

**HUBUNGAN *SHIFT* KERJA DENGAN *CIRCARDIAN RHYTHM* PERAWAT  
PELAKSANA RUANG RAWAT INAP TERATAI DAN DAHLIA  
RSUD Dr. SOEGIRI LAMONGAN**

**SKRIPSI**



Oleh :

**NUKE WIDIYAWATI AYU PITALOKA**  
NIM 11.02.01.0871

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH  
LAMONGAN**

**2015**

**HUBUNGAN *SHIFT* KERJA DENGAN *CIRCARDIAN RHYTHM* PERAWAT  
PELAKSANA RUANG RAWAT INAP TERATAI DAN DAHLIA  
RSUD Dr. SOEGIRI LAMONGAN**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Prodi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah  
Lamongan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh  
Gelar Sarjana Keperawatan**

**NUKE WIDIYAWATI AYU PITALOKA  
NIM 11.02.01.0871**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH  
LAMONGAN  
2015**

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

NAMA : NUKE WIDIYAWATI AYU PITALOKA  
NIM : 1102010871  
TEPAT, TANGGAL LAHIR : LAMONGAN, 3 DESEMBER 1993  
INSTITUSI : SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
(STIKES) MUHAMMADIYAH LAMONGAN

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul : “*Hubungan shift kerja dan circadian rhythm perawat pelaksana ruang rawat inap Teratai dan Dahlia RSUD Dr.Soegiri Lamongan* ” adalah bukan skripsi orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapatkan sanksi akademis.

Lamongan, Mei 2015

Yang menyatakan

**NUKE WIDIYAWATI AYU PITALOKA**  
**NIM 11.02.01.0871**

## LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi oleh : NUKE WIDIYAWATI AYU PITALOKA  
NIM : 11.02.01.0871  
JUDUL : HUBUNGAN *SHIFT* KERJA DENGAN *CIRCARDIAN*  
*RHYTHM* PERAWAT PELAKSANA RUANG RAWAT INAP  
TERATAI DAN DAHLIA RSUD Dr. SOEGIRI LAMONGAN

Telah disetujui untuk diujikan dihadapan dewan penguji skripsi pada  
tanggal: 06 Mei 2015


Oleh:

**Mengetahui :**

**Pembimbing I**

**Pembimbing II**

  
M. Bakri Priyodwi A., S.Kp., M.Kep.  
NIK. 1961 09 23 2005 09 1 002

  
Ns. Suratmi, S.Kep M.Kep.  
NIK. 1984 01 27 2009 09 2 048

## LEMBAR PENGESAHAN

Telah Diuji Dan Disetujui Oleh Tim Penguji Pada Ujian Sidang Skripsi Di  
Program Studi S1 keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan.

Tanggal : 06 Mei 2015

### PANITIA PENGUJI

Ketua : Drs. H. Budi Utomo, Amd.Kep., M. Kes

Tanda Tangan

Anggota : 1. M. Bakri PDA., S.Kp., M.Kep

2. Ns.Suratmi,S.kep M.Kep

Mengetahui,

Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES)

Muhammadiyah Lamongan



Drs. H. Budi Utomo, Amd.Kep., M. Kes

NBM. 936.665

## *CURRICULUM VITAE*

Nama : NUKE WIDIYAWATI AYU PITALOKA

Tempat Tgl. Lahir : LAMONGAN, 3 DESEMBER 1993

Alamat Rumah : DS. GLAGAH RT.02 RW.01 KEC. GLAGAH KAB.  
LAMONGAN

Pekerjaan : MAHASISWA

Riwayat Pendidikan :

1. RA Dharmawanita 1999
2. SDN Glagah II 2005
3. SMPN I Glagah 2008
4. SMAN I KARANGBINANGUN 2011
5. Prodi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan sampai sekarang

## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

## ABSTRAK

Nuke Widiyawati Ayu Pitaloka, 2015, **Hubungan *Shift* Kerja Dengan *Circadian Rhythm* Perawat Pelaksana Ruang Rawat Inap Teratai Dan Dahlia RSUD Dr. SOEGIRI Lamongan.** Pembimbing (1) M. Bakri Priyodwi A., S.Kep.,M.Kep. (2) Ns. Suratmi, M.Kep.

