

**HUBUNGAN POLA MAKAN ASUPAN SERAT DAN CAIRAN TERHADAP  
POLA DEFEKASI PADA MAHASISWA FK UISU  
STAMBUK 2018 TAHUN 2021**

**SKRIPSI**

Oleh

**RAJA ARDINA**

**71180811124**



**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS ISLAM SUMATERA UTARA**

**MEDAN**

**2021**

**HUBUNGAN POLA MAKAN ASUPAN SERAT DAN CAIRAN TERHADAP  
POLA DEFEKASI PADA MAHASISWA FK UISU  
STAMBUK 2018 TAHUN 2021**

**SKRIPSI**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Menjadi Sarjana Kedokteran**

**Oleh**

**RAJA ARDINA**

**71180811124**



**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS ISLAM SUMATERA UTARA  
MEDAN  
2021**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

Hasil Penelitian dengan judul :

**HUBUNGAN POLA MAKAN ASUPAN SERAT DAN CAIRAN TERHADAP  
POLA DEFEKASI PADA MAHASISWA FK UISU  
STAMBUK 2018 TAHUN 2021**

Yang dipersiapkan oleh :

**RAJA ARDINA**

**71180811124**

Hasil Penelitian ini telah diperiksa dan disetujui

Medan, 12 Januari 2022

Disetujui,

Dosen Pembimbing

( dr. Bambang Susanto M. Kes )

Dosen Penguji I

Dosen penguji II

(dr. Aulia Novasyra M. Kes)

(dr. Aspri Astria M. Kes)

**HALAMAN PENGESAHAN**

Judul Skripsi : **HUBUNGAN POLA MAKAN  
ASUPAN SERAT DAN CAIRAN  
TERHADAP POLA DEFEKASI  
PADA MAHASISWA FK UISU  
ANGKATAN 2018 TAHUN 2021**

Nama Mahasiswa : **RAJA ARDINA**

Nomor Induk Mahasiswa : **71180811124**

Telah diuji dan dinyatakan LULUS didepan tim penguji pada hari Selasa, Tanggal 4  
Bulan 1 Tahun 2022

Tim Penguji Skripsi  
Dosen Pembimbing

(dr. Bambang Susanto M. Kes)

Dosen Penguji I

Dosen Penguji II

(dr. Aulia Novasyra M. Kes)

(dr. Aspri Astria M. Kes)

Diketahui  
Dekan

(dr. Indra Janis, MKT)

## KATA PENGANTAR

*Assalamu'alaikum Warahmatulahi Wabarakatuh*

*Bismillahirrahmanirrahim, Alhamdulillah Rabbal'alamin*, segala puji bagi Allah Subhanahuata'ala atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Adapun judul skripsinya adalah "HUBUNGAN POLA MAKAN ASUPAN SERAT DAN CAIRAN DENGAN POLA DEFEKASI PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UISU STAMBUK 2018". Shalawat serta salam kita curahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad shallallahu'alaihi wa sallam. Beliau yang telah membawa kita keluar dari zaman kegelapan menuju zaman yang terang benderang saat ini dalam islam.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi dan melengkapi salah satu syarat memperoleh kelulusan sarjana kedokteran di Program Studi Pendidikan Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara. Dalam penyusunan skripsi ini penulis menyadari masih ada kekurangan-kekurangan dan kekhilafan dalam penyusunan maupun penulisannya.

Dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah banyak memberi bimbingan dan arahan serta bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini. Dengan kerendahan hati dan penuh rasa hormat, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. ALLAH subhanahuata'ala.
2. Dr. Drs. H. Yanhar Jamaluddin, MAP selaku Rektor Universitas Islam Sumatera Utara.
3. dr. H. Indra Janis, MKT selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara.
4. dr. Irma Yanti Rangkuti, M.Si, M.Biomed selaku Kepala Prodi Sarjana Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara.

5. dr. Bambang Susanto M. Kes selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan bimbingan, pengarahan, masukan, saran, waktu, tenaga, dan dukungan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.
6. Dosen penguji I dr. Aulia Novasyra M.Kes dan Dosen penguji II dr. Aspri Astria M.Kes yang telah banyak memberikan arahan, masukan, saran, waktu, tenaga, dan dukungan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.
7. Dosen dan *staff* Program Studi Pendidikan Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara yang telah memberikan ilmu dan bantuannya sehingga penyusunan skripsi ini dapat berjalan dengan baik.
8. Kedua orang tua saya tercinta, Ayah drs. H. Raja Arlingga dan Ibu Hj. Ernawati yang selalu memberikan doanya setiap waktu, memberikan semangat, masukan dan dukungan kepada penulis.
9. Keluarga saya tersayang, kakak Raja Ardilla Srimarini, adik Raja Ardika Laksmana dan keluarga ku semuanya yang selalu memberikan semangat dan dukungan dari jauh.
10. Kakek dan nenek saya tercinta.
11. Sahabat dan teman seperjuangan Nirvana Annisa, Fitri Wijayanti, Deshinta Utari, Yuliza Usfa, Tyta Rizky, Fitri Febiyola, Ananda Annisa, Nabila Salwa, Berliana Yogi, Sona Syaifara, Tengku Emelia, yang selalu memberikan semangat dan saran kepada penulis.
12. Teman-teman seperjuangan Mahasiswa/I angkatan 2018 Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara yang selalu memberikan motivasi, semangat dan dukungannya.
13. Diri saya sendiri yang sudah bertahan sejauh ini.
14. Semua rekan dan pihak yang tidak dapat disebutkan satu-persatu, yang telah memberikan bantuan dalam penulisan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan. Hal ini tidak terlepas dari keterbatasan kemampuan, pengetahuan dan pengalaman yang dimiliki. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun untuk dijadikan perbaikan dimasa yang akan datang.

