

DAFTAR PUSTAKA

- Alim, I. Z. (2015). *Uji Validitas dan Reabilitas Instrumen Pittsburgh Sleep Quality Index Versi Bahasa Indonesia*. Tesis. Universitas Indonesia. In press
- Almatsier, S., (2004). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta:Gramedia Pustaka Utama
- Aprilia, S., Paskarini, I., Martiana, T., Widarjanto, dan Budi, S.W.H. (2023). Relationship between Nutritional Status, Diet, and Calorie Adequacy on Work Fatigue of Female Pottery Crafters in Karanganyar Village, Borobudur, Magelang. *Amerta Nutrition*, 7(4), 555-562
- Armadani, D.F., dan Paskarini, I. (2023). *Systematic Review: Analisis Hubungan Kualitas Tidur dengan Kelelahan Kerja pada Tenaga Kerja*. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(3), 1113-1123
- Azizah, L.N., Istiqomah, I.N., dan Mashuri, (2022). Pemanfaatan Teh Sebagai Hasil Pertanian untuk Pencegahan Penyakit Kronis pada Masyarakat di Wilayah Gunung Gambir Jember. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat*, 291), 151-154
- Bachtiar, V.A. (2022). Profil dan Probabilitas Kejadian Gangguan Durasi Tidur-Persepsi Kualitas Tidur Mahasiswa Kedokteran: Studi Formatif. *Jurnal Pranata Biomedika*, 1(1), 51-59
- Badan Pusat Statistik. (2022). Statistik Teh Indonesia 2022.
- Bawoleng, A., Amisi, M.D., dan Sanggelorang, Y. (2022). Gambaran Kecukupan Mineral Makro pada Tenaga Pendidik dan Kependidikan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal KESMAS*, 11(4), 73-82
- Bridger, R.S. (2003) *Introduction to Ergonomic 2nd Edition*. London: Taylor And Francis
- Budi Mulia Dua. (2024). [internet]. Tersedia dalam: <https://bmd.sch.id/homepage> [diakses pada tanggal 27 Juli 2024]
- Chaidirman, Indriastuti, D., dan Narmi, (2019). Fenomena Kecanduan Penggunaan Gawai (*Gadget*) pada Kalangan Remaja Suku Bajo. *Journal of Holistic Nursing and Health Science*, 2(2), 31-41
- Data.ai. *State of Mobile 2013* [internet]. Dapat diakses di: <https://www.data.ai/en/go/state-of-mobile-2023/> [Diakses 22 Juli 2024]
- Dimkatni, N.W., Sumampouw, O.J., dan Manampiring, A.E. (2020). Apakah Beban Kerja, Stres Kerja dan Kualitas tidur Mempengaruhi Kelelahan Kerja pada Perawat di Rumah Sakit?. *Sam Ratulangi Journal of Public Health*, 1(1), 9-13
- Diosma, F.F., dan Tualeka, A.R., (2019). Hubungan Karakteristik Pekerja dan Tingkat Motivasi Kerja dengan Kelelahan Subjektif. *JPH RECODE*, 2(1), 94-104
- Fauziyah, N., 2019. *Analisis Data Menggunakan Multiple Logistic Reggression Test di Bidang Kesehatan Masyarakat dan Klinis*. Bandung:Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung
- Grandjean, E., Kroemer, (1997). *Fitting The Task To The Human: A Text Book Of Occupational Ergonomic 5th Edition*. London: Taylor And Francis
- Halomoan, J.T., Zakiah, R., dan Larasati, T.A. (2020). Pengaruh Suplemen Multivitamin B1, B6, dan B12 Terhadap Kelelahan Kerja pada Pekerja Shift di Pabrik Pengemasan Minyak Goreng. *Medula*, 9(4), 712-719

