

HUBUNGAN ANTARA SHIFT KERJA DENGAN GANGGUAN TIDUR PERAWAT RAWAT INAP RUMAH SAKIT BETHESDA YOGYAKARTA

**Untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran
Pada Fakultas Kedokteran
Universitas Kristen Duta Wacana**



**Disusun Oleh :
Yohanes Sigit Permana
41100066**

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA
YOGYAKARTA**

2015

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi dengan judul:

**HUBUNGAN ANTARA SHIFT KERJA DENGAN GANGGUAN TIDUR
PERAWAT RAWAT INAP RUMAH SAKIT BETHESDA YOGYAKARTA**

Telah diajukan dan dipertahankan oleh:

YOHANES SIGIT PERMANA
41100066

dalam Ujian Skripsi Program Studi Pendidikan Dokter
Fakultas Kedokteran
Universitas Kristen Duta Wacana
dan dinyatakan **DITERIMA**
untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Kedokteran pada tanggal 23 April 2015

Nama Dosen

dr. Venny Pungus, Sp.KJ
(Dosen Pembimbing I)

dr. Sudharmadji, Sp.Rad., MPH
(Dosen Pembimbing II)

dr. Mahar Agusno, Sp.KJ
(Dosen Penguji)

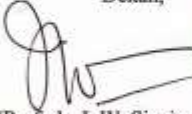
Tanda Tangan

Yogyakarta, 27 April 2015

DU TA WACANA

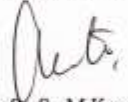
Disahkan Oleh:

Dekan,


(Prof. dr. J. W. Siagian, Sp.PA)



Wakil Dekan I Bidang Akademik,


(dr. Sugianto, Sp.S., M.Kes., Ph.D)

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH

Saya menyatakan bahwa sesungguhnya skripsi dengan judul:

HUBUNGAN ANTARA SHIFT KERJA DENGAN GANGGUAN TIDUR PERAWAT RAWAT INAP RUMAH SAKIT BETHESDA YOGYAKARTA

Yang saya kerjakan untuk melengkapi sebagian syarat untuk menjadi Sarjana pada Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana Yogyakarta, adalah bukan hasil tiruan atau duplikasi dari karya pihak lain di Perguruan Tinggi atau instansi manapun, kecuali bagian yang sumber informasinya sudah dicantumkan sebagaimana mestinya.

Jika dikemudian hari didapati bahwa hasil skripsi ini adalah hasil plagiasi atau tiruan dari karya pihak lain, maka saya bersedia dikenai sanksi yakni pencabutan gelar saya.

Yogyakarta, 23 April 2015



Yohanes Sigit Permana

NIM: 41100066

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana, yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : Yohanes Sigit Permana

NIM : 41100066

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Kristen Duta Wacana Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non Exclusive Royalti-Free Right*), atas karya ilmiah saya yang berjudul :

HUBUNGAN ANTARA SHIFT KERJA DENGAN GANGGUAN TIDUR PERAWAT RAWAT INAP RUMAH SAKIT BETHESDA YOGYAKARTA

Dengan hak bebas royalti non eksklusif ini, Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan karya tulis ilmiah selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya

Yogyakarta, 23 April 2015

Yang menyatakan,

Yohanes Sigit Permana

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan atas berkat dan penyertaan-Nya sehingga penyusunan karya tulis ilmiah dengan judul “Hubungan Antara Shift Kerja dengan Gangguan Tidur Perawat Rawat Inap Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta” dapat diselesaikan dengan baik.

Dalam proses penyusunan karya tulis ilmiah ini banyak terdapat kendala dan pelaksanaannya tidak lepas dari bantuan banyak pihak. Penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada berbagai pihak yang selama ini telah membantuproses penyelesaian karya tulis ilmiah ini, yaitu :

1. dr. Venny Pungus, Sp.KJ selaku dosen pembimbing pertama dalam penulisan karya tulis ilmiah ini.
2. dr. Sudharmadji, Sp.Rad., MPH selaku dosen pembimbing kedua dalam penulisan karya tulis ilmiah ini.
3. dr. Mahar Agusno, Sp.KJ selaku dosen penguji dalam penulisan karya tulis ilmiah ini.
4. Seluruh dosen dan staf Universitas Kristen Duta Wacana terutama Fakultas Kedokteran yang telah banyak membantu selama proses penulisan karya tulis ilmiah ini.
5. Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta terutama staf dan perawat bagian rawat inap yang telah membantu dalam proses pengumpulan data untuk penyusunan karya tulis ilmiah ini.
6. Keluarga dan orang terdekat penulis : Ignatius Riyanto, Yuliana Rubiyati, dan Silvia Pristi untuk segala dukungannya yang membantu proses penyelesaian karya tulis ilmiah ini.
7. Teman-teman seperjuangan saat bimbingan. Andre yang sudah banyak membantu dalam pengolahan data dan memberikan motivasi.

