

**STUDI LITERATUR TENTANG  
PENGARUH TINGKAT DEPRESI TERHADAP KUALITAS TIDUR DAN  
PENGARUH DEPRESI TERHADAP KEJADIAN INSOMNIA  
PADA LANJUT USIA**

**SKRIPSI**

**Untuk Memenuhi Persyaratan  
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran**



**Oleh:**

**Nur Cahyaning Ati  
NPM: 17700037**

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS WIJAYA KUSUMA SURABAYA**

**2021**

**STUDI LITERATUR TENTANG**  
**PENGARUH TINGKAT DEPRESI TERHADAP KUALITAS TIDUR DAN**  
**PENGARUH DEPRESI TERHADAP KEJADIAN INSOMNIA**  
**PADA LANJUT USIA**

**SKRIPSI**

**Untuk Memenuhi Persyaratan**  
**Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran**



**Oleh:**

**Nur Cahyaning Ati**  
**NPM: 17700037**

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN**  
**FAKULTAS KEDOKTERAN**  
**UNIVERSITAS WIJAYA KUSUMA SURABAYA**

**2021**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**STUDI LITERATUR  
TENTANG**

**PENGARUH TINGKAT DEPRESI TERHADAP KUALITAS TIDUR DAN  
PENGARUH DEPRESI TERHADAP KEJADIAN INSOMNIA PADA LANJUT  
USIA**

**SKRIPSI**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna  
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran**

**Oleh:**

**Nur Cahyaning Ati  
NPM: 17700037**

**Menyetujui untuk diuji**

**Pada tanggal: Mei 2021**

**Pembimbing,**



**dr. Agung Budi Setiawan, Sp. Kj.**  
**NIK: 91106-ET**

**Penguji,**



**Prof. Didik Sarudji, M.S.c**  
**NIK: 09419-ET**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**STUDI LITERATUR  
TENTANG**

**PENGARUH TINGKAT DEPRESI TERHADAP KUALITAS TIDUR DAN  
PENGARUH DEPRESI TERHADAP KEJADIAN INSOMNIA  
PADA LANJUT USIA**

**SKRIPSI**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna  
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran**

**Oleh:**

**Nur Cahyaning Ati  
NPM: 17700037**

**Menyetujui untuk diuji**

**Pada tanggal: Mei 2021**

**dan dinyatakan lulus oleh:**

**Pembimbing,**



**dr. Agung Budi Setiawan, Sp. Kj.**  
**NIK: 91106-ET**

**Penguji,**



**Prof. Didik Sarudji, M.S.c**  
**NIK: 09419-ET**

### PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Nur Cahyaning Ati

NPM : 17700037

Program studi : Pendidikan Dokter

Fakultas : Kedokteran

Universitas : Wijaya Kusuma Surabaya

Mengatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya buat dengan judul "Pengaruh Tingkat Depresi terhadap Kualitas Tidur dan Pengaruh Depresi terhadap Kejadian Insomnia pada Lanjut Usia", benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan tulisan orang lain yang saya akui sebagai tulisan saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa skripsi ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Surabaya, Mei 2021



Nur Cahyaning Ati  
NPM: 17700037

### SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Nur Cahyaning Ati

NPM : 17700037

Program studi : Pendidikan Dokter

Fakultas : Kedokteran

Universitas : Wijaya Kusuma Surabaya

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil studi literatur saya dengan judul "Pengaruh Tingkat Depresi terhadap Kualitas Tidur dan Pengaruh Depresi terhadap Kejadian Insomnia pada Lanjut Usia".

Bersedia untuk diunggah dalam *e-repository* Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.

