

# FAKTOR–FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KUALITAS TIDUR PADA PEKERJA PROYEK RUMAH SAKIT DHARMAIS PT PEMBANGUNAN PERUMAHAN PERSERO TBK TAHUN 2024

Ridho Fadhil Muhammad

## Abstrak

Pekerja proyek Rumah Sakit Kanker Dharmais (RSKD) PT PP Persero Tbk berisiko untuk mengalami kualitas tidur yang buruk akibat durasi kerja yang panjang. Hal ini diperparah dengan kejadian beberapa insiden kecelakaan kerja akibat dari kualitas tidur yang buruk. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan antara faktor individu dan faktor lingkungan terhadap kualitas tidur Pekerja proyek RSKD PT PP Persero Tbk. Penelitian ini menggunakan desain studi *cross-sectional*. Data dianalisis menggunakan uji *chi-square* dan regresi logistik. Populasi penelitian adalah pekerja proyek Rumah Sakit Kanker Dharmais dengan jumlah sampel 108 pekerja yang diambil melalui teknik *simple random sampling*. Instrumen yang digunakan meliputi *Pittsburgh Sleep Quality Index*, *Index Brinkman*, *Perceived Stress Scale*, kuesioner Alat Ukur Kelelahan Kerja (KAUPK2) dan kuesioner lingkungan tidur. Di antara 108 pekerja terdapat 60 pekerja (55,6%) yang mengalami kualitas tidur yang buruk. Hasil analisis bivariat menemukan bahwa kebiasaan merokok ( $p\text{-value} = 0,013$  dan  $0,030$ ; POR 95% CI: 5,143 (1,176–22,483)) memiliki hubungan signifikan dengan kualitas tidur. Ditemukan juga bahwa lingkungan tidur ( $p\text{-value} = 0,022$ ; POR 95% CI: 2,356 (1,044–5,316)) memiliki hubungan signifikan dengan kualitas tidur. Saran yang dapat diberikan bagi responden adalah mengurangi atau menghilangkan kebiasaan merokok dan memperbaiki lingkungan tidur.

**Kata Kunci** : Faktor Individu, Faktor Lingkungan, Pekerja Konstruksi, Kualitas Tidur

# **FACTORS ASSOCIATED WITH SLEEP QUALITY AMONG PROJECT WORKERS AT DHARMAIS HOSPITAL PT PEMBANGUNAN PERUMAHAN PERSERO TBK IN 2024**

**Ridho Fadhil Muhammad**

## **Abstract**

Workers at the Dharmais Cancer Hospital PT PP Persero Tbk project are at risk of experiencing poor sleep quality due to long working hours. This issue is exacerbated by several work accident incidents resulting from poor sleep quality. The purpose of the study was to determine the relationship between individual factors and environmental factors on the sleep quality of Dharmais Cancer Hospital project workers. This research used a cross-sectional study design. Data was analyzed using the chi-square test and logistic regression. The research population consisted of Dharmais Cancer Hospital project workers, with a sample size of 108 workers selected using simple random sampling. The instruments used included the Pittsburgh Sleep Quality Index, Brinkman Index, Perceived Stress Scale, the Alat Ukur Kelelahan Kerja (KAUPK2) Questionnaire and the sleep environment questionnaire. There were 55.6% of 108 workers who experienced poor sleep quality. Bivariate analysis results found that smoking habits (p-value = 0.013 and 0.030; POR 95% CI: 5.143 (1.176–22.483)) had a significant relationship with sleep quality. The sleep environment (p-value = 0.022; POR 95% CI: 2.356 (1.044–5.316)) also had a significant relationship with sleep quality. Suggestions for respondents include reducing or eliminating smoking habits and improving the sleep environment.

**Kata Kunci** : Individual Factors, Environment Factors, Construction Workers, Sleep Quality