- Hidayat, Z. (2016). Pengaruh Stres dan Kelelahan Kerja terhadap Kinerja Guru SMPN 2 Sukondo di Kabupaten Lumajang. *Jurnal Penelitian Ilmu Ekonomi WIGA*, 6(1), 36-44
- Hutabarat, Y. (2017). *Dasar Dasar Pengetahuan Ergonomi*. Malang: Media Nusa Creative
- Hutagalung, N.A., Marni, E., & Erianti, S. (2021). Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kualitas Tidur pada Mahasiswa Tingkat Satu Program Studi Keperawatan STIKes Hang Tuah Pekanbaru. *Jurnal Keperawatan Hang Tuah*, 2(1), 77-89
- Ihsania, E. (2020). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja Subjektif pada Kurir Pengantar Barang di Wilayah Tangerang Selatan, Tahun 2020. Skripsi. UIN Syarif Hidayatullah
- Iqbal, M., dan Puspaningtyas, A.E. (2018). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Salemba Medika
- Irianto, D. P. (2017). *Pedoman Gizi Lengkap: Keluarga & Olahragawan (Edisi Revisi)*. Yogyakarta : ANDI
- Izza, A. N., & Martiana, T. (2023). Hubungan Antara Kualitas Tidur dan Stres Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Petugas Pemadam Kebakaran. *Media Gizi Kemas*, 12(1), 134–141. <https://doi.org/10.20473/mgk.v12i1.2023.134-141>
- Juliana, M., Canekia, A., & Rahmiwati, A. (2018). Analisis Faktor Risiko Kelelahan Kerja pada Karyawan Bagian Produksi PT. Arwana Anugrah Keramik, Tbk. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*. 9(1): 53-63
- Kadita, F., dan Wijayanti, H.S. (2017). Hubungan Konsumsi Kopi dan Screen-Time dengan Lama Tidur dan Status Gizi pada Dewasa. *Journal of Nutrition College*, 6(4), 301-306
- Kominfo (2018) *Kecanduan Gawai Ancam Anak-anak*[internet]. Tersedia dalam: <https://www.kominfo.go.id/content/detail/13547/kecanduan-gawai-ancam-anak-anak/0/sorotan_media> [Diakses 22 Juli 2024]
- Langgar, D.P., dan Setyawati, V.A.V., (2014). Hubungan Antara Asupan Gizi dan Status Gizi dengan Kelelahan pada Karyawan Perusahaan Tahu Baxo Bu Pudji di Ungaran tahun 2014. *Visikes*, 13(1), 127-135
- Maharani, P., dan Nugroho, B.Y.S., (2022). Dampak Kelelahan Kerja dan Kualitas Tidur Terhadap Pengaruh Produktivitas Kerja. *JHOSH*, 7(1),
- Maharja, R. (2015). Analisis Tingkat Kelelahan Kerja Berdasarkan Beban Kerja Fisik Perawat di Instalasi Rawat Inap RSUD Haji Surabaya. *The Indonesian Journal of Occupational Safety and Health*, 4(1), 93–102
- Mahawati, E., Yuniwati, I., Ferinia, R., Rahayu, P.P., Fani, T., Sari, A.P., Stijaningsih, R.A., Fitriyatunur, Q., Sesilia, A.P., Mayasari, I., Dewi, I.K., & Bahri, S. (2021). *Analisis Beban Kerja dan Produktivitas Kerja*. Medan: Yayasan Kita Menulis
- Manoppo, M.W., Pitoy, F.F., dan Abigael, T. (2023). Kualitas Tidur pada Mahasiswa Profesi Ners Universitas Klabat. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 3(7), 2098-2107
- Maurits, L.S.K. (2010) *Selintas Tentang Kelelahan Kerja*. Yogyakarta: Amara Books
- National Safety Council (2024) *NSC Fatigue Reports*[internet]. Tersedia dalam: <https://www.nsc.org/workplace/safety-topics/fatigue/fatigue-reports> [Diakses 4 Juli 2024]

