

**ANALISIS FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
TERJADINYA KONSTIPASI PADA LANSIA DI
WILAYAH KERJA YAYASAN
ALKAUTSAR PALU**

SKRIPSI



NI KADEK MAHARANI

201801022

PRODI NERS

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIDYA NUSANTARA PALU

2022

**ANALISIS FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
TERJADINYA KONSTIPASI PADA LANSIA DI
WILAYAH KERJA YAYASAN
ALKAUTSAR PALU**

*Factors Analysis Related To Constipation Among The
Elderly In Alkautsar Foundation, Palu*

Ni Kadek Maharani, Evy Setyawati, Viere Allanled Siauta
Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Widya Nusantara Palu

ABSTRAK

Konstipasi pada lansia dipengaruhi oleh tingkat aktivitas lansia, dengan menurunnya kapasitas fisik pada lansia maka kebutuhan energi juga menurun sehingga menyebabkan asupan zat gizi yang rendah berdampak pada kejadian kapasitas tinja menjadi keras. Berdasarkan hasil wawancara di Yayasan Alkautsar Palu terdapat 6 lansia yang mengalami konstipasi selama 2 hari atau lebih disebabkan lansia jarang melakukan aktivitas, kurang mengonsumsi cairan dan makanan yang mengandung serat. Tujuan penelitian ini untuk Menganalisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Terjadinya Konstipasi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Yayasan Alkautsar Palu. Jenis penelitian ini kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Jumlah Populasi dalam penelitian ini sebanyak 290 lansia dengan jumlah sampel 44 orang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini secara *purpose sampling*. Analisis data menggunakan uji *Fisher Exact test*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan terjadinya konstipasi pada lansia dengan *p-value* $0,003 < 0,05$, terdapat hubungan antara asupan serat dengan terjadinya konstipasi pada lansia dengan *p-value* $0,005 < 0,05$ dan terdapat hubungan antara asupan cairan dengan terjadinya konstipasi pada lansia dengan *p-value* $0,005 < 0,05$. Simpulan penelitian ini adalah ada faktor-faktor yang berhubungan dengan terjadinya konstipasi pada lansia di Wilayah Kerja Yayasan Alkautsar Palu. Saran bisa menjadi bahan informasi tambahan untuk dapat dijadikan panduan dalam mencegah terjadinya konstipasi pada lansia di Wilayah Kerja Yayasan Alkautsar Palu.

Kata Kunci : Aktivitas Fisik, Serat, Cairan, Konstipasi.

**FACTORS ANALYSIS RELATED TO CONSTIPATION
AMONG THE ELDERLY IN ALKAUTSAR
FOUNDATION, PALU**

Ni Kadek Maharani, Evy Setyawati, Viere Allanled Siauta
Nursing Study Program, Widya Nusantara College of Health Sciences, Palu

ABSTRACT

Constipation in the elderly is affected by their activity level of them, by decreased physical activities of the elderly, their energy needs also become decrease due to low nutrient intake which could have an impact on hard stool capacity. Based on the results of interviews in the Alkautsar Foundation, Palu found that about 6 elderly have constipation experiences for 2 days or more due to rare perform activities daily, less high fiber foods intake and fluids. The aim of the research was to analyze the related factors to constipation among the elderly in the Alkautsar Foundation, Palu. This is quantitative research with a cross-sectional approach. The total of population was 290 elderly, the total sample was 44 respondents the purposive sampling technique. Data was analyzed by using Fisher Exact test. The results show that have a correlation between physical activity and constipation toward the elderly with a p-value = 0.003 <0.05, have a correlation between fiber intake and constipation toward the elderly with a p-value = 0.005 <0.05 and have a correlation between fluid intake with constipation toward elderly with p-value = 0.005 <0.05. The conclusion of the research mentioned that have factors related to constipation among the elderly in the Alkautsar Palu Foundation, Palu. Suggestions, it could be used as information in preventing constipation in the elderly in the Alkautsar Foundation, Palu.

