



**HUBUNGAN STATUS GIZI DAN KECUKUPAN
ENERGI DENGAN KELELAHAN KERJA PADA
PERAWAT WANITA DI RUMAH SAKIT UMUM
DAERAH KOTA SALATIGA
TAHUN 2016**

SKRIPSI

**Disusun guna memenuhi satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana
Kesehatan Masyarakat dengan peminatan Keselamatan Kerja dan
Kesehatan Lingkungan**

ERRY KUSUMA ADITAMA

NIM : D11.2012.01507

**PROGRAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS DIAN NUSWANTORO
SEMARANG**

2016

© 2016

Hak Cipta Skripsi Ada Pada Penulis

PERSETUJUAN LAPORAN TUGAS AKHIR

Nama Pelaksana : Erry Kusuma Aditama
NIM : D11.2012.01507
Program Studi : S1 Kesehatan Masyarakat
Fakultas : Kesehatan
Judul Tugas Akhir : Hubungan antara Status Gizi dan Kecukupan Energi dengan Kelelahan Kerja pada Perawat Wanita di Rumah Sakit Umum Daerah Kota Salatiga Tahun 2016

Tugas Akhir ini telah diperiksa dan disetujui,

Semarang, 27 Juni 2016

Menyetujui,


Dekan Fakultas Kesehatan



Dr.dr. Sri Andarini Indreswari, M.Kes.,

Mengetahui,

Pembimbing



Dyah Ernawati, S.Kep.,NS., M.Kes.

PENGESAHAN DEWAN PENGUJI

Nama Pelaksana : Erry Kusuma Aditama
NIM : D11.2012.01507
Program Studi : S1 Kesehatan Masyarakat
Fakultas : Kesehatan
Judul Tugas Akhir : Hubungan antara Status Gizi dan Kecukupan Energi dengan Kelelahan Kerja pada Perawat Wanita di Rumah Sakit Umum Daerah Kota Salatiga Tahun 2016

Tugas akhir ini telah diujikan dan dipertahankan dihadapan Dewan Penguji pada Sidang Tugas Akhir Tanggal 30 Juni 2016. Menurut pandangan kami, Tugas Akhir ini memadai dari segi kuantitas maupun kualitas untuk tujuan penganugerahan gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat (S. KM.)

Semarang, 27 Juni 2016

Dewan Penguji

Ketua Penguji



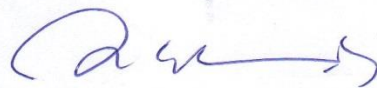
Eni Mahawati, S.KM., M.Kes.,

Penguji



Vilda Ana Veria Setyawati S.Gz, M.Gizi

Pendamping



Dyah Ernawati, S.Kep.,Ns., M.Kes.

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Pelaksana : Erry Kusuma Aditama
NIM : D11.2012.01507
Program Studi : S1 Kesehatan Masyarakat
Fakultas : Kesehatan
Judul Tugas Akhir : Hubungan antara Status Gizi dan Kecukupan Energi dengan Kelelahan Kerja pada Perawat Wanita di Rumah Sakit Umum Daerah Kota Salatiga Tahun 2016

Menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan apabila di kemudian hari ditemukan adanya bukti plagiat, dan / atau pemalsuan data maupun bentuk kecurangan lain, saya bersedia untuk menerima sanksi dari Fakultas Kesehatan Universitas Dian Nuswantoro Semarang menurut aturan yang berlaku.

