

**HUBUNGAN MEROKOK DENGAN TERJADINYA INSOMNIA PADA
LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA BM 2 JAKARTA
BARAT**

PERIODE JANUARI–APRIL 2018

SKRIPSI



Disusun oleh

SITTI SRI ALICIA OKTAVIANA AMRAN BATALIPU

405140059

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
JAKARTA
2018**

**HUBUNGAN MEROKOK DENGAN TERJADINYA INSOMNIA PADA
LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA BM 2 JAKARTA
BARAT**

PERIODE JANUARI–APRIL 2018

SKRIPSI



**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Kedokteran (S.Ked)
pada Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Jakarta**

Disusun oleh

SITTI SRI ALICIA OKTAVIANA AMRAN BATALIPU

405140059

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
JAKARTA
2018**

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya, Sitti Sri Alicia Oktaviana, NIM: 405140059

Dengan ini menyatakan, menjamin bahwa skripsi yang diserahkan kepada fakultas kedokteran Universitas Tarumanagara, berjudul

“Hubungan merokok dengan terjadinya insomnia pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 2 Jakarta Barat”, Selama Januari–April 2018 merupakan hasil karya sendiri, semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar dan tidak melanggar ketentuan plagiarisme dan otoplagiarisme. Saya menyatakan memahami adanya larangan plagiarisme dan otoplagiarisme dan dapat menerima segala konsekuensi jika melakukan pelanggaran menurut ketentuan peraturan perundang-undangan dan peraturan lain yang berlaku di lingkungan Universitas Tarumanagara.

Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, 3 Juli 2018

Sitti Sri Alicia Oktaviana

NIM : 405140059

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh

Nama : Sitti Sri Alicia Oktaviana Amran Batalipu
NIM : 405140059
Program Studi : Pendidikan Kedokteran (S1)
Judul Skripsi : Hubungan merokok dengan terjadinya insomnia pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 2 Jakarta Barat, periode Januari–April 2018

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran (S.Ked.) pada Program Studi Sarjana Kedokteran Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara.

DEWAN PENGUJI

Pembimbing : dr. Noer Saelan Tadjudin, Sp.KJ (.....)
Ketua Sidang : dr. Rebekah Malik, M.Pd.Ked. (.....)
Penguji 1 : dr. Kumala Dewi Darmawi, M.M. (.....)
Penguji 2 : dr. Noer Saelan Tadjudin, Sp.KJ (.....)

Mengetahui,

Dekan : Dr. dr. Meilani Kumala, MS, Sp.GK (K) (.....)
Ditetapkan di : Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara
Tanggal : 3 Juli 2018

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan atas kehadiran Allah SWT, penulis akhirnya dapat menyelesaikan skripsi dengan baik. Dimana skripsi ini merupakan prasyarat kelulusan sebagai sarjana kedokteran. Selama proses pendidikan mulai dari awal hingga akhir, banyak sekali pengalaman yang didapatkan oleh penulis untuk berkarir sebagai dokter di kemudian hari.

Selama proses penyusunan skripsi ini penulis mengalami keterbatasan dalam mengerjakan penelitian. Oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada beberapa pihak yang telah mendukung keberhasilan penyusunan skripsi ini.

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada :

1. Dr. dr. Meilani Kumala, MS, Sp.GK(K) selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Jakarta.
2. dr. Noer Saelan Tadjudin, Sp. KJ selaku dosen pembimbing Skripsi yang telah banyak memberi perhatian, bimbingan petunjuk dan dorongan dalam penulisan skripsi ini.
3. dr. Enny irawati, MPd.Ked selaku dosen penasehat akademis yang selalu mendukung saya dalam perkuliahan maupun skripsi
4. Responden dan pihak Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 2 Jakarta Barat yang telah bersedia membantu dan memfasilitasi penelitian ini.
5. Keluarga tercinta, Ayah Amran A. Batalipu dan Ibu Luciana Is Baculu, Kedua kakak saya Moh. Aristander Saputra dan Moh. Agris Dwi Putra serta adik tercinta Nur Afriliana Batalipu atas doa restu, bimbingan, serta dukungan dalam penulisan skripsi ini.
6. Dan untuk teman-teman seperjuangan Annisa Nurahma, Nailah Rahmah, Siti Fatehatul, Kartika Sandra Dilla, Riyanti Devi, Priesca Nathasya, Fariz Thalib, Devina, dan pihak-pihak yang telah mendukung dan memberi dorongan dalam penulisan skripsi ini.

