

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Setiap orang memiliki pola defekasi berbeda-beda yang di pengaruhi oleh beberapa faktor seperti asupan serat dalam makanan yang dikonsumsi setiap harinya. Defekasi adalah proses keluarnya feses dari rektum, yaitu bahan yang tidak digunakan lagi oleh tubuh. (Mauliza, Zara and Putri, 2021). Serat makanan begitu penting bagi kesehatan tubuh. Namun, pengetahuan tentang pentingnya mengkonsumsi serat masih rendah dikalangan masyarakat. Masyarakat sering mengabaikan serat dalam unsur makanan yang dikonsumsi setiap hari (Desfirina, 2017).

Konstipasi adalah kondisi yang ditandai dengan perubahan bentuk tinja menjadi keras, ukurannya besar, dan sulit Buang Air Besar (BAB). Konstipasi sering ditemukan dikalangan masyarakat pada usia anak-anak, remaja dan lansia. (Jannah, Mustika and Puruhito, 2017). Konstipasi dibagi menjadi konstipasi primer dan konstipasi sekunder. Konstipasi primer merupakan konstipasi fungsional akibat kurang konsumsi makanan berserat dan *sedentary lifestyle*. Konstipasi sekunder disebabkan oleh suatu keadaan tertentu seperti faktor penyakit diabetes melitus, hipotiroid, gangguan neurogenic, dan konsumsi obat-obatan tertentu (Maryoo, 2019).

Konstipasi umumnya dapat disebabkan oleh kurangnya asupan makanankaya serat, kurangnya asupan cairan, atau kurangnya aktivitas fisik. Hal ini menyebabkan kurangnya motilitas usus, yang menyebabkan feses menumpuk dan mengeras, dan menahannya di rektum. Gejala klinis pada pasien dengan konstipasi seperti: kesulitan Buang Air Besar (BAB), kembung pada perut, dan perasaan tidak

tuntas setelah BAB. Hemoroid, hipertensi arteri, impaksi tinja, dan megakolon dapat terjadi jika gejala klinis dari konstipasi tidak segera ditangani (Octaviani, 2014).

Konstipasi dapat dikaitkan dengan kanker melalui beberapa mekanisme. Burkitt et al berhipotesis pada tahun 1971 bahwa penurunan motilitas usus dapat meningkatkan risiko kanker kolorektal jangka panjang karena peningkatan waktu transit feses dalam kolon. Hal ini akan menyebabkan durasi kontak yang lama antara mukosa kolon dan karsinogen dalam tinja, dimana hal ini yang akan menyebabkan bertumbuhnya sel-sel kanker (Sundbøll et al, 2019).

Penelitian di Indonesia menunjukkan angka kejadian konstipasi sebesar 68,5% pada usia remaja di SMA Kesatrian 1 Semarang. Konstipasi dapat diperparah oleh sejumlah faktor, termasuk kurangnya asupan serat dan cairan, aktivitas fisik yang rendah, dan pengetahuan gizi yang rendah (Thea, Sudiarti and Djokosujono, 2020). Di Indonesia prevalensi konstipasi pada kelompok lanjut usia sebesar 3,8% untuk lansia usia 60–69 tahun dan 6,3% untuk lansia diatas usia 70 tahun (Kemenkes RI, 2013). Penelitian di Denpasar Bali menunjukkan angka prevalensi konstipasi pada anak berusia 4-6 tahun sebesar 15,1% (Eva, 2015).

Tingkat pengetahuan tentang makanan berserat sangat berpengaruh dengan kejadian konstipasi, dalam hasil penelitian oleh Abyan et al., (2021) dilakukan kepada 178 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati Bandar Lampung didapatkan hasil 48,9% mengalami konstipasi.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, konstipasi merupakan indikator kualitas hidup yang penting bagi masyarakat, khususnya mahasiswa. Pengetahuan dan kesadaran akan pentingnya konsumsi serat merupakan salah satu indikator penting dalam menurunkan angka kejadian konstipasi. Oleh karena itu penulis

tertarik untuk meneliti korelasi tingkat pengetahuan mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surabaya tentang pentingnya mengkonsumsi serat dengan angka kejadian konstipasi.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimana korelasi tingkat pengetahuan mahasiswa sarjana Universitas Muhammadiyah Surabaya tentang pentingnya serat dengan angka kejadian konstipasi?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui korelasi tingkat pengetahuan mahasiswa sarjana Universitas Muhammadiyah Surabaya tentang pentingnya serat dengan angka kejadian konstipasi.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- 1.3.2.1 Untuk mengetahui gambaran karakteristik responden dengan tingkat pengetahuan konsumsi serat baik, sedang, dan rendah
- 1.3.2.2 Untuk mengetahui angka kejadian konstipasi mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surabaya
- 1.3.2.3 Untuk mengetahui korelasi tingkat pengetahuan tentang pentingnya serat dengan angka kejadian konstipasi pada mahasiswa sarjana Universitas Muhammadiyah Surabaya

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Bagi Masyarakat**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi kepada masyarakat tentang pentingnya pengetahuan terkait konsumsi serat untuk mencegah konstipasi.

### **1.4.2 Bagi Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surabaya**

Penelitian ini juga diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surabaya mengenai pentingnya mengkonsumsi serat untuk mencegah konstipasi.

### **1.4.3 Bagi Penulis**

Penelitian ini juga bermanfaat bagi peneliti untuk meningkatkan kemampuan dibidang edukasi kepada masyarakat tentang pentingnya serat bagi kesehatan dan bahaya konstipasi setelah penulis selesai menempu pendidikan kedokteran.

