



Jurnal Ilmiah **ZONA KESEHATAN**

Volume 11, Nomor 3, November 2017

ISSN : 1978-175X

Efektifitas Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Klien Post Sectio Caesaria Di Ruang Rawat Inap Kebidanan RSUD Kota Batam.

Ana Faizah, Wisa Erwinda Kusuma Wardani, Ayu Aprilia Warwei

Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Perubahan Perubahan Fisik Pada Masa Kehamilan di Poli KIA Puskesmas Kabil Kota Batam.

Angga Putri, Tutut Astuti

Tingkat Pengetahuan Para Pekerja PT Yang Bekerja Pada Shift Malam Tentang Kebutuhan Istirahat dan Tidur Di RT 01/RW 01 Dormitori Muka Kuning Kota Batam.

Nurhafizah Nasution, Disiplin Laia, Denixon Pakpahan

Hubungan Seksio Sesaria Terhadap Bayi Baru Lahir Dengan Hyperbilirubinemia di Ruang Bayi Rumah Sakit Otorita Batam.

Cica Maria, Fariz Farte, Fitrida Yudistia

Hubungan Antara Gaya Kepemimpinan Kepala Ruangan Dengan Kinerja Perawat Ruang Rawat Inap di Rumah Sakit Otorita Batam.

Mutia Amalia Lubis, Nurhafizah Nasution, Okie Omanzah, Teratai Maizura

Hubungan Penggunaan Kondom Dengan Kejadian PMS Bagi Para Pengguna Jasa Seks Komersial yang Berkunjung Pada Klinik Advent Batam.

Ratna Dewi Silalahi, Ayu Aprilia Warwei, Disiplin Laia

Gambaran Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi di SMA Negeri 12 Kelas XII IPA Kelurahan Tanjung Uma Kecamatan Lubuk Baja.

Sri Mala Dewi Simbolon, Realistis Duha

Faktor Yang Menyebabkan Terjadinya Diare Pada Anak di Ruang Lotus Rumah Sakit Budi Kemuliaan Kota Batam.

Lisastri Syahrias, Indy Nihara Sinaga, Teratai Maizura

Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kepatuhan Pasien Rawat Inap Dalam Menjalani Terapi Obat Oral di Rumah Sakit Jiwa Tampan Pekanbaru.

Dedy Asep, Rudi Wardi Sumantri, Fariz Farte

Gambaran Disiplin Kerja Perawat di Ruang Rawat Inap RSUD Embung Fatimah Batu Aji Kota Batam

Ika Novita Sari, Monalisa

Hubungan Peran Keluarga Dengan Kebiasaan Mengonsumsi Sayur Pada Anak Usia 6-12 Tahun Di Perumahan Taman Raya RT 05/RW 24 Tahap III Batam Centre

Ibrahim

Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Diabetes Melitus Gestasional Di Poli Kandungan Rumah Sakit Umum Daerah Kota Batam

Yuli Mariany

**Zona
Kesehatan**

Vol. 11

No. 3

**November
2017**

**Halaman
1-69**

**ISSN
1978-175X**

**Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM)
UNIVERSITAS BATAM**

JURNAL ILMIAH “ZONA KESEHATAN”

ISSN : 1978-175X

Frekuensi Terbitan :

Zona Kesehatan Pertama kali Terbit Pada Bulan Februari 2007 dengan frekuensi terbitan 2 (dua) kali dalam 1 tahun dan di bulan Oktober Tahun 2013 frekuensi terbitan Zona Kesehatan menjadi 3 (tiga) kali dalam 1 tahun, yaitu di bulan Oktober, Februari dan Juni.

Diterbitkan oleh :

Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM)
Universitas Batam.

Alamat Redaksi :

UNIVERSITAS BATAM
Jl. Kampus UNIBA, Batam 29464
Telepon & Fax (0778) 7485055, 7785054
Home Page: <http://www.univbatam.ac.id>
<http://lppm.univbatam.ac.id>
Email : univbatam1@gmail.com

PELINDUNG

Rektor Universitas Batam

PENANGGUNG JAWAB

Dekan Fakultas Kedokteran

KETUA DEWAN REDAKSI

Dr. dr. Ibrahim, SH, MSc., MKn., MPd.Ked

DEWAN PENYUNTING :

dr. Zulkarnain Edward, MS., Ph.D

dr. Saiful Batubara, M.Pd

Dr. dr. Dahlan Gunawan, M.MARS

REDAKSI PELAKSANA JURNAL :

dr. Andi Ipaljri, M.Biomed

Ns. Cica Maria, S.Kep., M.Biomed

Silvia Mona, S.ST., M.Biomed

SEKRETARIAT :

Isramilda, S.Si., M.Si

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Puji Syukur dengan Rahmat dan Karunia Allah SWT telah terbit Jurnal Ilmiah Zona Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Batam, Volume 11 Nomor 3, November 2017 yang merupakan hasil penelitian maupun Karya Tulis Ilmiah yang dilakukan oleh Staf Pengajar, mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Batam, maupun di luar Universitas Batam.

