Hubungan antara Status Gizi dan Anemia dengan Kelelahan Kerja Perawat Rumah Sakit

(Correlation between Nutritional Status and Anemia with Work Fatigue of Hospital's Nurses)

Amelia Agustiningrum¹, Dhuha Itsnanisa Adi²
Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Jember
Jl. Kalimantan 37, Jember Indonesia, 68121
e-mail: 192110101175@mail.unej.ac.id

Abstract

Work fatigue is part of a general problem that is often encountered in workers which can reduce work productivity so that it tends to contribute to work accidents. A person's work productivity is influenced by adequate nutritional status. Nutritional status plays an important role in optimal work performance and productivity. Another cause of work fatigue is anemia status. This study aims to analyze the relationship between nutritional status and anemia status and work fatigue of nurses at Hospital X. The method used is analytical observational using a cross sectional approach. The results of the analysis in this study showed that the majority of respondents were aged 31-40 years, and most of them were female, the nutritional status of most of the respondents was good, but almost half of the respondents also experienced overweight and obese nutritional status and the majority of respondents had poor nutritional status. not anemic. The results of the analysis in this study stated that there was no relationship between age, gender, workload, nutritional status and anemia status on work fatigue at Hospital X.

Keywords: *nutritional status, anemia, work fatigue, nurses*

Abstrak

Kelelahan kerja merupakan bagian dari permasalahan umum yang sering dijumpai pada tenaga kerja yang dapat menurunkan produktivitas kerja sehingga cenderung memberi kontribusi terhadap kecelakaan kerja. Produktivitas kerja seseorang dipengaruhi oleh kecukupan status gizi. Status gizi berperan penting dalam kinerja dan produktivitas kerjanya secara optimal. Penyebab lain dari kelelahan kerja yakni status anemia. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara status gizi dan status anemia dengan kelelahan kerja perawat di Rumah Sakit X. Metode yang digunakan adalah observasional analitik dengan menggunakan pendekatan cross sectional. Hasil univariat pada penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 31-40 tahun, dan sebagian besar berjenis kelamin perempuan, status gizi responden sebagian besar baik, namun hampir separuh dari responden juga mengalami status gizi lebih (overweight dan obese) dan sebagian besar responden berstatus tidak anemia. Hasil bivariat pada penelitian ini menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara usia, jenis kelamin, beban kerja, status gizi dan status anemia terhadap kelelahan kerja di Rumah Sakit X.

Kata kunci: status gizi, anemia, kelelahan kerja, perawat

Pendahuluan

Kelelahan kerja merupakan bagian dari permasalahan umum yang sering dijumpai pada tenaga kerja yang dapat menurunkan produktivitas kerja sehingga cenderung memberi kontribusi terhadap kecelakaan kerja [1]. Kelelahan kerja berkontribusi terhadap kecelakaan kerja. Salah satu profesi yang berkontribusi terhadap kecelakaan kerja yakni perawat.

Kelelahan merupakan gejala nonspesifik yang memiliki banyak kemungkinan penyebab. Salah satu faktor yang mempengaruhi kelelahan yaitu status gizi [2]. Produktivitas kerja seseorang dipengaruhi oleh kecukupan status gizi. Perawat yang memiliki status gizi kurang atau lebih cenderung memiliki gerakan yang lamban dalam melaksanakan tugasnya sehingga akan mempengaruhi produktivitas kerjanya.

Penyebab lain dari kelelahan kerja yakni status anemia. Anemia disebabkan oleh berkurangnya penyerapan zat besi yang sering disebut dengan defisiensi zat besi [3]. Darah memiliki beberapa fungsi penting dalam tubuh, salah satunya adalah membawa oksigen ke seluruh tubuh. Sel darah merah (eritrosit) termasuk komponen yang paling melimpah dari ketiga unsur darah. Sel darah merah juga merupakan komponen yang mengubah darah menjadi merah dan komponen itu disebut hemoglobin.

