

**HUBUNGAN TINGKAT DEPRESI DENGAN KEJADIAN INSOMNIA
PADA LANSIA (USIA 60-74 TAHUN) DI DESA BLULUK KECAMATAN
BLULUK KABUPATEN LAMONGAN**

SKRIPSI



DIAN PUTRI SOFIA
NIM: 12.02.01.1119

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH
LAMONGAN
2016**

**HUBUNGAN TINGKAT DEPRESI DENGAN KEJADIAN INSOMNIA
PADA LANSIA (USIA 60-74 TAHUN) DI DESA BLULUK KECAMATAN
BLULUK KABUPATEN LAMONGAN**

SKRIPSI

**Diajukan kepada Prodi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah
Lamongan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan**

**DIAN PUTRI SOFIA
NIM: 12.02.01.1119**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH
LAMONGAN
2016**

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

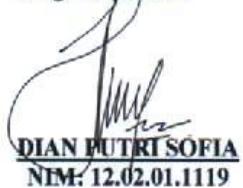
NAMA : DIAN PUTRI SOFIA
NIM : 12.02.01.1119
TEMPAT, TANGGAL LAHIR : JEMBER, 03 SEPTEMBER 1993
INSTITUSI : SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
(STIKES) MUHAMMADIYAH LAMONGAN

Menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul: "*Hubungan Tingkat Depresi Dengan Kejadian Insomnia Pada Lansia (Usia 60-74 Tahun) Di Desa Bluluk Kecamatan Bluluk Kabupaten Lamongan*" adalah bukan Skripsi orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapatkan sanksi akademis.

Lamongan, 13 Mei 2016

Yang menyatakan



DIAN PUTRI SOFIA
NIM: 12.02.01.1119

LEMBAR PERSETUJUAN

NAMA : DIAN PUTRI SOFIA
NIM : 12.02.01.1119
JUDUL : "HUBUNGAN TINGKAT DEPRESI DENGAN KEJADIAN
INSOMNIA PADA LANSIA (USIA 60-74 TAHUN) DI
DESA BLULUK KECAMATAN BLULUK KABUPATEN
LAMONGAN"

Telah disetujui untuk diujikan dihadapan Dewan Pengaji Skripsi pada
tanggal : Mei 2016

Oleh

Mengetahui :

Pembimbing I



Hj Siti Sholikah, S.Kep, Ns., M.Kes
NIK. 1979 03 06 2006 016

Pembimbing II



Amirul Amalia, S.ST., M.Kes
NIK. 1983 12 23 2006 020

LEMBAR PENGESAHAN

Telah Diuji dan Disetujui oleh Tim Penguji pada Ujian Sidang Skripsi
Di Program Studi S-1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan

Tanggal : Mei 2016

PANITIA PENGUJI

Tanda tangan

Ketua : Dr. H. Masram, MM., M.Pd

Anggota : 1. Hj Siti Sholikah, S.Kep, Ns., M.Kes

2. Amirul Amalia, S.ST., M.Kes



Mengetahui,

Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES)

Muhammadiyah Lamongan



NBM. 936.665

CURRICULUM VITAE

Nama : Dian Putri Sofia
Tempat, Tanggal. Lahir : Jember, 03 September 1993
Alamat : Dusun Polaman Desa Bluluk Kecamatan Bluluk
Kabupaten Lamongan
Pekerjaan : Mahasiswa
Riwayat Pendidikan :
1. TK Darma Wanita Lulus Tahun 2000
2. SD Negeri Bluluk 1 Lulus Tahun 2006
3. SMP Negeri 1 Bluluk Lulus Tahun 2009
4. SMA Muhammadiyah Lamongan, Lulus Tahun 2012
5. Prodi S1-Keperawatan Stikes Muhammadiyah Lamongan mulai Tahun 2012
sampai tahun 2016.

HALAMAN PERSEMBAHAN

MOTTO

"Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari sesuatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain). Dan hanya kepada Tuhanmu lah engkau berharap." (QS. Al-Insyirah, 6-8).

