

Hubungan antara obesitas dengan gangguan tidur pada anak usia sekolah dasar = The relationship between obesity and sleep disorders in primary school age children

Thong Felicia Melinda, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20421214&lokasi=lokal>

Abstrak

Pendahuluan: Obesitas terjadi karena adanya ketidakseimbangan energi. Akhir-akhir ini, prevalensi obesitas semakin meningkat karena adanya perubahan gaya hidup, termasuk pada anak. Prevalensi obesitas pada anak usia sekolah dasar di Jakarta mencapai 14% pada tahun 2013. Obesitas dapat menyebabkan berbagai macam gangguan, salah satunya adalah gangguan tidur. Akan tetapi, gangguan tidur yang terjadi pada anak sering kali diabaikan oleh orang tua, padahal dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan, gangguan kardiovaskular, gangguan fungsi kognitif dan gangguan perilaku sehari-hari. Oleh karena itu, perlu diketahui hubungan antara obesitas dengan gangguan tidur pada anak.

Metode: Penelitian ini dilakukan dengan desain penelitian cross-sectional pada 107 anak di Sekolah Dasar Negeri (SDN) 01 Menteng Jakarta pada bulan September 2015. Data yang diperoleh akan dianalisis menggunakan uji chi-square.

Hasil: Dari pengukuran antropometri didapatkan 20,56% subjek mengalami obesitas serta 62,63% subjek mengalami gangguan tidur. Hasil analisis statistik menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara obesitas dengan gangguan tidur ($p=0,037$).

Diskusi: Prevalensi obesitas anak sekolah dasar di SDN 01 Menteng jauh lebih tinggi bila dibandingkan di DKI Jakarta. Prevalensi gangguan tidurnya juga lebih tinggi bila dibandingkan dengan penelitian lain.

Gangguan tidur paling banyak disebabkan oleh kurangnya durasi tidur malam yang dipengaruhi oleh kebiasaan tidur anak dan pendapat orangtua mengenai pola tidur anak. Terdapat hubungan yang bermakna antara obesitas dengan gangguan tidur sehingga anak yang obesitas cenderung mengalami gangguan tidur.

.....**Introductions:** Obesity occurs because of an imbalance of energy. Lately, the prevalence of obesity has increased due to changes in lifestyle, including in children. The prevalence of obesity in primary school aged children in Jakarta reached 14% in 2013. Obesity can cause a variety of disorders, one of which is sleep disorders. However, sleep disorders in children is often overlooked by parents, even though sleep disorders can cause growth disorders, cardiovascular disorders, impaired cognitive function and behavioral disorders. Therefore, it is necessary to know the relationship between obesity and sleep disorders in children.

Methods: This research was conducted with a cross-sectional study design on 107 children in Sekolah Dasar Negeri 01 Menteng Jakarta in September 2015. The data were analyzed using chi-square.

Results: Antropometri of measurements obtained 20.56% of the subjects were obese and 62.63% of the subjects experienced sleep disorders. Statistical analysis showed there is a significant association between obesity and sleep disorders ($p = 0.037$).

Discussions: The prevalence of child obesity in SDN 01 Menteng much higher than in Jakarta. The prevalence of sleep disorders is also higher when compared to other studies. Sleep disorder most often caused by lack of sleep duration at night and influenced by the child's sleep habits and parents' opinions regarding the child's sleep patterns. There is a significant association between obesity and sleep disorders so

that children who are obese tend to experience sleep disorders.