

ABSTRAK

Kualitas tidur yang buruk biasanya sering dirasakan oleh seseorang dengan aktivitas cukup berat seperti petani yang harus bangun pagi untuk berangkat ke sawah, menanam serta memanen padi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas tidur petani di Dusun Sambong Desa Sumberkepuh Tanjunganom Nganjuk.

Penelitian ini menggunakan *analytic correlational* dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel penelitian ini 84 petani dari 107 populasi. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Simple Random Sampling*. Pengambilan data menggunakan kuesioner. Variabelnya yaitu usia, jenis kelamin, status kesehatan, obat-obatan, gaya hidup, tingkat stres dan lingkungan. Data kualitas tidur diperoleh dengan menggunakan kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) dan analisis data menggunakan uji statistik *chi-square*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada variabel status kesehatan (p -value=0,000), lingkungan (p -value=0,000), usia (p -value=0,002), obat-obatan (p -value=0,006), tingkat stres (p -value=0,028), kemudian variabel jenis kelamin (p -value=0,8) dan gaya hidup (p -value=0,063). Sehingga dapat disimpulkan bahwa yang paling berpengaruh terhadap kualitas yaitu status kesehatan, lingkungan, obat-obatan, tingkat stress dan tidak terdapat hubungan antara jenis kelamin dan gaya hidup dengan kualitas tidur.

Petani diharapkan dapat melakukan pengendalian faktor yang mempengaruhi kualitas tidur, bagi tenaga kesehatan diharapkan untuk lebih efektif melakukan pendekatan penyuluhan pendidikan kesehatan di daerah setempat mengenai pemeliharaan kebutuhan tidur dan faktor yang dapat mempengaruhi kualitas tidur petani.

Kata Kunci: Analisis faktor, kualitas tidur, petani