*Shift* kerja pada dasarnya merupakan pola waktu kerja yang diberikan pada tenaga kerja untuk mengerjakan sesuatu oleh perusahaan dan biasanya dibagi atas kerja pagi, sore dan malam. Seorang perawat yang bekerja di unit rawat inap biasanya mengalami gangguan *circadian rhythm*, jika aspek-aspek yang ada di dalam pelaksanaan *shift* kerja seperti aspek fisiologis, psikologis, kinerja, domestik dan sosial tidak bisa diatur dengan baik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan *Shift* Kerja Dengan *Circadian Rhythm* Perawat Pelaksana Ruang Rawat Inap Teratai Dan Dahlia RSUD Dr. Soegiri Lamongan.

Desain penelitian ini adalah studi korelasi dengan pendekatan *Cross Sectional*. Populasi sebanyak 41 orang, sampel diambil 26 orang dengan tehnik *Simple Random Sampling*. Data diambil menggunakan lembar kuesioner dengan *Uji Spearman* dan tingkat kemaknaan  $p=0,05$ .

Hasil penelitian ini didapatkan ada hubungan antara *shift* kerja dengan *circadian rhythm* pada perawat pelaksana rawat inap. *Uji Spearman* didapatkan  $p=0,002$  maka  $H_1$  diterima, artinya terdapat hubungan *shift* kerja dengan *circadian rhythm* perawat pelaksana ruang rawat inap di RSUD Dr. Soegiri Lamongan.

Melihat hasil penelitian diatas, diharapkan tenaga keperawatan khususnya perawat pelaksana mampu mengatur pola *shift* kerja dengan baik sehingga gangguan *circadian rhythm* yang timbul akibat shift kerja yang buruk perawat pelaksana dapat teratasi dengan baik.

Kata kunci: *shift kerja, circadian rhythm, perawat*



## ABSTRACT

Nuke Widiyawati Ayu Pitaloka, 2015, **Relations of *Work Shift* with *Circadian Rhythm* Executor Nurse in Nursing Lodge Room Teratai and Dahlia RSUD Dr. SOEGIRI Lamongan.** Lectures (1) M. Bakri Priyodwi A., S.Kep.,M.Kep. (2) Ns. Suratmi, M.Kep.

*Work Shift* is a structure of work time which given for workers to do something by company and usually divided into morning time, afternoon, and night time. Nurses who work in nursing lodge room usually fell some annoyance like *circadian rhythm* if the aspects of *shift work implementation* like physiological, psychology, performance, domestics, and social aspect can't organize well by themselves. The purpose of this research is to know the Relationship of *Work Shift* by *Circadian Rhythm* Nurse in Nursing Lodge Room in Teratai and Dahlia RSUD Dr. Soegiri Lamongan.

Research design of this study is correlations study with *Cross Sectional* Approach. The total of population are 41 people, the sample was taken 26 persons with *Simple Random Sampling* technique. The data taken from some sheet of questioner with *Spearman Test* and significance level  $p=0,05$ .

The result shown that there is a relationship of work shift with *circadian rhythm* in nurse in nursing lodge room. *Spearman Test* get  $p=0,002$  so  $H_1$  can accept, it's mean there is a relationship work shift with *circadian rhythm* executor nurse in nursing lodge room in RSUD Dr. Soegiri Lamongan.

From the result of the research above, the writer hope the nurses especially nurse capable to arrange the structure of *shift work* well so the annoyance of *circadian rhythm* that can turn up because of bad work shift nurse can coping that problems well.

**Key words:** *work shift, circadian rhythm, nurse*

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Shift Kerja Denga Circardian Rhythm Perawat Pelaksana Ruang Rawat Inap Teratai Dan Dahlia RSUD dr.Soegiri Lamongan” sesuai waktu yang ditentukan.

Skripsi ini penulis susun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan.

Dalam penyusunan, penulis mendapat banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat Bapak/Ibu :

1. Drs. H. Budi Utomo, Amd.Kep., M. Kes, selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan.
2. Arifal Aris, S.Kep Ners, M.Kes selaku Kaprodi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan.
3. Dr. Yulianto Dwi Martono M.Kes selaku Direktur RSUD dr. Soegiri Lamongan yang telah memberikan izin dan fasilitas untuk melakukan penelitian.
4. M. Bakri PDA, S.Kp. M.Kep selaku pembimbing I, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan skripsi ini.

5. Ns.Suratmi, S.Kep M.Kep selaku pembimbing II, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan skripsi ini.
6. Kedua orang tua saya Ayahanda dan Ibunda tercinta beserta Saudara yang telah memberikan dukungan baik berupa material maupun spiritual selama menempuh pendidikan di Stikes Muhammadiyah Lamongan.
7. Seluruh responden yang telah bersedia memberikan informasi dalam penyusunan skripsi ini.
8. Teman-teman mahasiswa jurusan S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan Angkatan 2011.
9. Semua pihak yang secara tidak langsung banyak membantu penulis yang tidak dapat penulis sebut satu persatu.

