



**HUBUNGAN BEBAN KERJA DAN STRES KERJA DENGAN
KUALITAS TIDUR PADA PERAWAT DI RUANG RAWAT
INAP DI RSUD BOGOR**

SKRIPSI

CLARISSA GIANA PUTRI

2010711005

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
2024**



**HUBUNGAN BEBAN KERJA DAN STRES KERJA DENGAN
KUALITAS TIDUR PADA PERAWAT DI RUANG RAWAT
INAP DI RSUD BOGOR**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Keperawatan**

CLARISSA GIANA PUTRI

2010711005

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
2024**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Clarissa Giana Putri
NIM : 2010711005
Tanggal : 1 Juli 2024

Bila mana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 1 Juli 2024

Yang menyatakan,



(Clarissa Giana Putri)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta,
saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Clarissa Giana Putri
NRP : 2010711005
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : S1 Keperawatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada
Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non
Eksklusif (Non-exclusive Royalty Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

Hubungan Beban Kerja dan Stres Kerja Dengan Kualitas Tidur Pada Perawat Di
Ruang Rawat Inap Di RSUD Bogor

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini
Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan,
mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan-data (database),
merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama
saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 1 Juli 2024

Yang menyatakan,



(Clarissa Giana Putri)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Clarissa Giana Putri
NRP : 2010711005
Program Studi : Sarjana Keperawatan
Judul TA/Skripsi : Hubungan Beban Kerja dan Stres Kerja Dengan Kualitas Tidur Pada Perawat di Ruang Rawat Inap di RSUD Bogor

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Sarjana Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional 'Veteran Jakarta

Ns. Nelly Fcbriani, S.Kep., M.Kep
Ketua Penguji

Ns. Serri Hutahaean, S.Kep., M.Kep
Penguji II
Desmawati, S.Kep., M.Kep, Sp.Mat, PhD
Dekan FKES UPN Veteran Jakarta

Ns. Tatiana Siregar, S.Kep., MM., M.Kep
Penguji III (Pembimbing)

Ns. Gamy Tri Utami, M.Kep
Ketua Program Studi Keperawatan
Program Sarjana

Ditetapkan di: Jakarta
Tanggal Ujian: 03 Juli 2024

HUBUNGAN BEBAN KERJA DAN STRES KERJA DENGAN KUALITAS TIDUR PADA PERAWAT DI RUANG RAWAT INAP DI RSUD BOGOR

Clarissa Giana Putri

ABSTRAK

Tidur yang buruk sering kali disebabkan oleh stres kerja, karena mereka memiliki tanggung jawab besar terhadap pekerjaan mereka. Perawat dengan beban kerja tinggi cenderung mengalami stres kerja yang lebih besar, karena banyaknya tuntutan pekerjaan yang harus diselesaikan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara beban kerja dan stres kerja dengan kualitas tidur perawat di Ruang Rawat Inap di RSUD Bogor. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain pendekatan *cross sectional* dan teknik *purposive sampling* dengan 140 responden. Analisis data dilakukan dengan uji *Chi-Square*. Hasil Analisa bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan kualitas tidur ($p\ value = 0,352$) namun terdapat hubungan stres kerja ($p\ value = 0,021$) dengan kualitas tidur perawat di Ruang Rawat Inap di RSUD Bogor. Manajemen rumah sakit diharapkan dapat mengatur dan menyesuaikan pembagian tugas perawat agar beban kerja tidak terlalu berat, sehingga dapat mencegah stres kerja dan tidur yang buruk pada perawat.

Kata Kunci : beban kerja, kualitas tidur, perawat, stres kerja

***RELATIONSHIP BETWEEN WORKLOAD AND WORK STRESS
WITH SLEEP QUALITY OF NURSES IN THE INPATIENT
ROOM AT RSUD BOGOR***

Clarissa Giana Putri

ABSTRACT

Poor sleep is often caused by work stress, as they have great responsibilities at their jobs. Nurses with a high workload tend to experience greater work stress, because of the large number of work demands that must be completed. This study aims to determine the relationship between workload and work stress and the sleep quality of nurses in the Inpatient Room at Bogor Regional Hospital. This research uses quantitative methods with a cross sectional approach design and purposive sampling technique with 140 respondents. Data analysis was carried out using the Chi-Square test. The results of the analysis showed that there was no significant relationship between workload and sleep quality (p value = 0.352) but there was a relationship between work stress (p value = 0.021) and the sleep quality of nurses in the Inpatient Room at RSUD Bogor. Hospital management is expected to be able to organize and adjust the division of nursing duties so that the workload is not too heavy, so as to prevent work stress and poor sleep among nurses.

