

**HUBUNGAN TINGKAT AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN KONSTIPASI
PADA MAHASISWA KEDOKTERAN FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS**



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

Oleh

GHIFARI AULIA DZAKWAN
NIM: 1910312034

Dosen Pembimbing:

dr. Husnil Kadri, M.Kes
Dr. dr. Havriza Vitresia, Sp.M(K)

FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG
2023

ABSTRACT

RELATIONSHIP BETWEEN LEVELS OF PHYSICAL ACTIVITY AND THE INCIDENCE OF CONSTIPATION IN MEDICAL STUDENTS OF THE FACULTY OF MEDICINE UNIVERSITAS ANDALAS

By

Ghifari Aulia Dzakwan, Husnil Kadri, Havriza Vitresia, Rauza Sukma Rita, Miftah Irramah, Selfi Renita Rusjdi

Physical activity is defined as all body movements generated by skeletal muscle contractions influenced by a series of emotions, ideas, instructions, and substantially increasing energy expenditure. Constipation is defined as a gastrointestinal disorder, characterized by a reduction in bowel movement frequency, hard stools, painful defecation, difficulty in stool passage, excessive straining during bowel movements, a feeling of blockage in the anorectal area, and a sense of incomplete evacuation after bowel movements. The purpose of this study was to determine the relationship between the level of physical activity and the occurrence of constipation in medical students of Andalas University, class of 2020.

This study was a quantitative study with a cross-sectional design involving 68 respondents conducted in October 2023 at the Faculty of Medicine, Andalas University. The data were collected through simple random sampling. The study used the GPAQ questionnaire to measure the level of physical activity among respondents and the Constipation Scoring System questionnaire to measure the occurrence of constipation. The data analysis for the relationship between the level of physical activity and constipation occurrence used the Pearson chi-square test.

The results of the study showed that nearly half (45,6%) of the respondents have a moderate or sufficient level of physical activity. The results of the study showed that the incidence of constipation was more occurred in female respondents and most often occurred at the age of 21 years. It can be conclude that there is no significant relationship between the level of physical activity and the occurrence of constipation in medical students of Andalas University, class of 2020 ($p=0.052$).

Keywords: *constipation scoring system, global physical activity questionnaire, metabolic equivalent of tasks*

ABSTRAK

HUBUNGAN TINGKAT AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN KONSTIPASI PADA MAHASISWA KEDOKTERAN FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS ANDALAS

Oleh

Ghifari Aulia Dzakwan, Husnil Kadri, Havriza Vitresia, Rauza Sukma Rita, Miftah Irramah, Selfi Renita Rusjdi

Aktivitas fisik didefinisikan sebagai semua gerakan tubuh yang dihasilkan oleh kontraksi otot rangka yang dipengaruhi oleh serangkaian emosi, ide, instruksi dan secara substansial meningkatkan pengeluaran energi. Konstipasi didefinisikan sebagai adanya gangguan usus, yaitu berkurangnya frekuensi buang air besar, tinja yang keras, defekasi yang menyakitkan, tinja yang sulit dikeluarkan, rasa ingin mengejan yang berlebihan pada saat buang air besar, adanya rasa tersumbat di bagian anorektal, dan rasa tidak tuntas setelah buang air besar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat aktivitas fisik dengan kejadian konstipasi mahasiswa Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2020.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian *cross-sectional* dengan jumlah responden sebesar 68 orang yang dilaksanakan pada bulan Oktober 2023 di Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. Penelitian ini menggunakan kuesioner GPAQ untuk mengukur tingkat aktivitas fisik responden serta menggunakan kuesioner *Constipation Scoring System* untuk mengukur kejadian konstipasi pada responden. Metode pengambilan dengan *simple random sampling*. Analisis data hubungan tingkat aktivitas fisik dengan kejadian konstipasi menggunakan uji *pearson chi-square*.

Hasil penelitian menunjukkan hampir separuh (45,6%) dari responden memiliki gambaran tingkat aktivitas fisik yang sedang atau cukup. Hasil penelitian juga menunjukkan kejadian konstipasi lebih banyak pada responden berjenis kelamin perempuan dan paling banyak terjadi pada usia 21 tahun. Dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat aktivitas fisik dengan kejadian konstipasi mahasiswa Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2020 ($p=0,052$).

Kata Kunci: kuesioner aktivitas fisik global, sistem skor konstipasi, tugas ekuivalen metabolisme