

**HUBUNGAN KEJADIAN *NIGHT EATING SYNDROME* (NES)
DENGAN *HEALTH-RELATED QUALITY OF LIFE* (HRQOL)
PADA MAHASISWA AKHIR PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**



SKRIPSI

Oleh:

Ilma Adilla Syahida

NIM : 04021281924030

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
BAGIAN KEPERAWATAN FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
INDRALAYA, JULI 2023**

**HUBUNGAN KEJADIAN *NIGHT EATING SYNDROME* (NES)
DENGAN *HEALTH-RELATED QUALITY OF LIFE* (HRQOL)
PADA MAHASISWA AKHIR PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**



SKRIPSI

**Diajukan sebagai persyaratan untuk memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan**

Oleh:

Ilma Adilla Syahida

NIM : 04021281924030

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
BAGIAN KEPERAWATAN FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
INDRALAYA, JULI 2023**

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda-tangan di bawah ini:

Nama : Ilma Adilla Syahida

NIM : 04021281924030

Dengan sebenarnya menyatakan bahwa skripsi ini saya susun tanpa tindakan plagiarisme sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Program Studi Keperawatan Universitas Sriwijaya. Jika di kemudian hari ternyata saya melakukan tindakan plagiarisme, saya bertanggung jawab sepenuhnya dan menerima sanksi yang dijatuhkan oleh Universitas Sriwijaya kepada saya.

Indralava, 26 Juli 2023


Ilma Adilla Syahida)

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
BAGIAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN**

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

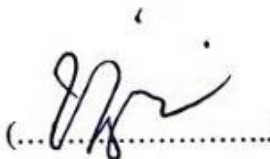
NAMA : ILMA ADILLA SYAHIDA
NIM : 04021281924030
JUDUL PENELITIAN : HUBUNGAN KEJADIAN NIGHT EATING
SYNDROME (NES) DENGAN HEALTH-RELATED
QUALITY OF LIFE (HRQOL) PADA MAHASISWA
AKHIR PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA

PEMBIMBING SKRIPSI

1. Fuji Rahmawati, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198901272018032001

()

2. Nurna Ningsih, S.Kp., M.Kes
NIP. 197307172001122002

()

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Nama : Ilma Adilla Syahida
Nim : 04021281924030
Judul : Hubungan Kejadian *Night Eating Syndrome* (NES) dengan *Health-Related Quality Of Life* (HRQoL) Pada Mahasiswa Akbir Program Studi Keperawatan Universitas Sriwijaya

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya pada tanggal ... Juli 2023 dan telah diterima guna memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Keperawatan.

Indralaya, Juli 2023

Pembimbing 1

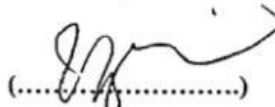
Fuji Rahmawati, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198901272018032001

(.....

.....)

Pembimbing 2

Nurma Ningsih, S.Kp., M.Kes
NIP. 197307172001122002

(.....

.....)

Penguji 1

Jaji, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 197605142009121001

(.....

.....)

Penguji 2

Firnaliza Rizona, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198911022018032001

(.....

.....)

Mengetahui,

Koordinator Program Studi
Keperawatan

Eka Yulia Fitri, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198407012008122001



**UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
BAGIAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN**

**Skripsi, Juli 2023
Ilma Adilla Syahida**

**HUBUNGAN KEJADIAN NIGHT EATING SYNDROME (NES) DENGAN
HEALTH-RELATED QUALITY OF LIFE (HRQOL) PADA MAHASISWA
AKHIR PROGRAM STUDI KEPERAWATAN UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

xviii + 76 + 9 tabel + 1 skema + 9 lampiran

ABSTRAK

Kualitas hidup pada individu dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satu diantaranya adalah munculnya gangguan makan. *Night Eating Syndrome* (NES) sebagai gangguan makan yang dipengaruhi oleh tingkat stress ditandai dengan mengonsumsi makanan secara berlebihan pada malam hari dapat terjadi pada berbagai individu di berbagai kelompok usia, termasuk mahasiswa akhir. Mahasiswa akhir memiliki kewajiban untuk menyelesaikan tugas akhir yang dalam prosesnya dapat memicu timbulnya stres dan dapat menimbulkan terjadinya NES. Hubungan antara NES dengan kualitas hidup belum banyak dieksplorasi, sehingga peneliti mengangkat topik ini. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara NES dengan HRQoL. Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif *non-experimental* dengan rancangan *cross-sectional*. Penelitian ini dilakukan secara daring menggunakan *Google Formulir* selama 3 hari pada 70 mahasiswa akhir angkatan 2019 Program Studi Keperawatan. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini dengan menggunakan teknik *total sampling*. Berdasarkan hasil uji *chi-square* menunjukkan bahwa terdapat signifikansi hubungan yang berbeda antara NES dengan *Physical Component Summary* (PCS) dan NES dengan domain *Mental Component Summary* (MCS). Pada uji *Chi-Square* ditemukan terdapat hubungan yang signifikan antara NES dengan domain PCS dengan *p-value* < 0.05 yaitu 0.041, namun tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara NES dengan domain MCS dengan *p-value* > 0.05 yaitu 0.693. Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya NES pada individu tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap komponen mental HRQoL individu, sebaliknya, NES pada individu menunjukkan memiliki pengaruh signifikan dengan komponen fisik individu. Penelitian berikutnya perlu mempertimbangkan faktor-faktor lain yang mungkin berkontribusi pada HRQoL, serta menganalisis variabel-variabel tambahan yang relevan untuk mendapatkan pemahaman yang lebih lengkap tentang hubungan antara NES dan HRQoL.

