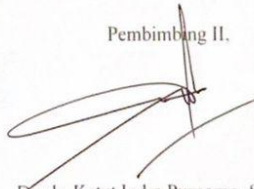
Pembimbing I,



Dr. dr. Made Kurnia Widiastuti Giri, S.Ked.,
M.Kes., PGDMTHM.

NIP. 198202172008122001

Pembimbing II,



Dr. dr. Ketut Indra Purnomo, S.Ked., M.Kes.,
NIP. 198103212008121003

Skripsi oleh Kadek Delvia Riska Pratiwi dengan judul "Hubungan Asupan Serat dengan Kejadian Konstipasi pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Jara Mara Pati Buleleng" ini telah di pertahankan di depan dewan penguji pada

Hari : Rabu

Pada tanggal : 7 Januari 2026

Dewan Penguji



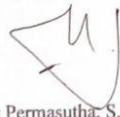
Dr. dr. Made Kurnia Widiastuti Giri, S.Ked., M.Kes., PGDMTHM.
NIP. 198202172008122001

(Ketua)



Dr. dr. Ketut Indra Purnomo, S.Ked., M.Kes.
NIP. 198103212008121003

(Anggota)



dr. Made Bayu Permasutha, S.Ked., M.Biomed., FFRI
NIP. 199304262019031008

(Anggota)

Diterima oleh Panitia Ujian Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha guna memenuhi syarat-syarat untuk mencapai gelar sarjana kedokteran

Pada :
Hari : Rabu
Tanggal : 7 Januari 2026

Mengetahui,

Ketua Ujian,

Sekretaris Ujian,



Dr. dr. Made Kurnia Widiastuti Giri,
S.Ked., M.Kes., PGDMTHM.
NIP. 198202172008122001



Dr. dr. Ketut Indra Purnomo, S.Ked.,
M.Kes.
NIP. 198103212008121003

Mengesahkan
Dekan Fakultas Kedokteran,



Prof. Dr. M. Ahmad Djojosugito, dr. Sp. OT(K), MHA, MBA, FICS.
NIR. 1942062720180501380

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa karya tulis berjudul "Hubungan Asupan Serat dengan Kejadian Konstipasi pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Jara Mara Pati" beserta seluruh isinya merupakan hasil karya saya sendiri. Dalam penyusunan karya ini, saya tidak melakukan tindakan plagiarisme maupun pengutipan yang bertentangan dengan kaidah dan etika akademik yang berlaku. Atas pernyataan ini, saya bersedia menerima dan bertanggung jawab atas segala risiko atau sanksi yang diberikan apabila di kemudian hari terbukti terdapat pelanggaran etika keilmuan atau adanya tuntutan terkait keaslian karya tulis ini.

Singaraja, 7 Januari 2026

Yang membuat pernyataan,



Kadek Delvia Riska Pratiwi
NIM. 2218011083

PRAKATA

Segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadapan Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Asupan Serat dengan Kejadian Konstipasi pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Jara Mara Pati Buleleng”. Penulisan skripsi ini merupakan salah satu syarat dalam memperoleh gelar Sarjana Kedokteran di Universitas Pendidikan Ganesha.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis mendapat banyak dukungan, baik secara moral maupun material, dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang tulus dan sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. I Wayan Lasmawan, M.Pd., selaku Rektor Universitas Pendidikan Ganesha, atas segala dukungan, semangat, motivasi, dan fasilitas yang telah diberikan selama berlangsungnya proses penulisan usulan ini.
2. Prof. Dr. dr. M. Ahmad Djojosingito, Sp.OT(K)., MHA., MBA., selaku Dekan Fakultas Kedokteran, atas dukungan dan perhatian yang diberikan selama penyusunan usulan penelitian ini
3. Dr. dr. Made Kurnia Widiastuti Giri., S.Ked., M.Kes., selaku Ketua Program Studi Kedokteran sekaligus Pembimbing I, yang telah memberikan bimbingan, masukan yang membangun, motivasi yang sangat berarti dan terus menguatkan penulis selama penyusunan usulan ini berlangsung.
4. Dr. dr. Ketut Indra Purnomo., S.Ked., M.Kes., selaku Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, petunjuk, serta dorongan yang sangat berharga selama proses penulisan usulan ini.
5. Kepada Kepala Perpustakaan Universitas Pendidikan Ganesha beserta seluruh staf atas layanan dan kemudahan akses literatur yang sangat mendukung kelancaran penyusunan usulan ini
6. Orang tua, sahabat, rekan-rekan, serta semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu, atas segala bentuk dukungan, baik moral maupun motivasi, yang telah menguatkan penulis sepanjang proses ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki berbagai kekurangan, baik dalam hal substansi maupun penyampaiannya. Oleh sebab itu, masukan dan kritik yang membangun sangat diharapkan guna memperbaiki dan

menyempurnakan karya ini. Besar harapan penulis, skripsi ini dapat memberikan manfaat, khususnya dalam peningkatan pelayanan kesehatan bagi lansia.

