

**SKRIPSI
HUBUNGAN POLA DIET SEHARI-HARI DENGAN TINGKAT DEPRESI**



FARIDA KHOLIFAH

NIM : 20201880012

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA

SURABAYA

2024

SKRIPSI
HUBUNGAN POLA DIET SEHARI-HARI DENGAN TINGKAT DEPRESI



FARIDA KHOLIFAH

NIM : 20201880012

FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA

2024

HUBUNGAN POLA DIET SEHARI- HARI DENGAN TINGKAT DEPRESI
SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya
untuk Memenuhi Kewajiban Persyaratan Kelulusan Guna Memperoleh Gelar
Sarjana Kedokteran

OLEH:

FARIDA KHOLIFAH
NIM : 20201880012

FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA

2024

PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PLAGIASI

PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PLAGIASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Farida Kholifah

NIM : 20201880012

Fakultas : Kedokteran

Program Studi : S1 Pendidikan Dokter

Menyatakan bahwa Tugas Akhir dengan judul **“HUBUNGAN POLA DIET SEHARI HARI DENGAN TINGKAT DEPRESI”** yang saya tulis ini benar-benar tulisan karya sendiri bukan hasil plagiasi, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Surabaya, 29 April 2024

Yang membuat pernyataan,



FARIDA KHOLIFAH

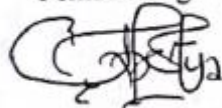
PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul “ **HUBUNGAN POLA DIET SEHARI – HARI DENGAN DEPRESI**” yang diajukan oleh mahasiswa atas nama **FARIDA KHOLIFAH (NIM 20201880012)**, telah diperiksa dan disetujui isi serta susunannya, sehingga diajukan dalam sidang tugas akhir pada Program Studi S1 Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Surabaya, 15 Desember 2023

Menyetujui,

Pembimbing I



(dr. Era Catur Prasetya, Sp.KJ)

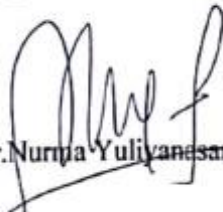
Pembimbing II



(dr. Dewi Masitha, Sp.GK)

Mengetahui,

Ketua Program Studi S1 Pendidikan Dokter



(dr. Nurma Yuliyanesari, M.Si)

PENGESAHAN PENGUJI

PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul “ **HUBUNGAN POLA DIET SEHARI – HARI DENGAN TINGKAT DEPRESI**” telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji pada tanggal 29 April 2024 oleh mahasiswa atas nama **FARIDA KHOLIFAH (NIM 20201880012)**, Program studi S1 Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya.

TIM PENGUJI

Penguji Ketiga : dr. Roni Subagyo, Sp.KJ(K)

Pembimbing I : dr. Era Catur Prasetya, Sp.KJ

Pembimbing II : dr. Dewi Masitha, Sp. GK

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Kedokteran



(dr.H.M.Jusuf Wibisono, Sp.P(K), FCCP.FISR)

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas berkat, rahmat, karunia, serta hidayahnya sehingga penyusunan skripsi yang berjudul “Pola Diet Sehari-hari Dengan Depresi” ini dapat terselesaikan dengan baik.

Penulis menyadari bahwa dalam proses penyusunan skripsi ini banyak mengalami rintangan, tantangan, kesulitan dan hambatan namun berkat do’a bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak maka penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik. Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terimakasih sebesar-besarnya kepada :

1. Allah SWT atas segala Rahmat-Nya telah meridhoi penulis menyelesaikan penelitian ini dengan baik;
2. dr. H. M. Jusuf Wibisono, Sp.P (K) FCCP, FIRS, selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya;
3. dr. Nurma Yulianasari, M.Si. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya, dan selaku dosen wali yang secara tulus memberikan dukungan secara moral dan bantuan semangat kepada penulis dalam menghadapi kesulitan selama proses perkuliahan di Pendidikan dokter;
4. dr. Era Catur Prasetya, Sp.KJ selaku dosen pembimbing 1, dr. Dewi Masitha, Sp.GK selaku dosen pembimbing II, yang telah memberikan waktu dan dukungan secara moral, mencurahkan pikiran dan tenaga, dengan tulus dan ikhlas dalam membimbing penulis selama melakukan penelitian dan Menyusun laporan penelitian tugas akhir;
5. dr. Roni Subagyo, Sp.KJ (K) selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan dan saran kepada penulis sehingga penelitian tugas akhir ini dapat terselesaikan;
6. Seluruh dosen dan Staf Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya yang telah banyak membantu serta memberi arahan dalam menyelesaikan penelitian dan penulisan laporan tugas akhir;
7. Kepada kedua orang tua penulis, alm. Bapak Supardi dan Ibu Anna Fati Sukma yang telah memberikan seluruh usahanya untuk mendukung secara emosional dan material, do’a yang selalu menyertai penulis, kasih sayang yang selalu ada sejak awal kehidupan hingga saat ini sampai penulis mampu menyelesaikan penyusunan tugas akhir;
8. Deni Fariadi, Wita Armana, dan Lilik Yuniarti selaku kakak kandung dan kakak ipar dari penulis, yang senantiasa mendampingi,