Kupersembahkan Skripsi ini untuk:

Kedua orang tuaku (Bpk. Mulyono dan Bu. Muslikah), Adikku (Yoga Bayu Nirwana) dan seluruh keluargaku tercinta dan yang sangat aku sayangi pengorbanan, dukungan, didikan, kasih sayang dan do'a yang senantiasa kau berikan untukku hingga sekarang semua itu tak akan pernah terlupakan dan tak akan aku sia-siakan. Semoga ini menjadi awalku meraih cita-cita tetaplah sehat dan panjang umur hingga aku meraih kesuksesan.

Seluruh dosen STIKES Muhamadiyah Lamongan khususnya dosen pembimbing yang tak bosan-bosannya membimbingku dalam menyelesaikan Skripsi ini.

Untuk kakak-kakakku terima kasih atas doa dan semangat kalian.

Untuk semua teman-temanku seperjuangan angkatan 2012 terima kasih atas semangat dan dukungan kalian semoga kita dapat meraih kesuksesan.

ABSTRAK

Dian, Putri Sofia. 2016. **“Hubungan Tingkat Depresi Dengan Kejadian Insomnia Pada Lansia (Usia 60-74 Tahun) Di Desa Bluluk Kecamatan Bluluk Kabupaten Lamongan”**. Skripsi, Program Studi S1 Keperawatan, STIKES Muhammadiyah Lamongan. Pembimbing : (1) Hj Siti Sholikah, S.Kep, Ns., M.Kes. (2) Amirul Amalia, S.ST., M.Kes

Insomnia adalah kelainan dalam tidur berupa kesulitan berulang untuk tidur atau mempertahankan tidur. Insomnia disebabkan akibat permasalahan psikologis atau penyakit. Berdasarkan hasil survey awal menunjukkan masih adanya insomnia pada lansia usia 60-74 tahun. Faktor psikologis seperti depresi dapat mempengaruhi insomnia pada lansia. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat depresi dengan kejadian insomnia pada lansia (usia 60-74 tahun).

Desain penelitian *korelasi analitik* dengan pendekatan *cross sectional* dengan populasi seluruh lansia usia 60-74 sejumlah 39 orang, sampel yang diambil sejumlah 35 orang sesuai kriteria inklusi dengan menggunakan *simple random sampling*. Data penelitian ini adalah hasil jawaban kuisioner tertutup dari jawaban tingkat depresi dan insomnia. Data ditabulasi dianalisis dengan menggunakan *Uji Koefisien Kontingensi*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir sebagian 17 (48,6%) lansia depresi berat dan sebagian besar 31 (88,6%) lansia mengalami insomnia. Hasil pengujian statistik diperoleh tingkat signifikansi $C=0,535$ dan $p=0,001$ ($p<0,05$) ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang erat antara tingkat depresi dengan kejadian insomnia sehingga H1 diterima artinya ada hubungan tingkat depresi dengan kejadian insomnia pada lansia usia (60-74 tahun).

Melihat hasil penelitian ini diharapkan lansia mengetahui penyebab insomnia yang selama ini dialami dan lebih bisa mengontrol masalah dalam kehidupannya.

Kata Kunci : *Tingkat depresi, insomnia*.

ABSTRACT

Dian, Putri Sofia. 2016. "The Relationship Of Depression Levels And Insomnia in the Elderly (Age 60-74 Years) in the Bluluk Lamongan". Theses, Undergraduate Nursing Courses, STIKES Muhammadiyah Lamongan. Supervisor: (1) Hj Siti Sholikah, S. Kep, Ns., M. Kes. (2) Amirul Amalia, ST., M. Kes

Insomnia is a sleep disorder in the form of difficulty to sleep or maintain sleep. Insomnia is caused due to psychological problems or diseases. Based on the results of the initial survey, it showed that there still many existence of insomnia in the elderly aged 60-74 years old. Psychological factors like depression can affect insomnia in the elderly. The purpose of this study was to the relationship of depression levels and insomnia in the elderly (age 60-74 years) in the Bluluk Lamongan.

