ANALISIS KEJADIAN KONSTIPASI PADA IBU HAMIL DI RS WILAYAH JAKARTA SELATAN TAHUN 2026

SKRIPSI

OLEH :
ERNI KUSUMA WARDANI
25306725040

PROGRAM STUDI KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NASIONAL
JAKARTA
2026

ANALISIS KEJADIAN KONSTIPASI PADA IBU HAMIL DI RS WILAYAH JAKARTA SELATAN TAHUN 2026

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Kebidanan
pada Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Nasional
Jakarta

OLEH :
ERNI KUSUMA WARDANI
25306725040

PROGRAM STUDI KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NASIONAL
JAKARTA
2026

SKRIPSI

ANALISIS KEJADIAN KONSTIPASI PADA IBU HAMIL DI RS WILAYAH JAKARTA SELATAN TAHUN 2026

OLEH :
ERNI KUSUMA WARDANI
25306725040

Telah dipertahankan di hadapan penguji skripsi
Program Studi Kebidanan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Nasional
Pada tanggal 12 Agustus 2026

Pembimbing 1	Pembimbing 2
Dr.Bdn. Putri Azzahroh, S.SiT.,M.Kes	**Bdn. Bunga Tiara Carolin, SST.,MBmd**

Mengesahkan
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Prof.Dr. Retno Widowati, MSi.

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Judul Skripsi	:	Analisis Kejadian Konstipasi Pada Ibu Hamil di RS Wilayah Jakarta Selatan Tahun 2026
Nama Mahasiswa	:	Erni Kusuma Wardani
NPM	:	25306725040

Menyetujui,

Pembimbing 1	Pembimbing 2
Dr.Bdn. Putri Azzahroh, S.SiT.,M.Kes	**Bdn. Bunga Tiara Carolin, SST.,MBmd**

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul : Analaisis Kejadian Konstipasi Pada Ibu Hamil di RS Wilayah Jakarta Selatan Tahun 2026

Nama Mahasiswa : Erni Kusuma Wardani

NPM : 25306725040

Menyetujui,

Penguji 1 : **Febry Mutiariami Dahlan, SST.,Bdn.M.Keb**

Penguji 2 : **Dr.Bdn. Putri Azzahroh., SST.,M.Kes**

Penguji 3 : **Bdn. Bunga Tiara Carolin, SST.,M.Bmd**

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah saya :

Nama Peneliti : Erni Kusuma Wardani

NPM : 25306725040

Judul Penelitian : Analisis Kejadian Konstipasi Pada Ibu Hamil di RS Wilayah Jakarta Selatan Tahun 2026

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini merupakan hasil karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana pada perguruan tinggi manapun. Sepanjang sepengetahuan saya, dalam skripsi ini tidak terdapat karya, pendapat, atau gagasan orang lain yang pernah ditulis atau diterbitkan sebelumnya, kecuali yang jelas dicantumkan sebagai sumber rujukan dalam naskah dan tercantum dalam daftar pustaka. Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta, 09 Agustus 2026
Yang menyatakan,

(Erni Kusuma Wardani)

Abstrak

ANALISI KEJADIAN KONSTIPASI PADA IBU HAMIL DI RS WILAYAH JAKARTA SELATAN TAHUN 2026

Erni Kusuma Wardani, Putri Azzahroh, Bunga Tiara Carolin

Latar Belakang: Konstipasi merupakan salah satu keluhan yang sering terjadi selama kehamilan dan dapat dipengaruhi oleh aktivitas fisik, pola makan, asupan cairan, konsumsi tablet Fe, dan kecemasan. Observasi awal menunjukkan 68,6% ibu hamil mengalami konstipasi. Penelitian ini bertujuan mengetahui kejadian konstipasi dan hubungannya dengan faktor-faktor tersebut pada ibu hamil.
Metode: Penelitian kuantitatif deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel penelitian berjumlah 116 ibu hamil yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner ROME IV untuk mengukur kejadian konstipasi, PPAQ untuk aktivitas fisik, FFQ untuk pola makan, BEVQ-15 untuk asupan cairan, MMAS-8 untuk kepatuhan konsumsi tablet Fe, dan DASS-42 subskala kecemasan untuk mengukur tingkat kecemasan. Analisis data meliputi analisis univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi-Square*.
Hasil: Hasil univariat didpatkan 64 responden (55,2%) mengalami konstipasi. Hasil analisis bivariat menunjukan terdapat hubungan antara aktivitas fisik (p=0,019), pola makan (p=0,035), asupan cairan (p=0,024), dan kecemasan (p=0,041) dengan kejadian konstipasi. Sedangkan konsumsi tablet Fe tidak memiliki hubungan signifikan dengan kejadian konstipasi (p=0,121).
Kesimpulan: Pada penelitian ini adalah aktivitas fisik, pola makan, asupan cairan dan tingkat kecemasan berhubungan dengan kejadian konstipasi pada ibu hamil.
Saran: Tenaga kesehatan diharapkan meningkatkan edukasi dan skrining konstipasi melalui promosi aktivitas fisik, pola makan tinggi serat, pemenuhan cairan, dan pengelolaan kecemasan untuk menurunkan risiko konstipasi.