8. Semua teman-teman Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana terutama angkatan 2010.
9. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu yang telah membantu selama proses penyusunan karya tulis ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan dalam karya tulis ilmiah ini, oleh sebab itu dengan segala kerendahan hati penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan karya tulis ilmiah ini. Semoga penulisan karya tulis ilmiah ini bermanfaat bagi berbagai pihak.

Yogyakarta, 23 April 2015

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

LEMBAR PENGESAHAN	i
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
ABSTRAK.....	xi
ABSTRACT.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Perumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	4
E. Keaslian Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Perawat dan Tugasnya	6
B. Pengaruh Sistem Giliran Kerja Terhadap Perawat	7
C. Tidur	8
D. Gangguan Tidur Irama Sirkadian	9

E.	Hubungan Irama Sirkadian dengan Melatonin	10
F.	Kerangka Konsep	11
G.	Hipotesis	12
BAB III	METODE PENELITIAN	13
A.	Rancangan Penelitian	13
B.	Waktu dan Tempat	13
C.	Populasi dan Sampel Penelitian	13
D.	Besar Sampel	14
E.	Variabel yang Digunakan	15
F.	Definisi Operasional	16
G.	Instrumen Penelitian	16
H.	Teknik Pengumpulan Data	17
I.	Metode Analisis	18
J.	Jadwal Penelitian	18
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN	19
A.	Hasil Penelitian	19
B.	Pembahasan	26
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	33
A.	Kesimpulan	33
B.	Saran	33
DAFTAR PUSTAKA		34
LAMPIRAN		36
DAFTAR RIWAYAT HIDUP SINGKAT PENULIS.....		44

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Jadwal Penelitian	18
Tabel 2 Karakteristik Dasar Responden	20
Tabel 3 Perbandingan Karakteristik Dasar untuk Perawat <i>Shift</i> dan non <i>Shift</i>	22
Tabel 4 Karakteristik Tambahan untuk Perawat yang Bekerja dengan <i>Shift</i>	23
Tabel 5 Analisis Bivariat Hubungan Antara Variabel Bebas dengan Gangguan Tidur	25

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Kerangka Konsep	11
Gambar 2 Perbandingan Gangguan Tidur pada Perawat <i>Shift</i> dan non <i>Shift</i>	29

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Kuesioner Gangguan Tidur	37
Lampiran 2 Surat Keterangan Kelaikan Etik.....	42
Lampiran 3 Surat Ijin Penelitian di Rumah Sakit Bethesda.....	43

HUBUNGAN ANTARA SHIFT KERJA DENGAN GANGGUAN TIDUR PERAWAT RAWAT INAP RUMAH SAKIT BETHESDA YOGYAKARTA

Yohanes Sigit Permana, Venny Pungus, Sudharmadji

ABSTRAK

Latar Belakang : Perawat merupakan salah satu sumber daya kesehatan yang dibutuhkan rumah sakit. Kinerja dari seorang perawat diharapkan bisa semaksimal mungkin, khususnya keberadaan perawat bangsal rawat inap. Salah satu faktor yang mempengaruhi kinerja adalah kualitas tidur. Perubahan jadwal kerja atau *shift* kerja merupakan salah satu prevalensi penyebab gangguan tidur.

Tujuan : Untuk mengetahui adanya hubungan antara *shift* kerja dengan gangguan tidur pada perawat rawat inap rumah sakit Bethesda Yogyakarta.

Metode : Metode penelitian yang digunakan adalah *cross-sectional* dan pengumpulan datanya menggunakan kuisioner. Penelitian ini melibatkan 89 sampel yang terdiri dari perawat rawat inap baik yang bekerja dengan *shift* maupun yang tidak dengan *shift*. Data yang diperoleh kemudian dianalisis dengan analisis deskriptif dan analisis bivariat.

