



**HUBUNGAN ANTARA INSOMNIA DENGAN DEPRESI
PADA USIA LANJUT DI PSTW BUDI
MULIA 3 JAKARTA
2016**

OLEH: Julius Togo Teodorus
NIM: 2015-12-022

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN *Sint Carolus*
PROGRAM S1 KEPERAWATAN
JAKARTA
2017**



**HUBUNGAN ANTARA INSOMNIA DENGAN DEPRESI
PADA USIA LANJUT DI PSTW BUDI
MULIA 3 JAKARTA
2016**

Penelitian ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
SARJANA KEPERAWATAN

OLEH: Julius Togo Teodorus
NIM: 2015-12-022

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN *Sint Carolus*
PROGRAM S1 KEPERAWATAN
JAKARTA
2017**

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SINT CAROLUS

PROGRAM S-1 KEPERAWATAN

Laporan penelitian
Januari 2017

Julius Togo Teodorus

Hubungan Antara Insomnia Dengan Depresi Pada Usia Lanjut Di PSTW Budi Mulia 3 Jakarta

xi + 51 halaman, 7 tabel, 15 lampiran

ABSTRAK

Insomnia merupakan fenomena umum dalam gangguan tidur. Depresi adalah gangguan jiwa pada seseorang yang ditandai dengan perasaan yang merosot. Lanjut usia yang mengalami depresi dapat menyebabkan gangguan tidur seperti insomnia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara Insomnia dan Depresi di PSTW Budi Mulia 3 Jakarta. Penelitian jenis *non-experiment* ini menggunakan metode deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional* dan teknik pengambilan sampel *probability sampling*, yaitu *random sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah 70 orang lansia di PSTW Budi Mulia 3 Jakarta yang diambil secara acak. Alat pengumpulan data Insomnia menggunakan kuesioner IRS-KSPBJ dan Depresi menggunakan GDS (Yesavage). Analisis data univariat dalam bentuk distribusi frekuensi dan analisis bivariat menggunakan uji *Chi-Square*. Ketentuan bermakna jika *p value* $<0,05$. Gambaran responden yang mengalami insomnia berjumlah 36 lansia (51,4%) dan tidak mengalami insomnia berjumlah 34 lansia (48,6%). Gambaran responden yang mengalami depresi ringan berjumlah 34 lansia (48,6%), responden yang tidak ada depresi berjumlah 31 lansia (44,3%), dan responden yang mengalami depresi sedang/berat berjumlah 5 lansia (7,1%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa: ada hubungan bermakna antara insomnia dengan depresi ($p=0,044$). Berdasarkan penelitian ini peneliti menyarankan para lansia agar buang air kecil terlebih dahulu sebelum tidur, melakukan aktivitas fisik secara rutin serta mengikuti kegiatan keagamaan, dan semua kegiatan positif yang diselenggarakan institusi. Rekomendasi untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat menganalisa faktor-faktor lain yang mungkin bisa mempengaruhi terjadinya insomnia dan depresi, misalnya penyakit yang dialami lansia, pola makan yang tidak teratur, dan kondisi lingkungan.

Kata kunci : Insomnia, Depresi, Lanjut usia

Daftar pustaka : 20 buku, 11 jurnal (2012-2016), dan 9 situs online resmi (2010-2016)

SINT CAROLUS SCHOOL OF HEALT SCIENCES

S-1 NURSING PROGRAM

Research Reports

January 2017

Julius Togo Teodorus

**The Relationship Between Insomnia With Depression In The Elderly In PSTW
Budi Mulia 3 Jakarta**

xi + 51 pages, 7 tables, 15 attachments

ABSTRACT

Insomnia is a common phenomenon in sleep disorders. Depression is a mental disorder in a person characterized by feelings slump. Elderly people who are depressed can cause sleep disorders such as insomnia. This study aims to determine the relationship between Insomnia and Depression in PSTW Budi Mulia 3 Jakarta. This non-experimental research was using analytic descriptive method with cross sectional and probability sampling techniques. The sample in this study was 70 elderly in PSTW Budi Mulia 3 Jakarta taken by random sampling. Tool of Insomnia was using the IRS-KSPBJ questionnaire and tool of Depression was using GDS (Yesavage). Univariate analysis of the data was in the form of frequency distribution and bivariate analysis was using Chi-square test. Provisions significant if the p value <0.05 . Overview of respondents who had insomnia amounted to 36 elderly (51.4%) and had no insomnia amounted to 34 elderly (48.6%). Overview of respondents who had mild depression amounted to 34 elderly (48.6%), respondents who had no depression was 31 elderly (44.3%), and respondents with depression moderate / severe, amounted to 5 elderly (7.1%). The results showed that: there was a significant relationship between insomnia with depression ($p = 0.044$). Based on this study, researcher suggest the elderly in order to urinate before bed, doing regular physical activity and follow religious activities, and all the positive activities organized by institution. Recommendation for further research is to analyze other factors that may affect the occurrence of insomnia and depression, for example illness suffered by the elderly, eating irregularly, and environmental conditions.