Kata Kunci : Kualitas Hidup Terkait Kesehatan; Sindrom Makan Malam (SMM); Mahasiswa

Literatur : 54 (1993 – 2023)

**SRIWIJAYA UNIVERSITY
MEDICAL SCHOOL
NURSING SECTION
NURSING STUDY PROGRAM**

**Undergraduate Thesis, July 2023
Ilma Adilla Syahida**

THE ASSOCIATION BETWEEN NIGHT EATING SYNDROME AND HEALTH-RELATED QUALITY OF LIFE AMONG FINAL STUDENT OF THE NURSING STUDY PROGRAM, SRIWIJAYA UNIVERSITY

xviii + 76 + 9 tables + 1 schemes + 9 attachments

ABSTRACT

Quality of life in individuals is influenced by various factors, one of which is the emergence of eating disorders. Night Eating Syndrome (NES), as an eating disorder influenced by stress levels, is characterized by excessive food consumption at night and can occur in various individuals of different age groups, including senior college students. Senior college students have the responsibility to complete their final projects, which in the process can trigger stress and lead to the occurrence of NES. The relationship between NES and quality of life has not been extensively studied, thus the researchers addressed this topic. This study aims to investigate the relationship between NES and HRQoL. This study is a non-experimental quantitative research with a cross-sectional design. The study was conducted online using Google Forms for 3 days on 70 senior college students from the 2019 batch of the Nursing Program. The sampling technique used in this study was total sampling. Based on the results of the chi-square test, there is a significant difference in the relationship between NES and the Physical Component Summary (PCS) and NES with the Mental Component Summary (MCS). The Chi-Square test showed a significant relationship between NES and the PCS domain with a p-value < 0.05, specifically 0.041, but no significant relationship was found between NES and the MCS domain with a p-value > 0.05, specifically 0.693. The results of this study indicate that the presence of NES in individuals does not significantly affect the mental component of HRQoL, whereas NES in individuals shows a significant effect on the physical component. Subsequent research should consider other factors that may contribute to HRQoL, as well as analyze additional relevant variables to gain a more comprehensive understanding of the relationship between NES and HRQoL.

Keywords: *Health-Related Quality of Life (HRQoL); Night Eating Syndrome (NES); Student*

Bibliography: *54 (1993 – 2023)*

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Identitas Diri

Nama : Ilma Adilla Syahida
Tempat/Tanggal Lahir : Depok, 8 Februari 2002
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Nama Ayah : Ir. Udin Muhammad Zainudin
Nama Ibu : Dyah Nurmasari
Alamat : Jl. Pekapuran, Gg. 1000, RT 005 RW 005, No. 27, Kel. Sukamaju Baru, Kec. Tapos, Kota Depok
Email : ilma.syahida27@gmail.com

Riwayat Pendidikan

Tahun 2005 – 2007 : TK Gita Kota Depok
Tahun 2007 – 2013 : SD Negeri Sindangkarsa 1 Kota Depok
Tahun 2013 – 2016 : SMPIT At-Taufiq Kota Depok
Tahun 2016 – 2019 : SMA Negeri 3 Depok
Tahun 2019 – 2022 : S-1 Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya, Ogan Ilir, Sumatera Selatan

Riwayat Organisasi

Tahun 2020 – Sekarang : Anggota Divisi Public Relation Forum Alumni Rohis (FAIS) SMAN 3 Depok
Tahun 2020 – 2022 : Kepala Departemen Nisa'iyah LDPS SAHARA
Tahun 2019 – 2022 : Anggota Divisi Kajian Ilmiah Forum Kajian Ilmiah (FKIA) FK UNSRI

HALAMAN PERSEMBAHAN

Perjalanan menyelesaikan tugas akhir dan perkuliahan selama 4 tahun ini tidaklah mudah, Langkah yang kupijak teriring doa dan harapan orang-orang terkasih akan hadirnya versi terbaik dari diriku. Orang-orang yang mendengar harapan dan mimpiku, orang-orang yang mengetahui seluruh kisah jatuh dan bangunku, mereka adalah orang-orang yang dikirimkan Allah SWT untuk kebersamaiku sebagai pengingat bahwa aku merupakan hamba yang beruntung.

Terima kasih kepada orang tuaku tercinta, Ayah dan Ibu yang selalu memberikan semangat dan dukungan dengan cinta dan kasih sayang yang selalu menyertakan namaku dalam doa. Insya Allah, aku akan terus berusaha untuk menjadi anak yang membanggakan.

Doakan anakmu untuk terus berjuang mengejar mimpinya, terus bangkit meskipun terasa sangat sulit.

Teruntuk kakak-kakak ku, Mas Irham, Mbak Nisa (a.k.a Kak Ros), Mas Imam, Mas Izham, Mbak Ratih, Mas Arif, Kak Aini, dan Kak Rahma, terima kasih atas dukungannya kepada adik bungsu kalian yang menggemaskan ini baik secara moril dan materiil.

Dosen pembimbingku (Ibu Fuji Rahmawati dan Ibu Nurna Ningsih), terima kasih atas segala ilmu dan kesabaran yang telah diberikan selama membimbing saya, sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

Dosen pengujiku (Pak Jaji dan Ibu Fernaliza Rizona), terima kasih telah memberikan masukan yang sangat berarti dalam penyusunan skripsi ini.