Hasil : Pada perawat yang bekerja dengan *shift* didapatkan 27 perawat mengalami gangguan tidur sedang sedangkan untuk perawat yang tidak bekerja dengan *shift* tidak ditemukan adanya gangguan tidur sedang. Terdapat hubungan yang signifikan antara *shift* kerja dengan gangguan tidur pada perawat rawat inap rumah sakit Bethesda Yogyakarta ($p: 0,03$).

Simpulan : Terdapat hubungan antara *shift* kerja dengan gangguan tidur pada perawat rawat inap Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta.

Kata kunci : perawat, *shift* kerja, gangguan tidur

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SHIFT WORK AND SLEEP DISTURBANCE
OF HOSPITALIZATION UNIT NURSES IN BETHESDA HOSPITAL OF
YOGYAKARTA**

Yohanes Sigit Permana, Venny Pungus, Sudharmadji

ABSTRACT

Background : Nurse is one of the medical employee that needed by hospital. Their work performance were expected to be as optimal as possible, especially who works in the hospitalization care. One of the factor that related to work performance is the sleep quality. Rotating shift work could be one of the causal factor of sleep disturbances.

Objective : To determine the relation between shift work and sleep disturbance of hospitalization unit nurses in Bethesda Hospital of Yogyakarta.

Method : This study uses cross-sectional research method dan uses the questionnaire to obtained the data. There are 89 samples required that consists of both nurses who work by applying the shift system and the nurses who don't apply it. The data which have been obtained were analyzed by descriptive analysis and bivariate analysis.

Result : There are 27 nurses working by applying the shift system experiencing the intermediate sleep disturbance and there is no nurse that not apply the shift system experience it. There is also a significant correlation between shift work and sleep disturbance at nurse in hospitalized care of Bethesda Hospital of Yogyakarta ($p : 0,03$).

Conclusion : There is a significant relation between shift work and sleep disturbance of hospitalization unit nurses in Bethesda Hospital of Yogyakarta.

Key word : nurse, shift work, sleep disorder

HUBUNGAN ANTARA SHIFT KERJA DENGAN GANGGUAN TIDUR PERAWAT RAWAT INAP RUMAH SAKIT BETHESDA YOGYAKARTA

Yohanes Sigit Permana, Venny Pungus, Sudharmadji

ABSTRAK

Latar Belakang : Perawat merupakan salah satu sumber daya kesehatan yang dibutuhkan rumah sakit. Kinerja dari seorang perawat diharapkan bisa semaksimal mungkin, khususnya keberadaan perawat bangsal rawat inap. Salah satu faktor yang mempengaruhi kinerja adalah kualitas tidur. Perubahan jadwal kerja atau *shift* kerja merupakan salah satu prevalensi penyebab gangguan tidur.

Tujuan : Untuk mengetahui adanya hubungan antara *shift* kerja dengan gangguan tidur pada perawat rawat inap rumah sakit Bethesda Yogyakarta.

Metode : Metode penelitian yang digunakan adalah *cross-sectional* dan pengumpulan datanya menggunakan kuisioner. Penelitian ini melibatkan 89 sampel yang terdiri dari perawat rawat inap baik yang bekerja dengan *shift* maupun yang tidak dengan *shift*. Data yang diperoleh kemudian dianalisis dengan analisis deskriptif dan analisis bivariat.

Hasil : Pada perawat yang bekerja dengan *shift* didapatkan 27 perawat mengalami gangguan tidur sedang sedangkan untuk perawat yang tidak bekerja dengan *shift* tidak ditemukan adanya gangguan tidur sedang. Terdapat hubungan yang signifikan antara *shift* kerja dengan gangguan tidur pada perawat rawat inap rumah sakit Bethesda Yogyakarta ($p: 0,03$).

Simpulan : Terdapat hubungan antara *shift* kerja dengan gangguan tidur pada perawat rawat inap Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta.

Kata kunci : perawat, *shift* kerja, gangguan tidur

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SHIFT WORK AND SLEEP DISTURBANCE
OF HOSPITALIZATION UNIT NURSES IN BETHESDA HOSPITAL OF
YOGYAKARTA**

Yohanes Sigit Permana, Venny Pungus, Sudharmadji

ABSTRACT

Background : Nurse is one of the medical employee that needed by hospital. Their work performance were expected to be as optimal as possible, especially who works in the hospitalization care. One of the factor that related to work performance is the sleep quality. Rotating shift work could be one of the causal factor of sleep disturbances.

Objective : To determine the relation between shift work and sleep disturbance of hospitalization unit nurses in Bethesda Hospital of Yogyakarta.

