

## Hubungan antara Kualitas Tidur dan Kejadian Burnout pada Perawat Rumah Sakit di Jakarta = The Relationship between Sleep Quality and Burnout in Hospital Nurses in Jakarta

Halya Hanuna Kirana, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920544159&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Kualitas tidur buruk banyak dialami oleh perawat. Kualitas tidur yang buruk dapat menyebabkan kejadian burnout pada perawat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kualitas tidur dan kejadian burnout pada perawat di Rumah Sakit. Penelitian kuantitatif analitik korelatif dengan pendekatan cross-sectional ini melibatkan 337 perawat ruang rawat inap, ICU, IGD, dan rawat jalan yang dipilih dengan stratified random sampling di salah satu Rumah Sakit di Jakarta. Alat ukur yang digunakan adalah Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) dan Copenhagen Burnout Inventory (CBI). Pengujian hipotesis dilakukan dengan uji chi-square. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara kualitas tidur dan burnout pada perawat ( $p < 0,001$ ,  $= 0,05$ ). Selain itu didapatkan 73% perawat memiliki kualitas tidur yang buruk dan 12,2% perawat mengalami burnout berat. Penelitian ini menunjukkan bahwa kualitas tidur dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis perawat. Kejadian burnout pada perawat perlu diminimalisir dengan meningkatkan kualitas tidur perawat. Oleh karena itu, penting bagi pihak Rumah Sakit dan perawat untuk meningkatkan sleep awareness, sehingga kualitas tidur perawat menjadi lebih optimal.

.....Many nurses experience poor sleep quality. Poor sleep quality can cause burnout in nurses. This study aims to determine the relationship between sleep quality and the incidence of burnout in nurses in hospitals. This correlative analytical quantitative with a cross-sectional approach involving 337 inpatient, ICU, ER, and outpatient nurses who were selected using stratified random sampling at one of the hospitals in Jakarta. The measuring instruments used are the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) and the Copenhagen Burnout Inventory (CBI). Hypothesis testing was conducted with a chi-square statistical test. The results showed that there was a significant relationship between sleep quality and burnout in nurses ( $p=0.001$ ,  $= <0.005$ ). Apart from that, it was found that 73% of nurses have poor sleep quality and 12.2% of nurses experienced severe burnout. This study shows that sleep quality can affect the psychological well-being of nurses. Therefore, hospitals and nurses need to increase nurses' sleep awareness, so that nurses' sleep quality becomes more optimal.