

## Peran Kualitas Tidur terhadap Ide Bunuh diri pada Buruh Industri = The Role of Sleep Quality to Suicidal Ideation among Industrial Workers

Maria Rosa Virdayani, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920522978&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Perilaku bunuh diri dan ide bunuh diri selama ini telah menjadi masalah kesehatan mental bagi masyarakat global. Dari berbagai faktor yang mempunyai keterkaitan dengan ide bunuh diri, kualitas tidur adalah salah satu faktor yang secara independen dan konsisten dapat memengaruhi munculnya ide bunuh diri. Salah satu kelompok yang memiliki prevalensi tinggi pada variabel ide bunuh diri dan memiliki kualitas tidur yang buruk adalah kaum buruh industri, terutama yang bekerja dengan sistem shift. Penelitian ini dilakukan untuk mengidentifikasi peran kualitas tidur terhadap ide bunuh diri pada buruh industri. Peneliti mengaplikasikan tipe penelitian kuantitatif dan menggunakan metode non-eksperimental. Ide bunuh diri diukur menggunakan alat ukur Depressive Symptom Index - Suicidality Subscale (DSI-SS), sementara kualitas tidur diukur menggunakan The Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI). Responden dalam penelitian ini merupakan buruh industri berusia 18-29 tahun dari berbagai provinsi di Indonesia, dan bekerja dengan sistem shift. Penelitian ini mengimplementasikan metode analisis regresi linear sederhana untuk menganalisis peran dari kualitas tidur terhadap ide bunuh diri. Berdasarkan hasil analisis, ditemukan bahwa kualitas tidur secara signifikan dan positif dapat memprediksi ide bunuh diri ( $R^2 = 0,09$ ,  $p < 0,05$ ). Hal ini memiliki arti bahwa semakin buruk kualitas tidur, maka indikasi munculnya ide bunuh diri akan semakin tinggi.

.....Suicidal behavior and ideation are global public health issues. Among the factors associated with suicidal ideation, sleep quality is one that independently and consistently predicts suicidal thoughts. One group that has a high prevalence of suicidal ideation and poor sleep quality is industrial workers, especially those who work with shift systems. This study aims to identify the role of sleep quality to suicidal ideation among industrial workers. This study applied the quantitative research types and used non-experimental methods. Suicidal ideation was measured using the Depressive Symptom Index - Suicidality Subscale (DSI-SS), while sleep quality was measured using The Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI). This study involved industrial workers aged 18-29 years from various provinces in Indonesia, and worked with a shift system. Furthermore, this study implemented a simple linear regression analysis method to analyze the role of sleep quality to suicidal ideation. The results of the analysis showed that sleep quality significantly and positively predicts suicidal ideation ( $R^2 = 0,09$ ,  $p < 0,05$ ). This means that the worse the quality of sleep, the higher the indication of suicidal ideation.