The design of this study was analytical correlation with cross sectional approach. The population was 39 elderly age 60-74 years old and the sample was 35 elderly taken by inclusion criteria using simple random sampling. The data was got from the answer of closed questionnaire of depression levels and insomnia. Data was tabulated analyzed and using the Contingency Coefficient Test.

The results showed that 17 elderly (48.6%) experienced severe depression and 31 elderly (88,6%) experienced insomnia. The results of the statistical test of significance levels obtained $C=0,535$ and $p=0.001$ ($p < 0.05$) indicated that there was a relationship between the levels of depression and insomnia. So, H_1 was accepted, it means that there was a relationship of depression and insomnia in the elderly (60-74 age).

It is expected that elderly know the causes of insomnia during their experience and able to control problems in their life

Keywords: Levels Of Depression, Insomnia.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Hubungan Tingkat Depresi Dengan Kejadian Insomnia Pada Lansia (Usia 60-74 Tahun) Di Desa Bluluk Kecamatan Bluluk Kabupaten Lamongan” sesuai waktu yang ditentukan.

Skripsi ini penulis susun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan.

Dalam penyusunan, penulis mendapat banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat Bapak/Ibu :

1. Drs. H. Budi Utomo, M.Kes selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan.
2. Arifal Aris, S.Kep., Ns., MM.Kes selaku Kaprodi S1 Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Lamongan.
3. Sujai, SH., MM selaku Kepala Kecamatan Bluluk Kabupaten Lamongan yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian di Desa Bluluk Kecamatan Bluluk Kabupaten Lamongan.
4. Purwanto selaku Kepala Desa Bluluk Kecamatan Bluluk Kabupaten Lamongan yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian di Desa Bluluk Kecamatan Bluluk Kabupaten Lamongan.

5. Dr. H. Masram, MM., M.Pd selaku penguji skripsi, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan skripsi ini.
6. Hj. Siti Sholikah, S.Kep, Ns., M.Kes selaku dosen pembimbing I, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran dan dorongan moril selama penyusunan skripsi ini.
7. Amirul Amalia, S.ST., M.Kes selaku pembimbing II, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan skripsi ini.
8. Seluruh responden yang telah bersedia memberikan informasi dalam penyusunan skripsi ini.
9. Orang tuaku tercinta Bapak Mulyono dan Ibu Muslikah dan seluruh keluarga yang senantiasa mencerahkan kasih sayang, do'a, semangat serta bimbingannya untuk keberhasilan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Saudara kami yang telah memberi dukungan moril dan material demi terselesaiannya skripsi ini.
11. Teman-teman mahasiswa jurusan S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan STIKES Muhammadiyah Lamongan Angkatan 2012 yang senantiasa memberi dukungan moril dan material demi terselesaiannya skripsi ini.
12. Semua pihak yang secara tidak langsung banyak membantu penulis yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Semoga Allah SWT memberi balasan pahala atas semua amal kebaikan yang diberikan. Penulis menyadari skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu segala kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan, akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi semua pembaca pada umumnya.

Lamongan, Mei 2016

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
CURICULUM VITAE	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
DAFTAR SIMBOL DAN SINGKATAN	xviii
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.3.1 Tujuan Umum	6
1.3.2 Tujuan Khusus	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Teoritis	6
1.4.2 Praktisi	7
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Dasar Insomnia.....	8

