

INTISARI

HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN KELELAHAN KERJA PADA AHLI GIZI RUMAH SAKIT DI KABUPATEN SLEMAN

Aida Afnanti¹, Mutiara T P L Kusuma², Yai Suryo Prabandari³

Latar belakang: Tenaga kesehatan berisiko tinggi mengalami kelelahan kerja akibat keterpaparan terhadap berbagai stresor kerja yang berat, seperti tekanan terhadap waktu, rendahnya dukungan sosial di tempat kerja, dan tingginya beban kerja. Penelitian terkait kelelahan kerja telah didokumentasikan dengan baik pada dokter dan perawat. Namun, penelitian terkait kelelahan kerja di kalangan ahli gizi masih terbatas. **Tujuan:** Mengetahui hubungan antara beban kerja dan dukungan sosial dengan kelelahan kerja pada ahli gizi rumah sakit di Kabupaten Sleman. **Metode:** Responden dalam penelitian ini terdiri dari 54 ahli gizi. Teknik *sampling* yang digunakan adalah *purposive sampling*. Kuesioner *Maslach Burnout Inventory-Human Services Survey* (MBI-HSS), *NASA-TLX*, *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) masing-masing digunakan untuk mengukur kelelahan kerja, beban kerja, dan dukungan sosial. Data dianalisis dengan uji *Chi-Square*, *Fisher's Exact*, dan regresi logistik. **Hasil:** Terdapat hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan kelelahan kerja ($p < 0,05$). Dukungan sosial tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan kelelahan kerja ($p > 0,05$). Hasil uji regresi logistik dengan kelelahan kerja sebagai variabel dependen menunjukkan bahwa model akhir menjelaskan 35,9% varians kelelahan kerja. Sementara itu, diketahui bahwa variabel prediktor yang signifikan terhadap kelelahan kerja adalah beban kerja ($B = 1,689$, $p = 0,056$) dan status kesehatan ($B = -2,178$, $p = 0,004$). **Kesimpulan:** Beban kerja dan status kesehatan memiliki hubungan yang signifikan dengan kelelahan kerja pada ahli gizi rumah sakit di Kabupaten Sleman. Intervensi berupa layanan konseling, aktivitas rekreasi dan olahraga yang terjadwal, serta promosi resiliensi dapat dipertimbangkan sebagai upaya preventif untuk mencegah terjadinya kelelahan kerja di kemudian hari.

Kata Kunci: ahli gizi, kelelahan kerja, beban kerja, dukungan sosial

1. Program Studi Gizi Kesehatan Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan, Universitas Gadjah Mada
2. Program Studi Gizi Kesehatan Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan, Universitas Gadjah Mada
3. Departemen Perilaku, Kesehatan Lingkungan dan Kedokteran Sosial, Fakultas Kedokteran Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan, Universitas Gadjah Mada

ABSTRACT

RELATIONSHIPS BETWEEN WORKLOAD, SOCIAL SUPPORT, AND JOB BURNOUT AMONG NUTRITIONISTS IN SLEMAN

Aida Afnanti¹, Mutiara T P L Kusuma², Yayi Suryo Prabandari³

Background: Health workers are at high risk of job burnout due to exposure to various stressors, including time constraints, insufficient social support at work, and excessive workloads. Research regarding job burnout has been well documented among doctors and nurses. However, research focusing on job burnout among nutritionists are still quite limited. **Objective:** To determine the relationships between workload, social support, and job burnout among hospital nutritionists in Sleman. **Methods:** A total of 54 nutritionists participated in the research. Participants completed the Maslach Burnout Inventory-Human Services Survey (MBI-HSS), NASA-TLX, Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS). Chi-square test, fisher's exact test, and logistic regression analysis were performed. **Results:** Significant relationship were found between workload and job burnout ($p < 0,05$). However, there is no significant relationship between social support and job burnout ($p > 0,05$). On the other hand, the B coefficients indicate that workload ($B = 1,689$, $p = 0,056$) and health status ($B = -2,178$, $p = 0,004$) significantly predicted job burnout. The final model explained 35,9% of the variance in job burnout. **Conclusion:** Workload and health status are significantly associated with job burnout among nutritionist in Sleman. To prevent job burnout, interventions such as counseling services, recreational and sports activities, and resilience training can be implemented.

Keywords: nutritionist, job burnout, workload, social support

-
1. Departement of Nutrition and Health, Faculty of Medicine, Public Health, and Nursing, Universitas Gadjah Mada
 2. Departement of Nutrition and Health, Faculty of Medicine, Public Health, and Nursing, Universitas Gadjah Mada
 3. Department of Health Behavior, Environmental Health and Social Medicine Faculty of Medicine, Public Health, and Nursing, Universitas Gadjah Mada