Seluruh dosen dan staff Program Studi Keperawatan Universitas Sriwijaya yang telah memberikan bimbingan, nasihat dan pelajaran yang sangat berarti bagiku selama 4 tahun ini untuk menjadi individu yang lebih baik.

Sahabat-sahabatku tercinta geng “Lost in Palembang” (Dini Dwi Puspita, Rizky Oktarina, Rina Widayani, Anisa Putri dan Popy Dwi Kusuma) terima kasih telah kebersamaiku dalam suka, duka, serta ‘kerecehan’ yang tidak ada habisnya selama 4 tahun perkuliahan ini.

Aliefia Annisa Wahid yang juga telah kebersamaiku dalam jatuh dan bangkit selama perkuliahan serta kehidupan asmara selama perkuliahan sebagai “*a hopeless romantic and dramatic 21 y.o Ilma*”.

Teman-teman seperjuangan di PSIK UNSRI khususnya angkatan 2019, terima kasih atas kebersamaan dan telah berjuang bersama sampai meraih cita-cita.

-You Only Live Once-

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa karena berkat karunia dan hidayah-Nya peneliti dapat menyelesaikan laporan skripsi yang berjudul “Hubungan Kejadian *Night Eating Syndrome* (NES) dengan *Health-Related Quality of Life* (HRQoL) pada Mahasiswa Akhir Program Studi Keperawatan Universitas Sriwijaya”. Skripsi ini dibuat sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi Strata-1 di Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis ingin mengutarakan rasa terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Ir. H. Anis Sagaff, MSCE. IPU. ASEAN. Eng selaku Rektor Universitas Sriwijaya.
2. dr. Syarif Husin, M. S selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
3. Hikayati, S, Kep., Ns., M. Kep selaku Ketua Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
4. Fuji Rahmawati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Dosen Pembimbing I yang selalu meluangkan waktunya untuk membimbing dengan penuh kesabaran.
5. Nurna Ningsih, S.Kp., M.Kes selaku Dosen Pembimbing II yang selalu meluangkan waktunya untuk membimbing dengan penuh kesabaran.
6. Jaji, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Dosen Penguji I yang telah memberikan masukan dan saran demi perbaikan skripsi ini.
7. Fernaliza Rizona, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Dosen Penguji II yang telah memberikan masukan dan saran demi perbaikan skripsi ini.

8. Seluruh Dosen Program Studi Keperawatan yang dengan ikhlas memberikan ilmu yang bermanfaat.
9. Segenap staff dan Tata Usaha Program Studi Keperawatan.
10. Kedua orang tua dan saudara saya yang selalu memberikan doa, semangat, dan kasih sayang yang tulus selama ini.
11. Sahabat-sahabat saya yang telah berjuang bersama dalam menggapai impian.

Peneliti sangat menyadari bahwa skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan, sehingga kritik, saran dan masukan yang membangun sangatlah diperlukan serta penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat.

Indralaya, Juli 2023



Penulis

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI	iv
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	viii
HALAMAN PERSEMBAHAN	ix
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR SKEMA	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Ruang Lingkup Penelitian.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Mahasiswa.....	10
B. Perilaku Makan Menyimpang (<i>Eating Disorder</i>)	11
C. <i>Night Eating Syndrome</i> (NES)/Sindrom Makan Malam.....	13
D. Faktor-faktor yang Mempengaruhi NES.....	16
E. Dampak NES.....	24
F. Instrumen Diagnostik NES.....	27
G. Kualitas Hidup Terkait Kesehatan/ <i>Health-Related Quality of Life</i> (HRQoL)	32
H. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Terkait Kesehatan (HRQoL)	33
I. Penilaian Kualitas Hidup Terkait Kesehatan (HRQoL)	35
J. Pengaruh <i>Night Eating Syndrome</i> (NES) Terhadap <i>Health-Related Quality of Life</i>	37
K. Kerangka Teori.....	40
BAB III METODE PENELITIAN	41
A. Kerangka Konsep	41
B. Desain Penelitian.....	41
C. Hipotesis.....	42
D. Definisi Operasional.....	43
E. Populasi dan Sampel	45

F. Tempat Penelitian.....	46
G. Waktu Penelitian	46
H. Etika Penelitian	46
I. Alat Pengumpulan Data	48
J. Prosedur Pengumpulan Data	53
K. Analisis Data	55
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	58
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	58
B. Hasil Penelitian	58
C. Pembahasan	62
D. Keterbatasan Penelitian	68
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	69
A. Simpulan.....	69
B. Saran.....	70
DAFTAR PUSTAKA	72
LAMPIRAN.....	77

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional	44
Tabel 3.2 Kisi-Kisi Kuesioner NEDQ	50
Tabel 3.3 Kisi-Kisi Kuesioner SF-36.....	51
Tabel 3.4 Skor Kuesioner SF-36.....	53
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Kejadian <i>Night Eating Syndrome</i> Pada Mahasiswa Akhir Program Studi Keperawatan	58
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi <i>Health-Related Quality of Life</i> Domain PCS Pada Mahasiswa Akhir Program Studi Keperawatan	59
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi <i>Health-Related Quality of Life</i> Domain MCS Pada Mahasiswa Akhir Program Studi Keperawatan	60
Tabel 4. 4 Hubungan Kejadian <i>Night Eating Syndrome</i> dengan Domain <i>Physical Component Summary</i> (PCS) <i>Health-Related Quality of Life</i>	61
Tabel 4. 5 Hubungan Kejadian <i>Night Eating Syndrome</i> dengan Domain <i>Mental Component Summary</i> (MCS) <i>Health-Related Quality of Life</i>	62