Keywords : *workload, sleep quality, nurses, work stress*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “ Hubungan Beban Kerja dan Stress Kerja Dengan Kualitas Tidur pada Perawat di Ruang Rawat Inap Di RSUD Bogor”. Penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada: Dr. Anter Venus, MA, Comm selaku Rektor UPN “Veteran” Jakarta, Desmawati, SKP, M. Kep, Sp. Mat, PhD selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan, Ns. Gamy Tri Utami, M. Kep selaku Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana, Ns. Nelly Febriani, S.Kep, M.Kep selaku penguji I, Ns. Serri Hutahaean, S.Kep., M.Kep selaku penguji II, Ns. Tatiana Siregar, S.Kep, MM, M.Kep selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dalam memberikan saran yang bermanfaat bagi penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Alm. Gerry Garsono seseorang yang biasa saya sebut papa berhasil membuat saya bangkit dari kata menyerah. Alhamdulillah kini penulis sudah berada pada tahap ini, Terima kasih untuk semua yang engkau berikan. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Ibu Heni Budi Lestari yang biasa saya sebut mama, perempuan hebat yang sudah membesarkan dan mendidik saya hingga saya berada di tahap ini serta selalu memberikan semangat. Terima kasih untuk semua doa dan dukungan mama. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Ichfan Ramdani dan teman-teman yang selalu memberikan dukungan serta doa untuk membantu menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Maka dari itu penulis berharap mendapatkan kritik dan saran dari pembaca yang dapat membangun agar terciptanya skripsi yang lebih baik di masa yang akan datang.

Jakarta, 3 Juli 2024

Penulis

Clarissa Giana Putri

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR SKEMA.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Rumusan Masalah	4
I.3 Tujuan Penelitian.....	6
I.4 Manfaat penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
II.1 Beban Kerja	9
II.2 Stress kerja	17
II.3 Konsep Tidur	24
II.4 Kualitas Tidur.....	31
II.5 Perawat	35
II.6 Kerangka Teori.....	40
II.7 Penelitian terdahulu	41
BAB III METODE PENELITIAN.....	45
III.1 Kerangka Konsep	45
III.2 Hipotesis penelitian	47
III.3 Definisi operasional.....	48
III.4 Desain Penelitian	51
III.5 Populasi dan Sampel	52
III.6 Teknik pengambilan sampel.....	54
III.7 Metode Pengumpulan Data	55
III.8 Instrumen Penelitian.....	56
III.9 Uji Validitas dan Realibilitas	58
III.10 Analisa Data	61
III.11 Etika penelitian.....	65
III.12 Keterbatasan penelitian	66
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	67
IV.1 Gambaran Lokasi Penelitian.....	67
IV.2 Hasil Penelitian.....	68

IV.3	Pembahasan.....	86
BAB V PENUTUP.....		102
V.1	Kesimpulan.....	102
V.2	Saran.....	103
DAFTAR PUSTAKA		105
RIWAYAT HIDUP		
LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Indikator Stress Kerja.....	23
Tabel 2	Penelitian Terdahulu	41
Tabel 3	Definisi Operasional.....	49
Tabel 4	Proporsi Sampel Perawat di setiap Ruang Rawat Inap RSUD Bogor	53
Tabel 5	Kisi-Kisi Kuisisioner Beban Kerja	57
Tabel 6	Kisi-Kisi Kuisisioner Stress Kerja	58
Tabel 7	Kisi-Kisi Kuisisioner Kualitas Tidur	58
Tabel 8	Hasil Uji Validitas Kuesioner Penelitian	59
Tabel 9	Hasil Uji Reliabilitas Kuesioner Penelitian.....	60
Tabel 10	Analisa Univariat.....	62
Tabel 11	Analisa Bivariat.....	64
Tabel 12	Analisa Uji Normalitas (n=140).....	68
Tabel 13	Hasil Distribusi Frekuensi Presentase Umur pada Perawat di Ruang Rawat Inap RSUD Kota Bogor (n=140)	69
Tabel 14	Hasil Distribusi Frekuensi Presentase Jenis Kelamin pada Perawat Diruang Rawat Inap RSUD Kota Bogor (n=140)	69
Tabel 15	Hasil Distribusi Frekuensi Presentase Pendidikan pada Perawat di Ruang Rawat Inap RSUD Kota Bogor (n=140).....	70
Tabel 16	Hasil Distribusi Frekuensi Presentase Masa Kerja pada Perawat di Ruang Inap RSUD Kota Bogor (n=140).....	70
Tabel 17	Hasil Distribusi Frekuensi Presentase Status Perkawinan pada Perawat di Ruang Inap RSUD Kota Bogor (n=140).....	71
Tabel 18	Hasil Distribusi Frekuensi Presentase Jenjang Karir pada Perawat di Ruang Inap RSUD Kota Bogor (n=140)	71
Tabel 19	Hasil Distribusi Frekuensi Presentase Beban Kerja pada Perawat di Ruang Inap RSUD Kota Bogor (n=140).....	72
Tabel 20	Hasil Distribusi Frekuensi Presentase Stres Kerja pada Perawat Perawat di Ruang Inap RSUD Kota Bogor (n=140).....	72
Tabel 21	Hasil Distribusi Frekuensi Presentase Kualitas Tidur pada Perawat Perawat di Ruang Inap RSUD Kota Bogor (n=140).....	73
Tabel 22	Hasil Uji Chi-Square Hubungan Umur dengan Beban Kerja pada Perawat Perawat di Ruang Inap RSUD Kota Bogor (n=140)	74
Tabel 23	Hasil Uji Chi-Square Hubungan Jenis Kelamin dengan Beban Kerja pada Perawat di Ruang Inap RSUD Kota Bogor (n=140)	74
Tabel 24	Hasil Uji Chi-Square Hubungan Pendidikan dengan Beban Kerja pada Perawat di Ruang Inap RSUD Kota Bogor (n=140).....	75
Tabel 25	Hasil Uji Chi-Square Hubungan Masa Kerja dengan Beban Kerja pada Perawat di Ruang Inap RSUD Kota Bogor (n=140).....	76
Tabel 26	Hasil Uji Chi-Square Hubungan Status Perkawinan dengan Beban Kerja pada Perawat di Ruang Inap RSUD Kota Bogor (n=140).....	76
Tabel 27	Hasil Uji Chi-Square Hubungan Jenjang Karir dengan Beban Kerja pada Perawat di Ruang Inap RSUD Kota Bogor (n=140)	77
Tabel 28	Hasil Uji Chi-Square Hubungan Umur dengan Stres Kerja pada Perawat di Ruang Inap RSUD Kota Bogor (n=140).....	77

