

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN *SHIFT* KERJA DENGAN KEJADIAN *SLEEP PARALYSIS*
PADA PERAWAT DI RSUD TOTO KABILA
KABUPATEN BONE BOLANGO**

Oleh :

**RACHMAT KOERNIAWAN LIPUTO
NIM. 841416175**

Telah diperiksa dan disetujui

Pembimbing I

Pembimbing II

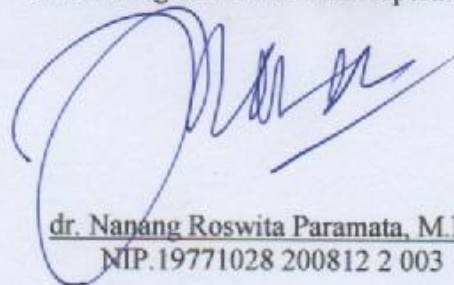


DR. H. Lintje Boekoesoe, M.Kes
NIP.19590110 198603 2 003



Ns. Wirda Y. Dulahu, M.Kep
NIP.19870323 201504 2 002

Mengetahui,
Ketua Progeam Studi Ilmu Keperawatan



dr. Nanang Roswita Paramata, M.Kes
NIP.19771028 200812 2 003

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi yang Berjudul

**HUBUNGAN *SHIFT* KERJA DENGAN KEJADIAN *SLEEP PARALYSIS* PADA
PERAWAT DI RSUD TOTO KABILA
KABUPATEN BONE BOLANGO**

Oleh

**RACHMAT KOERNIAWAN LIPUTO
NIM. 841416175**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Hari / Tanggal : Kamis, 28 Desember 2017

Waktu : Pukul 13.00 s/d selesai

Penguji :

1. DR. Hj. Lintje Boekoesoe, M.Kes
NIP. 19590110 198603 2 003
2. Ns. Wirda Y. Dulahu, M.Kep
NIP. 19870323 201504 2 002
3. dr. Edwina R. Monayo, M.Biomed
NIP. 19830906 200812 2 004
4. Ns. Ramang Said Hasan, M.Kep
NIP. 19730607 199603 1 001

()
()
()
()



ABSTRAK

Rachmat Koerniawan Liputo. 2017. *Hubungan Shift Kerja dengan Kejadian Sleep paralysis pada Perawat di RSUD Toto Kabila Kabupaten Bone Bolango.* Skripsi, Jurusan Keperawatan, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo. Pembimbing I DR. Hj. Lintje Boekosoe, M.Kes dan Pembimbing II Wirda Y. Dulahu, Ns, M. Kep.

Shift kerja merupakan pilihan dalam cara pengorganisasian kerja yang tercipta karena adanya keinginan untuk memaksimalkan produktivitas kerja. Dampak yang sering dihubungkan dengan kerja *shift* adalah kelelahan umum atau general fatigue serta gangguan tidur. Gangguan tidur merupakan salah satu jenis penyakit yang cukup mengganggu dan sangat mempengaruhi aktivitas sehari-hari. Kurangnya durasi dan kualitas tidur saat malam hari dapat membuat kelelahan saat bangun, merasa mengantuk, serta tidak konsentrasi di pagi hingga siang harinya. Salah satu gangguan tidur yang menjadi fenomena adalah *sleep paralysis*. Istilah fenomena tidur lumpuh atau *sleep paralysis* merupakan fenomena yang hampir setiap manusia pernah mengalaminya. Setidaknya sekali atau dua kali dalam hidupnya dan bisa terjadi pada siapa saja. Perubahan ritme tidur, irama sirkadian merupakan salah satu penyebab seseorang dapat mengalami *sleep paralysis*.

Desain penelitian yang digunakan adalah *survey analitik*, dengan pendekatan *cross sectional* Populasi dalam penelitian ini adalah semua perawat di RSUD Toto Kabila. Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Sampel penelitian berjumlah 125 perawat. Analisis yang digunakan adalah Uji *Chi-Square*.

Hasil Penelitian menunjukkan sebanyak 19,2% (n=24) perawat mengalami *sleep paralysis* dan 80,8% (n=1) tidak mengalami *sleep paralysis*. Sementara perawat yang mengalami *sleep paralysis* di *shift* permanen sebanyak 6,4% (n=8) dan *shift* rotasi 12,8% (n=16). Berdasarkan hasil analisis statistik dengan uji *chi-square* diperoleh nilai p value = 0.130 ($p > 0.05$). Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan hasil dinyatakan tidak bermakna/tidak ada hubungan yang signifikan antara *shift* kerja dengan kejadian *sleep paralysis*..

Kata Kunci : *Shift Kerja, Sleep paralysis.*

ABSTRACT

Liputo, Rachmat Koerniawan. 2017. *The Interrelation between Working Shift and Sleep Paralysis Cases in Nurses in Toto Public Hospital, Kabila, Bone Bolango Regency.* Undergraduate Thesis. Department of Nursing Sciences, Faculty of Sports and Health, Universitas Negeri Gorontalo. Principal Advisor: Dr. Hj. Lintje Boekosoe, M.Kes. Co-supervisor: Wirda Y. Dulahu, Ns., M.Kep.

Working shift refers to a management of working organization to maximize working productivity. However, there are some drawbacks of working shift, such as general fatigue and sleep paralysis. These affect one's productivity, especially in daily activities. The most problematic issue is sleep paralysis experienced by most people for more than one time. This decreases the duration of sleeping and causes fatigue when a person gets up, feeling dizzy, as well as lowering their concentration during working. It is believed that changes in the sleeping habit and circadian rhythm are the causes of sleep paralysis.

This analytical survey research employed *cross-sectional* approach. All nurses working in Toto Public Hospital were involved as the population of this research. Furthermore, as many as 125 nurses were selected as the sample by using *purposive sampling*. The data were analyzed by applying *chi-square* test.

The results reveal that 19.2% of the nurses (n=24) suffer from sleep paralysis while the rest 80.8% (n=1) have no issue with sleep. Also, the percentages of sleep paralysis in nurses with permanent working (n=8) shift and rotational working shift (n=16) are 6.4% and 12.8% respectively. The result of *chi-square* test reveals that the p-value = 0.130 ($p > 0.05$). In other words, there is no significant correlation between working shift and sleep paralysis.

Keywords: Working Shift, Sleep Paralysis.

