



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

SKRIPSI

EGA LADIESTA PRAMESTI

2010713034

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



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

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat**

EGA LADIESTA PRAMESTI

2010713034

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

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Ega Ladiesta Pramesti

NIM : 2010713034

Tanggal : 2 Juli 2024

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

Jakarta, 2 Juli 2024

Yang Menyatakan,



(Ega Ladiesta Pramesti)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Ega Ladiesta Pramesti
NIM : 2010713034
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana

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: “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Tidur Pada Perawat Rawat Inap RSUD Pasar Rebo Tahun 2024”

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 hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal: 2 Juli 2024

Yang menyatakan,

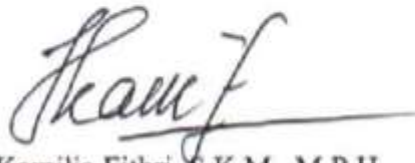

(Ega Ladiesta Pramesti)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Ega Ladiesta Pramesti
NIM : 2010713034
Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana
Judul Skripsi : Faktor - Faktor yang Berhubungan dengan Kualitas Tidur
Pada Perawat Rawat Inap RSUD Pasar Rebo Tahun 2024

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



Nayla Kamilia Fithri, S.K.M., M.P.H.

Ketua Penguji



Afif Amir Amrullah, S.Kp., M.K.K.K

Penguji I



Ulya Qoulan Karima, S.K.M., M.Epid.

Penguji II (Pembimbing)



Dr. Chandrayani Simanjorang, S.K.M., M.Epid.

Koor. Prodi Kesehatan Masyarakat Program
Sarjana



Desmawati, SKp., M.Kep., Sp.Mat., PhD
Dekan FIKES UPN "Veteran" Jakarta

Ditetapkan di : Jakarta
Tanggal Seminar : 2 Juli 2024

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 -value= 0,000; POR = 52,27; 95% CI: 6,36-429,38), aktivitas fisik berat (p -value= 0,017; POR= 9,476;95% CI: 1,50-59,70), lingkungan tidur (p -value= 0,012; POR= 4,314;95% CI: 1,38-13,47), penyakit fisik (p -value= 0,026; POR= 3,529;95% CI: 1,16-10,72), dan jenis kelamin (p -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

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan kehadiran Allah SWT atas karunia-Nya sehingga penyusunan skripsi ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian ini yang dilaksanakan sejak Februari 2024 adalah "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Tidur Pada Perawat Rawat Inap RSUD Pasar Rebo Tahun 2024"

Dengan segala kerendahan hati, penulis ingin mengucapkan terima kasih secara khusus kepada para responden dan pihak RSUD Pasar Rebo yang telah membantu dan memberikan dukungan dalam proses penelitian. Saya ingin mengucapkan terima kasih kepada keluarga saya, Ibu Eni Kusmawati, Bapak Siman Priyanto, Adik Novyan Bayu Dewananda, orang terkasih, Hengki Irawan teman-teman saya, yaitu Dewy, Kak Ica, Kirani, Novinda, Claudia, Salwa, Eva, Eca yang telah memberikan dukungan, semangat dan doa sehingga skripsi ini dapat selesai.

Selain itu, saya juga berterima kasih kepada Ibu Ulya Qoulan Karima, S.K.M., M.Epid selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, saran, dan masukan, serta kepada Ibu Nayla Kamilia Fithri, S.K.M., M.P.H dan Bapak Afif Amir Amrullah, S.Kp., M.K.K.K selaku dosen penguji yang telah menguji sidang seminar hasil skripsi saya. Kepada rekan-rekan Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana yang telah memberikan semangat dalam penyelesaian skripsi ini. Terakhir, kepada diriku yang telah berjuang dan bertahan dalam menikmati proses penulisan skripsi ini hingga selesai. Terima kasih, karena sudah bertahan dan dapat melewati semuanya dengan baik.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun terhadap skripsi ini sehingga dapat bermanfaat bagi penulis.