Semoga skripsi ini dapat bermanfaat sebagai sumber informasi untuk perkembangan ilmu pengetahuan khususnya dibidang kesehatan bagi Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara.

Medan, 4 Januari 2022

Penulis

Raja Ardina

## DAFTAR ISI

### Halaman

<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iii</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiii</b>
<b>I. PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	3
1.3 Tujuan Penelitian .....	3
1.3.1 Tujuan Umum .....	3
1.3.2 Tujuan Khusus.....	3
1.4 Manfaat Penelitian .....	4
1.4.1 Bagi Peneliti .....	4
1.4.2 Bagi Responden .....	4
1.4.3 Bagi Peneliti Lain .....	4
<b>II. TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1 Pola makan .....	5
2.1.1 Pengertian Pola Makan .....	5
2.1.2 Faktor Yang Mempengaruhi Pola Makan .....	6
2.2 Serat makanan .....	7
2.2.1 Definisi Serat Makanan .....	7



2.2.2	Kategori Serat .....	7
2.2.2.1	<i>Soluble Fiber</i> .....	8
2.2.2.2	<i>Insoluble Fiber</i> .....	8
2.2.3	Metabolisme Serat Makanan .....	8
2.2.4	Fungsi Serat Makanan .....	9
2.2.5	Angka Kebutuhan Serat .....	9
2.3	Air.....	10
2.3.1	Angka Kebutuhan Air .....	11
2.4	Defekasi .....	12
2.4.1	Mekanisme Defekasi .....	12
2.5	Kerangka Teori .....	14
2.6	Hipotesis Penelitian .....	14
2.7	Kerangka Konsep .....	15
<b>III. METODE PENELITIAN</b>		
3.1	Desain/Jenis Penelitian .....	16
3.2	Waktu dan Lokasi penelitian .....	16
3.3	Populasi dan Sampel penelitian .....	16
3.4	Variabel Penelitian .....	17
3.5	Definisi Operasional dari Variabel Penelitian .....	18
3.6	Instrumen Penelitian .....	20
3.7	Teknik Pengumpulan Data .....	20
3.8	Rencana Pengolahan dan Analisis Data .....	21
3.8.1	Pengelolaan Data .....	21
3.8.2	Analisis Data .....	21
<b>IV. HASIL DAN PEMBAHASAN</b>		
4.1	Deskripsi Umum .....	23
4.2	Hasil Penelitian .....	23
4.2.1	Analisa Univariat .....	23

4.2.2 Analisa Bivariat .....	26
4.3 Pembahasan .....	28
4.3.1 Pembahasan Univariat .....	28
4.3.2 Pembahasan Bivariat.....	30
<b>V. KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
5.1 Kesimpulan .....	33
5.2 Saran.....	34
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>36</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.2 Angka Kecukupan Serat .....	9
Tabel 2.3 Angka Kecukupan Air .....	11
Tabel 4.1 Frekuensi Distribusi Pola Makan pada Mahasiswa FK UISU angkatan 2018 .....	23
Tabel 4.2 Frekuensi Distribusi Serat Makanan pada Mahasiswa FK UISU angkatan 2018.....	24
Tabel 4.3 Frekuensi Distribusi Asupan Cairan pada Mahasiswa FK UISU angkatan 2018.....	24
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi BAB pada Mahasiswa FK UISU angkatan 2018.....	24
Tabel 4.5 Frekuensi Konsistensi BAB pada Mahasiswa FK UISU angkatan 2018 ..	25
Tabel 4.6 Uji Korelasi Antara Pola Makan Terhadap Frekuensi BAB pada Mahasiswa FK UISU angkatan 2018.....	25
Tabel 4.7 Uji Korelasi Antara Asupan Serat Terhadap Konsistensi Feses pada Mahasiswa FK UISU angkatan 2018.....	26
Tabel 4.8 Uji Korelasi Antara Asupan Cairan Terhadap Frekuensi BAB pada Mahasiswa FK UISU angkatan 2018.....	27
Tabel 4.9 Uji Korelasi Antara Asupan Cairan terhadap Konsistensi Feses pada Mahasiswa FK UISU angkatan 2018.....	27

