

BAB III

METODE PENELITIAN

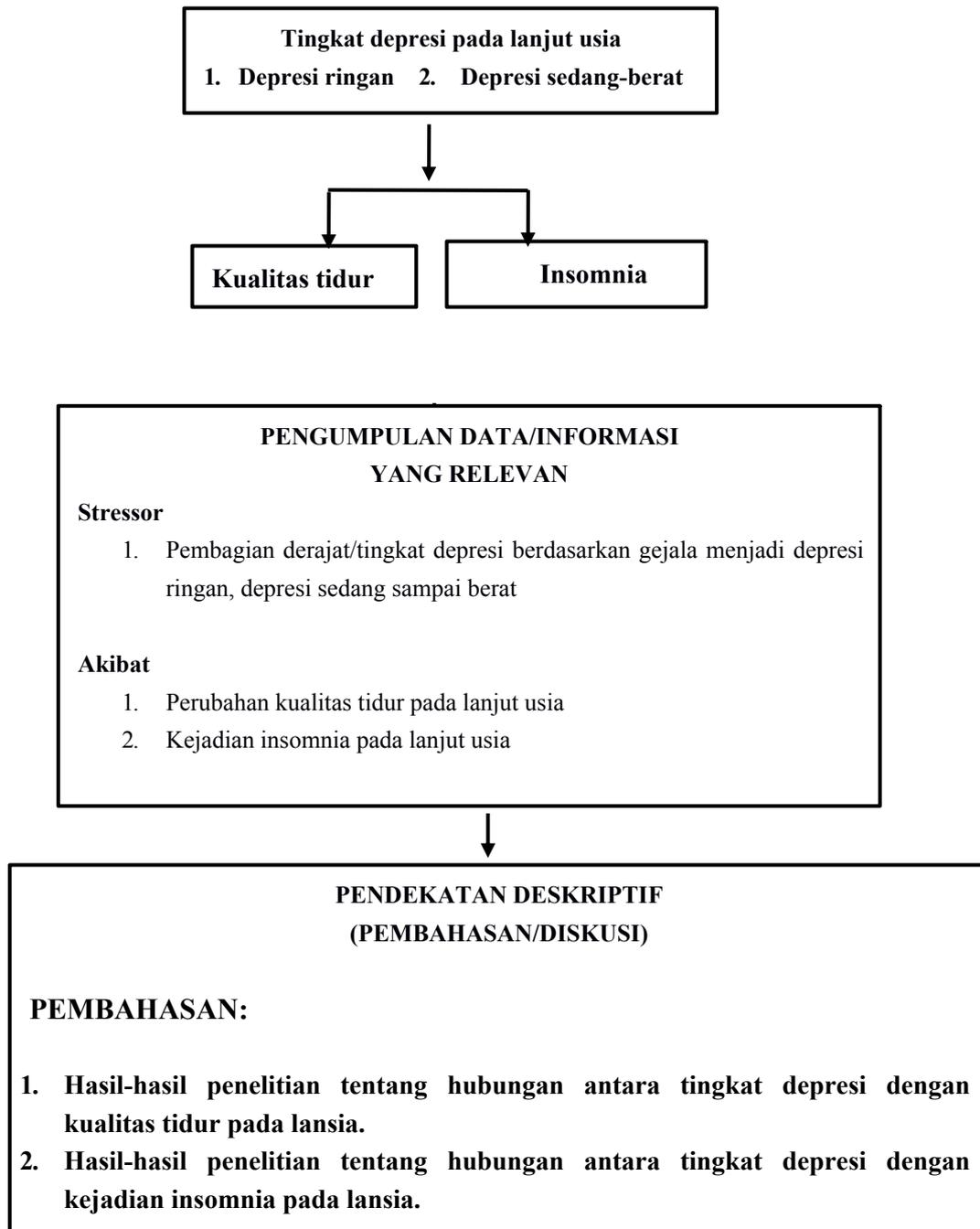
A. Rancangan (*Desain*) Penelitian

Penelitian studi literatur tentang “Pengaruh Tingkat Depresi terhadap Kualitas Tidur dan Pengaruh Depresi terhadap Kejadian Insomnia pada Lanjut Usia” ini bersifat deskriptif dengan pengumpulan data atau informasi dari jurnal atau sumber-sumber resmi yang lain. Analisis dilakukan secara deskriptif dengan menggunakan hasil-hasil penelitian yang telah dipublikasikan. Alur pemecahan masalah dapat dilihat pada Gambar: III.1 Bagan Alur Pendekatan Masalah tentang Pengaruh Tingkat Depresi terhadap Kualitas Tidur dan Pengaruh Depresi terhadap Kejadian Insomnia pada Lanjut Usia.

B. Kerangka Pendekatan Masalah (*Problem Solving Approach*)

Terdapat beragam episode depresi yang terjadi pada lanjut usia. Pada beberapa penelitian *geriatric depression scale* (GDS) digunakan sebagai instrumen pengukuran tingkatan depresi pada lanjut usia (El-Gilany et al., 2018). *geriatric depression scale* (GDS) terdiri dari 15 pertanyaan ya/tidak seputar perasaan yang dirasakan lanjut usia, dengan kriteria hasil sebagai berikut: skor 0-4 normal/tidak depresi, skor 5-9 depresi ringan, skor 9-15 depresi sedang sampai berat (Nirmala & Lesmana, 2019). Depresi dapat mengakibatkan beragam masalah pada lanjut usia

diantaranya perubahan kualitas tidur selain itu Depresi biasanya juga dianggap sebagai faktor risiko untuk mengembangkan kejadian insomnia (Kim et al., 2017). Studi literatur ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana pengaruh depresi terhadap perubahan kualitas tidur dan kejadian insomnia dengan menggunakan metode pendekatan pendekatan/pemecahan masalah sebagaimana dirumuskan dalam Bab I mengikuti alur sebagai berikut (Lihat Gambar III.1)



