

**HUBUNGAN SHIFT KERJA DENGAN GANGGUAN POLA TIDUR  
PADA PERAWAT DI RUANG TERATAI DAN SEROJA  
RSUD DR. SOEGIRI LAMONGAN**

**SKRIPSI**



**OLEH:**

**ULFITRIA INDRIANI  
13.02.01.1368**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATANMUHAMADIYAH LAMONGAN  
2017**

**HUBUNGAN SHIFT KERJA DENGAN GANGGUAN POLA TIDUR  
PADA PERAWAT DI RUANG TERATAI DAN SEROJA  
RSUD DR. SOEGIRI LAMONGAN**

**SKRIPSI**

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

**ULFITRIA INDRIANI  
13.02.01.1368**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH LAMONGAN  
2017**

## **SURAT PERNYATAAN**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

NAMA : ULFITRIA INDRIANI  
NIM : 13.02.01.1368  
TEMPAT, TANGGAL LAHIR : BOJONEGORO, 6 MARET 1995  
INSTITUSI : PRODI S1 KEPERAWATAN SEKOLAH  
TINGGIILMU KESEHATAN (STIKES)  
MUHAMMADIYAH LAMONGAN

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul: “Hubungan Shift Kerja Dengan Gangguan Pola Tidur Perawat Di Ruang Teratai Dan Seroja 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 2017

Yang Menyatakan

**ULFITRIA INDRIANI**  
**13.02.01.1368**

## LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi

Oleh : Ulfitria Indriani

NIM : 13.02.01.1368

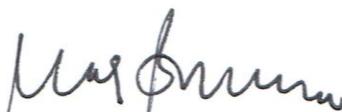
Judul : Hubungan Shift Kerja Dengan Gangguan Pola Tidur Pada Perawat di Ruang Teratai dan Seroja RSUD DR. Soegiri Lamongan

Telah disetujui untuk diujikan di hadapan Dewan Pengaji Skripsi Pada  
Tanggal: 10 Mei 2017

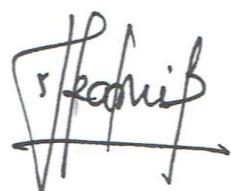
**Mengetahui**

**Pembimbing I**

**Pembimbing II**



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



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

## **LEMBAR PENGESAHAN**

Telah Diuji dan Disetujui Oleh Tim Penguji Pada Ujian Sidang Skripsi

Di Prodi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan

Tanggal : 10 Mei 2017

### **PANITIA PENGUJI**

Tanda Tangan

Ketua : Cucuk Rahmadi P, S.Kp., M.Kes

Anggota : 1. H.M.Bakri Priyodwi Atmaji, S.Kp., M.Kep

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

Mengetahui,  
Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES)

Muhammadiyah Lamongan

Drs. H. Budi Utomo, Amd. Kep., M. Kes  
NBM. 936. 665

## ***CURICULUM VITAE***

NAMA : ULFITRIA INDRIANI

Tempat, Tgl Lahir : Bojonegoro, 06 Maret 1995

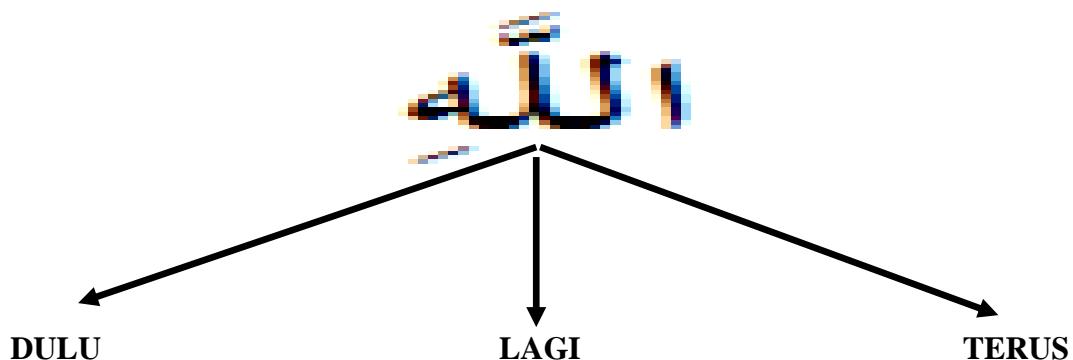
Alamat Rumah : Tlatah, Purwosari, Bojonegoro

Riwayat Pendidikan :

1. SD Negeri Tlatah Lulus Tahun (2007)
2. SMPN 1 Purwosari Lulus Tahun (2010)
3. SMAN 1 Padangan Lulus Tahun (2013)
4. Program Studi S1 Keperawatan Stikes Muhammadiyah Lamongan mulai tahun 2013 sampai sekarang.

## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO:



*Skripsi ini dipersembahkan kepada:*

*Kedua orang tuaku tercinta, terimakasih karena telah memberikan dukungan baik secara materil, spiritual dan telah mendidik serta memberikan semangat sehingga semua ini tercapai*

## ABSTRAK

Indriani, Ulfitria. 2017. **Hubungan Shift Kerja Dengan Gangguan Pola Tidur Pada Perawat di Ruang Teratai dan Seroja RSUD Dr. Soegiri Lamongan.** Skripsi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan. Pembimbing 1: H.M.Bakri Priyodwi Atmaji, S.Kp., M.Kep. Pembimbing 2: Suratmi, S.Kep., Ns., M.Kep

Perawat dalam bekerja mempunyai shift dan dibagi menjadi 3 shift yang akan mempengaruhi gangguan pola tidur Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan shift kerja dengan gangguan pola tidur pada perawat di Ruang Teratai dan Seroja RSUD Dr. Soegiri Lamongan.

Desain penelitian ini adalah korelasi analitik dengan pendekatan *Cross Sectional*. Populasi : Seluruh Perawat Pelaksana di RSU di Ruang Teratai dan Seroja RSUD Dr. Soegiri Lamongan berjumlah 40 perawat dengan teknik simple random sampling. Variabel independennya shift kerja dan variabel dependennya gangguan pola tidur. Pengumpulan dan pengolahan data dengan *Editing, Scoring, analisa data Tabulating* kemudian dianalisa dengan Uji koefisien kontingensi

Hasil analisis dengan uji koefisien kontingensi yang digunakan program SPSS versi 16 didapatkan  $C=0.530$  dan  $p=0.001$  dimana  $p < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak yang artinya terdapat Hubungan Shift Kerja Dengan Gangguan Pola Tidur Pada Perawat di Ruang Teratai dan Seroja RSUD Dr. Soegiri Lamongan.

Masalah gangguan tidur dapat diatasi dengan pengaturan jadwal shift. Untuk menghindari dampak dari gangguan pola tidur, maka harus menerapkan pola tidur teratur dan menjaga kualitas tidur. Pola tidur yang baik membantu tubuh untuk tetap sehat dan terhindar dari depresi.

**Kata Kunci:** *Shift Kerja, gangguan pola tidur*

## **ABSTRACT**

Indriani, Ulfitria. 2017. **Relationship of ape shifi with sleep disorder in the nurses in Lotus Room and Seroja Dr. Soegiri Lamongan** Pembimbing 1: H.M.Bakri Priyodwi Atmaji, S.Kp, M. Kep. Counselor 2: Suratmi S.Kep., Ns., M.Kep

Nurse in the work haves shfts and divided into 3 that will affect sleep patterns disorder . The general purpose of this research is to know the relationship of ape shifi with sleep disorder in the nurses in Lotus Room and Seroja Dr. Soegiri Lamongan.

The research descriptor is analytic correlation with Cross Sectional approach. Population of All Implementing Nurses at RSU in Lotus Room and Seroja RSUD Dr. Soegiri Lamongan numbered 40 nurses with simple random sampling technique. Independent variable of work shift and dependent variable of sleep pattern disorder. Data collection and processing with Editing. Scoring, Tabulating data analysis then analyzed by Contingency coefficient test Results of analysis with contingency coefficient test used SPSS program version 16 obtained C 0.530 and p 0.001 where p 0.05 then H0 rejected which means there is Relationship Shift Work With Sleep Pattern Disorder On Nurse Lotus Room and Seroja Dr. Soegiri Lamongan.

Sleep problems can be overcome by setting the schedule. To avoid the effects of sleep disorders, it should apply regular sleep patterns and maintain sleep quality.

**Keywords:** *Work Shift, Sleep Disorders*

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkatrahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Shift Kerja Dengan Gangguan Pola Tidur Perawat Di Ruang Teratai Dan Seroja RSUD Dr. Soegiri Lamongan” sesuai waktu yang ditentukan.

Skripsi ini disusun penulis sebagai syarat untuk melanjutkan penelitian Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan.

Dalam penyusunan, penulis mendapatkan 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.Ns M.Kes., selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan
3. H.M.Bakri Priyodwi Atmaji, S.Kp., M.Kep selaku pembimbing I, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan skripsi ilmiah ini.
4. Suratmi, S.Kep., Ns., M.Kep selaku pembimbing II, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunanb skripsi ilmiah ini.
5. Dr.Yulianto Dwi Martono, M.Kes, selaku Direktur RSUD Dr.Soegiri Lamongan yang telah memberikan ijin dan Fasilitas untuk melakukan penelitian

6. Kedua orang tua, dan semua keluarga tercinta yang telah memberikan dukungan baik secara materi, motivasi, pengorbanan, pengertian, kesabaran dan semangat kepada penulis demi terselesaikannya skripsi ini.
7. Semua pihak yang telah memberikan dukungan moril dan meteriil demi terselesaikannya skripsi ini.

