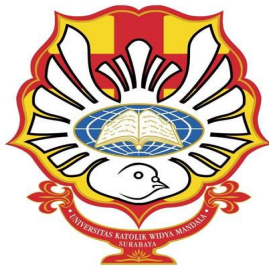


**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN MEMORI
JANGKA PENDEK PADA USIA LANJUT (LANSIA) DI
PANTI WERDHA GRIYA ST.YOSEF SURABAYA**

SKRIPSI



OLEH:

Maria Felicita

NRP : 1523014064

PROGRAM STUDI KEDOKTERAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA

2017

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN MEMORI JANGKA PENDEK
PADA USIA LANJUT (LANSIA) PADA PANTI WERDHA GRIYA ST. YOSEF
DI SURABAYA.**

SKRIPSI

Diajukan Kepada
Program Studi Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh
Gelar Sarjana Kedokteran



OLEH
Maria Felicita
1523014064

2017

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Maria Felicita

NRP : 1523014064

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul:

“Hubungan antara Kualitas Tidur dengan Memori Jangka Pendek pada Lansia di Panti Werdha Griya St. Yosef di Surabaya”

benar-benar merupakan hasil karya sendiri. Apabila di kemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi tersebut ternyata merupakan hasil plagiat dan/atau hasil manipulasi data, saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan/atau pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh, serta menyampaikan permohonan maaf pada pihak-pihak terkait.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran.

Surabaya, 22 November 2017

Yang membuat pernyataan,



MARIA FELICITA

HALAMAN PERSETUJUAN UJIAN SKRIPSI

SKRIPSI

HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN MEMORI JANGKA PENDEK PADA LANSIA DI PANTI WERDHA GRIYA ST. YOSEF SURABAYA

OLEH:

Maria Felicita

1523014064

Telah dibaca, disetujui, dan diterima untuk diajukan ke tim penguji skripsi

Pembimbing I: Dr. Margarita M. Maramis, dr., Sp.KJ(K)

()

Pembimbing II: Nita Kurniawati, dr., Sp.S

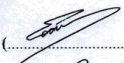
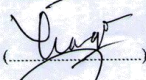
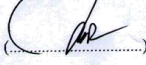
()

Surabaya, 10 November 2017

PENGESAHAN KELULUSAN

Skripsi yang ditulis oleh MARIA FELICITA (1523014064) telah diuji dan disetujui oleh Tim Penguji Skripsi pada tanggal 15 Desember 2017 dan telah dinyatakan lulus.

Tim Penguji

- | | | |
|---------------|---|--|
| 1. Ketua | Dr. Edith Maria Djaputra, Sp. S | (..... ) |
| 2. Sekretaris | Dr. Ignatius B. Darmawan, Sp. KJ(K) | (..... ) |
| 3. Anggota | DR. Margarita M. Maramis, dr., Sp.KJ(K) | (..... ) |
| 4. Anggota | Dr. Nita Kurniawati, Sp.S | (..... ) |

Mengesahkan

Program Studi Kedokteran,

Dekan,



KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan YME yang telah melimpahkan segala rahmat-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan antara Kualitas Tidur dengan Memori Jangka Pendek pada Lansia di Panti Werdha Griya St. Yosef di Surabaya.”

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis mengharapkan agar kemudian hari timbul kesadaran masyarakat khususnya warga panti werdha tersebut untuk menjaga dan meningkatkan fungsi kognitif melalui salah satunya dengan memperbaiki dan mengubah pola tidur dan gaya hidup menjadi lebih baik. Disamping itu, penyusunan skripsi ini juga bertujuan untuk memenuhi syarat guna menyelesaikan Program Studi Pendidikan Dokter di Fakultas Kedokteran Universitas Widya Mandala Surabaya.

Mengingat keterbatasan pengetahuan dan pengalaman penulis, sehingga dalam pembuatan skripsi ini tidak sedikit bantuan, petunjuk, saran-saran, dan arahan dari berbagai pihak, oleh karena itu dengan kerendahan hati dan rasa hormat, penulis mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada :

1. Drs. Kuncoro Foe , G.Dip.Sc., Ph.D., Apt. selaku Rektor Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
2. Prof. W. F. Maramis, dr., Sp.KJ selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.
3. B. Triagung Ruddy, dr., Sp.OG selaku Wakil Dekan I Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