DAFTAR SKEMA

Skema 3.1 Kerangka Konsep Penelitian	41
--	----

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	40
--------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Penjelasan Penelitian

Lampiran 2 Surat Persetujuan Responden (Informed Consent)

Lampiran 3 Kuesioner Penelitian

Lampiran 4 Output SPSS

Lampiran 5 Sertifikat Lulus Uji Etik

Lampiran 6 Surat Izin Penelitian Dari Bagian Keperawatan Universitas Sriwijaya

Lampiran 7 Dokumentasi

Lampiran 8 Lembar Konsultasi

Lampiran 9 Uji Plagiarisme

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa adalah kelompok individu yang sedang menjalankan pendidikan di perguruan tinggi (Papilaya & Huliselan, 2016). Mahasiswa yang sedang menjalani pendidikan dengan jenjang Strata-1/Sarjana merupakan individu dengan kategori perkembangan remaja akhir yang berusia 17-25 tahun (Depkes, 2009 dalam Al Amin, 2017). Pada masa ini terjadi transisi akan berbagai permasalahan yang dihadapi, berbeda dengan masalah yang dialami ketika masih menjadi pelajar. Mahasiswa menghadapi berbagai permasalahan yang lebih kompleks seperti masalah kesehatan, keluarga, keuangan, waktu, akademik, psikososial, moral, agama, dan lain-lain (Sekararum, 2012). Semua perubahan tersebut menyebabkan mahasiswa cukup rentan untuk mengalami masalah psikologis seperti stres dan depresi (Velten et al., 2018).

Stressor yang dialami oleh mahasiswa bidang kesehatan seperti kedokteran umum, kedokteran gigi, keperawatan, dan farmasi, memiliki angka kejadian stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa bidang lain (Simorangkir, 2015). Menurut Agustiningasih (2019), mahasiswa keperawatan memiliki beban belajar yang cukup berat. Kondisi-kondisi yang dapat memicu stres pada mahasiswa keperawatan diantaranya ketidaksiapan untuk menghadapi perkuliahan, waktu belajar yang cukup lama, kesulitan dalam berinteraksi dengan fakultas, tugas pelajaran yang menumpuk sehingga membuat waktu libur menjadi lebih singkat, serta banyaknya ujian mata kuliah serta laporan klinik (Agustiningasih, 2019).

Mahasiswa tidak hanya dituntut untuk melakukan kegiatan akademik dan praktek klinik tetapi sebagai seseorang yang dewasa, mahasiswa juga harus menjaga keseimbangan dalam kehidupannya. Kondisi lainnya yang menyebabkan mahasiswa perawat mengalami stress salah satunya adalah penyusunan skripsi (Lal & Rohtak, 2014)

Mahasiswa yang menempuh skripsi dituntut dapat menyelesaikan skripsi dengan tepat waktu, namun pada prosesnya mahasiswa mengalami berbagai hambatan, sehingga mahasiswa mengalami keterlambatan dalam penyelesaian skripsi (Da'awi & Nisa, 2021). Kenyataannya, tidak sedikit para mahasiswa yang dapat menyelesaikan proses perkuliahan dalam 4 tahun, tetapi ketika harus mengerjakan skripsi terdapat mahasiswa yang tidak selesai pada waktunya (Kasimo, 2020). Hal ini didukung oleh temuan pada studi pendahuluan bahwa masih terdapat banyaknya mahasiswa Program Studi Keperawatan Universitas Sriwijaya angkatan 2019 yang harus menambah semester akibat penyusunan skripsi yang belum tuntas.

Distress yang terjadi ini dapat mempengaruhi perilaku makan pada mahasiswa keperawatan. Stres meningkatkan keinginan untuk makan makanan tinggi kalori "*palatable food*" akibat adanya unsur reward. Stres yang timbul mempengaruhi kerja hypothalamus-pituitary-adrenal (HPA) axis untuk menstimulasi Adrenocorticotrophine hormone (ACTH) yang menyebabkan peningkatan kadar insulin dan glukosa, mengganggu penyimpanan serta menekan hormon leptin sehingga menyebabkan terjadinya peningkatan asupan (Sominsky & Spencer, 2014).

Peningkatan asupan yang dialami dapat memicu terjadinya fenomena kebiasaan makan malam. Fenomena makan malam ini merupakan gejala perilaku umum dari *Night Eating Syndrome* (NES) sebagai akibat dari timbulnya stress. NES adalah gangguan pola makan yang tertunda dimana terjadi berulangnya episode makan pada malam hari yang bermanifestasi dengan terbangunnya dari tidur di malam hari untuk makan atau mengonsumsi makanan secara berlebihan setelah makan malam (Kucukgoncu et al., 2015)

Sejumlah fakta dan penelitian menunjukkan NES sudah banyak terjadi di berbagai negara. Penelitian yang dilakukan oleh Zwaan et al (2014) menunjukkan perkiraan prevalensi NES sebanyak 1.1% hingga 1.5% dalam sampel skala besar pada populasi Jerman. Prevalensi NES di wilayah Asia seperti China pada populasi mahasiswa yaitu sebesar 2.4% (He et al., 2018). Sementara itu, di Indonesia prevalensi NES di kalangan mahasiswa Universitas Diponegoro yaitu sebanyak 57,1% (Anindiba et al., 2022).

