

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perawat merupakan tenaga medis yang bekerja dalam jadwal *shift* dan seringkali mengalami kelelahan akibat tuntutan pekerjaan yang tinggi. Pada perawat *shift* malam memiliki risiko kesalahan dan cedera terkait pekerjaan diperkirakan 28% lebih tinggi akibat kelelahan dan mengantuk karena jadwal *shift* yang panjang dibandingkan pada *shift* pagi dan sore (National Sleep Foundation, 2020). Kelelahan yang berlebihan pada perawat dapat berdampak negatif pada kewaspadaan, kinerja, dan keselamatan pasien yang dapat menjadi penyebab kecelakaan kerja (Ruggiero & Redeker, 2014).

Jumlah pekerjaan yang dilakukan dapat menyebabkan kelelahan kerja yang lebih besar, tetapi mendapatkan cukup istirahat dapat mengurangi kelelahan. (Nurmianto, 2018). Tindakan penanggulangan yang bertujuan untuk mengimbangi dampak negatif kerja *shift* malam terhadap kinerja perawat dapat berupa tidur sejenak berupa *napping* (Ruggiero & Redeker, 2014).

Tidur sesaat atau istilahnya *napping* merupakan periode istirahat pada saat dinas malam yang bermanfaat untuk menyegarkan kembali fungsi tubuh yang dapat meningkatkan keselamatan pasien maupun kesehatan perawat. Istirahat pada dinas malam dapat membantu untuk meningkatkan

energi, kecermatan dan ketelitian (Nurachmah, 2018). Konsep *napping* awalnya digunakan untuk tidur siang, namun diartikan lebih luas tidur singkat setiap saat selama perkembangan aktivitas manusia 24 jam sehari. Secara biologis, manusia butuh istirahat setelah 4 jam kerja. Tidur sangat diperlukan bagi karyawan *shift* malam sebagai perawat (Kurniawidjadja et al, 2020).

Napping bagi telah terbukti memberikan manfaat bagi perawat. Studi menunjukkan *napping* dapat meningkatkan kesejahteraan perawat, yakni meningkatkan kewaspadaan, kinerja kognitif, dan suasana hati, serta mengurangi kelelahan dan kantuk (Centofanti et al, 2018). Penelitian yang dilakukan oleh Zion et al (2019) menunjukkan tingkat kantuk yang lebih rendah ditemukan pada pukul 05.00, 06.00, dan 07.00 pada perawat yang melaksanakan *napping* dibandingkan perawat yang tidak melaksanakan *napping* di malam hari. Peningkatan kinerja antara pukul 03.00–07.00 secara signifikan lebih besar pada perawat yang melaksanakan *napping* dibandingkan yang tidak. Penelitian lain yang dilakukan Geiger et al (2021) menemukan bahwa *napping* dapat mengurangi resiko mengantuk saat mengemudi dari pulang kerja.

Penelitian lain oleh Pertiwi et al (2023) menemukan *napping* yang cukup berdampak pada peningkatan kerja perawat, dimana *napping* cukup berjumlah 11 orang (84,6%) dengan kinerja tinggi dan 2 orang (15,4%) memiliki kinerja rendah. Kemudian pada perawat mengalami *napping* yang

tidak cukup ini memiliki kinerja yang rendah yaitu sebanyak 21 orang (84%) dan perawat yang memiliki kinerja tinggi (16%).

Kebijakan *napping* belum dikembangkan dengan baik di Indonesia. Meski Kementerian Tenaga Kerja mengatur jam kerja, waktu istirahat, dan kerja lembur, namun belum mengatur pengaturan shift bagi perawat. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Rizany (2017) memaparkan penerapan *napping* di rumah sakit di Indonesia belum mendapat perhatian dari manajer keperawatan. Bahkan manajer belum mempertimbangkan *napping* sebagai suatu kebutuhan perawat. Padahal, kebijakan ini membantu memastikan perawat mampu bekerja tanpa mengalami kelelahan ekstrem yang pada akhirnya dapat meningkatkan risiko kesalahan dalam pelayanan keperawatan (Handiyani & Hariyati, 2018).

Napping telah menjadi subjek penelitian yang signifikan dalam konteks perawat, terutama bagi mereka yang bekerja pada shift malam. Meskipun ada beberapa kontroversi terkait praktik *napping* di lingkungan kerja, banyak perawat menganggap *napping* sebagai strategi koping yang penting untuk mengatasi kelelahan dan mempertahankan kinerja selama shift kerja yang panjang (Fallis, 2021). Namun, persepsi perawat tentang kebutuhan *Napping* dapat bervariasi tergantung pada faktor-faktor seperti pengalaman, usia, budaya organisasi, beban kerja, dukungan manajemen, serta pengalaman pribadi mereka dengan *napping*.

Perawat yang lebih tua dan berpengalaman cenderung memiliki persepsi yang lebih positif tentang kebutuhan *napping* karena mereka lebih

menyadari dampak kelelahan terhadap kinerja mereka (Gunavathy & Priya, 2018). Jika budaya organisasi rumah sakit mendukung praktik *napping* dan menyediakan fasilitas yang memadai, perawat akan lebih cenderung memiliki persepsi positif terhadap kebutuhan *napping* (McLinton et al., 2020). Perawat yang lebih memahami manfaat *napping* bagi kesehatan dan kinerja mereka cenderung melihat *napping* dengan lebih positif (Banks et al., 2017).