4. Gladdy L. Waworuntu, dr., MS selaku Wakil Dekan II Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.
5. P.Y. Kusuma, dr., Sp. OG selaku Wakil Dekan III Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.
6. Dr. Margarita M. Maramis, dr., Sp. KJ selaku Dosen Pembimbing I
7. Nita Kurniawati, dr., Sp. S selaku Dosen Pembimbing II
8. Edith Maria Djaputra, dr., Sp.S, M.Kes selaku Dosen Penguji I
9. Darmawan Budianto, dr., Sp. KJ(K) selaku Dosen Penguji II
10. H. Nurtjahjo, dr., Sp.F selaku Dosen Pembimbing Akademik
11. Seluruh Staf dan Karyawan Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.
12. Seluruh lansia pada Panti Werdha Griya St. Yosef di Surabaya yang telah bersedia untuk menjadi responden penelitian, serta staf dan pengurus yang telah memberikan ijin untuk melakukan penelitian di panti tersebut.
13. Kedua orang tua yang telah memberikan doa dan perhatiannya.
14. dr. Monica Camilla C., selaku saudara sepupu terdekat yang telah memberikan saran dan membantu penulis dalam penyusunan skripsi ini.
15. Kanjeng P yang telah memberikan saran, semangat, dan membantu penulis dalam penyusunan skripsi, serta memberikan jawaban atas pertanyaan yang ditanyakan oleh penulis.
16. Ibu Tresnowati, Ibu Christina, Ibu Emmi, Ibu Ervina selaku mantan tenaga pengajar yang telah memberikan dukungan, semangat, materi dasar, doa, dan berbagai pengalaman berharga bagi penulis di masa yang lalu.

17. Marissa Liviani selaku teman lama penulis yang selalu memberikan semangat dan dukungan.

18. Tim Animal Family dan Mbadog,ae yang senantiasa memberi semangat dan membantu peneliti dalam penyusunan penelitian skripsi ini.

19. Teman-teman Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala lainnya.

Penulis hanya dapat mendoakan mereka yang telah membantu dalam segala hal yang berkaitan dengan pembuatan skripsi ini, semoga diberikan balasan dan rahmat dari Tuhan YME. Selain itu saran, kritik, dan perbaikan senantiasa sangat diharapkan. Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi pihak yang membutuhkan.

Surabaya, 29 April 2017

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman Sampul Luar	0
Halaman Sampul Dalam	i
Surat Pernyataan Keaslian Penelitian	ii
Halaman Persetujuan Ujian Skripsi	iii
Halaman Pengesahan	iv
Kata Pengantar.....	v-vii
Daftar Isi	viii-x
Ringkasan	xi-xii
Abstrak	xiii
Abstract.....	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1-3
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4-5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	6-12
2.1 Lansia	6-7
2.2 Memori	7-8
2.3 Tidur	8-9
2.4 Gangguan Tidur.....	9-10
2.5 Teori Keterkaitan Variabel Penelitian	11
2.6 Dasar Teori	11-12

BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN	13-14
3.1 Kerangka Konseptual	13
3.2 Hipotesis Penelitian	14
BAB 4 METODE PENELITIAN	15-22
4.1 Desain Penelitian	15
4.2 Identifikasi Variabel Penelitian	15
4.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian	16
4.4 Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel	17-18
4.5 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	18
4.6 Kerangka Kerja Penelitian (bila perlu)	19
4.7 Prosedur Pengumpulan Data	19-20
4.8 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	20
4.9 Teknik Analisis Data	20
4.10 Etika Penelitian.....	21
BAB 5 PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN.....	22
5.1 Pelaksanaan Penelitian	22-23
5.2 Karakteristik Lansia.....	23-25
5.3 Kualitas Tidur.....	25
5.4 Memori Jangka Pendek	25-28
5.5 Hubungan antara Kualitas Tidur dengan Memori Jangka Pendek pada Lansia	28-29
BAB 6 PEMBAHASAN	30
6.1 Karakteristik Lansia.....	30-31
6.2 Kualitas Tidur	31-32
6.3 Memori Jangka Pendek	32
6.4 Hubungan antara Kualitas Tidur dengan Memori Jangka Pendek pada Lansia	33
6.5 Keterbatasan Penelitian	34

BAB 7 KESIMPULAN DAN SARAN	35-37
7.1 Kesimpulan.....	35-36
7.2 Saran	36-37
Daftar Pustaka	xv-xvii
Daftar Lampiran	xviii-xl

RINGKASAN

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan kualitas tidur dengan memori jangka pendek pada lansia dan bermanfaat sebagai bahan referensi untuk penelitian berikutnya dan edukasi kepada masyarakat untuk memelihara dan mempertahankan kualitas tidur dan memori jangka pendek terutama pada lansia agar dapat melakukan berbagai aktivitas sehari-hari secara mandiri.

Penelitian ini terdapat 80 responden lansia yang berusia 60 tahun ke atas. Penelitian dilakukan pada bulan Agustus 2017 di Panti Werdha Griya St. Yosef Surabaya menggunakan metode penelitian studi observasional dengan desain penelitian *cross-sectional*. Analisis data penelitian menggunakan uji Mann-Whitney untuk menganalisis hubungan antar variabel.

Penelitian ini menggunakan tiga alat ukur yaitu *Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)* untuk menganalisis kualitas tidur, *forward digit span (FDS)* untuk menganalisis fungsi memori jangka pendek, dan *Mini-Mental State Examination (MMSE)* untuk menganalisis tingkat keparahan demensia.