Tubuh membutuhkan zat besi dan vitamin dari makanan untuk membentuk hemoglobin. Meski jumlah zat besi dalam tubuh relatif sedikit yakni 3-5 gram, namun zat besi berperan sangat penting dalam pembentukan hemoglobin dan mendukung berbagai proses metabolisme di dalam tubuh [4].

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Liarucha et al., (2016) menunjukkan kondisi kelelahan sedang terjadi pada semua perawat yang menjadi responden baik dari perawat yang bekerja 2 shift/hari dan perawat 3 shift/hari yang dapat dilihat bahwa jam kerja dari kedua kelompok tersebut terpaut jauh. Perawat dalam menangani perawatan pasien yang tinggi cenderung mengalami kejenuhan di tempat kerja. Pekerja jam-jam dengan budaya keterampilan penanganan pasien yang tinggi, meminimalkan kelelahan karena mereka memiliki tingkat kelelahan yang sama dengan perawat yang bekerja 3shift/hari.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti bertujuan untuk menganalisis hubungan antara status gizi dan status anemia dengan kelelahan kerja perawat di Rumah Sakit X.

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode observasional analitik dengan menggunakan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah perawat yang bekerja di Rumah Sakit X, dengan jumlah 83 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah purposive sampling dengan jumlah sampel 45 orang.

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit X, sedangkan variabel bebasnya adalah usia, jenis kelamin, beban kerja, status gizi dan status anemia. Penelitian ini menggunakan uji Chi-Square dilakukan untuk mengetahui hubungan antar variabel. Penelitian ini memenuhi etik penelitian kesehatan dengan nomor 2136/UN25.8/KEPK/DL/2023.

Hasil

Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik responden ditunjukkan pada table 1.

Tabel 1. Hasil distribusi karakteristik responden

Karakteristik Responden	n	%
Usia		
21-30 tahun	10	22,2
31-40 tahun	23	51,1
41-50 tahun	12	26,7
Jenis Kelamin		
Laki-laki	11	24,4
Perempuan	34	75,6

Tabel karakteristik responden di atas menunjukkan bahwa berdasarkan usia sebagian besar perawat berusia 31-40 tahun yaitu sebanyak 51,1%. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa sebagian besar perawat berjenis kelamin perempuan yakni sebanyak 75,6%.

Beban Kerja

Gambaran beban kerja responden ditampilkan pada table 2.

Tabel 2. Distribusi responden Beban Kerja

Beban Kerja	n	%
Ringan (13-25)	24	53,3
Sedang (26-38)	15	33,3
Berat (39-52)	6	13,3
Total	45	100

Sebagian besar perawat di Rumah Sakit X dengan beban kerja ringan yaitu sebanyak 53,3%.

Status Gizi

Gambaran status gizi responden ditunjukkan pada table 3.

Tabel 3. Distribusi responden berdasarkan status gizi

Status gizi	n	%
Kekurangan BB	-	-
Normal	26	57,8
Kelebihan BB ringan (<i>Overweight</i>)	10	22,2
Kelebihan BB berat (<i>Obesitas</i>)	9	20
Total	45	100

Status gizi perawat menunjukkan status gizi normal yaitu sebanyak 57,8% dan hampir separuh dari responden mengalami kelebihan berat badan yakni senilai 42,2%.

Status Anemia

Distribusi responden berdasarkan status anemianya ditampilkan pada table 4.

Tabel 4. Distribusi responden berdasarkan status anemia

Status anemia	n	%
Laki-laki		
Tidak Anemia (Hb 13,0-16,5 g/dL)	10	22,2
Anemia (Hb <13,0 g/dL)	1	2,2
Perempuan		
Tidak Anemia (Hb 12,0-15,1 g/dL)	31	68,9
Anemia (Hb <12,0 g/dL)	3	6,7
Total	45	100

Tabel di atas menunjukkan bahwa sebagian besar perawat tidak mengalami anemia, baik pada laki-laki (22,2%) dan pada perempuan (68,9%). Namun, terdapat juga yang anemia terjadi pada perempuan (6,7%) dan laki-laki (2,2%).

