



**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN POLA DEFEKASI  
PADA SISWA KELAS V DAN KELAS VI SEKOLAH DASAR  
DI SEMARANG**

**LAPORAN HASIL PENELITIAN  
KARYA TULIS ILMIAH**

**Disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan  
guna mencapai gelar sarjana strata-1 kedokteran umum**

**ERSALINA LIVIANI G**

**22010111130108**

**PROGRAM PENDIDIKAN SARJANA KEDOKTERAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS DIPONEGORO  
2015**

**LEMBAR PENGESAHAN LAPORAN HASIL KTI**

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN POLA DEFEKASI PADA SISWA  
KELAS V DAN KELAS VI SEKOLAH DASAR DI SEMARANG**

Disusun oleh:

**ERSALINA LIVIANI G  
22010111130108**

Telah disetujui:

Semarang, 6 Juli 2015

**Pembimbing I**

**dr. Ninung R Diana K, Msi.Med, Sp.A(K)**

NIP. 197305182008012008

**Ketua Penguji**

**dr. Heru Muryawan, Sp.A(K)**

NIP 196304051989011001

**Pembimbing II**

**Dr.dr.Mexitalia Setiawati, Sp.A(K)**

NIP. 196702271995092001

**Penguji**

**dr. Widodo Sarjana AS, MKM, Sp.KJ**

NIP 197102222010121001

**Mengetahui,**

**a.n. Dekan**



**Ketua Program Studi Pendidikan Dokter**

**dr. Frie BPS Andar, Sp.BS, PAK(K)**

195412111981031014

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang beratanda tangan ini,

Nama : Ersalina Liviani G

NIM : 22010111130108

Program Studi : Program Pendidikan Sarjana Kedokteran Fakultas Kedokteran  
UNDIP

Judul KTI : Hubungan Pola Makan dengan Pola Defekasi pada Siswa Kelas V  
dan Kelas VI Sekolah Dasar di Semarang

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. KTI ini ditulis sendiri tulisan asli saya sendiri tanpa bantuan orang lain selain pembimbing dan narasumber yang diketahui oleh pembimbing.
1. KTI ini sebagian atau seluruhnya belum pernah dipublikasi dalam bentuk artikel ataupun tugas ilmiah lain di Universitas Diponegoro maupun di perguruan tinggi lain.
2. Dalam KTI ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis orang lain kecuali secara tertulis dicantumkan sebagai rujukan dalam naskah dan tercantum pada daftar kepustakaan.

Semarang, 24 Mei 2015

Yang membuat pernyataan,

Ersalina Liviani G

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur kepada Tuhan YME, karena atas rahmatNya penulis dapat menyelesaikan laporan akhir karya tulis ilmiah yang berjudul “Hubungan Pola Makan dengan Pola Defekasi pada Siswa Kelas V dan Kelas VI Sekolah Dasar di Semarang”. Penulisan karya tulis ilmiah ini adalah sebagai syarat kelulusan S1 Fakultas Kedokteran Undip Semarang.

Dalam kesempatan ini Penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah memberikan bantuan dan bimbingan dalam menyelesaikan karya tulis ini, yaitu:

1. Rektor Universitas Diponegoro yang telah memberikan kesempatan untuk mengikuti pendidikan keahlian
2. Dekan FK Undip yang telah memberikan kesempatan untuk mengikuti pendidikan keahlian
3. Ketua Program Studi Pendidikan Dokter FK Undip yang telah memberikan kesempatan untuk mengikuti pendidikan keahlian
4. dr. Ninung Rose Diana K, Msi. Med, Sp.A(K) selaku dosen pembimbing I dan dr.Mexitalia Setiawati, Sp. A(K) selaku pembimbing II yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membimbing penulis dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

