



# JURNAL PENELITIAN

## UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JAKARTA

### Volume 27, Nomor 4, Desember 2022

---

Anemia Defisiensi Besi Akibat Perdarahan Kronis

*Oleh : Faisal Syarufuddin.*

Gambaran Tingkat Pengetahuan dan Kepercayaan terhadap Penggunaan Pengobatan Herbal pada Mahasiswa Prodi Kedokteran Fakultas

*Oleh : Aldrin Neilwan P, Sandra Kirana Adelia.*

Gambaran Pengetahuan Pejabat tentang Peregangan Otot Leher Selama Pelaksanaan Zoom Meeting Guna Menekan Penyakit Akibat Kerja di RS. Islam Jakarta Sukapura

*Oleh : Umi Sjarqiah, Arniti*

Pencegahan Gizi Buruk dalam Perspektif Islam

*Oleh : Abul A'la Al Maududi, Dadang, Herdiansyah, Nadilla Firda, Tria Astika, Endah Permatasari*

Gambaran Tingkat Pengetahuan Masyarakat tentang Penyakit Saluran Kemih pada Pria dan Wanita di Lingkungan PT Gunung Madu Plantation Lampung Tengah pada Tahun 2020

*Oleh : Dimas Bagus Bramasta Duarsz, Mieke Marindawati*

Limfoma Maligna di RSUD Cengkareng Periode Januari 2015 – Desember 2017

*Oleh : Mieke Marindawati*

Membedakan Fungal Acne dengan Acne Vulgaris

*Oleh : Sri Katon Sulistyanningrum*

Cutaneous Larva Mirgrans

*Oleh : Rizqa Haerani Saenong*

Hubungan Tingkat Pengetahuan Santri Putra terhadap Perilaku Adaptasi Kebiasaan Baru Selama Pandemi Covid-19 di Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Modern As-Salam Putra Bojonggenteng Kabupaten Sukabumi

*Oleh : Maria Eka Putri, Rulli Rustaman*

Hubungan antara Depresi dengan Kualitas Tidur pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3 Jakarta Selatan Tahun 2022

*Oleh : Rusdi Effendi, Lirisia Eka Nareswari*

Jurnal Penelitian UMJ	Vol. 27	No. 4	Jakarta Des 2022	ISSN 0853-6007
--------------------------	------------	----------	---------------------	-------------------

# **JURNAL PENELITIAN**

## **UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JAKARTA**

**Volume 27, Nomor 4, Desember 2022**

---

**Penanggung Jawab :**  
Dr. Ma'mun Murod, M.Si

**Pemimpin Redaksi :**  
Prof. Dr. Tri Yuni Hendrawati, MT

**Dewan Redaksi :**  
Dr. Muhammad Hadi, M.Kep  
Dr. Mutmainah, ST, MM  
Dr. Rini Fatma Kartika, MH  
Dr. Septa Candra, SH, MH

**Redaktur Pelaksana :**  
Ir. Helfi Gustia, M.Si

### **Jurnal Penelitian**

Diterbitkan oleh Universitas Muhammadiyah Jakarta sejak tahun 1994, dengan frekuensi penerbitan setiap tiga bulan sekali, dimaksudkan sebagai wadah publikasi hasil penelitian atau tulisan ilmiah yang berkenaan dengan penelitian sivitas akademika Universitas Muhammadiyah Jakarta, baik dalam bidang agama, teknologi, maupun sosial ekonomi. Redaksi berhak memeriksa dan mengedit tulisan yang akan dimuat tanpa mengubah maksud dan substansinya. Tulisan diketik 1 ½ spasi dengan minimal 8 halaman dan maksimal 15 halaman.

### **Alamat Redaksi :**

**Kampus Universitas Muhammadiyah Jakarta**  
**Jl. KH. Ahmad Dahlan, Cirendeu, Ciputat – Jakarta Selatan**  
**Telp.: 021- 7424950, 7401894 Fax: 021-7430756**

**HUBUNGAN ANTARA DEPRESI DENGAN KUALITAS TIDUR PADA  
LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA BUDI MULIA 3  
JAKARTA SELATAN TAHUN 2022**

**Rusdi Effendi \* Lirisia Eka Nareswari \*\***

- \* Departemen Psikiatri Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Jakarta
- \*\* Mahasiswa Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Jakarta

**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Lanjut usia adalah tahap perkembangan akhir kehidupan manusia mulai usia 60 tahun ke atas yang sangat sensitif terhadap kesehatan mental dan fisik. Lansia tahap akhir mengalami perkembangan dan perubahan mulai dari fisik, psikis maupun sosial, serta menurunnya fungsi tubuh yang memengaruhi kehidupannya. Semakin bertambahnya usia, masalah yang dihadapi oleh lansia semakin meningkat, terutama tingkat depresi atau kecemasan, dan hal itu akan berdampak pada pola tidur dan kualitas tidurnya, sehingga dapat menyebabkan berbagai macam kemungkinan lansia mengalami penurunan kesehatan serta mengalami penurunan fungsi organ secara fisik maupun psikologis.

