

**NASKAH PUBLIKASI**  
**HUBUNGAN TINGKAT DEPRESI DENGAN KUALITAS**  
**TIDUR LANJUT USIA DI UPT PANTI SOSIAL**  
**TRESNA WERDHA MULIA DHARMA**  
**KUBU RAYA**

**RAUP SUTRIANTO**

**NIM I31112037**



**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN**  
**FAKULTAS KEDOKTERAN**  
**UNIVERSITAS TANJUNGPURA**  
**PONTIANAK**

**2016**

# HUBUNGAN TINGKAT DEPRESI DENGAN KUALITAS TIDUR LANJUT USIA DI UPT PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA MULIA DHARMA KUBU RAYA

Raup Sutrianto\*, Hendra\*\*, Suhaimi Fauzan\*\*\*

(\*Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan, \*\* Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan, \*\*\* Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan)

## ABSTRAK

**Latar belakang :** Menua merupakan suatu proses alami yang disertai dengan penurunan kondisi fisik maupun psikologis. Sebagian besar lansia mengalami depresi dan gangguan kualitas tidur. Kualitas tidur yang buruk akan berpengaruh terhadap kesehatan lansia. Masalah kualitas tidur lansia dapat diatasi dengan cara menyediakan waktu untuk beradaptasi sebelum tidur, memberi motivasi kepada lansia untuk tidak terlalu merasa cemas, selalu berfikir positif serta mengatur pola tidur yang baik.

**Tujuan :** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan hubungan tingkat depresi dengankualitas tidur lanjut usia di UPT Panti Sosial Tresna werdha Mulia Dharma Kubu Raya.

**Metode :** Jenis penelitian ini adalah penelitian observasional dengan desain *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan puepositive sampling. Jumlah sampel penelitian sebanyak 41 responden lanjut usia. instrument pengumpulan data dengan lembar kuisoner *geriatric depression scale* (GDS) dan kuisoner *pittsburgh sleep quality index* (PSQI).

**Hasil :** Analisa univariat menunjukkan bahwa sebanyak 28 lansia (68,3%) mengalami depresi ringan dan 13 lansia (31,7%) mengalami depresi berat, sedangkan 33 lansia (80,5%) memiliki kualitas tidur buruk dan 8 lansia (19,5%) mengalami kualitas tidur baik. Analisa bivariat menggunakan uji fisher diperoleh nilai  $p=0,04$  ( $p<0,05$ ).

**Kesimpulan :** Ada hubungan yang signifikan antara tingkat depresi dengan kualitas tidur lanjut usia di UPT Panti Sosial Tresna Wherdha Mulia Dharma Kubu Raya. Oleh karena itu tingkat depresi yang dialami lansia akan berpengaruh pada kualitas tidur lansia.

**Kata Kunci :** Tingkat Depresi, Kualitas Tidur, Lansia

**Referensi :** 68 (2005-2015)

**THE CORRELATION OF DEPRESSION LEVEL AND SLEEP QUALITY  
OF ELDERLY AT MULIA DHARMA SOCIAL RESIDENCE'S  
TECHNICAL IMPLEMENTATION UNIT KUBU RAYA**

Raup Sutrianto\*, Hendra\*\*, Suhaimi Fauzan\*\*\*

(\*Student of Nursing Major, \*\*Lecturer of Nursing Major, \*\*\*Lecturer of  
Nursing Major)

**ABSTRACT**

**Background :** Aging is a natural process accompanied by declines in physical as well as psychological condition. Most elderly experienced depression and sleep quality disorder. Bad sleep quality will affect the health of elderly. Sleep quality disorder can be treated by providing time to adapt before bed time, giving motivation to the elderly so they do not feel too much worries, always think positively and manage a good sleep pattern.

**Objective :** This study aimed to examine the correlation of depression level and sleep quality of elderly at Mulia Dharma Social Residence's Technical Implementation Unit Kubu Raya.

**Methods :** This research was an observational study with cross-sectional design. The sampling technique was purposive sampling. The sample size of the study was 41 elderly respondents. Data collecting instruments were questionnaire sheets of geriatric depression scale (GDS) and pittsburgh sleep quality index (PSQI).