## **DAFTAR SINGKATAN**

BAB: Buang air besar

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Master Data.....	37
Lampiran 2. Output Data SPSS .....	39
Lampiran 3. Lembar Penjelasan kepada Subjek Penelitian .....	43
Lampiran 4. <i>Informed Consent</i> .....	45
Lampiran 5. Kuesioner.....	46
Lampiran 6. Catatan Pola Defekasi .....	48
Lampiran 7. Formulir <i>Dietary Record</i> .....	50
Lampiran 8. Pengajuan Judul Skripsi .....	51
Lampiran 9. Surat <i>Ethical Clearance</i> .....	52
Lampiran 10. Surat Izin Penelitian .....	53
Lampiran 11. Surat Selesai Penelitian .....	54
Lampiran 12. Surat Survey Awal .....	55
Lampiran 13. Dokumentasi.....	56
Lampiran 14. Daftar Riwayat Hidup .....	57

**DAFTAR PUSTAKA**

- Almatsier, S. (2017) *Prinsip dasar ilmu gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka.
- Ambarita, E. M. and Madanijah, S. (2018) 'Hubungan Asupan Serat Makanan Dan Air Dengan Pola Defekasi Anak Sekolah Dasar Di Kota Bogor', *Jurnal Gizi dan Pangan*, 9(1), pp. 7–14. doi: 10.25182/jgp.2014.9.1.
- Claudina, I., P, D. R. and Kartini, A. (2018) 'Hubungan Asupan Serat Makanan Dan Cairan Dengan Kejadian Konstipasi Fungsional Pada Remaja Di Sma Kesatrian 1 Semarang', *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 6(1), pp. 486–495.
- Eswaran, S., Muir, J. and Chey, W. D. (2018) 'Fiber and functional gastrointestinal disorders.', *The American journal of gastroenterology*, 108(5), pp. 718–727. doi: 10.1038/ajg.2013.63.
- Fairudz, A. and Nisa, K. (2015) 'Pengaruh Serat Pangan Terhadap Kadar Kolesterol Penderita Overweight', *Jurnal Majority*, 4(8), pp. 121–126.
- Guyton, A. and Hall (2016) *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. 13th edn. Jakarta: EGC.
- Halim, R. (2018) 'Gambaran asupan cairan dan status gizi pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas jambi'.
- Harahap, J. and Hutabarat, H. (2017) 'Konsumsi Serat Makanan', pp. 1–8.
- Hartatik, femi ratna (2018) 'Gambaran Asupan Serat, Lemak, Cairan dan Aktifitas Fisik Pada Mahasiswa Konstipasi di Jurusan Gizi Poltekkes Semarang', (Wilkinson 2016).
- Hermina, H. and Susi, P. (2016) 'Gambaran Konsumsi Sayur Dan Buah Penduduk Indonesia Dalam Konteks Gizi Seimbang: Analisis Lanjut Survei Konsumsi Makanan Individu (SKMI) 2014', *Indonesian Bulletin of Health Research*, 44(3), pp. 205–218.
- Hillemeier, C. (2015) 'An overview of the effects of dietary fiber on gastrointestinal transit.', *Pediatrics*, 96(5 Pt 2), pp. 997–999.

- Kusharto, C. M. (2017) 'Serat Makanan Dan Perannya Bagi Kesehatan', *Jurnal Gizi dan Pangan*, 1(2), p. 45. doi: 10.25182/jgp.2006.1.2.45-54.
- Menkes RI (2019) 'Angka kecukupan gizi yang dianjurkan untuk masyarakat Indonesia', *Permenkes no. 28 th 2019*, (2), pp. 1–13.
- Nadifah, A. (2020) 'Gambaran konsumsi serat pada mahasiswa gizi universitas muhammadiyah semarang', p. 17019.
- Nurfitria, U. A. (2018) 'Hubungan Asupan Serat, Cairan dan Kafein dengan Frekuensi BAB pada Remaja di SMPN 1 Teras Boyolali', pp. 14–15, 26.
- Nurwijayanti, N. (2018) 'Pola Makan, Kebiasaan Sarapan dan Status Gizi Berhubungan Dengan Prestasi Belajar Siswa SMK di Kota Kediri', *Care : Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 6(1), p. 54. doi: 10.33366/cr.v6i1.809.
- Paradifa Sari, I., Widya Murni, A. and Masrul, M. (2016) 'Hubungan Konsumsi Serat dengan Pola Defekasi pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Unand Angkatan 2012', *Jurnal Kesehatan Andalas*, 5(2), pp. 425–430. doi: 10.25077/jka.v5i2.534.
- Ramadani, A. (2017) 'Hubungan Jenis, Jumlah dan Frekuensi Makan dengan Pola Buang Air Besar dan Keluhan Pencernaan pada Mahasiswa Muslim Saat Puasa Ramadhan', *Skripsi Universitas Airlangga*, pp. 1–110.
- Riskesdas sumut (2019) 'Provinsi Sumatera Utara', *Jurnal Ilmiah Smart*, III(2), pp. 68–80.
- Sanjoaquin, M. A. *et al.* (2019) 'Nutrition and lifestyle in relation to bowel movement frequency: a cross-sectional study of 20630 men and women in EPIC-Oxford.', *Public health nutrition*, 7(1), pp. 77–83. doi: 10.1079/phn2003522.
- Santoso, agus M. (2016) 'Serat dan manfaatnya bagi kesehatan', 23(11), p. 75. doi: 10.1108/eb050265.
- Sawka, M. N., Cheuvront, S. N. and Carter, R. (2015) 'Human Water Needs', (June). doi: 10.1301/nr.2005.jun.S30.
- Sherwood, L. (2018) *Fisiologi manusia dari sel ke sistem*. 9th edn. Jakarta: EGC.

