

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat dan hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah yang berjudul “Hubungan Konsumsi Makanan Berserat Dengan Pola Buang Air Besar Pada Remaja Di SMK Tri Guna Bhakti Surabaya” sesuai dengan waktu yang telah ditentukan.

Karya tulis ilmiah ini saya susun sebagai persyaratan untuk menyusun karya tulis ilmiah yang bertujuan untuk memperoleh gelar D III Keperawatan di Politeknik Kementerian Kesehatan Surabaya.

Bersama dengan ini perkenankan saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya dengan tulus ikhlas kepada :

1. Drg. Bambang Hadi Sugito, M. Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Surabaya.
2. Dr. Supriyanto, SKp, M. Kes, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Surabaya.
3. Dr. Siti Nur Kholifah, M. Kep, Sp. Kom, selaku ketua Program Studi D III Keperawatan Kampus Sutopo Poltekkes Kemenkes Surabaya.
4. Intim Cahyono, S.Kep.Ns.M.Kes, selaku dosen pembimbing I, yang telah banyak memberikan bimbingan, saran, petunjuk serta dukungan moril selama penyusunan karya tulis ilmiah ini.
5. Nikmatul Fadilah, S.Kep.Ns.M.Kep, selaku dosen pmbimbing II yang telah memberikan saran serta petunjuk dalam penulisa karya tulis ilmiah ini.
6. Bambang Heriyanto, S.Kep.Ns.M.Kes, selaku penguji utama karya tulis ilmiah yang telah banyak memberikan saran dan masukan.

7. Bapak saya Sumaji dan Ibu saya Lilik yang telah mendoakan, mendidik serta membesarkan saya hingga ke jenjang perkuliahan.
8. Teman-teman angkatan penulis Prodi D III Keperawatan Kampus Sutopo yang telah menjadi teman terbaik saya dan telah membantu dalam penulisan karya tulis ilmiah.
9. Semua pihak telah memberikan dukungan moril serta materiil demi terselesaikannya penulisan karya tulis ilmiah.
10. Remaja di SMK Triguna Bhakti Surabaya, yang berperan sebagai responden, telah membantu peneliti dalam memberikan jawaban pada kuesioner dalam penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari sempurna oleh karena itu saran dan kritik yang membangun senantiasa penulis harapkan. Semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat dan berguna bagi penulis dan para pembaca.

Surabaya, Mei 2019

Penulis

## DAFTAR ISI

Judul .....	i
Lembar persetujuan .....	.ii
Lembar pengesahan .....	iii
Kata Pengantar .....	iv
Daftar Isi .....	vi
Daftar Tabel .....	viii
Daftar Gambar .....	ix
Daftar Lampiran .....	x
<b>BAB I : PENDAHULUAN</b>	
1 Latar Belakang .....	1
2 Rumusan Masalah .....	3
3 Tujuan Penelitian .....	3
1. Tujuan Umum .....	3
2. Tujuan Khusus .....	3
4 Manfaat Penelitian .....	3
1. Bagi Responden.....	3
2. Bagi Peneliti.....	3
3. Bagi Institusi Pendidikan.....	4
<b>BAB II : TINJAUAN PUSTAKA</b>	
1. Landasan Teori Serat	
A. Definisi Serat.....	5
B. Penggolongan Serat.....	6
C. Komposisi Kimia Serat.....	6
D. Manfaat Serat.....	7
E. Sumber Serat.....	11
F. Angka Kebutuhan Serat.....	11
2. Landasan Teori Pola Buang Air Besar	
A. Definisi Pola.....	12
B. Definisi Buang Air Besar.....	12
C. Fisiologi Buang Air Besar.....	12
D. Proses Buang Air Besar..	13
E. Pengertian Konstipasi. ....	14
F. Faktor Penyebab Konstipasi .....	14
G. Ciri-Ciri Konstipasi.....	15
H. Patofisiologi.....	16
I. Cara Mengurangi Resiko Konstipasi .....	17
J. Akibat Konstipasi.....	17
K. Pemeriksaan.....	18
L. Terapi.....	19
M. Patofisiologi Hubungan Serat dengan Pola Bab.....	19
3. Kerangka Konseptual .....	20
4. Hipotesis Penelitian .....	21

### BAB III : METODE PENELITIAN

A. Desain penelitian .....	22
B. Populasi Sampel dan Teknik Sampling .....	23
A. Identifikasi Variabel Penelitian	
1. Variabel Independen.....	25
2. Variabel Dependen.....	25
B. Definisi Operasional .....	26
C. Prosedur pengumpulan data .....	27
D. Teknik dan Alat Pengumpulan Data	
1. Teknik Pengumpulan Data.....	27
2. Instrumen Pengumpulan Data.....	38
E. Pengolahan Data	
1. Pengkajian Data.....	29
2. Pemberian Kode ( <i>Coding</i> ).....	29
3. Penilaian.....	29
4. Tabulating.....	30
F. Analisa Data... ..	30
G. Etika Penelitian.....	31
H. Tempat dan Waktu Penelitian .....	32
I. Jadwal Kegiatan Penelitian.....	32

### BAB IV : HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Lokasi Penelitian.....	33
B. Hasil Penelitian.....	34
1. Data Umum.....	34
2. Data Khusus.....	35
3. Tabulasi Silang.....	36
4. Hasil Uji Statistik.....	37

### BAB V : PEMBAHASAN

A. Konsumsi Makanan Berserat.....	38
B. Pola Buang Air Besar.....	39
C. Hubungan Konsumsi Makanan Berserat dengan Pola BAB.....	41

### BAB VI : KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	43
B. Saran.....	43

DAFTAR PUSTAKA .....	44
LAMPIRAN	

## DAFTAR BAGAN

	Halaman
Tabel 2.1 Kerangka Konsep Penelitian Hubungan Konsumsi Makanan Berserat Dengan Pola Buang Air Besar Pada Remaja Di SMK Tri Guna Bhakti Surabaya.....	20

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Definisi Operasional Hubungan Konsumsi Makanan Berserat Dengan Pola Buang Air Besar Pada Remaja Di SMK Tri Guna Bhakti Surabaya.....	26

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.2 Blue Print Kuisisioner Hubungan Konsumsi Makanan Berserat dengan Pola Buang air Besar Pada Remaja Di SMK Triguna Bhakti Surabaya.....	28

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 : Lembar Permohonan Menjadi Respdnen .....	47
Lampiran 2 : Lembar Persetujuan Menjadi Responden .....	48
Lampiran 3 : Kuisisioner .....	49
Lampiran 4 : Surat Permohonan Ijin Penelitian Kampus.....	51
Lampiran 5: Surat Balasan dari SMK Triguna Bhakti Surabaya.....	52
Lampiran 6: Tabulasi Data.....	53
Lampiran 7: Hasil Uji Statistik.....	57
Lampiran 8: Lembar Konsul.....	58