**Results :** Univariate analysis showed 28 elderly (68.3%) experience mild depression and 13 elderly (31.7%) experience severe depression, whilst 33 elderly (80.5%) posses bad sleep quality and 8 elderly (19.5%) posses good sleep quality. Bivariate analysis using Fischer's exact test produced p value = 0.04 ( $p < 0.05$ ).

**Conclusion :** There is a significant correlation between depression level and sleep quality of elderly at Mulia Dharma Social Residence's Technical Implementaion Unit Kubu Raya. According to that result depression level experienced by elderly will affect the sleep quality.

**Keywords :** Depression Level, Sleep Quality, Elderly

**References :** 68 (2005-2015)

## PENDAHULUAN

Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi dibidang kesehatan menyebabkan peningkatan angka harapan hidup juga semakin tinggi. Hasil sensus penduduk (SP) pada tahun 2010 menunjukkan bahwa penduduk indonesia memiliki angka harapan hidup mencapai usia 70,7 tahun. Hal ini sejalan dengan peningkatan angka harapan hidup lansia <sup>[1]</sup>. Populasi lansia di indonesia diprediksi meningkat lebih tinggi dari pada populasi lansia diwilayah asia dan global pada tahun 2050 <sup>[2]</sup>

Dinas Kependudukan dan Catatan Sipil ( Dukcapil) pada tahun 2015 jumlah lansia di Kalimantan Barat sebanyak 325.506 jiwa. Meningkatnya jumlah lansia ini memunculkan kenyataan baru yaitu semakin banyaknya jumlah lansia yang tinggal di Panti Werdha <sup>[3]</sup>

Berdasarkan data dari WHO pada tahun 2015 menyatakan bahwa masalah yang paling umum terjadi pada lansia ialah demensia dan depresi. Depresi berdampak terhadap kelemahan fungsi tubuh dalam melakukan kehidupan sehari-hari. Sementara itu angka kejadian depresi

unipolar ( depresi mayor) terjadi sekitar 7% pada populasi lansia <sup>[4]</sup>.

Penelitian yang dilakukan oleh Riannisa pada tahun 2012 di wilayah Kelurahan Babakan Sari menunjukkan bahwa prevalensi angka depresi lansia cukup tinggi. Hal ini terlihat dari persentase angka depresi yaitu sekitar 42 % responden mengalami depresi, yang mana sebagian kecil dari responden yaitu sekitar 24 % mengalami depresi ringan, 11% mengalami depresi sedang, dan 7% mengalami depresi berat <sup>[5]</sup>.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Bayu, Ratep dan Desta pada tahun 2015 dari 84 responden yang mengalami depresi, yang mana berdasarkan usia, proporsi depresi lebih banyak terjadi pada kelompok usia 75-90 tahun. Menurut jenis kelamin sebaran depresi terbanyak terdapat pada jenis kelamin perempuan, dan apabila dilihat dari ada atau tidaknya penyakit dasar, proporsi kejadian depresi terbanyak pada lansia dengan riwayat yang memiliki penyakit dasar dengan proporsi 42,1% pada depresi ringan dan 19,3% pada depresi berat <sup>[6]</sup>.

Menurut penelitian *National Institute on Aging* di Amerika Serikat bahwa 42% dari 9000 lansia yang berusia 65 tahun diberitakan mengalami kesulitan untuk memulai tidur dan mempertahankan tidur<sup>[7]</sup>. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Ghambir pada tahun 2014 menyatakan bahwa 32% dari 504 lansia yang diteliti memiliki gangguan tidur<sup>[8]</sup>. Menurut penelitian yang dilakukan Aminingsih pada tahun 2015 menunjukkan bahwa ada hubungan tingkat depresi dengan kualitas tidur pada lansia Di Dusun Semenharjo Suruhkalang Jaten<sup>[9]</sup>. Sedangkan menurut Prayitno menyatakan bahwa menurut survei epidemologik menyatakan bahwa lansia yang tinggal dipanti sosial sekitar 15% - 75% merasa tidak puas pada kualitas tidurnya<sup>[10]</sup>.