- Sugiyono, P. D. (2018) 'Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D'.
- Sulistiyoningsih, H. (2019) *Gizi untuk kesehatan Ibu dan Anak*. Graha Ilmu.
- Supariasa, N., Bakri, B. and Fajar, I. (2016) *Penilaian status gizi*. 2nd edn. Jakarta: EGC.
- Terry, P. *et al.* (2016) 'Fruit, vegetables, dietary fiber, and risk of colorectal cancer.', *Journal of the National Cancer Institute*, 93(7), pp. 525–533.



## LAMPIRAN I

## MASTER DATA

Nama	Pola Makan	Pola Defekasi			Serat	Asupan cairan
		Frekuensi BAB	Nyeri saat BAB	Konsistensi BAB		
EG	46 (Teratur)	Cukup	0	Normal	Cukup	Cukup
AD	36 (Tidak Teratur)	Cukup	0	Normal	Cukup	Cukup
MGK	30 (Tidak Teratur)	Kurang	1	Normal	Cukup	Cukup
HMR	24 (Tidak Teratur)	Kurang	1	keras	Cukup	Cukup
DSS	23 (Tidak Teratur)	Cukup	2	keras	Cukup	kurang
NF	24 (Tidak Teratur)	Cukup	0	Cair	Cukup	Cukup
RD	46 (Teratur)	Cukup	1	Normal	Cukup	Cukup
AT	33 (Tidak Teratur)	Kurang	0	keras	kurang	kurang
BA	30 (Tidak Teratur)	Kurang	2	keras	kurang	kurang
MA	27 (Tidak Teratur)	Kurang	0	Normal	kurang	kurang
S	29 (Tidak teratur)	Cukup	0	Normal	Cukup	kurang
DZL	23 (Tidak Teratur)	Kurang	1	keras	kurang	kurang
ED	45 (Teratur)	Cukup	0	Normal	Cukup	Cukup
AD	24 (Tidak Teratur)	Kurang	0	keras	kurang	kurang
EN	29 (Tidak teratur)	Cukup	0	Normal	kurang	kurang
SAL	30 (Tidak Teratur)	Cukup	0	Normal	Cukup	Cukup
FN	30 (Tidak Teratur)	Kurang	1	Normal	kurang	Cukup
DH	46 (Teratur)	Cukup	0	Normal	Cukup	Cukup
SP	31 (Tidak teratur)	Cukup	0	Normal	kurang	Cukup
RAA	34 (Tidak teratur)	Cukup	0	Normal	kurang	Cukup
APP	37 (tidak teratur)	Cukup	0	Normal	kurang	Cukup
IAHN	35 (Tidak teratur)	Kurang	2	keras	kurang	kurang
PF	31 (Tidak teratur)	Cukup	0	Normal	Cukup	Cukup
EDM	35 (Tidak teratur)	Cukup	0	Normal	Cukup	kurang
KT	37 (tidak teratur)	Kurang	1	keras	kurang	Cukup
NM	48 (Teratur)	Cukup	0	Normal	Cukup	Cukup
BSW	34 (Tidak teratur)	Cukup	0	keras	kurang	kurang
FR	34 (Tidak teratur)	Kurang	0	Normal	kurang	Cukup
SMP	34 (Tidak teratur)	Kurang	0	keras	Cukup	kurang
MS	37 (tidak teratur)	Cukup	2	keras	kurang	kurang

