

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, A., Ihsan, T., & Lestari, R. A. 2021. Gambaran Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kelelahan Kerja Pada Pekerja Industri Tekstil Di Indonesia. *Jurnal Keselamatan Kesehatan Kerja dan Lingkungan*, 2(2), 138-151.
- Alristina, A.D., KM, S., Ethasari, R.K., Gz, S., Gz, M., Laili, R.D., Hayudanti, D. & Gz, S., 2021. *Ilmu Gizi Dasar Buku Pembelajaran*. Penerbit CV. SARNU UNTUNG.
- Aprilia, S., Paskarini, I., Martiana, T., Widarjanto, W., & Hayuhaning Budi, S. W. 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).
- Andilolo, R. 2018. *GAMBARAN STATUS GIZI DAN ASUPAN MAKANAN PERAWAT DI RUMAH SAKIT PENDIDIKAN UNIVERSITAS HASANUDDIN TAHUN 2018* (Skripsi, Universitas Hasanuddin).
- Arsanti, S. M., & Rachmah, Q. 2023. HUBUNGAN TINGKAT KECUKUPAN ASUPAN ZAT GIZI, STATUS HIDRASI, DAN KELELAHAN KERJA DENGAN PRODUKTIVITAS KERJA KARYAWAN PT. PAL INDONESIA (PERSERO). *National Nutrition Journal/Media Gizi Indonesia*, 18(1).
- Asih, P. R., & Putri, N. K. 2022. Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kelengkapan Imunisasi Dasar di Kabupaten Bojonegoro. *Media Gizi Kesmas*, 11(1), 72-78.
- BPS. 2024. *Perempuan Sebagai tenaga profesional - tabel statistik - Badan Pusat Statistik provinsi di yogyakarta, Badan Pusat Statistik Provinsi DI. Yogyakarta*. Available at: <https://yogyakarta.bps.go.id/id/statistics-table/2/MjgyZl=/-idg--perempuan-sebagai-tenaga-profesional.html> (Accessed: 11 July 2025).
- Dewi, P. A., Lestantyo, D., & Widjasena, B. 2019. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Pada Pekerja Buruh Angkut Di Pasar Balai Tengah Kecamatan Lintau Buo Utara, Sumatera Barat. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(1), 358-364
- Elfiyanti, E., Dwi, A. N., & Muniroh, L. 2022. Relationship Between Individual Characteristics, Nutritional Knowledge, Energy Intake And Physical Activity With Overweight In Office Employees. *JURNAL KESMAS DAN GIZI (JKG)*, 5(1), 87-94.
- Fadhilah, U. N., & Susanto, N. 2023. Analisis Kelelahan Kerja Dengan Metode Subjective Self Rating Test Pada Pekerja Bagian Produksi Pt Coca Cola Amatil Indonesia Central Java. *Industrial Engineering Online Journal*, 12(2).
- Faiz, N. 2014. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja Operator SPBU di Kecamatan Ciputat Tahun 2014. *Skripsi*. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.

- Fakri, S. & Jananda, I., 2021. Hubungan asupan energi dan protein dengan status gizi santri di Pesantren Nurul Falah Meulaboh Tahun 2019. *Jurnal Fusion*, 1(07), pp.194-203.
- Farihatin, A., & Subandriani, D. N. 2022. Hubungan Status Gizi, Beban Kerja, Asupan Energi Dan Zat Gizi Makronutrien Dengan Kelelahan Kerja Pada Tenaga Produksi Di Pt. Selaras Citra Lestari Bawen. *Journal of Comprehensive Science (JCS)*, 2(6), 1907-1920.
- Farihatin, A., Subandriani, D. N., & Setiadi, Y. 2022. Hubungan Status Gizi, Beban Kerja, Asupan Energi Dan Zat Gizi Makronutrien Dengan Kelelahan Kerja Pada Tenaga Produksi. *Jurnal Riset Gizi*, 10(2), 143-152.
- Fatkhiah Rahmawati, F. R. 2023. *Hubungan Kualitas Tidur Dengan Shift Kerja Perawat di RSJD Surakarta* (Skripsi, Universitas Kusuma Husada Surakarta).
- Fataruba, I. D. A., & Aini, N. M. 2022. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perasaan Kelelahan Kerja pada Pekerja di CV. Sada Wahyu Kabupaten Bantul Tahun 2021. *Jurnal Lentera Kesehatan Masyarakat*, 1(3), 106-116.