Keywords: Physical Activity, Fiber, Fluids, Constipation.

**ANALISIS FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
TERJADINYA KONSTIPASI PADA LANSIA DI
WILAYAH KERJA YAYASAN
ALKAUTSAR PALU**

SKRIPSI

Diajukan sebagai Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana pada Program Studi
Ners Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Widya Nusantara Palu



NI KADEK MAHARANI

201801022

PROGRAM STUDI NERS

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIDYA NUSANTARA PALU

2022

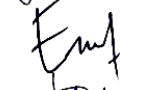
LEMBAR PENGESAHAN
ANALISIS FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
TERJADINYA KONSTIPASI PADA LANSIA DI
WILAYAH KERJA YAYASAN
ALKAUTSAR PALU

SKRIPSI

NI KADEK MAHARANI

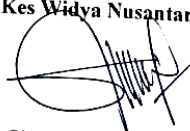
201801022

Skripsi Ini Telah Diujikan Tanggal 01 September 2022

Ns. Yuhana Damantalm, S.Kep.,M.Erg	()
NIK. 20110901019	
Evi Setyawati, S.KM.,M.Kes	()
NIK. 20110901015	
Ns. Viere Allanled Siauta, S.Kep.,M.Kep	()
NIK. 20210901131	

Mengetahui

Ketua STIKes Widya Nusantara Palu



Dr. Tigor Situmorang, MH.,M.Kes
NIK. 20080901001

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL SKRIPSI	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
PRAKATA	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Tinjauan Teori	5
B. Kerangka Konsep	18
C. Hipotesis	18
BAB III METODE PENELITIAN	19
A. Desain Penelitian	19
B. Tempat dan Waktu Penelitian	19
C. Populasi dan Sampel	19
D. Variabel Penelitian	20
E. Definisi Operasional	21

F. Instrumen Penelitian	22
G. Teknik Pengumpulan Data	23
H. Analisis Data	25
I. Bagian Alur Penelitian	26
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	27
A. Hasil	27
B. Pembahasan	32
C. Keterbatasan Penelitian	36
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	37
A. Simpulan	37
B. Saran	37
DAFTAR PUSTAKA	

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1	Distribusi karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin, pendidikan terakhir dan pekerjaan di Yayasan Alkautsar palu.	28
Tabel 4.2	Distribusi responden berdasarkan aktivitas fisik dengan kejadian konstipasi pada lansia di Wilayah Kerja Yayasan Alkautsar Palu	29
Tabel 4.3	Distribusi responden asupan serat dengan kejadian konstipasi pada lansia di Wilayah Kerja Yayasan Alkautsar Palu	29
Tabel 4.4	Distribusi responden Asupan Cairan Dengan Kejadian Konstipasi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Yayasan Alkautsar Palu	29
Tabel 4.5	Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Terjadinya Konstipasi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Yayasan Alkautsar Palu	30
Tabel 4.6	Hubungan Asupan Serat Dengan Terjadinya Konstipasi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Yayasan Alkautsar Palu	31
Tabel 4.7	Hubungan Asupan Cairan dengan kejadian Konstipasi Pada Lania Di Wilayah Kerja Yayasan Alkautsar Palu	31

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konsep	18
Gambar 3.1 Bagan Alur Penelitian	26

