

ABSTRAK

Pandemi COVID-19 yang sedang terjadi menyebabkan peningkatan jumlah pasien yang terkonfirmasi positif sehingga menciptakan rasa tidak aman ketika bekerja di rumah sakit. Hal tersebut merupakan salah satu faktor yang mungkin dapat menyebabkan stres pada tenaga non medis yang bekerja di rumah sakit. Stres yang terjadi dapat mempengaruhi kualitas tidur.

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres tenaga non medis dengan kualitas tidur di rumah sakit X Yogyakarta pada masa pandemi COVID-19. Penelitian ini menggunakan desain studi *observasional-cross-sectional* dengan subjek penelitian berjumlah 86 responden. Pengukuran tingkat stres menggunakan kuesioner DASS-42, dan pengukuran kualitas tidur menggunakan kuesioner PSQI. Analisa data menggunakan uji analisis univariat dan analisis bivariat menggunakan uji *Fisher* dengan tingkat kesalahan $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 87.2% responden mempunyai tingkat stres ringan dan 59.3% memiliki kualitas tidur buruk. Terdapat hubungan antara tingkat stres dengan kualitas tidur ($p=0.024$) pada tenaga non medis di rumah sakit X Yogyakarta. Saat individu mengalami stres maka akan timbul respons saraf dan hormon yang melakukan tindakan-tindakan defensif untuk menghadapi keadaan stres. Respons tersebut jika berlangsung terus menerus akan berakibat buruk pada kualitas tidur.

Kata Kunci: COVID-19, tingkat stres, kualitas tidur, tenaga non medis

ABSTRACT

The COVID-19 pandemic caused increasing the number of confirmed positive patients, make a feeling of insecurity when working in hospitals. This is one of the factors that may cause stress to non-medical personnel who work in the hospital. The stress that occurs can affect the quality of sleep.

The purpose of this study was to determine the relationship between the stress level of non-medical personnel and the quality of sleep at X Hospital Yogyakarta during the COVID-19 pandemic. This study used an observational-cross-sectional study design with a total of 86 respondents. Measuring the stress levels using DASS-42 questionnaire, and measuring sleep-quality using PSQI questionnaire. Data analysis used univariate analysis test and bivariate analysis using Fisher's test with an error rate of $\alpha = 0.05$.

The results showed that 87.2% of respondents had a mild stress level and 59.3% had poor sleep-quality. There is such relationship between stress levels and sleep-quality ($p = 0.024$) in non-medical personnel at X hospital Yogyakarta. When individuals have stress, there will be nerve and hormonal responses that take defensive actions to overcome the stressful situations. If it keeps continue there will be a negative impact on sleep-quality

Keywords : COVID-19, stress level, quality of sleep, non-medical personnel