**Metode:** Jenis penelitian ini adalah analitik korelasi dengan pendekatan penelitian kuantitatif dan desain penelitian dengan metode cross sectional. Teknik pengumpulan sampel pada penelitian ini menggunakan metode accidental sampling yaitu sampel yang kebetulan ada saat dilakukan penelitian.

**Hasil:** Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 31 lansia (39,7%) mempunyai kualitas tidur yang baik dan 47 (60,3%) lansia mempunyai kualitas tidur yang buruk. Untuk depresi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3 Jakarta Selatan terdapat tingkat depresi ringan 32 lansia (41,0%), depresi sedang 8 lansia (10,3%), depresi berat 1 lansia (1,3%), sedangkan lansia normal tanpa depresi 37 lansia (47,4%). Tetapi dari gambaran antara lansia depresi dan normal dapat disimpulkan bahwa 37 lansia normal (47,4%) dan depresi pada lansia (gabungan ringan, sedang, dan berat) ada 41 lansia (52,6%).

**Kesimpulan:** Adanya tingkat depresi ringan 32 lansia (41,0%), depresi sedang 8 lansia (10,3%), depresi berat 1 lansia (1,3%), sedangkan lansia normal tanpa depresi 37 lansia (47,4%). Tetapi dari gambaran antara lansia depresi dan normal dapat disimpulkan bahwa 37 lansia normal (47,4%) dan depresi pada lansia (gabungan ringan, sedang, dan berat) ada 41 lansia (52,6%). Jadi terdapat hubungan antara depresi dengan kualitas tidur pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3 Jakarta Selatan.

**Kata kunci:** Kualitas tidur, depresi, lanjut usia, PSQI, GDS-S

**RELATIONSHIP BETWEEN DEPRESSION WITH SLEEP QUALITY IN  
THE ELDERLY AT TRESNA WERDHA BUDI MULIA 3 SOCIAL  
INSTITUTION, SOUTH JAKARTA IN 2022**

**Rusdi Effendi \* Lirisia Eka Nareswari \*\***

\* Departemen Psikiatri Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Jakarta

\*\* Mahasiswa Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Jakarta

***ABSTRACT***

**Background:** Advanced age is the stage of development of the end of human life from age of 60 to above which is very sensitive to mental and physical health. The final stage experiencing the development and changes from physical, psychic and social, and decreases the function of the body that affects his life. The increasing age, problems faced by the elderly are increasing, especially the rate of depression or anxiety, and it will impact on the sleeping pattern and the quality of sleep, so that it can lead to a wide variety of possible elderly experience a decrease in health as well as having a decrease in organ functions physically and psychologically.

**Method:** This type of research is analytic correlation with a quantitative research approach and a research design using a cross sectional method. The sample collection technique in this study used the accidental sampling method, namely a sample that happened to be present at the time the research was conducted.

**Result:** The results of this study showed that 31 elderly (39.7%) had good sleep quality and 47 (60.3%) elderly had poor sleep quality. For depression in the elderly at the Tresna Werdha Budi Mulia 3 Social Institution, South Jakarta, there is a mild depression rate of 32 elderly (41.0%), moderate depression of 8 elderly (10.3%), severe depression of 1 elderly (1.3%), while normal elderly without depression 37 elderly (47.4%). But from the description between depressed and normal elderly, it can be concluded that 37 normal elderly (47.4%) and depression in the elderly (mild, moderate, and severe combined) are 41 elderly (52.6%).

**Conclusions:** The level of mild depression was 32 elderly (41.0%), moderate depression was 8 elderly (10.3%), severe depression was 1 elderly (1.3%), while normal elderly without depression were 37 elderly (47.4%). But from the

description between depressed and normal elderly, it can be concluded that 37 normal elderly (47.4%) and depression in the elderly (mild, moderate, and severe combined) are 41 elderly (52.6%). So there is a relationship between depression and sleep quality in the elderly at Tresna Werdha Budi Mulia 3 Social Institution, South Jakarta.