Kata kunci: Konstipasi, ibu hamil, aktivitas fisik, pola makan, asupan cairan, konsumsi tablet Fe dan kecemasan.
Kepustakaan: 55 pustaka (2010-2026)

Abstract

ANALYSIS OF CONSTIPATION DURING PREGNANCY AT HOSPITAL SOUTH JAKARTA REGION IN 2026

Erni Kusuma Wardani, Putri Azzahroh, Bunga Tiara Carolin

Background: Constipation is a common complaint during pregnancy and can be influenced by physical activity, dietary patterns, fluid intake, iron tablet consumption, and anxiety. Initial observations indicated that 68,6% of pregnant women experienced constipation. This study aimed to determine the incidence of constipation and its association with these factors among pregnant women.

Methods: Descriptive quantitative research with a cross-sectional approach. The research sample consisted of 116 pregnant women selected using purposive sampling technique. Data collection was conducted using the ROME IV questionnaire to measure the incidence of constipation, PPAQ for physical activity, FFQ for dietary patterns, BEVQ-15 for fluid intake, MMAS-8 for adherence to Fe tablet consumption, and the DASS-42 anxiety subscale to measure anxiety levels. Data analysis included univariate and bivariate analyzed using Chi-Square test.

Results: The univariate results showed that 64 respondents (55,2%) experienced constipation. The bivariate analysis results indicated significant relationship between physical activity (p= 0,019), dietary patterns (p= 0,035), fluid intake (p= 0,024), and anxiety (p= 0,041) with the occurrence of constipation. Whereas the consumption of Fe tablets does not have significant relationship with incidence of constipation (p= 0,121).

Conclusion: In this study, physical activity, dietary patterns, fluid intake, and anxiety levels were associated with occurrence of constipation during pregnant women.

Suggestion: Healthcare providers are expected to enhance education and screening for constipation through promoting physical activity, high fiber dietary pattern, fluid intake, and anxiety management to reduce the risk of constipation.

Keywords: Anxiety, constipation, dietary patterns, Fe tablet consumption, fluid intake, physical activity, pregnant women.

References: 55 references (2010-2026).

UNIVERSITAS NASIONAL
UNIVERSITAS FAKULTAS ILMU KESEHATAN NASIONAL

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL iii
HALAMAN JUDUL iii
HALAMAN PENGESAHAN iv
HALAMAN PERSETUJUAN iv
SURAT PERNYATAAN vi
KATA PENGANTAR vii
ABSTRAK ix
ABSTRACT x
DAFTAR ISI xi
DAFTAR TABEL xiv
DAFTAR GAMBAR xv
DAFTAR SINGKATAN xvi
DAFTAR LAMPIRAN xvii
BAB I PENDAHULUAN 1
1.1. Latar Belakang 4
1.2. Rumusan Masalah 4
1.3. Tujuan Penelitian 4
1.3.1 Tujuan Umum 4
1.3.2 Tujuan Khusus 4
1.4. Manfaat Penelitian 5
1.4.1 Manfaat Teoritis 5
1.4.2 Manfaat Praktis 5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA 7
2. 1 Konsep Kehamilan 7
2.1.1 Definisi Kehamilan 7
2.2.1 Perubahan Fisiologis Pada Ibu Hamil 8
2.2 Konstipasi Pada Ibu Hamil 12
2.2.1 Definisi Konstipasi 12
2.2.2 Etiologi Konstipasi Pada Ibu Hamil 13
2.2.3 Patofisiologi Konstipasi Pada Kehamilan 15
2.2.4 Tanda dan Gejala Konstipasi pada Ibu Hamil 18
2.2.5 Klasifikasi Konstipasi Pada Ibu Hamil 19
2.2.6 Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Konstipasi 20
2.2.6.1 Aktivitas Fisik 21

