

# Hubungan antara Kualitas Tidur dan Kejadian Excessive Daytime Sleepiness (EDS) pada Perawat Rumah Sakit di Depok = The Relationship Between Sleep Quality and The Incidence of Excessive Daytime Sleepiness (EDS) among Hospital Nurses in Depok

Wiwik Antaroza, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920539303&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Kualitas tidur yang buruk dapat memengaruhi kejadian Excessive Daytime Sleepiness. Kejadian EDS merupakan kantuk yang berlebihan pada siang hari. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi adanya hubungan antara kualitas tidur dan kejadian Excessive Daytime Sleepiness pada perawat. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain analitik korelasional cross sectional menggunakan sampel perawat yang bekerja di salah satu rumah sakit di Kota Depok sebanyak 174 responden. Responden dipilih menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria inklusi, yaitu perawat yang melaksanakan dinas kerja shift. Kualitas tidur diukur dengan instrumen Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) dan kejadian EDS diukur menggunakan instrumen Epworth Sleepiness Scale (ESS). Uji hipotesis menggunakan uji Chi-Square menunjukkan bahwa prevalensi kualitas tidur yang buruk cukup tinggi terjadi pada perawat dan prevalensi yang cukup rendah pada perawat yang mengalami kejadian EDS. Sebanyak 98 perawat (56,3%) memiliki kualitas tidur yang buruk dan 24 perawat (13,8%) mengalami EDS. Sebanyak 13,4% perawat yang mengendarai kendaraan sendiri mengalami kejadian EDS. Terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dan kejadian EDS ( $p = 0,015$ ). Perawat yang kualitas tidurnya buruk sebanyak 3,4 kali untuk mengalami EDS (95%CI 1,2; 9,6; OR = 3,4). Terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan gadget dan kejadian EDS (OR = 6,2;  $p = 0,05$ ). Berdasarkan hasil penelitian tersebut, maka perlunya dilakukan manajemen untuk mengatasi kualitas tidur yang buruk dan meningkatkan kualitas tidur perawat yang sudah baik serta menangani masalah atau gangguan tidur dengan mengoptimalkan kesejahteraan perawat sehingga tidak mengalami kejadian EDS yang berisiko terhadap kecelakaan saat berkendara.

.....Poor sleep quality can affect the incidence of Excessive Daytime Sleepiness. EDS is excessive sleepiness during the day. This study aims to identify the relationship between sleep quality and the incidence of Excessive Daytime Sleepiness in nurses. This study is a quantitative study with a cross sectional correlational analytic design using a sample of nurses working in one of the hospitals in Depok City as many as 174 respondents. Respondents were selected using purposive sampling technique with inclusion criteria, namely nurses who carry out shift work services. Sleep quality was measured using the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) instrument and the incidence of EDS was measured using the Epworth Sleepiness Scale (ESS) instrument. Hypothesis testing using the Chi-Square test showed that the prevalence of poor sleep quality was quite high among nurses and a fairly low prevalence among nurses who experienced EDS events. A total of 98 nurses (56.3%) had poor sleep quality and 24 nurses (13.8%) experienced EDS. A total of 13.4% of nurses who drove their own vehicles experienced EDS. There is a significant relationship between sleep quality and the incidence of EDS ( $p = 0.015$ ). Nurses with poor sleep quality were 3.4 times more likely to experience EDS (95%CI (95%CI 1,2; 9,6; OR = 3.4). There is a significant relationship between gadget use and the incidence of EDS (OR = 6.2;  $p = 0.05$ ). Based on the results of this study, it is necessary to carry out management to overcome poor sleep quality and improve the

quality of sleep of nurses who are already good and deal with problems or sleep disorders by optimizing the welfare of nurses so that they do not experience EDS events that are at risk of driving accidents.