2.1.1 Pengertian Insomnia.....	8
2.1.2 Faktor Penyebab Insomnia	8
2.1.3 Gejala Insomnia	11
2.1.4 Jenis Insomnia	11
2.1.5 Mekanisme Pengaturan Insomnia.....	13
2.1.6 Hormon Yang Mempengaruhi Tidur.....	16
2.1.7 Dampak Insomnia.....	18
2.1.8 Penatalaksanaan Insomnia.....	18
2.2 Konsep Dasar Depresi	20
2.2.1 Pengertian Depresi	21
2.2.2 Teori Depresi	21
2.2.3 Tanda Dan Gejala Depresi.....	22
2.2.4 Etiologi Depresi	23
2.2.5 Diagnosis Depresi.....	27
2.2.6 Dampak Depresi Pada Lansia.....	29
2.2.7 Penatalaksanaan Depresi	29
2.3 Konsep Dasar Lansia	31
2.3.1 Pengertian Lansia	31
2.3.2 Klasifikasi Lansia	31
2.3.3 Tugas Perkembangan Lansia	32
2.3.4 Teori Proses Penuaan.....	32
2.3.5 Perubahan-Perubahan Pada Usia Lanjut.....	37
2.3.6 Masalah-Masalah Pada Lanjut Usia	39
2.4 Kerangka Konsep	44
2.5 Hipotesa	45

BAB 3 METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian	46
3.2 Waktu dan Tempat Penelitian	47
3.3 Kerangka Kerja.....	47
3.4 Identifikasi Variabel	48
3.5 Definisi Operasional	48

3.6 Populasi, Sampel, dan Sampling Desain	50
3.6.1 Populasi	50
3.6.2 Sampling.....	50
3.6.3 Sampel	51
3.7 Pengumpulan, Pengelolaan dan Analisis Data	53
3.7.1 Pengumpulan Data	53
3.7.2 Instrumen Penelitian.....	53
3.7.3 Analisis Data	54
3.8 Etika Penelitian.....	58
3.8.1 <i>Informed Consent</i>	58
3.8.2 <i>Anonymity</i>	59
3.8.3 <i>Confidentiality</i>	59
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
4.1 Hasil Penelitian	60
4.1.1 Data Umum	60
4.1.2 Data Khusus	62
4.2 Pembahasan	65
4.2.2 Tingkat Depresi pada Lansia (Usia 60-74 Tahun) Di Desa Bluluk Kecamatan Bluluk Kabupaten Lamongan.....	65
4.2.2 Insomnia pada Lansia (Usia 60-74 Tahun) Di Desa Bluluk Kecamatan Bluluk Kabupaten Lamongan	68
4.2.3 Hubungan Tingkat Depresi dengan Kejadian Insomnia pada Lansia (Usia 60-74 Tahun) Di Desa Bluluk Kecamatan Bluluk Kabupaten Lamongan.	70
BAB 5 PENUTUP	
5.1 Kesimpulan	73
5.2 Saran	74
DAFTAR PUSTAKA	75
LAMPIRAN-LAMPIRAN	76

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Definisi Operasional Hubungan Tingkat Depresi Dengan Kejadian Insomnia Pada Lansia (Usia 60-74 Tahun) di Desa Bluluk Kecamatan Bluluk Kabupaten Lamongan Tahun 2016.	49
Tabel 4.1 Distribusi Umur Lansia (Usia 60-74 Tahun) Di Desa Bluluk Kecamatan Bluluk Kabupaten Lamongan 2016.	61
Tabel 4.2 Distribusi Jenis Kelamin Lansia (Usia 60-74 Tahun) di Desa Bluluk Kecamatan Bluluk Kabupaten Lamongan 2016.	61
Tabel 4.3 Distribusi Tingkat Pendidikan Terakhir Lansia (Usia 60-74 Tahun) di Desa Bluluk Kecamatan Bluluk Kabupaten Lamongan 2016.	62
Tabel 4.4 Distribusi Pekerjaan Lansia (Usia 60-74 Tahun) di Desa Bluluk Kecamatan Bluluk Kabupaten Lamongan 2016.	62
Tabel 4.5 Distribusi Tingkat Depresi Lansia (Usia 60-74 Tahun) di Desa Bluluk Kecamatan Bluluk Kabupaten Lamongan 2016.	63
Tabel 4.6 Distribusi Insomnia Lansia (Usia 60-74 Tahun) di Desa Bluluk Kecamatan Bluluk Kabupaten Lamongan 2016.	63
Tabel 4.7 Distribusi Hubungan Tingkat Depresi Dengan Kejadian Insomnia Pada Lansia (Usia 60-74 Tahun) di Desa Bluluk Kecamatan Bluluk Kabupaten Lamongan 2016.	64

