

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur kepada Tuhan yang Maha Esa atas rahmatnya yang telah di berikan – Nya, sehingga Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan dengan tepat waktu.

Tugas Akhir Skripsi dengan judul “**KORELASI ANTARA TINGKAT DEPRESI DENGAN KUALITAS TIDUR PADA REMAJA USIA 15 – 17 TAHUN DI SALAH SATU SEKOLAH DI WILAYAH JAKARTA UTARA**” ini ditujukan untuk memenuhi salah satu persyaratan akademik guna memperoleh gelar Sarjana Kedokteran di Universitas Pelita Harapan.

Terimakasih atas bimbingan dan doa dari berbagai pihak yang telah membantu dalam proses penggerjaan Tugas Akhir ini, yaitu kepada:

1. Dosen pembimbing dr. Melanie Widjaja, Sp.A yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan banyak memberi masukan pada penulis.
2. Dosen pembimbing statistik Dr. dr. Nicolaski Lumbun, Sp.Fk yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan banyak memberikan masukan pada penulis.
3. Dosen penguji etik dr. Tirta Darmawan, M.kes yang memberikan masukan dan kritik.
4. Dosen penguji yang telah memberikan masukan, kritik dan saran selama pelaksanaan sidang skripsi ini.
5. Dosen pengajar tugas akhir I, II, dan statistik yang telah meluangkan waktu untuk memberikan ilmu untuk menyelesaikan skripsi ini.
6. Staf administrasi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan yang membantu penulis dalam surat – surat yang dibutuhkan selama menyelesaikan skripsi ini.
7. Keluarga yang selalu mendukung dan selalu mendoakan kepada penulis selama skripsi ini di buat sampai selesai.

8. Caroline Desty Utama, Kevin Anderson, Mushahigo, Bagus Aldi, Nicolas Reinhart Salim dan semua teman – teman yang telah membantu penulis selama penulisan skripsi ini.
9. Semua responden yang tidak bisa disebutkan nama – nama satu persatu, yang telah meluangkan waktu untuk mengisi kuesioner yang dibutuhkan untuk menyelesaikan penelitian ini.
10. Semua pihak yang tidak bisa di sebutkan satu persatu yang telah mendukung penulis dalam penulisan skripsi ini.

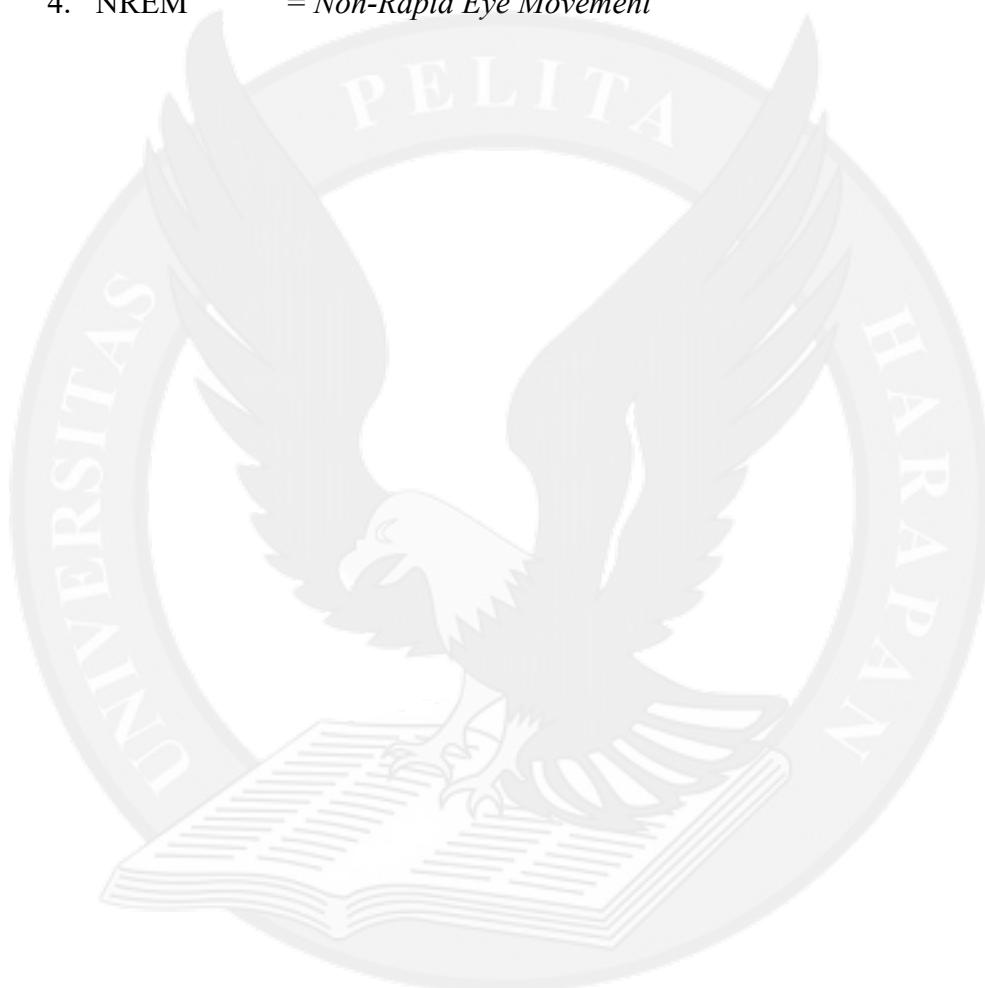
Akhir kata, penulis menyadari masih bahwa masih banyak terdapat kekurangan dalam Tugas Akhir Skripsi ini. Oleh karena itu kritik dan saran dari pembaca akan sangat bermanfaat bagi penulis. Semoga Tugas Akhir ini dapat bermanfaat.

