

## ABSTRAK

**Latar Belakang:** Mahasiswa kedokteran adalah kelompok dewasa muda yang menghadapi beban belajar yang lebih besar dibandingkan dengan fakultas lainnya, yang dapat berdampak pada kurang tidur dan potensi gangguan tidur. Tuntutan akademik yang berlebih pada mahasiswa kedokteran dapat menyebabkan stress, gangguan kualitas dan durasi tidur. Kurang tidur dapat meningkatkan nafsu makan karena peningkatan hormon ghrelin, yang bertanggung jawab untuk meningkatkan nafsu makan, dan penurunan hormon leptin, yang berperan dalam mengendalikan nafsu makan sehingga menyebabkan obesitas sentral. **Tujuan:** Mengetahui hubungan kebiasaan begadang dengan obesitas sentral pada mahasiswa fakultas kedokteran. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan metode crosssectional uji chi square. Subjek diambil pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Diponegoro sejumlah 95 subjek. **Hasil:** Setelah dianalisis menggunakan uji regresi logistik dari variabel kebiasaan begadang, aktivitas fisik, dan asupan energi, didapatkan hubungan yang signifikan pada faktor risiko kebiasaan begadang terhadap obesitas sentral dengan nilai  $p = 0,001$  ( $p < 0,05$ ). Kebiasaan begadang memiliki faktor risiko untuk mengalami obesitas sentral sebesar 7,63 kali lebih besar ketimbang yang tidak begadang. **Kesimpulan:** Kebiasaan begadang, aktivitas fisik, dan asupan energi yang memiliki hubungan yang signifikan terhadap kejadian obesitas sentral, kebiasaan begadang memiliki risiko yang besar dibandingkan dengan aktivitas fisik dan asupan energi. **Kata Kunci:** Obesitas sentral, kebiasaan begadang, aktivitas fisik, asupan energi.