

SKRIPSI

**HUBUNGAN KERJA *SHIFT* DENGAN KUALITAS
TIDUR PERAWAT DI RUANG INTERNE
RSUD SOLOK TAHUN 2017**

Penelitian Keperawatan Dasar

Oleh :

**RIRIN AFRIMA YENNI
BP. 1311311019**



Dosen Pembimbing :

- 1. Ns. Rika Fatmadona, M. Kep, SpKMB**
- 2. Agus Sri Banowo, S. Kp, M. PH**

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
2017**

**Program Studi S1 Keperawatan
Fakultas Keperawatan
Universitas Andalas
Agustus, 2017**

**Nama : Ririn Afrima Yenni
No BP : 1311311019**

**Hubungan Kerja *Shift* dengan Kualitas Tidur Perawat di Ruang Interne
RSUD Solok Tahun 2017**

Abstrak

Perawat merupakan salah satu tenaga kesehatan yang menjalani kerja *shift*. Sistem *shift* memungkinkan terjadinya perubahan pada pola tidur yang cenderung menyebabkan penurunan kualitas tidur. Banyak penelitian sebelumnya menyatakan bahwa perawat yang bekerja secara *shift* memiliki kualitas tidur yang buruk. Kualitas tidur yang buruk pada perawat akan berdampak pada penurunan kinerja dan pelayanan yang diberikan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kerja *shift* dengan kualitas tidur perawat di ruang interne RSUD Solok. Penelitian ini menggunakan desain observasional dengan pendekatan *one group pre-post test only*. Sampel dalam penelitian ini adalah perawat yang bekerja secara *shift* di ruang interne. Teknik sampel yang digunakan adalah *total sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 23 perawat. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner baku PSQI yang terdiri dari 7 komponen, yaitu kualitas tidur subyektif, latensi tidur, durasi tidur, efisiensi tidur, gangguan tidur, penggunaan obat tidur, dan disfungsi tidur di siang hari. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar perawat di ruang interne (60,9%) memiliki kualitas tidur yang buruk sesudah kerja *shift*. Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon* didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan kerja *shift* dengan kualitas tidur perawat ($p=0,035$). Peneliti menyarankan agar perawat dapat mengatur waktu dengan baik dimana menggunakan waktu setelah kerja dengan beristirahat sebelum melanjutkan aktivitas selanjutnya dan menjaga stamina sebelum melaksanakan dinas agar dapat bekerja secara efektif.

Kata Kunci : kerja *shift*, PSQI, kualitas tidur, perawat

Daftar Pustaka: 51 (1989-2015)

**Undergraduated Nursing Program
Faculty Of Nursing
Andalas University
August, 2017**

**Name : Ririn Afrima Yenni
Registered Number : 1311311019**

***The Relation between Shift Work and Sleep Quality of Nurse in the Interne
Room RSUD Solok 2017
Abstract***

The nurse is one of the health professionals who is do shift work. The shift system allows for changes in sleep patterns that tend to cause a decrease in sleep quality. Many previous studies stated that nurses who work shifts have poor sleep quality. Poor sleep quality in nurses will impact the performance degradation and the services provided. This study aimed to the relation between shift work and sleep quality of nurse in the interne room RSUD Solok. This research used observational design with one group pre-post test only approach. The sample in this study were nurses who work in shifts in interne room. Sampling technique was in total sampling with 23 nurses. The data collection used PSQI questionnaire in 7 components, namely the quality of sleep subjective, latency sleep, duration sleep, efficiency sleep, a disorder of sleep, the use of sleeping pills, and dysfunction sleeps on the day. The results showed that the majority of nurses in the interne room (60,9%) had poor sleep quality after shift work. Based on the results of Wilcoxon test showed that there was a relation between shift work and sleep quality of nurse ($p=0,035$). The researcher recommends that nurses can manage time well where using time after work with rest before continuing the next activity and maintain stamina before implementing the service in order to work effectively.

Key words : shift work, PSQI, sleep quality, nurse

Bibliography : 51 (1989-2015)