



**KORELASI KUALITAS TIDUR DAN TINGKAT KETERGANTUNGAN
ACTIVITY DAILY LIVING (ADL) DENGAN TINGKAT DEPRESI PADA
LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA BUDI MULIA 3
JAKARTA SELATAN**

SKRIPSI

NADIA EKA RAHMADINI PUTRI SUHARTO

NIM 2210211165

PROGRAM STUDI KEDOKTERAN PROGRAM SARJANA

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA

2026



**KORELASI KUALITAS TIDUR DAN TINGKAT KETERGANTUNGAN
ACTIVITY DAILY LIVING (ADL) DENGAN TINGKAT DEPRESI PADA
LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA BUDI MULIA 3
JAKARTA SELATAN**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Kedokteran**

NADIA EKA RAHMADINI PUTRI SUHARTO

NIM 2210211165

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA**

2026

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Nadia Eka Rahmadini Putri Suharto

NRP : 2210211165

Tanggal : 17 Januari 2026

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 17 Januari 2026

Yang menyatakan,



Nadia Eka Rahmadini Putri Suharto

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK

Sebagai *civitas* akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nadia Eka Rahmadini Putri Suharto
NRP : 2210211165
Fakultas : Kedokteran
Program Studi : Kedokteran Program Sarjana (PSKPS)

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta. Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalti Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: **“Korelasi Kualitas Tidur dan Tingkat Ketergantungan *Activity Daily Living* (ADL) dengan Tingkat Depresi pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3 Jakarta Selatan”**

Berserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 17 Januari 2026

Yang menyatakan,



The image shows a handwritten signature in black ink over a yellow and green 10,000 Rupiah postage stamp. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text 'REPUBLIK INDONESIA', '10000', and 'METERAL KEPOS'. The signature is written in a cursive style.

Nadia Eka Rahmadini Putri Suharto

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:


Nama : Nadia Eka Rahmadini Putri Suharto

NIM : 2210211165


Program Studi : Kedokteran Program Sarjana

Judul Skripsi : Korelasi Kualitas Tidur dan Tingkat Ketergantungan *Activity Daily Living* (ADL) dengan Tingkat Depresi pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3 Jakarta Selatan

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran pada Program Studi Kedokteran Program Sarjana, Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.



dr. Agneta Imarahayu,
M.Pd.Ked., Sp.KKLP,
Subsp.FOMC
NIP. 197508222021212007
Penguji


Dr. dr. Yanti Harjono
Hadiwardjo, MKM, Sp.KKLP,
Subsp.COPC
NIP. 197210162021212004
Pembimbing 1


dr. Riezky Valentina Astari, Sp.S
NIP. 198509302010122
Pembimbing 2



Dr. dr. H. Fauziq Fredrik Pasiak, Mkes., M.Pd.I
NIP. 19700129200031001
Dekan Fakultas Kedokteran


dr. Agneta Imarahayu, M.Pd.Ked., Sp.KKLP,
Subsp.FOMC
NIP. 197508222021212007
Koordinator Program Studi Kedokteran Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal ujian : 5 Januari 2026

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA**

Skripsi, Januari 2026

NADIA EKA RAHMADINI PUTRI SUHARTO, No. NRP 2210211165

**KORELASI KUALITAS TIDUR DAN TINGKAT KETERGANTUNGAN
ACTIVITY DAILY LIVING (ADL) DENGAN TINGKAT DEPRESI PADA
LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA BUDI MULIA 3
JAKARTA SELATAN**

RINCIAN HALAMAN (XV + 114 halaman, 14 tabel, 4 bagan, 10 lampiran)

ABSTRAK

Tujuan: Depresi merupakan salah satu gangguan kesehatan mental yang paling umum terjadi pada lansia. Faktor-faktor seperti kualitas tidur yang buruk dan ketergantungan dalam melakukan aktivitas sehari-hari berperan dalam meningkatkan risiko depresi pada lansia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui korelasi antara kualitas tidur dan tingkat ketergantungan *activity daily living* terhadap depresi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain studi *cross sectional* dengan jumlah sampel yaitu 40 orang lansia di Panti Sosial Budi Mulia 3. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner PSQI, Index Barthel, dan GDS-15 dengan analisis data menggunakan uji korelasi Rank Spearman.