Kelelahan Kerja

Tabel 5. Distribusi responden berdasarkan kelelahan kerja

Kelelahan Kerja	n	%
Ringan	7	15,6
Sedang	3	6,7
Berat	35	77,8
Total	45	100

Kelelahan kerja pada perawat menunjukkan bahwa sebagian besar perawat mengalami kelelahan tingkat berat yaitu sebesar 77,8%.

Hubungan Usia dengan Kelelahan Kerja Perawat di Rumah Sakit X

Tabel 6. Distribusi Tabulasi Silang Antara Usia dengan Kelelahan Kerja

Usia	Kelelahan kerja						p-value
	Ringan		Sedang		Berat		
	n	%	n	%	n	%	
21-30	3	6,7	1	2,2	6	13,3	0,409*
31-40	4	8,9	2	4,4	17	37,8	
41-50	-	-	-	-	12	26,7	

Tabel di atas menunjukkan bahwa nilai perhitungan statistik untuk mengetahui hubungan antara usia dengan kelelahan kerja yaitu 0,409. Sehingga dapat dikatakan bahwa H0 diterima artinya tidak terdapat hubungan antara usia dengan kelelahan kerja perawat.

Hubungan Jenis Kelamin dengan Kelelahan Kerja Perawat di Rumah Sakit X

Hasil analisis statistik hubungan antara jenis kelamin dengan kelelahan kerja responden ditunjukkan pada tabel 7.

Tabel 7. Distribusi Tabulasi Silang Antara Jenis Kelamin dengan Kelelahan Kerja

Jenis Kelamin	Kelelahan Kerja						p-value
	Ringan		Sedang		Berat		
	n	%	n	%	n	%	
Laki-laki	2	4,4	1	2,2	8	17,8	0,662*
Perempuan	5	11,1	2	4,4	27	60	

Tabel diatas menunjukkan bahwa hasil uji statistik untuk mengetahui hubungan antara jenis

kelamin dengan kelelahan kerja yaitu 0,662. Sehingga dapat dikatakan bahwa H0 diterima artinya tidak terdapat hubungan antara jenis kelamin dengan kelelahan kerja perawat.

Hubungan Beban Kerja dengan Kelelahan Kerja Perawat di Rumah Sakit X

Hasil tabulasi silang antara beban kerja dan kelelahan kerja ditampilkan pada table 8.

Tabel 8. Distribusi Tabulasi Silang Antara Beban Kerja dengan Kelelahan Kerja

Beban Kerja	Kelelahan kerja						p-value
	Ringan		Sedang		Berat		
	n	%	n	%	n	%	
Ringan	4	8,9	2	4,4	18	40	0,880*
Sedang	3	6,7	1	2,2	11	24,4	
Berat	-	-	-	-	6	13,3	

Tabel diatas menunjukkan bahwa hasil uji statistik yaitu 0,880. Sehingga dapat dikatakan bahwa H0 diterima artinya tidak terdapat hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja perawat.

Hubungan Status Gizi dengan Kelelahan Kerja Perawat di Rumah Sakit X

Hasil tabulasi silang antara status giz9 dan kelelahan kerja ditampilkan pada table 8.

Tabel 9. Distribusi Tabulasi Silang antara Status Gizi dengan Kelelahan kerja

Status gizi	Kelelahan kerja						p-value
	Ringan		Sedang		Berat		
	n	%	n	%	n	%	
Normal	5	11,1	3	6,7	18	40	0,507*
Overweight	1	2,2	-	-	9	20	
Obesitas	1	2,2	-	-	8	17,8	

Tabel diatas menunjukkan bahwa hasil uji statistik yaitu senilai 0,409. Sehingga dapat dikatakan bahwa H0 diterima artinya tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan kelelahan kerja perawat.

Hubungan Status Anemia dengan Kelelahan Kerja Perawat di Rumah Sakit X

Hasil tabulasi silang antara status anemia dan kelelahan kerja ditampilkan pada table 10.

