

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)

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)