Semarang, 27 Juni 2016



Erry Kusuma Aditama

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Pelaksana : Erry Kusuma Aditama
NIM : D11.2012.01507
Program Studi : S1 Kesehatan Masyarakat
Fakultas : Kesehatan

demikian demi mengembangkan Ilmu Pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Dian Nuswantoro Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

Hubungan antara Status Gizi dan Kecukupan Energi dengan Kelelahan Kerja pada Perawat Wanita di Rumah Sakit Umum Daerah Kota Salatiga Tahun 2016 beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Dian Nuswantoro berhak untuk menyimpan, mengcopy ulang(memperbanyak), menggunakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data(*database*), mendistribusikannya dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan nama pembimbing saya. Saya bersedia untuk menanggung segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

ng, 27 Juni 2016



Erry Kusuma Aditama

HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya kecilku ini kupersembahkan untuk

Kedua orang tuaku tersayang, bapak serta ibuku

Tiada kata yang bisa kuucapkan lagi,

sungguh kalian orang tua terhebat bagiku

Terimakasih bapak, terimakasih ibu

Mungkin aku belum bisa memenuhi semua keinginanmu,

Akan tapi aku akan selalu berusaha & berdoa

agar kelak Allah SWT memberikan rumah dari cahaya

di surga-Nya untuk kalian berdua

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Erry Kusuma Aditama
Tempat, tanggal lahir : Salatiga, 19 Maret 1994
Jenis Kelamin : Laki-laki
Agama : Kristen
Alamat : Jl Cebongan Raya Salatiga

Riwayat Pendidikan :

1. SD Negeri 02 Ledok tahun 2000 – 2006
2. SMPN 01 Salatiga tahun 2006 – 2009
3. SMKN 02 Salatiga tahun 2009 – 2012
4. Diterima di Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Dian Nuswantoro Semarang tahun 2012

PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul **“Hubungan antara Status Gizi dan Kecukupan Energi dengan Kelelahan Kerja pada Perawat Wanita di Rumah Sakit Umum Daerah Kota Salatiga Tahun 2016.** Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana S-1 pada Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Dian Nuswantoro.

Skripsi ini banyak memperoleh bantuan baik moril maupun materil dari berbagai pihak, maka pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang tulus dan ikhlas kepada :

1. Dr. Ir. Edi Nursasongko, M.Kom selaku Rektor Universitas Dian Nuswantoro Semarang.
2. Dr. dr. Sri Andarini Indreswari, M.Kes selaku dekan Fakultas Kesehatan Universitas Dian Nuswantoro Semarang.
3. Dr. MG Yuantari, SKM, M.Kes selaku ketua program studi S1 Kesehatan Masyarakat.
4. Eni Mahawati, M.Kes selaku ketua peminatan Keselamatan dan Kesehatan Kerja Lingkungan Industri (K3LI) dan selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.

5. Dyah Ernawati, S.Kep.,NS., M.K. selaku pembimbing yang telah banyak memberikan masukan.
6. Pimpinan RSUD Kota Salatiga yang telah membantu pelaksanaan penelitian ini.
7. Seluruh dosen dan staf Fakultas Kesehatan Universitas Dian Nuswantoro Semarang yang sudah memberikan dukungan selama ini.
8. Semua teman-temanku Fakultas Kesehatan, S1 Kesehatan Masyarakat UDINUS Semarang yang telah memberikan dukungan, pelajaran yang sangat bermakna bagiku dan selalu menyemangatiku.
9. Sahabat-sahabatku, teman – teman yang seperjuangan dalam membuat skripsi ini antara lain Teguh, Hanif, Mufti, Sahid dan Ryan.
10. Semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan Skripsi ini masih banyak kekurangan baik dari segi materi maupun teknis penulisan karena keterbatasan yang dimiliki oleh penulis. Oleh karena itu, penulis berharap untuk mendapatkan koreksi dan telaah yang bersifat konstruktif agar skripsi ini dapat diterima.

Penulis memohon dengan segala keterbatasan yang penulis miliki semoga Skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua terutama bagi dunia pengetahuan, masyarakat dan memberikan inspirasi bagi penulis lainnya.