**Keywords:** Quality sleep, depression, advanced age, PSQI, GDS-S

## PENDAHULUAN

### Latar Belakang

Lanjut usia adalah tahap perkembangan akhir kehidupan manusia mulai usia 60 tahun ke atas yang sangat sensitif terhadap kesehatan mental dan fisik. (Muhammadiyah *et al.*, 2021). Menurut data (Kemenkes), Indonesia saat ini memasuki era populasi menua, dimana usia harapan hidup meningkat dan jumlah lansia meningkat dari 18 juta (7,56%) pada tahun 2010 menjadi 25,9 juta. orang (9,7%) pada tahun 2019 dan diperkirakan akan terus meningkat menjadi 8,2 juta orang (15,77%) pada tahun 2035. Pada fase akhir lanjut usia terjadi perkembangan dan perubahan mulai dari fisik, psikis dan sosial, serta dari melemahnya fungsi tubuh yang mempengaruhi kehidupan mereka. (Rosnadia, (BSR) and 2021).

Depresi merupakan gangguan kesehatan mental yang banyak terjadi pada lansia. Penyakit ini juga merupakan salah satu contoh penyakit tersering dengan gejala nonspesifik/tidak spesifik pada populasi geriatri. Depresi muncul sebagai efek psikologis yang terjadi pada orang yang berusia di atas 60 tahun (Asniati and Nursiah, 2013)..

Kualitas tidur mengacu pada kemampuan seseorang untuk mempertahankan tidur REM (Rapid Eye Movement) dan NREM (Non Rapid Eye Movement). Penilaian kualitas tidur meliputi aspek kuantitatif seperti durasi tidur, latensi tidur dan aspek subyektif seperti tidur dan istirahat. Pada lansia, waktu tidur efektif berkurang seiring dengan proses penuaan yang terjadi, hal ini dapat menyebabkan kualitas tidur yang kurang pada lansia dan menimbulkan berbagai masalah tidur seperti sering terbangun pada malam hari, kelelahan di siang hari dan sulit tidur. (Muhammadiyah *et al.*, 2021).

Rudi Febrianto dkk (2017) sebelumnya meneliti hubungan antara depresi dengan kualitas tidur pada lansia. Hasil penelitian berdasarkan hasil tabulasi silang kualitas tidur dan tingkat depresi mengungkapkan bahwa sebagian besar peserta dalam penelitian ini, 18 orang (60%) memiliki kualitas yang buruk dan 12 orang (40%) mengalami depresi. Sehingga ada hubungan kualitas tidur dengan depresi pada lansia **Posyandu** RW 01 Tunggul Wulung Malang. (Febrianto, 2017)

Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3 adalah panti werdha atau panti jompo khusus lansia yang terlantar dan di naungi oleh dinas social. Panti ini terletak di Jl. Margaguna Raya No.1, RT.11/RW.1, Gandaria Sel., Kec. Cilandak, Kota Jakarta Selatan, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 12420, sekitar 7 km dari Universitas Muhammadiyah Jakarta.

Berdasarkan latar belakang tersebut saya tertarik melakukan penelitian dengan judul **“Hubungan depresi dan kualitas tidur pada orang tua di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia”**

## **METODE PENELITIAN**

### **Jenis dan Desain Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan analitik dengan desain potong lintang (*cross sectional*).

### **Tempat dan Waktu Penelitian**

Tempat penelitian ini akan dilakukan di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3, Cilandak, Jakarta Selatan

Waktu penelitian akan dimulai pada bulan Oktober – Desember 2022.

### **Populasi dan Sampel**

#### **Populasi**

357 lansia.

#### **Sampel**

Pada penelitian ini, dilakukan perhitungan jumlah sampel yang akan diambil berdasarkan rumus Slovin dikarenakan jumlah populasi diketahui.= 78 sampel

#### **Kriteria Inklusi**



- Seluruh lansia mandiri (tanpa gangguan psikotik) di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3 yang bersedia menjadi sampel pada penelitian ini (*menyetujui inform consent*).
- Seluruh lansia mandiri yang mampu diajak berkomunikasi dengan baik.