- Fitria Damayanti, Y., 2021. Laporan Akhir Penelitian" Perbedaan Status Gizi, Kebiasaan Merokok, Kualitas Tidur dan Durasi Kerja pada Kelelahan Kerja Pekerja Konstruksi PT Persada Mas Raya Cibuur Jakarta Timur Tahun 2021. *Perbedaan Status Gizi, Kebiasaan Merokok, Kualitas Tidur dan Durasi Kerja pada Kelelahan Kerja Pekerja Konstruksi PT Persada Mas Raya Cibuur Jakarta Timur Tahun 2021*.
- Gabriel, K. P., & Aguinis, H. 2022. How to prevent and combat employee burnout and create healthier workplaces during crises and beyond. *Business horizons*, 65(2), 183-192.
- Gaghiwu, L., Josephus, J., & Rompas, R. M. 2018. Analisis beberapa faktor penyebab kelelahan kerja pada tenaga kerja bongkar muat di Pelabuhan Samudera Bitung. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 3(4), 59-70.
- Green, L., 1984. Modifying and Developing Health Behavior. *Ann. Rev. Public Health*, 5, 215-236.
- Gunawan, D. 2021. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Guru Sekolah Menengah Atas (SMA) Dalam Kondisi Work-From Home (WFH)* (Bachelor's thesis, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta-FIKES).
- Güngördü, N., Kurtul, S., & Erdoğan, M. S. 2023. Evaluation of Sleep Quality, Work Stress and Related Factors in Hospital Office Workers. *La Medicina del Lavoro*, 114(3).
- Handoko, E. 2022. Kajian hubungan pencapaian akademik dengan tingkat stres dan kualitas tidur pada mahasiswa fakultas kedokteran dalam masa pandemi Covid-19. *PUBLIS PENERBIT UNPRI PRESS*, 1-57.

- Hamid, F., Salam, J., Dwiseli, F., & Nurgazali, N. 2024. Pengaruh Status Gizi terhadap Tingkat Kelelahan Pekerja PT. Maruki Internasional Indonesia. *Sehat Rakyat: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 3(3), 153-164.
- Husna, A. A., Sukamto, E. & Utami, R. P. 2023. The Relationship between Nutrient Intake and Work Motivation with Employee Performance at PT. Pancaran Samudera Shipyard. *Indonesian Journal of Applied and Industrial Sciences (ESA)*, 2(5), pp. 531-542.
- HPU, UGM. 2022. *Survei Kesehatan, Universitas Gadjah Mada*. Available at: <https://hpu.ugm.ac.id/survei-kesehatan/>
- HPU, UGM. 2023. *Seminar/Webinar – Health Promoting University, Universitas Gadjah Mada*. Available at: <https://hpu.ugm.ac.id/category/seminar-webinar/>.
- HPU, UGM. 2024. *Posbindu PTM, Universitas Gadjah Mada*. Available at: <https://hpu.ugm.ac.id/posbindu/>
- Ihsania, E. 2020. *Faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja subjektif pada kurir pengantar barang di wilayah Tangerang Selatan, tahun 2020* (Bachelor's thesis, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta-FIKES).
- Ilham, I., Oktorina, S., & As' at, M. 2017. Hubungan asupan energi dan protein terhadap indeks massa tubuh mahasiswa: studi kasus pada Mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya. *Journal of Health Science and Prevention*, 1(2), 97-106.
- Iqbal, M. D. 2017. Hubungan aktivitas fisik dengan kualitas tidur mahasiswa perantau di Yogyakarta. *Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*, 6(11).
- Juliana, M., Camelia, 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.
- Kamila, R. S. 2022. *Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Pengemudi Bus Di Pt X Tahun 2022* (Bachelor's thesis, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta-FIKES).
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2020. Indeks Massa Tubuh (IMT). Jakarta: Kementerian Kesehatan RI
- Kemkes, 2023. *Kelelahan Kerja Dan Cara Mengatasinya, Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan*. Available at: https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2027/kelelahan-kerja-dan-cara-mengatasinya (Accessed: 01 April 2024).
- Khoiroh, M., Muniroh, L., Atmaka, D. R., & Arini, S. Y. 2022. Hubungan Obesitas Sentral, Durasi Tidur, Dan Tingkat Kecukupan Energi Dengan Kelelahan Pada Pekerja Wanita Di Pt Galaxy Surya Panelindo. *Media Gizi Indonesia [Internet]*, 17(2), 106-14.
- Korwa, V. M. I., & Widowati, E. 2024. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja di BPBD Kota Semarang. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 4(2), 243-251.