Keywords : Insomnia, Depression, Elderly

References : 20 books, 11 journals (2012-2016), and 9 trust online sites (2010-2016)

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya, yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Julius Togo Teodorus

NIM : 201512022

Program studi : S1 Keperawatan

Menyatakan bahwa penelitian ini adalah benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan duplikasi dari hasil karya orang lain.

Apabila pada masa yang akan datang diketahui bahwa pernyataan ini tidak benar adanya, saya bersedia menerima sanksi yang diberikan dengan segala konsekuensinya.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Jakarta, 20 Februari 2017




(Julius Togo Teodorus)

PERNYATAAN PERSETUJUAN
HUBUNGAN ANTARA INSOMNIA DENGAN DEPRESI
PADA USIA LANJUT DI PSTW BUDI
MULIA 3 JAKARTA
2016

Laporan Penelitian

Telah disetujui dan diuji di hadapan tim penguji Laporan Penelitian
Program S1 Keperawatan **Sint Carolus**

Jakarta, 27 Januari 2017

Pembimbing Metodologi



(Anna Rejeki Simbolon, S.Si., M.Si)

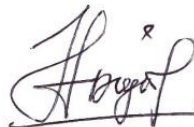
Pembimbing Materi



(Ns. Ch. Indriati K, M.Kep., Sp.Kep.Kom)

Mengetahui,

Koordinator M.K. Riset Keperawatan



(E. Sri Indiyah S, SKp., M.Kes)

Lampiran 1: Riwayat Hidup Penulis

RIWAYAT HIDUP PENULIS

Nama	:	Julius Togo Teodorus
Tempat, Tanggal Lahir	:	Lumut, 18 Maret 1994
Agama	:	Khatolik
Jenis Kelamin	:	Laki-Laki
Warga Negara	:	Indonesia
Alamat	:	Dusun Lumut, RT 005/RW 001, Desa/Kel. Lumut, Kec. Toba, Kab. Sanggau, Kal-bar
No. Telpn / Hp	:	085245932736

RIWAYAT PENDIDIKAN

Tahun	Pendidikan
1999-2006	: SDN No. 10 Lumut / Bung kang, Toba, Sanggau, Kal-Bar
2006-2009	: SMP Slamet Riyadi, Batang Tarang, Sanggau, Kal-Bar
2009-2012	: SMA Santo Paulus Nyarumkop, Singkawang, Kal-Bar
2012-2015	: Akademi Keperawatan Berkala Widya Husada Jakarta

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN
PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sint Carolus:

Nama : Julius Togo Teodorus

NIM : 201512022

Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sint Carolus Hak Bebas Royalti Noneksklusif atas skripsi saya yang berjudul: Hubungan Antara Insomnia Dengan Depresi Pada Usia Lanjut Di PSTW Budi Mulia 3 Jakarta 2016, beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

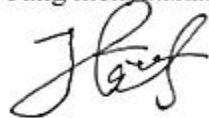
Dengan demikian saya memberikan kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sint Carolus hak untuk menyimpan, mengalihkan, mendistribusikan secara terbatas, dan mempublikasikannya di Internet atau media lain untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta izin dari saya maupun memberikan royalti kepada saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Jakarta

Pada tanggal : 20 Februari 2017

Yang menyatakan



(Julius Togo Teodorus)

LEMBARAN PENGESAHAN

**PANITIA SIDANG
UJIAN PENELITIAN KEPERAWATAN
PROGRAM S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN *Sint Carolus***

Jakarta, 27 Januari 2017

Ketua

A handwritten signature in dark ink, consisting of a vertical line with a large, stylized loop and a horizontal stroke crossing it.

(Ns. Stefanus Andang Ides, S.Kep., M.Pd)

Anggota

A handwritten signature in dark ink, featuring a large, stylized 'A' with a loop and a horizontal stroke.

