

HUBUNGAN BEBAN KERJA DAN STRES KERJA DENGAN KUALITAS TIDUR PADA PERAWAT DI INSTALASI GAWAT DARURAT RSUD PASAR MINGGU JAKARTA SELATAN

Cintya Veronica

Abstrak

Kualitas tidur yang buruk pada perawat dapat berdampak pada kesehatan perawat dan performa kerjanya. Kualitas tidur buruk dapat terjadi akibat stres kerja karena memiliki tanggung jawab yang besar terhadap komitmen kerja. Stres kerja yang tinggi paling banyak dialami oleh perawat dengan beban kerja yang tinggi sehingga semakin banyak tuntutan pekerjaan yang harus dilakukan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan beban kerja dan stres kerja dengan kualitas tidur pada perawat di Instalasi Gawat Darurat RSUD Pasar Minggu Jakarta Selatan. Penelitian ini menggunakan desain penelitian secara kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel secara *total sampling* dengan jumlah 45 responden. Analisa data yang digunakan adalah uji *Chi-Square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara beban kerja ($p\ value = 0,657$) dan stres kerja ($p\ value = 0,182$) dengan kualitas tidur pada perawat di Instalasi Gawat Darurat RSUD Pasar Minggu Jakarta Selatan. Pihak manajemen rumah sakit diharapkan mampu mengatur dan menyesuaikan pembagian tugas yang akan diterima perawat agar tidak menyebabkan beban kerja menjadi berat sehingga stres kerja dan kualitas tidur buruk pada perawat dapat dihindari.

Kata Kunci : beban kerja, kualitas tidur, perawat, stres kerja

RELATIONSHIP OF WORK LOAD AND WORK STRESS WITH SLEEP QUALITY OF NURSES IN EMERGENCY INSTALLATION RSUD PASAR MINGGU, SOUTH JAKARTA

Cintya Veronica

Abstract

Poor sleep quality for nurses can have an impact on nurses' health and work performance. Poor sleep quality can occur due to work stress because it has a great responsibility for work commitments. High work stress is most experienced by nurses with high workloads so that more work demands have to be done. This study aims to determine the relationship of workload and work stress with sleep quality in nurses at the Emergency Room at RSUD Pasar Minggu, South Jakarta. This study uses a quantitative research design with cross sectional approach. The sampling technique in total sampling with a total of 45 respondents. Analysis of the data used is the Chi-Square test. The results showed that there was no significant relationship between workload (p value = 0.657) and work stress (p value = 0.182) with the quality of sleep of nurses at the Emergency Room of RSUD Pasar Minggu in South Jakarta. The hospital management is expected to be able to manage and adjust the division of tasks to be received by nurses so as not to cause a heavy workload so that work stress and poor sleep quality on nurses can be avoided.

Keywords : workload, sleep quality, nurses, work stress