Singaraja, 7 Januari 2026

Penulis



DAFTAR ISI

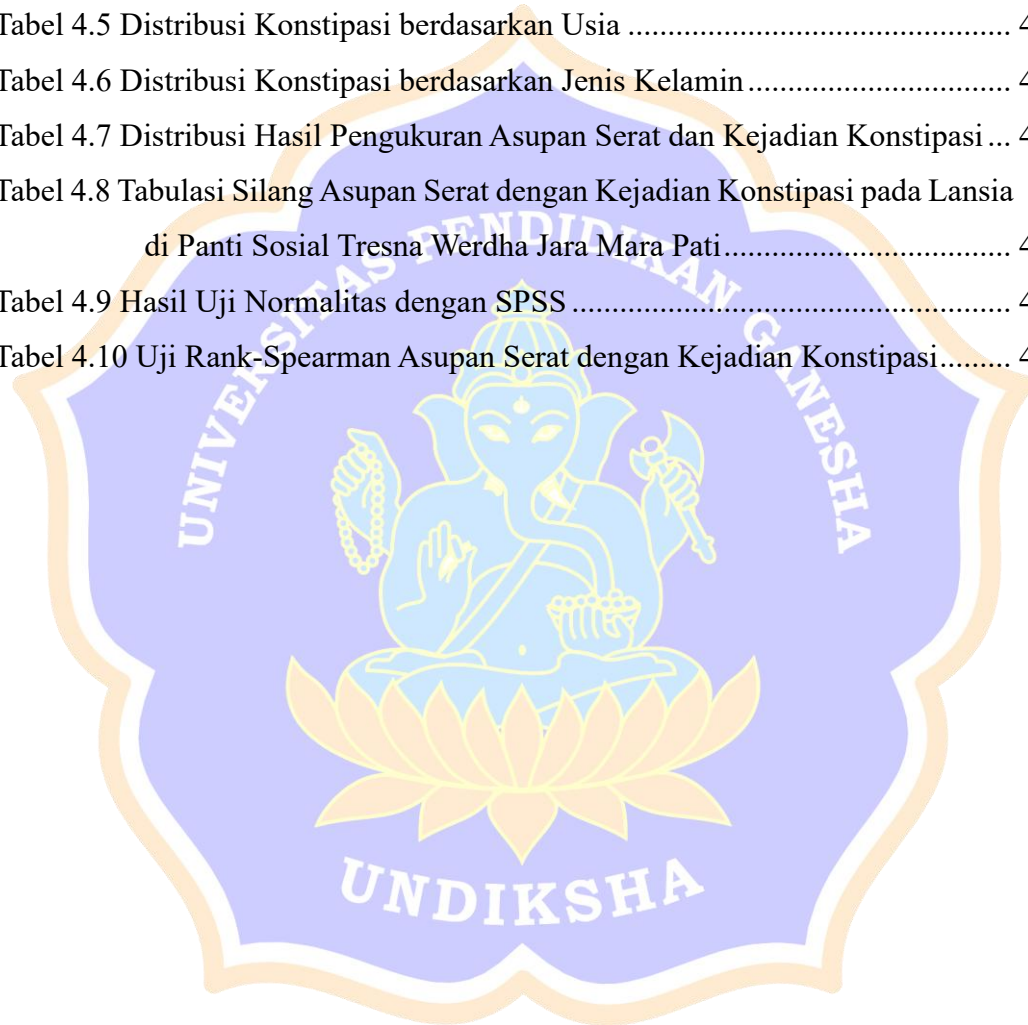
PRAKATA.....	i
ABSTRAK	iii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
 BAB I PENDAHULUAN	 1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	 6
2.1 Landasan Teori	6
2.1.1 Konstipasi	6
2.1.1.1 Definisi.....	6
2.1.1.2 Patofisiologi	7
2.1.1.3 Faktor Risiko	8
2.1.1.4 Manifestasi Klinis	9
2.1.1.5 Komplikasi	10
2.1.2 Serat	11
2.1.2.1 Jenis-Jenis Serat	11
2.1.2.2 Peran serat dalam sistem pencernaan	12
2.1.2.3 Kebutuhan asupan serat.....	13
2.1.2.4 Sumber-sumber serat makanan	15
2.1.3 Lansia.....	16
2.1.3.1 Definisi Lansia	16
2.1.3.2 Karakteristik Lansia	17
2.1.3.3 Perubahan Fisiologis pada Lansia	18
2.1.3.4 Konstipasi pada Lansia	19
2.1.4 Hubungan Asupan Serat dengan Konstipasi.....	21

