

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES

Hubungan faktor-faktor risiko dengan kualitas tidur pada perawat di RSUD Tarakan Jakarta tahun 2023

Hanulzia Adinda Ismi

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=78226&lokasi=lokal>

Abstrak

Kualitas tidur seseorang dapat dilihat dari siklus tidur NREM dan REM yang cukup. Faktor yang mempengaruhi kualitas tidur individu adalah status kesehatan, stres psikologis, lingkungan, diet atau asupan makanan, gaya hidup, obat-obatan, usia, jenis kelamin. Variabel independen pada penelitian ini terdiri dari usia, jenis kelamin, shift kerja, stres kerja, dan asupan makanan. Variabel dependen pada penelitian ini adalah kualitas tidur. Metode pada penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan desain cross sectional. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 149 orang perawat pada ruangan rawat inap intensif. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik sampling jenuh, yaitu menggunakan seluruh populasi sebagai sampel. Teknik analisis data pada penelitian ini adalah analisis univariat dan bivariat. Hasil analisis univariat menunjukkan proporsi responden sebagian besar berusia >31 tahun (52,3%), berjenis kelamin perempuan (57,7%), menjalani shift siang (55,7%), memiliki asupan makanan yang kurang (55%), dan mengalami stres kerja berat (59,7%). Hasil uji bivariat menunjukkan bahwa ada hubungan antara usia, jenis kelamin, shift kerja, asupan makanan, stres kerja dengan kualitas tidur. Disarankan kepada RSUD Tarakan untuk memperhatikan, merancang atau mengusulkan intervensi untuk meningkatkan kualitas tidur perawat.