SDL	23 (Tidak Teratur)	Kurang	0	Normal	kurang	Cukup
NSP	34 (Tidak teratur)	Cukup	3	Normal	Cukup	kurang
FH	27 (Tidak Teratur)	Kurang	0	Normal	Cukup	kurang
HSN	29 (Tidak teratur)	Cukup	0	Normal	Cukup	kurang
SDT	30 (Tidak Teratur)	Kurang	1	keras	kurang	kurang
SABS	34 (Tidak teratur)	Kurang	2	Cair	Cukup	kurang
AA	29 (Tidak teratur)	Kurang	1	keras	kurang	kurang
DNP	31 (Tidak teratur)	Cukup	0	Normal	kurang	kurang
YUI	26 (Tidak teratur)	Kurang	3	Normal	kurang	kurang
N	29 (Tidak teratur)	Kurang	2	Normal	kurang	kurang
AAFB	32 (Tidak teratur)	Cukup	0	Normal	Cukup	kurang
TH	29 (Tidak teratur)	Cukup	0	Normal	kurang	kurang
WA	24 (Tidak Teratur)	Cukup	2	Normal	kurang	kurang
JM	35 (Tidak teratur)	Cukup	1	Normal	kurang	Cukup
AFS	24 (Tidak Teratur)	Kurang	0	Normal	kurang	Cukup
RG	21 (Tidak teratur)	Cukup	0	Normal	Cukup	kurang
HA	25 (Tidak teratur)	Cukup	0	Normal	Cukup	kurang
PW	33 (Tidak Teratur)	Cukup	2	Normal	kurang	Cukup
Aab	27 (Tidak Teratur)	Cukup	0	Normal	kurang	Cukup
ILT	33 (Tidak Teratur)	Cukup	2	Normal	kurang	Cukup
IDSH	26 (Tidak teratur)	Kurang	3	Normal	kurang	kurang
S	31 (Tidak teratur)	Kurang	1	keras	kurang	kurang
RYS	31 (Tidak teratur)	Cukup	0	Normal	Cukup	kurang
SR	46 (Teratur)	Cukup	1	Normal	kurang	kurang
TA	35 (Tidak teratur)	Kurang	0	keras	kurang	kurang
IDM	21 (Tidak teratur)	Kurang	0	Normal	kurang	Cukup
ZS	27 (Tidak Teratur)	Cukup	3	Normal	kurang	kurang
RF	29 (Tidak teratur)	Kurang	0	Normal	kurang	Cukup
IQN	35 (Tidak teratur)	Cukup	2	Normal	kurang	Cukup
TRAL	31 (Tidak teratur)	Cukup	2	keras	kurang	kurang

## LAMPIRAN II

## OUTPUT DATA SPSS

## Pola makan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Pola Makan teratur	6	10.0	10.0	10.0
Pola makan tidak teratur	54	90.0	90.0	100.0
Total	60	100.0	100.0	

## Serat

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Cukup	21	35.0	35.0	35.0
Kurang	39	65.0	65.0	100.0
Total	60	100.0	100.0	

## Asupan Cairan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Cukup	24	40.0	40.0	40.0
Kurang	36	60.0	60.0	100.0
Total	60	100.0	100.0	

## Frekuensi BAB

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Cukup	35	58.3	58.3	58.3
Kurang	25	41.7	41.7	100.0
Total	60	100.0	100.0	

**Konsistensi BAB**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Keras	15	25.0	25.0	25.0
	Normal	43	71.7	71.7	96.7
	Cair	2	3.3	3.3	100.0
	Total	60	100.0	100.0	

**Crosstab**

Count

		Frekuensi BAB		Total
		Cukup	Kurang	
Pola makan	Pola Makan teratur	6	0	6
	Pola makan tidak teratur	29	25	54
Total		35	25	60

**Directional Measures**

			Value	Asymp. Std. Error <sup>a</sup>	Approx. T <sup>b</sup>	Approx. Sig.
Ordinal by Ordinal	Somers' d	Symmetric	.250	.055	2.673	.008
		Pola makan Dependent	.171	.064	2.673	.008
		Frekuensi BAB Dependent	.463	.068	2.673	.008

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

**Crosstab**

Count

		Konsistensi BAB			Total
		keras	Normal	Cair	
Pola makan	Pola Makan teratur	0	6	0	6
	Pola makan tidak teratur	15	37	2	54
Total		15	43	2	60

**Crosstab**

Count

		Frekuensi BAB		Total
		Cukup	Kurang	
Asupan Cairan	cukup	15	9	24
	kurang	20	16	36
Total		35	25	60

**Crosstab**

Count

		Konsistensi BAB			Total
		Keras	Normal	Cair	
Asupan Cairan	cukup	2	21	1	24
	kurang	13	22	1	36
Total		15	43	2	60

**Directional Measures**

			Value	Asym p. Std. Error <sup>a</sup>	Approx. T <sup>b</sup>	Approx. Sig.
Ordinal by Ordinal	Somers' d	Symmetric	-.297	.106	-2.649	.008
		Asupan				
		Cairan	-.317	.113	-2.649	.008
		Dependent				
		Konsistensi				
		BAB	-.279	.104	-2.649	.008
		Dependent				

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

**Directional Measures**

			Value	Asymp. Std. Error <sup>a</sup>	Approx. T <sup>b</sup>	Approx . Sig.
Ordinal by Ordinal	Somers' d	Symmetric	.069	.128	.538	.590
		Asupan				
		Cairan	.069	.127	.538	.590
		Dependent				
		Frekuensi				
		BAB	.069	.129	.538	.590
		Dependent				

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

**Directional Measures**

			Value	Asym p. Std. Error <sup>a</sup>	Approx. T <sup>b</sup>	Approx. Sig.
Ordinal by Ordinal	Somers' d	Sym metric	-.239	.114	-1.985	.047
		Serat Depen dent	-.248	.116	-1.985	.047
		Konsi stensi BAB Depen dent	-.231	.115	-1.985	.047

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

### **LAMPIRAN III**

#### **LEMBAR PENJELASAN KEPADA CALON SUBJEK PENELITIAN**

Dengan hormat,

Saya mengucapkan terimakasih kepada Saudara/Saudari atas kesediaannya meluangkan waktu untuk mengisi surat persetujuan ini.