Penyebab gangguan makan NES bersifat multifaktorial, diantaranya seperti usia, jenis kelamin, self-esteem, asupan energi status gizi dan kondisi emosi. Kondisi emosi yang memburuk seperti distress dapat mempengaruhi perilaku makan individu sehingga menimbulkan NES.

Fenomena NES memiliki keterkaitan dengan terjadinya penurunan kualitas hidup pada seseorang (Hamurcu, 2022). Kualitas hidup/*Quality of Life* (QoL) mengacu pada persepsi individu tentang posisi mereka dalam kehidupan dalam konteks budaya dan sistem nilai di mana mereka tinggal dan dalam kaitannya

dengan tujuan, harapan, standar, dan perhatian mereka (Harper et al., 1998). Namun, perlu diingat bahwa fenomena NES ini tidak hanya berkaitan dengan aspek kultural dan nilai yang dianut seseorang, melainkan juga berkaitan dengan masalah yang ditimbulkan seperti masalah penurunan fungsi pada individu. Penurunan fungsi ini menyebabkan individu mengalami masalah fisik seperti obesitas dan diabetes melitus tipe 2, masalah kesehatan mental serta masalah sosial dalam kehidupan profesional dan hubungan interpersonal (Olejniczak et al., 2018).

Sementara itu, konsep kualitas hidup yang berhubungan dengan kesehatan (HRQoL) mencakup aspek-aspek kualitas hidup secara keseluruhan yang dapat ditunjukkan dengan jelas mempengaruhi kesehatan, baik fisik maupun mental pada penderita NES. Pada tingkat individu, HRQoL mencakup persepsi kesehatan fisik dan mental serta korelasinya (CDC, 2000). Sehingga fenomena NES relevan untuk ditelaah keterkaitan dan dampaknya terhadap HRQoL pada individu.

Studi Pendahuluan telah dilakukan tanggal 30 - 31 Januari 2023 kepada 30 mahasiswa S1 Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya yang terdiri atas empat angkatan, yaitu angkatan 2019 – 2022 dengan masing-masing 10 mahasiswa tiap angkatannya. Studi Pendahuluan berisikan pertanyaan peneliti mengenai kebiasaan makan malam dan pengukuran stress menggunakan kuesioner PSS-10. Hasil studi pendahuluan didapatkan bahwa mahasiswa yang berada pada angkatan 2020 – 2022 memiliki tingkat stress dengan rentang ringan hingga sedang, Di samping itu, mahasiswa yang memiliki tingkat stress tinggi berada pada angkatan 2019 dengan jumlah 2 orang mahasiswa dan

yang memiliki tingkat stress sedang sebanyak 7 orang mahasiswa. Pada hasil temuan juga didapatkan terdapat sebanyak 5 dari 10 mahasiswa keperawatan angkatan 2019 makan pada malam hari ketika begadang (di atas pukul 22.00 WIB), insomnia, ataupun terbangun di malam hari sebanyak sedikitnya 2 kali seminggu, dimana hal ini merupakan tanda utama seseorang mengalami NES. Sementara itu, 7 dari 10 mahasiswa keperawatan angkatan 2019 merasa bahwa kualitas hidup mereka buruk.

Berdasarkan studi sebelumnya, telah dilakukan penelitian oleh Kim et al (2023) dan Hamurcu (2022) mengenai hubungan antara *Night Eating Syndrome* dengan *Health-Related Quality of Life* (HRQoL) pada mahasiswa, pada kedua penelitian tersebut didapatkan hasil terdapatnya hubungan signifikan antar kedua variabel. Namun, belum ada penelitian yang memfokuskan analisis pada hubungan NES dengan kualitas hidup terkait kesehatan (HRQoL) pada mahasiswa akhir Program Studi Keperawatan. Penelitian ini perlu dilakukan mengingat terdapat banyaknya mahasiswa yang memiliki perilaku makan malam yang buruk serta mahasiswa yang merasa kualitas hidupnya buruk berdasarkan data yang telah diambil saat studi pendahuluan, sehingga peneliti tertarik untuk meneliti masalah tersebut.

B. Rumusan Masalah

Night Eating Syndrome (NES) menjadi salah satu isu terkini yang banyak terjadi pada mahasiswa. NES telah menjadi pengetahuan baru, sekaligus menjadi masalah yang jika terjadi secara berkepanjangan akan berdampak pada masalah

kesehatan seperti obesitas dan penurunan kualitas hidup terkait kesehatan atau *Health-Related Quality of Life* (HRQoL) pada mahasiswa keperawatan.

Berdasarkan faktor yang dapat mempengaruhi HRQoL pada individu yang mengalami NES, peningkatan asupan makanan sebagai respon distress dapat mempengaruhi dimensi HRQoL, yaitu dimensi kesehatan fisik dan dimensi kesehatan mental. Hal ini sehubungan dengan adanya penurunan fungsi akibat fenomena makan malam/NES pada individu terutama mahasiswa akhir Program Studi Keperawatan.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah: Apakah terdapat Hubungan Kejadian Night Eating Syndrome (NES) dengan *Health-Related Quality of Life* (HRQoL) pada mahasiswa akhir Program Studi Keperawatan Universitas Sriwijaya?.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Kejadian Night Eating Syndrome (NES) dengan *Health-Related Quality of Life* (HRQoL) pada mahasiswa akhir Program Studi Keperawatan Universitas Sriwijaya.