Semoga Allah SWT memberikan balasan pahala atas semua amal kebaikan yang diberikan. Penulis menyadari skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu segala kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan, Akhir penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis khususnya dan bagi semua pembaca pada umumnya.

Lamongan, Mei 2015

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL DEPAN</b> .....	i
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	ii
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	iii
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	iv
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	v
<b><i>CURRICULUM VITAE</i></b> .....	vi
<b>MOTTO DAN PERSEMBAHAN</b> .....	vii
<b>ABSTRAK</b> .....	viii
<b>ABSTRACT</b> .....	ix
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	x
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xv
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xvi
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xvii
<b>DAFTAR SIMBOL DAN SINGKATAN</b> .....	xviii
<b>BAB 1 PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	4
1.3 Tujuan Penelitian .....	4
1.3.1 Tujuan Umum .....	4
1.3.2 Tujuan Khusus .....	4
1.4 Manfaat Penelitian .....	5
1.4.1 Bagi Akademik .....	5
1.4.2 Bagi Praktisi .....	5
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1 Konsep <i>Shift</i> Kerja .....	6
2.1.1 Pengertian <i>Shift</i> Kerja .....	6
2.1.2 Waktu <i>Shift</i> Kerja .....	7

2.2	Konsep <i>Circadian Rhythm</i> .....	13
2.2.1	Pengertian <i>Circadian Rhythm</i> .....	13
2.2.2	Jenis Gangguan <i>Circadian Rhythm</i> .....	13
2.2.3	Pola Tidur .....	15
2.2.4	Tahap dan Siklus Tidur .....	16
2.2.4.1	Tahap Tidur .....	16
2.2.4.2	Siklus Tidur .....	17
2.2.5	Fungsi Tidur .....	18
2.2.6	Kebutuhan dan Pola Tidur Normal .....	19
2.2.7	Penyebab Gangguan <i>Circadian Rhythm</i> .....	22
2.2.8	Dampak Gangguan <i>Circadian Rhythm</i> .....	24
2.3	Konsep Perawat .....	25
2.3.1	Pengertian Perawat .....	25
2.3.2	Peran dan Fungsi Perawat .....	26
2.3.3	Hak Perawat .....	29
2.3.4	Kewajiban Perawat .....	32
2.3.5	Tanggung Jawab dan Tanggung Gugat Perawat .....	33
2.4	Kerangka Konseptual .....	37
2.5	Hipotesis Penelitian.....	38

### **BAB 3 METODE PENELITIAN**

3.1	Desain Penelitian .....	39
3.2	Waktu Dan Tempat Penelitian .....	39
3.3	Kerangka Kerja .....	40
3.4	Identifikasi Variabel .....	41
3.5	Devinisi Operasional .....	41
3.6	Populasi, Sampel dan Sampling .....	42
3.6.1	Populasi.....	42
3.6.2	Sampel .....	43
3.6.3	Sampling .....	44
3.6.4	Kriteria Inklusi.....	44
3.6.5	Kriteria Eksklusi .....	44