- Nashori, F., Wulandari, E.D. (2017). *Psikologi Tidur: Dari Kualitas Tidur Hingga Insomnia*. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia
- Pambudi, A.E. (2019). Pengaruh Penggunaan Gawai terhadap Minat Belajar, Karakter dan Hasil Belajar Siswa Kelas X Program Keahlian Teknik Instalasi Pemanfaatan Tenaga Listrik di SMKN 2 Yogyakarta. Tesis. Universitas Negeri Yogyakarta
- Pertiwi, M.S., Sanubari, T.P.E., dan Putra, K.P. (2018). Gambaran Perilaku Penggunaan Gawai dan Kesehatan Mata Pada Anak Usia 10-12 Tahun. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 3(1), 28-34
- PMK No.28 Tahun 2019. *Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan untuk Masyarakat Indonesia*
- Prastuti, T. N., & Martiana, T. (2017). Analisis Karakteristik Individu Dengan Keluhan Kelelahan Kerja Pada Pengemudi Taksi Di Rungkut Surabaya. *The Indonesian Journal of Public Health*, 12(1), 64. <https://doi.org/10.20473/ijph.v12i1.2017.64-74>
- Prihatini, S.D., & Inayah, Z. (2023). Hubungan Beban Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Guru Taman Kanak-Kanak PIKPG Gresik. *Journal of Public Health Science Research*, 4(1)
- Putri, A. S., Dwiyanti, E., Prayogi, A. R. i. Y., & Istiqomah, F. (2023). Correlation between Individual Factors and Mental Workload with Work Fatigue in Nilam Terminal Surabaya. *Indonesian Journal of Occupational Safety and Health*, 12(1), 1–9. <https://doi.org/10.20473/ijosh.v12i1.2023.1-9>
- Putri, S.A., Nina, dan Ahmad, A. (2024). Karakteristik Individu, Beban Kerja, dan Lingkungan Kerja dengan Kelelahan Kerja Pegawai Non Medis di RSU Hasanah Graha Afiah. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(1), 1-15
- Rochmah, F.N., (2022). Hubungan antara *burnout* dengan kualitas tidur pada dosen Universitas Negeri Padang. *Jurnal Riset Psikologi*, 5(3), 57-66
- Roshadi, I. (2014). Hubungan Kelelahan Kerja dengan Produktivitas Kerja Karyawan di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Skripsi. UIN Sunan Kalijaga.
- Salsabila, T., & Mulyono. (2021). Correlation of Age, Nutritional Status, and Smoking Habits with Work Fatigue in Dome Installation Workers. *Indonesian Journal of Occupational Safety and Health*, 10(2), 161–169. <https://doi.org/10.20473/ijosh.v10i2.2021.161-169>
- Santriyana, N., Dwimawati, E., dan Listyandini, R., (2022). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja Pembuat Bolu Talas Kujang di Home Industry Kelurahan Bubulak Tahun 2022. *Jurnal Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 6(4), 370-377
- Sari, D.P., Aidha, Z., dan Susilawati, (2024). The Relationship between Workload and Work Fatigue of Helath Workers. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 6(2), 1031-1042
- Supriyoso, P., & Haryani, D. (2021). Analisis Stres Kerja dalam Usaha Meningkatkan Kinerja Karyawan di Unit Simpan Pinjam 3 Koperasi keluarga Besar IKOPIN. *Naskan dipresentasikan dalam Festival Riset Ilmiah Manajemen & Akuntansi*, Bandung
- Tanriono, Y., Doda, D.V., dan Manampiring, A.E. (2019). Hubungan Kelelahan Kerja, Kualitas Tidur, Perilaku Pengemudi, dan Status Gizi dengan Kecelakaan Kerja pada Pengemudi Ojek di Kota Bitung. *Jurnal Kesmas*, 8(6), 99-110



- Tardy, A.L., Pouteau, E., Marques, D., Yilmaz, C., dan Scholey, A. (2020). Vitamins and Minerals for Energy, Fatigue and Cognition: A Narrative Review of the Biochemical and Clinic Evidence. *Nutrients*, 12(1), 228 doi: 10.3390/nu12010228
- Tarwaka, Bakri, S.H.A., Sudiajeng, L. (2004). *Ergonomi untuk Keselamatan, Kesehatan Kerja dan Produktivitas*. Surakarta: UNIBA PRESS
- Tumiwa, M.C.R., Kapantow, N.H., dan Punuh, M.I. (2020). Gambaran Asupan Vitamin Larut Lemak Mahasiswa Semester 2 Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Saat Pembatasan Sosial Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal KESMAS*, 9(6), 101-107
- Williamson, K., Lank, P.M., Cheema, N., Hartman, N., dan Lovell, E.O. (2018). Comparing the Maslach Burnout Inventory to Other Well-Being Instruments in Emergency Medicine Residents. *Journal of Graduate Medical Education*, 10(5), 532-536
- Wiranti, N., Ilmi, A.F., Holiday, Faizal, D. (2022). Analisis Kelelahan Kerja pada Guru Wanita di SD Negeri Kota Depok. *Jurnal Semesta Sehat*, 2(1), 37-45
- Wijanarti, H.L., dan Anisyah, T.D.A., (2022). Hubungan Antara Kualitas Tidur, Beban Kerja Fisik Terhadap Perasaan Kelelahan Kerja pada Perawat Rawat Inap Kelas 3 di RS PKU Muhammadiyah Gamping. *Jurnal Lentera Kesehatan Masyarakat*, 1(1), 6-12
- Wirjomartani, B.A. (2002). Fisiologi Tidur. *Jurnal*. Fakultas Kedokteran Bandung
- World Health Organization (2021) *WHO/ILO: Almost 2 million people die from work-related causes each year*[internet]. Tersedia dalam: <<https://www.who.int/news/item/17-09-2021-who-ilo-almost-2-million-people-die-from-work-related-causes-each-year>> [Diakses 4 Juli 2024]
- Yulianto, H., (2020). Maslach Burnout Inventory-Human Services Survey (MBI-HSS) Versi Bahasa Indonesia: Studi Validasi Konstruk pada Anggota Polisi. *Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia*, 9(1), 19-29