DAFTAR LAMPIRAN

1. Jadwal Penelitian Ujian Proposal Dan Skripsi
2. Surat Pengambilan Data Awal Di Yayasan Alkautsar Palu
3. Surat Balasan Pengambilan Data Awal Di Yayasan Alkautsar Palu
4. Surat Izin Uji Validitas Di Desa Damai Makmur
5. Surat Balasan Uji Validitas Di Desa Damai Makmur
6. Surat Izin Pelaksanaan Penelitian Di Yayasan Alkautsar Palu
7. Permohonan Menjadi Responden
8. Kuesioner Konstipasi Pada Lansia
9. Persetujuan Menjadi Responden
10. Surat Balasan Pelaksanaan Penelitian Di Yayasan Alkautsar Palu
11. Hasil Uji Validitas Aktivitas Fisik
12. Hasil Uji Validitas Asupan Serat
13. Hasil Uji Validitas Asupan Cairan
14. Master Table Konstipasi Pada Lansia, Aktivitas Fisik, Asupan Serat, Asupan Cairan
15. Hasil Uji Univariate Karakteristik Responden
16. Hasil Uji Univariate Variabel
17. Hasil Uji Bivariat
18. Hasil Uji Normalitas
19. Dokumentasi Penelitian
20. Riwayat Hidup

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kriteria lanjut usia menurut *World Health Organization* (WHO) dapat diketahui dari jenis karakteristiknya mencakup usia pertengahan (*middle age*) yaitu kelompok usia 45 tahun hingga 59 tahun, lanjut usia (*elderly*) yaitu 60 tahun hingga 75 tahun, lanjut usia tua (*old*) yaitu antara 75 tahun hingga 90 tahun dan usia sangat tua (*very old*) yaitu 90 tahun keatas.¹

Situasi global pada saat ini diantaranya ialah setengah dari jumlah lanjut usia di dunia yaitu 400 juta jiwa yang berada di Asia. Pertumbuhan lanjut usia diperkirakan akan meningkat tajam dimasa mendatang, terutama di negara berkembang. Menurut perkiraan kelompok lanjut usia pada tahun 2010-2035 (usia 50-60 tahun dan 60 tahun keatas). Indonesia sebagai negara berkembang akan mengalami peningkatan jumlah lanjut usia yang tinggi. Sesuai data Badan Pusat Statistik tahun 2017, jumlah lanjut usia sebesar 23,4 juta jiwa atau 8,97% dari total penduduk Indonesia. Sedangkan tahun 2025, Badan Pusat Statistik memperkirakan jumlah lanjut usia di Indonesia akan mencapai 33,7 juta jiwa atau 11,8 juta jiwa pada tahun 2035 menjadi 48,7 juta atau 15,8% jumlah penduduk Indonesia.²

Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) provinsi Sulawesi Tengah, berdasarkan data proyeksi Badan Pusat Statistik (BPS) 2020, populasi lanjut usia provinsi Sulawesi Tengah di prediksi telah mencapai 8,42%, meningkat dari tahun sebelumnya, yakni sebanyak 8,15 % dari total penduduk.³ Umur Harapan Hidup (UHH) lansia di Kota Palu pada tahun 2018 dari 69,93 menjadi 70,71 tahun, sedangkan pada tahun 2019 menjadi 71,20 tahun dan pada tahun 2020 menjadi 71,04 tahun. Menurut SUSENAS (Survei Sosial Ekonomi Nasional) pada tahun 2010 jumlah usia lanjut mencapai 18,04 juta jiwa atau 7,6% dari total penduduk, dan akan terus meningkat sehingga diperkirakan pada tahun 2025 akan meningkat menjadi 35 juta jiwa.⁴

Karakteristik lansia dibagi menjadi tiga bagian, yaitu lansia yang berusia ≥ 60 tahun, kebutuhan atau masalah yang bervariasi dari rentang sehat sampai sakit,

dari kebutuhan biopsikososial hingga spiritual serta dari kondisi adaptif hingga *maladaptive*, serta lingkungan tempat tinggal yang bervariasi. Pada lanjut usia buang air besar yang lebih jarang akan menyebabkan konstipasi.⁵ Semakin lama tinja berada di usus, semakin tidak konsisten tinja, yang membantu dan membuatnya lebih sulit untuk dikeluarkan.⁶