Method : This study uses cross-sectional research method dan uses the questionnaire to obtained the data. There are 89 samples required that consists of both nurses who work by applying the shift system and the nurses who don't apply it. The data which have been obtained were analyzed by descriptive analysis and bivariate analysis.

Result : There are 27 nurses working by applying the shift system experiencing the intermediate sleep disturbance and there is no nurse that not apply the shift system experience it. There is also a significant correlation between shift work and sleep disturbance at nurse in hospitalized care of Bethesda Hospital of Yogyakarta ($p : 0,03$).

Conclusion : There is a significant relation between shift work and sleep disturbance of hospitalization unit nurses in Bethesda Hospital of Yogyakarta.

Key word : nurse, shift work, sleep disorder

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Rumah sakit merupakan sarana upaya kesehatan yang menyelenggarakan beberapa kegiatan antara lain pelayanan rawat jalan, pelayanan rawat inap, serta pelayanan gawat darurat yang mencakup pelayanan medis dan penunjang medis. Selain pelayanan-pelayanan tersebut rumah sakit juga digunakan untuk pendidikan tenaga kesehatan dan penelitian. Untuk menunjang semua kegiatan tersebut, rumah sakit beserta sumber daya manusianya dituntut untuk selalu beroperasi sebagai upaya untuk tetap memberikan pelayanan (Dirjen Yanmed, 1997).

Di setiap rumah sakit terdapat sumber daya manusia (SDM) kesehatan yang bekerja. SDM kesehatan tersebut terdiri dari beberapa profesi yang meliputi dokter, perawat, dan bidan. Penelitian dan publikasi mengenai SDM kesehatan masih terbatas dan memerlukan banyak data yang berbasis bukti. (Kurniati & Efendi, 2012).

Perawat adalah sumber daya manusia utama yang dibutuhkan rumah sakit dalam memberikan perawatan kepada pasien. Jumlah perawat di rumah sakit menempati urutan teratas dibanding tenaga lain di rumah sakit. Kinerja seorang perawat diharapkan bisa semaksimal mungkin, khususnya keberadaan perawat

bangsal rawat inap. Keberhasilan suatu organisasi ditentukan oleh dua faktor; yang pertama adalah sumber daya manusia/karyawannya dan yang kedua adalah sarana dan prasarana. Kualitas sumber daya manusia atau karyawan tersebut dapat diukur dari kinerjanya (Notoatmodjo, 2007).

Kinerja seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa hal, salah satunya adalah kualitas tidur. Kualitas tidur yang buruk pada perawat di rumah sakit dapat menyebabkan masalah pada kesehatan perawat dan berpengaruh terhadap kinerja yang tidak maksimal serta risiko tinggi kesalahan medis yang dapat membahayakan keselamatan pasien. Insidensi gangguan tidur di kalangan penduduk Asia secara umum berkisar antara 26,4% sampai 39,4%. Kebanyakan penelitian tentang kualitas tidur perawat sebelumnya difokuskan pada pengaruh *shift* kerja terhadap persepsi tidur subyektif menggunakan kuesioner *self-report* dan didapatkan hasil bahwa hingga 57% dari perawat yang bekerja menggunakan *shift* memiliki gangguan tidur (Chien *et al.*, 2013).

Berdasarkan data *International of Sleep Disorder*, perubahan jadwal kerja atau *shift* kerja merupakan salah satu prevalensi penyebab gangguan tidur dengan angka kejadian sekitar 2-5% (Handayani, 2008). Selain menyebabkan gangguan tidur, *shift* kerja juga dapat meluas menjadi permasalahan gangguan kesehatan fisik, psikologis, dan gangguan sosial. 60-80% Pekerja *shift* akan mengalami gangguan tidur.

Menurut NSF (*National Sleep Foundation*) dalam Handayani (2008), gangguan tidur dapat menimbulkan beberapa efek. Ketika kurang tidur seseorang

akan berpikir dan bertindak lebih lambat, membuat banyak kesalahan, dan sulit untuk mengingat sesuatu. Hal ini mengakibatkan penurunan produktivitas kerja dan dapat menyebabkan kecelakaan. Efek lainnya pada pekerja yaitu pekerja menjadi lebih cepat marah, tidak sabar, gelisah dan depresi. Masalah ini dapat mengganggu pekerjaan dan hubungan keluarga, serta mengurangi aktivitas sosial. Kurang tidur pada pekerja merupakan penyebab utama terjadinya penurunan produktivitas, ketidakhadiran pekerja (*absentisme*), dan kecelakaan di tempat kerja.