5. dr. Heru Muryawan, Sp.A(K) selaku dosen ketua penguji yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan penulis.
6. dr. Widodo Sarjana AS, MKM,Sp.KJ selaku penguji yang telah memberikan saran dan arahan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Kepala Sekolah beserta guru kelas V dan VI SDN Karangrejo 01, SDN Bendungan, dan SDN Lempongsari yang telah membantu dalam perizinan pengambilan sampel.
8. Orang tua, Lie Woen Moe dan Kenanga Wati Sutanto beserta adik saya, Kreszen Livianus G, yang senantiasa memberikan dukungan moral maupun material kepada penulis.
9. Nadia Kurnia, Veronika Subagio, Hari Kusumanegara, Elizabeth Florentina, Anthony Susilo, dan teman-teman lainnya yang telah memberikan motivasi dan dorongan untuk cepat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
10. Teman seperjuangan Jodhia Rachmaputri, Jessica Wongsodjaja, Hanif Prasetyo, dan Sylvia Christiana yang telah mendukung, bersama-sama memberikan sumbangsih pikiran dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini.

Penulis menyadari masih terdapat banyak kekurangan pada laporan ini. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan saran dan kritik yang dapat menambah kesempurnaan laporan ini. Akhirnya, semoga tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi pembaca pada umumnya dan almamater pada khususnya.

Semarang, 22 Mei 2014

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
KEASLIAN PENELITIAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR SINGKATAN.....	x
ABSTRAK.....	xi
ABSTRACT.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1.Latar Belakang.....	1
1.2. Perumusan Masalah.....	3
1.3.Tujuan Penelitian.....	4
1.4.Manfaat Penelitian.....	4
1.5.Orisinalitas.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1. Saluran Pencernaan.....	7
2.2. Defekasi.....	14
2.3. Feces.....	18

2.4. Serat.....	21
2.5. Cairan.....	25
2.6. Gangguan Pola Defekasi.....	26
<b>BAB III KERANGKA TEORI, KERANGKA KONSEP, DAN HIPOTESIS.....</b>	<b>29</b>
3.1. Kerangka Teori.....	29
3.2. Kerangka Konsep.....	30
3.3. Hipotesis.....	31
<b>BAB IV METODOLOGI PENELITIAN.....</b>	<b>32</b>
4.1. Ruang Lingkup Penelitian.....	32
4.2. Tempat dan Waktu Penelitian.....	32
4.3. Jenis Rancangan Penelitian.....	32
4.4. Populasi Sampel.....	32
4.5. Variabel Penelitian.....	35
4.6. Definisi Operasional.....	35
4.7. Cara Pengumpulan Data.....	37
4.8. Alur Penelitian.....	40
4.9. Analisa Data.....	40
4.10. Etika Penelitian.....	41
4.11. Jadwal Penelitan.....	41
<b>BAB V HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>42</b>
5.1. Analisa Sampel.....	42
5.2. Analisa Deskriptif.....	42
5.3. Analisa Analitik.....	45
<b>BAB VI PEMBAHASAN.....</b>	<b>48</b>
<b>BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>52</b>
7.1. Kesimpulan.....	52
7.2. Saran.....	53
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>54</b>
Lampiran .....	60

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Orisinalitas.....	5
Tabel 2. Kadar Serat Beberapa Makanan per 100 gram.....	24
Tabel 3. Definisi Operasional.....	35
Tabel 4. Distribusi data jenis kelamin responden.....	42
Tabel 5. Distribusi karakteristik responden.....	43
Tabel 6. Distribusi data asupan serat per hari.....	44
Tabel 7. Distribusi data asupan cairan per hari.....	44
Tabel 8. Distribusi frekuensi BAB responden.....	44
Tabel 9. Analisis deskriptif frekuensi BAB responden per minggu.....	45
Tabel 10. Distribusi konsistensi feces responden.....	45
Tabel 11. Hubungan asupan serat dengan frekuensi BAB.....	46
Tabel 12. Hubungan asupan serat dengan konsistensi feces.....	46
Tabel 13. Hubungan asupan cairan dengan frekuensi BAB.....	46
Tabel 14. Hubungan asupan cairan dengan konsistensi feces.....	47



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Saluran Pencernaan.....	7
Gambar 2. <i>Bristol Stool Chart</i> .....	20
Gambar 3. Kerangka Teori.....	29
Gambar 4. Kerangka Konsep.....	31
Gambar 5. Alur Penelitian.....	40
Gambar 6. Jadwal Penelitian.....	41