Pola aktivitas fisik lansia di Indonesia terutama untuk aktivitas ringan di rumah seperti menonton tv, tidur, bersantai bersama keluarga. Beberapa lansia masih melakukan aktivitas sedang seperti membersihkan rumah dan aktivitas di luar ruangan seperti pergi ke pasar, mengikuti kegiatan lansia. Namun, hanya sekitar 10% dari seluruh lansia Indonesia yang masih aktif dan berolahraga secara teratur untuk menjaga kesehatannya. Sementara yang lain hanya melakukannya sekali atau dua kali sebulan, lebih karena ada kegiatan tertentu, misalnya jalan sehat.⁷

Aktivitas fisik atau olahraga tidak akan meningkatkan suatu sistem pada tubuh diusia lanjut, namun aktivitas fisik yang teratur serta ringan diperlukan sistem pada tubuh lansia bisa berfungsi sebagaimana mestinya, begitu juga dengan sistem tubuh yang lain terutama pada bagian abdomen. Lanjut usia yang melakukan kegiatan fisik dengan ringan serta teratur, bisa menghambat penurunan kemampuan di sistem lansia itu sendiri.¹

Prevalensi konstipasi pada lansia sebenarnya dipengaruhi oleh tingkat aktivitas seseorang, dengan menurunnya kapasitas fisik pada lansia maka kebutuhan energi juga menurun sehingga menyebabkan asupan zat gizi yang rendah berdampak pada kejadian konstipasi. Di usia tua, kebutuhan energi dan lemak berkurang setelah usia 50 tahun, vitamin dan mineral merupakan nutrisi yang sangat penting bagi lansia, memiliki regenerasi sel dan efek antioksidan untuk mencegah penuaan, melindungi sel-sel tubuh dari radikal bebas yang dapat merusak sel.²

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu oleh peneliti Leo Yosdimyati Romli dan Yulian Fitri Wulandari Di Desa Ngrandulor Kecamatan Peterongan pada tahun 2020 menunjukkan bahwa hampir separuh responden tidak mengonsumsi serat dan sudah mengalami konstipasi 44,1% dan sebagian kecil responden menemukan bahwa intensitas konstipasi jarang terjadi pada saat mengonsumsi

serat atau dengan tidak mengonsumsi serat (20,6%) selain itu analisis hasil uji statistik menunjukkan bahwa $p (0,002) < \alpha (0,05)$ massa rata-rata memiliki hubungan antara konsumsi serat dan intensitas konstipasi.²

Selain kurangnya aktivitas dan kurangnya asupan serat, konstipasi juga sangat seringkali dikeluhkan karena kurangnya masukan cairan yaitu kurang nya dari 1.600cc (8 gelas) air dalam sehari dan serat yang dibutuhkan lansia sama dengan seperti usia lainnya yaitu 25-30 gram/hari, serta bisa memperlancar buang air besar karena serat menyerap air ketika melewati saluran pencernaan sehingga memperbesar ukuran feses. Makanan yang berada di usus membutuhkan cairan untuk mencegah terjadinya konstipasi, tentu saja tanpa air yang cukup, saluran usus tidak dapat berfungsi secara optimal sehingga menyebabkan terjadinya konstipasi⁸.

Jumlah lansia di wilayah kerja Yayasan Alkautsar Palu yaitu berjumlah 290 lansia. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan terhadap 10 lansia yang berada di Yayasan Alkautsar Palu pada tanggal 30 Desember 2021 terdapat 6 lansia yang diwawancarai mengalami konstipasi atau susah buang air besar selama 2 hari atau lebih, disebabkan lansia tersebut jarang melakukan aktivitas fisik seperti senam, berjalan pagi sehingga lansia kurang mengonsumsi cairan seperti air putih, dan sebagian lansia juga jarang mengonsumsi makanan yang mengandung serat. Sehubungan dengan hal yang telah diuraikan diatas maka peneliti tertarik untuk mengetahui Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Terjadinya Konstipasi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Yayasan Alkautsar Palu.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan masalah latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Menganalisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Terjadinya Konstipasi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Yayasan Alkautsar Palu.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Telah Teranalisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Terjadinya Konstipasi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Yayasan Alkautsar Palu.