2.2.6.2 Pola Makan 23
2.2.6.3 Asupan Cairan 26
2.2.6.4 Konsumsi Tablet Fe 28
2.2.6.5 Kecemasan 31
2.3 Kerangka Teori 34
2.4 Kerangka Konsep 35
2.5 Hipotesis Penelitian 35
BAB III METODOLOGI PENELITIAN 37
3.1 Desain Penelitian 37
3.2 Populasi dan Sampel 37
3.2.1 Populasi 37
3.2.2 Sampel 38
3.2.3 Kriteria Inklusi dan Eksklusi 39
3.3 Lokasi dan Waktu Penelitian 40
3.4 Variabel Penelitian 40
3.4.1 Variabel Independen 40
3.4.2 Variabel Dependen 43
3.5 Definisi Operasional 44
3.6 Instrumen Penelitian 45
3.7 Validitas dan Reabilitas 47
3.8 Prosedur Pengumpulan Data 50
3.9 Analisis Data 53
3.10 Etika Penelitian 55
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 57
4.1 Hasil Penelitian 57
4.1.1 Analisis Univariat 57
4.1.1.1 Distribusi Responden Berdasarkan Kejadian Konstipasi 57
4.1.1.2 Distribusi Responden Berdasarkan Aktivitas Fisik 58
4.1.1.3 Distribusi Responden Berdasarkan Pola Makan 58
4.1.1.4 Distribusi Responden Berdasarkan Asupan Cairan 59
4.1.1.6 Distribusi Responden Berdasarkan Konsumsi Tablet Fe 59
4.1.1.7 Distribusi Responden Berdasarkan Kecemasan 60
4.1.2 Analisis Bivariat 60
4.1.2.1 Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Konstipasi 61
4.1.2.2 Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Konstipasi 62

4.1.2.3 Hubungan Asupan Cairan dengan Kejadian Konstipasi 63
4.1.2.4 Hubungan Konsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Konstipasi 64
4.1.2.5 Hubungan Kecemasan dengan Kejadian Konstipasi..... 65
4.2 Pembahasan..... 65
4.2.1 Kejadian Konstipasi 65
4.2.2 Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Konstipasi 68
4.3.3 Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Konstipasi..... 70
4.2.3 Hubungan Asupan Cairan dengan Kejadian Konstipasi 71
4.2.4 Hubungan Konsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Konstipasi 73
4.2.5 Hubungan Kecemasan dengan Kejadian Konstipasi 75
4.3 Keterbatasan Penelitian..... 77
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN..... 78
5.1 Kesimpulan..... 78
5.2 Saran..... 78
DAFTAR PUSTAKA..... 81
LAMPIRAN..... 86

DAFTAR TABEL

Tabel **Halaman**

3.5 Definisi Operasional Penelitian..... 44
4.1 Distribusi Responden Berdasarkan Kejadian Konstipasi pada Ibu Hamil.. 57
4.2 Distribusi Responden Berdasarkan Aktivitas Fisik Ibu Hamil 58
4.3 Distribusi Responden Berdasarkan Pola Makan Ibu Hamil..... 58
4.4 Distribusi Responden Berdasarkan Asupan Cairan Ibu Hamil 59
4.5 Distribusi Responden Berdasarkan Konsumsi Tablet Fe pada Ibu Hamil.. 59
4.6 Distribusi Responden Berdasarkan Kecemasan Ibu Hamil 60
4.7 Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Konstipasi 61
4.8 Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Konstipasi..... 62
4.9 Hubungan Asupan Cairan dengan Kejadian Konstipasi 63
4.10 Hubungan Konsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Konstipasi..... 64
4.11 Hubungan Kecemasan dengan Kejadian Konstipasi..... 65

UNIVERSITAS NASIONAL

DAFTAR GAMBAR

Gambar **Halaman**

2.1 Kerangka Teori..... 34
2.2 Kerangka Konsep..... 35

DAFTAR SINGKATAN

ACOG	: *American College of Obstetricians and Gynecologists*
BEVQ-15	: *Beverage Intake Questionnaire-15*
DASS-42	: *Depression Anxiety Stress Scales-42*
Fe	: *Ferrum (Zat Besi)*
FFQ	: *Food Frequency Questionnaire*
ICC	: *Interstitial Cells of Cajal*
mL	: *Mililiter*
MMAS-8	: *Morisky Medication Adherence Scale-8*
PPAQ	: *Pregnancy Physical Activity Questionnaire*
TTD	: Tablet Tambah Darah
WHO	: *World Health Organization*
CI	: *Confidence Interval*
OR	: *Odds Ratio*

UNIVERSITAS NASIONAL

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Ijin Penelitian

Lampiran 2 Surat Balasan Penelitian dari Instasnsi Penelitian

Lampiran 3 Uji Etik

Lampiran 5 Surat Kendali Bimbingan

Lampiran 6 Informed Consent

Lampiran 7 Instrumen Penelitian

Lampiran 8 Master Tabel

Lampiran 9 Hasil Output Analisis Data

Lampiran 10 Bukti Foto Kegiatan Penelitian

Lampiran 11 Similaritas Naskah Skripsi

Lampiran 12 Biodata Penulis

UNIVERSITAS NASIONAL