

PERBEDAAN KUALITAS TIDUR PEGAWAI RSIA BUDHI JAYA BERDASARKAN PEMBAGIAN POLA JAM KERJA

Vadilla Novia Izati

Abstrak

Pola kerja *shift* pegawai rumah sakit memiliki risiko mengganggu pola tidur. Perubahan pola tidur menyebabkan berbagai masalah sehingga menurunkan kualitas tidur. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk membandingkan kualitas tidur pegawai RSIA Budhi Jaya berdasarkan pola jam kerja. Responden dalam penelitian berjumlah 103 orang, terdiri dari 19 pegawai non-*shift*, 43 pegawai 2 *shift*; dan 41 pegawai 3 *shift* yang diambil berdasarkan metode *consecutive sampling*. *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) digunakan untuk mengukur kualitas tidur responden. Penelitian termasuk kuantitatif komparatif dengan desain *cross sectional*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pegawai non-*shift* dan 2 *shift* memiliki kualitas tidur baik, sedangkan pegawai 3 *shift* memiliki kualitas tidur buruk. Hasil *One Way Anova* didapatkan nilai *p value* 0,016 berarti ada perbedaan kualitas tidur pegawai non-*shift*, 2 *shift*, dan 3 *shift*. Hasil statistik dilanjutkan dengan uji *Post Hoc Bonferroni* menghasilkan tidak terdapat perbedaan kualitas tidur pegawai non-*shift* dengan 2 *shift* (*p value* 1,000); dan pegawai non-*shift* dengan 3 *shift* (*p value* 0,084). Namun, terdapat perbedaan pegawai 2 *shift* dengan 3 *shift* (*p value* 0,029). Oleh karena itu, pihak RSIA Budhi Jaya perlu memantau sistem *shift* khususnya pada pegawai 3 *shift* dan menyediakan ruangan yang nyaman bagi pegawai untuk dapat beristirahat pada waktu istirahat kerja secara bergantian.

Kata Kunci: Kualitas Tidur, Pegawai Rumah Sakit, PSQI, *Shift* Kerja

THE DIFFERENCE OF SLEEP QUALITY IN MOTHER AND CHILD HOSPITAL “BUDHI JAYA” EMPLOYEES BASED ON SHIFT WORK

Vadilla Novia Izati

Abstract

Shift work has a risk for sleep patterns. This change of sleep patterns causes sleep problems, thus decreasing sleep quality. The aim of this study was to compare sleep quality of Mother and Child Hospital “Budhi Jaya” employees based on shift work. Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) is used to measuring sleep quality of 103 respondents. This method of research is quantitative comparative analysis with a cross sectional approach. The research shows that non-shift and two shift employees have good sleep quality, while three shift employees have poor sleep quality. The test result of One Way Anova obtained p value 0.016 means there are differences in sleep quality of non-shift, two shift, and three shift employees. The results continued with the Post Hoc Bonferroni test, there was no difference in sleep quality of non-shift and two shift employees (p value 1.000); and non-shift and three shift employees (p value 0.084). However, there is a difference in two shift and three shift employees (p value 0.029). Therefore, the management of Mother and Child Hospital “Budhi Jaya” employees needs to monitor shift schedule system, especially for employees with three shift, and provide comfortable room for employees to rest at work time.

Keywords: Hospital Employees, PSQI, Shift Work, Sleep Quality