

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN FUNGSI
KOGNITIF PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA
WERDHA BUDI MULIA I TAHUN 2022**

SKRIPSI

Oleh

I GUSTI AYU DEVIA SATYAVATI

1961050114



**PROGRAM STUDI SARJANA PENDIDIKAN DOKTER
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
JAKARTA
2023**

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN FUNGSI
KOGNITIF PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA
WERDHA BUDI MULIA I TAHUN 2022**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi persyaratan akademik guna memperoleh gelar Sarjana
Kedokteran (S.Ked) pada Program Studi Sarjana Pendidikan Dokter
Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia

Oleh

I GUSTI AYU DEVIA SATYAVATI

1961050114



**PROGRAM STUDI SARJANA PENDIDIKAN DOKTER
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
JAKARTA
2023**



PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TUGAS AKHIR

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : I Gusti Ayu Devia Satyavati
NIM : 1961050114
Program Studi : Sarjana Pendidikan Dokter
Fakultas : Kedokteran

Dengan ini menyatakan bahwa karya tulis tugas akhir yang berjudul “HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN FUNGSI KOGNITIF PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA BUDI MULIA I TAHUN 2022” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan sendiri dengan menggunakan hasil kuliah, tinjauan lapangan, buku-buku, dan jurnal acuan yang tertera di dalam referensi pada karya tugas akhir saya.
2. Bukan merupakan duplikasi karya tulis yang sudah dipublikasikan atau yang pernah dipakai untuk mendapatkan gelar sarjana di universitas lain, kecuali pada bagian-bagian sumber informasi yang dicantumkan dengan cara referensi yang semestinya.
3. Bukan merupakan karya terjemahan dari kumpulan buku atau jurnal acuan yang tertera di dalam referensi pada tugas.

Kalau terbukti saya tidak memenuhi apa yang dinyatakan di atas, maka karya tugas akhir ini dianggap batal.

Jakarta, 10 Mei 2023



I Gusti Ayu Devia Satyavati



UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
FAKULTAS KEDOKTERAN

PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING TUGAS AKHIR

HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN FUNGSI KOGNITIF
PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA BUDI MULIA I
TAHUN 2022

Oleh:

Nama : I Gusti Ayu Devia Satyavati
NIM : 1961050114
Program Studi : Sarjana Pendidikan Dokter
Fakultas : Kedokteran

telah diperiksa dan disetujui untuk diajukan dan dipertahankan dalam Sidang Tugas Akhir guna mencapai gelar Sarjana Strata Satu pada Program Studi Sarjana Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Kristen Indonesia.

Jakarta, 10 Mei 2023

Menyetujui:

Pembimbing

dr. Desy Ria Simanjuntak, M.Kes
NIDN: 0316127602

Ketua Program Studi
Sarjana Pendidikan Dokter

Theza E.A. Pellondo'u P., Sp.KF.

Dekan Fakultas Kedokteran
Universitas Kristen Indonesia



Dr. dr. Robert Sinurat, Sp.BS(K).



UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
FAKULTAS KEDOKTERAN

PERSETUJUAN TIM PENGUJI TUGAS AKHIR

Pada 10 Mei 2023 telah diselenggarakan Sidang Tugas Akhir untuk memenuhi sebagai persyaratan akademik guna memperoleh gelar Sarjana Strata Satu pada Program Studi Sarjana Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Kristen Indonesia, atas nama :

Nama : I Gusti Ayu Devia Satyavati
NIM : 1961050114
Program Studi : Sarjana Pendidikan Dokter
Fakultas : Kedokteran

termasuk ujian Tugas Akhir yang berjudul “HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN FUNGSI KOGNITIF PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA BUDI MULIA I TAHUN 2022” oleh tim penguji yang terdiri dari:

Nama Penguji	Jabatan dalam Tim Penguji	Tanda Tangan
1. Jap Mai Cing, S.Si, M.Si	Sebagai Dosen Penguji I	
2. dr. Desy Ria Simanjuntak, M.Kes	Sebagai Dosen Penguji II	

Jakarta, 10 Mei 2023



UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA

Pernyataan dan Persetujuan Publikasi Tugas Akhir

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : I Gusti Ayu Devia Satyavati
NIM : 1961050114
Fakultas : Kedokteran
Program Studi : Sarjana Pendidikan Dokter
Jenis tugas akhir : Skripsi
Judul : Hubungan Kualitas Tidur dengan Fungsi Kognitif pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Muli I Tahun 2022

Menyatakan bahwa:

1. Tugas akhir tersebut adalah benar karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan bukan merupakan duplikasi karya tulis yang sudah dipublikasikan atau yang pernah dipakai untuk mendapatkan gelar akademik di perguruan tinggi manapun;
2. Tugas akhir tersebut bukan merupakan plagiat dari hasil karya pihak lain dan apabila saya mengutip dari karya orang lain maka akan dicantumkan sebagai referensi sesuai dengan ketentuan yang berlaku;
3. Saya memberikan Hak Non ekslusif Tanpa Royalti kepada Universitas Kristen Indonesia yang berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta

Apabila di kemudian hari ditemukan pelanggaran Hak Cipta dan Kekayaan Intelektual atau Peraturan Perundang-undangan Republik Indonesia lainnya dan integritas akademik dalam karya saya tersebut, maka saya bersedia menanggung secara pribadi segala bentuk tuntutan hukum dan sanksi akademis yang timbul serta membebaskan Universitas Kristen Indonesia dari segala tuntutan hukum yang berlaku.

Dibuat di Jakarta
Pada 10 Mei 2023
Yang menyatakan,



I Gusti Ayu Devia Satyavati

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Kualitas Tidur dengan Fungsi Kognitif pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia I tahun 2022”. Penelitian ini dibuat dan disusun sebagai tugas akhir penulis, serta sebagai syarat untuk mencapai gelar Sarjana Kedokteran (S.Ked) pada Program Studi Sarjana Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia. Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan yang disebabkan karena keterbatasan kemampuan yang dimiliki oleh penulis. Dalam penyusunan skripsi tentunya tidak terlepas dari bantuan dan dorongan dari berbagai pihak, oleh karena itu penulis bersyukur karena banyak pihak yang telah membimbing dan membantu penulis sehingga tugas akhir ini dapat terselesaikan.

Pada kesempatan ini dengan segala kerendahan dan ketulusan hati, penulis ingin mengucapkan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Orang tua penulis, Bapak I Gusti Ngurah Mertha Wibawa dan Ibu Renny Herlianti, atas dukungan baik secara material dan moral, serta doa yang telah diberikan. Kepada adik saya I Gusti Ngurah Fernanda Satyawibawa yang telah memberikan dukungan dan doa bagi penulis.
2. Dr. Dhaniswara K. Hardjono, S.H., M.H., M.B.A. selaku Rektor Universitas Kristen Indonesia beserta jajarannya.
3. Pimpinan Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia dan Ketua Program Studi Kedokteran Program Sarjana.
4. Dr. Muhammad Alfarabi, S. Si, M. Si selaku Ketua Tim Skripsi beserta pengurus dan anggota Tim Skripsi yang telah membantu, mengarahakan, dan mengkoordinir jadwal skripsi.

5. dr. Desy Ria Simanjuntak, M.Kes selaku dosen pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktu, memberikan arahan, saran, kesabaran serta dukungan kepada penulis dalam membimbing penulisan skripsi ini.
6. Ibu Jap Mai Cing, S. Si, M. Si selaku dosen penguji tugas akhir yang telah memberikan waktu dan arahan pada penulis tugas akhir ini.
7. dr. Wendy Hendrika, Sp.OT (K) selaku dosen pembimbing akademik yang telah membantu dan membimbing selama program studi pendidikan sarjana kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia.
8. Pengelola Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia I yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian, serta lansia yang sudah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.
9. Sahabat yang selalu memberikan bantuan dan dukungan kepada penulis, David Nicholas Simanjuntak, Artha Kurnia Ramandha, Cindy Angela Meiputri, Intan Hanifah, Fransisca Natalia Dytia, dan Octavia Surya Novi.
10. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata, saya berharap Tuhan berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu.

Jakarta, 10 Mei 2023

Yeremia 29:11

*Sebab Aku ini mengetahui rancangan-rancangan apa yang ada pada-Ku
mengenai kamu, demikianlah firman TUHAN, yaitu rancangan damai sejahtera
dan bukan rancangan kecelakaan, untuk memberikan kepadamu hari depan yang
penuh harapan.*

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI	iv
HALAMAN PERNYATAAN DAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR BAGAN.....	xiv
DAFTAR SINGKATAN.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
ABSTRAK	xviii
ABSTRACT	xix
 BAB I PENDAHULUAN.....	 1
1. 1 Latar Belakang	1
1. 2 Rumusan Masalah	3
1. 3 Tujuan Penelitian.....	3
1.3.1 Tujuan Umum.....	3
1.3.2 Tujuan Khusus	3
1. 4 Hipotesis.....	4
1. 5 Manfaat.....	4
1.5.1 Bagi Peneliti	4
1.5.2 Bagi Panti Sosial	4
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 5
2.1 Lanjut Usia.....	5
2.1.1 Definisi	5
2.1.2 Batasan Umur Lanjut Usia	5
2.1.3 Teori Proses Penuaan (Ageing Process)	6
2.1.4 Fisiologi Proses Menua	8
2.1.5 Fase Penuaan	9

