

**GAMBARANTINGKATKELELAHAN DANKUALITASTIDURPADA
PERAWATKILANGDAILYCHECKUP(DCU)DIKILANG
PERTAMINAREFENERYUNIT(RU)IVCILACAP**

SKRIPSI



Oleh :

FARIQ AAN KUNAEFI

NIM. 31121222009

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS AL IRSYAD
CILACAP**

2024

**GAMBARANTINGKATKELELAHAN DANKUALITASTIDURPADA
PERAWATKILANGDAILYCHECKUP(DCU)DIKILANG
PERTAMINAREFENERYUNIT(RU)IVCILACAP**

SKRIPSI



**Diajukan Sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)
Pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-
Irsyad Cilacap**

Oleh :

FARIQ AAN KUNAEFI

NIM. 31121222009

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS AL-IRSYAD
CILACAP**

2024

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS ATAU KEASLIAN PENELITIAN

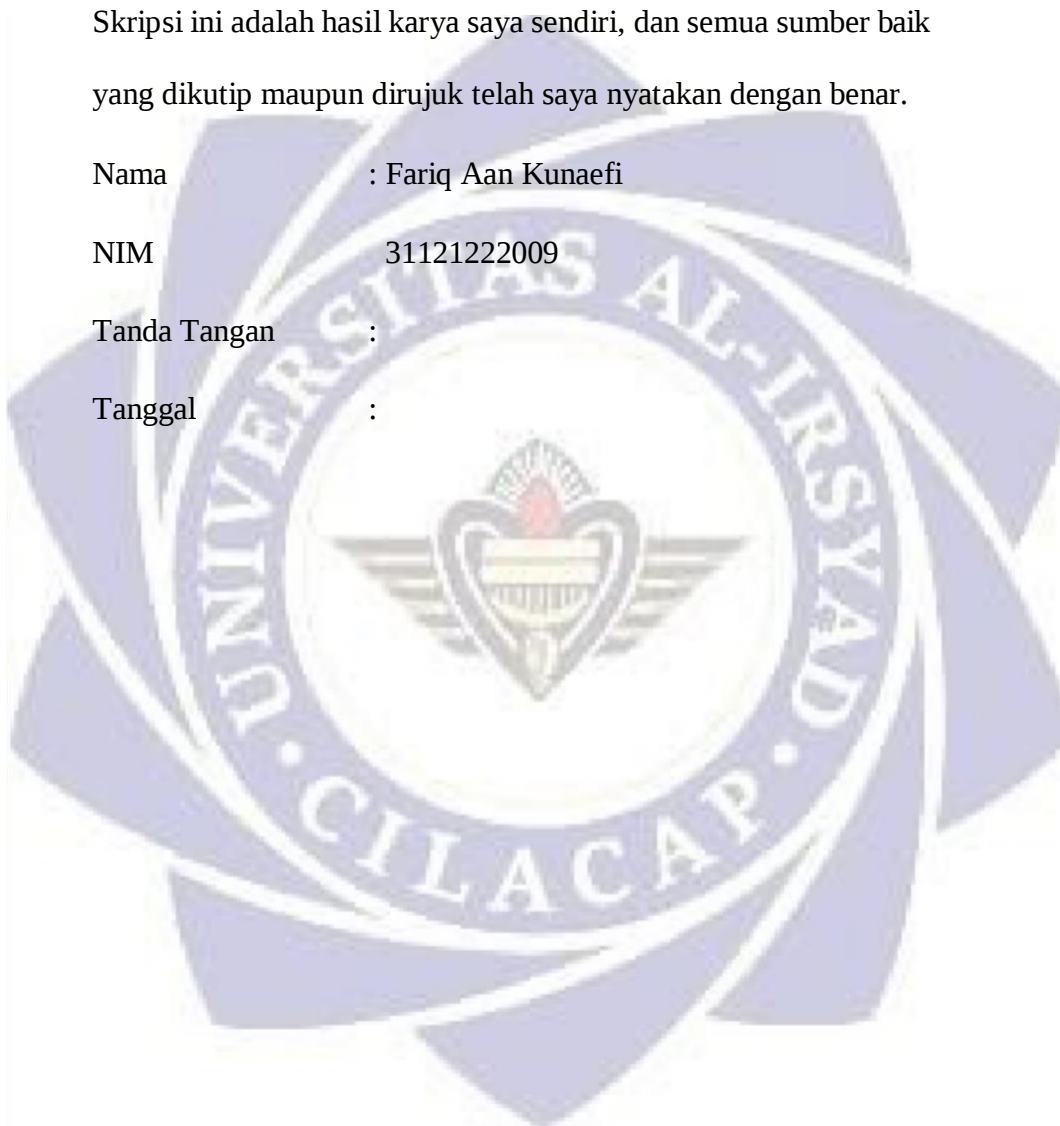
Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Fariq Aan Kunaefi