3.7 Pengumpulan Data dan Analisa Data .....	45
3.7.1 Pengumpulan Data .....	45
3.7.2 Instrumen Penelitian .....	45
3.7.3 Prosedur Pengumpulan Data .....	46
3.7.4 Analisa Data .....	47
3.8 Etika Penelitian .....	49
3.8.1 <i>Informed Consent</i> .....	49
3.8.2 <i>Anonimity</i> .....	50
3.8.3 <i>Confidentially</i> .....	50
3.9 Keterbatasan .....	50
<b>BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
4.1 Hasil Penelitian .....	51
4.1.1 Data Umum .....	51
4.1.2 Data Khusus .....	54
4.2 Pembahasan .....	56
4.2.1 <i>Shift Kerja</i> .....	56
4.2.2 <i>Circardian Rhythm</i> .....	58
4.2.3 Hubungan <i>Shift Kerja Dengan Circardian Rhythm</i> Perawat Pelaksana Rawat Inap .....	60
<b>BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
5.1 Kesimpulan.....	64
5.2 Saran.....	64
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel 2.1 Penerapan sistem regu 2-2-2	11
Tabel 2.2 Penerapan sistem 3 (tiga) regu	11
Tabel 2.3 Penerapan sistem 4 (empat) regu	12
Tabel 3.1 Definisi Operasional Hubungan Shift Kerja dengan Circardian Rhytm Perawat Pelaksana Ruang Rawat Inap Teratai dan Dahlia RSUD dr. Soegiri Lamongan	42
Tabel 4.1 Distribusi Responden Berdasarkan Umur Tenaga Keperawatan Rawat Inap Yang Bekerja Di RSUD Dr. Soegiri Lamongan bulan Februari tahun 2015.	52
Tabel 4.2 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Tenaga Keperawatan Rawat Inap Yang Bekerja di RSUD Dr. Soegiri Lamongan bulan Februari 2015.	52
Tabel 4.3 Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan Tenaga Keperawatan Rawat Inap Yang Bekerja di RSUD Dr. Soegiri Lamongan bulan Februari tahun 2015.	53
Tabel 4.4 Distribusi Responden Berdasarkan Status Perkawinan Tenaga Keperawatan Rawat Inap Yang Bekerja di RSUD Dr. Soegiri Lamongan bulan Februari tahun 2015.	53
Tabel 4.5 Distribusi Responden Berdasarkan Lama Kerja Tenaga Keperawatan Rawat Inap Yang Bekerja di RSUD Dr. Soegiri Lamongan bulan Februari tahun 2015.	54
Tabel 4.6 Responden Berdasarkan <i>Shift</i> Kerja Tenaga Keperawatan Rawat Inap Yang Bekerja di RSUD Dr. Soegiri Lamongan bulan Februari tahun 2015.	54
Tabel 4.7 Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Gangguan Circardian Ritme Tenaga Keperawatan Rawat Inap yang Bekerja di RSUD Dr. Soegiri Lamongan bulan Februari tahun 2015.	55
Tabel 4.8 Distribusi Responden Berdasarkan Hubungan <i>Shift</i> Kerja Dengan <i>Circardian Rhythm</i> Pada Perawat Pelaksana Ruang Rawat Inap Teratai Dan RSUD Dr. Soegiri Lamongan bulan Februari tahun 2015.	55

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 2.1	Siklus Tidur Orang Dewasa 18
Gambar 2.2	Kerangka Konsep Penelitian Hubungan <i>Shift</i> Kerja Dengan <i>Circadian Rhythm</i> Perawat Pelaksana Ruang Rawat Inap Teratai dan Dahlia RSUD Dr. Soegiri Lamongan 37
Gambar 3.1	Kerangka Kerja Hubungan <i>Shift</i> Kerja Dengan <i>Circadian Rhythm</i> Perawat Pelaksana Ruang Rawat Inap Teratai dan Dahlia Rumah Sakit Umum Daerah Dr. Soegiri Lamongan bulan Januari 2015. 40



## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 Jadwal Penyusunan Proposal
- Lampiran 2 Surat Permohonan Izin Survey Awal
- Lampiran 3 Surat Balasan Izin Survey Awal
- Lampiran 4 Lembar Permohonan Kesiediaan Menjadi Responden
- Lampiran 5 Lembar Persetujuan Menjadi responden
- Lampiran 6 Lembar Kuisisioner
- Lampiran 7 Surat Permohonan Melakukan Penelitian
- Lampiran 8 Surat Balasan dari BaKesBangPolinMas
- Lampiran 9 Surat Ijin Pemberian Ijin Melakukan Penelitian
- Lampiran 10 Tabel Hasil Kuesioner
- Lampiran 11 Hasil SPSS
- Lampiran 12 Lembar Konsultasi

## DAFTAR SIMBOL DAN SINGKATAN

%	: Persen
<	: Kurang dari
>	: Lebih dari
=	: Sama dengan
-	: Sampai
RA	: Roudhotut Athfal
SDN	: Sekolah Dasar Negeri
SMPN	: Sekolah Menengah Pertama Negeri
SMAN	: Sekolah Menengah Atas Negeri
S.kep	: Sarjana Keperawatan
Ns	: Ners
Amd.kep	: Ahli Madya Keperawatan
M.MKes	: Magister Manajemen Kesehatan
M.Kep	: Magister Kesehatan
WHO	: World health organization
NIM	: Nomer Induk Mahasiswa
RSUD	: Rumah Sakit Umum Daerah
STIKES	: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
Dr	: Dokter
No	: Nomor
SAD	: <i>Seasonal Affective Disorder</i>
DSPS	: <i>Delayed Sleep Phase Type</i>

REM	: <i>Rapid Eye Movement</i>
NREM	: <i>Non Rapid Eye Movement</i>
SCN	: <i>Suprachiasmatic Nuclei</i>
UUD	: Undang-Undang Dasar
IPTEK	: Ilmu Pengetahuan dan Teknologi
DIII	: Diploma III