

ABSTRAK

Gangguan kesehatan yang dialami oleh lansia seperti mengalami penurunan untuk berfikir jernih, adanya penurunan kontak sosial yang membuat lansia lebih memilih diam dan tidak menceritakan masalah yang dialaminya cenderung dipendam sendiri. Lansia yang mengalami depresi ringan sebanyak 66,0%. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis hubungan tingkat depresi dengan kejadian insomnia.

Desain penelitian ini adalah analitik dengan *cross sectional*. Populasi 53 responden dan besar sampel 47 responden. Menggunakan cara *probability sampling* dengan teknik *Simple random sampling*. Variabel independen penelitian ini adalah tingkat depresi dan variabel dependen adalah kejadian insomnia. Pengolahan data menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan uji statistik *rank spearman* $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian membuktikan bahwa lansia yang mengalami depresi sedang sebagian besar (55,3%) dan insomnia sedang sebagian besar (53,2%). Hasil analisis membuktikan bahwa terdapat hubungan antara tingkat depresi dengan kejadian insomnia pada lansia ($p=0,000$).

Simpulan penelitian ini adalah semakin tinggi tingkat depresi maka semakin banyak pula lansia yang mengalami insomnia. Diharapkan lansia melakukan aktivitas fisik, kegiatan keagamaan dan untuk pengurus panti perlu memberikan pendidikan kesehatan dan teknik relaksasi kepada para lansia sehingga dapat menurunkan tingkat kejadian insomnia.

Kata kunci : Depresi, Insomnia, lansia