NIM 31121222009

Tanda Tangan :

Tanggal :



HALAMAN PERSETUJUAN

GAMBARAN TINGKAT KEFELAHAN DAN KUALITAS TIDUR PADA
SKRIPSI

Disusun Oleh :

FARIO AAN KUNAEFI

NIM. 31121222009

Skripsi ini telah Disetujui

Tanggal : Juli 2024

Pembimbing Utama : Suko Pranowo, M. Kep., Ns. (.....)

Pembimbing Anggota : Laeli Farkhah, M.Kep., Ns. (.....)

Mengetahui,
Ketua Program Studi S-1 Keperawatan
Universitas Al-Irsyad Cilacap

HALAMAN PENGESAHAN

Proposal Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : FARIQ AAN KUNAEFI
NIM : 31121222009
Program Studi : S1 Keperawatan
Judul : Gambaran Tingkat Kelelahan dan Kualitas Tidur Pada Perawat Kilang *Daily Check Up* (DCU)

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap

DEWAN PENGUJI :

Penguji I : Trimeilia S, S.Kp., M.Kes.

(.....)

Penguji II : Suko Pranowo, M. Kep., Ns.

(.....)

Penguji III : Evy Apriani, M.Kep., Ns..

(.....)

Ditetapkan di : CILACAP

Tanggal : 25 Juli 2024



Mengesahkan :
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Al-Irsyad Cilacap

Sohimah, S.ST., M. Keb.
NIP. 10310 03 469

KATAPENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Al-Irsyad Cilacap. Saya menyadari bahwa banyak dukungan dan bimbingan serta arahan dari berbagai pihak mulai dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Sarwa, AMK., S.Pd., M.Kes. selaku Rektor Universitas Al-Irsyad Cilacap
2. Sohimah, M.Keb. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap
3. Evy Apriani, M.Kep., Ns. selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Universitas Al-Irsyad Cilacap
4. Trimeilia S, S.Kp., M.Kes. selaku penguji utama
5. Suko Pranowo, M.Kep., Ns. selaku dosen pembimbing utama yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini
6. Laeli Farkhah, M.Kep., Ns selaku dosen pembimbing anggota yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini
7. PT. Kilang Pertamina Internasional RU IV Cilacap yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang saya perlukan
8. Orang tua dan keluarga saya yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Cilacap, Juli 2024

Penulis

DAFTAR ISI

COVER	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS ATAU KEASLIAN PENELITIAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR BAGAN	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRAK.....	xii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II.....	10
TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORI	10
A. Tinjauan Pustaka	10
1. Kelelahan Kerja.....	10
2. Kualitas Tidur.....	23
3. Perawat	29
4. Kesehatan dan Keselamatan Kerja	38
B. Kerangka Teori.....	42
BAB III.....	43
METODE PENELITIAN	43
A. Kerangka Konsep	43
B. Hipotesis Penelitian	43
C. Variabel Penelitian	44

D. Definisi Operasional, Variabel Penelitian, Skala Pengukuran.....	44
E. Desain Penelitian.....	46
F. Populasi dan Sampel	46
G. Tempat Penelitian dan Waktu Penelitian.....	50
H. Etika Penelitian.....	50
I. Teknik Pengumpulan Data	53
J. Prosedur Pengumpulan Data.....	59
K. Analisa Data	61
BAB IV	65
HASIL PENELITIAN.....	65
A. Karakteristik Responden.....	65
B. Gambaran Tingkat Kelelahan Perawat Kilang <i>Daily Check Up</i> (DCU).....	67
C. Gambaran Kualitas Tidur Perawat Perawat Kilang <i>Daily Check Up</i> (DCU) 68	
BAB V.....	69
PEMBAHASAN	69
A. Interpretasi Dan Diskusi Hasil	69
B. Keterbatasan Penelitian.....	74
C. Implikasi terhadap pelayanan dan penelitian	75
BAB VI	77
KESIMPULAN DAN SARAN.....	77
A. Kesimpulan	77
B. Saran.....	77
DAFTAR PUSTAKA	79
DAFTAR LAMPIRAN	83

