

**HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DENGAN TEKANAN DARAH
PADA PEKERJA PABRIK DENGAN SISTEM ROTASI SHIFT**

SKRIPSI

**Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Mencapai Derajat Sarjana Kedokteran**



Disusun oleh :

ERWIN IMAWAN

J500110056

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2015

SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DENGAN TEKANAN DARAH
PADA PEKERJA PABRIK DENGAN SISTEM ROTASI SHIFT**

Yang diajukan Oleh :

Erwin Imawan

J500110056

**Telah disetujui dan dipertahankan dihadapan dewan penguji skripsi
Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada hari rabu 4 februari 2015.**

Penguji

Nama : dr. M. Shoim Dasuki, M.Kes

(.....)

Pembimbing Utama

Nama : dr. Sigit Widyatmoko, , Sp. PD, M.Kes

(.....)

Pembimbing Pendamping

Nama : dr. Safari Wahyu Jatmiko

(.....)

Dekan FK UMS

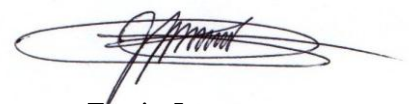
Prof. Dr. Bambang Seebagyo, dr. Sp. A (K)

NIK. 400.1243

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi, sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali dalam naskah ini dan disebutkan dalam pustaka.

Surakarta, 8 januari 2015

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Erwin Imawan', enclosed within a large, loopy oval stroke.

Erwin Imawan
J5001110056

MOTTO

Sabar dan syukur adalah kunci kesuksesan.

Setiap langkah niatkanlah ibadah (Ayah penulis)

Sebaik-baiknya manusia adalah yang paling bemanfaat bagi orang lain (HR. Ahmad)

Karena sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan (QS. 94:5).

Sesungguhnya sholatku, ibadahku, hidupku dan matiku hanya untuk Allah Rabb alam semesta (Qs. Al An'am : 162)

Kita tak pernah menanamkan apa-apa, kita takkan pernah kehilangan apa-apa (Soe Hok Gie)

PERSEMBAHAN

Teruntuk ayahku Sri Mulyono, terima kasih untuk segalanya, terima kasih untuk setiap doamu di setiap ujung malammu, dan terima kasih atas ketulusanmu mengantarkanku menggapai citaku, terima kasih untuk semua pengorbananmu, terima kasih ayah.

Teruntuk ibuku Sarmini, terima kasih untuk perhatianmu padaku, terima kasih untuk besarnya dukunganmu, terima kasih untuk segala yang kau curahkan untukku sejak aku masih dirahimmu hingga kini, terima kasih ibu.

Teruntuk adikku Erlin, terima kasih untuk menjadi teman di saat sulit, engkau lebih dari saudariku, kelak kita akan menggapai cita kita untuk membahagiakan mereka, terima kasih adik.

Teruntuk Seorang terkasih seperjuangan, terima kasih untuk menjadi semangatku, terima kasih untuk semua motivasimu padaku, sedari awal penulisan, terima kasih

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah Yang Maha Pengasih atas karunia dan kasih sayangNya sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan. Skripsi dengan judul “Hubungan antara kualitas tidur dengan tekanan darah pada pekerja pabrik dengan sistem rotasi shift” ini diajukan dalam rangka memenuhi syarat untuk meraih gelar sarjana kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Dengan selesainya penyusunan skripsi ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. Bambang Soebagyo, dr, Sp.A. (K), selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. dr. Dodik Nursanto, selaku kepala biro skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. dr. Sigit Widyatmoko, M.Kes, Sp.PD , selaku dosen pembimbing I yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, saran, dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
4. dr. Safari Wahyu Jatmiko, selaku pembimbing II yang telah memberikan saran, kritik, serta dukungan dalam penyusunan skripsi ini.
5. dr. M. Shoim Dasuki, M.Kes, selaku penguji yang telah memberikan kritik serta saran untuk skripsi ini.
6. Seluruh dosen dan staf pengajar Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan ilmu kepada penulis dan seluruh mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.
7. Segenap keluarga besar pekerja pabrik PT. Ina Karya Jaya yang telah bersedia menjadi bagian penting dan membantu kelancaran penelitian ini.
8. Segenap keluarga besar Pimpinan PT. Ina Karya Jaya yang telah memberikan ijin sebagai tempat penelitian dan membantu kelancaran penelitian ini.
9. Bapakku terkasih, Ibuku terkasih, dan adikku tercinta yang telah

memberikan semangat, kasih sayang, serta doa yang tidak pernah berhenti untuk penulis.

