

HUBUNGAN TINGKAT DEPRESI DENGAN KUALITAS TIDUR PADA LANSIA DI WILAYAH BINAAN PUSKESMAS CANGKRINGAN YOGYAKARTA

Wahyu Anggit Pambudi¹, Anastasia Suci Sukmawati²
Email: Wahyuanggit08@gmail.com

INTISARI

Latar belakang: Pada tahun 2017 penderita depresi pada lansia di dunia mencapai 300 juta jiwa. Kejadian depresi dapat mengakibatkan gangguan tidur pada lansia sehingga menurunkan kualitas tidur lansia. Angka prevalensi gangguan tidur di Indonesia belum diketahui pasti, namun diprediksi sekitar 20% lansia di Indonesia mengalami gangguan tidur. Akibat menurunnya kualitas tidur bukan hanya mengganggu kesehatan fisik maupun psikis, akan tetapi juga dapat merusak memori dan kemampuan kognitif.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat depresi dengan kualitas tidur pada lansia di Wilayah Binaan Puskesmas Cangkringan Yogyakarta.

Metode Penelitian: Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif *non eksperimental*, dengan rancangan pendekatan *cross sectional*. Jumlah sampel sebanyak 38 responden dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Analisa data yang digunakan untuk melihat hubungan kedua variabel adalah uji *Spearman Rank*.

Hasil: Berdasarkan hasil penelitian pada lansia di Wilayah Binaan Puskesmas Cangkringan Yogyakarta didapatkan tingkat depresi sebagian besar ringan (52,6%) dan kualitas tidur mayoritas buruk (57,9%). Nilai *p-value* dari uji *Spearman Rank* adalah 0,001 ($<0,05$) dan *r*-hitung sebesar 0.500 yang berarti ada hubungan antara tingkat depresi dengan kualitas tidur pada lansia.

Kesimpulan: Terdapat hubungan antara tingkat depresi dengan kualitas tidur pada lansia di Wilayah Binaan Puskesmas Cangkringan Yogyakarta dengan tingkat keeratan sedang.

Kata Kunci: Lansia, depresi, kualitas tidur.

¹Mahasiswa Program Studi Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

²Dosen Program Studi Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

THE CORELATION OF DEPRESSION LEVEL AND SLEEP QUALITY OF AMONG ELDERLY IN AREA OF PUSKESMAS CANGKRINGAN YOGYAKARTA

Wahyu Anggit Pambudi¹, Anastasia Suci Sukmawati²
Email: Wahyuanggit08@gmail.com

ABSTRACT

Background: In 2017, the member of elderly with depression in the world reached 300 million. Depression may lead to sleep disorder affecting sleep quality by among elderly. The prevalence rate of sleep disorder in Indonesia is not known precisely, but it is predicted that 20% of elderly in Indonesia experienced sleep disorder.

Objective: The research aim to finding out the correlation between depression level and sleep quality among elderly in targeted areas of Puskesmas Cangkringan Yogyakarta.

Method: The a non-experimental quantitative research with cross sectional approach. The sample of the research was 38 respondents selected through purposive sampling techniques. The data of the research were analyzed using Spearman Rank test to find the correlation of the two variables.

Result: The research conducted to the elderly in area of Puskesmas Cangkringan Yogyakarta, the research found that the depression level is mostly light (52,6%) and the sleep quality is mostly poor (57,9%). P-value of Spearman Rank is 0,001 (<0,05) and r-value is 0,500 indicating that there is correlation of depression level and sleep quality of the elderly.

Conclusion: There is correlation of depression level and sleep quality among elderly in targeted area of Puskesmas Cangkringan Yogyakarta with Moderate level correlation.

Keywords: Elderly, depression, sleep quality.

¹ Student of Nursing Faculty of Jenderal Achmad Yani University of Yogyakarta

² Lecturer of Nursing Faculty of Jenderal Achmad Yani University of Yogyakarta