



**“ HUBUNGAN STATUS GIZI, POLA MAKAN, JENIS KELAMIN
DENGAN KELELAHAN KERJA PADA KARYAWAN PABRIK
BAGIAN PRODUKSI DI KECAMATAN PRINGAPUS ”**

SKRIPSI

Oleh:

BRIGITA SHEILA ROSITA

020118A011

PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT

FAKULTAS KESEHATAN

UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

2022



**“HUBUNGAN STATUS GIZI, POLA MAKAN, JENIS KELAMIN
DENGAN KELELAHAN KERJA PADA KARYAWAN PABRIK
BAGIAN PRODUKSI DI KECAMATAN PRINGAPUS”**

SKRIPSI

diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana /Ahli Madya

Oleh:

BRIGITA SHEILA ROSITA

020118A011

PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT

FAKULTAS KESEHATAN

UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

2022

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul :

**HUBUNGAN STATUS GIZI, POLA MAKAN, JENIS KELAMIN
DENGAN KELELAHAN KERJA PADA KARYAWAN PABRIK
BAGIAN PRODUKSI DI KECAMATAN PRINGAPUS**

disusun oleh:

BRIGITA SHEILA ROSITA

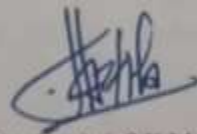
020118A011

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing serta telah diperkenankan untuk diujikan.

Ungaran, 10 Februari 2022

Pembimbing



Kartika Dian Pertiwi, S.K.M, M.Kes
NIDN.0631039202

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Berjudul :

**HUBUNGAN STATUS GIZI, POLA MAKAN, JENIS KELAMIN
DENGAN KELELAHAN KERJA PADA KARYAWAN PABRIK
BAGIAN PRODUKSI DI KECAMATAN PRINGAPUS**

disusun oleh:

BRIGITA SHEILA ROSITA

020118A011

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo, pada:

Hari : Senin

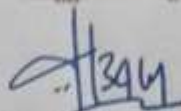
Tanggal : 7 Maret 2022

Tim penguji : Ketua / Pembimbing



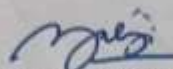
Kartika Dian Pertiwi, S.K.M., M.Kes
NIDN.0631039202

Anggota / Penguji 1



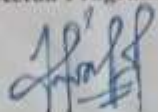
Dr. Sigit Ambar Widiyawati, S.K.M., M.Kes
NIDN.0625068002

Anggota / Penguji 2



Yuliaji Siswanto, S.K.M., M.Kes. (Epid)
NIDN.0614077602

Ketua Program Studi



Sri Wahyuni, S.K.M., M.Kes
NIDN.0614077602

Dean Fakultas



Ns. Eko Susilo, S.Kep., M.Kep.
NIDN.062709501

PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Brigita Sheila Rosita
NIM : 020118A011
Program Studi/ Fakultas : Kesehatan Masyarakat/ Kesehatan

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi berjudul **“HUBUNGAN STATUS GIZI, POLA MAKAN, JENIS KELAMIN DENGAN KELELAHAN KERJA PADA KARYAWAN PABRIK BAGIAN PRODUKSI DI KECAMATAN PRINGAPUS “** adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di Perguruan Tinggi manapun.
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Pembimbing

Kartika Dian Pertiwi, S.K.M, M.Kes
NIDN.0631039202

Ungaran, 10 Februari, 2022



Brigita Sheila Rosita
020118A011

PERNYATAAN KESEDIAAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Brigita Sheila Rosita
NIM : 020118A011
Program Studi/ Fakultas : Kesahtan Masyarakat/ Kesehatan

Menyatakan memberikan kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/ memformatkan, merawat dan mempublikasikan skripsi saya yang berjudul **"HUBUNGAN STATUS GIZI, POLA MAKAN, JENIS KELAMIN DENGAN KELELAHAN KERJA PADA KARYAWAN PABRIK BAGIAN PRODUKSI DI KECAMATAN PRINGAPUS"** untuk kepentingan akademis.

Ungaran, 10 Februari 2022
Yang membuat pernyataan,



Brigita Sheila Rosita
020118A011

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi Kesehatan Masyarakat
Fakultas Ilmu Kesehatan
Skripsi/Karya Tulis Ilmiah, Februari 2022
Brigita Sheila Rosita
020118A011

HUBUNGAN STATUS GIZI, POLA MAKAN, JENIS KELAMIN DENGAN KELELAHAN KERJA PADA KARYAWAN PABRIK BAGIAN PRODUKSI DI KECAMATAN PRINGAPUS

ABSTRAK

Latar Belakang: Faktor internal yang berpengaruh terhadap terjadinya kelelahan kerja salah satunya adalah status gizi, pola makan dan jenis kelamin pada pekerja. Pada Buruknya status gizi dan pola makan akan membuat pekerja menjadi mudah lelah, pada pekerja perempuan berdasarkan stupen yang dilakukan, pekerja perempuan lebih banyak merasakan kelelahan kerja daripada laki-laki. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan status gizi dengan kelelahan kerja pada pekerja pabrik bagian produksi di Kecamatan Pringapus .

Metode: peneliti menggunakan metode analitik observasional dengan desain studi cross sectional , jumlah sampel yang diteliti 66 responden dengan menggunakan teknik sampling yaitu quota sampling. Status gizi diukur menggunakan timbangan dan stadiometer, pola makan diukur menggunakan kuesioner *FFQ*, jenis kelamin diukur menggunakan kuesioner, sedangkan kelelahan kerja diukur menggunakan kuesioner kelelahan subyektif *IFRC*.