10. Teman-teman Parang Canthel: Najib Rofi'i, Cristyan Ardyatma, Kakung Satriya, Rizky Arya, Jumadi Akbar, Nur Ikhwana, Fardhika, Adhelina, Rahma Lionita yang telah menjadi teman sekaligus saudara penulis dalam suka duka pembuatan skripsi ini.
11. Teman-teman seperjuangan dalam pembuatan skripsi Ilmu Penyakit Dalam : Annas Syahirul, Nugroho Dwi, Arkan Adi, Taufik Budiman, Dian Mahfud untuk saran dan bantuan dalam penyusunan skripsi ini.

Surakarta, 8 Januari 2015

A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'J. Mahfud', enclosed within a large, loopy oval shape.

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN	iii
MOTTO	iv
PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR ISTILAH	xi
ABSTRAK	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	3
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	4
A. Tidur	4
1. Pengertian	4
2. Fisiologi Tidur	4
3. Kualitas Tidur	5
4. Efek Kurang Tidur	5
5. Adab Tidur Dalam Islam	6
B. Tekanan Darah	7
1. Pengertian	7
2. Pengukuran Tekanan Darah	7
C. Hipertensi	8
1. Pengertian	8
2. Klasifikasi	9
3. Patogenesis	9

D. Sistem Shift	13
1. Pengertian	13
2. Regulasi	13
E. Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Pekerja Dengan Sistem Rotasi Shift	15
F. Kerangka Konsep	19
G. Hipotesis	20
BAB III METODE PENELITIAN	21
A. Desain Penelitian	21
B. Tempat dan Waktu Penelitian	21
C. Populasi Penelitian	21
D. Sampel dan Teknik Sampling	21
E. Estimasi Besar Sampel	22
F. Kriteria Restriksi	22
G. Identifikasi Variabel	23
H. Definisi Operasional	23
I. Instrumen Penelitian	24
J. Analisis Data	25
K. Jadwal Penelitian	26
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	27
A. Hasil	27
1. Hasil Deskriptif	27
2. Analisis Statistik	29
B. Pembahasan	30
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	33
A. Kesimpulan	33
B. Saran	33
DAFTAR PUSTAKA	34
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Klasifikasi Tekanan Darah Untuk Dewasa Umur ≥ 18 Tahun menurut JNC 8	9
Tabel 2. Jadwal Penelitian	26
Tabel 3. Distribusi Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin	27
Tabel 4. Distribusi Sampel Berdasarkan Usia	27
Tabel 5. Distribusi Sampel Berdasarkan Tekanan Darah	28
Tabel 6. Distribusi Sampel Berdasarkan Kualitas Tidur	28
Tabel 7. Analisis <i>Range Spearman</i> untuk Mengetahui Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Sistolik Pada Pekerja Pabrik Dengan Sistem Rotasi Shift	29
Tabel 8. Analisis <i>Range Spearman</i> untuk Mengetahui Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Diastolik Pada Pekerja Pabrik Dengan Sistem Rotasi Shift	29

