



**HUBUNGAN ANTARA *POST POWER SYNDROME* TERHADAP  
INSOMNIA PADA PENSIUNAN PEGAWAI NEGERI SIPIL (PNS)  
ANGGOTA PERSATUAN WREDATAMA REPUBLIK  
INDONESIA (PWRI) KOTA DEPOK**

**SKRIPSI**

**TRIANA RIZKIA MALIK**

**1510211014**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEDOKTERAN**

**2019**



**HUBUNGAN ANTARA *POST POWER SYNDROME* TERHADAP  
INSOMNIA PADA PENSIUNAN PEGAWAI NEGERI SIPIL (PNS)  
ANGGOTA PERSATUAN WREDATAMA REPUBLIK  
INDONESIA (PWRI) KOTA DEPOK**

**SKRIPSI**

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Sarjana Kedokteran**

**TRIANA RIZKIA MALIK**

**1510211014**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEDOKTERAN**

**2019**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Triana Rizkia Malik

NRP : 1510211014

Tanggal : 29 Maret 2019

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

Jakarta, 29 Maret 2019

Yang menyatakan,



Triana Rizkia Malik

## **PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

Sebagai sivitas akademika Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Triana Rizkia Malik  
NRP : 1510211014  
Fakultas : Kedokteran  
Program Studi : Sarjana Kedokteran

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul

**“HUBUNGAN ANTARA *POST POWER SYNDROME* TERHADAP INSOMNIA PADA PENSIUNAN PEGAWAI NEGERI SIPIL (PNS) ANGGOTA PERSATUAN WREDATAMA REPUBLIK INDONESIA (PWRI) KOTA DEPOK”**

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan memublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya,

Dibuat di : Jakarta  
Pada tanggal : 29 Maret 2019

Yang menyatakan,



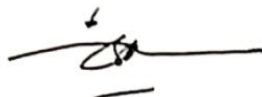
Triana Rizkia Malik

## PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Triana Rizkia Malik  
NRP : 1510211014  
Program Studi : Sarjana Kedokteran  
Judul Skripsi : Hubungan Antara *Post Power Syndrome*  
Terhadap Insomnia Pada Pensiunan Pegawai  
Negeri Sipil (PNS) Anggota Persatuan Wredatama  
Republik Indonesia (PWRI) Kota Depok

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



dr. Isa Multazam Noor, Sp.KJ (K)  
Ketua Penguji



Dr. dr. Rita Maria Theresa, Sp.KJ  
Pembimbing I



Dr. dr. Prijo Sidipratomo, Sp.Rad (K)  
Dekan Fakultas Kedokteran



drg. Nunuk Nugrohowati, MS  
Pembimbing II



dr. Niniek Hardini, Sp.PA  
Ketua Program Studi

Ditetapkan di : Jakarta  
Tanggal Ujian: 29 Maret 2019

**HUBUNGAN ANTARA *POST POWER SYNDROME* TERHADAP  
INSOMNIA PADA PENSIUNAN PEGAWAI NEGERI SIPIL (PNS)  
ANGGOTA PERSATUAN WREDATAMA REPUBLIK  
INDONESIA (PWRI) KOTA DEPOK**

**Triana Rizkia Malik**

**Abstrak**

Insomnia adalah gangguan tidur berupa kuantitas yang rendah dan atau kualitas yang buruk. Insomnia dapat disebabkan oleh faktor diet dan obat-obatan, lingkungan, riwayat penyakit dan faktor psikososial. Salah satu faktor dari psikososial dapat berupa depresi yang disebabkan oleh kehilangan seseorang yang dicintai hingga kehilangan pekerjaan atau pensiun yang dapat disebut dengan *Post Power Syndrome*. *Post power syndrome* merupakan gejala psikologis yang dialami oleh seseorang setelah tidak bekerja ataupun pensiun. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *post power syndrome* terhadap insomnia pada pensiunan Pegawai Negeri Sipil (PNS) anggota Persatuan Wredatama Republik Indonesia (PWRI) Kota Depok. Selain *post power syndrome*, terdapat juga hubungan depresi dan karakteristik responden seperti jenis kelamin, umur, status pernikahan, jumlah anak, pendidikan terakhir, kegiatan setelah pensiun, pangkat dan golongan terakhir, status pekerjaan pasangan, penghasilan terakhir sebelum pensiun, riwayat penyakit saat ini, tinggal dengan keluarga, dan mengikuti program MPP terhadap insomnia pada pensiunan Pegawai Negeri Sipil (PNS) anggota Persatuan Wredatama Republik Indonesia (PWRI) Kota Depok. Penelitian ini bersifat analitik observasional dengan desain penelitian *cross sectional*. Subjek penelitian berjumlah 42 orang pensiunan PNS anggota PWRI Kota Depok. Penelitian ini menggunakan instrumen penelitian skala kecenderungan *post power syndrome*, KSBPJ-Insomnia, GDS(*Geriatric Depression Scale*). Hasil penelitian menyimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara *post power syndrome* dan insomnia. Dan karakteristik responden paling yang mempengaruhi insomnia adalah riwayat penyakit saat ini.