Surat pernyataan persetujuan digunakan sebagaimana diperlukan

Surabaya, Mei 2021



Nur Cahyaning Ati  
NPM: 17700037

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat rahmat dan karunia-Nya semata sehingga penulis mampu menyelesaikan Proposal Skripsi dengan judul "Pengaruh Tingkat Depresi terhadap Kualitas Tidur dan Pengaruh Depresi terhadap Kejadian Insomnia pada Lanjut Usia”

Penulis menyadari Skripsi ini tidak dapat selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak. Karena itu peneliti sampaikan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Prof. Dr Suhartati, dr., MS. dekan Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya yang telah memberi kesempatan kepada penulis menuntut ilmu di Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.
2. dr. Agung Budi Setiawan, Sp. KJ. sebagai pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta dorongan dalam menyelesaikan Proposal Skripsi ini.
3. Prof. Didik Sarudji, M.S.c selaku dosen penguji yang telah meluangkan waktunya untuk menguji penulis demi perkembangan penulis dan perbaikan Proposal Skripsi ini.
4. Kedua orang tua, kakak, adik, dan sahabat yang selalu memberi doa, dukungan dan semangat tiada henti kepada penulis.
5. Segenap Tim Pelaksana Proposal Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya yang telah memfasilitasi proses penyelesaian Proposal Skripsi ini.

6. Semua pihak yang tidak mungkin penulis sebut satu persatu yang telah membantu

Penulis menyadari bahwa penulisan Proposal Skripsi ini masih jauh dari sempurna oleh karena itu penulis mengharapkan segala masukan demi sempurnanya tulisan ini.

Surabaya, Mei 2021

Penulis



## **ABSTRAK**

Ati, Nur Cahyaning. 2021. Pengaruh Tingkat Depresi terhadap Kualitas Tidur dan Pengaruh Depresi terhadap Kejadian Insomnia pada Lanjut Usia. Skripsi, Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Wijaya Kusuma Surabaya. Pembimbing: dr. Agung Budi Setiawan, Sp. KJ.

Pada lanjut usia terdapat beberapa perubahan dan kemunduran dalam segi fisik, psikologis serta sosial seiring dengan meningkatnya usia. Salah satu masalah kesehatan jiwa yang sering dijumpai pada lansia adalah depresi. Penurunan kualitas tidur dan terjadinya gangguan tidur terutama insomnia sering diasosiasikan dengan depresi. Penelitian pengaruh tingkat depresi dengan kualitas tidur dan pengaruh depresi terhadap kejadian insomnia pada lansia telah banyak dilakukan di berbagai negara, sehingga relevan untuk melakukan sintesis pada penelitian yang membahas topik ini. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh tingkat depresi terhadap kualitas tidur dan pengaruh depresi terhadap kejadian insomnia pada lanjut usia. Metode penelitian ini bersifat deskriptif dengan pengumpulan data atau informasi dari jurnal atau sumber-sumber resmi yang lain. Hasil, dari 25 jurnal yang telah ditelaah didapatkan bahwa, lanjut usia yang mengalami depresi ringan dan sedang-berat cenderung memiliki kualitas tidur yang buruk, sedangkan pada lansia yang mengalami depresi ringan tidak terdapat korelasi yang bermakna dengan kejadian insomnia. Sebaliknya kejadian depresi sedang-berat pada lansia memiliki korelasi yang berarti dengan insiden insomnia.

Kata kunci : Depresi, Lanjut usia, Kualitas tidur, Insomnia

## ***ABSTRACT***

*Ati, Nur Cahyaning. 2021. Effect of Depression Level on Sleep Quality and the Effect of Depression on the Incidence of Insomnia in the Elderly. Essay. Faculty of Medicine, Wijaya Kusuma Surabaya University. Supervisor: dr. Agung Budi Setiawan, Sp. KJ.*