Saya, Raja Ardina yang sedang menjalani pendidikan dokter di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara sedang mengerjakan penelitian guna melengkapi Skripsi yang menjadi kewajiban saya untuk menyelesaikan pendidikan di Fakultas Kedokteran UISU. Adapun judul penelitian saya adalah “Hubungan Pola Makan Asupan Serat dan Air Terhadap Pola Defekasi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara”.

Penelitian ini bermanfaat untuk mengetahui hubungan konsumsi serat dan air terhadap pola defekasi yang mencakup frekuensi BAB, konsistensi feses, nyeri BAB agar kiranya masyarakat Indonesia lebih memperhatikan asupan serat dan air sehari-harinya. Untuk itu saya mohon kesediaan Saudara/Saudari untuk ikut serta dalam penelitian ini. Saya akan memberikan kuesioner yang berisi pertanyaan seputar identitas, frekuensi BAB dalam seminggu, konsistensi feses setiap kali BAB, ada tidaknya nyeri ketika BAB dan formulir untuk diisi dengan data makanan dan minuman yang Saudara/Saudari konsumsi selama sehari. Penyerahan kuesioner ini akan disertai penjelasan agar Saudara/Saudari lebih memahami apa yang akan dilakukan dan akan memakan waktu lebih kurang 5-10 menit. Tidak ada efek samping terhadap Saudara/Saudari dari penelitian yang akan dilakukan.

Partisipasi Saudara/Saudari bersifat sukarela dan tanpa paksaan dan Saudara/Saudari dapat mengundurkan diri sewaktu-waktu. Identitas pribadi Saudara/Saudari sebagai partisipan akan dirahasiakan dan informasi yang diberikan hanya akan digunakan untuk penelitian ini. Untuk penelitian ini, Saudara/Saudari



tidak akan dikenai biaya apapun. Bila terdapat hal yang kurang dimengerti, Saudara/Saudari dapat langsung menanyakan kepada saya sebagai peneliti:

Nama : Raja Ardina

No HP : 081211006498

Alamat : Jalan Suka Rindu No.9B

Demikian informasi ini saya sampaikan. Atas partisipasi dan kesediaan waktu Saudara/Saudari menjadi partisipan dalam penelitian ini, saya mengucapkan terimakasih. Semoga partisipasi dan kesediaan Saudara/Saudari dalam penelitian ini bermanfaat bagi kita semua.

Medan,10 Oktober 2021

Peneliti, Raja Ardina

**LAMPIRAN IV****LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAAN SETELAH PENJELASAN  
(INFORMED CONSENT) KESEDIAAN MENGIKUTI PENELITIAN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama :

Umur :

Jenis Kelamin :

Alamat :

Telah mendapat penjelasan dan memahami sepenuhnya tentang penelitian yang akan dilakukan:

Judul Penelitian : Hubungan Pola Makan Asupan Serat dan Air Terhadap Pola Defekasi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara

Nama Peneliti : Raja Ardina

Institusi: Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara

Dengan ini menyatakan bersedia mengikuti penelitian tersebut secara sukarela. Bila sewaktu-waktu saya berniat mengundurkan diri, maka kepada saya tidak dikenakan sanksi apapun.

Medan, ..... 2021

(\_\_\_\_\_)

**LAMPIRAN V**

**LEMBAR KUESIONER PENELITIAN**  
**POLA MAKAN**

Petunjuk Pengisian:

- a. Baca dan pahami dengan baik setiap pertanyaan dibawah ini
- b. Berilah tanda (√) pada salah satu jawaban yang menurut anda benar

Keterangan:

SL: selalu

KD: kadang-kadang

SR: sering

TP: tidak pernah

**DAFTAR PERNYATAAN**

No.	Pernyataan	SL	SR	KD	TP
1.	Saya mengkonsumsi sayur dan buah setiap hari.				
2.	Saya mengkonsumsi lauk hewani seperti: daging ayam, daging kambing, daging sapi setiap hari.				
3.	Saya mengkonsumsi lauk nabati seperti: tahu, tempe setiap hari.				
4.	Saya membeli jajanan seperti snack, mie instan disekolah.				
5.	Saya mengkonsumsi air putih sebanyak 2,5 liter setiap hari.				
6.	Saya makan pagi, siang, malam teratur.				
7.	Saya membawa bekal makan siang dari rumah untuk di makan disekolah				
8.	Saya makan lebih 3x sehari				

9.	Saya mengonsumsi susu 1x sehari				
10.	Saya makan 1 piring nasi dan lauk setiap harinya.				
11.	Jika saya banyak aktifitas, makan saya bertambah.				
12.	Saya mengonsumsi makanan berlemak dalam sehari misalnya makanan yang bersantan.				

