



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

SKRIPSI

RIDHO FADHIL MUHAMMAD

2010713112

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



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

SKRIPSI

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

RIDHO FADHIL MUHAMMAD

2010713112

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT 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 : Ridho Fadhil Muhammad
NRP : 2010713112
Tanggal : 02 Juli 2024

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

Jakarta, 02 Juli 2024

Yang menyatakan,



Ridho Fadhil Muhammad

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Ridho Fadhil Muhammad

NRP : 2010713112

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 Royalti Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

Faktor–Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Tidur Pada Pekerja Proyek Rumah Sakit Dharmais PT Pembangunan Perumahan Persero Tbk 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 (*data base*), 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 : 02 Juli 2024

Yang menyatakan,



Ridho Fadhil Muhammad

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Ridho Fadhil Muhammad
NRP : 2010713112
Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana
Judul Skripsi : Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Tidur
Pada Pekerja Proyek Rumah Sakit Dharmais PT
Pembangunan Perumahan Persero Tbk 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.




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

Ketua Penguji




Arga Buntara, S.K.M., M.P.H.

Penguji I



Desmawati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat., PhD.

Dekan FIKES UPN "Veteran" Jakarta



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

Penguji II (Pembimbing)



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

Koor. Prodi Kesehatan Masyarakat

Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal ujian : 02 Juli 2024

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

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadiran Allah Subhanahu Wa Taala atas segala nikmat dan karunia-Nya skripsi dengan judul “Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kualitas Tidur pada Pekerja Proyek Rumah Sakit Dharmais PT Pembangunan Perumahan Persero Tbk Tahun 2024” dapat diselesaikan. Selawat serta salam penulis junjungkan kepada Nabi Muhammad Sallallahu alaihi wasallam.

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah memberikan bantuan selama proses penyusunan skripsi ini. Ucapan terima kasih secara khusus penulis ucapkan kepada Bapak Afif Amir Amrullah, S.Kp., M.K.K.K. selaku dosen pembimbing serta kepada Bapak Arga Buntara, S.K.M., M.P.H. dan Ibu Ulya Qoulan Karima, S.K.M., M.Epid. selaku dosen penguji yang telah memberikan banyak masukan dan kritikan yang membangun pada penyusunan skripsi.

Ucapan terima kasih secara khusus penulis ucapkan kepada PT Pembangunan Perumahan Persero Tbk yang telah memberikan izin penelitian kepada penulis; kepada pekerja proyek Pembangunan Gedung Kanker dan Anak Rumah Sakit Kanker Dharmais yang telah berkenan menjadi responden penelitian; kepada seluruh *Health, Safety, and Environment Officer* proyek Pembangunan Gedung Kanker dan Anak Rumah Sakit Kanker Dharmais yang telah membantu dan membimbing penulis saat proses pengambilan data dilakukan; kepada keluarga penulis, Kakak Pratiwi Handayani, Bapak Sugiyarno, Ibu Khaeroni, Saudari-Saudari Kandung, dan Saudara-Saudara Ipar penulis yang telah memberikan bantuan dalam berbagai bentuk serta dukungan dalam penyelesaian skripsi ini. Ucapan terima kasih secara khusus penulis juga ucapkan kepada Susthania Syifra Yohana, “Rokum’s Ekal Family”, serta seluruh sahabat dan teman penulis yang telah memberikan dukungan dan bantuan dalam penyusunan skripsi.

Jakarta, 27 Maret 2024

Penulis

Ridho Fadhil Muhamad

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	3
I.3. Tujuan Penelitian	3
I.4. Manfaat Penelitian	4
I.5. Ruang Lingkup.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
II.1 Kualitas Tidur	6
II.2 Faktor–Faktor yang Memengaruhi Kualitas Tidur	10
II.3 Penelitian Terdahulu	20
II.4 Kerangka Teori	24
BAB III METODE PENELITIAN	27
III.1 Kerangka Konsep.....	27
III.2 Hipotesis.....	28
III.3 Definisi Operasional.....	29
III.4 Desain Penelitian.....	31
III.5 Tempat dan Waktu Penelitian	31
III.6 Populasi dan Sampel Penelitian	31
III.7 Teknik Pengumpulan Data.....	33
III.8 Instrumen Penelitian	33
III.9 Pengolahan Data	36
III.10 Analisis Data	37
III.11 Uji Validitas dan Reliabilitas	38
III.12 Etika Penelitian	39
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	41
IV.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	41
IV.2 Hasil Penelitian	41
IV.3 Pembahasan Hasil Penelitian	47
IV.4 Keterbatasan Penelitian	60

BAB V PENUTUP	62
V.1. Kesimpulan	62
V.2. Saran	62
DAFTAR PUSTAKA.....	64
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Penelitian Terdahulu.....	20
Tabel 2.	Definisi Operasional.....	29
Tabel 3.	Penghitungan Besaran Sampel Minimal.....	32
Tabel 4.	Coding Variabel Penelitian.....	36
Tabel 5.	Hasil Uji Validitas.....	38
Tabel 6.	Hasil Uji Reliabilitas.....	39
Tabel 7.	Hasil Analisis Univariat.....	42
Tabel 8.	Hasil Analisis Bivariat.....	43

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori.....	25
Gambar 2. Kerangka Konsep	27

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 *Time Schedule*
- Lampiran 2 Surat Permohonan Izin Studi Pendahuluan dan Penelitian
- Lampiran 3 Surat Balasan Izin Studi Pendahuluan dan Penelitian
- Lampiran 4 Surat Permohonan Izin Penelitian dan Pengambilan Data
- Lampiran 5 Surat Permohonan *Ethical Clearance*
- Lampiran 6 Surat Persetujuan Etik
- Lampiran 7 Penjelasan Sebelum Persetujuan
- Lampiran 8 Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 9 Kuesioner Penelitian
- Lampiran 10 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas
- Lampiran 11 *Output* Analisis Univariat
- Lampiran 12 *Output* Analisis Bivariat
- Lampiran 13 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 14 Hasil Uji Turnitin