

Gambaran Prevalensi dan Faktor Risiko Sindrom Makan Malam Pada Dewasa Muda di Indonesia

Utami, Fenia

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=136511&lokasi=lokal>

Abstrak

<div style="text-align: justify;">Dewasa muda merupakan fase peralihan yang mana pada fase ini rentan untuk mengembangkan gangguan makan termasuk sindrom makan malam. Sindrom makan malam dapat menyebabkan obesitas yang menjadi pemicu penyakit kronis lainnya. Prevalensi sindrom makan malam di Indonesia belum diketahui dan masih sedikitnya penelitian terkait faktor risiko sindrom makan malam sehingga perlu dilakukan penelitian ini. Tujuan penelitian ini, yaitu mengetahui prevalensi sindrom makan malam pada kelompok dewasa muda di Indonesia dan menganalisis hubungan sindrom makan malam terhadap kualitas tidur dan aktivitas fisik. Desain studi penelitian menggunakan cross-sectional dengan menggunakan teknik sampling purposive sampling dengan responden dewasa muda di Pulau Jawa. Prevalensi sindrom makan malam sebesar 46,2%. Kualitas tidur merupakan faktor risiko terjadinya sindrom makan malam (Nilai PR= 2,25). Efek gabungan kualitas tidur dan aktivitas fisik terbesar terjadi pada kelompok kualitas tidur buruk dan aktivitas fisik kurang (Nilai PR = 2,19). Pekerja dengan kualitas tidur buruk dan aktivitas fisik kurang memiliki risiko mengalami sindrom makan malam terbesar (nilai PR= 2,87). Sosial media, tingkat pendapatan > 5 juta, jenis pekerjaan sebagai pekerja merupakan variabel konfounding. Prevalensi sindrom makan malam pada dewasa muda di Indonesia sebesar 46,2% dan kualitas tidur menjadi faktor yang paling mempengaruhi terjadinya sindrom makan malam. </div><hr /><div style="text-align: justify;">Young adulthood is a transitional phase prone to developing night-eating syndrome. Night eating syndrome can lead to obesity which triggers other chronic diseases. The prevalence of night-eating syndrome in Indonesia is unknown, and limited studies regarding night-eating syndrome in Indonesia. This study aimed to determine the prevalence of night eating syndrome in young adults in Indonesia and analyze the relationship of night eating syndrome to sleep quality and physical activity. The research design used a cross-sectional and purposive sampling technique with young adult respondents in Java Island as the sample. The prevalence of night eating syndrome was 46.2%. Sleep quality is a risk factor for night-eating syndrome (PR value = 2.25). The combined effect of sleep quality and physical activity was most significant in the poor sleep quality and physical activity group (PR value = 2.19). Workers with poor sleep quality and less physical activity had the most important risk of developing night-eating syndrome (PR value = 2.87). Social media, income level > 5 million, and type of work as a worker are confounding variables. The prevalence of night-eating syndrome in young adults in Indonesia is 46.2%, and sleep quality is the most influential factor in night-eating syndrome.</div>