**LAMPIRAN VI****CATATAN POLA DEFEKASI**

No. Responden :

Nama :

Umur :

Jenis Kelamin :

Tinggi Badan :

Berat Badan :

Beri tanda silang (x) pada pilihan.

1. Berapa kali dalam seminggu anda melakukan defekasi ?

a.  $\geq 3x$






b.  $\leq 3x$

2. Berapa kali anda mengalami nyeri sewaktu melakukan defekasi selama seminggu ?

Jawab: ..... x

3. Konsistensi feses:

	<p>Potongan terpisah – pisah yang keras dan padat</p>	
	<p>Bentuk mirip sosis, keras, permukaan menonjol-nonjol, sulit dikeluarkan</p>	

	<p>Bentuk mirip sosis, ada retakan di permukaannya</p>	
	<p>Mirip sosis, lunak, mudah keluar</p>	
	<p>Gumpalan lunak, pinggirannya rata, mudah keluar</p>	
	<p>Halus hampir cair, pinggirannya kasar, seperti bubur</p>	
	<p>Cair, tidak ada bagian yang padat</p>	

**LAMPIRAN VII****FORMULIR DIET RECORD 7X24 JAM**

No. Responden :

Nama :

Umur :

Jenis Kelamin :

Tinggi Badan :

Berat Badan :


Waktu Makan	Nama Makanan	Bahan Makanan	Banyaknya		Banyaknya asupan cairan (mL)
			URT	Gram	
Pagi					
Selingan					
Siang					
Selingan					
Malam					
Selingan					

**URT: Ukuran Rumah Tangga.**

Contoh= 1 sendok makan.

## LAMPIRAN VIII


## PENGAJUAN JUDUL SKRIPSI



**UNIVERSITAS ISLAM SUMATERA UTARA**  
**FAKULTAS KEDOKTERAN**  
**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER**  
 KAMPUS : JL. STM NO. 77 SUKA MAJU, MEDAN – 20146  
 KAMPUS JL. SM RAJA NO. 2A MEDAN – 20212  
 Telp. (061) 4572733, 4143491, 4142993, FAX. 061 – 4142495

---

**LEMBAR PENGESAHAN**  
**JUDUL SKRIPSI**



Judul : Hubungan Pola makan asupan serat dan  
Cairan terhadap Pola defekasi pada mahasiswa  
FK USU semester 2018

Tujuan Umum : Mengetahui hubungan Pola makan asupan serat  
dan cairan terhadap Pola defekasi pada mahasiswa FK USU semester 2018

Tujuan Khusus : 1. Mengetahui hubungan Pola makan terhadap frekuensi defekasi  
2. Mengetahui hubungan asupan serat terhadap konsistensi feses  
3. Mengetahui hubungan cairan terhadap frekuensi defekasi  
dan konsistensi feses


Nama : Raja Ardina

NIM : 710001114

Pembimbing

\_\_\_\_\_

( dr. Bambang Susanto Mkes )



Ka. Prodi S.Ked

\_\_\_\_\_

( dr. Irma Yanti Rangkti, M.Si., M.Biomed )



## LAMPIRAN IX

## SURAT EC

KOMITE ETIK PENELITIAN KESEHATAN  
 HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE  
 UNIVERSITAS ISLAM SUMATERA UTARA  
 UNIVERSITY OF SUMATERA UTARA

**KETERANGAN LAYAK ETIK**  
 DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION  
 "ETHICAL EXEMPTION"

No.167/EC/KEPK.UISU/XI/2021

Protokol penelitian yang diusulkan oleh :  
 The research protocol proposed by

Peneliti utama : RAJA ARDINA  
 Principal In Investigator

Nama Institusi : UISU  
 Name of the Institution

Dengan judul:  
 Title

**"HUBUNGAN POLA MAKAN ASUPAN SERAT DAN CAIRAN TERHADAP POLA DEFEKASI  
 PADA MAHASISWA FK UISU STAMBUK 2018"**


*"HUBUNGAN POLA MAKAN ASUPAN SERAT DAN CAIRAN TERHADAP POLA DEFEKASI PADA  
 MAHASISWA FK UISU STAMBUK 2018"*

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

*Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.*

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 16 November 2021 sampai dengan tanggal 16 November 2022.

*This declaration of ethics applies during the period November 16, 2021 until November 16, 2022.*

November 16, 2021  
 Professor and Chairperson,  
  
 dr. Suryani Eka Mustika, Sp.PA

## LAMPIRAN X

## SURAT IZIN PENELITIAN



**UNIVERSITAS ISLAM SUMATERA UTARA**  
**FAKULTAS KEDOKTERAN**

KAMPUS JL. STM NO. 77 MEDAN  
 KAMPUS JL. SM. RAJA NO. 2 A MEDAN - 20212  
 TELP. (061) 42778962

Nomor	: 1683/L/E.03/XII/2021	Medan, 29 Rabiul Akhir 1443 H
Lampiran	: -	04 Desember 2021 M
Hal	: Permohonan Izin Penelitian	

Kepada Yth.  
 Bapak Dekan Fakultas Kedokteran  
 Universitas Islam Sumatera Utara  
 Di  
 Tempat

*Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh*

Dengan hormat, kami doakan semoga Bapak berada dalam keadaan sehat wal afiat dan sukses menjalankan tugas sehari-hari. Amin.

