

ABSTRAK

Dyfrig Akbar Adyahtra (01071210183)

HUBUNGAN KELAINAN POLA MAKAN TERHADAP KUALITAS TIDUR MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS PELITA HARAPAN ANGGKATAN 2022 DAN 2023

(XVII + 63 halaman: 3 bagan; 7 tabel; 6 lampiran)

Latar belakang: Kelainan pola makan merupakan masalah perilaku yang sering terjadi pada usia remaja, hal ini dikarenakan masa remaja adalah masa dimana terjadi perubahan fisik dan psikologi yang signifikan. Kualitas tidur adalah kepuasan seseorang terhadap tidur, sehingga seseorang tersebut tidak memperlihatkan perasaan lelah, mudah terangsang dan gelisah, lesu dan apatis, kehitaman di sekitar mata, kelopak mata bengkak, konjungtiva merah, mata perih, perhatian terpecah-pecah, sakit kepala dan sering menguap atau mengantuk. Kelainan pola makan atau anoreksia dapat didefinisikan sebagai gangguan dalam perilaku makan dengan kekhawatiran yang berlebihan terhadap berat badan yang mengganggu kesehatan fisik atau fungsi psikososial. Salah satu faktor yang dapat menyebabkan gangguan kualitas tidur adalah kelainan pola makan atau anoreksia. **Tujuan:** Mengetahui hubungan kelainan pola makan terhadap kualitas tidur pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan Angkatan 2022 dan 2023.

Metodologi: Penelitian ini akan dilaksanakan menggunakan metode *cross-sectional* dan desain studi analitik komparatif kategorik tidak berpasangan. Data akan diperoleh menggunakan kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)* dan kuesioner *Eating Disorder Examination Questionnaire - Short (EDE-QS)*. Penelitian ini ditargetkan pada mahasiswa FK UPH Angkatan 2022 dan 2023, kemudian hasil data akan dikelompokkan dan disusun menggunakan *software Microsoft Excel*, dan dianalisis menggunakan *software SPSS Statistics* versi 26.0. Uji statistic akan menggunakan metode *Chi-square* atau uji *Fisher*.

Hasil: Dari sebanyak 173 responden, didapatkan sebanyak 48 sampel mengalami kelainan pola makan dengan kualitas tidur. Hubungan antara kelainan pola makan dan kualitas tidur memberikan hasil yang tidak signifikan berdasarkan uji *chi-square* dengan nilai p sebesar 0,169.

Kesimpulan: Tidak ditemukan adanya hubungan yang signifikan antara kelainan pola makan dan kualitas tidur pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Pelita Harapan Angkatan 2022 dan 2023

Kata Kunci: Kelainan pola makan atau anoreksia, Kualitas tidur

Referensi: 47 (2007-2023)

ABSTRACT

Dyfrig Akbar Adyahtra (01071210183)

THE RELATIONSHIP OF DIETARY DISORDERS ON SLEEP QUALITY OF MEDICAL FACULTY STUDENTS OF UNIVERSITAS PELITA HARAPAN CLASS OF 2022 AND 2023

Background: *Eating disorders are behavioral problems that often occur in adolescence, this is because adolescence is a period where significant physical and psychological changes occur. Sleep quality is a person's satisfaction with sleep, so that a person does not show feelings of fatigue, easily aroused and restless, lethargy and apathy, blackness around the eyes, swollen eyelids, red conjunctiva, sore eyes, fragmented attention, headaches and frequent yawning or drowsiness. Eating disorders or anorexia can be defined as a disorder in eating behavior with excessive concern for weight that interferes with physical health or psychosocial functioning. One of the factors that can cause sleep quality disorders is eating disorders or anorexia.*

Objectives: *To determine the effect of eating disorders on sleep quality in Pelita Harapan University Faculty of Medicine students in 2022 and 2023.*

Methodology: *This study will be conducted using cross-sectional method and unpaired categorical comparative analytic study design. Data will be obtained using the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) and Eating Disorder Examination Questionnaire - Short (EDE-QS) questionnaires. This study is targeted at UPH Faculty of Medicine students in 2022 and 2023, then the data results will be grouped and compiled using Microsoft Excel software, and analyzed using SPSS Statistics version 26.0 software. Statistical tests will use the Chi-square method or Fisher's test.*

Results: *Out of the 173 respondents, 48 samples were found to have eating disorders with sleep quality. The relationship between dietary disorders and sleep quality gave insignificant results based on the chi-square test with a p value of 0.169.*

Conclusion: *There was no significant relationship between dietary abnormalities and sleep quality among Pelita Harapan University medical faculty students in 2022 and 2023.*

Keywords: *Eating disorder or anorexia, Sleep quality.*

References: 47 (2007-2024)