

## **ABSTRAK**

Alan Darma Saputra Mienarto (00000014692)

### **HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DENGAN INDEKS MASSA TUBUH MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS PELITA HARAPAN ANGKATAN 2015**

(xiv + 40 halaman: 1 gambar; 7 tabel; 4 lampiran)

#### **Latar Belakang**

Pada penelitian yang dilakukan oleh Vargas (2014) didapatkan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara kualitas tidur dengan IMT dengan  $p\ value=0,623$  sedangkan Mervin et al (2016) memberikan hasil  $p\ value=0.007$ . Melihat tingginya angka obesitas, rendahnya kualitas tidur pada mahasiswa kedokteran dan juga masih sedikitnya penelitian yang dilakukan pada mahasiswa kedokteran maka perlu untuk dilakukannya penelitian ini.

#### **Tujuan**

Mengetahui hubungan antara kualitas tidur dengan indeks massa tubuh mahasiswa fakultas kedokteran UPH angkatan 2015.

#### **Metode Penelitian**

Penelitian ini dilakukan dengan desain studi potong lintang (*cross sectional*). Target sampel pada penelitian ini adalah sebanyak 105 mahasiswa dari fakultas kedokteran UPH angkatan 2015. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah dengan cara *convenience sampling*.

#### **Hasil**

Didapatkan 110 sampel dengan 73% mahasiswa memiliki kualitas tidur yang buruk dan 58.8% dari mahasiswa tersebut memiliki IMT diluar batas normal. Studi ini memberikan hasil yaitu tidak ada hubungan antara kualitas tidur dan IMT dengan  $p=0.218$ .

#### **Kesimpulan**

Tidak adanya hubungan antara kualitas tidur dan IMT pada mahasiswa fakultas kedokteran UPH angkatan 2015.

**Kata Kunci:** Kualitas Tidur; Indeks Massa Tubuh

## **ABSTRACT**

Alan Darma Saputra Mienarto (00000014692)

### **THE CORRELATION BETWEEN SLEEP QUALITY AND BODY MASS INDEX IN PELITA HARAPAN UNIVERSITY MEDICAL STUDENTS BATCH 2015**

(xiv + 40 pages; 1 picture; 7 tables; 4 attachments)

#### **Background**

A research that was done by Vargas (2014) showed that there's no significant correlation between sleep quality and body mass index with p value=0.623 while other research by Mervin et al (2016) showed that there's significant correlation with p value=0.007. This research was done because seeing how high obesity prevalence, low sleep quality on medical students, and small number of research regarding correlation between sleep quality and body mass index.

#### **Aim**

To find the correlation between sleep quality and BMI in UPH medical students batch 2015.

#### **Methods**

This study uses a cross sectional study design. The target sample of this study is 105 medical students from UPH batch 2015. The sampling technique of this study is convenience sampling.

#### **Results**

From 110 sample, there's 73% of them which have poor sleep quality and 58.8% of them have BMI outside the normal range. This study shows that there's no correlation between sleep quality and BMI with  $p=0.218$ .

#### **Conclusion**

There's no correlation between sleep quality and BMI in medical students of UPH batch 2015.

**Keywords:** Sleep Quality; Body Mass Index