



STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA KEBIASAAN KONSUMSI *FAST FOOD*
DENGAN KEJADIAN KONSTIPASI PADA REMAJA DI SMPK**

KANISIUS GAYAM KOTA YOGYAKARTA

TAHUN 2026

RITA N CHR LEINUSSA

1802078

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA

YAKKUM YOGYAKARTA

TAHUN 2026

STIKES BETHESDA YAKKUM

**HUBUNGAN ANTARA KEBIASAAN KONSUMSI *FAST FOOD*
DENGAN KEJADIAN KONSTIPASI PADA REMAJA DI SMPK
KANISIUS GAYAM KOTA YOGYAKARTA**

TAHUN 2026

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar

Sarjana Keperawatan

Rita N Chr Leinussa

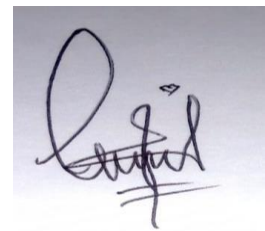
1802078

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN SEKOLAH
TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM
YOGYAKARTA TAHUN
2026**

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul: Hubungan antara Kebiasaan Konsumsi *Fast food* dengan Kejadian Konstipasi di SMPK Kanisius Gayam Kota Yogyakarta Tahun 2025” yang saya kerjakan untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta, bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi kesarjanaan di lingkungan institusi maupun di Perguruan Tinggi atau instansi manapun, kecuali bagian yang sumber informasinya dicantumkan sebagaimana mestinya. Jika dikemudian hari didapati bahwa hasil skripsi ini adalah hasil tiruan dari skripsi lain, saya bersedia dikenai sanksi yaitu pencabutan gelar kesarjanaan saya.

Yogyakarta, Januari 2026



Rita N. Chr Leinussa

PERNYATAAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA KEBIASAAN KONSUMSI *FAST FOOD*
DENGAN KEJADIAN KONSTIPASI PADA REMAJA
DI SMPK KANISIUS GAYAM
KOTA YOGYAKARTA
TAHUN 2026**

**Skripsi ini telah diperiksa oleh pembimbing dan disetujui untuk
dilaksanakan Sidang Skripsi**

Yogyakarta, 06 July 2026

Pembimbing



Indah Prawesti, S.Kep.,Ns.,M.Kep



Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Sidang

Pada 21 Juli 2026

Ketua Penguji :

Ignasia Yunita Sari, S.Kep.,Ns.,M.Kep

Penguji I :

Santahana Febrianti, S.Kep.,Ns.,MB

Penguji II :

Indah Prawesti, S.Kep.,Ns., M.Kep

Mengesahkan,

Ketua STIKES Bethesda Yakkum

Nuri Lukmaningtyas, S.Kep., Ns., M.Kep.,
Sp.Kep.MB., Ph.D.NS

Mengetahui,

Ketua Prodi Sarjana

Keperawatan

Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep.

MOTTO

(1 Petrus 5:7)

Serahkanlah segala kekhawatiranmu kepada-Nya, sebab Ia yang memelihara kamu

(Yosua 1:9)

"Kuatkan dan teguhkanlah hatimu, janganlah takut dan jangan gemetar, sebab TUHAN,
Allahmu, menyertai engkau ke mana pun engkau pergi."

(Amsal 3:5)

"Percayalah kepada TUHAN dengan segenap hatimu, dan janganlah bersandar kepada
pengertianmu sendiri."

PERSEMBAHAN

Skripsi ini dipersembahkan untuk :

1. Tuhan Yesus Kristus, terima kasih untuk segala kebaikan, perlindungan serta penyertaan-Mu disetiap proses langkahku, peneliti dapat menyelesaikan pendidikan ini.
2. Mama tercinta, Terima kasih atas kasih sayang, doa, pengorbanan, kesabaran, dan semangat yang tidak pernah berhenti diberikan kepada saya. Semoga karya sederhana ini menjadi salah satu bentuk kebanggaan dan ungkapan terima kasih saya.
3. Almarhum Papa tercinta, Walaupun Papa tidak dapat menyaksikan secara langsung pencapaian ini, kasih, didikan, dan kenangan bersama Papa akan selalu hidup di hati saya. Skripsi ini saya persembahkan sebagai wujud cinta, rasa rindu, dan penghormatan saya kepada Papa. Semoga Papa tenang dalam damai bersama Tuhan.
4. Teman-teman terkasih, Terima kasih atas doa, dukungan, motivasi, kebersamaan, serta kesediaan untuk menemani saya melewati suka dan duka selama proses penyusunan skripsi ini. Kehadiran kalian menjadi penguat sehingga saya mampu menyelesaikan setiap tantangan hingga akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan. Semoga Tuhan senantiasa memberkati setiap langkah dan kebaikan yang telah diberikan.