Jurnal Kesehatan ini mempunyai misi memberi informasi tentang ilmu pengetahuan, teknologi, penelitian kesehatan atau informasi-informasi terbaru lainnya yang berhubungan dengan dunia kesehatan dan bidang lainnya yang terkait, dan yang lebih penting dapat memotivasi dan meningkatkan budaya meneliti dan menulis di dunia kesehatan.

Kami mengharapkan Staf Pengajar dapat meningkatkan kualitas maupun mutu dari hasil penelitian dan mampu mengikutsertakan Mahasiswa Universitas Batam dalam pelaksanaan penulisan Karya Ilmiah, yang sesuai dengan kaidah penulisan jurnal. Tulisan ini dapat sebagai bahan rujukan dalam melakukan kegiatan penelitian.

Pada kesempatan ini redaksi mengucapkan terima kasih kepada Staf Pengajar atau Dosen yang telah berpartisipasi menerbitkan Jurnal Ilmiah Zona Kesehatan. Selain itu juga Kami tetap mengharapkan pesan, kesan maupun saran dari pembaca demi kesempurnaan jurnal ilmiah zona kesehatan ini untuk edisi berikutnya.

*Wabillahittaufiq Walhidayah
Wassalamu'alaikum Wr.Wb*

Redaksi

Tulisan yang dikirim ke redaksi Jurnal Ilmiah Zona Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Batam adalah karangan asli, tinjauan pustaka dan laporan kasus yang belum pernah dipublikasikan sebelumnya. Tulisan yang diterbitkan menjadi hak milik redaksi dan tidak boleh diterbitkan dalam bentuk apapun tanpa persetujuan redaksi. Tulisan sepenuhnya menjadi tanggung jawab penulis. Dewan redaksi akan mempertimbangkan agar penulis memperbaiki isi dan gaya serta teknik penulisan apabila diperlukan. Tulisan yang tidak diterbitkan akan dikembalikan jika disertai prangko balasan.

Jenis tulisan yang diterima redaksi berupa ulasan tentang ilmu pengetahuan, teknologi dan riset, tinjauan pustaka dan laporan kasus. Masing-masing naskah yang dikirim maksimal 15 halaman, tidak termasuk daftar isi, kata pengantar dan daftar pustaka. Ketikan 1 spasi dan ukuran kertas A4 dengan jarak dari tepi kanan 4 cm, kiri 3 cm, atas 3 cm dan bawah 3 cm. Tulisan menggunakan *Font Times New Roman* dengan besar huruf 12.

Penulisan abstrak dibuat sampai dengan 200-250 kata untuk tulisan utama/laporan penelitian atau kasus dan 100 kata untuk tinjauan pustaka, serta pilih 6 (enam) kata kunci dari tulisan. Abstrak dibuat dalam bahasa Inggris. Abstrak harus ringkas dan menggambarkan ide utama dari tulisan, berupa; tujuan, metode, hasil dan kesimpulan untuk naskah laporan hasil penelitian. Kata ucapan terima kasih dibatasi pada profesi yang sesuai, yang mendukung penulisan meliputi bantuan teknis dan dana.

Pembuatan tabel diketik 1 (satu) spasi. Nomor tabel berurutan sesuai dengan urutan penyebutan dalam teks. Setiap tabel diberi judul dan kolom diberi sub-judul. Tempatkan penjelasan pada catatan kaki bukan pada judul. Jelaskan semua singkatan tidak baku yang ada pada tabel. Pembuatan gambar dibuat dalam bentuk foto ukuran standar dan hitam putih. Bila berupa gambar orang yang dibuat haruslah dapat dikenali atau ilustrasi yang pernah dipublikasikan maka harus disertai izin tertulis.

Metode statistik yang digunakan harus dirinci dalam bagian metodologi pada tulisan dan setiap metode yang tidak umum digunakan harus dilampirkan dengan referensi.

Penyerahan tulisan dialamatkan ke sekretariat Redaksi Jurnal Ilmiah Zona Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Batam, Jalan Kampus UNIBA, Batam Center, Indonesia. Kirimkan sebanyak 1 (satu) eksemplar yang berisi Judul, Abstrak, Isi, Referensi, tabel/model/bagan dalam bentuk print out (*hardcopy dan flash disc/softcopy*). Tulisan akan diterbitkan dalam bahasa Indonesia. Judul tidak boleh lebih dari 40 karakter termasuk spasi. Nama yang dicantumkan adalah penulis yang bertanggung jawab terhadap isi tulisan.