2. Tujuan Khusus

Secara khusus penelitian ini bertujuan untuk :

- a) Mengetahui distribusi frekuensi kejadian *Night Eating Syndrome* (NES) pada mahasiswa akhir Program Studi Keperawatan Universitas Sriwijaya

- b) Mengetahui distribusi frekuensi domain *Physical Component Summary* (PCS) kualitas hidup terkait kesehatan/*Health-Related Quality of Life* (HRQoL) pada mahasiswa akhir Program Studi Keperawatan Universitas Sriwijaya
- c) Mengetahui distribusi frekuensi domain *Mental Component Summary* (MCS) kualitas hidup terkait kesehatan/*Health-Related Quality of Life* (HRQoL) pada mahasiswa akhir Program Studi Keperawatan Universitas Sriwijaya
- d) Mengetahui hubungan antara kejadian *Night Eating Syndrome* (NES) dengan *Health-Related Quality of Life* (HRQoL) domain *Physical Component Summary* (PCS) pada mahasiswa akhir Program Studi Keperawatan Universitas Sriwijaya.
- e) Mengetahui hubungan antara kejadian *Night Eating Syndrome* (NES) dengan *Health-Related Quality of Life* (HRQoL) domain *Mental Component Summary* (MCS) pada mahasiswa akhir Program Studi Keperawatan Universitas Sriwijaya.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan bisa dijadikan sebagai bahan pembelajaran dan bahan diskusi dalam proses belajar mengajar terutama kesehatan remaja yang berhubungan dengan fenomena *Night Eating Syndrome* (NES) sebagai upaya pemantauan faktor risiko terjadinya penurunan kualitas hidup dan

dampaknya terhadap timbulnya penyakit tidak menular (obesitas dan diabetes melitus), serta dapat menjadi referensi pada penelitian selanjutnya.

2. Secara Praktis

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini merupakan salah satu sarana untuk meningkatkan pengetahuan peneliti dan dapat menjadi media pembelajaran untuk dapat mengaplikasikan ilmu dan teori yang didapat selama menempuh jenjang pendidikan di bangku perkuliahan.

b. Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi, meningkatkan wawasan serta kesadaran mahasiswa akhir Program Studi Keperawatan mengenai *Night Eating Syndrome* (NES) beserta dampaknya terhadap kualitas hidup terkait kesehatan (HRQoL).

c. Bagi Profesi Keperawatan

Penelitian ini dapat menjadi bahan masukan bagi perawat khususnya perawat komunitas untuk melakukan pendekatan keperawatan dalam hal peningkatan kualitas hidup terkait kesehatan (HRQoL) pada remaja akhir.

d. Bagi Instansi Pelayanan Keperawatan

Penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan bagi instansi pelayanan keperawatan khususnya kesehatan remaja pada mahasiswa yang mengalami fenomena *Night Eating Syndrome* (NES) dan keterkaitannya terhadap kualitas hidupnya (HRQoL).

E. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini berada dalam ruang lingkup keperawatan komunitas. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Kejadian Night Eating Syndrome (NES) dengan *Health-Related Quality of Life* (HRQoL) pada mahasiswa akhir Program Studi Keperawatan Universitas Sriwijaya, Palembang, tahun 2023. Penelitian ini termasuk ke dalam jenis penelitian kuantitatif *non-experimental* dengan rancangan *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Program Studi Keperawatan angkatan 2019 Universitas Sriwijaya yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang sudah ditentukan oleh peneliti. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 70 mahasiswa dengan teknik pengambilan sampel *total sampling*. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 7 – 10 April 2023 melalui pengisian kuesioner secara daring menggunakan *Google Formulir*.

DAFTAR PUSTAKA

- Allison, K. C., Lundgren, J. D., O'Reardon, J. P., Geliebter, A., Gluck, M. E., Vinai, P., Mitchell, J. E., Schenck, C. H., Howell, M. J., Crow, S. J., Engel, S., Latzer, Y., Tzischinsky, O., Mahowald, M. W., & Stunkard, A. J. (2010). Proposed diagnostic criteria for night eating syndrome. *International Journal of Eating Disorders*, 43(3). <https://doi.org/10.1002/eat.20693>
- American Psychiatric Association. (2013). American Psychiatric Association: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders. In *American Journal of Psychiatry* (5th ed.).
- Anindiba, I. F., Widiastuti, N., Purwanti, R., & Dieny, F. F. (2022). Hubungan Durasi Tidur, Kualitas Tidur, Faktor Stress, dan Night Eating Syndrome dengan Preferensi Makanan pada Mahasiswa Universitas Diponegoro. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 21(1), 53–62. <https://doi.org/10.14710/mkmi.21.1.53-62>
- Blonna, R. (2010). *Coping with Stress In a Changing World* (5th ed.). McGraw-Hill Education.
- Brown, J. E., Lechtenberg, E., Murtaugh, M. A., Splett, P. L., Stang, J., Wong, R., Kaiser, L. D., Bowser, E. K., Leonberg, B. L., Sahyoun, N. R., Brazil, A. •, Mexico, •, & Singapore, •. (2017). *Nutrition Through the Life Cycle Sixth Edition*. www.cengage.com/highered
- Carlson, N. R. (2010). Psychology: The Science Behavior. In *Pearson*.
- da Costa, B. G. G., Chaput, J. P., Lopes, M. V. V., da Costa, R. M., Malheiros, L. E. A., & Silva, K. S. (2020). Association between lifestyle behaviors and health-related quality of life in a sample of Brazilian adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(19). <https://doi.org/10.3390/ijerph17197133>
- De Zwaan, M., Marschollek, M., & Allison, K. C. (2015). The night eating syndrome (NES) in bariatric surgery patients. In *European Eating Disorders Review* (Vol. 23, Issue 6). <https://doi.org/10.1002/erv.2405>
- De Zwaan, M., Müller, A., Allison, K. C., Brähler, E., & Hilbert, A. (2014). Prevalence and correlates of night eating in the german general population. *PLoS ONE*. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0097667>
- Depkes, R. (2009). Kategori Umur Menurut Depkes RI (2009). *Departemen Kesehatan RI, 2009*.
- Feltner, C., Peat, C., Reddy, S., Riley, S., Berkman, N., Middleton, J. C., Balio, C., Coker-Schwimmer, M., & Jonas, D. E. (2022). Screening for Eating Disorders in Adolescents and Adults. *JAMA*, 327(11). <https://doi.org/10.1001/jama.2022.1807>
- Fischer, S., Meyer, A. H., Hermann, E., Tuch, A., & Munsch, S. (2012). Night eating

