

Pengaruh Durasi Tidur terhadap Perubahan Indeks Massa Tubuh pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia = Effect of Sleep Duration on Changes in Body Mass Index of Freshman Year Students of Faculty of Medicine University of Indonesia

Mochammad Aris Arfiansyah, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20500479&lokasi=lokal>

Abstrak

Latar Belakang: Obesitas merupakan suatu kondisi patologis yang dapat ditemui pada seluruh kelompok umur tidak terkecuali remaja dan dewasa muda. Mahasiswa kedokteran tahun pertama termasuk ke dalam kelompok usia yang juga memiliki risiko untuk mengalami obesitas. Tujuan: Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara durasi tidur terhadap perubahan indeks massa tubuh (IMT) pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia (FKUI) Metode: Studi observasional kohort retrospektif dilakukan pada 154 orang mahasiswa tahun pertama FKUI. Pengambilan data didapat dari Klinik Makara UI pada bulan Mei dan Juli 2018 dan melalui kuesioner pada bulan Mei 2019 dalam bentuk berat badan, tinggi badan, sosiodemografi dan durasi tidur subjek per hari. Berat badan dan tinggi badan digunakan untuk menghitung IMT yang kemudian digunakan untuk menganalisis perubahan IMT subjek selama masa perkuliahan tahun pertama menggunakan uji nonparametrik Wilcoxon. Selain itu, menguji hubungan antara durasi tidur terhadap perubahan indeks massa tubuh menggunakan uji Chi-square. Hasil: Didapatkan perbedaan rerata berat badan dan tinggi pada awal dan akhir studi yang signifikan ($p=0,012$ dan $p<0,01$), rata-rata penambahan berat badan sebesar 0,43 kg dan rata-rata perubahan tinggi sebesar 0,5 cm. Tidak didapatkan perbedaan proporsi IMT yang berbeda bermakna ($p=0,346$). Diketahui pula hubungan antara durasi tidur dengan perubahan IMT mahasiswa tahun pertama FKUI sebesar $p=0,491$. Kesimpulan: Mahasiswa tahun pertama FKUI tidak mengalami perubahan IMT yang bermakna selama satu tahun pertama kuliah kedokteran dan tidak ada hubungan antara durasi tidur terhadap perubahan IMT.

.....Background: Obesity is a pathological condition that can be found in all age groups including adolescent and young adult. Freshman year medical students who are belong to those two populations also have a risk of suffering obesity. Objective: This study was done to find the effect of sleep duration on changes in body mass index (BMI) of freshman year students of Faculty of Medicine University of Indonesia (FMUI) Methods: Observational study retrospective cohort was conducted on 154 freshman year students of FMUI. Data were collected from Klinik Makara UI on May and July 2018 and through questionnaires on May 2019 in the form of subjects' weight, height, sociodemographic and sleep duration per day. Weight and height were used to calculated BMI which was then used to analyze changes in subjects' BMI during the first year in college using nonparametric test Wilcoxon. In addition, the relationship between sleep duration and changes in subjects' BMI was tested using Chi-square test. Results: There were significant differences in the mean of weight and height at the beginning and the end of the study ($p=0.012$ and $p<0.01$), weight gain averaged 0.43 kg and changes in height averaged 0.5 cm. There were no significant differences in the proportion of subjects' BMI ($p=0.346$). It was known that relationship between sleep duration and changes in subjects' BMI was $p=0,491$ Conclusion: Freshman year students of FMUI did not experience significant changes in BMI during their first year of medical college and there was no relationship between sleep duration and changes in BMI.