

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

Oleh

Kadek Delvia Riska Pratiwi, NIM 2218011083

Program Studi Kedokteran

ABSTRAK

Konstipasi merupakan salah satu masalah pencernaan yang sering dialami oleh lansia dan dapat berdampak terhadap kualitas hidup. Salah satu faktor yang berkaitan dengan terjadinya konstipasi adalah asupan serat yang rendah. Lansia cenderung mengalami penurunan asupan serat akibat perubahan pola makan, penurunan nafsu makan, serta kebiasaan mengonsumsi makanan rendah serat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara asupan serat dengan kejadian konstipasi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Jara Mara Pati Buleleng. Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Subjek penelitian adalah lansia yang tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Jara Mara Pati Buleleng dan memenuhi kriteria inklusi. Asupan serat diukur menggunakan kuesioner *Semi Quantitative-Food Frequency Questionnaire* (SQ-FFQ), sedangkan kejadian konstipasi dinilai menggunakan *Constipation Scoring System* (CSS). Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat untuk melihat hubungan antara asupan serat dan kejadian konstipasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki asupan serat yang kurang, yaitu sebanyak 22 orang (73,3%), sedangkan lansia dengan asupan serat cukup sebanyak 8 orang (26,7%). Berdasarkan kejadian konstipasi, sebanyak 12 lansia (40,0%) mengalami konstipasi dan 18 lansia (60,0%) tidak mengalami konstipasi. Hasil uji korelasi Rank Spearman menunjukkan nilai $p = 0,006$ dengan koefisien korelasi (r) = $-0,492$, yang menandakan terdapat hubungan yang signifikan antara asupan serat dengan kejadian konstipasi pada lansia dengan arah hubungan negatif dan kekuatan hubungan yang tergolong cukup.

Kata kunci: asupan serat, konstipasi, lansia, panti werdha

UNDIKSHA

***THE RELATIONSHIP BETWEEN FIBER INTAKE AND CONSTIPATION IN
ELDERLY PEOPLE AT THE TRESNA WERDHA JARA MARA PATI BULELENG
SOCIAL WELFARE INSTITUTION***

By

Kadek Delvia Riska Pratiwi, NIM 2218011083

Department of Medicine

ABSTRAK

Konstipasi Constipation is one of the digestive problems commonly experienced by the elderly and can affect their quality of life. One factor associated with constipation is low fiber intake. The elderly tend to experience a decrease in fiber intake due to changes in diet, decreased appetite, and the habit of consuming low-fiber foods. This study aims to determine the relationship between fiber intake and the incidence of constipation in the elderly at the Tresna Werdha Jara Mara Pati Buleleng Social Welfare Institution. This study used an analytical observational design with a cross-sectional approach. The research subjects were elderly people living at the Tresna Werdha Jara Mara Pati Buleleng Social Welfare Institution who met the inclusion criteria. Fiber intake was measured using the Semi Quantitative-Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ), while the incidence of constipation was assessed using the Constipation Scoring System (CSS). Data analysis was performed using univariate and bivariate analyses to examine the relationship between fiber intake and the incidence of constipation. The results showed that most elderly individuals had insufficient fiber intake, namely 22 individuals (73.3%), while 8 elderly individuals (26.7%) had adequate fiber intake. Based on the incidence of constipation, 12 elderly individuals (40.0%) experienced constipation and 18 elderly individuals (60.0%) did not experience constipation. The Spearman's rank correlation test showed a p-value of 0.006 with a correlation coefficient (r) of -0.492 , indicating a significant relationship between fiber intake and the incidence of constipation in the elderly with a negative direction and a moderate strength of relationship.

Keywords: fiber intake, constipation, elderly, social care home

UNDIKSHA