

FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR

Skripsi, 27 Februari 2019

M.YUSRIL IHZANUL HIKMAH S.

NIM 10542 0631 15

(Pembimbing Skripsi : dr. Ummu Kalzum Malik M.Med.Ed)

HUBUNGAN WAKTU TIDUR DENGAN STATUS GIZI ANAK REMAJA
SMAN 17 MAKASSAR

(vi+55 halaman, 8 tabel, 4 gambar, 5 lampiran)

ABSTRAK

Latar Belakang: Telah diketahui bahwa perubahan perkembangan dalam fisiologi tidur dan tekanan sosial, memendekkan jumlah tidur yang remaja dapatkan pada hari sekolah. Remaja juga menunjukkan penurunan tajam dalam durasi tidur selama beberapa dekade terakhir dibandingkan dengan anak-anak yang lebih muda atau orang dewasa.

Tujuan Penelitian: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara waktu tidur dengan status gizi pada anak remaja di SMAN 17 Makassar.

Metode Penelitian: Rancangan penelitian ini adalah *analitik observasional* dan desain penelitian ini adalah *cross sectional study*.

Hasil: Status gizi yang tidak normal lebih tinggi terjadi pada mereka yang waktu tidurnya dikategorikan tidak baik yaitu sebanyak 33,3% Sedangkan yang status gizi tidak normal pada siswa yang waktu tidurnya dikategorikan baik sebanyak 5,8%. status gizi yang tidak normal lebih tinggi terjadi pada mereka yang lama tidurnya dikategorikan tidak baik yaitu sebanyak 21,9% Sedangkan yang status gizi dikategorikan tidak normal pada siswa yang lama tidurnya baik sebanyak 17,2%.

Kesimpulan: tidak ada hubungan yang signifikan antara waktu tidur dengan status gizi. Dan tidak ada hubungan yang signifikan antara lama tidur dengan status gizi siswa kelas XII SMAN 17 Makassar.

Kata Kunci: Waktu tidur, Lama tidur, Remaja, Status gizi

**MEDICAL FACULTY
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR
Undergraduate Thesis, 27th February 2019**

M. YUSRIL IHZANUL HIKMAH S.

NIM 10542 0631 15

(Thesis Advisor : Ummu Kalzum Malik, MD M.Med.Ed)

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SLEEPING TIME TOWARD
NUTRITIONAL STATUS OF ADOLESCENT IN SMAN 17 MAKASSAR**

(vi+55 pages, 8 tables, 4 pictures, 4 appendices)

ABSTRACT

Background: We have known that developmental changes in Sleep physiology and social pressure, have shortened sleep time for adolescence in school days. Adolescent shown sharp decline in sleep duration over the last decade compared to children and adult.

Purpose: This study aims to determine the relationship between sleeping time toward nutritional status of adolescent in SMAN 17 Makassar

Method: The study design was *observational analytical* and design was *cross sectional study*.

Result: Abnormal nutritional status is higher in those who are categorized as poor sleep time as much as 33.3%, while those with abnormal nutritional status in students whose sleep time is categorized as good as 5.8%. Abnormal nutritional status is higher in those with sleep times which are categorized as not good at 21.9%. Whereas nutritional status is categorized as abnormal in students with good sleep duration at 17.2%.

Conclusion: This Study shown that there are no significant relationship between sleep time toward nutritional status. And there are no significant relationship between sleep duration toward nutritional status of XII grade students in SMAN 17 Makassar.

Keywords Sleep time, Sleep duration, Adolescent, Nutritional Status.