Hasil observasi dan wawancara yang peneliti lakukan di UPT Panti Sosial Tresna Werdha Puspa Mulia Dharma Kubu raya, dari 10 orang

## **METODE**

Dilihat dari tingkat analisa data, penelitian ini tergolong dalam *crosssectional* analitik yang mana dalam jenis penelitian

lansia yang di wawancara mengatakan sering mengalami kesulitan memulai tidur, merasa kesepian, merasa malu, merasa putus asa, selalu merasa sedih karena teringat umur mereka yang tidak lama lagi, sering terbangun di malam hari, merasa cemas dan gelisah, bahkan ada yang merasa stress, merasa kesepian, serta ada yang mengalami kepikunan, kebanyakan lansia khawatir dengan masalah kesehatan dan juga beban psikologis mereka sehingga terjadi depresi dan mengalami gangguan tidur. Menurut petugas panti Di UPT Panti Sosial Tresna Werdha Mulia Dharma Kabupaten Kubu Raya Terdapat 70 orang jumlah lansia sedangkan yang dapat beraktivitas baik sekitar 30-45 orang lansia. Sehingga peneliti tertarik untuk meneliti tentang hubungan tingkat depresi dengan kualitas tidur pada lanjut usia di Panti Sosial Tresna Werdha Puspa Mulia Dharma Kubu Raya.

*crosssectional* korelasional yaitu penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan atau pengaruh antara dua atau lebih

variabel penelitian. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 41 lansia dengan metode sampling yaitu *purposive sampling*. Dengan kriteria inklusi Lansia yang berusia antara 45 sampai 90 tahun, Lansia yang mampu berkomunikasi secara verbal, Lansia yang menyetujui menjadi

objek penelitian. Pengumpulan data dengan kuisioner *Geriatric Depression Scale (GDS)* untuk kuisioner tingkat depresi dan *The Pittsburgh Scale Quality Index (PSQI)* untuk kuisioner kualitas tidur. Untuk analisa data menggunakan analisa univariat dan analisa bivariat dengan uji statistik *Fisher*

## HASIL

**Tabel 1. Karakteristik dan Distribusi Responden**

Karakteristik Responden	f	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	24	58,5
Perempuan	17	41,5
Umur		
Elderly	30	73,2
Old	11	26,8
Tingkat Depresi		
Ringan	28	68,3
Berat	13	31,7
Kualitas Tidur		
Baik	8	19,5
Buruk	33	80,5
<b>Total</b>	<b>41</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel di atas didapatkan bahwa karakteristik responden jenis kelamin laki-laki yang paling banyak dengan persentase yaitu 58,5% dan untuk karakteristik berdasarkan kategori umur yang paling banyak yaitu kategori *elderly* dengan

persentase sebanyak 73,2%. Sedangkan untuk distribusi responden berdasarkan tingkat depresi terbanyak yaitu pada depresi ringan sebanyak 28 lansia dengan persentase 68,3%, selain itu pada karakteristik kualitas tidur yang paling banyak ialah pada kualitas tidur buruk sebanyak 33 lansia dengan persentase 80,5%,

**Tabel Hasil Uji Bivariat**

Tingkat Depresi	Kualitas tidur				P
	Baik		Buruk		
	n	%	n	%	
Ringan	8	28,6	20	71,4	0,04
Berat	0	0	13	100	
Total	8	19,5	33	80,5	

Berdasarkan hasil uji statistik dengan uji *Fisher* didapatkan *p value* 0,04 yang mana menunjukkan bahwa ada

## **PEMBAHASAN**

Karakteristik responden penelitian di UPT Panti Sosial Tresna Werdha Mulia Dharma Kubu Raya terdiri dari karakteristik berdasarkan umur dan jenis kelamin. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 41 lansia dimana jumlah rentang umur dengan kategori *elderly* (60-74 tahun) sebesar 73,2% jumlah ini lebih besar dibandingkan dengan lansia dengan kategori *old* (75-90 tahun) sebesar 26,8% di UPT Panti Sosial Tresna Werdha Mulia Dharma Kubu Raya. Data diatas hal menunjukkan bahwa lansia yang mengalami depresi paling banyak terdapat pada rentang usia 60-74 tahun adalah sebesar 73,2%. Hasil penelitian ini memperkuat penelitian Nauli dkk (2012) yang menyatakan bahwa usia yang paling banyak mengalami depresi ialah diantara rentang usia 60-74 tahun.<sup>[11]</sup>