DAFTARISI

viii

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Tabel gejala kelelahan.....	14
Tabel 2. 2 Nilai tingkat kelelahan dengan waktu pengukuran 2 menit	18
Tabel 2. 3 Tabel Kualitas Tidur	23
Tabel 3. 1 Definisi Operasional, Variabel Penelitian dan Skala Pengukuran.....	45
Tabel 3. 2 <i>Coding</i> Tingkat kelelahan dan kualitas tidur.....	62
Tabel 4. 1 Karakteristik Usia, Jenis Kelamin, Pendidikan Perawat DCU Pertamina RU IV	66
Tabel 4. 2 Gambaran Tingkat Kelelahan Perawat <i>Daily Check Up</i> (DCU) di Kilang Pertamina RU IV Cilacap	67
Tabel 4. 3 Gambaran Kualitas Tidur Perawat Perawat Kilang <i>Daily Check Up</i> (DCU) Pertamina RU IV	68



DAFTARBAGAN

Bagan 2. 1 Kerangka Teori.....	42
Bagan 3. 1 Kerangka Konsep penelitian	43



DAFTARLAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat izin penelitian
- Lampiran 2 Informed consent
- Lampiran 3 Kuesioner
- Lampiran 4 Data hasil penelitian
- Lampiran 5 Lembar konsul proposal dan hasil skripsi



GAMBARANTINGKATKELELAHAN DANKUALITASTIDURPADA PERAWAT KILANG *DAILY CHECK UP* (DCU)

*Image Fatigue Levels And Sleep Quality In Daily Check-Up (Dcu) Refinery
Nurses*

Fariq Aan Kunaefi¹, Suko Pranowo², Laeli Farkhah³

^{1,2,3}*University of Al-Irsyad Cilacap*

Jl. Cerme No. 24 Sidanegara Cilacap

ABSTRAK

Penelitian ini meneliti tingkat kelelahan dan kualitas tidur pada perawat di bagian *Daily Check Up* (DCU) di kilang Pertamina RU IV Cilacap. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi prevalensi masalah kelelahan dan kualitas tidur di antara para perawat tersebut, mengingat jadwal kerja mereka yang padat dan pola shift kerja yang tidak teratur. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 45% responden mengalami kelelahan ringan, sementara 55% mengalami kelelahan sedang. Tidak ada responden yang melaporkan kelelahan yang parah atau sangat parah. Mengenai kualitas tidur, 70% responden melaporkan kualitas tidur yang buruk, sementara hanya 30% yang melaporkan kualitas tidur yang baik. Temuan ini menunjukkan bahwa, meskipun tingkat kelelahan masih dapat ditangani, kualitas tidur tetap menjadi masalah yang signifikan bagi sebagian besar perawat DCU. Kondisi ini berpotensi mempengaruhi kinerja dan kesejahteraan mereka secara keseluruhan.

Kata kunci: kelelahan, kualitas tidur, perawat, DCU, Pertamina RU IV Cilacap

ABSTRACT

This study examines the level of fatigue and sleep quality among nurses in the Daily Check Up (DCU) at the Pertamina RU IV refinery in Cilacap. The research aims to identify the prevalence of fatigue and sleep quality issues among these nurses, given their demanding work schedules and irregular shift patterns. The results indicate that 45% of respondents experience mild fatigue, while 55% experience moderate fatigue. None of the respondents reported severe or very severe fatigue. Regarding sleep quality, 70% of the respondents reported poor sleep quality, while only 30% reported good sleep quality. The findings suggest that, although fatigue levels are manageable, sleep quality remains a significant issue for the majority of DCU nurses. This condition has the potential to affect their overall performance and well-being.

Keywords: *fatigue, sleep quality, nurses, DCU, Pertamina RU IV Cilacap*