

Prevalensi Konstipasi dan Hubungannya dengan Beberapa Faktor Risiko pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung Tahun Akademik 2015-2016

The Prevalence of Constipation and Relationship with Several Risk Factors in Students of Faculty of Medicine Bandung Islamic University Year 2015-2016

¹Fatina Amira Nafisa, ²Fajar Awalia Yulianto, ³Eka Hendryanny

¹Prodi Sarjana Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Bandung

²Bagian Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Bandung

³Bagian Fisiologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Bandung

Jl. Tamansari No.1 Bandung 40116

email: ¹fatinaamiranafisa@gmail.com, ²awaliayulianto@gmail.com, ³eka_hendryanny@yahoo.com

Abstract. Constipation is one of most common gastrointestinal disorder. Low fiber intake, inadequate hydration, reduced mobility, psychological comorbidities, presecution, concurrent medications, and pelvic floor dysfunction are risk factors of constipation. Prevalence of constipation in Indonesia is unknown. Determining the prevalence of constipation in Indonesia, especially in West Java, is expected to be used in efforts to prevent the occurrence of constipation. The purpose of this research is to determine the prevalence of constipation in students of the Faculty of Medicine at the Islamic University of Bandung (Unisba) and to determine the relationship of several risk factors to constipation. This research is descriptive - analytic. The subjects are some students of the Faculty of Medicine of the academic year 2015-2016 grade 1-4 which selected by simple random sampling as many as 92 students. The research instrument is a questionnaire of risk factors of constipation and constipation scoring system that has been validated. Statistical analysis was performed using chi-square test, calculated using SPSS 22.0. The results showed that as many as 79 (85.87%) samples have constipation. Risk factors such as low fiber intake, inadequate hydration, reduced mobility, psychological comorbidities, concurrent medications, and pelvic floor dysfunction showed no significant ($P > 0.005$) which showed no association between the risk factor against constipation. Based on multivariate analysis showed the more a person consumes foods containing fiber, the risk of the occurrence of constipation will decrease.

Keywords: Constipation, Risk Factor

Abstrak. Konstipasi merupakan salah satu gangguan sistem pencernaan yang sering terjadi. Asupan serat, hidrasi yang tidak adekuat, mobilitas, gangguan psikologi, penganiayaan, mengkonsumsi obat-obatan jangka panjang, dan disfungsi dinding pelvis merupakan faktor risiko terjadinya konstipasi. Prevalensi konstipasi di Indonesia masih belum diketahui secara pasti. Dengan mengetahui prevalensi konstipasi di Indonesia terutama di Jawa Barat diharapkan dapat dipergunakan dalam upaya pencegahan terhadap terjadinya konstipasi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui prevalensi konstipasi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran di Universitas Islam Bandung (Unisba) dan untuk mengetahui hubungan beberapa faktor risiko dengan konstipasi. Penelitian ini bersifat deskriptif – analitik. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Kedokteran tahun akademik 2015-2016 tingkat 1-4 yang sudah dipilih secara simple random sampling yaitu sebanyak 92 mahasiswa. Instrumen penelitian adalah kuesioner faktor risiko konstipasi dan *constipation scoring system* yang sudah divalidasi. Analisis statistik dilakukan dengan menggunakan uji chi-square, dihitung menggunakan SPSS 22.0. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 79 (85.87%) sampel mengalami konstipasi. Faktor risiko asupan serat, hidrasi yang tidak adekuat, mobilitas, gangguan psikologi, mengkonsumsi obat-obatan jangka panjang, dan disfungsi dinding pelvis didapatkan hasil yang tidak signifikan ($P > 0.005$) yang menunjukkan tidak adanya hubungan antara faktor risiko tersebut terhadap konstipasi. Berdasarkan hasil analisis multivariat menunjukkan semakin banyak seseorang mengkonsumsi makanan yang mengandung serat, risiko terjadinya konstipasi akan semakin menurun.

Kata Kunci: Konstipasi, Faktor Risiko

A. Pendahuluan

Kesehatan merupakan hal yang sangat penting bagi kehidupan manusia. Seluruh fungsi tubuh yang berada dalam keadaan sehat akan berjalan dengan baik, termasuk fungsi pencernaan. Sistem pencernaan yang terganggu akan menyebabkan perubahan pada proses defekasi, salah satunya adalah konstipasi. Konstipasi merupakan gejala kesulitan, jarang, dan tidak tuntas pada saat proses defekasi (Longo,2012). Angka kejadian konstipasi di Indonesia belum diketahui secara pasti. Penelitian mengenai konstipasi pernah dilakukan di wilayah Jakarta, dengan angka kejadian konstipasi pada wanita yang bekerja sebanyak 47.6% - 63.8% (Bardosono,2011).