ABSTRAK

RITA N CHR LEINUSSA “Hubungan antara Kebiasaan Konsumsi *Fast Food* dengan Kejadian Konstipasi pada Remaja di SMPK Kanisius Gayam Kota Yogyakarta Tahun 2026”

Latar Belakang: Perubahan gaya hidup modern meningkatkan konsumsi *fast food* pada remaja. *Fast food* umumnya tinggi lemak, gula, dan garam, tetapi rendah serat, sehingga dapat mengganggu fungsi pencernaan dan meningkatkan risiko konstipasi. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan kebiasaan konsumsi *fast food* dengan kejadian konstipasi pada remaja di SMPK Kanisius Gayam Kota Yogyakarta tahun 2026.

Metode: Penelitian menggunakan desain korelasional *cross sectional* dengan 133 siswa kelas VII–VIII melalui *purposive sampling*. Data dikumpulkan menggunakan FFQ dan kuesioner Rome III, kemudian dianalisis dengan uji Spearman’s rho.

Hasil: Sebagian besar responden berusia 13 tahun (42,9%) dan berjenis kelamin perempuan (56,4%). Sebanyak 53,4% responden sering mengonsumsi *fast food* dan 46,6% jarang. Sebagian besar responden tidak mengalami konstipasi (86,5%), sedangkan 13,5% mengalami konstipasi. Hasil uji Spearman’s rho menunjukkan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) dengan koefisien korelasi $r = 0,423$, menunjukkan hubungan signifikan dengan kekuatan sedang antara kebiasaan konsumsi *fast food* dan kejadian konstipasi.

Kesimpulan: Terdapat hubungan signifikan antara kebiasaan konsumsi *fast food* dengan kejadian konstipasi pada remaja di SMPK Kanisius Gayam Kota Yogyakarta tahun 2026.

Saran: Peneliti selanjutnya disarankan meneliti faktor lain seperti asupan serat dan cairan, aktivitas fisik, kebiasaan buang air besar, serta tingkat stres dengan jumlah sampel dan cakupan sekolah yang lebih luas.

Kata kunci: *fast food*, konstipasi, remaja, kebiasaan konsumsi.

Kepustakaan: 43, 2012–2025.

ABSTRACT

RITA N CHR LEINUSSA “*The Relationship between Fast Food Consumption Habits and the Incidence of Constipation among Adolescents at SMPK Kanisius Gayam Yogyakarta City 2026*”

Background: Modern lifestyle changes have increased fast food consumption among adolescents. Fast food is high in fat, sugar, and salt but low in fiber, which disrupts digestion and elevates constipation risk. This study aims to determine the relationship between fast food consumption and constipation among adolescents at SMPK Kanisius Gayam, Yogyakarta City, 2026.

Methods: A cross-sectional design was employed. The sample comprised 133 Grade VII and VIII students selected via purposive sampling. Fast food intake was measured using a Food Frequency Questionnaire, while constipation was assessed using Rome III criteria. Data were analyzed using Spearman’s rho correlation test.

Results: Most respondents were aged 13 (42.9%) and female (56.4%). Overall, 53.4% consumed fast food frequently, while 13.5% experienced constipation. Statistical analysis revealed a significant moderate positive relationship between fast food consumption and constipation ($p = 0.000$, $r = 0.423$), indicating that higher fast food intake correlates with higher constipation incidence.

Conclusion: A significant relationship exists between fast food consumption habits and constipation among adolescents at SMPK Kanisius Gayam.

Suggestions: Students are advised to limit fast food intake and increase fiber-rich foods. Future researchers should examine additional factors such as fluid intake, physical activity, and stress using larger samples across more schools.

Keywords: fast food, constipation, adolescents, consumption habits.

References: 43, 2012–2025.

