

LAPORAN PENELITIAN
HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN TINGKAT KELELAHAN PADA
PERAWAT DI INSTALASI GAWAT DARURAT
RUMAH SAKIT PANTI RAPIH
YOGYAKARTA



ALDI MAULANA MUHAMMAD
NPM 202223055

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH YOGYAKARTA

2026

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

LAPORAN PENELITIAN
HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN TINGKAT KELELAHAN PADA
PERAWAT DI INSTALASI GAWAT DARURAT
RUMAH SAKIT PANTI RAPIH
YOGYAKARTA

Disusun oleh :

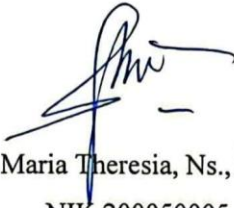
Aldi Maulana Muhammad

202223055

Laporan penelitian ini telah memenuhi persyaratan untuk diujikan

Disetujui pada tanggal 3 Agustus 2026

Pembimbing 1



Siwi Ikaristi Maria Theresia, Ns., MSN., Ph.D NS

NIK 200050005

Pembimbing 2



MI. Ekatrina Wijayanti, Ns.,MSN

NIK 199410075

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Aldi Maulana Muhammad

NPM : 202223055

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa studi kasus dengan judul :

“ Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tingkat Kelelahan Pada Perawat Di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta”

Yang telah saya laksanakan selama 5 bulan dari Maret 2026 sampai dengan Agustus 2026, seluruhnya merupakan hasil karya sendiri.

Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan hasil penelitian yang saya kutip secara langsung maupun tidak langsung dari hasil karya orang/pihak lain telah saya tuliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan karya ilmiah.

Apabila dikemudian hari ternyata ditemukan seluruh atau sebagian penulisan hasil penelitian ini terbukti bukan karya sendiri atau terdapat indikasi adanya plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi moral, sanksi administratif serta dituntut ganti rugi dan atau pidana sesuai dengan ketentuan perundangan-undangan yang berlaku. Pernyataan keaslian penelitian ini saya buat dengan sebenarnya, tanpa tekanan dari siapapun dan atau dari pihak manapun.

Yogyakarta, 6 Agustus 2026

Yang membuat pernyataan,

A handwritten signature in black ink is written over a rectangular orange-colored stamp. The stamp features the Garuda Pancasila emblem at the top, the text '10000' in large numbers, and 'METERAI TEMPEL' below it. At the bottom of the stamp, the alphanumeric code '340AOX088084930' is printed.

Aldi Maulana Muhammad

SKRIPSI

HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN TINGKAT KELELAHAN PADA PERAWAT DI INSTALASI GAWAT DARURAT RUMAH SAKIT PANTI RAPIH YOGYAKARTA

Disusun Oleh :

Aldi Maulana Muhammad

NPM 202223055

Telah dipertahankan dan diuji didepan dewan penguji Skripsi STIKes Panti Rapih
Untuk memenuhi Tugas Akhir Mahasiswa Prodi Keperawatan Program Sarjana
Pada Tanggal 6 Agustus 2026

Mengesahkan,

Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta

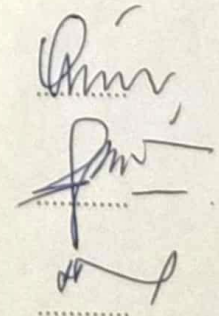

Yulia Wardani, MAN
NIK 20145001

Penguji :

Ketua : Ag. Sri Oktri Hastuti, M.Kep., PhD NS

Anggota : 1. Siwi Ikaristi Maria Theresia, Ns.,MSN, Ph.D NS

2. MI. Ekatrina Wijayanti, Ns.,MSN



MOTTO

“Dan Dia memberikan kepadamu segala apa yang kamu mohonkan kepada-Nya,”

QS. Ibrahim [14]: 34

“Ia membuat segala sesuatu indah pada waktunya.”

Pengkhotbah 3:11

“Witing tresna jalaran saka kulina. Witing mulya jalaran wani rekasa.”

Peribahasa Jawa

“Yang fana adalah waktu. Kita abadi.”

Sapardi Djoko Damono

“Biarkan air mata yang mengalir di wajahmu (Ku tahu kau memikunya)

Takkan ada jawaban untuk semua deritamu (Ku rasakan hal yang sama)

Biarkan air mata yang mengalir di wajahmu (Kita terkurung dalam duka)

Takkan ada jawaban untuk semua deritamu (Lara)”

Faizal Halim Permana - 510

PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur kepada Allah SWT atas segala berkat, pertolongan, dan kesempatan yang diberikan, peneliti juga ingin menyampaikan terima kasih kepada seluruh pihak yang turut membantu dalam penyelesaian penelitian. Oleh sebab itu karya sederhana ini saya persembahkan untuk :

