



**FAKTOR – FAKTOR YANG MEMENGARUHI KUALITAS
TIDUR PERAWAT SHIFT MALAM RUMAH SAKIT X TIPE C
WILAYAH JAKARTA UTARA TAHUN 2025**

SKRIPSI

RIZKY AGUNG LAKSONO

2110713060

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
2025**



**FAKTOR – FAKTOR YANG MEMENGARUHI KUALITAS
TIDUR PERAWAT SHIFT MALAM RUMAH SAKIT X TIPE C
WILAYAH JAKARTA UTARA TAHUN 2025**

SKRIPSI

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

RIZKY AGUNG LAKSONO

2110713060

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
2025**

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Rizky Agung Laksono
NRP : 2110713060
Tanggal : 30 Juni 2025

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

Jakarta, 23 Juni 2025

Yang Menyatakan,



(Rizky Agung Laksono)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Rizky Agung Laksono
NIM : 2110713060
Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan
Program Studi : Program Studi Sarjana Kesehatan Masyarakat

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 Memengaruhi Kualitas Tidur Perawat Shift Malam
Rumah Sakit X Tipe C Wilayah Jakarta Utara Tahun 2025.**

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 : 23 Juni 2025

Yang menyatakan,



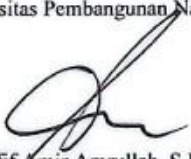
(Rizky Agung Laksono)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Rizky Agung Laksono
NIM : 2110713060
Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana
Judul : Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur
Perawat Shift Malam Rumah Sakit X Tipe C Wilayah
Jakarta Utara Tahun 2025

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


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

Ketua Penguji


Dr. Agus Joko Susanto, S.K.M., M.K.K.K.
Penguji I
Desmawati, S.Kp., M.Kep., Sp.Kep.Mat., Ph.D.
Dekan FIKES UPN “Veteran” Jakarta


Dr. Lusya Puri Ardhianti, S.ST., M.Kes.

Penguji II (Pembimbing)


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

Koordinator Program Studi Kesehatan
Masyarakat Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta
Tanggal Ujian : 23 Juni 2025

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul: “FAKTOR – FAKTOR YANG MEMENGARUHI KUALITAS TIDUR PERAWAT SHIFT MALAM RUMAH SAKIT X TIPE C WILAYAH JAKARTA UTARA TAHUN 2025” Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat pada Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta

Penulis menyadari bahwa tanpa bimbingan, dukungan, dan doa dari berbagai pihak, penyusunan skripsi ini tidak akan berjalan dengan baik. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Pihak rumah sakit tempat penelitian dilaksanakan, yang telah memberikan izin dan kesempatan kepada penulis untuk melakukan pengumpulan data.
2. Dr. Lusya Puri Ardhiyanti, S.St., M.Kes, selaku dosen pembimbing dan dosen - dosen lainnya yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan dukungan penuh selama proses penyusunan skripsi ini.
3. Keluarga tercinta, yang senantiasa memberikan dukungan moral, semangat, dan doa dalam setiap proses yang dilalui penulis.
4. Teman-teman seperjuangan dan semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, terima kasih atas dukungan dan bantuannya.

Penulis terbuka terhadap saran dan kritik yang membangun demi perbaikan ke depannya. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca serta menjadi referensi dalam pengembangan ilmu kesehatan masyarakat, khususnya dalam bidang keselamatan dan kesehatan kerja.

Jakarta, 23 Juni 2025

Penulis

Rizky Agung Laksono

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	4
I.4 Manfaat Penelitian	4
I.5 Ruang Lingkup Penelitian	5
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 6
II.1 Tidur	6
II.2 Kualitas Tidur	9
II.3 Shift Malam dan Perawat.....	15
II.4 Penelitian Terdahulu	17
II.5 Kerangka Teori	20
 BAB III METODE PENELITIAN.....	 21
III.1 Kerangka Konsep.....	21
III.2 Hipotesis Penelitian	22
III.3 Definisi Operasional	23
III.4 Desain Penelitian	25
III.5 Populasi dan Sampel Penelitian.....	25
III.6 Besar Sampel Penelitian	25
III.7 Lokasi dan Waktu Penelitian	26
III.8 Metode Pengumpulan Data.....	26
III.9 Instrumen Pengumpulan Data.....	26
III.10 Pengolahan Data	28
III.11 Analisis Data.....	29
III.12 Etika Penelitian	32
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	 33
IV.1 Hasil Penelitian.....	33
IV.2 Pembahasan	42
IV.3 Keterbatasan Penelitian	49

BAB V PENUTUP.....	51
V.1 Kesimpulan.....	51
V.2 Saran	52
DAFTAR PUSTAKA	54
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Kebutuhan Tidur Manusia	7
Tabel 2	Penelitian Terdahulu	17
Tabel 3	Definisi Operasional	23
Tabel 4	Kode Variabel Penelitian	28
Tabel 5	Analisis Data sesuai Tujuan Penelitian	31
Tabel 6	Proporsi Kualitas Tidur Perawat Shift Malam Rumah Sakit X Tipe C	34
Tabel 7	Distribusi Frekuensi Faktor Yang Memengaruhi Kualitas Tidur Perawat Shift Malam Rumah Sakit X Tipe C	35
Tabel 8	Tabel Analisis Bivariat.....	37
Tabel 9	Hasil Seleksi Variabel.....	39
Tabel 10	Permodelan Pertama	40
Tabel 11	Permodelan Kedua	40
Tabel 12	Perhitungan Perubahan POR Tanpa Variabel Masa Kerja	40
Tabel 13	Fit Model Analisis Multivariat.....	41

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori.....	20
Gambar 2	Kerangka Konsep	21

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Jadwal Kegiatan Penelitian
Lampiran 2	Ethical Approval
Lampiran 3	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 4	Hasil Uji Turnitin
Lampiran 5	Surat Permohonan Izin Penelitian
Lampiran 6	Surat Balasan Rumah Sakit X tipe C
Lampiran 7	Lembar Penjelasan Setelah Persetujuan
Lampiran 8	Informed Consent
Lampiran 9	Kuesioner Penelitian
Lampiran 10	Hasil Analisis Bivariat
Lampiran 11	Hasil Analisis Multivariat
Lampiran 12	Lembar Monitor Bimbingan
Lampiran 13	Dokumentasi Kegiatan