2.1.6	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Proses Menua	10
2.1.7	Perubahan Yang Terjadi Pada Lansia	10
2.1.8	Permasalahan Pada Lansia	15
2.2	Konsep Tidur	16
2.2.1	Definisi Tidur	16
2.2.2	Fisiologi Tidur.....	17
2.2.3	Peran Irama Sirkadian, Hormon Melatonin, dan Adenosin	19
2.2.4	Kualitas tidur.....	20
2.2.5	Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur	20
2.2.6	Perubahan Tidur Pada Lanjut Usia	21
2.3	Fungsi Kognitif.....	22
2.3.1	Definisi Fungsi Kognitif	22
2.3.2	Aspek Fungsi Kognitif	23
2.3.3	Fungsi Kognitif pada Lansia	24
2.4	Hubungan Kualitas Tidur dengan Fungsi Kognitif Pada Lansia	25
2.5	Kerangka Teori	27
2.6	Kerangka Konsep.....	28
	BAB III METODOLOGI PENELITIAN	29
3.1	Desain Penelitian	29
3.2	Lokasi dan Waktu	29
3.2.1	Lokasi.....	29
3.2.2	Waktu Penelitian	29
3.3	Populasi dan Sampel.....	29
3.3.1	Populasi	29
3.3.2	Sampel.....	29
3.4	Cara Pemilihan Sampel.....	29
3.4.1	Kriteria Inklusi	29
3.4.2	Kriteria Ekslusi.....	30
3.5	Definisi Operasional	30
3.6	Variabel Penelitian.....	31
3.6.1	Variabel bebas	31
3.6.2	Variabel terikat.....	31
3.7	Instrument Penelitian	31

3.8 Cara Pengumpulan Data	35
3.8.1 Jenis Data	35
3.8.2 Waktu dan Tempat Pengambilan Data.....	35
3.9 Metode Analisa Data	35
3.9.1 Analisis Univariat.....	35
3.9.2 Analisis Bivariat.....	35
3.9.3 Pengolahan Data.....	36
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	37
4.1 Identitas Responden.....	37
4.1.1 Identitas Responden Berdasarkan Usia.....	37
4.1.2 Identifikasi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	37
4.1.3 Identitas Responden Berdasarkan Pendidikan	38
4.2 Analisis Deskriptif	38
4.2.1 Analisis Deskriptif Kualitas Tidur	38
4.2.2 Analisis Deskriptif Fungsi Kognitif	39
4.3 Analisis Crosstab	39
4.3.1 Analisis Crosstab antara Usia dengan Fungsi Kognitif	39
4.3.2 Analisis Crosstab antara Jenis Kelamin dengan Fungsi Kognitif ...	40
4.3.3 Analisis Crosstab antara Pendidikan dengan Fungsi Kognitif.....	42
4.4 Analisis Hubungan antara Usia dengan Kualitas Tidur pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia I Tahun 2022	43
4.5 Analisis Hubungan antara Jenis Kelamin dengan Kualitas Tidur pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia I Tahun 2022.....	45
4.6 Analisis Hubungan antara Kualitas Tidur dengan Fungsi Kognitif pada Lansia di Panti Tresna Werdha Budi Mulia I Tahun 2022.....	46
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	48
5.1 Kesimpulan	48
5.2 Saran	48
DAFTAR PUSTAKA	50
LAMPIRAN.....	58

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Distribusi Usia Responden	37
Tabel 4.2 Distribusi Jenis Kelamin	37
Tabel 4.3 Distribusi Pendidikan Responden	38
Tabel 4.4 Data Kualitas Tidur	38
Tabel 4.5 Data Fungsi Kognitif	39
Tabel 4.6 Data Crosstab Antara Usia Dengan Fungsi Kognitif	39
Tabel 4.7 Data crosstab antara jenis kelamin dengan fungsi Kognitif	41
Tabel 4.8 Data Crosstab Antara Pendidikan Dengan Fungsi Kognitif.....	42
Tabel 4.9 Analis Chi-square Hubungan Usia dengan Kualitas Tidur	43
Tabel 4.10 Analisis Chi-square Hubungan Usia dengan Kualitas Tidur.....	44
Tabel 4.11 Analisis Chi-square Hubungan Jenis Kelamin dengan Kualitas Tidur.....	45
Tabel 4.12 Analisis Chi-Square Hubungan Kualitas Tidur dengan Fungsi Kognitif	46
Tabel 4.13 Analisis Chi-Square Hubungan Kualitas Tidur dengan Fungsi Kognitif	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Skema Homeostenosis	9
---	----------



DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Teori.....	27
Bagan 2.2 Kerangka Konsep	28



DAFTAR SINGKATAN

LANSIA	Lanjut Usia
NSC	<i>Nuklues suprakiasmatikus</i>
GH	<i>Growth Hormone</i>
REM	<i>Rapid Eye Movement</i>
NREM	<i>Non- Rapid Eye Movement</i>
MtDNA	<i>Mitochondrial Deoxyribonucleic acid</i>
UV	<i>Ultra Violet</i>
NSF	National Sleep Foundation
AASM	American Academy of Sleep Medicine
SRS	Sleep Research Society
RAS	<i>Reticular Activating System</i>
SSP	Sistem Saraf Pusat
SWS	<i>slow wave sleep</i>
RHT	<i>Retinohypothalamic Tract</i>
PVN	<i>Nukleus Paraventrikular</i>
SCG	<i>Ganglion Servikal Superior</i>
NA	<i>Noradrenergik</i>
NAT	<i>N-acetyltransferase</i>
MCI	<i>Mild Cognitive Impairment</i>
GABA	<i>Gamma-aminobutirat Acid</i>
cAMP	<i>Cyclic Adenosin Monofosfat</i>

SPSS	<i>Statistical Program for Social Science</i>
PSTW	Panti Sosial Tresna Werdha
PSQI	<i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i>
MMSE	<i>Mini mental status eximinitation</i>
SD	Sekolah Dasar
SMP	Sekolah Menengah Pertama
SMA	Sekolah Menengah Akhir



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Permohonan Ijin Penelitian	58
Lampiran 2. Form Bimbingan Skripsi.....	60
Lampiran 3. Kuesioner PSQI	61
Lampiran 4. Kuesioner MMSE	64
Lampiran 5. Data Responden	67
Lampiran 6. Data Hasil SPSS.....	71



ABSTRAK

Penurunan fungsi fisiologis menyebabkan lanjut usia mengalami gangguan tidur yang terjadi karena menurunnya hormon melatonin seiring meningkatnya usia. Gangguan durasi tidur akan berdampak pada penurunan fungsi kognitif, sehingga mempengaruhi aktivitas dan berakibat terhadap menurunnya kualitas hidup lansia karena ketidakmampuan untuk hidup mandiri. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara kualitas tidur dan fungsi kognitif pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia I tahun 2022. Penelitian ini mengadopsi desain observasional analitik dengan pendekatan cross-sectional, melibatkan total 60 responden lanjut usia. Kualitas tidur dinilai menggunakan Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI), sedangkan fungsi kognitif dinilai menggunakan Mini Mental Status Examination (MMSE). Temuan ini menunjukkan bahwa 65% peserta lansia memiliki kualitas tidur yang buruk, 45% mengalami penurunan fungsi kognitif ringan, dan 25% mengalami penurunan fungsi kognitif berat. Hasil uji chi-square menunjukkan p-value 0,013, yang menunjukkan adanya korelasi yang signifikan antara kualitas tidur dan fungsi kognitif pada lansia.

Kata kunci: kualitas tidur, kognitif, lansia



ABSTRACT

Decreased physiological function causes the elderly to experience sleep disturbances that occur due to decreased melatonin hormone with increasing age. Disruption of sleep duration will have an impact on decreasing cognitive function, thus affecting activities and resulting in a decrease in the quality of life of the elderly due to the inability to live independently. This study aims to analyze the relationship between sleep quality and cognitive function in the elderly at the Tresna Werdha Budi Mulia I Social Institution in 2022. The design of this study was an observational analytic using a cross-sectional approach with a total of 60 elderly respondents. Assessment of sleep quality was measured using the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) and cognitive function using the Mini Mental Status Examination (MMSE). The results showed that 65% of the elderly with poor sleep quality, 45% of mild cognitive function decline, and 25% experienced severe cognitive function decline. Based on the chi-square test between sleep quality and cognitive function, p value = 0.013, so it can be concluded that there is a significant relationship between sleep quality and cognitive function in the elderly.

Keywords: *sleep quality, cognitive, elderly*