Tabel 10. Distribusi tabulasi silang antara Status Anemia dengan Kelelahan Kerja

Status anemia	Kelelahan kerja						p-value
	Ringan		Sedang		Berat		
	n	%	n	%	n	%	
Anemia	0	-	0	-	4	8,9	0,271*
Tidak Anemia	7	15,6	3	6,7	31	68,9	

Tabel diatas menunjukkan bahwa hasil uji statistik yaitu yaitu 0,409. Sehingga dapat dikatakan bahwa H0 diterima artinya tidak terdapat hubungan antara status anemia dengan kelelahan kerja perawat.

Pembahasan

Distribusi Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil tabel1 menunjukkan bahwa distribusi karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin yaitu sebagian besar perawat Rumah Sakit X berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 75,6%. Hal ini sejalan dengan penelitian Anggraeni, menunjukkan bahwa hasil karakteristik responden di RSUD Panembahan Senopati Bantul Yogyakarta pada perawat paling banyak adalah perempuan yaitu 24 responden (85,7%) [5]. Perawat wanita pada umumnya memiliki kepatuhan wanita dibanding pria dalam melakukan pelayanan kepada pasien [6]. Berdasarkan karakteristik perawat yang paling dominan perawat dengan usia 31-40 tahun yaitu 51,1 %. Hal ini sejalan dengan Anggraeni, yang menunjukkan bahwa hasil berdasarkan usia perawat paling banyak di RSUD Panembahan Senopati Bantul Yogyakarta yaitu 47,1% dengan usia 31-35 tahun [5]. Tenaga kerja merupakan penduduk yang bekerja pada rentang usia 15-64 tahun yang memproduksi barang atau jasa dan aktif berpartisipasi dalam aktivitas tersebut. Sehingga dapat dikatakan bahwa pada usia 31-40 tahun masih tergolong angkatan kerja atau usia produktif [7].

Beban Kerja

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar perawat Rumah Sakit X memiliki beban kerja ringan yaitu sebanyak 53,3%. Hal ini sejalan dengan penelitian Siallagan, frekuensi dan presentasi beban kerja pada perawat di ruang rawat inap rumah Sakit Santa Elisabeth Medan tahun 2022 sebanyak 62,4% dalam kategori beban kerja ringan [8]. Beban kerja perawat termasuk kategori ringan, perawat mengatakan bahwa melakukan observasi pasien selama jam kerja tidak menjadi beban, beberapa

perawat menyatakan bahwa tindakan penyelamatan pasien tidak menjadi beban kerja mereka. Selain itu ada juga perawat yang memiliki beban kerja berat sebanyak 13,3%, dapat dikatakan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi antara lain kurangnya keterampilan dan pengetahuan dalam bekerja karena masih ada perawat yang memiliki masa kerja <1 tahun. Dimana jika seseorang perawat lebih terampil dalam pekerjaan maka produktifitas kerja semakin efisien dan berkurangnya kegagalan dalam melakukan tindakan.

Status Gizi

Status gizi perawat di Rumah Sakit X diketahui sebagian besar berstatus normal yaitu sebanyak 57,8%. Hal ini sejalan dengan penelitian Maghfiroh dan Mifbakhuddin, yang menunjukkan bahwa sebagian besar perawat pada Rumah Sakit Islam (RSI) Sultan Agung Semarang berstatus gizi normal yaitu senilai 61,8% [9]. Seorang pekerja dengan keadaan gizi yang baik akan memiliki kapasitas kerja dan ketahanan tubuh yang lebih baik dibandingkan dengan pekerja yang berstatus gizi kurang dan lebih. Berdasarkan hasil hampir separuh dari responden mengalami kelebihan berat badan yakni senilai 42,2%. Status gizi lebih dapat terjadi apabila tubuh mendapatkan asupan zat gizi pada jumlah yang berlebih maka dapat timbulkan efek toksik yang bisa memberikan bahaya bagi tubuh. Lemak yang ditimbun didalam tubuh pada jumlah banyak bisa terhimpun di pembuluh darah dan memiliki potensi hambat aliran darah membuat tubuh dan otot kekurangan suplai oksigen. Terbatasnya oksigen dapat mengakibatkan asam laktat berkumpul yang timbulkan perasaan lelah serta sakit [10].