Bentuk penulisan Daftar Pustaka dapat dilihat dibawah ini :

1. Penulisan daftar rujukan pustaka mengikuti format APA (American Psychology Association).
2. Nama pengarang tidak boleh lebih dari 6 orang dan bila kurang dari enam, maka dapat ditulis semua dan jika lebih, maka hanya ditulis 3 orang yang pertama, sedangkan sisanya ditulis dengan dkk atau *et al.*
3. Jumlah rujukan minimal 10 (sepuluh) buah dengan terbitan sepuluh tahun terakhir.

Contoh Penulisan :

Buku

Notoadmodjo, S. (2016). *Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.

Skripsi/Tesis/Disertasi

Celik, C. (2017). *Relationship of Organizational Commitment and Job Satisfaction : A Field Study Of Tax Office Employees*. Mersin Turki University.

Makalah Seminar/Pelatihan

Mutia. (2017). *Pelaksanaan Tugas Manager Pada Fungsi Managemen*. Kumpulan Makalah Seminar Keperawatan. Batam: Tidak dipublikasikan.

Organisasi sebagai Penulis

Departemen Kesehatan RI. (2017). *Pedoman Makanan Pendamping ASI*. Jakarta: Universitas Indonesia.

Internet

Anonim. *Trauma Deteksi Dini Penanganan Awal*: <http://safwankita.wordpress.com>. Diakses dari www.google.com. Pada tanggal 10 Maret 2017. Jam 23.30 WIB.

Chris ajila. (2015). *Influence of Rewards on workers performance in an organization*: <http://puslit.petra.ac.id/journals/management.pdf>. Diakses dari www.yahoo.com. Pada tanggal 21 April 2017. Jam 21.00 WIB.

Tinjauan Pustaka dalam Koran

Silalahi, R. (2017). *Gizi Buruk, Ancaman Generasi yang Hilang*. Batam: Batam POS.

Lampirkan format ini bersama naskah. Beri tanda (√) pada setiap bagian dalam meyakinkan tulisan telah memenuhi ketentuan syarat-syarat dari Jurnal Ilmiah Zona Kesehatan di Fakultas Kedokteran Universitas Batam.

- **JENIS TULISAN**
 - Laporan Penelitian
 - Laporan Kasus
 - Tinjauan Pustaka
 - Ulasan Artikel

- **HALAMAN JUDUL**
 - Judul
 - Nama Lengkap Penulis Tanpa Gelar
 - Asal Penulis (Program Studi, Fakultas dan Institusi)
 - Alamat E-mail Penulis

- **ABSTRAK**
 - Abstrak dalam Bahasa Inggris
 - Abstrak Kata Kunci dalam Bahasa Inggris
 - Daftar Bacaan

- **TEKS**

Tulisan mengenai penelitian klinis dan dasar, sebaiknya dibuat mengikuti aturan:

 - Pendahuluan
 - Metodologi Penelitian
 - Hasil dan Pembahasan
 - Kesimpulan
 - Referensi

- **GAMBAR, SKEMA, GRAFIK ATAU TABEL**
 - Pemberian nomor gambar, skema, grafik atau tabel dalam penomoran secara Arab
 - Pemberian judul tabel dan judul utama dari seluruh gambar

- **REFERENSI**
 - Menggunakan format Zona Kesehatan Universitas Batam
 - Minimal 10 referensi
 - Semua referensi ditulis dalam satu daftar

IV KRITERIA FORMAT NASKAH

□ **JAMINAN PENULIS**

- Judul Tulisan :

.....
.....
.....

□ **PENULIS MENJAMIN BAHWA :**

- Semua penulis telah berpartisipasi secara optimal dalam penulisan naskahnya sebagai tanggung jawabnya terhadap masyarakat.
- Semua penulis telah meninjau ulang naskah akhir dan telah menyetujui untuk dipublikasikan.
- Tidak ada naskah yang sama ataupun mirip, yang telah dibuat penulis dengan naskah yang telah dipublikasikan di jurnal ilmiah zona Kesehatan Universitas Batam.
- Naskah ini telah dibuat dengan pengetahuan penuh dan disetujui oleh institusi atau departemen diberikan sebagai afiliasi dari penulis.
- Menyertakan *Floppy disc* naskah penulisan

Batam,
Penulis Utama

.....

