

ABSTRAK

Jennifer Jesse Limanto (01071180049)

HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN KUALITAS TIDUR PADA SUBJEK TANPA *OBSTRUCTIVE SLEEP APNEA* (OSA) DI BEBERAPA SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA) DI KOTA KUPANG

(xvi+64 halaman: 2 gambar; 3 bagan; 11 tabel; 6 lampiran)

Jumlah populasi dunia yang mengalami obesitas kian hari semakin meningkat, hal ini menempatkan obesitas sebagai salah satu permasalahan yang menyita perhatian global. Obesitas menyebabkan banyak sekali gangguan, salah satunya adalah *Obstructive Sleep Apnea* (OSA) yang akan menimbulkan penurunan kualitas tidur seseorang. Penurunan pada kualitas tidur dapat mempengaruhi fungsi neuroendokrin hormon leptin dan ghrelin yang akhirnya menyebabkan peningkatan berat badan. Hubungan antara populasi obesitas yang mengalami OSA dengan penurunan kualitas tidur dapat dilihat sebagai suatu hubungan bidireksional, namun hubungan antara populasi obesitas yang tidak mengalami OSA dengan penurunan kualitas tidur masih belum diketahui dengan jelas.

Oleh karena itu penelitian ini dilakukan dengan tujuan mengetahui hubungan antara indeks massa tubuh dengan kualitas tidur pada subjek tanpa gejala OSA.

Penelitian ini menggunakan metode potong lintang (*cross sectional*) dengan melibatkan 206 subjek siswa SMA di Kota Kupang yang telah setuju untuk terlibat dan memenuhi kriteria penelitian. Pengambilan data dilakukan dari bulan Desember 2020 – Januari 2021, kemudian hasil yang diperoleh diolah dengan metode *chi-square* dan regresi logistik menggunakan program SPSS 25,0.

Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara IMT dengan kualitas tidur pada subjek tanpa gejala OSA yang memiliki kategori IMT obesitas dibandingkan dengan subjek yang memiliki kategori IMT normal serta normal dan kelebihan berat badan dengan P-value <0.05.

Kata Kunci: indeks massa tubuh, obesitas, kualitas tidur, siswa SMA
Referensi: 61 (2006-2021)

ABSTRACT

Jennifer Jesse Limanto (01071180049)

THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY MASS INDEX WITH SLEEP QUALITY IN SENIOR HIGH SCHOOL (SHS) STUDENTS WITHOUT OBSTRUCTIVE SLEEP APNEA (OSA) SYMPTOMS IN KUPANG.

(xvi+64 pages; 2 pictures; 3 charts; 11 tables; 6 attachments)

World population that develops obesity has increased significantly, this made obesity a problem that gained many global attention. Obesity leads to many disturbances in body function, such as Obstructive Sleep Apnea (OSA) which decreases sleep quality. Decreased sleep quality may affect neuroendocrine function the ghrelin and leptin hormone, which play a role in increasing body weight. There is a bidirectional relation between the obesity population that develop OSA and sleep quality, but the relation between the obesity population that didn't develop OSA and sleep quality are still poorly understood.

This study was conducted to learn the relation between body mass index and sleep quality among subjects without OSA symptoms.

This study used a cross sectional method with 206 senior high school students in Kupang that agree to contribute and already fulfill the research criteria. Data were collected from December 2020 – January 2021, then the results were analyzed with chi-square and logistic regression in SPSS 25.0.

This study found that there is a correlation between BMI and sleep quality among subjects without OSA symptoms that are categorized as obesity compared to subjects that categorized as normal and also among subjects that categorized as normal & overweight with P-value <0.05.

Keywords: *body mass index, obesity, sleep quality, senior high school student*

References: *61 (2006 – 2021)*