Status Anemia

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar perawat Rumah Sakit X diketahui bahwa tidak memiliki status anemia, baik laki-laki 22,2% maupun perempuan sebanyak 68,9%. Namun, terdapat juga yang anemia terjadi pada perempuan (6,7%) dan laki-laki (2,2%). Hal ini sejalan dengan penelitian Islami, yang menunjukkan hasil sebagian perawat Rumah Sakit Perkebunan Jember PT. Nusantara Medika Utama memiliki status tidak anemia pada laki-laki (20%), sedangkan pada perempuan (27,5%) [11]. Kadar hemoglobin kurang dari normal mengakibatkan oksigen dalam darah akan berkurang dan akan mempengaruhi sistem metabolisme energi dalam tubuh. Ketika metabolisme tidak lancar maka penguraian asam

laktat dalam otot tidak optimal sehingga akan lebih cepat merasakan kelelahan. Penurunan kadar hemoglobin tersebut disebabkan karena pola makan responden yang tidak teratur atau telat. Kebiasaan tersebut dapat mengganggu pemenuhan zat gizi yang seharusnya dapat diserap dengan baik oleh tubuh [12].

Kelelahan Kerja

Berdasarkan hasil sebagian besar perawat Rumah Sakit X mengalami kelelahan tingkat berat yaitu 77,8% yakni banyak terjadi pada usia 31-40 tahun. Kelelahan kerja dalam penelitian ini dapat disebabkan oleh beban kerja yang tidak setara, waktu kerja dan waktu istirahat kurang efisien dan bisa juga disebabkan oleh stress kerja. Hal ini sejalan dengan penelitian Budiman, menunjukkan hasil bahwa perawat ruang perawatan intensif Rumah Sakit Umum Daerah Tugurejo mengalami kelelahan kerja dalam kategori berat (55,3%) [13]. Kelelahan menunjukkan kondisi yang berbeda-beda dari setiap individu, tetapi semuanya bermuara pada kehilangan efisiensi dan penurunan kapasitas kerja serta ketahanan tubuh.

Hubungan Usia dengan Kelelahan Kerja Perawat di Rumah Sakit X

Berdasarkan hasil uji statistik hubungan usia dengan kelelahan kerja perawat yang dilakukan peneliti diperoleh hasil p-value =0,409 maka dikatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara usia dengan kelelahan kerja perawat. Dalam penelitian dikatakannya tidak ada hubungan antara usia dengan kelelahan kerja hal ini terjadi dikarenakan usia 31-40 tahun mendominasi dalam jumlah perawat. Selain itu perawat yang memiliki usia diatasnya (tua) sudah lebih berpengalaman dalam melakukan pekerjaannya karena sudah lebih lama menjadi petugas di sana, sehingga dapat lebih efisien dalam beraktifitas, hal ini juga turut mempengaruhi keadaan tubuh perawat sehingga dapat meminimalisir terjadinya kelelahan kerja. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian oleh Mallapiang bahwa diperoleh p-value 0,696 sehingga dapat dikatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara usia dengan kelelahan kerja perawat di IGD di RSUD Haji Makassar [14]. Responden pada rentang usia 41-50 tahun juga berada pada tingkat terbanyak kedua yakni sebanyak 12 perawat (26,7%). Menurut Tarwaka, pada kelompok usia 50-60 tahun, kekuatan otot manusia berada pada presentase 25% dan kekuatan manusia berada presentase 25% dan kekuatan motoris dan sensoris menurun

sebanyak 60% dibandingkan dengan kelompok usia 25 tahun [15].

