

Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Tidur Pekerja Teknisi Alat Berat Perusahaan X = Factors Related to Sleep Quality of Heavy Equipment Technician at Company X

Ketty Sjarifuddin, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920527911&lokasi=lokal>

Abstrak

Latar Belakang: Kualitas tidur seorang pekerja merupakan hal penting dalam menjaga status kesehatan juga produktivitas kerja karena melalui tidur terjadi proses pemulihan pada tubuh. Kualitas tidur yang tidak baik dapat berdampak buruk pada masalah kesehatan, menurunkan produktivitas kerja, meningkatkan resiko kecelakaan. Kualitas tidur dipengaruhi oleh faktor individu, pekerjaan dan lingkungan. Studi global meta analisis sebanyak 30% pekerja industri mengalami kualitas tidur buruk. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kualitas tidur pekerja teknisi alat berat di perusahaan X dan faktor-faktor yang berhubungan dengan kualitas tidur pekerja dimana belum adanya penelitian yang berfokus pada kualitas tidur teknisi alat berat.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode potong lintang. Menggunakan data sekunder hasil MCU karyawan Perusahaan X. Total sampling sebanyak 105 teknisi alat berat, dianalisa multivariate dengan regresi logistik batas kemaknaan $p < 0.05$ untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas tidur. Instrumen terdiri dari kuesioner terbuka karakteristik responden, kuesioner PSQI untuk menilai kualitas tidur yang telah divalidasi dalam bahasa Indonesia ($\hat{\alpha}$ Cronbach 0.79), dan kuesioner SOFI untuk menilai kelelahan yang telah divalidasi dalam bahasa Indonesia ($\hat{\alpha}$ Cronbach 0.969).

Hasil: Prevalensi pekerja yang mengalami kualitas tidur buruk didapatkan sebesar 48.6%. Hanya faktor kelelahan kerja yang memiliki hubungan bermakna dengan kualitas tidur ($p=0.026$, aOR 11.7, CI95% 1.333- 102.76)

Kesimpulan: Terdapat kualitas tidur yang buruk pada pekerja teknisi alat berat dengan kelelahan kerja menjadi faktor resiko yang bermakna secara statistik dengan kualitas tidur yang buruk.

.....**Background:** Sleep quality of a worker is important in maintaining health status as well as work productivity because the process of recovery is sleeping. Poor sleep quality can have a negative impact on health problems, reduce work productivity, increase the risk of accidents. Sleep quality is influenced by individual, occupational and environmental factors. A global meta-analysis study found that 30% of industrial workers experience poor sleep quality. This study aims to determine the sleep quality of heavy equipment technicians at company X and the factors related to the sleep quality of workers where there has been no research that focuses on the sleep quality of heavy equipment technicians.

Methods: This study uses cross-sectional methods. Using secondary data from MCU result of workers at Company X. A total sample of 105 heavy equipment technicians was analyzed multivariate using a regression logistic. The instruments consisted of an open questionnaire on respondent characteristics, a PSQI questionnaire to assess sleep quality which had been validated in Indonesian (Alpha Cronbach 0.79), and a SOFI questionnaire to assess fatigue which had been validated in Indonesian (Alpha Cronbach 0.969).

Results: The prevalence of workers experiencing poor sleep quality was 48.6%. Only work fatigue had a significant relationship with sleep quality ($p=0.026$, aOR 11.7, 95% CI 1.333-102.76).

Conclusion: There is poor sleep quality in heavy equipment technician workers with work fatigue being a

statistically significant risk factor for poor sleep quality.