Rumah sakit Bethesda merupakan salah satu rumah sakit swasta di Yogyakarta yang digunakan sebagai rumah sakit pendidikan dan terdapat banyak tenaga kerja kesehatan termasuk para perawat. Rumah sakit ini adalah rumah sakit tipe B dan menerapkan jadwal kerja *shift* untuk perawat yang bekerja di bagian rawat inap. Penelitian mengenai gangguan tidur pada perawat masih terbatas dan belum pernah dilakukan di rumah sakit ini sebelumnya.

B. Perumusan Masalah

Dari latar belakang yang telah dijabarkan di atas, diperoleh masalah dan dirumuskan menjadi; apakah ada hubungan antara *shift* kerja dengan gangguan tidur pada perawat rawat inap rumah sakit Bethesda Yogyakarta?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian yang dilakukan ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan antara *shift* kerja dengan gangguan tidur pada perawat rawat inap rumah sakit Bethesda Yogyakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Menambah kasanah ilmu pengetahuan tentang hubungan *shift* kerja dengan gangguan tidur pada perawat.

2. Manfaat Praktis

Memberi masukan kepada pihak rumah sakit Bethesda tentang pengaturan kerja *shift*.

3. Manfaat bagi Peneliti

Menambah pengetahuan tentang manajemen keperawatan.

E. Keaslian Penelitian

1. Hubungan Antara *Shift* Kerja dengan Gangguan Tidur dan Kelelahan

Kerja Perawat Instalasi Rawat Darurat Rumah Sakit Sardjito Yogyakarta, oleh Wijaya. Hasil dari penelitian tersebut adalah terdapat hubungan yang signifikan antara *shift* kerja dengan kelelahan kerja dan tidak

terdapat hubungan antara *shift* kerja dengan gangguan tidur. Perbedaan dengan penelitian ini adalah subyek yang diteliti, yaitu perawat bagian instalasi gawat darurat dengan perawat di bagian bangsal rawat inap. Perbedaan lain adalah fokus dari penelitian ini adalah gangguan tidur saja (Wijaya, 2005).

2. Gambaran Gangguan Pola Tidur Pada Perawat di RS. Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun 2009, oleh Tuti Alawiyah. Hasil dari penelitian tersebut adalah perawat yang bekerja dengan penerapan *shift* lebih banyak memiliki gangguan pola tidur dibandingkan dengan perawat yang *non shift*. Perbedaan dengan penelitian ini adalah penelitian ini bertujuan untuk mencari hubungan antara *shift* kerja dengan gangguan tidur sedangkan penelitian tersebut hanya mendeskripsikan gangguan tidur yang terjadi (Alawiyah, 2009).
3. Gangguan Tidur pada Perawat Pekerja Shift, oleh Noni Doe. Hasil dari penelitian ini adalah pada tingkat tertentu perawat *shift* kerja mengalami gangguan tidur dan gangguan kesehatan. Perbedaan dengan penelitian ini adalah penelitian ini bertujuan untuk mencari hubungan antara *shift* kerja dengan gangguan tidur sedangkan penelitian tersebut hanya mendeskripsikan gangguan tidur yang terjadi (Doe, 2012).

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Pada perawat yang bekerja dengan *shift* didapatkan 27 perawat mengalami gangguan tidur sedang sedangkan untuk perawat yang tidak bekerja dengan *shift* tidak ditemukan adanya gangguan tidur sedang.

Terdapat hubungan antara *shift* kerja dengan gangguan tidur pada perawat rawat inap Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta.

B. Saran

Pihak rumah sakit perlu mempertimbangkan kembali pembagian lama waktu kerja pada masing-masing *shift*, dimana pembagian lama waktu kerja saat ini adalah *shift* pagi 7 jam, *shift* sore 7 jam, dan *shift* malam 10 jam. Sebagai masukan mungkin bisa dipertimbangkan apabila pembagian waktu kerja untuk masing-masing *shift* adalah 8 jam sehingga lebih merata.

Apabila dikemudian hari akan dilakukan penelitian yang serupa mengenai gangguan tidur pada perawat, maka penelitian yang disarankan adalah mengenai dampak dari adanya gangguan tidur terhadap kinerja.