Hubungan Jenis Kelamin dengan Kelelahan Kerja Perawat di Rumah Sakit X

Hasil uji statistik hubungan jenis kelamin dengan kelelahan kerja perawat yang dilakukan peneliti diperoleh hasil p-value 0,662 maka dikatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara jenis kelamin dengan kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit X. Penelitian ini menunjukkan tidak terdapat hubungan antara jenis kelamin dengan kelelahan kerja. Hal ini dikarenakan tidak meratanya sebaran jenis kelamin pada masing-masing tim dan juga sebagian besar perawat berjenis kelamin perempuan. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Perwitasari, dengan nilai p-value = 0,572 bahwa tidak terdapat hubungan antara jenis kelamin dengan kelelahan kerja pada perawat RSUD dr. Mohammad Soewandhie Surabaya [16]. Perbedaan secara fisik antara jenis kelamin wanita dan laki-laki terletak pada ukuran tubuh dan kekuatan ototnya. Kekuatan otot wanita relatif kurang jika dibandingkan dengan kekuatan otot laki-laki. Kekuatan otot ini akan mempengaruhi kemampuan kerja seseorang yang merupakan penentu dari terjadinya kelelahan [15]. Dikatakan tidak adanya hubungan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi kelelahan kerja, yakni diantaranya usia, asupan gizi, beban kerja, status anemia dan juga tidak adanya perbedaan tugas berdasarkan jenis kelamin. Jenis kelamin sendiri bukan faktor yang berhubungan secara langsung dengan terjadinya kelelahan. Meskipun hasil penelitian menunjukkan ketidakbermaknaan hubungan, namun ditemukan hasil distribusi responden perawat yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 60% mengalami kelelahan kerja tingkat berat. Terjadinya kelelahan kerja pada perempuan diantaranya oleh status anemia yang dimiliki. Diantaranya beberapa perawat dalam kondisi anemia (6,7%) kondisi tersebut akan membutuhkan pengganti zat besi yang hilang. Jumlah zat besi yang ada dalam tubuh hanya sedikit, namun memiliki peranan yang sangat besar yakni pembentukan hemoglobin, dan membantu berbagai metabolisme tubuh.

Hubungan Beban Kerja dengan Kelelahan Kerja Perawat di Rumah Sakit X

Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh hasil p-value=0,880 maka dapat dikatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara beban

kerja dengan kelelahan kerja perawat di Rumah Sakit X. Beberapa kemungkinan penyebab yaitu asuhan keperawatan disesuaikan dengan kemampuan perawat menerima beban kerja dan perawat saling bekerja sama dalam melaksanakan asuhan keperawatan. Dikatakan tidak ada hubungan antara beban kerja dengan kelelahan pada perawat karena jumlah pasien yang berkunjung di rumah sakit tidak terlalu banyak yang dilihat pada saat wawancara berlangsung. Namun mereka memiliki kelelahan di akibatkan oleh faktor eksternal pekerjaan seperti melakukan pekerjaan rumah dan mengurus keluarga mereka, sehingga energi yang digunakan untuk bekerja di rumah sakit akan berkurang maka mereka akan mengalami kelelahan. Hal ini sejalan dengan Gumelar, menunjukkan hasil 0,338 yang artinya tidak terdapat hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja [17]. Terdapat juga responden yang memiliki beban kerja ringan tetapi mengalami kelelahan. Hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor misalnya usia. Beberapa responden yang berusia 31-40 tahun usia sangat berkaitan dengan kinerja karena pada usia yang meningkat akan terjadi penurunan kemampuan organ, tubuh memerlukan energi yang lebih sehingga denyut nadi semakin meningkat dan membutuhkan waktu istirahat yang lebih, faktor lainnya seperti asupan energi dalam tubuhnya kurang baik sehingga responden mudah mengalami kelelahan.

Hubungan Status Gizi dengan Kelelahan Kerja Perawat di Rumah Sakit X

Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh hasil p-value = 0,507 maka dapat dikatakan tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan kelelahan kerja perawat di Rumah Sakit X. Hal tersebut disebabkan hampir separuh dari tenaga kerja perawat mempunyai status gizi overweight dan sebagian besar tenaga kerja dengan status gizi normal mengalami kelelahan kerja berat, yang artinya status gizi tidak menjadi penyebab dari kelelahan kerja seseorang. Status gizi juga tidak menjadi satu-satunya penyebab kelelahan kerja pada perawat. Hal ini sejalan dengan penelitian Sasmita, hasil uji antara variabel status gizi dengan kelelahan kerja yang menunjukkan tidak ada pengaruh yang bermakna dengan nilai p-value =0,520 [18]. Dikatakan tidak terdapatnya hubungan antara status gizi dengan kelelahan karena perawat tidak ada perbedaan antara status gizi buruk dan baik terhadap kelelahan kerja. Hal tersebut tidak sejalan dengan