DAFTAR ISTILAH

Depkes RI	: Departemen Kesehatan Republik Indonesia
<i>HDL</i>	: <i>High Density Lipoprotein</i>
<i>HIV</i>	: <i>Human Immunodeficiency Virus</i>
HR	: Hadist Riwayat
<i>JNC</i>	: <i>Joint National Committee</i>
K3	: Kesehatan dan Keselamatan Kerja
<i>NREM</i>	: <i>Non Rapid Eye Movement</i>
<i>PSQI</i>	: <i>The Pittsburgh Sleep Quality Index</i>
PT	: Perseroan Terbatas
<i>REM</i>	: <i>Rapid Eye Movement</i>
Riskesdas	: Riset Kesehatan Dasar
RSUD	: Rumah Sakit Umum Daerah
<i>WHO</i>	: <i>World Health Organization</i>

HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DENGAN TEKANAN DARAH PADA PEKERJA PABRIK DENGAN SISTEM ROTASI SHIFT

Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta
Erwin Imawan, Sigit Widyatmoko, Safari Wahyu Jatmiko

ABSTRAK

Latar Belakang : Kualitas tidur merupakan salah satu subjek kesehatan yang memicu terjadinya peningkatan tekanan darah dan hiperaktifitas saraf simpatis yang diakibatkan gangguan irama sirkadian. Sistem shift memungkinkan terjadinya perubahan kualitas tidur. Pada pekerja shift malam khususnya berkaitan dengan gangguan pola tidur pada saat bekerja yang dapat memicu perubahan tekanan darah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui korelasi antara kualitas tidur dengan tekanan darah pada pekerja pabrik dengan sistem rotasi shift.

Metode : Penelitian ini menggunakan desain penelitian observasional analitik dengan pendekatan cross sectional. Jumlah responden penelitian sebanyak 51 sampel pekerja pabrik dipilih dengan menggunakan teknik purposive sampling. Penelitian ini dimulai dari penyebaran dan penulisan lembar persetujuan kepada responden, pengukuran tekanan darah sebanyak tiga kali, dan penilaian kualitas tidur yang dinilai menggunakan kuesioner. Data dianalisis dengan menggunakan uji korelatif Spearman.

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan jumlah sampel terbesar adalah sampel pria yaitu 26 sampel dan kelompok usia terbesar 19-22 tahun. Kualitas tidur terbanyak adalah kualitas tidur buruk. Hasil penelitian didapatkan bahwa tidak terdapat korelasi antara kualitas tidur dengan tekanan darah sistolik $p=0,739$ dan diastolik $p=0,802$ ($p>0,05$) pada pekerja dengan sistem rotasi shift.

Kesimpulan : Penelitian ini menyimpulkan bahwa tidak ada hubungan.

Kata kunci : Kualitas Tidur, Tekanan Darah, Pekerja Pabrik, Sistem Rotasi Shift

RELATION BETWEEN THE QUALITY SLEEP WITH BLOOD PRESSURE IN FACTORY WORKERS WITH SHIFT ROTATION SYSTEM

*Faculty of Medicine, Muhammadiyah University of Surakarta
Erwin Imawan , Sigit Widyatmoko, Safari Wahyu Jatmiko*

ABSTRACT

Background: Quality of sleep is one of the subjects of health that lead to an increase in blood pressure and sympathetic nerve hyperactivity caused by circadian rhythm disorders. Shift system allows for changes in the quality of sleep. At night shift workers especially associated with disruption of sleep patterns at work that can trigger changes in blood pressure. This study aims to determine the correlation between sleep quality with blood pressure on factory workers with shift rotation system.

Methods: This study used analytic observational study design with cross sectional approach. The number of survey respondents were 51 samples selected factory workers using purposive sampling technique. This study starts from the deployment and writing consent form to the respondent, the measurement of blood pressure three times, and assessment of sleep quality were assessed using a questionnaire. Data were analyzed using Spearman correlative test

Results: The results showed the largest amount of sample is a sample of men with 26 samples and the largest age group of 19-22 years. Quality of sleep most nation points is poor sleep quality. The results showed that there is no correlation between sleep quality with systolic blood pressure and diastolic $p = 0.739$ $p = 0.802$ ($p > 0.05$) in workers with shift rotation system.

Conclusion: This study concluded that there was no relationship.

Keywords: Sleep Quality, Blood Pressure, Factory Worker, Shift Rotation System