Sehubungan adanya surat Wakil Dekan Bidang Akademik dan Dakwah Islamiyah Fakultas Kedokteran UISU Nomor : 1650/L/E.03/XII/2021 tanggal 26 Nopember 2021 tentang Permohonan Izin Penelitian, dengan ini disampaikan bahwa pada prinsipnya kami tidak keberatan menerima mahasiswa/i Bapak untuk pengambilan data di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera.

Berkenaan dengan hal tersebut diatas dengan ini kami menerima mahasiswa/i yang tertera namanya dibawah ini :

Nama	: Raja Ardina
NPM	: 71180811124
Tema Skripsi	: Hubungan Pola Makan Asupan Serat Dan Cairan Dengan Pola Defekasi Pada Mahasiswa FK UISU Stambuk 2018 Tahun 2021

Untuk melakukan penelitian dengan ketentuan dan peraturan yang berlaku di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara.

Demikianlah disampaikan dan atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.

*Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh*



di Medan, Janis, MKT

- Pertinggal

## LAMPIRAN XI

## SURAT SELESAI PENELITIAN



**UNIVERSITAS ISLAM SUMATERA UTARA**  
**FAKULTAS KEDOKTERAN**

KAMPUS JL. STM NO. 77 MEDAN  
 KAMPUS JL. SM. RAJA NO. 2 A MEDAN - 20212  
 TELP. (061) 42778962

**SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN**

Nomor : 1765/E/I.02/XII/2021

Yang bertanda tangan dibawah ini, menerangkan bahwa :

Nama : Raja Ardina  
 NPM : 71180811124  
 Judul Penelitian : Hubungan Pola Makan, Supan Serat dan Cairan Terhadap Pola Defekasi Pada mahasiswa FK UISU Stambuk 2018 Tahun 2021.  
 Lokasi Penelitian : Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara

Nama tersebut diatas telah menyelesaikan penelitian tersebut di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara.


Demikianlah surat keterangan ini kami perbuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan seperlunya. Atas perhatiannya, kami ucapkan terima kasih.

Medan, 20 Desember 2021



## LAMPIRAN XII

## SURAT SURVEY AWAL

	<b>UNIVERSITAS ISLAM SUMATERA UTARA</b>	
	<b>FAKULTAS KEDOKTERAN</b>	
KAMPUS JL. STM NO. 77 MEDAN KAMPUS JL. SM. RAJA NO. 2 A MEDAN - 20212 TELP. (061) 42778962		
Nomor	: 1117/L/E.03/VIII/2021	<u>Medan, 21 Dzulhijjah 1442 H</u>
Lampiran	: -	30 Agustus 2021 M
Hal	: Izin Survey Awal	

Kepada Yth.  
Bapak Dekan Fakultas Kedokteran  
Universitas Islam Sumatera Utara  
Di  
Tempat

*Assalamu`alaikum wr.wb*

Dengan hormat, kami doakan semoga Bapak berada dalam keadaan sehat wal afiat dan sukses menjalankan tugas sehari-hari. Amin.

Sehubungan adanya surat Wakil Dekan Bidang Akademik dan Dakwah Islamiyah Fakultas Kedokteran UISU Nomor : 916/L/E.03/VII/2021 tanggal 14 Juli 2021 tentang Permohonan Izin Survey Awal, dengan ini disampaikan bahwa pada prinsipnya kami tidak keberatan menerima mahasiswa/i Bapak untuk pengambilan data di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera.


Berkenaan dengan hal tersebut diatas dengan ini kami menerima mahasiswa/i yang tertera namanya dibawah ini :

Nama	: Raja Ardina
NPM	: 71180811124
Tema Skripsi	: Hubungan Pola Makan Asupan Serat dan Cairan terhadap Pola Defekasi pada Mahasiswa FK UISU Stambuk 2018.

Untuk melakukan penelitian dengan ketentuan dan peraturan yang berlaku di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara.

Demikianlah disampaikan dan atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.

*Wassalamu`alaikum wr.wb*

  
 dr. Indra Lapis, MKT

- Peninggal

**LAMPIRAN XIII**

**DOKUMENTASI**



**LAMPIRAN XIV****DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

Nama : Raja Ardina

Tempat, Tanggal Lahir : Bengkalis, 6 September 2000

Agama : Islam

Alamat : Jl. Suka Rindu No. 9B

Riwayat Pendidikan : 1. TK Trisula Bengkalis (2005-2006)  
2. SD Negeri 1 Bengkalis (2006-2012)  
3. SMP Negeri 1 Bengkalis (2012-2015)  
4. SMA Negeri 1 Bengkalis (2015-2018)

Riwayat Organisasi : OSIS SMPN 1 BENGKALIS  
OSIS SMAN 1 BENGKALIS