Jakarta, 15 Mei 2024

Penulis

Ega Ladiesta Pramesti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	4
I.3 Tujuan	4
I.4 Manfaat Penelitian	5
I.5 Ruang Lingkup	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
II.1 Konsep Tidur	7
II.2 Pengukuran Kualitas Tidur.....	21
II.3 Kualitas Tidur	13
II.4 Faktor – Faktor yang Berhubungan dengan Kualitas Tidur	14
II.5 Kerangka Teori	23
II.6 Penelitian Terdahulu	24
BAB III METODE PENELITIAN.....	26
III.1 Kerangka Konsep.....	26
III.2 Hipotesis Penelitian	27
III.3 Definisi Operasional	29
III.4 Desain Penelitian	32
III.5 Populasi dan Sampel Penelitian.....	32
III.6 Lokasi dan Waktu Penelitian	34
III.7 Metode Pengumpulan Data.....	34
III.8 Instrumen Penelitian	35
III.9 Pengolahan Data	42
III.10 Analisis Data	43
III.11.Uji Validitas dan Reliabilitas	45
III.12 Uji Normalitas	48
III.13 Etika Penelitian	49
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	50
IV.1 Gambaran Rumah Sakit Umum Daerah Pasar Rebo	50
IV.2 Hasil Penelitian.....	51

IV.3 Pembahasan	64
BAB V PENUTUP.....	85
V.1 Kesimpulan.....	85
V.2 Saran	86
DAFTAR PUSTAKA	89
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Kelebihan dan Kekurangan Instrumen Pengukuran Kualitas Tidur ...	21
Tabel 2	Penelitian Terdahulu	24
Tabel 3	Definisi Operasional	29
Tabel 4	Perhitungan Besar Sampel Minimal	33
Tabel 5	Scoring Kuesioner Kualitas Tidur.....	36
Tabel 6	Coding Variabel Penelitian	42
Tabel 7	Uji Validitas Kuesioner Kualitas Tidur	46
Tabel 8	Uji Reliabilitas	48
Tabel 9	Uji Normalitas.....	48
Tabel 10	Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur pada Perawat Rawat Inap	52
Tabel 11	Distribusi Responden Berdasarkan Ruangan.....	52
Tabel 12	Distribusi Frekuensi Variabel Independen.....	52
Tabel 13	Analisis Bivariat Variabel Independen dengan Kualitas Tidur	54
Tabel 14	Kandidat Variabel Analisis Multivariat	59
Tabel 15	Model Awal Regresi Logistik Ganda.....	60
Tabel 16	Model Kedua Regresi Logistik Ganda.....	61
Tabel 17	Model Ketiga Regresi Logistik Ganda.....	62
Tabel 18	Model Akhir Regresi Logistik Ganda.....	62

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori.....	23
Gambar 2	Kerangka Konsep.....	26

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Permohonan Izin Studi Pendahuluan dan Penelitian
Lampiran 2	Time Schedule
Lampiran 3	Kartu Monitoring Bimbingan
Lampiran 4	Penjelasan sebelum persetujuan (PSP)
Lampiran 5	Informed Consent
Lampiran 6	Kuesioner Penelitian
Lampiran 7	Surat Permohonan Penelitian dan Pengambilan Data
Lampiran 8	Surat Persetujuan Penelitian dan Pengambilan Data
Lampiran 9	Surat Keterangan Persetujuan Ethical Clearance
Lampiran 10	Master Tabel Penelitian
Lampiran 11	Hasil Uji Validitas
Lampiran 12	Hasil Uji Reliabilitas
Lampiran 13	Hasil Uji Normalitas
Lampiran 14	Hasil Uji Univariat
Lampiran 15	Hasil Uji Bivariat
Lampiran 16	Hasil Uji Multivariat
Lampiran 17	Dokumentasi Penelitian
Lampiran 18	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 19	Hasil Turnitin