



GAMBARAN KUALITAS TIDUR PERAWAT DI RUANG INTENSIVE ANAK DI RSUP DR SARDJITO YOGYAKARTA

INTISARI

Supardiyanto¹, Hersinta Retno Martani², Ardani Latifah Hanum³

Latar Belakang : Rendahnya kualitas tidur pada perawat merupakan permasalahan global. Ada beberapa penyebab mengapa banyak perawat mengalami penurunan kualitas tidur. Salah satunya adalah jadwal pekerjaan yang mengharuskan perawat melakukan rotasi shift pagi, siang, dan malam. Hal ini dapat merusak siklus tidur dan bangun sehingga berdampak buruk pada pola tidur dan kualitas tidur perawat. Selain sistem *shift*, lingkungan kerja juga berperan penting dalam menentukan kualitas tidur perawat. Lingkungan kerja yang secara natural memiliki tekanan tinggi seperti di ruang perawatan intensif dapat meningkatkan *stress* pada tim kesehatan yang bekerja di dalamnya, sehingga berdampak pada kualitas tidur. Proses keperawatan yang kompleks di ruang rawat *intensive* juga menambah beban perawat secara mental maupun fisik

Tujuan Penelitian : Untuk mengetahui gambaran kualitas tidur perawat yang bertugas di unit perawatan intensif anak di RSUP Dr. Sardjito Yogyakarta.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian jenis deskriptif non eksperimen dengan menggunakan desain studi potong lintang atau penelitian *cross sectional* dengan pendekatan secara kuantitatif. Partisipan sejumlah 50 orang perawat yang bekerja secara shift. Penelitian ini menggunakan lembar kuisioner *Pittsburg Sleep Quality Index* (PSQI). Instrumen ini efektif mengukur pola dan kualitas tidur seseorang dalam satu bulan terakhir. Kuesioner ini dikembangkan untuk mengevaluasi apakah kualitas tidur individu tergolong baik atau buruk.

Hasil : Gambaran kualitas tidur perawat intensive anak persentase perawat yang memiliki kualitas tidur baik adalah 50%, sementara yang memiliki kualitas tidur buruk mencapai 50%.

Kesimpulan : Gambaran kualitas tidur perawat *intensive* anak di RSUP Dr Sardjito adalah berimbang antara kualitas tidur yang baik dan kualitas tidur yang buruk.

Kata Kunci : Kualitas Tidur, Perawat *Shift*

1 Mahasiswa Program Studi SI Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Gadjah Mada

2 Departemen Keperawatan Dasar dan Emergensi Program Studi SI Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Gadjah Mada

3 Departemen Keperawatan Dasar dan Emergensi Program Studi SI Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Gadjah Mada



DESCRIPTION OF SLEEP QUALITY IN NURSES IN CHILDREN'S INTENSIVE ROOM IN DR SARDJITO HOSPITAL YOGYAKARTA

ABSTRAC

Supardiyanto¹, Hersinta Retno Martani², Ardani Latifah Hanum³

Background: Poor sleep quality in nurses is a global problem. There are several reasons why many nurses experience decreased sleep quality. One of them is a work schedule that requires nurses to rotate morning, afternoon, and night shifts. This can disrupt the sleep and wake cycle, thus negatively affecting nurses' sleep patterns and sleep quality. In addition to the shift system, the work environment also plays an important role in determining the quality of nurses' sleep. A work environment that is naturally high pressure such as in the intensive care unit can increase stress on the health team working in it, thus affecting sleep quality. The complex nursing process in the intensive care unit also increases the burden on nurses mentally and physically.

Research Objective: To determine the description of sleep quality of nurses working in the pediatric intensive care unit at Dr. Sardjito General Hospital, Yogyakarta.

Method: This study is a non-experimental descriptive study using a cross-sectional study design with a quantitative approach. Participants were 50 nurses who worked in shifts. This study used the Pittsburg Sleep Quality Index (PSQI) questionnaire. This instrument is effective in measuring a person's sleep patterns and quality in the past month. This questionnaire was developed to evaluate whether an individual's sleep quality is good or bad.

Results: Overview of sleep quality of pediatric intensive care nurses, the percentage of nurses who have good sleep quality is 50%, while those who have poor sleep quality reach 50%.

Conclusion: The description of the sleep quality of pediatric intensive care nurses at Dr Sardjito Hospital is balanced between good sleep quality and poor sleep quality.

Keywords: Sleep Quality, Shift Nurses

1 Student of SI Nursing Science Study Program, Faculty of Medicine, Gadjah Mada University

2 Department of Basic and Emergency Nursing SI Nursing Science Study Program, Faculty of Medicine, Gadjah Mada University

3 Department of Basic and Emergency Nursing SI Nursing Science Study Program, Faculty of Medicine, Gadjah Mada University