Hal ini sesuai dengan pendapat Tamher dan Noorkasiani (2009) yaitu semakin bertambah usia seseorang, semakin siap pula menerima

hubungan tingkat depresi dengan kualitas tidur lansia.

cobaan, yang mana pendapat ini sejalan dengan teori aktivitas yang menyatakan bahwa hubungan antara sistem sosial dengan individu bertahan stabil pada saat individu bergerak dari usia pertengahan menuju usia tua. Sehingga teori ini menekankan bahwa kestabilan sistem kepribadian seseorang atau individu, bergerak ke arah usia semakin tua.<sup>12</sup>

Berdasarkan data hasil penelitian dari 41 lansia yaitu sekitar 24 (58,5%) lansia berjenis kelamin laki-laki dan 17 (41,5%) lansia perempuan. Pada penelitian ini didapatkan banyaknya lansia laki-laki yang mengalami depresi serta gangguan tidur yang berupa kualitas tidur. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Darmojo dalam Tamher dan Noorkasiani yang menyatakan bahwa lansia laki-laki banyak menderita depresi dari pada lansia wanita. Wanita lebih siap dan mampu dalam menghadapi masalah daripada pria yang cenderung lebih emosional.<sup>[12]</sup>

Hal ini juga didukung oleh penelitian Biohimo (2014) di Panti Sosial Tresna Werdha Ilomata di Gorontalo bahwa jenis kelamin lansia perempuan sebanyak 27 (77.1%) sedangkan laki-laki hanya 8 lansia (22,9%).<sup>[13]</sup>

### **Hubungan Tingkat Depresi dengan Kualitas Tidur**

Berdasarkan data yang didapatkan dari hasil hubungan tingkat depresi dengan kualitas tidur lansia di peroleh dari hasil uji *fisher* dengan program software komputer dengan nilai  $\alpha = 5\%$  atau tingkat kepercayaan 5 %, , nilai  $p = 0,04$  sehingga nilai  $p < 0,05$  , yang berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima maka dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan tingkat depresi dengan kualitas tidur lanjut usia di UPT Panti Sosial Tresna Werdha Mulia Dharma Kubu Raya. Penelitian ini mendukung teroi yang dikemukakan oleh Koizer, et al., (2011) yang menyatakan bahwa kualitas tidur bisa dipengaruhi oleh faktor depresi. Semakin berat tingkat depresi yang dialami oleh lansia, maka lansia tersebut akan semakin menurun kualitas tidurnya yang kemudian menjadikan tidur lansia

tersebut tidak nyenyak dan mengalami kualitas tidur yang buruk.<sup>[14]</sup>

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sutiyani 2012 menyatakan bahwa sebagian besar lansia mengalami depresi ringan sebanyak 17(51,55%) dan 6(18,2%) dalam kategori berat. Sedangkan untuk dalam kategori gangguan tidur , terutama kualitas tidur yang berupa gangguan insomnia dalam kategori sementara sebanyak 19 (57,6%) dan kategori kronis sebanyak 7 (21,2%). Penelitian menunjukkan adanya hubungan tingkat depresi dengan insomnia pada lansia di Panti Werdha Harapan Ibu Semarang.<sup>[15]</sup> Menurut Kaplan dan Saddock pravelensi gangguan tidur setiap tahun meningkat hal ini sesuai dengan peningkatan usia dan berbagai penyebab lainnya. Kurang lebih 40-50% dari populasi usia lanjut menderita gangguan tidur. gangguan tidur kronik (10-15%) disebabkan oleh gangguan psikiatri, ketergantungan obat dan alkohol.<sup>[16]</sup> Tingginya pravelensi gangguan tidur pada lansia yaitu sekitar 67% yang

mana yang paling sering ditemui ialah gangguan kualitas tidur berupa insomnia.<sup>[17]</sup>