Akhir kata, semoga Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu dikemudian hari.

Jakarta, 3 Juli 2018

Sitti Sri Alicia Oktaviana

iv

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Sitti Sri Alicia Oktaviana
NIM : 405140059
Program studi : Pendidikan Kedokteran (S1)
Fakultas : Kedokteran
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk mempublikasikan karya ilmiah saya yang berjudul:

“Hubungan Merokok dengan terjadinya Insomnia pada Lansia di panti werdha Budi Mulia 2 Jakarta Barat selama Januari–April 2018” serta mencantumkan nama Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 3 Juli 2018

Yang menyatakan,

Sitti Sri Alicia Oktaviana

NIM: 405140059

ABSTRACT

CORRELATIONS BETWEEN SMOKING WITH INSOMNIA IN ELDERLY AT SOCIAL HOUSE TRESNA WERDHA BUDI MULIA 2 OF WEST JAKARTA REGION

SITTI SRI ALICIA OKTAVIANA

Smoking is a risk factor for many diseases, where the prevalence increases by about 2.5% per years. Smoking habits can be done by any individual starting from the age of teenager, and because of its addictive nature is not possible to smoke until elderly. Cigarette is one of the causes of functional decline of the body, it is suspected to correlate with decrease quality of sleep in the form of insomnia or sleep disorders. The purpose of this study was to determine the association of smoking with the occurrence of insomnia in the elderly aged more than or equal to 60 years, at the Social House Tresna Werdha Budi Mulia 2, West Jakarta in January-April 2018. This research is a cross sectional study, and the independent variable in this study was smoking while the dependent variable was insomnia, the study sample was taken by using consecutive sampling, the Insomnia Severity Index questionnaire to measure sleep disturbances. Then, chi square test was performed to calculate the sample. From the total of 125 respondents who smokes (mild 52%, moderate 32%, and heavy 16% smokers) found as much as 58.4% experienced insomnia and 41.6% not insomnia. Based on statistical test result, there was no significant correlation ($p= 0,814$) between smoking with insomnia. Smoking does not cause the elderly to experience insomnia. Sex have a more meaningful relationship with the occurrence of insomnia ($p=0.001$).

Keywords: Smoking, Insomnia, Elderly

ABSTRAK

HUBUNGAN MEROKOK DENGAN TERJADINYA INSOMNIA PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA BUDI MULIA 2 JAKARTA BARAT PERIODE JANUARI –APRIL 2018

SITTI SRI ALICIA OKTAVIANA

Merokok merupakan faktor risiko dari berbagai macam penyakit, dimana prevalensi tiap tahunnya meningkat sekitar 2,5% per tahun. Kebiasaan merokokpun dapat dilakukan oleh setiap individu dimulai dari usia remaja, dan karena sifatnya yang adiktif tidak menutup kemungkinan akan merokok sampai dengan usia lanjut. Rokok merupakan salah satu penyebab penurunan fungsional tubuh, diperkirakan memiliki hubungan dengan penurunan kualitas tidur berupa insomnia atau gangguan tidur. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan merokok dengan terjadinya insomnia pada lanjut usia yang berusia lebih dari atau sama dengan 60 tahun, di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 2, Jakarta Barat pada bulan Januari–April 2018. Penelitian ini bersifat *cross sectional*, dan *variable independent* dalam penelitian ini adalah merokok sedangkan *variable dependent* adalah insomnia, sampel penelitian diambil secara *consecutive sampling*, dengan menggunakan kuesioner *Insomnia Severity Index* untuk mengukur gangguan tidur. Kemudian dilakukan uji *chi square*. Dari total 125 responden yang merokok didapatkan perokok ringan 52%, sedang 32%, berat 16%. Selain itu didapatkan sebanyak 58,4% mengalami insomnia dan 41,6% tidak insomnia. Berdasarkan hasil uji statistik, didapatkan hubungan yang tidak bermakna ($p=0,814$) antara merokok dengan insomnia. Merokok tidak menyebabkan lanjut usia mengalami insomnia. Jenis kelamin memiliki hubungan yang lebih bermakna dengan terjadinya insomnia ($p=0.001$).