#### Kriteria Eksklusi

- Seluruh lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3 yang tidak memenuhi kriteria inklusi.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

Penelitian dengan judul “Hubungan Antara Depresi dengan Kualitas Tidur pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Mulia 3 Jakarta Selatan Tahun 2022” dilakukan pada tanggal 19-21 Desember 2022 bertempat di Kecamatan Cilandak, kota Jakarta Selatan, DKI Jakarta dengan total jumlah sampel 78 lansia yang memenuhi kriteria inklusi di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3. Berdasarkan data panti, terdapat sejumlah 357 warga binaan sosial (WBS), yang terdiri dari 228 lansia perempuan dan 129 lansia laki-laki.

### Analisis Univariat

**Tabel 4.1**

**Distribusi Karakteristik Responden Lansia di PSTW Budi Mulia 3 Jakarta Selatan**

Karakteristik	Proporsi (Jumlah)	Presentase (%)
<b>Usia</b>		
60-74 tahun	53	67,9
75-90 tahun	22	28,2
>90 tahun	3	3,8

<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	46	59
Perempuan	32	41

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui gambaran karakteristik usia responden yaitu sebanyak 53 lansia (67%) berusia 60-74 tahun (usia lanjut/ elderly), 22 lansia (28.2%) berusia 75-90 tahun (usia tua/ old), dan 3 lansia (3.8%) berusia >90 tahun (sangat tua/ very old). Sebagian besar responden adalah lansia laki-laki yaitu sebanyak 46 orang (59%) sedangkan lansia perempuan ada sebanyak 32 orang (41%).

**Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur**

<b>Kualitas Tidur</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase (%)</b>
Baik	31	39,7
Buruk	47	60,3
Total	78	100,0

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa terdapat 31 lansia yang mempunyai kualitas tidur baik (39,7%), dan 47 lansia mempunyai kualitas tidur yang buruk (47%).

**Tabel 4.3 Kejadian Depresi pada Lansia**

<b>Tingkat Depresi</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase (%)</b>
Normal	37	47,4
Ringan	32	41,0
Sedang	8	10,3
Berat	1	1,3
Total	78	100,0

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan adanya tingkat depresi ringan 32 lansia (41,0%), depresi sedang 8 lansia (10,3%), depresi berat 1 lansia (1,3%), sedangkan

lansia normal tanpa depresi 37 lansia (47,4%). Tetapi dari gambaran antara lansia depresi dan normal dapat disimpulkan bahwa 37 lansia normal (47,4%) dan depresi pada lansia (gabungan ringan, sedang, dan berat) ada 41 lansia (52,6%).

### Analisis Bivariat

Pada hasil analisis bivariate menggunakan *Chi-square* digunakan derajat kemaknaan  $\alpha = 0,05$ , sehingga pada nilai hitung  $p \text{ value} < 0,05$ , ( $p\text{-value} < \alpha$ ), maka hasil uji statistik memiliki hubungan yang bermakna dan pada hitung  $p \text{ value} > 0,05$  ( $p\text{-value} > \alpha$ ), maka hasil uji statistik memiliki hubungan yang tidak bermakna.

**Tabel 4.1 Hubungan Kualitas Tidur dengan Depresi pada Subjek Penelitian**

Variabel	Depresi		OR	90%CI	Nilai P
	Ya	Tidak			
<b>Kualitas tidur</b>					
Buruk	33	14	2,12	1,3-3,3	0,001
Baik	8	23			

Berdasarkan hasil 4.1 diketahui hasil uji statistik dengan P value atau nilai P 0,001 ( $p < 0.05$ ) yang artinya terdapat hubungan antara depresi dengan kualitas tidur pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3 Jakarta Selatan.

### Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian, dari sejumlah 78 responden, sebagian besar diantaranya berusia 60-74 tahun (usia lanjut/ elderly), yaitu sebanyak 53 lansia (67%) dan lansia laki-laki memiliki proporsi terbesar sebanyak 46 orang (59%). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 31 lansia (39,7%) mempunyai kualitas tidur yang baik dan 47 (60,3%) lansia mempunyai kualitas tidur yang buruk. Untuk depresi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3 Jakarta Selatan terdapat tingkat depresi ringan 32 lansia (41,0%), depresi sedang 8 lansia (10,3%), depresi berat 1 lansia (1,3%), sedangkan lansia normal tanpa depresi 37 lansia (47,4%). Tetapi dari gambaran antara lansia depresi dan normal dapat

disimpulkan bahwa 37 lansia normal (47,4%) dan depresi pada lansia (gabungan ringan, sedang, dan berat) ada 41 lansia (52,6%).