Suma'mur, yang mengatakan bahwa status gizi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat kelelahan pekerja karena status gizi berkaitan dengan kesehatan daya kerja [19]. Hal ini juga tidak sejalan dengan Schwarz, yang menjelaskan bahwa seseorang yang mempunyai status gizi kurang mempunyai resiko mudah letih dan risiko tinggi yaitu terkena penyakit infeksi, depresi dan anemia [20].

Berdasarkan penelitian ditemukan bahwa beban kerja dari perawat berstatus gizi overweight dan obesitas rata-rata dikategorikan dalam beban kerja ringan, sehingga tenaga kerja tersebut mengalami kelelahan kerja kategori berat. Faktor lain yang mempengaruhi adalah karakteristik individu, yaitu usia yang dapat mempengaruhi kelelahan kerja. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar tenaga kerja dengan status gizi overweight dan obesitas mempunyai usia sekitar 31–40 tahun, sehingga perawat tersebut mengalami kelelahan kerja kategori berat. Sesuai pendapat Oentoro, yang menyatakan bahwa tenaga kerja yang berusia 41–50 tahun akan lebih cepat menderita kelelahan dibandingkan dengan tenaga kerja yang relatif lebih muda.

Hubungan Status Anemia dengan Kelelahan Kerja Perawat di Rumah Sakit X

Berdasarkan hasil uji statistik hubungan status anemia dengan kelelahan kerja yang dilakukan peneliti diperoleh hasil $p\text{-value} = 0,271$ sehingga dapat disimpulkan tidak terdapat hubungan antara status anemia dengan kelelahan kerja perawat di Rumah Sakit X. Dikatakannya tidak terdapat hubungan yang signifikan antar kadar hemoglobin dengan kelelahan. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh kadar Hb perawat masih dalam kategori normal sehingga kelelahan ini disebabkan faktor lain. Faktor lain disini antara lain dilihat dari aspek usia, jenis kelamin, beban kerja, asupan gizi yang tidak diteliti, sampel yang sedikit, serta variabel lainnya yang tidak diteliti. Sikap kerja perawat yaitu melaksanakan pelayanan asuhan keperawatan terhadap pasiennya. Hal ini sejalan dengan penelitian Ulfah & Purnamasari, bahwa diketahui hasil nilai $p\text{-value} = 0,075$ [21]. Canadian Nurses Assocoation and the Registered Nurses' Association of Ontario, juga menyatakan lebih dari 55% perawat hampir selalu merasa lelah saat bekerja dan 80% mengindikasikan perawat selalu merasa lelah setelah menyelesaikan pekerjaannya.

Simpulan dan Saran

Berdasarkan hasil penelitian di Rumah Sakit X menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 31–40 tahun, dan sebagian besar berjenis kelamin perempuan, status gizi responden sebagian besar baik, namun hampir separuh dari responden juga mengalami status gizi berlebih (overweight dan obese) dan sebagian besar responden berstatus tidak anemia, dan tidak terdapat hubungan antara usia, jenis kelamin, beban kerja, status gizi dan status anemia terhadap kelelahan kerja di Rumah Sakit X.

Perlunya penelitian lebih lanjut tentang kelelahan kerja dengan variabel yang berbeda yakni lama kerja, masa kerja, pencahayaan, kebisingan, iklim kerja, shift kerja, status Fe dan survey konsumsi makanan (Fe).