Tangerang, Agustus 2019

(Nicky Albert David)

## **DAFTAR SINGKATAN**

1. PHQ-9 = *Patient Health Questionnaire-9*
2. CASC = *Child and Adolescent Sleep Checklist*
3. REM = *Rapid Eye Movement*
4. NREM = *Non-Rapid Eye Movement*



## DAFTAR ISI

JUDUL.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TUGAS AKHIR .....	ii
PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING TUGAS AKHIR .....	iii
PERSETUJUAN DOSEN PENGUJI TUGAS AKHIR .....	iv
ABSTRAK.....	v
<i>ABSTRACT</i> .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR SINGKATAN .....	ix
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR TABEL .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
BAB I. PENDAHULUAN	
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Perumusan Masalah .....	3
1.3. Pertanyaan Penelitian.....	3
1.4. Tujuan Penelitian .....	4
1.4.1. Tujuan Umum .....	4
1.4.2. Tujuan Khusus.....	4
1.5. Manfaat .....	4
1.5.1 Manfaat Teoritis.....	4
1.5.2 Manfaat Praktis .....	4
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	
2.1. Tidur.....	6
2.1.1. Definisi Tidur .....	6
2.1.2. Fisiologi Tidur.....	6
2.1.3. Siklus Tidur.....	8
2.1.4. Fungsi Tidur .....	10
2.1.5. Kualitas Tidur.....	10

2.1.6. Faktor yang Memengaruhi Kualitas Tidur .....	11
2.1.6.1 Status Kesehatan .....	12
2.1.6.2 Cahaya .....	12
2.1.6.3 Lingkungan .....	12
2.1.6.4 Gaya Hidup .....	13
2.1.6.5 Psikologis Emosional.....	13
2.1.6.6 Obat-obatan dan Zat Kimia.....	13
2.1.6.7 Diet dan Kalor.....	14
2.2 Depresi .....	14
2.2.1 Definisi Depresi .....	14
2.2.2 Patofisiologi .....	15
2.2.3 Klasifikasi Depresi.....	16
2.2.4 Faktor Resiko Depresi .....	17
2.2.5 Depresi pada Masa Remaja.....	18
2.2.6 Prognosis dan Efek Depresi pada Remaja .....	20
2.2.7 Depresi dan Gangguan Kualitas Tidur.....	21
2.2.8 <i>Child and Adolescent Sleep Checklist (CASC)</i> .....	23
2.2.9 <i>Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9)</i> .....	25
BAB III. KERANGKA TEORI, KERANGKA KONSEP, DAN	
3.1 Kerangka Teori .....	26
3.2 Kerangka Konsep.....	27
3.3 Hipotesis .....	27
3.4 Variabel.....	27
3.4.1 Variabel Bebas (Independen).....	27
3.4.2 Variabel Terikat (Dependen) .....	27
3.4.3 Variabel Perancu.....	27
3.5 Definisi Operasional .....	28
BAB IV. METODOLOGI PENELITIAN	
4.1 Desain Penelitian .....	30
4.2 Lokasi dan Waktu .....	30
4.3 Bahan dan Cara Penelitian.....	30