**Kata Kunci :** Insomnia, *Post Power Syndrome*, Depresi, Lansia, Pensiun, Pegawai Negeri Sipil

# **RELATIONSHIP BETWEEN POST POWER SYNDROME AND INSOMNIA IN RETIRED CIVIL SERVANTS (PNS) MEMBERS OF THE UNION WREDATAMA REPUBLIC OF INDONESIA (PWRI) DEPOK CITY**

**Triana Rizkia Malik**

## **Abstract**

Insomnia is a complaint of low quantity and/or poor quality sleep with a sense of nonrestorative sleep. Insomnia can be caused by diet and medication factors, the environment, current illness and psychosocial factors. Post power syndrome is a psychological symptom that is experienced by someone after not working or retiring. Post power syndrome is one form of depression with a cause due to job loss. This study aims at determining the relationship between post power syndrome against insomnia in retired Civil Servants member of the Union Wredatama Republic of Indonesia (PWRI) Depok City. Besides post power syndrome, there are also relationships of depression and respondent characteristics namely gender, age, marital status, number of children, recent education, activities after retirement, rank and last class, employment status of spouse, last income before retirement, recently medical record, living with family, and following the MPP program on insomnia in retired Civil Servants (PNS) members of the Union Wredatama Republic of Indonesia (PWRI) of Depok City. This study was analytic observational with a cross sectional research design. The research subjects were 42 retired civil servants members of the PWRI at Depok city. The research instrument used post power syndrome tendency scale, KSBPJ- Insomnia, GDS (Geriatric Depression Scale). The results of the research showed that there is no relationship between post power syndrome and insomnia. Characteristics of the respondents which affected insomnia were a curently medical record.

**Keyword :** Insomnia, Post Power Syndrome, Depression, Elderly, Retirement, Civil servant

## KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis ucapkan atas Kehadirat Allah SWT atas segala karunia-Nya penulis mampu untuk melaksanakan penelitian dan menyelesaikan penulisan laporan penelitian ini. Shalawat beserta salam juga disampaikan kepada Nabi Muhammad SAW. Allahumma sholli ala sayyidina Muhammad wa ala ali sayyidina Muhammad. Penulis menyadari bahwa banyak pihak terkait yang telah memberikan bantuan sejak dimulainya masa perkuliahan hingga saat ini. Oleh sebab itu, penulis ingin menyampaikan rasa hormat dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Dr. dr. Prijo Sidipratomo,Sp.Rad (K) selaku Dekan FK UPN Veteran Jakarta dan dr.Niniek Hardini, Sp.PA selaku ketua PSSK FK UPN Veteran Jakarta yang ikut andil dalam kelancaran penelitian ini.
2. Dr.dr. Ria Maria Theresa, Sp.KJ dan drg.Nunuk Nugrohowati,MS selaku dosen Pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktunya untuk membimbing dan memberikan arahan terhadap penelitian ini.
3. Ketua PWRI dan Ketua Kertawreda PWRI Kota Depok yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian di PWRI Kota Depok.
4. Bapak dan Ibu Anggota PWRI Kota Depok yang telah bersedia menyediakan waktu sebagai sampel penelitian penulis
5. Papa (Drs.Malikia,MA) dan Mama (Dra.Desprineli,MA) tercinta yang selalu mendoakan dan memberi dukungan kepada penulis untuk menyelesaikan penulisan penelitian ini.
6. Abang, Kakak, Adik dan keluarga besar penulis yang selalu memberikan saran dan dukungan kepada penulis.
7. Sahabat dan teman-teman penulis yang selalu memberikan semangat kepada penulis.



