

# Hubungan insomnia dengan tingkat depresi pada lansia di PSTW Budi Mulia 3 Margagua Jakarta = The relationship between insomnia and depression level of elderly in PSTW Budi Mulia 3 Margaguna Jakarta

Fakhri Muhamad Rizaldi, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20473724&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Proses penuaan dapat menyebabkan kualitas tidur pada lansia berubah dan menyebabkan gangguan tidur insomnia. Sebelumnya insomnia dipandang sebagai gejala depresi namun saat ini para peneliti menduga insomnia menjadi faktor risiko dari depresi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan insomnia dan depresi di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 03 Jakarta. Penelitian ini menggunakan studi cross sectional dengan jumlah sampel 79 responden dan dipilih menggunakan teknik proporsional random sampling. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa Insomnia Severity Index dan Geriatric Depression Scale 30 item.

Hasil penelitian menunjukkan 41,8 lansia di panti mengalami gangguan tidur insomnia dan 51,9 lansia mengalami depresi. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara insomnia dengan depresi  $p=0,001 < ?=0,05$  . Pemberian edukasi dan skrining secara berkala mampu mengurangi insomnia dan depresi pada lansia. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengidentifikasi berkurangnya risiko depresi dengan mengatasi insomnia.

*The aging process can cause sleep quality in the elderly to change and cause sleep disorders insomnia. Previously, insomnia was seen as a symptom of depression but recently researchers suspected insomnia to be a risk factor for depression.*

*This study aims to determine the relationship of insomnia and depression at the Social Institution Tresna Werdha Budi Mulia 03 Jakarta. This study used cross sectional study with 79 respondents and selected by using proportional random sampling technique. The instruments used in this study are Insomnia Severity Index and Geriatric Depression Scale 30 items.*

*The results showed 41.8 of elderly in the home experienced sleep disorders insomnia and 51.9 of elderly people depressed. The results showed there was an association between insomnia and depression  $p < 0.001$ .*