PRAKATA

Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala kasih dan berkat-Nya. Sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan antara Kebiasaan Konsumsi *Fast food* dengan Kejadian Konstipasi di SMPK Kanisius Gayam Kota Yogyakarta Tahun 2026”. skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam menempuh Program Sarjana Keperawatan di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta. Selama proses penyusunan skripsi ini, peneliti banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, untuk itu peneliti mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Ibu Nurlia Ikaningtyas, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.MB., Ph.D.NS selaku Ketua STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
2. Antonius Tatak Handaya K., M.Pd selaku Kepala Sekolah SMPK Kanisius Gayam Yogyakarta yang telah memberikan izin untuk melakukan studi awal.
3. Ibu Ethic Palupi., S.Kep., Ns., MNS selaku wakil ketua STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
4. Ibu Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ka Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta dan Dosen pembimbing dalam penyusunan skripsi ini.
5. Ibu Ignasia Yunita Sari, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Koordinator Riset STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta dan Ketua penguji
6. Ibu Santahana Febrianti, S.kep., Ns., MSN selaku penguji 1
7. Kedua orang tua tercinta Alm Bapak Lucas dan Ibu Rosalina yang telah memberi dukungan selama penyusunan skripsi ini
8. Terima kasih untuk teman – teman dan keluarga saya yang selalu membantu saya dalam setiap kondisi.

Peneliti menyadari dalam penyusunan ini masih banyak kekurangan. Untuk itu, penulis meminta saran dan kritikan yang membangun demi perbaikan selanjutnya. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak yang membaca. Tuhan Memberkati.

Yogyakarta, Januari 2026

Peneliti,



Rita N. Chr Leinussa

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
PRAKATA	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR SKEMA	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
 BAB I PENDAHULUAN.....	 1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7

E. Keaslian Penelitian	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	15
A. Landasan Teori	15
B. Konsep <i>Fast Food</i>	15
C. Konsep Konstipasi	21
D. Konsep Remaja	29
E. Kerangka Teori	35
F. Kerangka Konsep	36
G. Hipotesis Penelitian	37
H. Variabel Penelitian	37
I. Definisi Konseptual	38
J. Definisi Operasional	41
BAB III METODE PENELITIAN.....	43
A. Desain Penelitian	43
B. Populasi dan Sampel	44
C. Alat Ukur Penelitian	47
D. Uji Validitas dan Reliabilitas	49
E. Etika Penelitian	50
F. Prosedur Pengumpulan Data	51
G. Analisa Data	54
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	58
A. Hasil Penelitian.....	58
B. Gambaran Lokasi Penelitian	58
C. Karakteristik Responden	59

D. Pembahasan	63
BAB V PENUTUP.....	68
A. Kesimpulan	68
B. Saran	69
DAFTAR PUSTAKA.....	71
LAMPIRAN.....	77

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR TABEL

Tabel 2 Definisi Operasional.....	41
Tabel 3. Jumlah Populasi dan sampel.....	43
Tabel 4 Kisi-kisi Umum.....	47
Tabel 5 Kisi-kisi Khusus Konsumsi <i>Fast food</i>	47
Tabel 6 Kisi-kisi Khusus Kejadian Konstipasi.....	47
Tabel 7 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	62
Tabel 8 Karakteristik Responden Berdasarkan Kelas.....	63
Tabel 9 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	62
Tabel 10 Karakteristik Variabel <i>Fast Food</i>	63
Tabel 11 Karakteristik Variabel Kejadian Konstipasi.....	63
Tabel 12 Uji Bivariat.....	64

DAFTAR SKEMA

Skema 1.Kerangka Teori.....	36
Skema 2.Kerangka Konsep	37

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 permohonan surat izin studi awal
- Lampiran 2 Surat Balasan Studi Awal Penelitian
- Lampiran 3 Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 4 Lembar Persetujuan Menjadi Asisten Penelitian
- Lampiran 5 Lembar persetujuan menjadi responden
- Lampiran 6 *Informent consent*
- Lampiran 7 Permohonan *Ethical Clearance*
- Lampiran 8 *Ethical Clearance*
- Lampiran 9 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 10 Kuisiener *Fast food*
- Lampiran 11 kuesiener kejadian konstipasi
- Lampiran 12 Jadwal kegiatan
- Lampiran 13 Tabel umum
- Lampiran 14 Kuisiener hasil penelitian
- Lampiran 15 lembar konsultasi pembimbing