

HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DAN INDEKS MASSA TUBUH TERHADAP TINGKAT KONTROL ASMA DI RSUD KOTA BEKASI TAHUN 2019

Winda Hayati Ginting

Abstrak

Asma merupakan obstruksi pada jalan napas yang disebabkan oleh beberapa faktor. Salah satu faktor pemicu terjadinya asma adalah kualitas tidur dan indeks massa tubuh. Kualitas tidur yang buruk adalah dimana seseorang susah memulai dan mempertahankan tidur. Sedangkan indeks massa tubuh adalah cara sederhana untuk mengetahui status gizi pada orang dewasa. Kualitas tidur yang buruk disertai dengan IMT yang tidak terkontrol akan menyebabkan pasien rentan inflamasi sehingga rentan untuk kekambuhan asma. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kualitas tidur dan indeks massa tubuh dengan tingkat kontrol asma pada pasien asma dewasa di RSUD Kota Bekasi Tahun 2019 dengan menggunakan kuesioner *asthma control test*, *Pittsburgh Sleep Quality* dan rekam medik. Penelitian ini adalah penelitian analitik observasional dengan desain *cross sectional* dan analisis data *Chi-Square*. Hasil penelitian terhadap 42 sampel yang diambil dengan menggunakan teknik *consecutive sampling*. Ditemukan hubungan yang bermakna antara tingkat kontrol asma dengan kualitas tidur ($p=0,021$) dan ditemukan hubungan yang tidak bermakna antara tingkat kontrol asma dengan indeks massa tubuh ($p=0,958$).

Kata Kunci : Kualitas Tidur, Indeks Massa Tubuh, Asma Bronkhial, Tingkat Kontrol Asma

RELATIONSHIP OF SLEEP QUALITY AND BODY MASS INDEX WITH LEVELS OF ASTHMA CONTROL IN ADULT ASTHMA PATIENTS AT RSUD BEKASI IN 2019

Winda Hayati Ginting

Abstract

Asthma is an obstruction of the airway caused by several factors. One of the triggers for asthma is sleep quality and body mass index. Poor sleep quality is where one has difficulty starting and maintaining sleep. Whereas body mass index is a simple way to find out nutritional status in adults. Poor sleep quality accompanied by uncontrolled BMI will make the patient susceptible to inflammation so it is prone to recurrence of asthma. This study aims to determine the relationship of sleep quality and body mass index with the level of asthma control in adult asthma patients in Bekasi City Hospital in 2019 by using the asthma control test questionnaire, Pittsburgh Sleep Quality and medical records. This research is an observational analytic study with cross sectional design and Chi-Square data analysis. The results of a study of 42 samples taken using the consecutive sampling tecnic. A significant relationship was found between the level of asthma control and sleep quality ($p = 0.021$) and a non-significant relationship was found between the level of asthma control and body mass index ($p = 0.958$).

Keyword : Sleep Quality, Body Mass Index, Bronchial Asthma, Asthma Control Levels