

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG SERAT MAKANAN  
DENGAN TINGKAT KONSUMSI SERAT PADA SISWA SMAN 10 PADANG



Skripsi

Diajukan ke Fakultas Kedokteran Universitas Andalas sebagai  
Pemenuhan Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan  
Gelar Sarjana Kedokteran

Oleh

MUHAMMAD SYUKRA

No. BP. 1310311016

Nama Pembimbing:

1. Dr. dr. Masrul, MSc, SpGK
2. dr. Yulistini, M.Med.Ed

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG

2018

# Relationship Between Dietary Fiber Knowledge Level and Consumption in SMAN 10 Padang Students'

By :

Muhammad Syukra

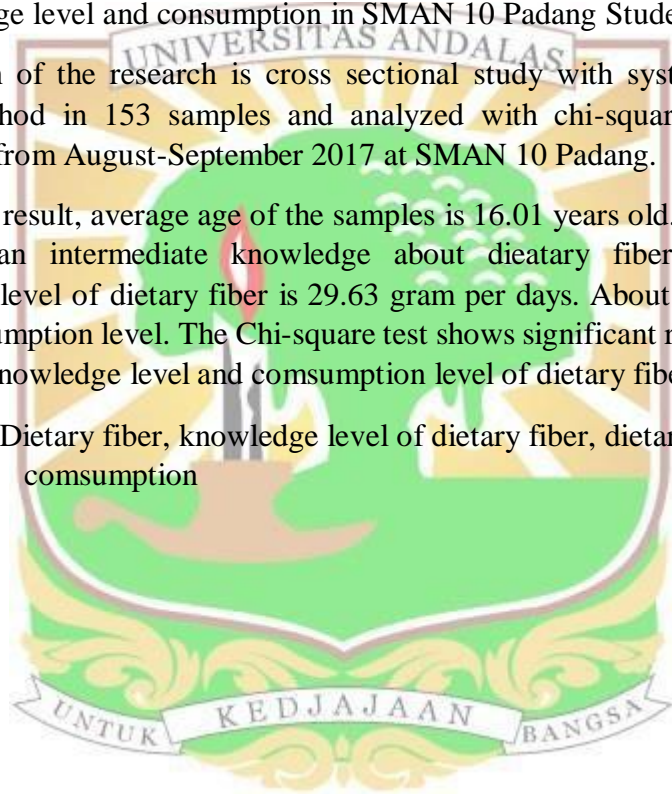
## ABSTRACT

Dietary Fiber is important nutrient for digestion system and digestive disease prevention. In Indonesia, less knowledge about dietary fiber is related with lower consumption level and higher digestive disease such as constipation up to neoplasm. The purpose of this research is to find out the relation between dietary fiber knowledge level and consumption in SMAN 10 Padang Students.

Design of the research is cross sectional study with systematic random sampling method in 153 samples and analyzed with chi-square method. The research held from August-September 2017 at SMAN 10 Padang.

As the result, average age of the samples is 16.01 years old. More than half student has an intermediate knowledge about dietary fiber. The average consumption level of dietary fiber is 29.63 gram per days. About 47.7% students has low consumption level. The Chi-square test shows significant relation between dietary fiber knowledge level and consumption level of dietary fiber ( $p=0.001$ )

**Key Words :** Dietary fiber, knowledge level of dietary fiber, dietary fiber consumption



# Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Serat Makanan Dengan Tingkat Konsumsi Serat Pada Siswa SMAN 10 Padang

Oleh :

Muhammad Syukra

## ABSTRAK

Serat merupakan zat gizi yang penting bagi sistem pencernaan sekaligus pencegah berbagai macam penyakit pencernaan. Di Indonesia, rendahnya pengetahuan mengenai serat, berhubungan dengan rendahnya tingkat konsumsi per hari masyarakat dan tingginya penyakit-penyakit sistem pencernaan seperti konstipasi sampai dengan keganasan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan tentang serat makanan dengan tingkat konsumsi serat pada siswa SMAN 10 Padang.

Desain penelitian berupa *cross sectional study* dengan metode *systematic random sampling* dengan sampel penelitian sejumlah 153 orang dan dianalisis menggunakan metode *chi-square*. Penelitian ini dilaksanakan di SMAN 10 Padang dari bulan Agustus-September 2017.

Hasil penelitian didapatkan umur rerata siswa adalah 16.01 tahun. Lebih dari setengah siswa memiliki pengetahuan yang sedang tentang serat makanan. Rata-rata konsumsi serat siswa adalah 29.63 gram per hari. Sebanyak 47.7% siswa memiliki konsumsi serat yang kurang. Berdasarkan uji statistik *chi square* didapatkan hubungan bermakna antara tingkat pengetahuan tentang serat makanan dengan tingkat konsumsi serat ( $p=0.001$ ).

**Kata kunci:** Serat Makanan, tingkat pengetahuan tentang serat makanan, konsumsi serat.