



UWHS

SKRIPSI

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DAN DEPRESI PADA PERAWAT DI
RUMAH SAKIT SAMSOE HIDAJAT**

Usulan Penelitian untuk Skripsi Sarjana Keperawatan

ETIK ARUMIYATUN

2327010

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA

UNIVERSITAS WIDYA HUSADA SEMARANG

2025

PERSETUJUAN SIAP UJIAN SKRIPSI

Judul Skripsi : Hubungan Kualitas Tidur Dan Depresi Pada
Perawat Di Rumah Sakit Samsoe Hidajat

Nama Mahasiswa : Etik Arumiyatun

NIM : 2327010

Siap dipertahankan di depan Tim Penguji

pada tanggal 08 September 2025

Menyetujui,

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping



Ns.Dwi Nur Aini, S.Kep ,M.Kep
NUPTK 1757763664230232



Endang Supriyanti, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NUPTK 3843760661230222

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Judul skripsi : Hubungan Kualitas Tidur Dan Depresi Pada
Perawat Di Rumah Sakit Samsoe Hidajat

Nama Mahasiswa : Etik Arumiyatun

NIM : 2327010

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji

pada tanggal 08 September 2025

Menyetujui,

Ketua Penguji : Maulidta Karunianingtyas W, S.Kep., Ns., M.Kep.

()

Anggota Penguji I : Endang Supriyanti, S.Kep.,Ns.,M.Kep

()

Anggota Penguji II : Ns.Dwi Nur Aini, S.Kep ,M.Kep

()

Mengetahui,

Universitas Widya Husada Semarang
Rektor

Prodi Keperawatan Program Sarjana
Ketua




Chandrasa Soekardi, DEA
NUPTK. 7836735636130062



Heny Prasetyorini, S.Kep.,Ns., M.Kep
NUPTK. 1359762663230203

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Etik arumiyatun

Tempat tanggal lahir : Semarang , 20 Mei 1979

NIM : 2327010

Program Studi : Keperawatan Program Sarjana

Dengan ini menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. Laporan skripsi dengan judul “Hubungan Kualitas Tidur Dan Depresi Pada Perawat Di Rumah Sakit Samsoe Hidajat” adalah hasil karya saya, dan dalam naskah ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah di ajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan di suatu Perguruan Tinggi, dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah di tulis dan di terbitkan oleh orang lain baik sebagian atau keseluruhan, kecuali secara tertulis di kutip dalam naskah ini dan di terbitkan dalam sumber kutipan atau daftar pustaka.
2. Apabila ternyata dalam naskah laporan Skripsi ini dapat di buktikan terdapat unsur-unsur plagiat, saya bersedia laporan skripsi ini di gugurkan dan gelar akademik yang telah saya peroleh dibatalkan, serta di proses dengan ketentuan hukum yang berlaku.
3. Laporan skripsi ini dapat di jadikan sumber pustaka yang merupakan hak bebas royalti non eksklusif.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya-benarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya

Semarang, September 2025

Etik arumiyatun

CURICULUM VITAE/RIWAYAT HIDUP

A. Identitas

Nama : Etik arumiyatun
Tempat, tanggal lahir : Semarang , 20 mei i 1979
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Jl. R.E Martadinata No.9 Arteri Utara, Kota Semarang
No Telepon : +62 812-1745-2309
Email : arumiyatun.etik79@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

1. SD :SD Negeri Tambakharjo
2. SMP : SMP Negeri 31
3. SMA : SMU Sunan kalijaga
4. D3 Akademi keperawatan Widya husada semarang

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT berkat rahmat dan karunia-Nya berupa kesehatan, kemampuan, dan kekuatan, sehingga penulis dapat menyusun Skripsi yang berjudul “Hubungan Kualitas Tidur Dan Depresi Pada Perawat Di Rumah Sakit Samsoe Hidajat ”, dengan baik dan lancar. Penulis menyadari adanya beberapa pihak yang turut berperan serta dalam penyusunan Skripsi.

Pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Prof Dr. Chandrasa Soekardi, DEA sebagai Rektor Universitas Widya Husada Semarang .
2. Heny Prasetyorini, S.Kep.,Ns., M.Kep, Ketua Program Studi Keperawatan Universitas Widya Husada Semarang.
3. dr. Viny Natalia Dewi, M.Kes. FISQua selaku direktur Rumah Sakit Samsoe Hidajat
4. Ns.Dwi Nur Aini, S.Kep ,M.Kep, selaku dosen pembimbing yang telah membimbing dan mengarahkan penulis, sehingga penulis dapat menyusun Skripsi
5. Endang Supriyanti, S.Kep.,Ns.,M.Kep.,selaku dosen pembimbing yang telah membimbing dan mengarahkan penulis, sehingga penulis dapat menyusun Skripsi
6. Maulidta Karunianingtyas W, S.Kep., Ns., M.Kep selalu penguji yang di mohon bimbingan dan arahannya
7. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebut satu per satu yang telah memberikan dukungan dalam penyusunan Skripsi ini.

Semarang, September 2025

(Etik Arumiyatun)

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	
..... Error! Bookmark not defined.	
PERSETUJUAN SIAP UJIAN SKRIPSI	
..... Error! Bookmark not defined.	
PENGESAHAN SKRIPSI	
..... Error! Bookmark not defined.	
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
KATA PENGANTAR	
..... Error! Bookmark not defined.	
DAFTAR ISI	
..... Error! Bookmark not defined.i	
DAFTAR TABEL	
..... Error! Bookmark not defined.i	
DAFTAR LAMPIRAN	
..... vi Error! Bookmark not defined.i	
<u>ABSTRAK</u>	<u>ix</u>
<u>ABSTRACT</u>	<u>x</u>
BAB I PENDAHULUAN	
..... Error! Bookmark not defined.	
A. Latar Belakang	
..... Error! Bookmark not defined.	
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Konsep Perawat	8
B. Konsep Gangguan <i>Kualitas tidur</i>	18
C. Konsep Depresi	22
C. Kerangka Teori	33
BAB III METODE PENELITIAN.....	34
A. Kerangka Konsep	34
B. Hipotesa	35
C. Jenis dan Rancangan Penelitian	35
D. Lokasi Penelitian	
..... Error! Bookmark not defined.	
E. Populasi dan sampel	36
F. Definisi Operational	39
G. Instrument Penelitian.....	40
H. Recana Analisa Data.....	43
I. Analisa Data	44
J. Etika Penelitian.....	47
BAB V PEMBAHASAN	

.....	Error! Bookmark not defined.
A. Analisa Univariat	 Error! Bookmark not defined.
B. Analisa Bivariat	 Error! Bookmark not defined.
BAB VI PENUTUP	
.....	Error! Bookmark not defined.
A. Kesimpulan	 Error! Bookmark not defined.
B. Saran	 Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	
.....	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABLE

Tabel 3.1 Definisi operasional	39
Tabel 3.2 Tingkat Kekuatan korelasi	46
Tabel 4.1 Distribusi Responden Berdasarkan Usia	59
Tabel 4.2 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	60
Tabel 4.3 Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan	61
Tabel 4.4 Distribusi Responden Berdasarkan Lama Kerja	62
Tabel 4.5 Distribusi Responden Berdasarkan Kualitas Tidur	63
Tabel 4.6 Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Depresi	65
Tabel 4.7 Hubungan Kualitas Tidur dengan Depresi Perawat	68



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Jadwal Penelitian

Lampiran 2: Lembar permohonan Menjadi Responden

Lampiran 3: Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Kuesioner 4 Penilaian Tingkat Depresi Menggunakan HDRS

Lampiran 5 : Kuesioner Athens Insomnia Scale (AIS)