*In the elderly, there are some changes and setbacks in terms of physical, psychological and, social as we age. One of the mental health problems that are often encountered in the elderly is depression. Decreased sleep quality and the occurrence of sleep disorders especially insomnia are often associated with depression. Research on the effect of depression on sleep quality and the influence of depression on the incidence of insomnia in the elderly has been conducted in many countries, so it is relevant to synthesize research that addresses this topic. The purpose of this study was to determine the effect of depression levels on sleep quality and the influence of depression on the incidence of insomnia in the elderly. This research method is descriptive with the collection of data or information from journals or other official sources. The results, from 25 journals that have been studied, found that the elderly who experience mild and moderate-severe depression tend to have poor sleep quality, meanwhile, in the elderly who have mild depression, there is no meaningful correlation with the incidence of insomnia. In contrast, the elderly who experience moderate-severe depression has a meaningful correlation to the incidence of insomnia.*

**Keywords :** *Depression, Elderly, Sleep quality, Insomnia*

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
Judul .....	i
Halaman Persetujuan Skripsi .....	ii
Halaman Pengesahan Skripsi .....	i
Pernyataan Keaslian Tulisan .....	iv
Surat Pernyataan Persetujuan .....	v
Kata Pengantar .....	vi
Abstrak .....	vi
<i>Abstract</i> .....	ix
Daftar Isi .....	x
Daftar Gambar .....	xi
Daftar Tabel .....	xiv
Daftar Singkatan .....	xv
<b>BAB I      PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Tujuan Penelitian .....	4
1. Tujuan umum .....	4
2. Tujuan khusus .....	4
D. Manfaat Penelitian .....	4
1. Manfaat bagi peneliti .....	4
2. Manfaat bagi institusi terkait .....	4

	3. Manfaat bagi pengembangan ilmu .....	5
BAB II	TINJAUAN PUSTAKA .....	6
	A...Depresi.....	6
	1....Definisi depresi.....	6
	2....Gejala depresi.....	7
	3....Etiologi.....	8
	4....Tingkat depresi.....	10
	5....Depresi pada lanjut usia.....	12
	6....Pengobatan depresi.....	13
	B...Konsep Tidur .....	20
	1....Tahapan tidur .....	20
	2....Kualitas tidur .....	21
	3....Perubahan pola tidur pada lanjut usia .....	21
	C...Insomnia pada lanjut usia.....	23
	D...Lanjut Usia .....	24
	E. Depresi, Kualitas tidur dan Insomnia pada Lanjur Usia	24
BAB I	METODE PENELITIAN .....	28
	A...Rancangan Penelitian .....	28
	B...Kerangka Pendekatan Masalah .....	29
	C...Definisi Operasional.....	31

BAB IV	PEMBAHASAN .....	32
	A...Pengaruh Depresi Ringan terhadap Kualitas Tidur pada Lanjut Usia.....	32
	B...Pengaruh Depresi Sedang-Berat terhadap Kualitas Tidur pada Lanjut Usia.....	34
	C...Pengaruh Depresi Ringan terhadap Insomnia pada Lanjut Usia.....	36
	D...Pengaruh Depresi Sedang-Berat terhadap Insomnia pada Lanjut Usia.....	37
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN .....	39
	A...Kesimpulan .....	39
	B...Saran .....	40
	DAFTAR PUSTAKA .....	41
	LAMPIRAN .....	46

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar II.1 Perbedaan Pola Tidur pada Dewasa Muda dan Lanjut Usia...	20
Gambar II.2 Perubahan Electroencephalogram dari Tahapan Tidur.....	21
Gambar I.1 Kerangka / Bagan Alur Pendekatan Masalah tentang Pengaruh Tingkat Depres terhadap Kualitas Tidur dan Kejadian Insomnia pada Lanjut Usia.....	30

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel II.1 Hasil Penelusuran Literatur untuk Penulisan Skripsi tentang “Pengaruh Depresi Terhadap Kualitas Tidur dan Kejadian Insomnia pada Lanjut Usia”.....	26
Tabel I.1 Definisi Oprasional.....	31

## DAFTAR SINGKATAN DAN SIMBOL

		<b>Halaman</b>
&	dan .....	1
BPS	badan pusat statistic .....	1
WHO	<i>world health organization</i> .....	1
et al	<i>and others</i> .....	2
%	persen .....	2
Lansia	Lanjut usia .....	3