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

Lamongan, Mei 2017

Penulis

## DAFTAR ISI

|  |           |
|--|-----------|
| <b>HALAMAN JUDUL</b>                               |           |
| <b>HALAMAN PERSYARATAN GELAR .....</b>             | i         |
| <b>HALAMAN PERNYATAAN.....</b>                     | ii        |
| <b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>                    | iii       |
| <b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>                     | iv        |
| <b>CURICULUM VITAE.....</b>                        | v         |
| <b>MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....</b>                  | vi        |
| <b>ABSTRAK .....</b>                               | vii       |
| <b>ABSTRACT .....</b>                              | viii      |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>                         | ix        |
| <b>DAFTAR ISI .....</b>                            | xi        |
| <b>DAFTAR GAMBAR .....</b>                         | xii       |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>                          | xiv       |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>                       | xv        |
| <br>   |           |
| <b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>                     | <b>1</b>  |
| 1.1 Latar Belakang .....                           | 1         |
| 1.2 Rumusan Masalah .....                          | 5         |
| 1.3 Tujuan Penelitian .....                        | 5         |
| 1.4 Manfaat Penelitian .....                       | 6         |
| <br>   |           |
| <b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA .....</b>                | <b>8</b>  |
| 2.1 Konsep Dasar Shift Kerja .....                 | 8         |
| 2.2 Konsep Dasar Gangguan Pola Tidur.....          | 15        |
| 2.3 Konsep Perawat .....                           | 23        |
| 2.4 Kerangka Konsep .....                          | 30        |
| 2.5 Hipotesis .....                                | 31        |
| <br>   |           |
| <b>BAB 3 METODE PENELITIAN .....</b>               | <b>32</b> |
| 3.1 Desain Penelitian .....                        | 32        |
| 3.2 Waktu dan Tempat Penelitian .....              | 32        |
| 3.3 Kerangka Kerja .....                           | 33        |
| 3.4 Populasi, Sampel Dan Sampling.....             | 34        |
| 3.5 Identifikasi Variabel .....                    | 37        |
| 3.6 Definisi Operasional .....                     | 37        |
| 3.7 Prosedur Pengumpulan Data .....                | 38        |
| 3.8 Etika Dalam Penelitian .....                   | 41        |
| <br>   |           |
| <b>BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b> | <b>43</b> |
| 4.1 Hasil Penelitian .....                         | 43        |
| 4.2 Pembahasan .....                               | 48        |

|                            |           |
|----------------------------|-----------|
| <b>BAB 5 PENUTUP .....</b> | <b>57</b> |
| 5.1 Kesimpulan .....       | 57        |
| 5.2 Saran .....            | 57        |

**DAFTAR PUSTAKA  
LAMPIRAN**

## **DAFTAR GAMBAR**

|   | Halaman |
|---|---------|
| Gambar 2.1 Kerangka Konsep Hubungan Shift Kerja Dengan Gangguan Pola Tidur Perawat Di Ruang Teratai Dan Seroja RSUD Dr. Soegiri Lamongan Tahun 2016 ..... | 30      |
| Gambar 3.1 Kerangka Kerja Hubungan Shift Kerja Dengan Gangguan Pola Tidur Perawat Di Ruang Teratai Dan Seroja RSUD Dr. Soegiri Lamongan Tahun 2016 .....  | 33      |

## **DAFTAR TABEL**

|   | Halaman |
|---|---------|
| Tabel 3.2 Definisi Operasional Hubungan Shift Kerja Dengan Gangguan Pola Tidur Perawat Di Ruang Teratai Dan Seroja RSUD Dr. Soegiri Lamongan Tahun 2016.....                | 38      |
| Tabel 4.1 Distribusi perawat berdasarkan jenis kelamin Di Ruang Teratai dan Seroja RSUD Dr. Soegiri Lamongan .....  | 44      |
| Tabel 4.2 Distribusi perawat berdasarkan umur Di Ruang Teratai dan Seroja RSUD Dr. Soegiri Lamongan .....   | 45      |
| Tabel 4.3 Distribusi perawat berdasarkan pendidikan terakhir Di Ruang Teratai dan Seroja RSUD Dr. Soegiri Lamongan.....   | 45      |
| Tabel 4.4 Distribusi perawat berdasarkan pendidikan terakhir di Di Ruang Teratai dan Seroja RSUD Dr. Soegiri Lamongan.....  | 46      |
| Tabel 4.5 Distribusikan perawat beradasarkan Shift kerja Di Ruang Teratai dan Seroja RSUD Dr. Soegiri Lamongan .....  | 46      |
| Tabel 4.6 Distribusikan perawat beradasarkan gangguan pola tidur Di Ruang Teratai dan Seroja RSUD Dr. Soegiri Lamongan.....   | 47      |
| Tabel 4.7 Tabulasi silang perawat pelaksana berdasarkan hubungan beban kerja dengan Gangguan pola tidur perawat Di Ruang Teratai dan Seroja RSUD Dr. Soegiri Lamongan ..... | 47      |

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1    Jadwal Pelaksanaan Penyusunan Skripsi
- Lampiran 2    Surat Survey Awal dan Penelitian
- Lampiran 3    Surat Balasan Survey Awal dan Penelitian
- Lampiran 4    Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 5    Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 6    Lembar Kuesioner
- Lampiran 7    Tabulasi Data
- Lampiran 8    Hasil SPSS
- Lampiran 9    Lembar Konsultasi