- syndrome in young adults: Delineation from other eating disorders and clinical significance. *Psychiatry Research*, 200(2–3).
<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2012.07.028>
- Forman-Hoffman, V. (2004). High prevalence of abnormal eating and weight control practices among U.S. high-school students. *Eating Behaviors*, 5(4).
<https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2004.04.003>
- Gaspar, T., Gaspar De Matos, M., Pais-Ribeiro, J., & Leal, I. (2009). Health-related quality of life in children and adolescents and associated factors Education for pressure ulcers prevention View project WHO Health Behaviour in School-age Children View project. In *Article in Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies*. <https://www.researchgate.net/publication/233382008>
- Gill, T. M., & Feinstein, A. R. (1994). A Critical Appraisal of the Quality of Quality-of-Life Measurements. *JAMA: The Journal of the American Medical Association*, 272(8). <https://doi.org/10.1001/jama.1994.03520080061045>
- Gluck, M. E., Geliebter, A., & Satov, T. (2001). Night eating syndrome is associated with depression, low self-esteem, reduced daytime hunger, and less weight loss in obese outpatients. *Obesity Research*, 9(4). <https://doi.org/10.1038/oby.2001.31>
- Hamurcu, P. (2022). Can night eating syndrome and sleep quality have strong relations with quality of life in early adulthood? *Voprosy Pitaniia*, 91(2), 51–57. <https://doi.org/10.33029/0042-8833-2022-91-2-51-57>
- Harper, A., Power, M., Orley, J., Herrman, H., Schofield, H., Murphy, B., Metelko, Z., Szabo, S., Pibernik-Okanovic, M., Quemada, N., Caria, A., Rajkumar, S., Kumar, S., Saxena, S., Chandiramani, K., Amir, M., Bar-On, D., Tazaki, M., Noji, A., ... Sartorius, N. (1998). Development of the World Health Organization WHOQOL-BREF Quality of Life Assessment. *Psychological Medicine*, 28(3).
<https://doi.org/10.1017/S0033291798006667>
- Hays, R. D., Sherbourne, C. D., & Mazel, R. M. (1993). The rand 36-item health survey 1.0. *Health Economics*, 2(3), 217–227. <https://doi.org/10.1002/hec.4730020305>
- Hazlerigg, D. G. (2001). What is the role of melatonin within the anterior pituitary? In *Journal of Endocrinology* (Vol. 170, Issue 3).
<https://doi.org/10.1677/joe.0.1700493>
- He, J., Huang, F., Yan, J., Wu, W., Cai, Z., & Fan, X. (2018). Prevalence, demographic correlates, and association with psychological distress of night eating syndrome among chinese college students. *Psychology, Health and Medicine*.
<https://doi.org/10.1080/13548506.2017.1400669>
- Kucukgoncu, S., Midura, M., & Tek, C. (2015). Optimal management of night eating syndrome: Challenges and solutions. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 11. <https://doi.org/10.2147/NDT.S70312>

- Li, L. (2022). Effects and Influencing Factors of Night Eating Syndrome: A Review of the Literature. *Proceedings of the 2021 4th International Conference on Humanities Education and Social Sciences (ICHESS 2021)*, 615. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.211220.070>
- Lundgren, J. D., Allison, K. C., O'Reardon, J. P., & Stunkard, A. J. (2008). A descriptive study of non-obese persons with night eating syndrome and a weight-matched comparison group. *Eating Behaviors*, 9(3). <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2007.12.004>
- Lundgren, J. D., Allison, K. C., Vinai, P., & Gluck, M. E. (2012). Assessment instruments for night eating syndrome. In *Night eating syndrome: Research, assessment, and treatment*.
- Marshall, H. M., Allison, K. C., O'Reardon, J. P., Birketvedt, G., & Stunkard, A. J. (2004). Night Eating Syndrome among Nonobese Persons. *International Journal of Eating Disorders*, 35(2). <https://doi.org/10.1002/eat.10241>
- McCuen-Wurst, C., Ruggieri, M., & Allison, K. C. (2018). Disordered eating and obesity: associations between binge-eating disorder, night-eating syndrome, and weight-related comorbidities. In *Annals of the New York Academy of Sciences* (Vol. 1411, Issue 1). <https://doi.org/10.1111/nyas.13467>
- National Center for Health Statistics. (1994). Plan and Operation of the Third National Health and Nutrition Examination Survey, 1988-94. *Vital Health Statistics*, 1(32).
- Nolan, L. J., & Geliebter, A. (2017). Validation of the Night Eating Diagnostic Questionnaire (NEDQ) and its relationship with depression, sleep quality, "food addiction", and body mass index. *Appetite*, 111. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2016.12.027>
- Notoatmodjo, S. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. In *Rineka Cipta*.
- Nursalam. (2015). *METODOLOGI PENELITIAN KEPERAWATAN*. <http://www.penerbitsalemba.com>
- Olejniczak, D., Bugajec, D., Staniszewska, A., Panczyk, M., Kielan, A., Czerw, A., Mańczuk, M., Juszczyk, G., Skonieczna, J., & Brytek-Matera, A. (2018). Risk assessment of night-eating syndrome occurrence in women in poland, considering the obesity factor in particular. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 14, 1521–1526. <https://doi.org/10.2147/NDT.S159562>
- Oman, D., Shapiro, S. L., Thoresen, C. E., Plante, T. G., & Flinders, T. (2008). Meditation lowers stress and supports forgiveness among college students: A randomized controlled trial. *Journal of American College Health*. <https://doi.org/10.3200/JACH.56.5.569-578>
- Papilaya, J. O., & Huliselan, N. (2016). IDENTIFIKASI GAYA BELAJAR MAHASISWA. *Jurnal Psikologi Undip*, 15(1).