Lampiran 6 Surat Persetujuan Judul Penelitian

Lampiran 7 Surat Permohonan Ijin studi Pendahuluan Universitas Widya

Husada Semarang

Lampiran 8 Surat Balasan Ijin Studi Pendahuluan Rumah Sakit

Lampiran 9 Surat Ijin Penelitian

Lampiran 10 informed cosent dan kuesioner

Lampiran 11 data Mentah

Lampiran 12 Hasil SPSS

Lampiran 13 Dokumentasi

Lampiran 14 Turnitin Skripsi

Lampiran 15 Artikel

Lampiran 16 Turnirin Artikel

Lampiran 17 Lembar Bimbingan

**Program Studi Keperawatan Program Sarjana
Universitas Widy Husada Semarang
Semarang, Maret 2025**

ABSTRAK

Etik Arumiyatun

HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DAN DEPRESI PADA PERAWAT DI RUMAH SAKIT SAMSOE HIDAJAT

xv + 80 Hal + 10 Tabel + 3 Gambar

Latar Belakang: Perawat merupakan garda terdepan dalam pemberian pelayanan kesehatan. Tuntutan kerja yang tinggi dan sistem kerja shift sering menyebabkan gangguan tidur pada perawat. Kualitas tidur yang buruk dapat berdampak pada kesehatan mental, salah satunya depresi. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa perawat dengan kualitas tidur rendah cenderung memiliki tingkat depresi lebih tinggi. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan kualitas tidur dengan tingkat depresi pada perawat di Rumah Sakit Samsoe Hidajat. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Populasi penelitian adalah seluruh perawat di Rumah Sakit Samsoe Hidajat berjumlah 60 orang. Sampel penelitian diambil menggunakan teknik purposive sampling dengan jumlah 52 responden sesuai kriteria inklusi. Instrumen penelitian menggunakan Athens Insomnia Scale (AIS) untuk mengukur kualitas tidur dan Hamilton Depression Rating Scale (HDRS) untuk mengukur tingkat depresi. Analisis data dilakukan menggunakan uji statistik Rank Spearman dengan tingkat signifikansi $p \leq 0,05$.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar perawat mengalami kualitas tidur yang buruk dan tingkat depresi ringan hingga sedang. Uji Rank Spearman menunjukkan adanya hubungan signifikan antara kualitas tidur dengan tingkat depresi pada perawat ($p < 0,05$). Semakin buruk kualitas tidur, semakin tinggi tingkat depresi yang dialami perawat.

Kesimpulan:

Terdapat hubungan yang bermakna antara kualitas tidur dan depresi pada perawat

di Rumah Sakit Samsoe Hidajat. Perlu adanya perhatian khusus dari pihak rumah sakit untuk mengatur jadwal kerja yang lebih seimbang, memberikan dukungan psikologis, serta meningkatkan kesadaran pentingnya menjaga kualitas tidur guna mencegah terjadinya depresi pada perawat.

Kata Kunci: kualitas tidur, depresi, perawat

Daftar Pustaka: 50 (2018–2024)

***Nursing Study Program Undergraduate Program
Widya Husada University Semarang
Semarang, March 2025***

ABSTRACT

Etik Arumiyatun

***RELATIONSHIP BETWEEN SLEEP QUALITY AND DEPRESSION IN NURSES
AT SAMSOE HIDAJAT HOSPITAL***

xv + 80 Pages + 10 Tables + 3 Figures

Background Nurses are at the forefront of healthcare delivery. High work demands and shift work often lead to sleep disturbances. Poor sleep quality can impact mental health, including depression. Previous research has shown that nurses with low sleep quality tend to have higher rates of depression. Therefore, this study aims to analyze the relationship between sleep quality and depression levels in nurses at Samsoe Hidajat Hospital.

Methods This study used a quantitative design with a cross-sectional approach. The study population was all 60 nurses at Samsoe Hidajat Hospital. The study sample was drawn using purposive sampling, with 52 respondents meeting the inclusion criteria. The research instrument used the Athens Insomnia Scale (AIS) to measure sleep quality and the Hamilton Depression Rating Scale (HDRS) to measure depression levels. Data analysis was performed using the Spearman Rank test with a significance level of $p \leq 0.05$.

Results The results showed that most nurses experienced poor sleep quality and mild to moderate depression. The Spearman Rank test showed a significant relationship between sleep quality and depression levels in nurses ($p < 0.05$). The poorer the sleep quality, the higher the level of depression experienced by nurses.

Conclusion There is a significant relationship between sleep quality and depression in nurses at Samsoe Hidajat Hospital. The hospital needs special attention to organize a more balanced work schedule, provide psychological support, and raise awareness of the importance of maintaining sleep quality to prevent depression in nurses.

Keywords: sleep quality, depression, nurses
Bibliography: 50 (2018–2024)