Catatan :

Zona Kesehatan terbit 3 (tiga) kali dalam setahun, untuk itu karya tulis yang akan diterbitkan selambat-lambatnya diterima 1 (satu) bulan sebelum edisi berikutnya terbit,

JURNAL ILMIAH ZONA KESEHATAN
VOLUME 11, NOMOR 3, NOVEMBER 2017
ISSN : 1978-175X

I SUSUNAN REDAKSI | i

II PENGANTAR REDAKSI | ii

III PETUNJUK PENULISAN | iii

IV KRITERIA FORMAT NASKAH | v

V DAFTAR ISI | vii

- 1 Efektifitas Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Klien Post Sectio Caesaria Di Ruang Rawat Inap Kebidanan RSUD Kota Batam.
Ana Faizah, Wisu Erwinda Kusuma Wardani, Ayu Aprilia Warwei | 1-6
- 2 Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Perubahan Perubahan Fisik Pada Masa Kehamilan di Poli KIA Puskesmas Kabil Kota Batam.
Angga Putri, Tutut Astuti | 7-12
- 3 Tingkat Pengetahuan Para Pekerja PT Yang Bekerja Pada Shift Malam Tentang Kebutuhan Istirahat dan Tidur Di RT 01/RW 01 Dormitori Muka Kuning Kota Batam.
Nurhafizah Nasution, Disiplin Laia, Denixon Pakpahan | 13-20
- 4 Hubungan Seksio Sesaria Terhadap Bayi Baru Lahir Dengan Hyperbilirubinemia di Ruang Bayi Rumah Sakit Otorita Batam.
Cica Maria, Fariz Farte, Fitriada Yudistia | 21-25
- 5 Hubungan Antara Gaya Kepemimpinan Kepala Ruangan Dengan Kinerja Perawat Ruang Rawat Inap di Rumah Sakit Otorita Batam.
Mutia Amalia Lubis, Nurhafizah Nasution, Okie Omanzah, Teratai Maizura | 26-32
- 6 Hubungan Penggunaan Kondom Dengan Kejadian PMS Bagi Para Pengguna Jasa Seks Komersial yang Berkunjung Pada Klinik Advent Batam.
Ratna Dewi Silalahi, Ayu Aprilia Warwei, Disiplin Laia | 33-37
- 7 Gambaran Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi di SMA Negeri 12 Kelas XII IPA Kelurahan Tanjung Uma Kecamatan Lubuk Baja.
Sri Mala Dewi Simbolon, Realistis Duha | 38-41
- 8 Faktor Yang Menyebabkan Terjadinya Diare Pada Anak di Ruang Lotus Rumah Sakit Budi Kemuliaan Kota Batam.
Lisastri Syahrias, Indy Nihara Sinaga, Teratai Maizura | 42-44
- 9 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kepatuhan Pasien Rawat Inap Dalam Menjalani Terapi Obat Oral di Rumah Sakit Jiwa Tampan Pekanbaru.
Dedy Asep, Rudi Wardi Sumantri, Fariz Farte | 45-48
- 10 Gambaran Disiplin Kerja Perawat di Ruang Rawat Inap RSUD Embung Fatimah Batu Aji Kota Batam
Ika Novita Sari, Monalisa | 49-53
- 11 Tingkat Pengetahuan Masyarakat Tentang Penyakit Malaria Di Tanjung Kertang di Kelurahan Rempang Cate
Ibrahim | 54-62
- 12 Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Diabetes Melitus Gestasional Di Poli Kandungan Rumah Sakit Umum Daerah Kota Batam
Yuli Mariany | 63-69

TINGKAT PENGETAHUAN PARA PEKERJA PT YANG BERKERJA PADA SHIFT MALAM TENTANG KEBUTUHAN ISTIRAHAT DAN TIDUR DI RT 01/RW 01 DORMITORI MUKA KUNING KOTA BATAM

Nurhafizah, Disiplin Laia dan Denixon Pakpahan

Department of Nursing Science, Faculty of Medicines

Universitas Batam, Batam, Indonesia

nurhafizah.nst@univbatam.ac.id; disiplin.li@gmail.com; denixon.pph@gmail.com

ABSTRACT

Rest is a relaxed state without emotional stress, not only in a state of inactivity but also in conditions that require calm, while sleep is an unconscious condition in which individuals can be awakened by appropriate stimuli or sensory. Everyone needs rest and sleep in order to maintain optimal health status. In addition, the process of sleep can improve the various cells in the body. The aim of this research is to know the level of knowledge of PT workers who work on night shift about the need to rest and sleep in RT 01 / RW 01 Dormitory Muka Kuning Batam. This research design using the descriptive method. Data collection by using a questionnaire consisting of 20 questions. This research was conducted on 26-27 June 2016 by using total sampling technique with a sample of 30 respondents of PT worker who work on night shift. Then the data is analyzed by univariate data analysis. The result of the research is a good category as many as 5 people (16,7%), enough category as many as 17 people (56,7%), less category as many as 8 people (26,7%). So it can be concluded that the level of knowledge of PT workers who work on the night shift about the need to rest and sleep in RT 01 / RW 01 Dormitory Muka Kuning Batam City is categorized enough. This can be seen from the answers in the distributed questionnaires.

