

ABSTRAK

Nama : Carnadi
Program Studi : Kedokteran
Judul Skripsi : Hubungan Obesitas terhadap Insomnia pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung Jakarta Timur dan Tinjauannya Menurut Pandangan Islam

Latar Belakang : Beberapa studi menjelaskan bahwa penurunan waktu tidur merupakan faktor yang berperan dalam peningkatan obesitas. Rerata orang di Amerika Serikat memiliki waktu tidur yang berkurang satu hingga dua jam dibandingkan 40 tahun yang lalu. Prevalensi obesitas menjelang lansia sampai lansia (kelompok umur 55-64 tahun, 65-74 tahun dan 75+ tahun), didapatkan kelompok umur 55-64 tahun yang obesitasnya paling tinggi. Islam menekankan mengatur ritme hidup dengan tidur cukup, istirahat cukup, di samping hak – haknya kepada Allah melalui ibadah.

Tujuan : Mengetahui hubungan obesitas terhadap insomnia pada lansia di panti sosial tresna werdha budi mulia 1 cipayung jakarta timur. Adapun tujuan khususnya meliputi mengetahui jumlah insomnia dan obesitas

Metode : Penelitian ini menggunakan metode penelitian cross sectional deskriptif analitik, karena subjek diobservasi satu kali saja dan pengukuran variabel dilakukan saat yang bersamaan. Mengetahui hubungan Obesitas lewat IMT dan lingkaran perut responden dengan insomnia lewat wawancara langsung pada lansia di panti sosial tersebut. Dengan menggunakan rumus Lemeshow didapatkan jumlah responden 100 sampel

Hasil : Hasil menyatakan bahwa dari 150 responden, lebih dari setengah responden dengan obesitas mengalami insomnia, yaitu sebanyak 57 responden (55,9%). Selanjutnya, responden dengan tidak obesitas umumnya insomnia juga, yaitu sebanyak 32 responden (66,7%). Berdasarkan hasil pengujian uji chi kuadrat, didapat *p-value* sebesar 0,282.

Kesimpulan : Berdasarkan hasil penelitian hubungan obesitas terhadap insomnia pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha budi mulia 1 Cipayung Jakarta Timur bahwa tidak terdapat hubungan antara obesitas dengan insomnia di Panti Sosial tersebut. Walaupun secara penilitan tidak ada hubungan antara Obesitas dan Insomnia, akan tetapi dalam pandangan Islam meghindari terjadinya obesitas serta insomnia hukumnya wajib karena sesuai dengan kaidah fiqh *Maqashid Asy-Syari'ah* khususnya *hifzh al-'aql* peringkat *tahsiniyyah* dan *hifdz al-nafs* peringkat *hajjiyah* Jika diabaikan akan mengancam akal dan jiwa.

Kata Kunci : Obesitas, Insomnia, Lansia

ABSTRACT

Name : Carnadi
Study Program : Medicine
Title : Relationship of Obesity to Insomnia in the Elderly at Tresna Werdha Budi Mulia 1 Social Home Cipayung, East Jakarta and Its Overview According to Islam View

Background : Some studies have explained that decreased in sleep time is a contributing factor in the increase in obesity. Average people in the United States have a bedtime that decreases one to two hours compared to 40 years ago. The prevalence of obesity by the elderly to the elderly (age group of 55-64 years, 65-74 years and 75 + years), obtained a group of 55-64 years of age with the highest obesity count. Islam emphasizes regulating the rhythm of life with enough sleep, adequate rest, in addition to the right to God through worship.

Objective : Knowing the relationship of obesity to insomnia in the elderly in the social orphanage Tresna home Budi Mulia 1 in East Jakarta. The objectives in particular include the understanding of insomnia and obesity

Methods : This study uses the analytical descriptive cross sectional research method, because the subject is one-time observation and variable measurements are performed at the exact same time. Finding out the relationship of obesity through BMI and abdominal circumference of the respondent with insomnia is through a direct interview with the elderly in the social orphanage. By using the Lemeshow formula obtained the number of respondents 100 samples

Results : The results stated that from 150 respondents, more than half of the respondents with obesity had insomnia, which was 57 respondents (55.9%). Furthermore, respondents with no obesity generally had insomnia, as much as 32 respondents (66.7%). Based on the test results of chi squared testing, a P-value of 0.282 was obtained.

Conclusion : Based on the research results there is no relationship between obesity and insomnia in the Tresna Werdha Social orphanage Budi Mulia 1 Cipayung East Jakarta. Although there is no connection between obesity and Insomnia, according to Islam, avoiding obesity is mandatory because in accordance with the principles of Fiqh Maqashid Al-Syariah, especially Hifz al-'AQL rank Tahsiniyyah and Hifdz An-nafs ranking Hajjiyah if ignored will threaten the mind and soul.

Keywords : obesity, Insomnia, elderly