Daftar Pustaka

- [1] Triyunita N, Ekawati, Lestantyo D. 2013. Hubungan Beban Kerja Fisik, Kebisingan dan Faktor Individu dengan Kelelahan Pekerja Bagian Weaving PT. X Batang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2013; 2(2): 1-11.
- [2] Supariasa IDN, Fajar I, Bakri I. *Penilaian Status Gizi Ed. 2*. 2014. EGC.
- [3] Briawan, D. 2013. *Anemia: Masalah Gizi pada Remaja Wanita*. Jakarta: ECG
- [4] Pearce E. *Anatomi dan Fisiologis untuk Paramedis*. 2008. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- [5] Anggraeni A. (2016). Gambaran tindakan Perawat Pada Pasien Post Operasi Dengan Nyeri di RSUD Panembahan Senopati Bantul Yogyakarta. *Angewandte Chemie International Edition*, 2016;6(11): 951–952.
- [6] Darmika MR, Pamungkas MA, Mirayanti NK. Gambaran Perilaku Caring Perawat di Ruang Flamboyan RSUP PROF. DR. I.G.N.G. NGOERAH. 2023;4(2): 391–400
- [7] Febriyanti T. Faktor Resiko Kecelakaan Kerja di Unit Rotary (Studi Kasus pada Pekerja Industri Kayu Lapis PT. Sumber Graha Sejahtera Jember). 2018. Skripsi. Jember: Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Jember.
- [8] Siallagan A, Pakpahan R, Derang I, Waruwu E. Hubungan Beban Kerja dan Kelelahan Kerja pada Perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan. *Medika Karya Ilmiah Kesehatan*, 2022;1(1): 1–9.
- [9] Maghfiroh S, Mifbakhuddin. Hubungan

- Toleransi Stres, Shift Kerja dan Status Gizi dengan Kelelahan pada Perawat IGD dan ICU (Studi di RSI Sultan Agung Semarang). *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 2015;10(2): 46–53.
- [10] Efendy, Baharuddin A, Fachrin A. Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja Perawat Ruang Isolasi Covid-19. 2022;3(1): 1928–1935.
- [11] Islami A. Status Gizi dan Status Anemia dengan Kelelahan Kerja Perawat di Rumah Sakit Perkebunan Jember PT. Nusantara Medika Utama. Skripsi. 2018. Jember: Universitas Jember.
- [12] Asmadi. Konsep Dasar Keperawatan. 2008. Jakarta: ECG.
- [13] Budiman. Hubungan kepedulian diri terhadap kelelahan kerja perawat di ruang IGD dan ICU RSUD Tugurejo Semarang. 2016.
- [14] Mallapiang F, Alam S, Suyuti AA. 2014. Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Perawat IGD di RSUD Haji Makassar Tahun 2014. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2014; 8(1): 39-48.
- [15] Tarwaka. Ergonomi Industri – Dasar-dasar Pengetahuan Ergonomi dan Aplikasi di Tempat Kerja. 2015. Surakarta: Harapan Press Solo.
- [16] Perwitasari D, Tualeka AR. 2014. Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja Subyektif pada Perawat di RSUD dr. Mohamas Soewandhie Surabaya. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2014;1(1):15-23.
- [17] Gumelar H, Kusmiran E, Haryanto MS. Hubungan Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Pelaksana Di Instalasi Rawat Inap. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, 2021; 6(2): 89. <https://doi.org/10.32419/jppni.v6i2.26>
- [18] Sasmita M, Asriwati, Daryanto E. Analisis Faktor Resiko Kelelahan Kerja pada Perawat di Rumah Sakit Umum Sinar Husni Tahun 2021. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 2023;9(1): 354–363.
- [19] Suma'mur. Higiene Perusahaan dan Keselamatan Kerja. J2014. akarta: PT. Toko Gunung Agung.
- [20] Schwarz P, Body JJ, Cáp J, Hofbauer LC, Farouk M, Gessl A, et al., *European Journal of Endocrinology*, 2014:727–735. <https://eje.bioscientifica.com/view/journals/eje/171/6/727.xml>
- [21] Ulfah N, Purnamasari DU. (2012). Analisis Kadar Hemoglobin(Hb) dalam Pengaruhnya terhadap Kelelahan Kerja Pada Wanita. *Jurnal Kesmasindo*, 2012;5(1): 1–11.