DAFTAR GAMBAR

	Halaman	
Gambar 2.1	Siklus Tidur	16
Gambar 2.2	Kerangka Konseptual Hubungan Tingkat Depresi Dengan Kejadian Insomnia Pada Lansia (Usia 60-74 Tahun) di Desa Bluluk Kecamatan Bluluk Kabupaten Lamongan 2016.	44
Gambar 3.1	Kerangka Kerja Penelitian Hubungan Tingkat Depresi Dengan Kejadian Insomnia Pada Lansia (Usia 60-74 Tahun) di Desa Bluluk Kecamatan Bluluk Kabupaten Lamongan 2016.	47

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Penyusunan Penelitian.
- Lampiran 2 Surat Izin Melakukan Survey Awal.
- Lampiran 3 Surat Balasan Survey Awal dari Kepala Desa Bluluk Kecamatan Bluluk Kabupaten Lamongan.
- Lampiran 4 Surat Permohonan Izin Melakukan Penelitian.
- Lampiran 5 Surat Balasan Melakukan Penelitian Dari Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Lamongan.
- Lampiran 6 Surat Balasan Melakukan Penelitian Dari Kepala Desa Bluluk Kecamatan Bluluk Kabupaten Lamongan.
- Lampiran 7 Lembar Permohonan Menjadi Responden.
- Lampiran 8 Lembar Persetujuan Menjadi Responden.
- Lampiran 9 Lembar Kuesioner Penelitian.
- Lampiran 10 Tabulasi
- Lampiran 11 Hasil Analisis Data Hubungan Tingkat Depresi Dengan Kejadian Insomnia Pada Lansia (Usia 60-74 Tahun) Di Desa Bluluk Kecamatan Bluluk Kabupaten Lamongan.
- Lampiran 12 Lembar Konsultasi

DAFTAR SIMBOL DAN SINGKATAN

.	: Titik
,	: Koma
:	: Titik Dua
()	: Tutup Kurung Buka Kurung
-	: Sampai
%	: Persen
<	: Kurang Dari
>	: Lebih Dari
=	: Sama Dengan
Σ	: Jumlah
\pm	: Kurang Lebih
✓	: Tanda Centang
“ ”	: Petik dua
BAB	: Buang Air Besar
BAK	: Buang Air Kecil
Depkes	: Departemen Kesehatan
DNA	: <i>Deoxyribonucleic Acid</i>
EEG	: <i>Elektroensefalogram</i>
EMG	: <i>Eelektromikrogram</i>
EOG	: <i>Elektro-Okulogram</i>

f	: Frekuensi jawaban responden
GABA	: <i>Gamma Amino Butyric Acid</i>
HRS-D	: <i>Hamilton Rating Scale for Depression</i>
KK	: Kepala Keluarga
n	: Jumlah responden
NREM	: <i>Non Rapid Eye Movement</i>
MI	: Madrasah Ibtidaiyah
P	: Prosentase
PAUD	: Pendidikan Anak Usia Dini
REM	: <i>Rapid Eye Movement</i>
RI	: Republik Indonesia
SAD	: <i>Seasonal Affective Desorder</i>
SCN	: <i>Supra Chiasmaticnucleus</i>
SD	: Sekolah Dasar
SMA	: Sekolah Menengah Atas
SMP	: Sekolah Menegah Pertama
SPSS	: <i>Statistical Product And Service Solution</i>
SSP	: Sistem Saraf Pusat
STIKES	: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
TK	: Taman Kanak-kanak
Yth	: Yang Terhormat
Z ²	: Nilai Standar Normal Untuk α