Keywords: Knowledge, Needs of Rest and Sleep

PENDAHULUAN

Istirahat merupakan keadaan relaks tanpa adanya tekanan emosional, bukan hanya dalam keadaan tidak beraktivitas tetapi juga kondisi yang membutuhkan ketenangan, sedangkan tidur merupakan kondisi tidak sadar dimana individu dapat dibangunkan oleh stimulus atau sensori yang sesuai (Guyton,1986). (Uliyah dan hidayat, 2008).

Setiap orang membutuhkan istirahat dan tidur agar dapat mempertahankan kesehatan pada tingkat yang optimal. Selain itu, proses tidur dapat memperbaiki sel dalam tubuh (Alimul, 2006).

Pemenuhan kebutuhan istirahat dan tidur terutama sangat penting bagi orang yang sedang sakit agar lebih cepat memperbaiki kerusakan pada sel. Apabila kebutuhan istirahat dan tidur tersebut cukup, maka jumlah energy yang diharapkan untuk memulihkan status kesehatan dan mempertahankan kegiatan dalam kehidupan sehari-hari terpenuhi. Selain itu, orang mengalami kelelahan juga membutuhkan istirahat dan tidur lebih dari biasanya (Alimul, 2006).

Suatu penelitian epidemiologic yang berskala kecil menunjukkan bahwa tingkat mortalitas meningkat pada mereka yang melaporkan tidurnya

kurang dari 6 sampai 7 jam per malam. Menderita atau mengalami insomnia, secara statistik sering meningkatkan resiko mati. Ada satu penelitian yang menunjukkan bahwa bila waktu tidur kurang, hal ini meningkatkan mortalitas yang lebih tinggi daripada merokok, hipertensi, dan penyakit jantung. Prevalensi masalah tidur ini mungkin mencapai setinggi 30% pada anak dan dewasa, dan lebih tinggi lagi pada kelompok lanjut usia (lansia) (Lumbantobing, 2004).

Banyak pasien yang diperiksa di laboratorium tidur, dengan keluhan mengantuk yang berlebihan di waktu siang hari, tidur yang tidak menyegarkan dan rasa letih (fatigue) kronis, yang tidak dapat ditinggalkan oleh tidur, pada 80% sampai 90% dari mereka, pada pemeriksaan laboratorium, menunjukkan adanya gangguan pernapasan pada waktu tidur (Lumbantobing, 2004).

Tidur kurang dari 6 jam semalam, umumnya mengakibatkan gejala deprivasi (kurang) tidur. Perlu pula diketahui bahwa tidur berlebihan dapat mengakibatkan tidur yang tidak menyegarkan dan rasa letih (fatigue) di siang hari. Pada suatu penelitian yang dilakukan oleh US Navy didapat kesan bahwa seseorang yang secara teratur tidur selama 8 jam dapat mengurangi lama tidurnya secara

gradual menjadi 7 atau 7,5 jam tanpa mengalami gejala deprivasi tidur (Lumbantobing, 2004).

Secara ilmiah pun beberapa penelitian telah membuktikan, kurang tidur atau kebanyakan tidur, ternyata beresiko terhadap kesehatan jantung. Demikian terungkap dari hasil penelitian yang melibatkan 72.000 orang perawat sebagai sampelnya. Wanita yang tidurnya kurang dari 5 jam setiap malam, ternyata memiliki resiko lebih tinggi 39% terkena penyakit jantung dibandingkan dengan wanita yang tidurnya 8 jam. Sedangkan, wanita yang tidurnya kurang dari 6 jam memiliki resiko lebih tinggi 18% terkena sumbatan arteri.

Berdasarkan hasil wawancara pre-survey di RT 01/RW 01 Dormitori Muka Kuning pada bulan maret 2016, para pekerja PT yang bekerja pada shift malam mengatakan kekurangan istirahat dan tidur karena harus bekerja di malam hari.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif yaitu penelitian yang bertujuan untuk mendapat tingkat pengetahuan para pekerja PT yang bekerja pada shift malam di RT 01/RW 01 dormitori muka kuning kota batam tahun 2016.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Para Pekerja PT yang Bekerja pada Shift Malam Tentang Kebutuhan Istirahat dan Tidur di RT 01/RW 01 Dormitori Muka Kuning Kota Batam

Tingkat Pengetahuan	Jumlah	%
Baik	5	16,7
Cukup	17	56,7
Kurang	8	26,7
Jumlah	30	100