Banyak perawat menerima dan mengakui manfaat *napping* dalam mengurangi kelelahan, meningkatkan kewaspadaan, dan memperbaiki kinerja selama shift malam (Fallis et al., 2021). Mereka menganggap *napping* sebagai strategi penting untuk menjaga keselamatan pasien dan kesehatan diri sendiri. Stigma terkait *napping* juga mempengaruhi persepsi perawat. Beberapa perawat merasa bahwa *napping* dianggap sebagai tindakan malas atau tidak profesional. Hal ini dapat memengaruhi kemauan mereka untuk melakukan *Napping* atau mengakui kebutuhan akan istirahat (Fallis et al., 2021).

Kekhawatiran tentang kualitas pelayanan juga mempengaruhi persepsi perawat, sebagian perawat mengkhawatirkan bahwa *napping* meningkatkan beban kerja serta dapat mengganggu kontinuitas perawatan dan meningkatkan risiko kesalahan saat bangun dari *napping* (Silva-Costa, 2015). Penelitian Geiger-Brown (2016) di salah satu rumah sakit menunjukkan bahwa perawat di salah satu unit berpikir kembali untuk

memberikan kesempatan untuk *napping* pada rekannya diakibatkan banyaknya tugas perawatan dan pasien tambahan.

Studi oleh Signal et al. (2020) pada 1.567 perawat di Amerika Serikat menemukan bahwa 60% perawat merasa bahwa *napping* di tempat kerja dapat meningkatkan keselamatan pasien, namun hanya 23% yang dilaporkan memiliki kebijakan atau fasilitas *napping* di rumah sakit. Penelitian oleh Signal et al. (2022) menemukan bahwa 82% perawat di Selandia Baru merasa *napping* di tempat kerja dapat meningkatkan produktivitas dan keselamatan pasien. Penelitian lain oleh Younger et al. (2020) pada 506 perawat di Australia menunjukkan bahwa 64% perawat menganggap *napping* di tempat kerja sebagai hal yang bermanfaat, namun hanya 27% yang memiliki akses ke fasilitas *napping* di rumah sakit tempat mereka bekerja.

RSUD dr. Rasidin Padang merupakan RSUD dr Rasidin merupakan salah satu Rumah Sakit Umum milik instansi Pemerintah Kota Padang dengan rumah sakit tipe C yang memberikan pelayanan perawatan kesehatan terhadap masyarakat di Kota Padang. RSUD dr. Rasidin Padang mencakup beberapa layanan yang terdiri dari; Pelayanan Instalasi Gawat Darurat (24 jam), Pelayanan Poliklinik Rawat Jalan, Pelayanan Rawat Inap (Bedah, Interne, Anak, Kandungan), Pelayanan PONEK, Pelayanan Rawat Intensif/ ICU, Pelayanan NICU, CVCU, Pelayanan Radiologi, Pelayanan Laboratorium, Pelayanan Farmasi, Pelayanan Gizi, Pelayanan Rehabilitasi Medis (Fisioterapi dan Terapi Wicara)

Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan ruang rawat inap RSUD dr.Rasdisin Padang terdiri dari rawat inap anak, bedah, interne, dan rawat inap intensif (ICU, NICU, CVCU). Hasil wawancara didapatkan bahwa RSUD dr Rasidin Padang belum memiliki kebijakan atau SOP tertulis mengenai *napping* pada perawat *shift* malam, namun perawat *shift* malam tetap melakukan *napping* yang bersifat situasional dan ketentuan masing-masing ruangan. Perawat bergantian istirahat dan bertugas pada jam tersebut. Pelaksanaannya juga bersifat situasional, jika pasien banyak atau kondisi pasien yang perlu pengawasan, maka perawat yang berdinas akan sulit untuk melakukan istirahat.

Berdasarkan uraian diatas tentang pentingnya *napping* untuk mengurangi kelelahan, kantuk dan dampak negatif lainnya, namun perawat memiliki persepsi yang berbeda mengenai *napping*, maka penulis merasa tertarik melakukan penelitian mengenai persepsi perawat tentang kebutuhan *napping* pada perawat di ruang rawat inap RSUD dr. Rasidin Padang.

B. Penetapan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat ditetapkan masalah penelitian yaitu “Bagaimanakah Persepsi Perawat tentang Kebutuhan *Napping* Pada Perawat Ruang Rawat Inap RSUD dr. Rasidin Padang.?”

C. Tujuan Penelitian

1) Tujuan Umum

Diketuinya persepsi perawat tentang kebutuhan *napping* pada perawat ruang rawat inap RSUD dr. Rasidin Padang

2) Tujuan Khusus

- a. Diketuainya distribusi frekuensi karakteristik demografi meliputi usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, lama bekerja perawat di Ruang Rawat Inap RSUD dr. Rasidin Padang.
- b. Diketuainya distribusi frekuensi persepsi perawat mengenai kebutuhan *napping* pada perawat di Ruang Rawat Inap RSUD dr. Rasidin Padang.
- c. Diketuainya analisis persepsi perawat mengenai kebutuhan *napping* menurut karakteristik demografi perawat di Ruang Rawat Inap RSUD dr. Rasidin Padang

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Bagi Perawat

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai informasi meningkatkan kesadaran perawat tentang pentingnya mengelola kelelahan dan memanfaatkan waktu istirahat dengan baik. Hal ini dapat mengambil langkah-langkah yang diperlukan untuk mencegah dampak negatif pada kesehatan dan kinerja mereka.

2. Manfaat Bagi Rumah Sakit

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan persepsi perawat tentang kebutuhan *napping* sehingga dapat memberikan wawasan bagi pembuat kebijakan di rumah sakit atau institusi terkait