Penulis mohon maaf apabila masih terdapat kesalahan dalam penulisan laporan ini. Semoga hasil penelitian ini bisa menjadi ilmu pengetahuan baru bagi bidang ilmu kedokteran khususnya di bidang Kesehatan Jiwa.

Jakarta, 29 Maret 2019

Penulis

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Triana Rizkia Malik', with a stylized flourish at the end.

Triana Rizkia Malik

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS .....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iii
PENGESAHAN .....	iv
ABSTRAK .....	v
ABSTRACT .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI .....	ix
DAFTAR TABEL .....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii

### **BAB I PENDAHULUAN**

I.1 Latar Belakang .....	1
I.2 Rumusan Masalah .....	5
I.3 Tujuan Penelitian .....	5
I.4 Manfaat Penelitian .....	6

### **BAB II TINJAUAN PUSTAKA**

II.1 Insomnia .....	8
II.2 <i>Post Power Syndrome</i> .....	10
II.3 Pensiun .....	17
II.4 PWRI Kota Depok .....	21
II.5 Kerangka Teori .....	23
II.6 Kerangka Konsep .....	24
II.7 Hipotesis .....	24
II.8 Penelitian Terkait .....	25

### **BAB III METODE PENELITIAN**

III.1 Jenis Penelitian .....	27
III.2 Waktu dan Lokasi Penelitian .....	27
III.3 Subjek Penelitian .....	27
III.4 Perhitungan Besar Sampel .....	27
III.5 Kriteria Penelitian .....	29
III.6 Metode Pengumpulan Data .....	29
III.7 Identifikasi Variabel Penelitian .....	30
III.8 Definisi Operasional .....	30
III.9 Instrumen Penelitian .....	32
III.10 Teknik Pengumpulan Data .....	35
III.11 Pengolahan Data .....	36
III.12 Analisis Data .....	37
III.13 Protokol Penelitian .....	39

### **BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN**

IV.1 Hasil Penelitian .....	40
IV.2 Pembahasan .....	53
IV.3 Keterbatasan Penelitian .....	59

### **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

V.1 Kesimpulan .....	61
V.2 Saran .....	62

### **DAFTAR PUSTAKA**

### **DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

### **LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Penelitian Terkait .....	25
Tabel 2	Jumlah Proporsi.....	28
Tabel 3	Data distribusi responden.....	40
Tabel 4	Gambaran Depresi pada Pensiunan PNS .....	44
Tabel 5	Gambaran <i>Post Power Syndrome</i> pada Pensiunan PNS .....	44
Tabel 6	Gambaran Insomnia pada Pensiunan PNS .....	44
Tabel 7	Tingkat Depresi .....	45
Tabel 8	Tingkat <i>Post Power Syndrome</i> .....	46
Tabel 9	Tingkat Insomnia.....	46
Tabel 10	Hubungan Depresi terhadap Insomnia .....	47
Tabel 11	Hubungan Depresi terhadap Insomnia setelah ditransformasi.....	48
Tabel 12	Hubungan <i>Post Power Syndrome</i> terhadap Insomnia .....	49
Tabel 13	Hubungan <i>Post Power Syndrome</i> terhadap Insomnia setelah ditransformasi.....	50
Tabel 14	Hasil Seleksi Bivariat .....	51
Tabel 15	Hasil Analisis Multivariat.....	52

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Persetujuan Proposal Penelitian
- Lampiran 2 Surat Permohonan Izin survey data
- Lampiran 3 Surat Persetujuan Etik
- Lampiran 4 Formulir Persetujuan
- Lampiran 5 Lembar *Informed Consent*
- Lampiran 6 Kuesioner Karakteristik Responden
- Lampiran 7 Skala Kecenderungan *Post Power Syndrome*
- Lampiran 8 Kuesioner *Geriatric Depression Scale (GDS)*
- Lampiran 9 Kuesioner KSBPJ Insomnia
- Lampiran 10 Uji Univariat
- Lampiran 11 Uji Bivariat
- Lampiran 12 Uji Multivariat