Pada hasil uji *chi-square* didapat p-value , 0,05 maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan bermakna antara depresi dengan kualitas tidur pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3 Jakarta Selatan. Hal ini tentunya sesuai dengan teori bahwa gangguan tidur pada lansia cenderung meningkat setiap tahunnya, sejalan dengan usia seseorang dan berbagai penyebab. Selain gangguan tidur, lansia sering mengalami gangguan mood (depresi) (Febrianto, 2017). Hasil penelitian lain dan penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa ada hubungan antara depresi dengan kualitas tidur, Hasil yang diperoleh menyatakan bahwa kualitas tidur sangat signifikan sekali berhubungan dengan depresi pada lansia di Karangasem.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian pada 78 responden, mengenai hubungan antara depresi dengan kualitas tidur pada lansia di Panti Social Tresna Werdha Budi Mulia 3 dapat ditarik kesimpulan :

1. Karakteristik usia responden yaitu sebanyak 53 lansia (67%) berusia 60-74 tahun (usia lanjut/ elderly), 22 lansia (28.2%) berusia 75-90 tahun (usia tua/ old), dan 3 lansia (3.8%) berusia >90 tahun (sangat tua/ very old). Sebagian besar responden adalah lansia laki-laki yaitu sebanyak 46 orang (59%) sedangkan lansia perempuan ada sebanyak 32 orang (41%).
2. Terdapat 31 lansia yang mempunyai kualitas tidur baik (39,7%), dan 47 lansia mempunyai kualitas tidur yang buruk (47%).
3. Adanya tingkat depresi ringan 32 lansia (41,0%), depresi sedang 8 lansia (10,3%), depresi berat 1 lansia (1,3%), sedangkan lansia normal tanpa depresi 37 lansia (47,4%). Tetapi dari gambaran antara lansia depresi dan normal dapat disimpulkan bahwa 37 lansia normal (47,4%) dan depresi pada lansia (gabungan ringan, sedang, dan berat) ada 41 lansia (52,6%).

4. Terdapat hubungan antara depresi dengan kualitas tidur pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3 Jakarta Selatan.

### **Saran**

1. Bagi penelitian selanjutnya diharapkan dapat dikembangkan dengan penambahan jumlah sampel dan memperluas variabel yang diteliti.
2. Perlu Kerjasama antara instansi kesehatan, terutama fasilitas kesehatan psikiater atau psikologi untuk memberikan penanganan terapi kualitas tidur atau depresi pada lansia di PSTW 3 Jakarta Selatan.
3. Perlu adanya pemeriksaan kesehatan secara berkala bagi lansia terutama masalah psiko

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Asniati, N. and Nursiah, D. (2013) ‘A Systematic Review : Group Counselling for Older People with Depression’, *International Seminar on Quality and Affordable Education*, (Isqae), pp. 455–462.
- Febrianto (2017) ‘Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia Di Posyandu Lansia Tunggul Wulung Lowokwaru Kota Malang’, *Nursing News*, 2(2), pp. 118–123.
- Hasibuan, R.K. and Hasna, J.A. (2021) ‘Gambaran Kualitas Tidur pada Lansia dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya di Kecamatan Kayangan , Kabupaten Lombok’, *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 17(2), pp. 187–195.
- Khasanah, K. and Hidayati, W. (2012) ‘Kualitas Tidur Lansia Balai Rehabilitasi Sosial “ MANDIRI ” Semarang’, *Jurnal Nursing Studies*, 1(1), pp. 189–196. Available at: <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jnursing>.
- Muhammadiyah, U. *et al.* (no date) *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Gambaran Tingkat Kecemasan Dan Kualitas Tidur Pada Lansia: Literature Review, Seminar Nasional Kesehatan*.
- Rosnadia, A., (BSR), D.F.-B.S.R. and 2021, undefined (2021) ‘Hubungan

Antara Interaksi Sosial Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia: Literature Review', *Journals.Umkt.Ac.Id*, 3(1), p. 2021. Available at: <https://journals.umkt.ac.id/index.php/bsr/article/view/2544>.

- Stoyanova, S.Y. (2014) 'Depression—Factors, Symptoms, Prevention and the Role of Open Journal of Depression', *Open Journal of Depression*, 03(01), pp. 3–4. Available at: <https://doi.org/10.4236/ojd.2014.31002>.