Konstipasi dapat terjadi karena faktor risiko yang mempengaruhi defekasi, yaitu meliputi rendahnya asupan serat, hidrasi tidak adekuat, penurunan mobilitas, gangguan psikologikal seperti stres dan penganiayaan, konsumsi obat-obatan, dan penurunan rasa ingin buang air besar (Leung,2011). Studi mengungkapkan bahwa mahasiswa kedokteran menghadapi berbagai jenis stress karena mengalami kesulitan pribadi dengan tingkat yang relatif tinggi, dan mengalami konsekuensi yang dapat merugikan pada kinerja akademik, kompetensi, profesionalisme, maupun kesehatan (Eva, 2015). Faktor risiko ini dapat dapat memicu terjadinya konstipasi.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka perumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Berapakah mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung yang mengalami konstipasi?
2. Apakah terdapat hubungan antara beberapa faktor risiko dengan konstipasi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung?
3. Apakah terdapat pengaruh antara beberapa faktor risiko secara bersamaan terhadap terjadinya konstipasi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung?

Selanjutnya, tujuan dalam penelitian ini diuraikan dalam pokok-pokok sebagai berikut:

1. Mengetahui banyaknya mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung yang mengalami konstipasi.
2. Menganalisis faktor risiko yang dapat menyebabkan konstipasi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung.
3. Menganalisis adanya pengaruh beberapa faktor risiko secara bersamaan terhadap terjadinya konstipasi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung.

B. Landasan Teori

Konstipasi merupakan salah satu gangguan defekasi normal pada sistem pencernaan yang dikarakteristikan dengan adanya satu atau lebih gejala, seperti feses yang keras atau padat, frekuensi buang air besar kurang dari tiga kali per minggu, dan perasaan tidak puas setelah defekasi (Lembo,2003). Faktor risiko konstipasi terdiri dari rendahnya asupan serat, hidrasi tidak adekuat, penurunan mobilitas, gangguan psikologikal seperti stres dan penganiayaan, konsumsi obat-obatan, dan penurunan rasa ingin buang air besar (Leung,2011).

Diagnosis konstipasi dapat ditegakkan bila memenuhi kriteria *Rome III* (Lindberg,2010). Kriteria diagnosis tersebut terdiri dari kriteria general dan kriteria spesifik, yaitu:

Kriteria general

1. Adanya paling sedikit 3 bulan selama satu periode 6 bulan
2. Terdapat kriteria spesifik setidaknya satu dari empat kali defekasi
3. Tidak cukupnya kriteria untuk *inflammatory bowel syndrome*
4. Tidak ada tinja atau jaranganya pengeluaran tinja
Kriteria spesifik: terdapat dua atau lebih gejala
 1. Mengejan
 2. Tinja yang menggumpal atau keras
 3. Perasaan tidak selesai setelah defekasi
 4. Sensasi obstruksi atau tersumbat pada anorektal
 5. Mengaplikasikan maneuver digital atau pengeluaran secara manual untuk memfasilitasi defekasi
6. Frekuensi defekasi < 3 kali perminggu

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Prevalensi Konstipasi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Unisba

Data pada penelitian ini diperoleh dengan menyebarkan kuesioner yang telah diuji validitas dan reliabilitas kepada 92 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung (Unisba) tahun akademik 2015-2016 sesuai dengan kriteria inklusi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 92 mahasiswa, terdapat 79 mahasiswa (85.87%) mengalami konstipasi dan 13 mahasiswa (14.13%) tidak mengalami konstipasi.

Faktor Risiko Asupan Serat yang Menyebabkan Konstipasi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Unisba

Asupan Serat	Tidak n	Konstipasi		Total	
		%	Ya n		%
Tidak	3	6.98	40	93.02	43
Ya	10	20.41	39	79.59	49

Tabel tersebut menunjukkan mahasiswa yang mengkonsumsi makanan yang mengandung serat setiap hari lebih banyak dibandingkan dengan yang tidak mengkonsumsi makanan mengandung serat. Pada tabel tersebut menunjukkan mahasiswa yang mengalami konstipasi baik yang mengkonsumsi serat maupun yang tidak mengkonsumsi serat hampir sama jumlahnya. Mahasiswa yang tidak mengkonsumsi makanan mengandung serat lebih banyak mengalami konstipasi (93.02%) dibandingkan dengan mahasiswa yang mengkonsumsi makanan mengandung serat.