Kata kunci: Merokok, Insomnia, Lansia,

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	v
ABSTRACT.....	vi
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR SINGKATAN.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	2
1.3 Hipotesis	3
1.4 Tujuan Penelitian	3
1.5 Manfaat Penelitian	3
2 TINJAUAN PUSTAKA.....	4
2.1 Fisiologi Tidur	4
2.1.1 Siklus Tidur Normal Manusia	4
2.2 Insomnia.....	6
2.2.1 Etiologi Insomnia.....	6
2.2.2 Klasifikasi Insomnia	7

2.2.3 Perubahan Tidur Akibat Proses Menua dan Prevalensinya	8
2.2.4 Tatalaksana Insomnia pada Lansia.....	8
2.3 Merokok.....	9
2.3.1 Definisi Merokok	9
2.3.2 Definisi Rokok	9
2.3.3 Komponen Rokok	9
2.3.4 Klasifikasi Rokok.....	10
2.3.5 Klasifikasi Perokok.....	11
2.3.6 Epidemiologi Merokok	11
2.4 Patofisiologi	12
2.4.1 Rokok Mempengaruhi Pola Tidur	12
2.5 Kerangka Teori	14
2.6 Kerangka Konsep.....	14
3. METODELOGI PENELITIAN	15
3.1 Desain Penelitian	15
3.2 Tempat dan Waktu	15
3.3. Populasi dan Sampel.....	15
3.3.2 Populasi	15
3.3.2 Sampel.....	15
3.4 Perkiraan Besar Sampel	16
3.5 Kriteria Inklusi dan Eksklusi	16
3.5.1 Inklusi	16
3.5.2 Eksklusi.....	16
3.6 Cara Kerja dan Prosedur Kerja Penelitian	17
3.7 Variabel Penelitian.....	17

3.8	Definisi Operasional	18
3.9	Instrumen Penelitian	18
3.10	Pengumpulan data.....	18
3.11	Analisis Data.....	18
3.12	Alur Penelitian	19
4.	HASIL PENELITIAN	20
4.1	Karakteristik Tempat dan Waktu Penelitian	20
4.2	Karakteristik Sampel Penelitian.....	20
4.3	Hubungan Analisa Uji Bivariat antara Variabel Bebas (Merokok) dan Variabel Tergantung (Insomnia)	22
4.4	Hubungan Analisis Uji Bivariat antara Variabel Pengganggu (Usia, Jenis Kelamin, Jenis Rokok, Mengonsumsi Kopi) dan Variabel Tergantung (Insomnia).....	22
5.	PEMBAHASAN	24
5.1	Hubungan Merokok dengan Insomnia pada Lansia	24
5.2	Hubungan Usia dengan Insomnia	25
5.3	Hubungan Jenis Kelamin dengan Insomnia.....	25
5.4	Hubungan Jenis Rokok dengan Insomnia.....	25
5.5	Hubungan Kopi dengan Insomnia	26
5.6	Kelemahan Penelitian	26
5.6.1	Bias Penelitian.....	26
5.6.2	Kelemahan Lain	27
6.	KESIMPULAN DAN SARAN.....	28
6.1	Kesimpulan	28
6.2	Saran	28

DAFTAR PUSTAKA..... 29

DAFTAR PUSTAKA GAMBAR..... 33

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Karakteristik Sampel Penelitian.....	20
Tabel 4.2 Analisis Bivariate Hubungan antara Variable Bebas (Merokok) dan Variable Tergantung (Insomnia)	22
Tabel 4.3 Analisis Bivariate Hubungan Antara Variable Pengganggu (Usia, Jenis Kelamin, Jenis, Rokok, Kopi) Dan Variable Tergantung (Insomnia).....	23

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Fisiologi Tidur Normal dan Lansia.....	4
Gambar 2.2 Jumlah Perokok Dunia Tahun 2008.....	12

DAFTAR SINGKATAN

AChR	: <i>Acetylcholine Receptor</i>
BPH	: <i>Benign Prostatic Hyperplasia</i>
CO	: Karbon Monoksida
DM	: Diabetes Melitus
DSM	: <i>Diagnostic And Statistical Manual Of Mental Disorders</i>
EEG	: <i>Electro Encephalografi</i>
EMA	: <i>Early Morning Awakening</i>
GH	: <i>Growth Hormone</i>
ICD	: <i>International Code Of Diagnostic</i>
LANSIA	: Lanjut Usia
NREM	: <i>Non Rapid Eye Movement</i>
NSC	: <i>Nucleus Supra-Chiasmatic</i>
O ₂	: Oksigen
REM	: <i>Rapid Eye Movement</i>
STIKES	: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian	34
Lampiran 2. Surat Pernyataan Persetujuan	35
Lampiran 3. Lembar Persetujuan Responden	36
Lampiran 4. Identitas Responden	37
Lampiran 5. Kuisioner	38
Lampiran 6. Daftar Riwayat Hidup	40