memberikan dukungan dan kasih sayang dalam pelaksanaan penelitian dan penulisan laporan tugas akhir ini;

9. Yusril Mahfudi, Terima kasih sudah berkontribusi banyak dalam penulisan skripsi ini, meluangkan waktu, tenaga, pikiran, materi, dan senantiasa mendengarkan keluh kesah penulis serta memberikan perhatian dan dukungan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik;
10. Teman-teman sejawat Cardiotikula 2020 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya yang telah saling memberikan semangat, bertukar informasi serta memberikan bantuannya dalam penyelesaian penulisan skripsi ini dan juga semangat dalam penyelesaian skripsinya;
11. Seluruh pihak yang tidak bisa disebut satu persatu Namanya yang telah membantu penulis dan terlibat dalam proses pembuatan skripsi. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan Rahmat serta hidayahnya kepada saudara sekalian atas bantuan tenaga, pikiran, material, hingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Semoga penelitian ini juga dapat berguna bagi masyarakat dan penelitian lainnya untuk penelitian selanjutnya.

DAFTAR ISI

Halaman

Halaman Sampul Depan.....	i
Halaman Sampul	ii
Halaman Prasyarat	iii
Halaman Plagiasi.....	iv
Halaman Peretujuan Pembibing.....	iv
Halaman Pengesahan Penguji	vi
Kata Pengantar	vii
Daftar Isi.....	ix
Daftar Tabel	xii
Daftar Lampiran	xiii
Daftar Singkatan.....	xiv
Abstrak	xvi
<i>Abstract</i>	xvii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.4.1 Manfaat Praktis	4
1.4.2 Manfaat Teoritis.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
2.1 Depresi.....	5
2.1.1 Definisi Depresi	5
2.1.2 Etiologi	5
2.1.3 Faktor Resiko.....	6

2.1.4	Patofisiologi Depresi	9
2.1.5	Manifestasi Klinis Depresi	12
2.1.6	Klasifikasi Depresi	13
2.1.7	Komplikasi Depresi	15
2.1.8	Tatalaksana Depresi	15
2.2	Pola Diet	17
2.3	Hubungan Pola Diet dengan Depresi.....	19
2.3.1	Pola Diet	19
BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN...		22
3.1	Kerangka Konseptual	22
3.2	Penjelasan Kerangka Konseptual	23
BAB VI METODE PENELITIAN		25
4.1	Rancangan penelitian.....	25
4.2	Pengambilan sampel.....	25
4.2.1	Populasi.....	25
4.2.2	Sampel	25
4.2.3	Besar Sampel	26
4.2.4	Teknik pengambilan sampel	26
4.3	Variabel Penelitian	27
4.3.1	Klasifikasi variable	27
4.3.2	Definisi operasional variable	27
4.4	Instrumen Penelitian	28
4.5	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	29
4.6	Prosedur Pengambilan dan Pengumpulan Data.....	30
4.6.1	Bagan Alur Prosedur Pengumpulan Data	30
4.7	Cara Pengolahan dan Analisa Data	31
4.7.1	Cara Pengolahan	31
4.7.2	Analisa Data.....	31

BAB V HASIL PENELITIAN	32
5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	32
5.2 Gambaran Pekerjaan Pasien Depresi di Rumah Sakit Muhammadiyah Lamongan	32
5.3 Gambaran Usia Pasien Depresi di Rumah Sakit Muhammadiyah Lamongan	33
5.4 Distribusi BB Pasien Depresi di Rumah Sakit Muhammadiyah Lamongan	34
5.5 Distribusi TB Pasien Depresi di Rumah Sakit Muhammadiyah Lamongan	34
5.6 Distribusi Jenis Kelamin Pasien Depresi di Rumah Sakit Muhammadiyah Lamongan.....	35
5.7 Gambaran Pasien Depresi di Rumah Sakit Muhammadiyah Lamongan	36
5.8 Gambaran Pola Diet Pasien Depresi di Rumah Sakit Muhammadiyah Lamongan	37
 BAB VI PEMBAHASAN.....	41
 BAB VII PENUTUP.....	54
7.1 Kesimpulan.....	54
7.2 Saran	54
 DAFTAR PUSTAKA	50
LAMPIRAN.....	53