Hasil : Analisis data menggunakan uji korelasi *spearman* diketahui bahwa tidaj ada hubungan antara status gizi dengan kelelahan kerja ($p=0,232$). Analisis data menggunakan uji *kolmogorov-smirnov* diketahui bahwa tidak ada hubungan antara pola makan dengan kelelahan kerja ($p=0,98$). Analisis data menggunakan uji *chi square* diketahui bahwa tidak terdapat hubungan antara jenis kelamin dengan kelelahan kerja ($p=0,089$).

Simpulan : Tidak ada hubungan antara status gizi, pola makan, jenis kelamin dengan kelelahan kerja.

Kata kunci : Status gizi, pola makan, jenis kelamin dan Kelelahan Kerja

Thesis/Scientific Paper, February 2022
Brigita Sheila Rosita
020118A011

RELATIONSHIP OF NUTRITIONAL STATUS, DIET PATTERN, GENDER WITH WORK FATIGUE ON PRODUCTION SECTION FACTORY EMPLOYEES IN PRINGAPUS DISTRICT

ABSTRACT

Background: Internal factors that influence the occurrence of work fatigue, one of which is the nutritional status, diet and gender of workers. Poor nutritional status and eating patterns will make workers tired easily, for female workers based on the stupen done, female workers feel more work fatigue than men. The purpose of this study was to determine the relationship between nutritional status and work fatigue in factory workers in the production division in Pringapus District.

Methods: the researcher used an observational analytic method with a cross sectional study design, the number of samples studied was 66 respondents using a sampling technique, namely quota sampling. Nutritional status was measured using a scale and stadiometer, eating patterns were measured using the FFQ questionnaire, gender was measured using a questionnaire, while work fatigue was measured using the IFRC subjective fatigue questionnaire.

Results: Data analysis using the Spearman correlation test showed that there was no relationship between nutritional status and work fatigue ($p=0.232$). Data analysis using the Kolmogorov-Smirnov test found that there was no relationship between diet and work fatigue ($p=0.98$). Data analysis using the chi square test is known that there is no relationship between gender and work fatigue ($p = 0.089$).

Conclusion: There is no relationship between nutritional status, diet, gender and work fatigue.

Keywords: nutritional status, diet, gender and work fatigue

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kita panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya. Puji syukur atas penyertaan dan kasih yang Tuhan berikan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Status Gizi, pola makan, jenis kelamin dengan Kelelahan Kerja Pada Karyawan Pabrik Bagian Produksi Di Kecamatan Pringapus” Puji Tuhan atas kelancaran dalam penyusunan skripsi yang senantiasa menjadi sumber inspirasi dan teladan terbaik untuk masyarakat.

Penulis menyadari banyak pihak yang memberikan dukungan dan bantuan selama menyelesaikan studi dan tugas akhir ini. Oleh karena itu, sudah sepantasnya penulis dengan penuh hormat mengucapkan terimakasih dan mendoakan semoga Tuhan senantiasa memberikan balasan terbaik kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Subyantoro, M.Hum., selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Ibu Sri Wahyuni.,S.KM., M.Kes selaku Ketua Program Studi Kesehatan Masyarakat.
3. Ibu Kartika Dian Pertiwi, S.K.M., M.Kes selaku pembimbing yang telah membantu dalam penyusunan skripsi dengan sabar dalam memberikan saran, masukan serta motivasi.
4. Ibu Dr. Sigit Ambar Widiyawati, S.KM., M.Kes sebagai penguji 1 dan ibu Yuliaji Siswanto,S.KM,M.Kes.(Epid) sebagai penguji 2.
5. Bapak saya Andy Widodo, Ibu saya Bernadeta Dwiyani Lestari dan kakak saya Agata Putri Pramudita, S.E yang telah memberikan ruang, dukungan, serta doa yang membuat penulis bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan lancar.
6. Saudari Sonia Handayani, Ayuningtyas F A T, Alya Mumtazah, Ina Tamara Qoiriah, Rino Apriliano serta teman-teman seperjuangan.

7. Terima kasih penulis juga untuk semua pihak yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.

Akhir kata penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini jauh dari sempurna. Oleh karena itu. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan dapat dijadikan referensi demi pengembangan ke arah yang lebih baik. Semoga Tuhan senantiasa melimpahkan rahmat dan berkat-Nya kepada kita semua.

Ungaran, 10 Februari 2022

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN COVER.....	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
PERNYATAAN ORISINILITAS	v
HALAMAN PUBLIKASI	vi
ABSTRAK.....	vii
ABSTRACT.....	viii
KATA PENGANTAR	ix

DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	
A. Latar belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan	8
D. Manfaat	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Tinjauan Teoritis	11
1. Staus Gizi	11
2. Pola makan	20
3. Jenis kelamin.....	35
4. Kelelahan kerja	36
B. Kerangka Teori	58
C. Kerangka Konsep	58
D. Hipotesis	58
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain penelitian.....	60
B. Lokasi penelitian	60
C. Subyek peneitian	61
D. Definisi operasional	63
E. Variabel penelitian	64
F. Pengumpulan data	65
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN	
A. Gambara Umun Kecamatan Pringapus.....	71
B. Hasil dan Pembahasan	71
C. Keterbatasan Peneliti	82
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	83

B. Saran	84
DAFTAR PUSTAKA	85

