

HUBUNGAN MASALAH TIDUR DENGAN KINERJA PERAWAT DI RUMAH SAKIT

Renny Triwijayanti¹, Romiko², Selvia Siska Dewi³

¹Program Studi Diploma III Keperawatan STIKes Muhammadiyah Palembang
Jl A.Yani 13 Ulu Plaju Palembang

²Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Muhammadiyah Palembang
Jl A.Yani 13 Ulu Plaju Palembang

³Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Muhammadiyah Palembang
Jl A.Yani 13 Ulu Plaju Palembang
e-mail : renny.reiqisaisy@gmail.com

Abstrak

Pendahuluan : Kinerja perawat adalah hasil kerja yang dicapai oleh seorang perawat dalam bentuk prestasi kerja, tanggung jawab, kejujuran dan ketaatan, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kinerja perawat salah satunya adalah masalah tidur. Masalah Tidur adalah suatu kondisi menurunnya kualitas tidur seseorang yang dapat mengakibatkan gangguan pada pola tidur yang disebabkan oleh beberapa faktor seperti insomnia, sleep apnea, narkolepsi, night teror, dan restless legs syndrome (RLS). Tujuan Penelitian : Untuk mengetahui hubungan masalah tidur dengan kinerja perawat di Rumah sakit Muhammadiyah Palembang Tahun 2018. Metode Penelitian : Desain penelitian deskriptif corelatif dengan pendekatan cross sectional. Sampel berjumlah 57 perawat pelaksana. Alat pengumpulan data berupa kuesioner pertanyaan masalah tidur dan pernyataan kinerja perawat. Hasil : Masalah tidur yang bermasalah sebanyak 35 responden (61,4%) dan yang tidak bermasalah sebanyak 22 responden (38,6%) sedangkan kinerja perawat yang baik sebanyak 25 responden (43,9%) dan kurang baik sebanyak 32 responden (56,1%). Hasil uji statistik menunjukkan bahwa ada hubungan masalah tidur dengan kinerja perawat (p value 0,035). Kesimpulan : Masalah tidur sangatlah berpengaruh terhadap kinerja seorang perawat, sehingga disarankan seorang perawat perlu memenejemen waktu yang baik yang kemudian dapat menyesuaikan diri terhadap jadwal kerja dan upaya peningkatan sistem reward seperti halnya perawat yang baik diumumkan setiap bulan/tahun yang diiringi dengan pembagian bonus dan hadiah penghargaan sehingga perawat yang lain akan termotivasi.

Kata Kunci : Masalah Tidur, Kinerja Perawat

Abstract

Background: Nurse performance is the work achieved by a nurse in the form of work performance, responsibility, honesty and obedience, there are several factors that influence the performance of nurse one of them is sleep problem. Sleep Problems is a condition of decreased quality of sleep a person can cause sleep disorders caused by several factors such as insomnia, sleep apnea, narcolepsy, night terrors, and restless legs syndrome (RLS). Research Objectives: To determine the relationship of sleep problems with the performance of nurses at Muhammadiyah Palembang Hospital Year 2018. Research Methods: Descriptive research design Corelatif with cross sectional approach. The sample amounted to 57 executing nurses. Data collection tools are questionnaire of sleep problem question and nurse performance statement. Results: Problematic sleep problems were 35 respondents (61.4%) and non-problematic were 22 respondents (38.6%) while good nurse performance was 25 respondents (43.9%) and 32 respondents , 1%). The results of statistical tests indicate that there is a relationship of sleep problems with the performance of nurses (p value 0.035). Conclusion: Sleep problems are very influential on the performance of a nurse, so it is advisable that a nurse needs to memenejemen a good time which can then adjust to the work schedule and efforts to improve the reward system as well as a good nurse announced every month / year accompanied by the distribution of bonuses and prizes award so that other nurses will be motivated.

Keywords : Sleep Problems, Nurse Performance

I. PENDAHULUAN

Rumah Sakit adalah institusi pelayanan kesehatan yang menyelenggarakan pelayanan kesehatan perorangan secara paripurna yang menyediakan pelayanan rawat inap, rawat jalan, dan gawat darurat. Pelayanan kesehatan merupakan hak setiap orang. Upaya pemerintah untuk mendukung hal tersebut adalah dengan menyediakan instansi kesehatan yaitu rumah sakit (Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 44 Tahun 2009 tentang Rumah Sakit, 2009).

