

ABSTRAK

Medina Marsya (01071180098)

TINGKAT PENGETAHUAN MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS PELITA HARAPAN (UPH) TAHUN KETIGA TENTANG PENTINGNYA SERAT UNTUK MENCEGAH KONSTIPASI

Latar Belakang: Pola defekasi setiap Individu dipengaruhi oleh asupan serat makanan. Tidak terpenuhinya kebutuhan serat harian dapat menimbulkan gangguan pencernaan yaitu konstipasi. Penelitian oleh A. Wald (2010) menyatakan salah satu faktor yang mempengaruhi angka kejadian konstipasi yaitu tingkat pendidikan. Tingkat Pendidikan dapat mempengaruhi secara langsung tingkat pengetahuan Individu mengenai pola makan dan jenis makanan yang dikonsumsi. Tingkat pengetahuan yang kurang dan perilaku makan yang kurang baik dapat menyebabkan Mahasiswa mengadopsi kebiasaan mengonsumsi makanan dengan kandungan gizi buruk. Penelitian yang mengkaji mengenai tingkat pengetahuan tentang pentingnya serat untuk mencegah konstipasi pada Mahasiswa di Indonesia masih sangat terbatas.

Tujuan Penelitian: Penelitian ini ingin mengetahui Tingkat Pengetahuan Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan Tahun Ketiga tentang Pentingnya Serat untuk Mencegah Konstipasi dan mengetahui seberapa besar pengetahuan Mahasiswa mengenai pengertian serat, klasifikasi serat, jenis serat, manfaat serat, *DRI* serat, definisi konstipasi, dan penyebab konstipasi.

Metodologi Penelitian: Penelitian ini menggunakan metode studi potong lintang (*cross-sectional*) yang dilakukan pada 50 Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan Tahun Ketiga yang memenuhi kriteria penelitian. Populasi sampel diambil dengan metode *simple random sampling*. Data diperoleh dengan meminta subjek penelitian untuk mengisi kuesioner Tingkat Pengetahuan Mahasiswa yang sudah tervaliasi di Indonesia beserta data pribadi mengenai status demografik responden. Data diolah menggunakan IBM SPSS versi 23.0. Uji statistik untuk analisis skor hasil kuesioner dilakukan secara deskriptif untuk menghasilkan distribusi frekuensi beserta persentase, nilai rata-rata, standar deviasi, median, dan modus.

Hasil Penelitian: Hasil analisis statistik secara deskriptif numerik terhadap Total Skor Kuesioner Tingkat Pengetahuan Mahasiswa per Individu secara keseluruhan didapatkan nilai rata-rata total skor sebesar 15.86, median sebesar 16, modus sebesar 16, nilai minimal sebesar 12 dan maksimal sebesar 20 dengan standar deviasi 2.129. Terdapat sebanyak 4 (8%) Mahasiswa dengan total skor 12 dan sebanyak 1 (2%) Mahasiswa dengan total skor 20. Berdasarkan hasil analisis deskriptif kategorik terhadap total skor, didapati bahwa Distribusi Responden menurut Tingkat Pengetahuan adalah sebesar 36% (18 Mahasiswa) memiliki Tingkat Pengetahuan Baik dan sebesar 64% (32 Mahasiswa) memiliki Tingkat Pengetahuan Sedang.

Kesimpulan: Mayoritas responden yaitu sebesar 64% (32 Mahasiswa) memiliki Tingkat Pengetahuan Sedang mengenai pentingnya serat untuk mencegah konstipasi.

Kata Kunci: Serat Makanan, Konstipasi, Tingkat Pengetahuan, Mahasiswa.

ABSTRACT

Medina Marsya (01071180098)

KNOWLEDGE LEVEL OF FACULTY OF MEDICINE STUDENT OF PELITA HARAPAN UNIVERSITY (UPH) THIRD YEAR ABOUT THE IMPORTANCE OF FIBER TO PREVENT CONSTIPATION

Background: Each individual's defecation pattern is influenced by dietary fiber intake. Not meeting the daily fiber needs can cause digestive disorders, namely constipation. Research by A. Wald (2010) states that one of the factors that influence the incidence of constipation is the level of education. Education level can directly affect the individual's level of knowledge about diet and the type of food consumed. Lack of knowledge and poor eating behaviour can cause student to adopt the habit of consuming foods with poor nutritional content. Research that examines the level of knowledge about the importance of fiber to prevent constipation in student in Indonesia is still very limited.

Objective of Research: This study will gather the knowledge level of students of the Faculty of Medicine, Pelita Harapan University Third Year about the importance of fiber to prevent constipation and find out how much knowledge students have about the meaning of fiber, fiber classification, fiber types, benefits of fiber, fiber DRI, definition of constipation, and causes of constipation.

Methodology of Research: This study used a cross-sectional study method which was conducted on 50 students of the Faculty of Medicine, Universitas Pelita Harapan Third Year who met the research criteria. The sample population was taken by simple random sampling method. Data was obtained by asking research subjects to fill out a Student Knowledge Level questionnaire that has been validated in Indonesia along with personal data regarding the demographic status of the respondents. The data was processed using IBM SPSS version 23.0. Statistical tests for the analysis of the questionnaire results were carried out descriptively to produce the frequency distribution along with the percentage, mean value, standard deviation, median, and mode.

Research Result: The overall results of statistical descriptive numerical analysis on the Total Student Knowledge Level Questionnaire Score per Individual obtained the average total score of 15.86, the median of 16, the mode of 16, the minimum value of 12 and the maximum of 20 with a standard deviation of 2,129. There were 4 (8%) students with a total score of 12 and 1 (2%) students with a total score of 20. Based on the results of categorical descriptive analysis of the total score, it was found that the distribution of respondents according to the level of knowledge was 36% (18 students) having Good Knowledge Level and 64% (32 students) have Medium Knowledge Level

Conclusion: The majority of respondents is 64% (32 students) that have a moderate level of knowledge about the importance of fiber to prevent constipation.

Keyword: Dietary Fiber, Constipation, Knowledge Level, Students.