Hasil: Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki kualitas tidur buruk yaitu sebesar 52,5%, berada pada kategori mandiri sebesar 72,5%, dan berada pada kategori tidak depresi yaitu sebesar 70%. Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan tingkat depresi ($p = 0.1$), serta tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat ketergantungan *activity daily living* (ADL) dan tingkat depresi ($p = 0,651$).

Kesimpulan: Kualitas tidur dan tingkat ketergantungan *activity daily living* tidak berhubungan secara signifikan dengan depresi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3.

Daftar Pustaka : 112 (2015-2025)

Kata Kunci : *Activity Daily Living* (ADL), Depresi, Kualitas Tidur, Lansia, Tingkat Ketergantungan

**FACULTY OF MEDICINE
UNIVERSITY PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA**

Undergraduate Thesis, January 2026

NADIA EKA RAHMADINI PUTRI SUHARTO, No. NRP 2210211165

CORRELATION BETWEEN SLEEP QUALITY AND ACTIVITY DAILY LIVING (ADL) DEPENDENCY LEVELS WITH DEPRESSION LEVELS IN ELDERLY PEOPLE AT TRESNA WERDHA BUDI MULIA 3 SOCIAL FACILITY IN SOUTH JAKARTA

PAGE DETAIL (XV + 114 pages, 14 tables, 4 diagrams, 10 appendices)

ABSTRACT

Objective

Depression is one of the most common mental health disorder among elderly. Factors such as poor sleep quality and dependence in performing daily activities play a role in increasing the risk of depression in elderly. This study aims to determine the correlation between sleep quality and the level of dependence in activities of daily living on depression in elderly at the Tresna Werdha Budi Mulia 3 nursing home.

Method

This study used a cross-sectional design with a sample size of 40 elderly people at the Budi Mulia 3 Nursing Home. The research instrument was a questionnaire PSQI, Index Barthel, and GDS-15 with data analysis using Spearman's rank correlation test.

Result

The results of this study indicate that the majority of respondents had poor sleep quality (52.5%), were in the independent category (72.5%), and were not depressed (70%). Bivariate analysis showed that there was no significant relationship between sleep quality and depression level ($p = 0.1$), and there was no significant relationship between the level of dependence on activities of daily living (ADL) and depression level ($p = 0.651$).

Conclusion

The findings indicated that sleep quality and dependence in activities of daily living were not significantly associated with depression in the older adults at the Tresna Werdha Budi Mulia 3 Nursing Home.

References : 112 (2015-2025)

Keywords : Activity Daily Living (ADL), Depression, Elderly, Level of Dependence, Sleep Quality

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan kasih sayang dan karunia-Nya sehingga kami dapat menyelesaikan proposal penelitian kami terkait “Korelasi Kualitas Tidur dan Tingkat Ketergantungan *Activity Daily Living* (ADL) dengan Tingkat Depresi pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3 Jakarta Selatan”. Penelitian ini disusun dalam rangka memenuhi Tugas Akhir Mahasiswa.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis menyadari telah banyak mendapat dukungan, bimbingan, doa, dan bantuan dari berbagai pihak sehingga berhasil menyelesaikan proposal makalah ini. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan rasa hormat dan terima kasih kepada :

1. Dr. dr. H. Taufiq Fredrik Pasiak, M.Kes., M.Pd.I selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta;
2. dr. Agneta Irmarahayu, M.Pd.Ked, Sp.KKLP, Subsp.FOMC selaku Ketua Program Studi Kedokteran Program Sarjana Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta serta selaku penguji yang saya hormati dan sangat saya sayangi yang telah dengan tulus hati memberikan waktu, bimbingan, saran dan ilmu kepada penulis mengenai penelitian yang dilakukan;
3. Dr. dr. Yanti Harjono Hadiwardjo, MKM, Sp.KKLP, Subs. COPC selaku dosen pembimbing 1 yang saya hormati dan sangat saya sayangi yang telah dengan tulus hati memberikan waktu, bimbingan, saran dan ilmu kepada penulis mengenai penelitian yang dilakukan;

4. dr. Riezky Valentina Astari, Sp.S selaku dosen pembimbing 2 yang saya hormati dan sangat saya sayangi yang telah dengan tulus hati memberikan waktu, bimbingan, saran dan ilmu kepada penulis mengenai penelitian yang dilakukan;
5. Kedua orang tua penulis, Bapak Suharto dan Ibu Yuliyana yang senantiasa memberikan do'a, dukungan, motivasi, dan kasih sayang kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi ini dengan baik;
6. Pihak-pihak lain yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu, mendukung, dan memberikan kontribusi dalam penulisan proposal skripsi ini sehingga dapat selesai dengan baik.