(Ns. Ch. Indriati K, M.Kep., Sp.Kep.Kom)

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Masalah Penelitian	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
E. Ruang Lingkup Penelitian.....	6
 BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN	
A. Konsep Lansia.....	7
B. Insomnia.....	11
C. Depresi	17
D. Penelitian Terkait	21
 BAB III KERANGKA KONSEP	
A. Kerangka Konsep	23
B. Hipotesis Penelitian.....	24

	C. Definisi Operasional.....	25
BAB IV	METODOLOGI PENELITIAN	
	A. Desain Penelitian.....	26
	B. Populasi dan Sampel Penelitian	26
	C. Tempat dan Waktu Penelitian	27
	D. Etika Penelitian	28
	E. Alat Pengumpulan Data	29
	F. Metode Pengumpulan Data	31
	G. Teknik Analisis Data.....	32
	H. Jadwal Kegiatan Penelitian	35
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
	A. Gambaran Lokasi Penelitian	36
	B. Analisa Univariat dan Hasil Interpretasinya	38
	C. Analisa Bivariat.....	45
	D. Keterbatasan Penelitian	49
BAB IV	SIMPULAN DAN SARAN	
	A. Simpulan	50
	B. Saran.....	51

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, yang telah melimpahkan Rahmat dan Berkah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Hubungan Antara Insomnia Dengan Depresi Pada Usia Lanjut Di PSTW Budi Mulia 3 Jakarta” ini tepat pada waktunya.

Dalam menyusun skripsi ini, penulis banyak mengalami hambatan, namun berkat adanya kemauan yang keras dalam diri penulis dan juga adanya bantuan, arahan serta bimbingan dari berbagai pihak, akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Ibu Emiliana Tarigan, SKp., M.Kes., selaku Ketua STIK Sint Carolus Jakarta.
2. Ibu E. Sri Indiyah S, SKp., M.Kes., selaku Koordinator mata kuliah Metodologi Riset STIK Sint Carolus Jakarta.
3. Bapak Ns. Stefanus Andang Ides, S.Kep., M.Pd., selaku Penguji sidang
4. Ibu Ns. Ch. Indriati K, M.Kep., Sp.Kep.Kom., selaku Dosen Pembimbing STIK Sint Carolus Jakarta.
5. Ibu Anna Rejeki Simbolon, S.Si., M.Si., selaku Dosen Pembimbing Metodologi.
6. Pihak PSTW Budi Mulia 3 Jakarta, yang telah bersedia untuk dijadikan sebagai tempat penelitian.
7. Petugas perpustakaan STIK Sint Carolus yang telah membantu penulis untuk mendapatkan buku-buku referensi yang berhubungan dengan pembuatan skripsi Penelitian ini.
8. Seluruh staf prodi S1 keperawatan STIK Sint Carolus yang telah banyak membantu dalam proses pembuatan skripsi dan perizinan penelitian.

9. Kedua orang tua yang telah memberikan dukungan moril dan materi, serta abang dan adik yang selalu mendukung penulis.
10. Teman-teman seangkatan dan seperjuangan Program Studi S1 Jalur B tahun ajaran 2015 yang mau saling berbagi selama penyusunan skripsi.
11. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang terlibat dalam proses penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan ataupun masih jauh dari kesempurnaan. Untuk itu penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun guna memperbaiki mutu ataupun isi dari skripsi ini.

Akhir kata penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi seluruh Mahasiswa/I STIK Sint Carolus Jakarta dan bagi para pembaca sekalian.

Jakarta, 9 Januari 2017

P e n u l i s

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1:** Riwayat Hidup Penulis
- Lampiran 2:** Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 3:** Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 4:** Kuesioner Karakteristik Responden
- Lampiran 5:** Kuesioner *Insomnia Rating Scale* (IRS)
- Lampiran 6:** Kuesioner *Geriatric Depression Scale* (GDS)
- Lampiran 7:** Surat Ijin Melakukan Riset Penelitian
- Lampiran 8:** Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 9:** Surat Jawaban Rekomendasi Penelitian
- Lampiran 10:** Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 11:** Hasil Penelitian Insomnia
- Lampiran 12:** Hasil Penelitian Depresi
- Lampiran 13:** Hasil Penelitian Insomnia dan Depresi
- Lampiran 14:** Hasil Analisis Data
- Lampiran 15:** Lembar Bimbingan Skripsi

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1: Variabel penelitian dan definisi operasional	25
Tabel 4.1: Spesifikasi rancangan kuesioner GDS	31
Tabel 5.1: Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin.....	39
Tabel 5.2: Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan usia	40
Tabel 5.3: Hasil observasi jumlah lansia yang mengalami insomnia	41
Tabel 5.4: Hasil observasi jumlah lansia yang mengalami depresi.....	42
Tabel 5.5: Tabulasi silang antara jumlah lansia yang mengalami insomnia dan depresi	45