Faktor Risiko Hidrasi Tidak Adekuat yang Menyebabkan Konstipasi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Unisba

Hidrasi tidak adekuat	Tidak n	Konstipasi		Total	
		%	Ya n		%
Tidak	6	13.95	37	86.05	43
Ya	7	14.29	42	85.71	49

Mahasiswa yang mengkonsumsi cairan kurang dari delapan gelas perhari lebih banyak dibandingkan dengan mahasiswa yang mengkonsumsi cairan tidak kurang dari delapan gelas perhari, sesuai dengan hasil penelitian pada tabel tersebut. Pada tabel tersebut menunjukkan konstipasi lebih banyak terjadi pada mahasiswa yang mengkonsumsi cairan kurang dari 8 gelas perhari. Pada kedua kelompok mahasiswa, baik yang mengkonsumsi cairan kurang dari 8 gelas perhari maupun lebih dari 8 gelas perhari, persentase terjadinya konstipasi hampir sama.

Faktor Risiko Mobilitas Rendah yang Menyebabkan Konstipasi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Unisba

Mobilitas Rendah	Konstipasi				Total
	Tidak	Ya			
	n	%	n		
Tidak	2	10.53	17	89.47	19
Ya	11	15.07	62	84.93	73

Pada tabel tersebut menunjukkan mahasiswa yang pada kegiatan sehari-harinya sering duduk lebih lama dibandingkan dengan berjalan atau mengangkat beban berat lebih banyak dibandingkan dengan yang tidak. Tabel tersebut menunjukkan konstipasi lebih banyak terjadi pada mahasiswa dengan mobilitas rendah. Pada kedua kelompok mahasiswa, baik mahasiswa dengan mobilitas rendah maupun mobilitas tinggi, persentase terjadinya konstipasi hampir sama.

Faktor Risiko Gangguan Psikologi yang Menyebabkan Konstipasi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Unisba

Gangguan Psikologi	Konstipasi				Total
	Tidak	Ya			
	N	%	n		
Tidak	10	15.63	54	84.38	64
Ya	3	10.71	25	89.29	28

Hasil penelitian pada tabel tersebut menunjukkan mahasiswa yang mengalami gangguan psikologi lebih sedikit dibandingkan dengan yang tidak mengalami gangguan psikologi. Tabel tersebut menunjukkan konstipasi lebih banyak terjadi pada mahasiswa yang tidak mengalami gangguan psikologi. Persentase konstipasi pada mahasiswa yang mengalami gangguan psikologi hampir sama banyaknya dengan mahasiswa yang tidak mengalami gangguan psikologi.

Faktor Risiko Riwayat Penganiayaan yang Menyebabkan Konstipasi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Unisba

Riwayat Penganiayaan	Konstipasi				Total
	Tidak	Ya			
	n	%	n		
Tidak	12	13.33	78	86.67	90
Ya	1	50	1	50	2

Sesuai dengan hasil penelitian pada tabel ini, sebagian besar mahasiswa tidak memiliki riwayat penganiayaan mengalami konstipasi. Terjadinya konstipasi pada mahasiswa yang tidak memiliki riwayat penganiayaan cukup besar (86.67%).

Faktor Risiko Konsumsi Obat yang Menyebabkan Konstipasi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Unisba

Konsumsi Obat	Konstipasi				Total
	Tidak	Ya			
	n	%	n	%	
Tidak	13	14.77	75	85.23	88
Ya	0	0	4	100	4

Sebagian besar mahasiswa tidak mengkonsumsi obat-obatan setiap hari mengalami konstipasi. Semua mahasiswa yang mengkonsumsi obat-obatan setiap hari mengalami konstipasi, namun mahasiswa yang tidak mengkonsumsi obat-obatan cukup banyak mengalami konstipasi.

Faktor Risiko Penurunan Rasa Buang Air Besar yang Mengakibatkan Konstipasi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Unisba

Penurunan Rasa BAB	Konstipasi				Total
	Tidak	Ya			
	n	%	n	%	
Tidak	13	18.31	58	81.69	71
Ya	0	2.38	20	100	20

Hasil penelitian pada tabel tersebut, mahasiswa yang tidak memiliki pengurangan rasa ingin buang air besar (BAB) lebih banyak dibandingkan dengan mahasiswa yang memiliki pengurangan rasa ingin BAB. Terdapat satu orang mahasiswa yang tidak menjawab pertanyaan. Seluruh mahasiswa yang mengalami penurunan rasa ingin BAB mengalami konstipasi, sedangkan mahasiswa yang tidak mengalami penurunan rasa ingin BAB memiliki persentase konstipasi yang cukup besar.