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 4.1 Definisi Operasional	27
Tabel 5.1 Pekerjaan Pasien Depresi di Rumah Sakit Muhammadiyah Lamongan	32
Tabel 5.2 Usia Pasien Depresi di Rumah Sakit Muhammadiyah Surabaya	33
Tabel 5.3 BB Pasien Depresi di URumah Sakit Muhammadiyah Lamongan	34
Tabel 5.4 TB Pasien Depresi di Rumah Sakit Muhammadiyah Lamongan	34
Tabel 5.5 Jenis Kelamin Pasien Depresi di Rumah Sakit Muhammadiyah Lamongan	35
Tabel 5.6 Indeks Massa Tubuh (IMT) Pasien di Rumah Sakit Muhammadiyah Lamongan.....	36
Tabel 5.7 Tingkatan Depresi pada Pasien Depresi di Rumah Sakit Muhammadiyah Lamongan.....	36
Tabel 5.8 Gambaran Pola Diet Pasien Depresi di Rumah Sakit Muhammadiyah Lamongan.....	37
Tabel 5.9 Hubungan Pola Diet Sehari-Hari dengan Tingkat Depresi	37

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Sertifikat Etik.....	53
Lampiran 2	Pernyataan Persetujuan Publikasi Tugas Akhir.....	54
Lampiran 3	Permohonan Izin Pelaksanaan Penelitian dan Pengambilan Data.....	55
Lampiran 4	Surat Pemberian Izin Melakukan Penelitian.....	56
Lampiran 5	Surat Bukti Telah Melakukan Penelitian.....	57
Lampiran 6	Informed Consent	58
Lampiran 7	Kuisisioner PHQ-9, Food Recall, HEI	59
Lampiran 8	Dokumentasi Penelitian	63
Lampiran 9	Hasil Analisis Statistik.....	68
Lampiran 10	Bukti Bimbingan Cyber	69

DAFTAR SINGKATAN

WHO : *World Health Organization*
GABA : *Asam Gamma Aminobutirat*
FAoh-3 : *Asam Lemak Omega-3*
SAMA : *Metil Folat dan S-Adenosil Metionin*
SHBG : *Hormone Seks Binding Globulin*
NE : *Norepinefrin*
DA : *Dopamine*
GA : *Neuropeptide Galanin*
CCK : *Cholecystokinin*
NPY : *Neuroptida Y*
OXT : *Oksytocin*
VP : *Vasopressin*
MPS : *Neuropeptide S*
KIA : *Hormone Pemusatan Melanin*
BAL : *Bakteri Asam Laktat*
TrkB : *Tropomyosin Receptor Kinase B*
GBA : *Gut Brain Axis*
HPA : *Axis Hipotalamik-Pituitari-Adrenal*
CRP : *Protein C-Reaktif*
FOS : *Fructooligosaccharides*
GOS : *Galahctooligosaccharides*
SPSS : *Statistic Product and Service Solution*
BDNF : *Brain Derived Neurotrophic Factor*
SCFA : *Short Chain Fatty Acid*
CCK : *Kolesistokinin*

NPY :*Neuropeptide Y*
GLP-1 :*Glucagon Like Peptide-1*
EPA :*Eicosapentanoic Acid*
DHA :*Docosehexaenoic Acid*
IL-6 :*Interleukin-6*
IMT/BMI :*Indeks Massa Tubuh*
GDNF :*Glial Derived Neurotropik Factor*
CRF :*Cortcotropin Releasing Factor*
ACTH :*Adrenocorticotropic Hormone*
MGB :*Mikrobiota Usus Otak*
BAL :*Bakteri Asam Laktat*
MDD :*Major Depressive Disorder*
TCA :*Antidepresan trisiklik*
SSRI :*Selective Serotonin Reuptake Inhibitor*
SNRI :*Serotonin/Norepinephrin Reuptake Inhibitor*
MAOI :*Monoamine Oxidase Inhibitor*
SSP :*Sistem Saraf Pusat*
CBT :*Cognitive Behavioural Therapy*
LDL :*Low Density Lipoproteins*
VLDL :*Very Low Density Lipoproteins*