

**Universitas Ngudi Waluyo
Fakultas Ilmu Kesehatan
Program Studi S1 Gizi
Skripsi, Juli 2025
Melani Dessy Nirmala
061191038**

**HUBUNGAN KEBIASAAN KONSUMSI MEGONO DENGAN KEJADIAN
KONSTIPASI PADA LANSIA USIA 60-75 TAHUN DI DESA KETAPANG
KECAMATAN ULUJAMI KABUPATEN PEMALANG**

ABSTRAK

Latar Belakang : Megono adalah hidangan tradisional khas Pekalongan yang terbuat dari nangka muda dan kelapa parut, dikukus dengan rempah-rempah. Hidangan ini sering dikonsumsi bersama nasi dan lauk lain seperti tempe mendoan dan ayam. Pada lansia, terjadi perubahan fungsi usus besar yang dapat menyebabkan konstipasi

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk menentukan hubungan antara kebiasaan konsumsi megono dengan kejadian konstipasi pada lansia usia 60-75 tahun di Desa Ketapang, Kecamatan Ulujami, Kabupaten Pemalang

Metode : Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional dan pendekatan cross-sectional. Populasi penelitian adalah seluruh lansia di Desa Ketapang yang berjumlah 72 orang, yang semuanya menjadi sampel penelitian. Instrumen yang digunakan kuesioner *Food Frequency Questionnaires* dan kuesioner Konstipasi. Uji statistic yang digunakan Uji *Kendall tau* dengan Tingkat kepercayaan 95%.

Hasil : menunjukkan bahwa dari 72 lansia, 17 lansia (23,6%) sangat jarang mengonsumsi megono, 9 lansia (12,5%) jarang mengonsumsi megono, 17 lansia (23,6%) sering mengonsumsi megono, dan 29 lansia (40,3%) sangat sering mengonsumsi megono. Selain itu, 40 lansia (55,4%) tidak mengalami konstipasi, sedangkan 32 lansia (44,6%) mengalami konstipasi. Analisis *Kendall tau* menunjukkan nilai p-value sebesar 0,002, yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara konsumsi megono dengan kejadian konstipasi pada lansia di Desa Ketapang

Simpulan : Konsumsi megono memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian konstipasi pada lansia di Desa Ketapang

Kata kunci : Megono, Konstipasi, Lansia.

Ngudi Waluyo University
Faculty of Health Sciences
Nutrition Study Program
Thesis, July 2025
Melani Dessy Nirmala
061191038

**THE CORRELATION OF BETWEEN MEGONO CONSUMPTION
HABITS AND THE INCIDENCE OF CONSTIPATION IN ELDERLY
AGED 60-75 YEARS IN KETAPANG VILLAGE, ULUJAMI DISTRICT,
PEMALANG REGENCY**

ABSTRACT

Background: Megono is a traditional dish from Pekalongan made from young jackfruit and grated coconut, steamed with spices. This dish is often consumed with rice and other side dishes such as tempe mendoan and chicken. In the elderly, there are changes in large intestine function that can lead to constipation.

Objective: This study aims to determine the relationship between the habit of consuming megono and the incidence of constipation in elderly people aged 60-75 years in Ketapang Village, Ulujami District, Pemalang Regency.

Method: This study uses a quantitative method with a correlational design and a cross-sectional approach. The study population consists of all elderly in Ketapang Village, totaling 72 people, all of whom were included as the study sample. The instruments used are Food Frequency Questionnaires and constipation questionnaires. The statistical test used is the Kendall tau test with a 95% confidence level.

Results: The results show that out of 72 elderly individuals, 17 (23.6%) very rarely consume megono, 9 (12.5%) rarely consume megono, 17 (23.6%) often consume megono, and 29 (40.3%) very often consume megono. Additionally, 40 elderly individuals (55.4%) did not experience constipation, while 32 elderly individuals (44.6%) did experience constipation. The chi-square analysis showed a p-value of 0.002, indicating a significant relationship between megono consumption and the incidence of constipation among the elderly in Ketapang Village.

Conclusion: Megono consumption has a significant relationship with the incidence of constipation in the elderly in Ketapang Village.

Keywords: Megono, Constipation, Elderly.