

Hubungan antara kualitas tidur dengan produktivitas kerja pada pekerja shift di PT. MWT Cikarang = The relationship between sleep quality with work productivity among shift workers at PT. MWT Cikarang

Purwanti, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20346280&lokasi=lokal>

Abstrak

Kurang tidur dapat memberikan dampak buruk bagi pekerja terutama pekerja shift Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara kualitas tidur dengan produktivitas kerja Desain penelitian menggunakan deskriptif korelasi dengan pendekatan cross sectional dan melibatkan 114 pekerja shift di PT MWT Cikarang Instrumen yang digunakan adalah the Pittsburgh Sleep Quality Index PSQI dan kuisisioner produktivitas kerja.

Hasil penelitian menunjukkan 63,3% pekerja dengan kualitas tidur baik memiliki tingkat produktivitas tinggi Hasil uji Chi Square menyatakan terdapat hubungan yang bermakna antara kualitas tidur dengan produktivitas kerja $p = 0,026005$ Hasil penelitian dapat dijadikan masukan bagi perawat kesehatan kerja dalam menjalankan perannya sebagai edukator dan advokat.

Lack of sleep can have a negative impact for workers especially shift workers This study aimed to examine the relationship between sleep quality with work productivity This study used a correlation descriptive design with cross sectional approach and involved 114 shift workers at PT MWT Cikarang The instrument used the Pittsburgh Sleep Quality Index PSQI and work productivity questionnaire.

The result showed that 63,3% shift worker with good sleep quality had high productivity level Based on Chi Square test there was a significant relationship between sleep quality and work productivity $p = 0,026005$ The results can be used as consideration for occupational health nurses in their role as an educator and advocate.