1. Kepada kedua orang tua saya, terimakasih atas doa, dukungan, dan kepercayaan yang selalu diberikan dalam setiap langkah perjalanan ini. Semoga kalian dapat menikmati sampai akhir perjalanan.
2. Kepada dosen pembimbing saya, Ibu Siwi dan Ibu Nina terima kasih atas bimbingan, saran, motivasi, serta waktu yang telah diberikan selama proses penyusunan karya ini. Semoga segala hal telah diberikan kepada peneliti memberikan kebaikan dan kesehatan yang senantiasa menyertai.
3. Kepada seluruh pihak Rumah Sakit Panti Rapih khususnya perawat IGD yang telah memberikan izin, waktu, tenaga, bantuan, serta kesediaannya menjadi responden dalam penelitian ini.
4. Untuk diri saya sendiri terima kasih telah memilih tetap bertahan ketika merasa lelah, tetap melangkah ketika proses terasa berat, tidak menyerah dalam perjalanan yang berat meski dipenuhi keraguan dan tantangan. Masih ada perjalanan panjang yang perlu dijalani, tetaplah yakin bahwa usaha yang dilakukan dengan niat baik akan menemukan waktunya. Tetaplah berbuat baik sebagaimana mestinya.
5. Teruntuk sahabat lama bagian dari Orang Dengan Gangguan Jobdesk (Andi dan Alex) terimakasih atas dukungan, bantuan, motivasi dan waktu yang telah dijalani bersama selama ini. Semoga kita lebih baik di masa mendatang.
6. Teruntuk sahabat Jalan Ninja (Angel, Mikha, Vincent, Vania) terimakasih untuk dukungan, pengalaman, waktu dan ilmu yang sudah dijalani bersama selama ini. Semoga kita sukses bersama di masa mendatang.

7. Teruntuk teman-teman kuliah (Arya, Tino, Vincent, Alang, Jose) terimakasih sudah memberikan banyak bantuan hingga tempat singgah selama awal perkuliahan sampai di titik ini.
8. Teruntuk teman-teman sarjana keperawatan angkatan 2022, terimakasih atas pengalaman, dukungan, waktu dan ilmu yang sudah dijalani bersama selama ini. Semoga kita dapat sukses bersama di masa mendatang.
9. Terakhir, diantara riuhnya perjalanan, pernah ada senyum sederhana yang menenangkan, langkah-langkah kecil yang tanpa disadari ikut menguatkan proses ini. Waktu mungkin membawa menuju jalan masing-masing, tetapi rasa syukur tidak pernah mengenal kata usai. Hai, Nathalia Gita Rambunaha, terimakasih telah menjadi bagian dari proses ini. Semoga Tuhan senantiasa menyertai langkahmu, melimpahkan sukacita, kesehatan serta menggenapi setiap doa, harapan dan cita-citamu.

INTISARI

Nama : Aldi Maulana Muhammad
NPM : 202223055
Judul : Hubungan Kualitas Tidur dengan Tingkat Kelelahan pada Perawat Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta
Tanggal Ujian :
Pembimbing : 1. Siwi Ikaristi Maria Theresia, Ns., MSN., Ph.D NS
2. MI. Ekatrina Wijayanti, Ns.,MSN
Jumlah Pustaka : 32 pustaka (1970-2025)
Jumlah Halaman : xiii, 56 halaman, 5 tabel, 12 lampiran

Kualitas tidur yang buruk merupakan salah satu masalah yang sering dialami perawat, khususnya pada perawat Instalasi Gawat Darurat yang bekerja dengan sistem *shift*, sehingga berpotensi meningkatkan tingkat kelelahan kerja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kualitas tidur dengan tingkat kelelahan pada perawat di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Panti Rapih. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling* dengan jumlah responden sebanyak 52 perawat. Instrumen penelitian menggunakan *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) dan *Fatigue Assessment Scale* (FAS). Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Spearman Rank. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 47 responden (90,4%) memiliki kualitas tidur buruk, 33 responden (63,5%) mengalami kelelahan ringan, dan terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan tingkat kelelahan ($p = 0,002$; $r = 0,416$). Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan dengan kekuatan sedang dan arah positif antara kualitas tidur dengan tingkat kelelahan pada perawat di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Panti Rapih, sehingga semakin buruk kualitas tidur perawat maka semakin tinggi tingkat kelelahan yang dialami. Oleh karena itu, rumah sakit diharapkan dapat mengoptimalkan upaya peningkatan kualitas tidur melalui pengelolaan jadwal *shift*, edukasi *sleep hygiene*, dan promosi kesehatan kerja guna meminimalkan risiko kelelahan pada perawat.

Kata kunci: *kualitas tidur, tingkat kelelahan, perawat, instalasi gawat darurat.*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan pada Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat dan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan laporan penelitian ini. Laporan penelitian ini disusun sebagai syarat pengajuan penelitian dalam memenuhi Mata Kuliah Skripsi. Laporan penelitian ini berjudul “Hubungan Antara Tingkat Kelelahan dengan Kualitas Tidur pada Perawat di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta”. Peneliti menyadari bahwa dalam proses pembuatan laporan penelitian ini tidak lepas dari dukungan serta bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Yulia Wardani MAN, selaku Ketua STIKes Panti Rapih Yogyakarta
2. Ibu Dr. Th. Titin Marlina, Ns., M.Kep, selaku Kaprodi Program Studi Keperawatan Program Sarjana
3. Ibu Siwi Ikaristi Maria Theresia, Ns.,MSN.,PHD, NS sebagai dosen pembimbing 1.
4. Ibu MI. Ekatrina Wijayanti, Ns.,MSN, sebagai dosen pembimbing 2.
5. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan secara satu persatu dan telah membantu dan memberikan dukungan dalam pembuatan laporan penelitian ini.

Demikian laporan penelitian ini, dalam laporan penelitian ini masih banyak dijumpai kesalahan dan kekurangan. Untuk itu, kritik dan saran dari pembaca sangat diperlukan sebagai perbaikan pada masa mendatang. Semoga laporan penelitian ini dapat berguna bagi kita semua