Tabel 2

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Para Pekerja PT yang Bekerja pada Shift Malam Tentang Pengertian Kebutuhan Istirahat dan Tidur di RT 01/RW 01 Dormitori Muka Kuning Kota Batam

Tingkat Pengetahuan	Jumlah	%
Baik	16	53,3
Cukup	11	36,7
Kurang	3	10
Jumlah	30	100

Tabel 3

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Para Pekerja PT yang Bekerja pada Shift Malam Tentang Karakteristik Istirahat dan Tidur di RT 01/RW 01 Dormitori Muka Kuning Kota Batam

Tingkat Pengetahuan	Jumlah	%
Baik	3	10
Cukup	13	43,3
Kurang	14	46,7
Jumlah	30	100

Tabel 4

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Para Pekerja PT yang Bekerja pada Shift Malam Tentang Fungsi dan Tujuan Istirahat dan Tidur di RT 01/RW 01 Dormitori Muka Kuning Kota Batam

Tingkat Pengetahuan	Jumlah	%
Baik	16	53,3
Cukup	10	33,3
Kurang	3	10
Jumlah	30	100

Tabel 5

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Para Pekerja PT yang Bekerja pada Shift Malam Tentang Kebutuhan Dalam Istirahat dan Tidur di RT 01/RW 01 Dormitori Muka Kuning Kota Batam

Tingkat Pengetahuan	Jumlah	%
Baik	9	30
Cukup	15	50
Kurang	6	20
Jumlah	30	100

Tabel 6

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Para Pekerja PT yang Bekerja pada Shift Malam Tentang Faktor-faktor yang Mempengaruhi Istirahat dan Tidur di RT 01/RW 01 Dormitori Muka Kuning Kota Batam

Tingkat Pengetahuan	Jumlah	%
Baik	8	26,7
Cukup	11	36,7
Kurang	11	36,7
Jumlah	30	100

Tabel 7

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Para Pekerja PT yang Bekerja pada Shift Malam Tentang Gangguan Istirahat dan Tidur di RT 01/RW 01 Dormitori Muka Kuning Kota Batam

Tingkat Pengetahuan	Jumlah	%
Baik	3	10
Cukup	12	40
Kurang	15	50
Jumlah	30	100

Tabel 8

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Para Pekerja PT yang Bekerja pada Shift Malam Tentang Tahapan Istirahat dan Tidur di RT 01/RW 01 Dormitori Muka Kuning Kota Batam

Tingkat Pengetahuan	Jumlah	%
Baik	6	30
Cukup	14	46,7
Kurang	10	33,3
Jumlah	30	100

PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian mengenai Tingkat Pengetahuan Para Pekerja PT yang Bekerja pada Shift Malam Tentang

Kebutuhan Istirahat dan Tidur di RT 01/RW 01 Dormitori Muka Kuning Kota Batam pada tanggal 26-27 Juni Tahun 2016. Data tersebut dapat

disajikan sebagai acuan dan tolak ukur dalam pelaksanaan dan dapat dinyatakan sebagai berikut:

1. Tingkat Pengetahuan Para Pekerja PT yang Bekerja pada Shift Malam Tentang Kebutuhan Istirahat dan Tidur Di RT 01/RW 01 Dormitori Muka Kuning Kota Batam.

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 1 diketahui bahwa yang berpengetahuan baik sebanyak 5 orang responden (16,5%) dari 30 orang responden, berpengetahuan cukup sebanyak 17 orang responden (56,7%) dari 30 orang responden, dan yang berpengetahuan kurang sebanyak 8 orang responden (26,7%). Dari hasil tersebut mayoritas para pekerja PT yang bekerja pada shift malam berpengetahuan cukup yaitu sebanyak 17 orang responden (56,7%) dari 30 orang responden tentang kebutuhan istirahat dan tidur.

Berdasarkan hasil penelitian diatas diperoleh yang berpengetahuan baik sebanyak 5 orang dari 30 orang responden. Menurut Notoadmodjo (2005) pengetahuan adalah hasil tahu dari manusia, yang sekedar menjawab pertanyaan dan pengetahuan pada dasarnya terdiri dari sejumlah fakta dan teori yang memungkinkan seseorang untuk dapat memecahkan masalah yang dihadapinya. Pengetahuan tersebut diperoleh dari pengalaman oran lain.

2. Tingkat Pengetahuan Para Pekerja PT yang Bekerja pada Shift Malam Tentang Kebutuhan Istirahat dan Tidur Berdasarkan Pengertian Istirahat dan Tidur Di

RT 01/RW 01 Dormitori Muka Kuning Kota Batam.