Hasil penelitian didapatkan populasi paling banyak di panti werdha tersebut adalah lansia tua (≥ 80 tahun) dengan jenis kelamin perempuan, tamat pendidikan tionghoa, dahulu tidak pernah bekerja, telah menikah, namun belum lama tinggal di panti dengan jangka waktu kurang dari 3 tahun, dan memiliki tingkat keparahan demensia sedang.

Sebagian besar lansia mengalami kualitas tidur dan memori jangka pendek yang buruk, akibat beberapa faktor antara lain sulit memulai dan mempertahankan tidur, tingkat pendidikan, status pekerjaan (pensiun atau tidak pernah bekerja), dan sebagainya.

Namun, pada penelitian ini tidak didapatkan hubungan antara kualitas tidur dengan memori jangka pendek pada lansia di panti werdha tersebut. Hal ini dapat disebabkan dari beberapa faktor antara lain kurangnya jumlah sampel, keterbatasan waktu penelitian, adanya riwayat penyakit penyerta termasuk demensia dan/atau depresi, dan sebagainya.

Pada penelitian berikutnya diharapkan dapat mengambil data di organisasi dan/atau komunitas geriatri (lansia) dengan jumlah populasi lebih banyak dari jumlah responden pada penelitian ini yaitu 80 responden; peneliti dapat lebih menguasai bahasa yang dipahami oleh responden sehingga mempermudah dalam proses pengambilan data; dan sebagainya.

ABSTRAK

Hubungan Kualitas Tidur dengan Memori Jangka Pendek pada Lansia di Panti Werdha Griya St. Yosef Surabaya

Maria Felicita
1523014064

Latar Belakang Masalah dan Tujuan Penelitian: Berdasarkan beberapa penelitian sebelumnya dinyatakan bahwa pada lansia sering mengalami penurunan kualitas tidur dan mempengaruhi fungsi kognitif. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis ada atau tidak hubungan kualitas tidur dengan memori jangka pendek.

Metode: Metode penelitian yang digunakan adalah studi penelitian analitik observasional dengan desain studi *cross-sectional*. Penelitian dilakukan selama 4 hari pada bulan Agustus 2017 melalui: 1) mengambil data karakteristik lansia; 2) mengambil data kualitas tidur dengan memori jangka pendek mengisi kuisioner oleh responden dan dibantu oleh peneliti. Analisis data menggunakan uji Mann-Whitney untuk menganalisis hubungan antar variabel.

Hasil Penelitian: Hasilnya menunjukkan: 1) populasi penelitian adalah 80 responden lansia berusia 60 tahun ke atas; 2) terdapat hubungan antara memori jangka pendek dengan tingkat pendidikan ($p=0.045$) dan status pekerjaan ($p=0.001$); 3) tidak terdapat hubungan ($p=0.136$) kualitas tidur dengan memori jangka pendek pada lansia.

Pembahasan, Kesimpulan, dan Saran: penelitian ini tidak mendapatkan adanya hubungan kualitas tidur dengan memori jangka pendek pada lansia. Penelitian ini bermanfaat sebagai bahan referensi untuk penelitian berikutnya dan saran edukasi kepada masyarakat terutama lansia, sehingga diharapkan masyarakat dapat menjaga dan meningkatkan fungsi memori jangka pendek agar dapat melaksanakan aktivitas sehari-hari secara mandiri.

Kata kunci: lansia, kualitas tidur, memori jangka pendek

ABSTRACT

The Relation Between Sleep Quality and Short Term Memories in Elderly at Panti Werdha Griya St. Yosef Surabaya

Maria Felicita
1523014064

Introduction: According to several research that have been done. It appears that elderly often experience a decrease in sleep quality and this condition affects their cognitive function. This study is intended to analyzed whether or not there is relationship of sleep quality and short term memories.

Method: The research method used is an observational analytic research study with cross-sectional study design. The study was conducted for four days in August 2017 through: 1) taking data on the characteristics of the elderly; 2) taking data of sleep quality relationship with short-term memory by filling questioner by respondent assisted by researcher. Data Analysis using Mann-Whitney test to analyze the relationship between variables.

Results: The results show: 1) the study population was 80 elderly respondents aged 60 years and over ; 2) The existence of relationship between short-term memory with education level ($p = 0,045$) and job status ($p = 0,001$); 3) there is no relationship ($p = 0,136$) between sleep quality and short term memory in elderly.

Discussions and for future researches: Thus, this study states that there is no relationship between sleep quality and short-term memory in the elderly. This research is useful as reference material for subsequent research and educational advice to society especially lamsia. So, hopefully the public can maintain and improve the short-term memory function in order to carry out daily activities independently.

Keywords: elderly, cognitive function, sleep quality, short-term memory.