American Nurses Association (ANA) telah menetapkan 2017 sebagai "Tahun Perawat Sehat" dengan tagline "Keseimbangan hidup Anda untuk kesehatan Anda." Setiap bulan akan menyoroti berbagai topik kesehatan, keselamatan, dan kesehatan penting tidak hanya untuk perawat, tapi untuk rekan kerja, keluarga, pasien, dan komunitas tempat mereka tinggal, bekerja, dan bermain. Perawat berjuang dengan berbagai tantangan kesehatan, keselamatan, dan kesehatan (ANA, 2017). Perawat adalah tenaga pelayanan kesehatan yang paling lama berinteraksi dengan pasien. Rumah sakit harus selalu beroperasi 24 jam.

Dengan pelayanan dan dedikasi perawat yang di berikan kepada pasien perawat harus rela melaksanakan kerja secara *shift*, meskipun hal ini dapat menyebabkan gangguan tidur pada perawat itu sendiri (Saftarina & Hasanah, 2013).

Berdasarkan (Peraturan Menteri Kesehatan Repeblik Indonesia No. 40, 2017) Penilaian Kinerja (Performance Appraisal) dan Supervisi Penilaian kinerja adalah menilai seberapa baik kinerja tugas- tugas perawat dalam melaksanakan asuhan keperawatan seperti yang dijabarkan pada uraian tugas. Penilaian kinerja yang dilaksanakan dengan benar dan tepat dapat meningkatkan motivasi dan produktifitas kerja. Faktor-faktor yang mempengaruhi efektifitas penilaian kinerja perawat antara lain : Penilaian harus berdasarkan standar yaitu indikator kinerja individu perawat, Perawat harus memahami dan mengimplementasikan standar secara benar, Perawat harus mengetahui sumber data yang dikumpulkan untuk penilaian, Penilaian harus ditujukan kepada seseorang yang

diobservasi terhadap pelaksanaan tugasnya, dan Penilaian akan lebih disenangi dan memperoleh hasil positif jika penilai meyakini dan respek terhadap profesinya.

Kemampuan seorang pekerja dipengaruhi oleh banyak faktor salah satunya adalah tingkat pendidikan dan lama kerja mereka (Notoatmodjo, 2009). Tidur yang kurang dan kualitas tidur yang tidak memadai memberikan dampak yang buruk terhadap kinerja pekerjaan mereka, serta pada keselamatan pasien dan keselamatan perawat itu sendiri (Potter & Perry, 2006 ; Mari & Kuntarti, 2014). Baru-baru ini, sebuah penelitian longitudinal terhadap perawat menemukan bahwa kerja malam dan stres kerja dikaitkan dengan kekurangan tidur, kurang olahraga, dan peningkatan risiko kardiometabolik (Jacobsen et al., 2015). Masalah tidur saat ini menjadi isu yang penting di masyarakat terutama bagi perawat (Bartlett, Marshall, Williams & Grunstein, 2007 ; Rahmi & Kuntarti, 2016).

Berdasarkan fenomena yang ada di atas peneliti merasa tertarik untuk meneliti mengenai Hubungan Masalah Tidur Dengan Kinerja Perawat Di Ruang Rawat Inap tahun 2018.

Adapun manfaat dalam penelitian ini untuk profesi Perawat sehingga berguna bagi perkembangan profesi keperawatan khususnya di Indonesia sehingga membentuk perawat yang lebih profesional lagi dalam melaksanakan kinerja dengan baik dan masalah tidur pada perawat diharapkan berkurang di Indonesia.

II. METODE

Jenis penelitian ini bersifat kuantitatif dengan desain *deskriptif korelatif* dan pendekatan *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah perawat ruang rawat inap berjumlah 59 perawat. Teknik pengambilan data dengan *total sampling* sebanyak 57 responden di ruang rawat inap, sisanya tidak diikuti sertakan karena tidak memenuhi kriteria inklusi.

Penelitian ini dilaksanakan ditiga Ruang Rawat Inap. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner sebanyak 27 item pertanyaan masalah tidur dan 17 item pernyataan kinerja perawat. Penelitian ini

menggunakan uji *Chi Square* dengan derajat kepercayaan 95% (α 0,05).

III. HASIL

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Masalah Tidur di Rumah Sakit Tahun 2018 (n=57)

Masalah tidur	Frekuensi	Persentase
Bermasalah	35	61.4 %
Tidak Bermasalah	22	38.6 %
Jumlah	57	100 %

Berdasarkan tabel 1 didapatkan hasil distribusi frekuensi responden memiliki tidur

Tabel 3 Hubungan Antara Masalah Tidur dengan Kinerja Perawat di Rumah Sakit Tahun 2018 (n = 57)

Masalah tidur	Kinerja				Total		Nilap P (P Value)	Nilai OR
	Baik		Kurang Baik		N	%		
	N	%	N	%				
Bermasalah	11	31.4	24	68.6	35	100	0.035	0.262
Tidak bermasalah	14	63.6	8	36.4	22	100		
Total	25	43.9	32	56.1	57	100		

Berdasarkan tabel 3 didapatkan hasil bahwa ada hubungan antara masalah tidur dan kinerja perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit, dibuktikan dengan hasil uji statistik *Chi square* didapatkan nilai *pvalue* = 0,035 (p value > 0,05) dengan nilai *OR* = 0,262.