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 2 diketahui bahwa yang berpengetahuan baik sebanyak 16 orang responden (53,3%) dari 30 orang responden, berpengetahuan cukup sebanyak 11 orang responden (36,7%) dari 30 orang responden, dan yang berpengetahuan kurang sebanyak 3 orang responden (10%). Dari hasil tersebut mayoritas tingkat pengetahuan para pekerja PT yang bekerja pada shift malam berpengetahuan baik yaitu sebanyak 16 orang responden (53,3%) dari 30 orang responden tentang pengertian istirahat dan tidur.

Menurut hasil penelitian dilapangan dan sesuai denga teori Notoadmodjo (2005) bahwa semakin tinggi pendidikan semakin mudah seseorang menerima info atau sebaliknya, semakin bertambah usia akan mempengaruhi daya tangkap dan pola pikirnya, serta pekerjaan berkaitan dengan pengetahuan yang berkaitan pada lingkungan dan orang-orang yang ada disekitarnya.

3. Tingkat Pengetahuan Para Pekerja PT yang Bekerja pada Shift Malam Tentang Kebutuhan Istirahat dan Tidur Berdasarkan Karakteristik Istirahat dan Tidur Di RT 01/RW 01 Dormitori Muka Kuning Kota Batam.

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 3 diketahui bahwa yang berpengetahuan baik sebanyak 3 orang responden (10%) dari 30 orang responden, berpengetahuan cukup sebanyak 13 orang responden (43,3%) dari 30 orang

responden, dan yang berpengetahuan kurang sebanyak 14 orang responden (46,7%). Dari hasil tersebut mayoritas para pekerja PT yang bekerja pada shift malam berpengetahuan kurang yaitu sebanyak 14 orang responden (46,7%) dari 30 orang responden tentang karakteristik istirahat dan tidur.

Menurut hasil penelitian dilapangan dan sesuai denga teori Notoadmodjo (2005) bahwa semakin tinggi pendidikan semakin mudah seseorang menerima info atau sebaliknya, semakin bertambah usia akan mempengaruhi daya tangkap dan pola pikirnya, serta pekerjaan berkaitan dengan pengetahuan yang berkaitan pada lingkungan dan orang-orang yang ada disekitarnya.

4. Tingkat Pengetahuan Para Pekerja PT yang Bekerja pada Shift Malam Tentang Kebutuhan Istirahat dan Tidur Berdasarkan Fungsi dan Tujuan Istirahat dan Tidur Di RT 01/RW 01 Dormitori Muka Kuning Kota Batam. Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4 diketahui bahwa yang berpengetahuan baik sebanyak 16 orang responden (53,3%) dari 30 orang responden, berpengetahuan cukup sebanyak 10 orang responden (33,3%) dari 30 orang responden, dan yang berpengetahuan kurang sebanyak 3 orang responden (10%). Dari hasil tersebut mayoritas para pekerja PT yang bekerja pada shift malam berpengetahuan baik yaitu sebanyak 16 orang responden (53,3%) dari 30 orang responden tentang fungsi dan tujuan istirahat dan tidur.

Menurut hasil penelitian dilapangan dan sesuai denga teori Notoadmodjo (2005) bahwa semakin tinggi pendidikan semakin mudah seseorang menerima info atau sebaliknya, semakin bertambah usia akan mempengaruhi daya tangkap dan pola pikirnya, serta pekerjaan berkaitan dengan pengetahuan yang berkaitan pada lingkungan dan orang-orang yang ada disekitarnya.

5. Tingkat Pengetahuan Para Pekerja PT yang Bekerja pada Shift Malam Tentang Kebutuhan Istirahat dan Tidur Berdasarkan Kebutuhan dalam Istirahat dan Tidur Di RT 01/RW 01 Dormitori Muka Kuning Kota Batam. Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 5 diketahui bahwa yang berpengetahuan baik sebanyak 9 orang responden (30%) dari 30 orang responden, berpengetahuan cukup sebanyak 15 orang responden (50%) dari 30 orang responden, dan yang berpengetahuan kurang sebanyak 6 orang responden (20%). Dari hasil tersebut mayoritas para pekerja PT yang bekerja pada shift malam berpengetahuan cukup yaitu sebanyak 15 orang responden (50%) dari 30 orang responden tentang kebutuhan dalam istirahat dan tidur.

Menurut hasil penelitian dilapangan dan sesuai denga teori Notoadmodjo (2005) bahwa semakin tinggi pendidikan semakin mudah seseorang menerima info atau sebaliknya, semakin bertambah usia akan mempengaruhi daya tangkap dan pola pikirnya, serta pekerjaan berkaitan dengan pengetahuan

yang berkaitan pada lingkungan dan orang-orang yang ada disekitarnya.