Gambar III.1 Kerangka / Bagan Alur Pendekatan Masalah tentang Pengaruh Tingkat Depres terhadap Kualitas Tidur dan Pengaruh Depresi terhadap Kejadian Insomnia pada Lanjut Usia

Definisi Operasional

Tabel III.2: Definisi Operasional

NO	VARIABEL/ISTILAH	DEFINISI iOPERASIONAL
1	<i>Stressor</i> depresi ringan	Episode idepresi idengan isekurang- ikurangnya iharus iada idua idari itiga igejala iutama iditambah idua idari igejala ilainnya. iDengan ilamanya iepisode idepresi ikurang idari idua iminggu idan isedikit imerasa ikesulitan idalam ipekerjaan idan ikegiatan iyang ibiasa idilakukan isehari-hari i(Prasetya & Aryastuti, 2019)
2	<i>Stressor</i> idepresi isedang isampai iberat	Episode idepresi idengan isekurang- ikurangnya iharus iada idua idari itiga igejala iutama iditambah itiga/empat idari igejala ilainnya. iDengan ilamanya iepisode idepresi iminimal idua iminggu idan imerasa ikesulitan iyang inyata idalam ipekerjaan idan ikegiatan iyang ibiasa idilakukan isehari-hari i(Prasetya & Aryastuti, 2019)
3	Kualitas itidur ipada ilanjut iusia	Kualitas itidur ididefinisikan isebagai ikepuasan iseseorang iatas ipengalaman itidurnya, iyang imengambarkan iaspek imemulai itidur, imempertahankan itidur, ikuantitas itidur, idan ikepuasan isetelah ibangun itidur i(Crivello et al., 2019)
4	Insomnia ipada ilanjut iusia	Ketidakpuasan iyang idilaporkan iterkait idengan ikesulitan imemulai itidur, ipemeliharaan, iatau ibangun ipagi-pagi iyang imenyebabkan igangguan iyang isignifikan isecara iklinis, iterjadi isetidaknya i3 imalam isetiap iminggu iselama i3 ibulan i(Gulia & Kumar, 2018)