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Hermayudi 2012 yang menyatakan bahwa resiko penyakit mental yang diderita lansia ialah depresi, depresi merupakan salah satu penyebab terjadinya insomnia pada lanjut usia.<sup>[18]</sup>

Faktor depresi memegang peranan penting dalam pemenuhan istirahat dan tidur pada lansia, secara fisiologis lansia yang mengalami depresi akan merangsang sistem sensorik spesifik sampai bagian tingkat otak tengah pada area *formatio retikularis*, keadaan ini sebaliknya akan merangsang *korteks serebri* dan sistem saraf perifer, selanjutnya sinyal timbal balik positif *feed back* sinyal dari kedua area akan kembali ke sistem aktivitas *reticular* agar sistem ini tetap aktif dengan kata lain lansia akan mengalami keadaan siaga atau tidak bisa tidur.<sup>[19]</sup>

Sedangkan menurut Kusumowardani 2014 menyatakan bahwa usia lanjut membutuhkan waktu tidur 6-7 jam perhari,

walaupun mereka menghabiskan lebih banyak waktu di tempat tidur, tetapi usia lanjut sering mengeluh terbangun pada malam hari.<sup>[20]</sup>

Berbagai pernyataan diatas sesuai dengan masalah yang dialami oleh banyak lansia yang tinggal di panti banyak diantara mereka yang pola tidurnya terganggu terutama akibat berbagai penyakit penuaan, ekonomi, sosial serta gangguan kejiwaan mental yang berupa depresi yang dialami lansia tersebut.

Berdasarkan data hasil penelitian banyak lansia yang mengalami depresi ringan yaitu sebanyak 28 lansia, ini dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satu faktor yang mendukung yaitu masalah tidak bisa berkumpul dengan keluarga serta masalah kesehatan yang mereka alami serta berbagai kondisi lingkungan ditempat tinggal mereka. Sedangkan sebanyak 33 lansia yang mengalami kualitas tidur buruk hal ini berdasarkan hasil penelitian dipengaruhi oleh depresi yang dialami lansia yang berada dipanti selain itu faktor penuan dan berbagai masalah lainnya yang dialami lansia yang mana berpengaruh terhadap

masalah kualitas tidur mereka. Sehingga perlunya pengkajian dan penanganan gejala depresi yang dialami lansia maka dapat menanggulangi gangguan tidur yang

## **PENUTUP**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil uji statistik dengan uji *fisher* didapatkan nilai *p* *valur* 0,04 yangmana  $0,04 < 0,05$  yang berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan antara tingkat depresi dengan kualitas tidur lanjut usia di UPT Panti Sosial Tresna Werdha Mulia Dharma Kubu Raya.

Bagi panti werdha banyak lansia yang mengalami kualitas tidur buruk. Sehingga disarankan kepada perawat di panti untuk melakukan pendekatan dan memberikan penanganan pada lansia yang mengalami depresi dan kualitas tidur dengan mengkaji dan memberikan pelayanan keperawatan mengenai masalah yang dialami lansia sehingga

berupa kualitas tidur yang buruk yang dialami oleh lansia tersebut sehingga dengan kualitas tidur yang baik maka bisa berpengaruh keaspek kesehatan lansia tersebut.

tercapai lansia yang sehat dan sejahtera.

Bagi instansi pendidikan agar lebih meningkatkan pendalaman pemahaman kepada mahasiswa akan pentingnya memperkaya pengetahuan dengan penerpan dan pengkjian asuhan keperawatan jiwa kepada lanjut usia.