6. Tingkat Pengetahuan Para Pekerja PT yang Bekerja pada Shift Malam Tentang Kebutuhan Istirahat dan Tidur Berdasarkan Faktor-faktor yang Mempengaruhi Istirahat dan Tidur Di RT 01/RW 01 Dormitori Muka Kuning Kota Batam.

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 6 diketahui bahwa yang berpengetahuan baik sebanyak 8 orang responden (26,7%) dari 30 orang responden, berpengetahuan cukup sebanyak 11 orang responden (36,7%) dari 30 orang responden, dan yang berpengetahuan kurang sebanyak 11 orang responden (36,7%). Dari hasil tersebut mayoritas para pekerja PT yang bekerja pada shift malam berpengetahuan cukup yaitu sebanyak 11 orang responden (36,7%) dari 30 orang responden tentang faktor-faktor yang mempengaruhi istirahat dan tidur.

Menurut hasil penelitian dilapangan dan sesuai denga teori Notoadmodjo (2005) bahwa semakin tinggi pendidikan semakin mudah seseorang menerima info atau sebaliknya, semakin bertambah usia akan mempengaruhi daya tangkap dan pola pikirnya, serta pekerjaan berkaitan dengan pengetahuan yang berkaitan pada lingkungan dan orang-orang yang ada disekitarnya.

7. Tingkat Pengetahuan Para Pekerja PT yang Bekerja pada Shift Malam Tentang Kebutuhan Istirahat dan Tidur Berdasarkan Gangguan Istirahat dan Tidur Di

RT 01/RW 01 Dormitori Muka Kuning Kota Batam.

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 7 diketahui bahwa yang berpengetahuan baik sebanyak 3 orang responden (10%) dari 30 orang responden, berpengetahuan cukup sebanyak 12 orang responden (40%) dari 30 orang responden, dan yang berpengetahuan kurang sebanyak 15 orang responden (50%). Dari hasil tersebut mayoritas para pekerja PT yang bekerja pada shift malam berpengetahuan kurang yaitu sebanyak 15 orang responden (50%) dari 30 orang responden tentang gangguan istirahat dan tidur.

Menurut hasil penelitian dilapangan dan sesuai denga teori Notoadmodjo (2005) bahwa semakin tinggi pendidikan semakin mudah seseorang menerima info atau sebaliknya, semakin bertambah usia akan mempengaruhi daya tangkap dan pola pikirnya, serta pekerjaan berkaitan dengan pengetahuan yang berkaitan pada lingkungan dan orang-orang yang ada disekitarnya.

8. Tingkat Pengetahuan Para Pekerja PT yang Bekerja pada Shift Malam Tentang Kebutuhan Istirahat dan Tidur Berdasarkan Tahapan Istirahat dan Tidur Di RT 01/RW 01 Dormitori Muka Kuning Kota Batam.

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 8 diketahui bahwa yang berpengetahuan baik sebanyak 6 orang responden (20%) dari 30 orang responden, berpengetahuan cukup sebanyak 14 orang responden (46,7%) dari 30 orang responden, dan yang

berpengetahuan kurang sebanyak 10 orang responden (33,3%). Dari hasil tersebut mayoritas para pekerja PT yang bekerja pada shift malam berpengetahuan cukup yaitu sebanyak 14 orang responden (46,7%) dari 30 orang responden tentang tahapan istirahat dan tidur.

Menurut hasil penelitian dilapangan dan sesuai dengan teori Notoadmodjo (2005) bahwa semakin tinggi pendidikan semakin mudah seseorang menerima info atau sebaliknya, semakin bertambah usia akan mempengaruhi daya tangkap dan pola pikirnya, serta pekerjaan berkaitan dengan pengetahuan yang berkaitan pada lingkungan dan orang-orang yang ada disekitarnya.

REFERENSI

- Alimul (2006). *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia Aplikasi Konsep dan Proses Keperawatan*. Jakarta; Salemba Medika
- Lumbantobing (2004). *Gangguan Tidur*. Jakarta; Balai Penerbit FKUI
- Notoadmodjo (2002). *Metodologi Pendidikan Kesehatan*. Jakarta; Rineka Cipta
- Notoadmodjo (2003). *Metodologi Pendidikan Kesehatan*. Jakarta; Rineka Cipta
- Notoadmodjo (2005). *Metodologi Pendidikan Kesehatan*. Jakarta; Rineka Cipta
- Setiadi (2007). *Konsep dan Penulisan Riset Keperawatan*. Surabaya; Graha Ilmu
- Tarwoto dan Wartonah (2004). *Kebutuhan Dasar Manusia*. Jakarta; Salemba Medika
- Uliyah dan Hidayat (2008). *Keterampilan Dasar Praktik Klinik Untuk Kebidanan*. Jakarta; Salemba Medika