

# FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KUALITAS TIDUR PADA PERAWAT RAWAT INAP RSUD PASAR REBO TAHUN 2024

Ega Ladiesta Pramesti

## Abstrak

Perawat rawat inap dalam pelayanan kesehatan memiliki peran yang sangat penting dalam memastikan keselamatan dan kesehatan pasien. Namun, tuntutan pekerjaan yang tinggi, pola kerja yang berubah-ubah, emosi yang tidak stabil dan beban kerja yang tinggi dapat berakibat pada kualitas tidur perawat yang buruk. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan kualitas tidur pada perawat rawat inap RSUD Pasar Rebo. Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional* dengan sampel penelitian sebesar 106 responden didapatkan melalui teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner *The Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)*, *International Physical Activity Questionnaire short-form (IPAQ-sf)*, *Perceived Stress Scale (PSS)*, kuesioner penyakit fisik, lingkungan tidur, dan konsumsi makanan berisiko. Penelitian menggunakan analisis uji *chi-square* dan regresi logistik ganda. Hasil analisis multivariat menunjukkan bahwa status perkawinan ( $p\text{-value}= 0,000$ ; POR = 52,27; 95% CI: 6,36-429,38), aktivitas fisik berat ( $p\text{-value}= 0,017$ ; POR= 9,476;95% CI: 1,50-59,70), lingkungan tidur ( $p\text{-value}= 0,012$ ; POR= 4,314;95% CI: 1,38-13,47), penyakit fisik ( $p\text{-value}= 0,026$ ; POR= 3,529;95% CI: 1,16-10,72), dan jenis kelamin ( $p\text{-value}= 0,005$ ; POR= 0,184;95% CI: 0,05-0,60) memiliki hubungan terhadap kualitas tidur. Pada penelitian ini, variabel yang paling berhubungan adalah status perkawinan. Pihak rumah sakit dapat menyediakan fasilitas istirahat, program edukasi dan kegiatan yang bermanfaat bagi perawat sehingga perawat dapat meningkatkan kualitas tidurnya.

**Kata Kunci:** Status perkawinan, Perawat rawat inap, Kualitas tidur, Aktivitas fisik

# **FACTORS ASSOCIATED WITH SLEEP QUALITY IN INPATIENT NURSES AT PASAR REBO HOSPITAL IN 2024**

**Ega Ladiesta Pramesti**

## **Abstract**

Inpatient nurses in healthcare have a very important role in ensuring patient safety and health. However, high job demands, changing work patterns, unstable emotions and high workload can result in poor quality sleep for nurses. This study aimed to analyse the factors associated with sleep quality in inpatient nurses at Pasar Rebo Hospital. This study used a cross-sectional design with a research sample of 106 respondents obtained through purposive sampling technique. The research instruments used The Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) questionnaire, International Physical Activity Questionnaire short-form (IPAQ-sf), Perceived Stress Scale (PSS), physical illness questionnaire, sleep environment, and risky food consumption. The study used chi-square test analysis and multiple logistic regression. The results of multivariate analysis showed that marital status (p-value=0.000; POR= 52.27; 95% CI: 6.36-429.38), heavy physical activity (p-value=0.017; POR= 9.476; 95% CI: 1.50-59.70), sleep environment (p-value=0.012; POR= 4.314; 95% CI: 1.38-13.47), physical illness (p-value =0.026; POR= 3.529; 95% CI: 1.16-10.72), and gender (p-value=0.005; POR= 0.184; 95% CI: 0.05-0.60) had an association with sleep quality. In this study, the most related variable was marital status. The hospital can provide rest facilities, educational programmes and activities that are beneficial for nurses so that nurses can improve their sleep quality.

**Keyword :** Marital status, Inpatient nurse, Sleep quality, Physical activity