Semarang, 27 Juni 2016

Penuli

ABSTRAK

ERRY KUSUMA ADITAMA
HUBUNGAN STATUS GIZI DAN KECUKUPAN ENERGI DENGAN
KELELAHAN KERJA PADA PERAWAT WANITA DI RUMAH SAKIT UMUM
DAERAH KOTA SALATIGA TAHUN 2016

XVII + 61 Hal + 9 Tabel + 4 Lampiran

Perawat merupakan sumber daya manusia yang menempati urutan teratas dari segi jumlah di seluruh rumah sakit yang menjalankan kegiatan pelayanan kesehatan. Hasil survei awal yang dilakukan pada 5 November 2015 diperoleh hasil wawancara terhadap 3 orang perawat wanita di instalasi perawatan anak RSUD Salatiga diperoleh hasil bahwa IMT dari semua perawat yang disurvei hasil rata-ratanya 27 sehingga disimpulkan kelebihan berat badan. Hasil dari Recall 1x24 Jam yang dilakukan terhadap semua perawat didapatkan hasil bahwa seluruhnya belum mencukupi kebutuhan kalori hariannya, dimana ada salah satu perawat yang hanya mencukupi 939 kkal dari IMB 1297 kkal. Berdasarkan kondisi itu maka akan dilakukan penelitian dengan tujuan untuk menganalisis hubungan status gizi, kecukupan energi dan aktifitas fisik dengan kelelahan kerja pada perawat wanita di bangsal rawat inap dan IGD RSUD Kota Salatiga Tahun 2016.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasinya dalam penelitian ini adalah seluruh perawat wanita di RSUD Kota Salatiga bagian instalasi perawatan anak yang berjumlah 15 orang dan bagian Instalasi Gawat Darurat yang berjumlah 12 orang perawat. Dalam pengambilan sampel, teknik yang digunakan adalah *total sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel dimana seluruh populasi dijadikan sampel.

Hasil penelitian menunjukkan perawat dengan status gizi normal sebanyak 80% dan perawat yang mengalami kekurangan energi yakni sebanyak 85%. Serta tidak ada hubungan antara Status Gizi (*p-value* 0,288), Tingkat aktivitas fisik (*p-value* 0,819), Kecukupan Energi (*p-value* 0,714) dan shift kerja (0,232) dengan Kelelahan Kerja pada Perawat Wanita di Bangsal Perawatan Anak dan IGD Rumah Sakit Umum Daerah Kota Salatiga Tahun 2016.

Berdasarkan penelitian ini maka disarankan kepada pihak RSUD Salatiga Sebaiknya pengontrolan IMT secara rutin. Karena dampak dari kondisi status gizi tidak hanya ke kelelahan kerja melainkan juga berdampak ke kesehatan lainnya seperti penyakit degeneratif. Serta Sebaiknya dilakukan suatu upaya untuk mengurangi terjadinya sakit/keluhan setelah bekerja seperti penyediaan meja dan kursi kerja yang lebih memenuhi persyaratan ergonomis, serta pemeriksaan kesehatan secara rutin.

Kata kunci : Status gizi, Kecukupan energi, kelelahan kerja
kepuustakaan : 30, 1991-2014

ABSTRACT

ERRY KUSUMA ADITAMA

THE CORRELATION OF STATUS NUTRITION AND ADEQUACY OF ENERGY TO FATIGUE AT NURSE IN EMERGENCY INSTALATION UNIT OF RSUD SALATIGA 2016

XVII + 61 + 9 + 4 Appendix Table

Nurses are human resources in the top list of number in hospital. The results of initial survey conducted on 5 November 2015 obtained 3 female nurses in hospitals Salatiga child care instalation facilities showed that the BMI of all nurses surveyed averaged 27 thus concluded overweight. Results of re-call 1x24 hours performed for all nurses showed that insufficient daily calories, where there was one nurse who just consume 939 kcal of BMT 1297 kcal. The aimed the study to analyze the relationship of nutritional status, physical activity and sufficiency energy with fatigue in emergency instalation unit of RSUD Salatiga 2016.

This study was analytical research with cross sectional approach. The population in this study was all nurses in the hospital of child care instalation totaled 15 people and emergency unit are numbered 12 people. Sampling technique has been used total sampling.