- Latifah, W., 2019. Analisis Diskriminan untuk Klasifikasi Zat Gizi Makro dan Zat Gizi Mikro pada Makanan. Skripsi. *Universitas illam Negeri Sultan Syarif Kasim, Riau*.
- Lestari, I. D., Chirzun, A., & Nurhasanah, N. 2023. Analisis kelelahan kerja menggunakan fatigue assessment scale pada PT. Indonesia Power Priok POMU. *Jurnal Metris*, 23(2), 100-107.
- Lumbantobing, I.R., 2022. *Analisis Beban Kerja dan Kelelahan pada Operator Produksi Cam Copper Assembly di PT. Interpak Industries Batam* (Skripsi, Prodi Teknik Industri). Universitas Putera Batam.
- Maâ, I., Wahyudino, Y. D. A., & Sharfina, N. A. 2023. Gambaran Usia, Jenis Kelamin, Kebiasaan Olah Raga, dan Kelelahan Kerja Pengerajin Tenun di Yogyakarta. *Syntax Literate; Jurnal Ilmiah Indonesia*, 8(8), 5646-5651.
- Marfuah, N., Sumardiyono, S., & Fauzi, R. P. 2024. Hubungan Beban Kerja Mental dengan Kelelahan Kerja dan Stres Kerja pada Pegawai PT X. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(2), 140-147.
- Moeya, Z. C., & Gafur, A. 2021. Hubungan Iklim Kerja dan Status Gizi dengan Kelelahan Kerja di PT. Maruki Internasional Indonesia Makassar. *Window of Public Health Journal*, 2(4), 590-598.
- Muharramah, A., Wati, D. A., Pratiwi, A. R., Khairani, M. D., & Saputri, A. A. Q. 2023. PENGUKURAN STATUS GIZI DAN KONSELING GIZI SEBAGAI PENGABDIAN MASYARAKAT DALAM RANGKA KEGIATAN MILAD UNIVERSITAS AISYAH PRINGSEWU TAHUN 2023. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu (ABDI KE UNGU)*, 5(2), 125-130.
- Mustamu, R., Rumlawang, F. Y., & Lesnussa, Y. 2015. Aplikasi Korelasi Spearman Untuk Menganalisis Hubungan Antara Stres Kerja Dengan Kepuasan Kerja Pegawai Berdasarkan Gender. *Al-Khwarizmi : Jurnal Pendidikan Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam*, 3(1), 83-92.
- Natizatum, Nurbaeti, T. S., & Sutangi. 2018. Hubungan Status Gizi Dan Asupan Zat Gizi Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Industry Rumah Tangga Peleburan Alumunium Metal Raya Indramayu. [Jurnal Kesmas, 3,(2), 72-78]
- Nelson, K. L., Davis, J. E., & Corbett, C. F. 2022. Sleep Quality: An Evolutionary Concept Analysis. *Nursing Form*, 57(1), pp. 144-151.
- Oktariani, R., Rakhma, L. R., & Kurniawan, A. 2019. Sarapan Pagi, Status Gizi dan Kelelahan Pada Karyawan di Brownies Cinta Karanganyar. *Jurnal Dunia Gizi*, 2(2), 79-84.
- Prakoso, D. I., Setyaningsih, Y., & Kurniawan, B. 2018. Hubungan karakteristik individu, beban kerja, dan kualitas tidur dengan kelelahan kerja pada tenaga kependidikan di institusi kependidikan X. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(2), 88-93.
- Pratama, M. A., & Wijaya, O. 2019. Hubungan Antara Shift Kerja, Waktu Kerja Dan Kualitas Tidur Dengan Kelelahan Pada Pekerja Pt. Pamapersada

- Sumatera Selatan. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689-1699.
- Putri, B. D. G. S., & Izzati, U. A. 2022. Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Karyawan Bagian Mixing. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(4), 130-141.
- Rahmawati, I., & Batara, A. S. 2024. Hubungan Beban Kerja, Lama Kerja, Status Gizi Dengan Kelelahan Kerja Di PT. Japfa Makassar. *Window of Public Health Journal*, 5(2), 311-320.
- Rahmawati, S. D., Ghifari, N., & Fitriani, A. 2019. Hubungan tingkat kecukupan energi dan zat gizi makro, tingkat aktivitas fisik dengan tingkat kebugaran karyawan RSUD Pandeglang. *ARGIPA (Arsip Gizi dan Pangan)*, 4(2), 65-73.