IV. PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis hubungan antara masalah tidur dengan kinerja perawat hasil uji statistik *chi square* didapatkan nilai *p value* = 0,035 yang jika dibandingkan dengan nilai *p value* > α 0,05 sehingga dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara masalah tidur dengan kinerja perawat di Ruang Rawat Inap tahun 2018.

Kinerja merupakan hasil kerja dan bagaimana proses pekerjaan berlangsung (Wibowo, 2010 dalam Kurniawati, Solikhah 2012). Secanggih dan selengkap apapun fasilitas pendukung yang dimiliki suatu organisasi kerja, tanpa adanya sumber daya yang memadai, baik jumlah (kuantitas) maupun kemampuannya (kualitas), maka niscaya organisasi tersebut tidak dapat berhasil mewujudkan visi, misi,

yang bermasalah berjumlah 35 orang perawat (61.4 %).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kinerja di Rumah Sakit Tahun 2018 (n=57)

Kinerja	Frekuensi	Persentase
Baik	25	43.9 %
Kurang baik	32	56.1 %
Jumlah	57	100 %

Berdasarkan tabel 2 didapatkan hasil distribusi frekuensi responden kinerja perawat kurang baik mencapai 32 orang perawat (56.1 %).

dan tujuan organisasinya. Kualitas sumber daya manusia atau karyawan tersebut diukur dari kinerja karyawan tersebut (*performance*) atau produktivitasnya. Kinerja menurut Maier (1965) merupakan kesuksesan seseorang dalam melaksanakan suatu pekerjaan yang dibebankannya (Notoamojo, 2015).

Masalah tidur berkesinambungan dengan kinerja seseorang karena berdampak pada kualitas kerja, secara umum kesulitan tidur dapat mengakibatkan penurunan kinerja, ingatan, dan kemampuan kognitif serta peningkatan ansietas dan penurunan kesejahteraan (Rahmi, 2016). Hal tersebut dapat memperburuk kinerja perawat dan meningkatkan angka terjadinya kesalahan medis yang berpengaruh terhadap keamanan dan keselamatan pasien (Chien, et al., 2013).

Tidur yang kurang dan kualitas tidur yang tidak memadai memberikan dampak yang buruk terhadap kinerja pekerjaan mereka, serta pada keselamatan pasien dan keselamatan perawat itu sendiri (Potter & Perry, 2006 ; Mari & Kuntarti, 2014). Waktu tidur dokter dan perawat sangat tidak tercukupi karena bekerja dalam jam

kerja yang panjang dan rotasi jam dinas. Kurang tidur dapat menyebabkan kinerja psikomotor yang buruk dan peningkatan kesalahan. (Johnson, 2006 ; Mari & Kuntarti, 2014).

Menurut Teori Hirarki Maslow Kebutuhan fisiologis memiliki prioritas tertinggi dalam hirarki maslow. Seseorang individu yang memiliki beberapa kebutuhan yang tidak terpenuhi secara umum lebih dulu mencari pemenuhan kebutuhan fisiologi (Potter & Perry, 2005)

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Kuntarti dan Mari (2014) yang menyatakan bahwa ada hubungan antara kualitas tidur dengan kinerja perawat dalam melakukan asuhan keperawatan dengan nilai ρ value = 0,02 (ρ value > α 0,05). Penelitian ini memiliki kesamaan dengan penelitian yang saya lakukan yaitu pada variabel masalah tidur dengan kinerja perawat, berdasarkan hasil penelitian serta teori yang ada maka peneliti menyimpulkan bahwa adanya hubungan antara masalah tidur dengan kinerja perawat di ruang rawat inap rumah sakit muhammadiyah Palembang tahun 2018 dengan nilai ρ value = 0,035 (ρ value > α 0,05).

Peneliti menyimpulkan bahwa masalah tidur sangatlah berpengaruh terhadap kinerja seorang perawat, oleh karena itu perawat hendak menyadari bahwa perlu manajemen waktu yang baik sehingga dapat menyesuaikan diri terhadap jadwal kerja. Selain itu perawat diharapkan tidak menambah jam kerja di luar jam kerja yang telah ditentukan di rumah sakit sehingga waktu untuk tidur dan istirahat perawat tidak berkurang guna menciptakan kinerja yang optimal.

V. SIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa Sebagian besar perawat di ruang rawat inap memiliki masalah tidur dengan kategori bermasalah (61.4 %), Sebagian besar perawat di ruang rawat inap memiliki kinerja perawat dengan kategori kurang

baik (56.1%) dan Ada hubungan antara masalah tidur dengan kinerja perawat di ruang rawat inap dengan nilai ρ value = 0,035 (ρ value > α 0,05).

B. Saran

Masalah tidur sangatlah penting di atasi, perawat hendak menyadari bahwa perlu manajemen waktu yang baik sehingga dapat menyesuaikan diri terhadap jadwal kerja. Selain itu perawat diharapkan tidak menambah jam kerja di luar jam kerja yang telah ditentukan di rumah sakit sehingga waktu untuk tidur dan istirahat perawat tidak berkurang guna menciptakan kinerja yang optimal. Penurunan kinerja perawat dapat terjadi sewaktu-waktu oleh karena itu kinerja yang baik harus selalu dipertahankan dan di tingkatkan agar pelayanan akan selalu baik. Harus ada pengkajian pengaturan *shift* dengan beban kerja perawat yang berdampak pada perubahan pola tidur yang mengakibatkan masalah pada kualitas tidur, Kemudian dari hasil identifikasi rumah sakit yang mengacu pada hasil penelitian, Rumah Sakit memfasilitasi terciptanya pengaturan *shift* dan beban kerja yang memungkinkan perawat bisa istirahat cukup, Perlu meningkatkan motivasi perawat dan memperhatikan fasilitas dan pendukung untuk tenaga keperawatan, agar meningkatnya kinerja perawat. Diikut sertakan jika ada pelatihan dan simulasi yang berhubungan dengan keperawatan. Bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti permasalahan yang sama menggunakan desain kualitatif, diharapkan mendapatkan populasi yang lebih banyak dan metode yang berbeda, agar dapat lebih menggali faktor-faktor terjadinya masalah tidur dan kinerja perawat.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah. (2014). *Kebutuhan Kasar Manusia* (pertama). Jakarta: Trans Info Media
- ANA. (2017). 2017: year of the healthy nurse, (2016).
- Chien, P.-L., Su, H.-F., Hsieh, P.-C., Siao, R.-Y., Ling, P.-Y., & Jou, H.-J. (2013). Sleep Quality among Female Hospital

- Staff Nurses. *Sleep Disorders*, 2013, 1–6.
<https://doi.org/10.1155/2013/283490>
- Jacobsen, H. B., Reme, S. E., Sembajwe, G., Hopcia, K., Stiles, T. C., Sorensen, G., ... Buxton, O. M. (2015). Work stress, sleep deficiency and predicted 10-year cardiometabolic risk in a female patient care worker population. *American Journal of Industrial Medicine*, 57(8), 940–949.
<https://doi.org/10.1002/ajim.22340>. Work
- Lestari, T. (2015). *Kumpulan Teori Untuk Kajian Pustaka Penelitian Kesehatan (Pertama)*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Mari, Y. R. D., & Kuntarti. (2014). Penurunan kualitas tidur pada perawat dengan kinerja yang kurang baik dalam melaksanakan asuhan keperawatan, (1), 110.
- Maryunani, A. (2014). *Kebutuhan Dasar Manusia*. Bogor: In Media.
- Notoatmojo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmojo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan (Kedua)*. Jakarta: RINEKA CIPTA.
- Nursalam. (2014). *Metodologi Penelitian Ilmu keperawatan* (Edisi 3). Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. (2016). *Manajemen Keperawatan*. (P. P. Lestari, Ed.) (edisi 5). Jakarta: Salemba Medika.
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 40. (2017). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 40 Tentang Pengembangan Jenjang Karir Profesional Perawat Klinis.
- Potter, & Perry. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan*. (A. Bahasa, et al Yasmin Asih, B. I. Edisi, D. Yulianti, & M. Ester, Eds.) (Edisi 4). Jakarta: EGC.
- Rahmi, Z., & Kuntarti. (2016). Masalah Tidur dan Strategi Koping pada, (September 2017), 14–23.
<https://doi.org/10.7454/jki.v19i1.428>
- Saftarina, F., & Hasanah, L. (2013). Fakultas Kedokteran Universitas Lampung Hubungan Shift Kerja dengan Gangguan Pola Tidur pada Perawat Instalasi Rawat Inap di RSUD Abdul Moeloek Fakultas Kedokteran Universitas Lampung, 2, 28–38.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 44 Tahun 2009 tentang Rumah Sakit. (2009). www.hukumonline.com.
- WHO. (2015). Safe Hospitals Initiative.