2. Tujuan Khusus

- a. Teranalisis hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian konstipasi pada lansia Di Wilayah Kerja Yayasan Alkautsar Palu.
- b. Teranalisis hubungan antara asupan serat dengan kejadian konstipasi pada lansia Di Wilayah Kerja Yayasan Alkautsar Palu.
- c. Teranalisis hubungan antara asupan cairan dengan kejadian konstipasi pada lansia Di Wilayah Kerja Yayasan Alkautsar Palu.
- d. Teridentifikasi kejadian konstipasi pada lansia Di Wilayah Kerja Yayasan Alkautsar Palu.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber data dan informasi tentang baiknya melakukan aktivitas fisik seperti berolahraga, konsumsi asupan serat, dan mengonsumsi cairan yang cukup pada usia lanjut.

2. Bagi Intansi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi masyarakat dan juga sebagai bahan evaluasi sekaligus masukan tentang terjadinya konstipasi di Wilayah Kerja Yayasan Alkautsar Palu.

3. Bagi Ilmu Pengetahuan

Untuk menambah wawasan dan pengetahuan tentang Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Terjadinya Konstipasi Di Wilayah Kerja Yayasan Alkautsar Palu.

DAFTAR PUSTAKA

1. Gurgan U. Kriteria lanjut usia. *La Soc la Soc*. 2006;(2012):5–65.
2. Leo Yosdimyati Romli YFW. Analisis konsumsi serat dengan intensitas kejadian konstipasi pada lansia. *J keperawatan*. 2020;18(2):72–81.
3. Populasi lansi di Sulteng meningkat, Ernawati: perlu tempat rumah lansia. Sulteng Raya. 2020.
4. Abarca RM. Profil Dinas Kesehatan. *Nuevos Sist Comun e Inf*. 2021;
5. Rosenthal L D and Burchum J R. *Lehne’s pharmacotherapeutics for advanced practice providers*. Elsevier Health Sciences. Available at: <https://books.google.es/books?id=gfYoDgAAQBAJ>. 2018;
6. Chen D D. *Stress Management and Prevention*, Taylor & Francis Group. 2017;
7. Pratiwi et al. *Pola Aktivitas Fisik Lansia di Indonesia*. 2013;
8. Puswita Sari K, Pitoyo J, Maharani Malang S, Kemenkes Malang P, Besar Ijen No J, Malang C. the Correlation Between Fiber Intake and Water Intake With Constipation Occurrence in Elderly. *J keperawatan Terap*. 2019;5(1):22–8.
9. Mustika I W. Buku Pedoman Model Asuhan Keperawatan Lansia Bali Elderly Care (BEC). *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699. 2019.
10. Mawaddah N. Peningkatan Kemandirian Lansia Melalui Activity Daily Living Training Dengan Pendekatan Komunikasi Terapeutik Di RSJ Dr. Radjiman Wediodiningrat Lawang Nurul. *Hospital Majapahit*, 12(1), 32– 40. 2020;
11. Riadi M. *Pengertian, batasan kelompok dan teori penuaan*. 2020;
12. Kemenkes RI. *Aktivitas Fisik*. 2020;
13. Kemenkes RI. *Karakteristik Lansia*. 2012, 10–26. 2017;
14. Kusumo M P. *Buku Lansia*. November, 1–60. 2020 p.
15. Eva F. *Prevalensi Konstipasi Dan Faktor Risiko Konstipasi Pada Anak*. Universitas Udayana. Denpasar. 2015;
16. Bartram T. *Bartram’s Encyclopedia of Herbal Medicine: The Definitive Guide to Herbal Treatment of Diseases*. 2015;
17. Stanley dan Beare. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Jakarta, EGC. 2007 p.
18. WHO. *Pengertian Aktivitas Fisik*. Available from: [file:///f/Pengertian Aktivitas Fisikpsychologymania.htm](file:///f/Pengertian%20Aktivitas%20Fisik/psychologymania.htm). 2018;
19. Andi. *Hubungan Aktivitas Fisik Guna Mengurangi Risiko Jatuh Pada Lansia*

