

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DAN MASA KERJA DENGAN  
TINGKAT KELELAHAN KERJA PADA PERAWAT  
DI RSUD dr. RASIDIN PADANG**

“Diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan  
Pendidikan Strata 1 Kesehatan Masyarakat”



*Oleh:*

**NESA TRIYULITA  
2113201002**

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN TEKNOLOGI INFORMASI  
UNIVERSITAS ALIFAH PADANG  
TAHUN 2025**

## PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya:

|                          |                           |
|--------------------------|---------------------------|
| Nama Lengkap             | : Nesa Triyulita          |
| Nim                      | : 2113201002              |
| Tempat/ Tanggal Lahir    | : Tapan/ 15 Juli 2003     |
| Tanggal Masuk            | : 15 September 2021       |
| Program Studi            | : S1 Kesehatan Masyarakat |
| Nama Pembimbing Akademik | : Gusrianti, M.Kes        |
| Nama Pembimbing I        | : Gusrianti, M.Kes        |
| Nama Pembimbing II       | : Yulia, M.Kes            |

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul:

**“Hubungan Kualitas Tidur dan Masa Kerja dengan Tingkat Kelelahan Kerja pada Perawat di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025”.**

Apabila suatu hari nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat dalam penulisan skripsi, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan. Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padang, September 2025



Nesa Triyulita

## PERNYATAAN PERSETUJUAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Nesa Triyulita  
Nim : 2113201002  
Program Studi : S-1 Kesehatan Masyarakat  
Judul : Hubungan Kualitas Tidur dan Masa Kerja dengan Tingkat Kelelahan Kerja pada Perawat di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025

Telah disetujui untuk diseminarkan dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji Seminar Skripsi Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Alifah Padang.

Padang, September 2025

Pembimbing I



Gusrianti, M.Kes

Pembimbing II



Yulia, M.Kes

Disahkan oleh

Dekan

Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi



Ns. Syalvia Oresti, M.Kep, Ph.D

## PERNYATAAN PENGUJI

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Nesa Triyulita

Nim : 2113201002

Program Studi : S-1 Kesehatan Masyarakat

Judul : Hubungan Kualitas Tidur dan Masa Kerja dengan Tingkat Kelelahan Kerja pada Perawat di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Dewan Penguji Seminar Hasil Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi Universitas Alifah Padang.

Padang, September 2025

### DEWAN PENGUJI

Pembimbing I  
**Gusrianti, M.Kes**

(.....)

Pembimbing II  
**Yulia, M.Kes**

(.....)

Penguji I  
**Dr. Eri Wahyudi, M.Kes**

(.....)

Penguji II  
**Wilda Tri Yuliza, M.Kes**

(.....)

Disahkan oleh  
Dekan  
Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi



**Ns. Syalvia Oresti, S.Kep.,M.Kep, Ph.D**

## UNIVERSITAS ALIFAH PADANG

Skripsi, September 2025

### Nesa Triyulita

Hubungan Kualitas Tidur dan Masa Kerja dengan Tingkat Kelelahan Kerja pada Perawat di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025

xiv+ 63 Halaman +9 Tabel +2 Gambar +10 Lampiran

### ABSTRAK

Menurut hasil survey PPNI tahun 2023 didapatkan 50,9% perawat yang bekerja di empat provinsi di Indonesia mengalami kelelahan kerja. Berdasarkan data yang didapatkan dari Dinas Provinsi Sumatera Barat (2023) didapatkan hasil kelelahan kerja pada perawat sebesar 59,5%. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kualitas tidur dan masa kerja dengan tingkat kelelahan kerja pada perawat di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025.

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di RSUD dr. Rasidin Padang pada bulan Maret sampai Agustus 2025. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh perawat di RSUD dr. Rasidin Padang sebanyak 180 orang dengan sampel sebanyak 65 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *proporsional random sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan teknik wawancara. Data dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi-square*.

Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 52,3% perawat mengalami kelelahan kerja, sebanyak 53,8% perawat memiliki kualitas tidur yang buruk dan sebanyak 63,1% perawat memiliki masa kerja yang berisiko (>5 tahun). Terdapat hubungan kualitas tidur ( $p\text{-value}= 0,000$ ) dan masa kerja ( $p\text{-value}= 0,000$ ) dengan kelelahan kerja pada perawat.

Terdapat hubungan hubungan kualitas tidur dan masa kerja dengan tingkat kelelahan kerja pada perawat di RSUD dr. Rasidin Padang. Disarankan kepada Direktur RSUD. dr. Rasidin Padang, agar dapat dijadikan sebagai masukan bagi tenaga kesehatan khususnya petugas keperawatan tentang hubungan kualitas tidur dan masa kerja dengan tingkat kelelahan kerja pada perawat.

**Daftar Bacaan : 45 (2017-2024)**

**Kata Kunci : Kelelahan kerja, Kualitas tidur, Masa kerja, Perawat**

**UNIVERSITAS ALIFAH PADANG**

*Skripsi, September 2025*

**Nesa Triyulita**

*The relationship of sleep quality and length of Service with the level of work fatigue in nurses in hospitals dr. Rasidin Padang Year 2025*

*xiv+ 63 pages +9 tables+ 2 figures+ 10 attements*

**ABSTRACT**

*According to the results of the PPNI survey in 2023, 50.9% of nurses working in four provinces in Indonesia experience work fatigue. Based on data obtained from the West Sumatra provincial office (2023), the results of work fatigue in nurses are 59.5%. This study aims to determine the relationship of sleep quality and length of service with the level of work fatigue in nurses at RSUD dr. The 2025 Race.*

*This type of research is quantitative with cross sectional design. This research was conducted at Dr. Rasidin Padang in March to August 2025. The population in this study is all nurses in the hospital dr. Field Rasidin as many as 180 people with a sample of 65 people. Sampling was done by proportional random sampling technique. Data collection using questionnaires with interview techniques. The Data were analyzed univariate and bivariate using Chi-square test.*

*The results showed that 52.3% of nurses experienced work fatigue, 53.8% of nurses had poor sleep quality and 63.1% of nurses had a risky working period (>5 years). There is a relationship between sleep quality ( $p\text{-value} = 0.000$ ) and length of Service ( $p\text{-value} = 0.000$ ) with work fatigue in nurses.*

*There is a relationship between sleep quality and length of service with the level of work fatigue in nurses at the hospital dr. Rasidin Padang. Suggested to the director of the hospital. dr. Rasidin Padang, in order to be used as input for health workers, especially nursing officers about the relationship of sleep quality and length of service with the level of work fatigue in nurses.*

**Reading List : 45 (2017-2024)**

**Keywords : work fatigue, sleep quality, length of Service, nurses**