Jakarta, 23 Desember 2025

Penulis,

Nadia Eka Rahmadini Putri Suharto

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR BAGAN	xiii
DAFTAR ISTILAH/SINGKATAN.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Perumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.4 Manfaat Penelitian	4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Landasan Teori.....	6
2.2 Penelitian Terkait yang Pernah Dilakukan.....	36
2.3 Kerangka Teori.....	39
2.4 Kerangka Konsep.....	40

2.5 Hipotesis Penelitian.....	40
BAB 3 METODE PENELITIAN.....	41
3.1 Jenis Penelitian.....	41
3.2 Lokasi Penelitian.....	41
3.3 Subjek Penelitian.....	41
3.4 Kriteria Restriksi.....	43
3.5 Identifikasi Variabel Penelitian.....	44
3.6 Definisi Operasional Variabel.....	45
3.7 Instrumen Penelitian.....	46
3.8 Protokol Penelitian.....	52
3.9 Analisis Data.....	54
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	57
4.1 Deskripsi Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3.....	57
4.2 Deskripsi Proses Pelaksanaan Penelitian.....	58
4.3 Analisis Univariat.....	59
4.4 Analisis Bivariat.....	64
4.5 Pembahasan Hasil Penelitian.....	65
4.6 Kelebihan dan Keterbatasan Penelitian.....	77
BAB 5 PENUTUP.....	78
5.1 Kesimpulan.....	78
5.2 Saran.....	79

DAFTAR PUSTAKA	81
LAMPIRAN.....	93

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Penelitian Terkait yang Pernah Dilakukan.....	36
Tabel 2 Besar Sampel Kualitas Tidur dengan Depresi	42
Tabel 3 Besar Sampel Tingkat Ketergantungan <i>Activity Daily Living</i> (ADL) dengan Depresi	43
Tabel 4 Definisi Operasional Variabel.....	45
Tabel 5 Kisi-Kisi Kuesioner PSQI.....	46
Tabel 6 Kisi-Kisi Kuesioner Indeks Barthel	49
Tabel 7 Interpretasi Skor GDS-15.....	51
Tabel 8 Interpretasi Koefisien Korelasi	55
Tabel 9 Distribusi Data Demografi Responden di Pantii Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3	60
Tabel 10 Gambaran Kualitas Tidur di Pantii Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3	62
Tabel 11 Gambaran Tingkat Ketergantungan <i>Activity Daily Living</i> (ADL) di Pantii Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3	62
Tabel 12 Gambaran Tingkat Depresi di Pantii Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3	63
Tabel 13 Korelasi Kualitas Tidur dengan Tingkat Depresi di Pantii Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3	64
Tabel 14 Korelasi Tingkat Ketergantungan <i>Activity Daily Living</i> (ADL) dengan Tingkat Depresi di Pantii Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3	64

DAFTAR BAGAN

Bagan 1 Kerangka Teori	39
Bagan 2 Kerangka Konsep.....	40
Bagan 3 Alur Penelitian	54
Bagan 4 Diagram Alur Pemilihan Sampel Penelitian	59

DAFTAR ISTILAH/SINGKATAN

1. Lansia : Lanjut Usia
2. HPA : Hipotalamus – Pituitari – Adrenal
3. ADL : *Activity Daily Living*

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Permohonan Izin Penelitian	93
Lampiran 2 Surat Persetujuan Etik oleh Komite Etik Penelitian UPN Veteran Jakarta	96
Lampiran 3 <i>Informed Consent</i>	97
Lampiran 4 Identitas Responden.....	99
Lampiran 5 Kuesioner <i>Geriatric Depression Scale</i> (GDS-15).....	102
Lampiran 6 Kuesioner <i>Pittsburg Sleep Quality Index</i> (PSQI).....	103
Lampiran 7 Kuesioner Indeks Barthel	106
Lampiran 8 <i>Dummy Table</i>	108
Lampiran 9 Analisis Data SPSS.....	110
Lampiran 10 Dokumentasi Kegiatan Penelitian	114