4.4 Populasi Penelitian.....	31
4.5 Kriteria Inklusi dan Eksklusi .....	31
4.5.1 Kriteria Inklusi.....	31
4.5.2 Kriteria Eksklusi .....	31
4.6 Cara Pengambilan Sampel .....	32
4.7 Cara Penghitungan Jumlah Sampel .....	32
4.8 Alur Penelitian .....	33
4.9 Pengolahan Data .....	33
4.10 Uji Statistik .....	34
4.11 Etika Penelitian .....	34
4.12 DANA PENELITIAN .....	35
4.13 JADWAL PENELITIAN.....	36
<b>BAB V. HASIL PENELITIAN</b>	
5.1 Hasil Penelitian.....	37
5.1.1 Karakteristik Distribusi Demografis Sampel.....	37
5.1.2 Distribusi Tingkat Depresi Remaja Usia 15 – 17 Tahun .....	38
5.1.3 Distribusi Kualitas Tidur Remaja Usia 15 – 17 Tahun.....	38
5.1.4 Prevalensi Tingkat Depresi Pada Remaja Laki-Laki dan Remaja Perempuan Usia 15-17 Tahun.....	39
5.1.5 Prevalensi Kualitas Tidur Pada Remaja Laki-Laki dan Remaja Perempuan Usia 15-17 Tahun.....	40
5.1.6 Hubungan Antara Tingkat Depresi dengan Kualitas Tidur .....	41
5.1.7 Analisa Data.....	42
5.2 Pembahasan .....	46
<b>BAB VI. KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
6.1 Kesimpulan .....	52
6.2 Saran .....	52
DAFTAR PUSTAKA .....	54
LAMPIRAN .....	A-1

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 2.1 Siklus tidur.....	9
Gambar 3.1 Kerangka Teori .....	26
Gambar 3.2 Kerangka Konsep.....	27
Gambar 4.1 Alur Penelitian .....	33



## **DAFTAR TABEL**

Tabel 3.1 Definisi Operasional .....	28
Tabel 4.1 Dana Penelitian .....	35
Tabel 4.2 Jadwal Penelitian .....	36
Tabel 5.1 Tabel Karakteristik Distribusi Demografis Sampel.....	37
Tabel 5.2 Tabel Distribusi Tingkat Depresi.....	38
Tabel 5.3 Tabel Distribusi Kualitas Tidur .....	39
Tabel 5.4 Tabel Prevalensi Tingkat Depresi Pada Remaja Laki-Laki dan Remaja Perempuan Usia 15-17 Tahun .....	39
Tabel 5.5 Tabel Prevalensi Kualitas Tidur Pada Remaja Laki-Laki dan Remaja Perempuan Usia 15-17 Tahun.....	40
Tabel 5.6 Tabel Hubungan Antara Depresi dengan Kualitas Tidur .....	41
Tabel 5.7 Tabel Analisa Kualitas Tidur.....	42
Tabel 5.8 Tabel Analisa Depresi.....	45

## **DAFTAR LAMPIRAN**

LAMPIRAN A: Informasi Mengenai Penelitian .....	A-1
LAMPIRAN B: Persetujuan Partisipasi Penelitian .....	B-1
LAMPIRAN C: Kuesioner <i>Child and Adolescent Sleep Checklist (CASC)</i> .....	C-1
LAMPIRAN D: Kuesioner <i>Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9)</i> .....	D-1
LAMPIRAN E: Data Demografik Responden .....	E-1
LAMPIRAN F: Lembar Informasi .....	F-1