Di Panti Harapan Kita Palembang. 2021;

20. Ambardini. AKTIVITAS FISIK PADA LANJUT USIA Oleh. UNY, (February 2009), 1–13. 2009;
21. Marliani L S Tantan. 100 Questions & Answer Hipertensi. Jakarta : Elex Media Komputindo. 2007;
22. Depkes RI. Pedoman Pengelolaan Kegiatan Kesehatan di Kelompok Lanjut Usia. Jakarta: Depkes RI. 2003.
23. Maryam S dkk. Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya. Jakarta: Salemba Medika. 2008;
24. Nurlita Kurniawan Wijaya. Hubungan Karakteristik Individu, Aktivitas Fisik dan Gaya Dengan Tingkat Kebugaran Fisik Pada Lansia Penelitian Cross Sectional. 2019;
25. Stanley M & Beare P G. Buku Ajar Keperawatan Gerontik. Jakarta: EGC. 2006.
26. Riset Kesehatan Dasar(Riskesdas). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2013.Diakses: 19 Oktober 2014, dari <http://www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Riskesdas%202013.pdf>. 2013;
27. Almatsier. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Gramedia Pustaka Umum. 2016.
28. Nuansa Retno Andhani SEI. PERBEDAAN ASUPAN SERAT DAN CAIRAN BERDASARKAN TINGKAT PENDIDIKAN, STATUS EKONOMI, DAN STATUS GIZI PADA LANSIA DI PROVINSI RIAU (RISKESDAS 2010). 2013;5.
29. Mirna Ayu Dwi Saputri. Hubungan Konsumsi Air Putih Dengan Kejadian Konstipasi Pada Lansia Di Desa Sidorejo Desa Karas Kecamatan Karas Kabupaten Magetan. 2018;
30. Devi N. Nutrition and Food, Jakarta : PTKompas Media Nusantara. 2010;
31. CM K. Serat Makanan dan Peranannya Bagi Kesehatan. Jurnal Gizi dan Pangan. 2006;1 (2) : 45-54.
32. Wirakusumah S. Dasar-dasar Ekologi Bagi Populasi dan Komunitas. Jakarta: UI Press. 2003.
33. Hardinsyah dan Supariasa. Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi. Jakarta: ECG. 2016;
34. Hardinsyah Hadi. Angka Kecukupan Energi, Protein, Lemak, Dan Karbohidrat. Jakarta : Prosiding Widyakarya Nasional Pangan Dan Gizi. 2016;
35. Amirta Y. Sehat Murah Dengan Air.Jakarta: Keluarga Dokter. 2007;
36. Sugiyono. Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kuantitatif dan R & D.I. 2016;

37. D&J. P. Thompson's Pediatric Nursing, an Introductory Text (ed, gth). in. 2005;
38. Najmah. Statistik Kesehatan Aplikasi Stata & SPSS. Selambe Medik. 2017;
39. Amelia Dyah K.S. Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Konstipasi Pada Lansia Di Kota Madiun.
40. Puswita K. Hubungan Antara Asupan Serat Dan Asupan Air Putih Dengan Kejadian Konstipasi pada Lansia. 2019;5:1.
41. Intan Claudina D. Hubungan Asupan Serat Makanan dan Cairan Dengan Kejadian Konstipasi Fungsional Pada Remaja Di SMA Kesatria 1 Semarang. Kesehat Masy. 2018;6.
42. Army RY. Analisis Faktor-faktor Kejadian Konstipasi Pada Lanjut Usia di Panti Wredha Budhi Dharma Umbulharjo Yogyakarta. 2013;