Hubungan Konstipasi dengan Faktor Risiko pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Unisba

No	Faktor Risiko	P value
1	Asupan Serat	0.08
2	Hidrasi Tidak Adekuat	0.96
3	Mobilitas	1
4	Gangguan Psikologi	0.75
5	Penganiayaan	0.26
6	Konsumsi Obat-obatan	1
7	Penurunan Rasa BAB	0.06

Hasil analisis bivariat tersebut dilakukan menggunakan metode pearson chisquare dengan menggunakan aplikasi SPSS 22.0. Pada perhitungan ini menghasilkan nilai p-value atau taraf kepercayaan yang dibandingkan dengan derajat atau taraf kesalahan =5% (0.05). Apabila p-value > menunjukkan hasil yang tidak signifikan, dan bila P-value < menunjukkan hasil yang signifikan. Dari hasil perbandingan dalam analisis data, tidak terdapat faktor risiko yang memiliki nilai p-value < sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara faktor risiko asupan serat, hidrasi tidak adekuat, mobilitas, gangguan psikologi, penganiayaan, konsumsi obat, dan penurunan rasa buang air besar dengan konstipasi.

Analisis Multivariat

Variabel	Koef	P (z)	P model	Pseudo R ²
Asupan Serat	-1.23	0.07	0.06	0.05
Konstipasi	2.59	0.00		

Analisis multivariat ini dilakukan dengan menggunakan metode regresi logistik. Pada model akhir penelitian ini, faktor risiko asupan serat dapat meramalkan terjadinya konstipasi. Hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa semakin banyak seseorang mengkonsumsi makanan yang mengandung serat, risiko terjadinya konstipasi akan semakin menurun.

Makanan mengandung serat dapat membantu penyimpanan cairan di kolon sehingga menghasilkan feses yang lebih lembab dan membantu proses pengosongan feses lebih mudah (Ho,2012)

D. Kesimpulan

Berdasarkan data yang diperoleh pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa:

1. Pada hasil penelitian, mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung (Unisba) yang menjadi responden dan memiliki gejala konstipasi adalah sebanyak 85.87% atau 79 orang.
2. Tidak terdapat hubungan antara faktor risiko asupan serat, hidrasi tidak adekuat, mobilitas rendah, gangguan psikologi, riwayat penganiayaan, konsumsi obat-obatan, dan penurunan rasa buang air besar dengan konstipasi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung.
3. Tidak terdapat pengaruh antara beberapa faktor risiko secara bersamaan terhadap terjadinya konstipasi, hanya faktor risiko asupan serat yang mempengaruhi terjadinya konstipasi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung.

E. Saran

Dari hasil penelitian, maka dianjurkan saran-saran sebagai berikut:

1. Penelitian lanjutan dapat dilakukan untuk meneliti faktor lain yang dapat menimbulkan terjadinya konstipasi.
2. Penelitian serupa dapat dilakukan dengan membandingkan tingkat stres antara mahasiswa fakultas kedokteran dengan mahasiswa fakultas lain sehingga dapat terlihat pengaruh gangguan psikologi pada mahasiswa fakultas kedokteran ataupun pada fakultas lain terhadap konstipasi.
3. Penelitian serupa dapat dilengkapi dengan dilakukannya pemeriksaan lanjutan pada faktor risiko yang membutuhkan pemeriksaan penunjang agar penelitian tersebut lebih akurat.

Daftar Pustaka

- Bardosono S, Sunardi D. Functional constipation and its related factors among female workers. *Maj Kedokt Indon*. 2011 Maret; 61(3): 126–9.
- Eva, E. O. *et al*. Prevalence of stress among medical students: a comparative study between public and private medical schools in Bangladesh. *BMC Res. Notes*. 2015 Juli; 8: 327.
- Ho, K., Tan, C. Y. M., Daud, M. A. M., Seow-Choen, F. Stopping or reducing dietary fiber intake reduces constipation and its associated symptoms. 2012 September; 18(33):4593–6.
- Lembo A, Camilleri M. Chronic constipation. *N. Engl. J. Med*. 2003; 349: 1360–8.
- Leung L, Riutta T, Kotecha J, Rosser W. Chronic constipation: an evidence-based review. *J. Am. Board Fam. Med*. 2011 Agustus; 24(4): 436–51.
- Lindberg G, Hamid S, Malferttheiner P, Thomsen O, Fernandez LB, Garisch J. *et al*. Constipation : a global perspective. *World Gastroenterology Organization Global Guidelines*. 2010 November: 6–13.
- Longo DL, Fauci AS, Kasper DL, Hauser SL, Jameson JL, Loscalzo J. Diarrhea and constipation. In: Camilleri M, Murray JA. *Harrison's principles of internal medicine*. Edisi ke-18. USA: McGraw-Hill; 2012. hlm. 317–9.