

RINGKASAN

Universitas Muslim Indonesia
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Program Studi Kesehatan Masyarakat
Peminatan Kesehatan dan Keselamatan Kerja
Hasil Penelitian, Maret 2024

Husna Ma'ap
14120200081

“Hubungan Antara Status Gizi Dan Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja di PT. Industri Kapal Indonesia (Persero) Tahun 2024”

(X + 72 halaman + 16 tabel + 13 lampiran)

Kelelahan merupakan suatu kejadian paling umum yang di alami oleh setiap pekerja. Kelelahan kerja itu sendiri dapat mengakibatkan penurunan produktivitas dan juga dapat meningkatkan terjadinya kecelakaan kerja. Kelelahan kerja merupakan suatu kondisi dimana seseorang merasa sangat lelah, baik secara fisik maupun mental, akibat tuntutan pekerjaan yang berlebihan. Faktor penyebab kelelahan kerja diantaranya adalah status gizi dan beban kerja. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara status gizi dan beban kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja di PT. Industri Kapal Indonesia (Persero).

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain pendekatan *cross sectional*. Jumlah sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah sebanyak 44 pekerja pada bagian produksi di PT. Industri Kapal Indonesia (Persero). Teknik *sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik toal sampling. Metode analisis data menggunakan uji bivariat dengan uji hubungan *chi square*.

Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara beban kerja fisik ($p = 0,000 < \alpha = 0,05$), beban kerja mental ($p = 0,001 < \alpha = 0,05$) dengan kelelahan kerja. Namun, tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara status gizi ($p = 0,006 > \alpha = 0,05$) dengan kelelahan kerja. Dari hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan kelelahan kerja, dan terdapat hubungan antara beban kerja fisik dan beban kerja mental dengan kelelahan kerja.

Diharapkan kepada peneliti selanjutnya sebaiknya dapat meneliti atau menambah variabel-variabel lain yang dapat berhubungan atau mempengaruhi tingkat kelelahan kerja.

Daftar Pustaka : 45 (2019-2023)

Kata Kunci : Status Gizi; Beban Kerja Fisik; Beban Kerja Mental.

ABSTARCT

**Indonesian Muslim University
Faculty of Public Health
Public Health Study Program
Specialization in Occupational Health and Safety
Research Results, March 2024**

**Husna Ma'ap
14120200081**

"The Relationship Between Nutritional Status and Workload and Work Fatigue in Workers at PT. Indonesian Ship Industry (Persero) in 2024"

(X + 72 pages + 16 tables + 13 lppendices)

Fatigue is the most common occurrence experienced by every worker. Work fatigue itself can result in decreased productivity and can also increase the occurrence of work accidents. Work fatigue is a condition where a person feels very tired, both physically and mentally, due to excessive work demands. Factors that cause work fatigue include nutritional status and workload. The aim of this research is to determine the relationship between nutritional status and workload and work fatigue in workers at PT. Indonesian Ship Industry (Persero).

The type of research used in this research is quantitative using a cross sectional approach design. The number of samples used in this research was 44 workers in the production section at PT. Indonesian Ship Industry (Persero). The sampling technique used in this research is total sampling technique. The data analysis method uses bivariate tests with the chi square relationship test.

The results of this study show that there is a significant relationship between physical workload ($p = 0.003 < \alpha = 0.05$), mental workload ($p = 0.002 < \alpha = 0.05$) and work fatigue. However, no significant relationship was found between nutritional status ($p = 0.107 > \alpha = 0.05$) and work fatigue. From the results of this research, it can be concluded that there is no relationship between nutritional status and work fatigue, and there is a relationship between physical workload and mental workload and work fatigue.

It is hoped that future researchers will be able to research or add other variables that can relate to or influence the level of work fatigue.

Bibliography: 45 (2019-2023)

Keywords: Nutritional Status, Physical Workload and Mental Workload.