

ABSTRAK

Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kecerdasan Emosi Perawat di Denpasar

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kualitas tidur dengan kecerdasan emosi perawat di Denpasar. Kualitas tidur mencakup aspek-aspek seperti durasi, kedalaman, dan efisiensi tidur, sementara kecerdasan emosi meliputi kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Sampel penelitian terdiri dari 73 perawat yang bekerja di berbagai fasilitas kesehatan di Denpasar, yang dipilih menggunakan teknik *simple random sampling*. Instrumen yang digunakan meliputi *Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)* untuk mengukur kualitas tidur dan skala kecerdasan emosi berdasarkan model Goleman. Analisis data menggunakan uji korelasi Pearson menunjukkan adanya hubungan positif cenderung lemah dan signifikan antara kualitas tidur dengan kecerdasan emosi perawat. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa meskipun kualitas tidur menurun, kecerdasan emosi perawat justru membaik, yang pada gilirannya dapat berdampak positif terhadap kualitas pelayanan kesehatan.

Kata kunci: kualitas tidur, kecerdasan emosi, perawat, Denpasar

The Relationship Between Sleep Quality and Emotional Intelligence of Nurses in Denpasar

Abstract. This study aims to determine the relationship between sleep quality and emotional intelligence among nurses in Denpasar. Sleep quality includes aspects such as sleep duration, depth, and efficiency, while emotional intelligence includes self-awareness, self-control, motivation, empathy, and social skills. The research method used was a quantitative approach with a correlational design. The research sample consisted of 73 nurses working in various health facilities in Denpasar, who were selected using a simple random sampling technique. The instruments used included the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) to measure sleep quality and an emotional intelligence scale based on Goleman's model. Data analysis using the Pearson correlation test showed a positive and significant relationship between sleep quality and nurses' emotional intelligence. The results of this study indicate that although sleep quality decreases, nurses' emotional intelligence improves, which in turn can have a positive impact on the quality of health services.

Keywords: sleep quality, emotional intelligence, nurses, Denpasar