

ABSTRAK

Nicky Albert David (00000020590)

KORELASI ANTARA TINGKAT DEPRESI DENGAN KUALITAS TIDUR PADA REMAJA USIA 15 – 17 TAHUN DI SALAH SATU SEKOLAH DI WILAYAH JAKARTA UTARA

(xv + 59 halaman: 11 tabel; 6 lampiran)

Latar Belakang: Tidur adalah kondisi istirahat yang sangat penting untuk memulihkan fungsi fisiologis. Kualitas dan kuantitas tidur yang buruk dapat disebabkan berbagai gangguan, dan salah satunya adalah kondisi depresi dengan penurunan jumlah waktu *Non-Rapid Eye Movement* tahap IV dan *Rapid Eye Movement*. Sebaliknya, kualitas tidur yang buruk juga dapat meningkatkan gejala-gejala depresi. Depresi yang menyebabkan gangguan tidur sering mengenai beberapa populasi khusus, dan salah satu diantaranya adalah anak remaja. Kondisi depresi dan buruknya kualitas tidur remaja menyebabkan penurunan prestasi akademik dan kualitas hidup, sehingga penting untuk dideteksi dan ditangani semaksimal mungkin.

Tujuan: Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan antara tingkat depresi dengan kualitas tidur pada remaja usia 15 – 17 tahun.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian potong lintang dengan desain analitik komparatif tidak berpasangan. Pengambilan sampel dilakukan secara *randomized sampling*. Data diperoleh melalui kuesioner dan wawancara, serta diolah dengan menggunakan perangkat lunak SPSS.

Hasil: Hasil dari penelitian ini didapatkan prevalensi tingkat depresi 80,1% dan kualitas tidur buruk 71,4% pada remaja usia 15-17 tahun. Hasil analisis mendapatkan korelasi antara tingkat depresi dengan kualitas tidur pada remaja usia 15-17 tahun dengan hasil yang signifikan ($OR=1,636$; $95\%CI=1,089-2,458$; $p-value = <0,001$)

Simpulan: Terdapat hubungan antara tingkat depresi dengan kualitas tidur pada remaja usia 15 – 17 tahun di salah satu sekolah di wilayah Jakarta Utara.

Kata kunci: Kualitas tidur, depresi, remaja 15-17 tahun.

Referensi: 41 (1997-2018)

ABSTRACT

Nicky Albert David (00000020590)

THE CORRELATION BETWEEN THE LEVEL OF DEPRESSION WITH QUALITY OF SLEEP IN 15 TO 17 YEARS OLD ADOLESCENCE AT ONE OF THE SCHOOL IN AREA OF JAKARTA UTARA

(xv + 59 pages; 11 tables; 6 attachments)

Background: Sleep is a crucial rest time to restore many physiological functions. There are many causes to bad sleep quality and quantity, one of them being depression which involves a decrease in Non-Rapid Eye Movement stage IV and Rapid Eye Movement sleep periods. On the other hand, lack of sleep also contributes to symptoms of depression. Some populations are more prone to depression causing sleep disturbances, including adolescence. Depression and disturbance of sleep quality causes deterioration in academic achievement and overall life quality, thus making it vital to detect and treat as soon as possible.

Objective: The purpose of this study is to determine the relationship between the level of depression and the quality of sleep in 15 to 17 years old adolescence.

Method: This is a cross sectional study with comparative analytic unpaired design. Data obtained with randomized sampling. Data collection done with questionnaires and interviews and will be analyzed with the software SPSS.

Result: The result of this study obtained prevalence of depression 80,1% and poor sleep quality 71,4% in adolescents aged 15-17 years. The result of analysis found a correlation between the level of depression with quality of sleep in adolescence aged 15 to 17 years old with significant result ($OR=1,636$; $95\%CI=1,089-2,458$; $p-value = <0,001$)

Conclusion: There is an association between the level of depression with quality of sleep in 15 to 17 years old adolescence at one of the school in area of Jakarta Utara

Keyword: Sleep quality, depression, 15-17 years adolescence

Reference: 41 (1997-2018)