Tabel 29	Hasil Uji Chi-Square Hubungan Jenis Kelamin dengan Stres Kerja pada Perawat di Ruang Inap RSUD Kota Bogor (n=140)	78
Tabel 30	Hasil Uji Chi-Square Hubungan Pendidikan dengan Stres Kerja pada Perawat di Ruang Inap RSUD Kota Bogor (n=140)	79
Tabel 31	Hasil Uji Chi-Square Hubungan Masa Kerja dengan Stres Kerja pada Perawat di Ruang Inap RSUD Kota Bogor (n=140)	80
Tabel 32	Hasil Uji Chi-Square Hubungan Status Perkawinan dengan Stres Kerja pada Perawat di Ruang Inap RSUD Kota Bogor (n=140)	80
Tabel 33	Hasil Uji Chi-Square Hubungan Jenjang Karir dengan Stres Kerja pada Perawat di Ruang Inap RSUD Kota Bogor (n=140)	81
Tabel 34	Hasil Uji Chi-Square Hubungan Umur dengan Kualitas Tidur pada Perawat di Ruang Inap RSUD Kota Bogor (n=140)	81
Tabel 35	Hasil Uji Chi-Square Hubungan Jenis Kelamin dengan Kualitas Tidur pada Perawat di Ruang Inap RSUD Kota Bogor (n=140)	82
Tabel 36	Hasil Uji Chi-Square Hubungan Pendidikan dengan Kualitas Tidur pada Perawat di Ruang Inap RSUD Kota Bogor (n=140)	83
Tabel 37	Hasil Uji Chi-Square Hubungan Masa Kerja dengan Kualitas Tidur pada Perawat di Ruang Inap RSUD Kota Bogor (n=140)	83
Tabel 38	Hasil Uji Chi-Square Hubungan Status Perkawinan dengan Kualitas Tidur pada Perawat di Ruang Inap RSUD Kota Bogor (n=140)	84
Tabel 39	Hasil Uji Chi-Square Hubungan Jenjang Karir dengan Kualitas Tidur pada Perawat di Ruang Inap RSUD Kota Bogor (n=140)	85
Tabel 40	Hasil Uji Chi-Square Hubungan Beban Kerja dengan Kualitas Tidur pada Perawat di Ruang Inap RSUD Kota Bogor (n=140)	85
Tabel 41	Hasil Uji Chi-Square Hubungan Stres Kerja dengan Kualitas Tidur pada Perawat di Ruang Inap RSUD Kota Bogor (n=140)	86

DAFTAR SKEMA

Skema 1 Kerangka Teori.....	40
Skema 2 Kerangka Konsep	47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Tabel Data RS
Lampiran 2	<i>Informed Consent</i>
Lampiran 3	Kuisisioner Penelitian
Lampiran 4	Proporsi Jumlah Perawat Di Ruang Rawat Inap
Lampiran 5	Kartu Monitoring Bimbingan
Lampiran 6	Surat Permohonan Ijin Studi Pendahuluan&Penelitian
Lampiran 7	Surat Ijin Pengambilan data & Penelitian
Lampiran 8	Surat Tanggapan Ijin Penelitian
Lampiran 9	Permohonan Ijin Uji Validitas
Lampiran 10	Surat Permohonan Etik
Lampiran 11	<i>Surat Ethical Clearance</i>
Lampiran 12	Hasil Output SPSS Uji Validitas
Lampiran 13	Hasil Output SPSS Penelitian
Lampiran 14	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 15	Hasil Uji Turnitin