DAFTAR PUSTAKA

- Alawiyah, Tuti. (2009) *Gambaran Gangguan Pola Tidur pada Perawat di RS Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun 2009*. Skripsi, Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Ariffin, U.K., Sutomo, A., Ghufro, M. (2001) *Hubungan Kualitas Tidur dan Daya Tahan Tubuh pada Mahasiswa*.
- Brooker, C. (2008) *Ensiklopedia Keperawatan*. Jakarta : EGC.
- Chien, Pei-Li., Su, Hui-Fang., Hsieh, Pi-Ching., Siao, Ruo-Yan., Ling, Pei-Ying., & Jou, Hei-Jen. (2013) *Sleep Quality among Female Hospital Staff Nurses*.
- Direktorat Jendral Pelayanan Medik. (1997) *Daftar Rumah Sakit*. Depkes R.I. Jakarta.
- Doe, Noni. (2012) *Gangguan Tidur pada Perawat Pekerja Shift*. Skripsi, Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga.
- Ganong, W. F. (2005) *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Edisi 22. Jakarta : EGC
- Guyton A.C. & Hall J.E. (2008) *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Jakarta : EGC
- Handayani, Putri. (2008) *Hubungan Antara Penerapan Shift Kerja Dengan Pola Tidur Pekerja di Bagian Produksi PT. Enka Parahiyangan*. Skripsi Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- ICSD (International Classification of Sleep Disorder). (2001) *Diagnostic and Coding Manual*. American Academy of Sleep Medicine, USA.
- Ismani, N. (2001) *Etika Keperawatan*. Jakarta: Widya Medika.
- Japardi, Iskandar. (2002) *Gangguan Tidur*. Fakultas Kedokteran Bagian Bedah Universitas Sumatera Utara. USU Digital Library.
- Karnagi, J. & Wawolumaya. (1997) *Stres Pada Pekerja Malam, Majalah Kesehatan Masyarakat Indonesia*, Tahun XXI, No.3., Jakarta.
- Klerman, E. B. (2006) *Clinical Aspects of Human Circadian Rhythms*. Biological Rhythms, Vol. 20: 375-386.
- Kurniati, Anna. & Efendi, Ferry. (2012) *Kajian SDM Kesehatan di Indonesia*. Jakarta : Penerbit Salemba Medika.

- Kuswadi, Sudjoko. (1997) *Pengaturan Tidur Pekerja Shift*. Cermin Dunia Kedokteran No.116. Jakarta.
- Lavie, Peretz., Pillar, Giora., Malhotra, Atul. (2005) *Sleep Disorders : Diagnosis, Management and Treatment A Handbook for Clinicians*. Taylor & Francis e-Library.
- Notoatmodjo, S. (2007) *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Potter, P.A. & Perry, A.G. (2005) *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses dan Praktik*. Edisi 4. Vol 1. Jakarta : EGC.
- Puteri K. R. (2009) *Gambaran Stres Kerja pada Perawat Shift Malam di Ruang Instalasi Gawat Darurat RSUD dr. Pirngadi*. Skripsi FKM-USU. Medan.
- Saftarina F & Hasanah L. (2013) *Hubungan Shift Kerja dengan Gangguan Pola Tidur pada Perawat Instalasi Rawat Inap di RSUD Abdul Moeloek Bandar Lampung 2013*. Skripsi FK UNILA. Lampung.
- Sastroasmoro, Sudigdo. & Ismael, Sofyan. (2010). *Dasar – Dasar Metodologi Penelitian Klinis*. Jakarta : Sagung Seto.
- Sherwood, Lauralee. (2012) *Fisiologi Manusia : Dari Sel ke Sistem*. Edisi 6. Jakarta : EGC.
- Sopiyudin, M. (2012) *Statistik Untuk Kedokteran dan Kesehatan*. Jakarta : Penerbit Salemba Medika.
- Sugiyono. (2006) *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung : Alfabeta.
- Undang-undang Republik Indonesia Nomor 36 (2009) Tentang : Kesehatan
- Undang-undang Republik Indonesia Nomor 38 (2014) Tentang : Keperawatan
- Wijaya. (2005) *Hubungan Antara Shift Kerja dengan Gangguan Tidur dan Kelelahan Kerja Perawat Instalasi Rawat Darurat Rumah Sakit Sardjito Yogyakarta*. Tesis, Program Pascasarjana Universitas Gajah Mada Yogyakarta.
- Yusrizal. (2003) *Giliran Kerja Stres Kerja dan Angka Absensi Perawat di Ruang Rawat Inap Dr. Zainal Abidin Banda Aceh*. Tesis, Program Pascasarjana Universitas Gajah Mada Yogyakarta.