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya agar dapat melanjutkan penelitian ini dari berbagai faktor lainnya yang mempengaruhi kualitas tidur lansia. Faktor lain yang dapat dihubungkan seperti masalah kesehatan seperti inkontinensia urin, artritis reumatoid, selain itu masalah psikologis lainnya berupa tingkat kecemasan, spritualitas, rasa cinta dan kasih sayang, dan aktualisasi diri.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Badan Pusat Statistik. *Statistik Penduduk Usia Lanjut 2014*. Jakarta : Statistik Penduduk Usia Lanjut; 2015
2. Dewi SR. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Depublish; 2014
3. Jumlah Penduduk Kalimantan Barat Berdasarkan Kelompok Umur 2015. <http://dukcapil.kalbarprov.go.id> diakses tanggal 21 Januari 2016
4. World Health Organization (WHO). *Mental Health and Older Adults*. 2015 <http://www.who.int> diakses tanggal 21 Januari 2016
5. Rianisa BR. Gambaran Tingkat Depresi pada Lansia di Kelurahan Babakan Sari Wilayah Kerja Puskesmas Babakan Sari Kota Bandung. *Journal*; 2012. *1*(1), 36.
6. Bhayu, Ratep N, Westa W. *Gambaran Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Depresi pada Lanjut Usia di Wilayah Kerja Puskesmas Kubu II Januari-Februari 2014*. *E-Jurnal-Undayana*; 2015. *4*(1).
7. Folley D dalam Permatasari M. Gambaran insomnia pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda. : Universitas Mulawarman Samarinda; 2015
8. Gambhir IS, Chakrabarthy SS, Sharma AR., & Saran DP. Insomnia in the elderly hospital-based study from North India. *Journal of Clinical Gerontology & Geriatrics*; 2014. *V*, 117-121
9. Raharja, E. *Hubungan Antara Tingkat Depresi dengan Kejadian Insomnia pada Lanjut Usia di Karang Werdha Semeru Jaya Kecamatan Sumbersari Kabupaten Jember*. Jember: Universitas Jember; 2013
10. Prayitno A. Gangguan pola tidur pada kelompok usia lanjut dan penatalaksanaanya dalam Permatasari M. Gambaran insomnia pada lansia di Pantisosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda. Skripsi: Universitas Mulawarman Samarinda; 2015
11. Nauli, F. A., Yuliarti E., & Savita, R. Hubungan Tingkat Depresi dengan Tingkat Kemandirian dalam Aktivitas Sehari-hari pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Tambilahan Hulu. *Jurnal Keperawatan Soedirman*; 2014 *9*(2), 86-93
12. Tamher S, Noorkasiani *Kesehatan Usia Lanjut Dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika; 2011
13. Biahimo, Melynda. *Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Status Gizi pada Lanjut Usia di Panti Sosial Thresna Werdha Ilomata" Kota Gorontalo*. Diss.

- Universitas Negeri Gorontalo; 2014.
14. Koizer, Barbara, et al., ed. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses, & Praktik, Akih Bahasa : Esty Wahyuningsih, et al.* Jakarta:EGC;2011
  15. Sustyani RA. Hubungan antara depresi dengan kejadian insomnia pada lanjut usia di Panti Werdha Harapan Ibu Semarang. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*; 2012.1(1).
  16. Siburian P. Tanpa Tahun. Pemerhati Masalah Lansia dan Dokter pada klinik spesialis Bunda Medan. Dalam Raharja E. *Hubungan antara tingkat depresi dengan kejadian insomnia pada lanjut usia di karang werdha semeru jaya Kabupaten Jember*, Jember: Universitas Jember;2013
  17. Amir dalam Sohat F, Bidjuni H., Kallo V. Hubungan Tingkat Kecemasan dengan insomnia pada lansia di balai penyantunan lanjut usia senja cerah Paniki Kecamatan Mapanget Manado. *Jurnal Keperawatan*;2014.2(2).
  18. Hermayudi H. *Hubungan Antara Depresi Dan Insomnia pada Lansia Di Panti Werdha Dharma Bhakti Surakarta* (Doctoral dissertation, Universitas Muhamadiyah Surakarta);2012
  19. Ganong, William F. *Fisiologi Kedokteran*, Ed, Revisi 20. Jakarta:EGC ; 2003
  20. Kusumowardhni A, Puspitosari A. Hubungan Antara Tingkat Depresi Lansia Dengan Interaksi Sosial Lansia Di Desa Sobokerto Kecamatan Ngamplek Boyolali. *Jurnal Terpadu Kesehatan*, 3(2); 2014