<https://doi.org/10.14710/jpu.15.1.56-63>

- Paro, H. B. M. S., Morales, N. M. O., Silva, C. H. M., Rezende, C. H. A., Pinto, R. M. C., Morales, R. R., Mendonça, T. M. S., & Prado, M. M. (2010). Health-related quality of life of medical students. *Medical Education*, 44(3). <https://doi.org/10.1111/j.1365-2923.2009.03587.x>
- Phares, V., Steinberg, A. R., & Thompson, J. K. (2004). Gender differences in peer and parental influences: Body image disturbance, self-worth, and psychological functioning in preadolescent children. *Journal of Youth and Adolescence*, 33(5). <https://doi.org/10.1023/B:JOYO.0000037634.18749.20>
- Purwati, S. (2012). Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa Reguler Angkatan 2010 Fakultas Keperawatan Universitas Indonesia. In *Universitas Indonesia*.
- Ridner, S. H. (2004). Psychological distress: Concept analysis. In *Journal of Advanced Nursing*. <https://doi.org/10.1046/j.1365-2648.2003.02938.x>
- Ross, S. E., Nibbling, B. C., & Hackert, T. M. (1999). Sources of Stress Among College Students. *College Student Journal*.
- Sekararum, A. (2012). Interpersonal psychotherapy (IPT) untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial Mahasiswa Universitas Indonesia yang Mengalami Distres Psikologis. *Fmipa Ui*.
- Shiralkar, M. T., Harris, T. B., Eddins-Folensbee, F. F., & Coverdale, J. H. (2013). A systematic review of stress-management programs for medical students. In *Academic Psychiatry* (Vol. 37, Issue 3). <https://doi.org/10.1176/appi.ap.12010003>
- Simorangkir, S. J. V. (2015). Perbedaan Tingkat Stres pada Mahasiswa Preklinik di Fakultas Kedokteran UHKBP Medan. *Departemen Anatomi, Fakultas Kedokteran Universitas HKBP Nommensen*.
- Sogari, G., Velez-Argumedo, C., Gómez, M. I., & Mora, C. (2018). College students and eating habits: A study using an ecological model for healthy behavior. *Nutrients*, 10(12). <https://doi.org/10.3390/nu10121823>
- Solera-Sanchez, A., Adelantado-Renau, M., Moliner-Urdiales, D., Reyes Beltran-5 Valls, M., Reyes, M., Valls, B., De Vicent, A., & Baynat, S. (2021). *Health Related Quality of Life in Adolescents: Individual and Combined impact of 2 health-related behaviors (DADOS Study)*.
- Sominsky, L., & Spencer, S. J. (2014). Eating behavior and stress: A pathway to obesity. In *Frontiers in Psychology* (Vol. 5, Issue MAY). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.00434>
- Stok, F. M., Renner, B., Clarys, P., Lien, N., Lakerveld, J., & Deliëns, T. (2018). Understanding eating behavior during the transition from adolescence to young adulthood: A literature review and perspective on future research directions. In *Nutrients* (Vol. 10, Issue 6). <https://doi.org/10.3390/nu10060667>

- Stunkard, A. J., Allison, K. C., Lundgren, J. D., & O'Reardon, J. P. (2009). A biobehavioural model of the night eating syndrome. In *Obesity Reviews* (Vol. 10, Issue SUPPL. 2). <https://doi.org/10.1111/j.1467-789X.2009.00668.x>
- Tjekyan, S., & Roffin, E. (2017). *Biostatistika kedokteran*. UNSRI Press.
- Vander Wal, J. S. (2012). Night eating syndrome: A critical review of the literature. In *Clinical Psychology Review* (Vol. 32, Issue 1). <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2011.11.001>
- Velten, J., Bieda, A., Scholten, S., Wannemüller, A., & Margraf, J. (2018). Lifestyle choices and mental health: A longitudinal survey with German and Chinese students. *BMC Public Health*, 18(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-018-5526-2>
- Ware, J. E. (2000). SF-36 Health Survey update. In *Spine* (Vol. 25, Issue 24). <https://doi.org/10.1097/00007632-200012150-00008>
- Ware, J. E., & Sherbourne, C. D. (1992). The MOS 36-item short-form health survey (Sf-36): I. conceptual framework and item selection. *Medical Care*, 30(6). <https://doi.org/10.1097/00005650-199206000-00002>