2.2 Penelitian Yang Relevan.....	22
2.3 Kerangka Konsep	24
2.4 Hipotesis.....	25
BAB III METODE PENELITIAN.....	26
3.1 Tempat dan Waktu Penelitian.....	26
3.2 Desain Penelitian.....	26
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian	26
3.3.1 Populasi Penelitian.....	26
3.3.2 Sampel Penelitian	27
3.3.3 Teknik Pengambilan Sampel.....	28
3.3.4 Besar Sampel Penelitian	28
3.4 Variabel Penelitian.....	29
3.4.1 Variabel Independen	29
3.4.2 Variabel Dependen.....	29
3.5 Definisi Operasional.....	29
3.6 Instrumen Penelitian.....	30
3.6.1 Kuesioner <i>Semi Quantitative-Food Frequency Questionnaire</i> (SQ- FFQ).....	30
3.6.2 Kuesioner <i>Constipation Scoring System</i> (CSS).....	32
3.7 Prosedur Pengambilan Data	33
3.8 Analisis Data	34
3.8.1 Analisis Univariat	34
3.8.2 Analisis Bivariat	34
3.9 Prosedur Penelitian.....	37
BAB IV HASIL PENELITIAN	38
4.1 Deskripsi Data	38
4.2 Karakteristik Sampel Penelitian	38
4.2.1 Distribusi Responden Berdasarkan Usia.....	38
4.2.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	39
4.2.3 Distribusi Responden Berdasarkan Asupan Serat.....	40
4.2.4 Distribusi Responden Berdasarkan Kejadian Konstipasi	40

4.2.5 Distribusi Konstipasi berdasarkan Usia.....	41
4.2.6 Distribusi Konstipasi berdasarkan Jenis Kelamin	41
4.3 Distribusi Hasil Pengukuran Asupan Serat dan Kejadian Konstipasi.....	42
4.4 Tabulasi Silang Asupan Serat dengan Kejadian Konstipasi pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Jara Mara Pati.....	42
4.5 Analisis Data	43
4.5.1 Uji Normalitas.....	43
4.5.2 Uji Hipotesis	44
BAB V PEMBAHASAN	46
5.1 Karakteristik Usia dan Jenis Kelamin pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Jara Mara Pati	46
5.2 Asupan Serat Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Jara Mara Pati.....	47
5.3 Kejadian Konstipasi pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Jara Mara Pati	49
5.4 Hubungan Asupan Serat dengan Kejadian Konstipasi pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Jara Mara Pati.....	51
5.5 Keterbatasan Penelitian	54
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	55
6.1 Kesimpulan.....	55
6.2 Saran.....	55
DAFTAR PUSTAKA	57
LAMPIRAN.....	62

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	29
Tabel 4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	39
Tabel 4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	39
Tabel 4.3 Distribusi Responden Berdasarkan Asupan Serat	40
Tabel 4.4 Distribusi Responden Berdasarkan Kejadian Konstipasi.....	40
Tabel 4.5 Distribusi Konstipasi berdasarkan Usia	41
Tabel 4.6 Distribusi Konstipasi berdasarkan Jenis Kelamin.....	41
Tabel 4.7 Distribusi Hasil Pengukuran Asupan Serat dan Kejadian Konstipasi ...	42
Tabel 4.8 Tabulasi Silang Asupan Serat dengan Kejadian Konstipasi pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Jara Mara Pati.....	42
Tabel 4.9 Hasil Uji Normalitas dengan SPSS	43
Tabel 4.10 Uji Rank-Spearman Asupan Serat dengan Kejadian Konstipasi.....	44



DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Konsep	24
Gambar 3.1 Rancangan Penelitian	37
Gambar 4.1 Grafik Sebar Asupan Serat dan Kejadian Konstipasi pada Lansia....	44



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 01. Jadwal Kegiatan.....	63
Lampiran 02. Surat Persetujuan Etik	64
Lampiran 03. Surat Izin Penelitian.....	66
Lampiran 04. Kuesioner SQ-FFQ	67
Lampiran 05. <i>Constipation Scoring System</i>	71
Lampiran 06. Publikasi Artikel	72
Lampiran 07. Lembar Bimbingan Dosen Pembimbing I.....	73
Lampiran 08. Lembar Bimbingan Dosen Pembimbing II.....	74
Lampiran 09. Hasil Pengolahan Data dengan SPSS	75
Lampiran 10. Dokumentasi Studi Pendahuluan dan Pengambilan Data.....	79