The results showed nurses with normal nutritional status as much as 80% and nurses who experience a shortage of energy that was 85%. And there was no correlation between nutritional status (p-value 0.288), level of physical activity (p-value 0.819), adequacy of Energy (p-value 0.714) and shifts (.232) with Fatigue Work on Nurse Women in Childcare and emergency unit of Hospital Salatiga 2016.

Suggested to the hospital Salatiga to control of BMI on a regular basis. The impact of nutritional status condition not only on fatigue but also to other health impacts such as degenerative diseases. Should be done as well as an effort to reduce the occurrence of illness / complaint after working as the provision of tables and chairs work better meet ergonomic requirements, as well as routine medical examination.

Keywords: Nutritional status, adequacy of energy, fatigue

References: 30, 1991-2014

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Hak Cipta	ii
Halaman Persetujuan	iii
Halaman Pengesahan	iv
Halaman Pernyataan Keaslian Skripsi	v
Halaman Pernyataan Persetujuan Publikasi Skripsi	vi
Halaman Persembahan	vii
Riwayat Hidup	viii
Prakata	ix
Abstrak	xi
Daftar Isi	xiii
Daftar Tabel.....	xvi
Daftar Gambar	xviii
Daftar Lampiran	xix
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Keaslian Penelitian	6

F. Lingkup Penelitian	7
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	10
A. Keperawatan.....	8
1. Pengertian	8
2. Peran dan fungsi perawat	8
3. Filosofi keperawatan anak.....	8
4. Peran perawat dalam keperawatan anak	9
B. Status Gizi	10
1. Gizi kerja.....	10
2. Penilaian status gizi langsung	14
3. Penilaian status gizi secara tidak langsung	16
4. Indeks Massa Tubuh (IMT)	17
5. Pengukuran food recall 24jam	19
6. Angka Kecukupan Gizi (AKG).....	21
C. Kebutuhan Energi.....	22
1. Pengertian	22
2. Cara menafsir angka kebutuhan energi basal.....	22
3. Faktor yang berhubungan dengan kebutuhan energi.....	25
D. Kelelahan.....	26
1. Pengertian	26
2. Penyebab terjadinya kelelahan akibat kerja	27
3. Pengukuran kelelahan dengan uji psiko-motor.....	30

E. Kerangka teori	33
BAB III. METODE PENELITIAN	34
A. Alur Penelitian	34
B. Jenis dan Desain Penelitian	35
C. Variable Penelitian.....	35
D. Definisi Operasional	36
E. Populasi dan sampel Penelitian	37
F. Pengumpulan Data Penelitian	38
G. Instrumen Penelitian.....	38
H. Analisis Data.....	40
BAB IV. HASIL PENELITIAN.....	42
A. Gambaran Obyek Penelitian	42
B. Analisa Univariat.....	44
C. Analisa Bivariat.....	47
BAB V. PEMBAHASAN	49
A. Keterbatasan Penelitian	49
B. Hubungan status gizi dan kecukupan energi dengan kelelahan kerja.....	49
BAB VI. SIMPULAN DAN SARAN.....	57
A. Simpulan.....	57
B. Saran	58
DAFTAR PUSTAKA.....	59

DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
4.1	Distribusi Frekuensi Usia	44
4.2	Distribusi Frekuensi Berat	44
4.3	Distribusi Frekuensi Tinggi Badan	45
4.4	Distribusi Frekuensi Status Gizi	45
4.5	Distribusi Frekuensi Kecukupan Energi	46
4.6	Distribusi Frekuensi Tingkat Aktivitas Fisik	46
4.7	Distribusi Frekuensi Kelelahan Kerja	47
4.8	Hasil Uji Hubungan antara Status Gizi dengan Kelelahan Kerja	47
4.9	Hasil Uji Hubungan antara Kecukupan Energi dengan Kelelahan Kerja	47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

1. Kuesioner Penelitian
2. Hasil Uji Statistik
3. Surat Ijin Penelitian
4. Dokumentasi