## DAFTAR SINGKATAN

IDAI	: Ikatan Dokter Anak Indonesia
BAB	: buang air besar
gr	: gram
ml	: mili liter
SCARED	: <i>Screening for Children Anxiety Related Disorder</i>
AKG	: Angka Kecukupan Gizi

## ABSTRAK

**Latar Belakang :** Pola makan yang tidak tepat menjadi salah satu penyebab masalah kesehatan anak usia sekolah. Pola makan sangat berpengaruh terhadap pola defekasi. Pola makan anak zaman sekarang cenderung mengkonsumsi makanan tinggi kalori dan rendah serat. Serat dan cairan sangat berpengaruh dalam proses defekasi. Kekurangan serat dan cairan menyebabkan penurunan frekuensi buang air besar (BAB) dan konsistensi feces keras sehingga sulit dikeluarkan.

**Tujuan :** Penelitian ini bertujuan membuktikan adanya hubungan pola makan, terutama asupan serat dan cairan terhadap pola defekasi dinilai dari frekuensi BAB dan konsistensi feces.

**Metode :** Penelitian observasional dengan desain *cross-sectional*. Sampel sebanyak 70 responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi diwawancara pola makannya melalui *food recall* 2x24 jam sebanyak 3 kali dan diminta untuk mengisi kuesioner pola BAB selama 1 minggu. Data dideskripsikan dalam bentuk tabel. Analisa analitik dilakukan dengan SPSS for windows 17.0.

**Hasil :** Rata-rata asupan serat responden 9,3 gr per hari. Rata-rata asupan cairan responden 1723,75 ml per hari. Rata-rata frekuensi BAB responden yaitu sebanyak 4 kali/minggu. 58,6% responden memiliki konsistensi feces normal, 28,3% keras, dan 17,1% cair. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan serat dengan frekuensi BAB ( $p=0,060$ ) dan konsistensi feces ( $p=0,160$ ). Terdapat hubungan yang signifikan antara asupan cairan dengan frekuensi BAB ( $p<0,001$ ) dan konsistensi feces ( $p=0,001$ ).

**Kesimpulan :** Terdapat hubungan yang signifikan antara asupan cairan dengan frekuensi BAB dan konsistensi feces. Semakin tinggi asupan cairan semakin tinggi frekuensi BAB dan semakin cair konsistensi feces. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan serat dengan frekuensi BAB dan konsistensi feces.

**Kata Kunci :** Serat, Cairan, Frekuensi BAB, Konsistensi feces.

## ABSTRACT

**Background :** *Improper dietary habit becomes one of the causes of school age children's health problem. Dietary habit affects toileting habit. Dietary habit of school age children nowadays tends to have high calories diet and lacks of fiber. Dietary fiber and fluid intake have a great role in bowel movements. Lack of dietary fiber and fluid intake decreasing defecation frequency and increasing stool consistency which causing the stool is difficult to remove.*

**Aim :** *This study aimed to prove the correlation between dietary fiber and fluid intake with defecation pattern among school age children.*

**Method :** *Observational study with cross-sectional design. 70 samples which include in inclusion and exclusion criteria were interviewed using food recall 2x24 hour method for 3 times and asked to complete the 1 week bowel pattern questionnaire. Data was described in table. Analytical analysis was processed using SPSS 17.00*

**Results :** *The average dietary fiber intake was 9,3 gr/day . The average fluid intake was 1723,25 ml/day. The average of defecation frequency was 4 times per week. 58,6% of samples have normal stool consistency, while 28,3% have hard and 17,1% have watery stool consistency. There was no significant correlation between dietary fiber intake with defecation frequency ( $p=0,060$ ) and stool consistency ( $p=0,160$ ). There was significant correlation between fluid intake with defecation frequency ( $p<0,001$ ) and stool consistency ( $p=0,001$ ).*

**Conclusion :** *There was significant correlation between fluid intake with defecation frequency and stool consistency. Higher in fluid intake leads to higher in defecation frequency and more watery stool consistency. There was no significant correlation between dietary fiber intake with defecation frequency and stool consistency*

**Keyword :** *Dietary fiber, Fluid intake, Defecation Frequency, Stool Consistency*