



UNIVERSITAS ANDALAS

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN *NIGHT EATING SYNDROME (NES)* PADA MAHASISWA FAKULTAS TEKNIK ANGKATAN 2021 UNIVERSITAS ANDALAS TAHUN 2024

Oleh :

Radhyana Putri Vhastia Rusli

No. BP. 2011221019

Pembimbing I : Dr. Idral Purnakarya, S.K.M., M.K.M.

Pembimbing II : Ice Yolanda Puri, S.Si.T, M.Kes., Ph.D.

**Diajukan Sebagai Pemenuhan Untuk Mendapatkan
Gelara Sarjana Gizi**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG, 2024**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS
Skripsi, Agustus 2024
Radhyana Putri Vhastia Rusli, No.BP.2011221019**

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN *NIGHT EATING SYNDROME (NES)* PADA MAHASISWA FAKULTAS TEKNIK ANGKATAN 2021 UNIVERSITAS ANDALAS TAHUN 2024
xi + 83 halaman, 10 tabel, 3 gambar, 16 lampiran

ABSTRAK

Tujuan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan *Night Eating Syndrome (NES)* pada mahasiswa Fakultas Teknik angkatan 2021 Universitas Andalas tahun 2024.

Metode

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini ialah 225 mahasiswa angkatan 2021 Fakultas Teknik Universitas Andalas yang di ambil dengan teknik *proportional random sampling*. Data penelitian dikumpulkan dengan cara pengukuran antropometri, wawancara, dan pengisian angket. Data dianalisis secara univariat dan bivariat. Hubungan variabel diuji menggunakan uji *chi-square* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$).

Hasil

Hasil penelitian menunjukkan 24,9% mahasiswa mengalami *NES*. 84,4% mahasiswa tergolong memiliki kualitas tidur yang buruk, 38,7% mahasiswa memiliki aktivitas fisik kategori ringan, 76% mahasiswa memiliki status gizi tidak gemuk, dan 97,3% mahasiswa memiliki asupan energi kurang. Terdapat hubungan yang bermakna antara kualitas tidur ($p=0,027$;POR=4,127;95% CI=1,212-14,050), aktivitas fisik ($p=0,009$) dengan *NES* pada mahasiswa Fakultas Teknik. Mahasiswa yang memiliki aktivitas fisik ringan 2,9 kali lebih berisiko dibandingkan dengan mahasiswa yang memiliki aktivitas fisik tinggi (POR=2,989;95% CI=1,352-6,609), sedangkan mahasiswa yang memiliki aktivitas fisik sedang memiliki risiko yang sama dengan mahasiswa yang memiliki aktivitas fisik tinggi (POR=1,043;95% CI=0,510-2,135). Tidak ditemukan hubungan yang bermakna antara status gizi ($p=0,362$), asupan energi ($p=0,640$) dengan *NES* pada mahasiswa Fakultas Teknik.

Kesimpulan

Kualitas tidur dan aktivitas fisik memiliki hubungan yang signifikan dengan *NES* pada mahasiswa Fakultas Teknik. Status gizi dan asupan energi tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan *NES* pada mahasiswa Fakultas Teknik.

Daftar Pustaka : 114 (1997-2024)

Kata kunci : Aktivitas Fisik, Asupan Energi, Kualitas Tidur, *Night Eating Syndrome (NES)*, Status Gizi.

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH
ANDALAS UNIVERSITY
Undergraduate Thesis, August 2024
Radhyana Putri Vhastia Rusli, No. BP. 2011221019**

***FACTORS ASSOCIATED WITH NIGHT EATING SYNDROME (NES) AMONG
ENGINEERING STUDENTS OF ANDALAS UNIVERSITY ADMISSION 2021
IN 2024***

xi + 83 pages, 10 tables, 3 pictures, 16 appendices

ABSTRACT

Objective

The research aim to identify the factors associated with *Night Eating Syndrome (NES)* among engineering students of Andalas University admission 2021 in 2024.

Method

This study is a cross-sectional research study. The sample consisted of 225 engineering students of Andalas University admission 2021. Data was selected using proportional random sampling. Data were collected through anthropometric measurement, interviews, and questionnaire completion. Data were analyzed using univariate and bivariate analysis methods. The relationships between variables were examined using the chi-square test at a 95% confidence level ($\alpha=0,05$).

Result

The results indicated that 24,9% of the students were diagnosed with *NES*. Additionally, 84,4% had poor sleep quality, 38,7% had light physical activity, 76% had non-obese nutritional status, and 97,3% had insufficient energy intake. Significant associations were found between sleep quality ($p=0,027$;POR=4,127;95% CI=1,212-14,050) and physical activity ($p=0,009$) with *NES* among engineering students. Student with low physical activity had a 2,9-fold higher risk than those with high physical activity (POR=2,989;95% CI=1,352-6,609). However, students with moderate physical activity had the same risk with high physical activity (POR=1,043;95% CI=0,510-2,135). There was no significant between nutritional status ($p=0,362$) and energy intake ($p=0,640$) with *NES* among engineering students.

Conclusion

Sleep quality and physical activity were significantly associated with *NES* among engineering students. There was no significant between nutritional status and energy intake with *NES* among engineering students.

Bibliography : 114 (1997-2024)

Keywords : Physical Activity, Energy Intake, Sleep Quality, *Night Eating Syndrome (NES)*, Nutritional Status.