- Rajwa, J., & Kusumaningati, W. 2025. Hubungan Status Gizi dan Faktor Lainnya Terhadap Kualitas Tidur Pegawai di SMA Yappenda Tanjung Priok. *Jurnal Gizi Kerja dan Produktivitas*, 6(1), 165-174.
- Ramadhan, N. 2023. HUBUNGAN KELELAHAN KERJA DAN STRES KERJA PADA PT. TUGU MAS BIMA. *Jurnal Cahaya Mandalika*, 3(2), 126-133.
- Ratnaningtyas, T. O., Kasumawati, F., Damayanti, N., Faizal, D., & Indah, F. P. S. 2022. Hubungan Karakteristik Individu Dan Kualitas Tidur Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Pt. Jaya Semanggi Enjiniring Di Kabupaten Bogor. *MAP (Midwifery and Public Health) Journal*, 2(1), 11-24.
- Reslinga, I., & Chondro, F. 2025. Hubungan antara kualitas tidur dan produktivitas kerja pada karyawan usia produktif. *Jurnal Akta Trimedika*, 2(2), 695-703.
- Sadeghniaat-Haghighi, K., & Yazdi, Z. 2015. Fatigue management in the workplace. *Industrial psychiatry journal*, 24(1), 12-17.
- Salsabila Ginanti, 2020. Hubungan Karakteristik, Pengetahuan Gizi, Asupan Energi Dan Zat Gizi Makan Siang Dengan Status Gizi Tenaga Kerja di PT. IRON WIRE WORKS INDONESIA (IWWI), Tangerang, Banten [Skripsi Nomer 31-54]. Politeknik Kesehatan Kemenkes Jakarta II. https://perpus.poltekkesjkt2.ac.id/respoy/index.php?p=show_detail&id=3683&keywords
- Santoso, H. G., & Marji, H. 2024. *Panduan Praktek Ergonomi*. Zifatama Jawa.
- Sari, S. O., Kurniasari, R., & Sefrina, L. R. 2023. Asupan Zat Gizi Makro dan Status Gizi dengan Tingkat Kelelahan pada Pekerja Dinas Tenaga Kerja Kota Bekasi. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(11), 2201-2209.
- Sari, A. R., & Muniroh, L. 2017. Hubungan Kecukupan Asupan Energi dan Status Gizi dengan Tingkat Kelelahan Kerja Pekerja Bagian Produksi (Studi di PT. Multi Aneka Pangan Nusantara Surabaya). *Amerta Nutrition*, 1(4), 275-281.

- Setyandari, R., & Margawati, A. 2017. Hubungan Asupan Zat Gizi Dan Kadar Hemoglobin Pada Pekerja Perempuan. *Jurnal Of Nutrition College* 6, (1), 61-68.
- SIMANJUNTAK, S. S. 2018. Analisis Faktor-faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Pada Karyawan Institusi Pendidikan Kesehatan. Skripsi, III, 224-234.
- Suoth, L. F., Pinontoan, O. R., & Doda, D. V. 2017. Hubungan Antara Umur, Status Gizi dan Beban Kerja Fisik dengan Kejadian Kelelahan Kerja Pada Pekerja di PT. Nichindo Manado Suisan. *KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi*, 6(2).
- Susanti, N. K., & Yanti, R.,. 2024. Hubungan Shift Kerja, Kualitas Tidur dan Asupan Energi dengan Kelelahan Kerja pada Karyawan Bidang Produksi (Studi di PT. Q Kalimantan): Relationship Between Work Shift, Sleep Quality and Energy Intake with Work Fatigue in Production Employees (Study at PT. Q Kalimantan). *JURNAL GIZI DAN KESEHATAN*. 16, 1 (Jan. 2024), 61–69. DOI:<https://doi.org/10.35473/jgk.v16i1.488>.
- Tam, A. B., Chairani, A., & Bustamam, N. 2021. Gambaran Kualitas Tidur, Keluhan Muskuloskeletal, Dan Hubungannya Pada Staf Akademik Tahun 2020. *PREPOTIF J. Kesehat. Masy*, 5(1), 195-203.
- Tasmi, D., Lubis, H. S., & Mahayuni, E. L. 2015. Hubungan Status Gizi dan Asupan Energi dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja di PT. Perkebunan Nusantara I Pabrik Kelapa Sawit Pulau Tiga Tahun 2015. *Jurnal Lingkungan dan Kesehatan Kerja*, 4(2), 22-27.
- Triani, S. 2021. Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Pekerja Wanita di PT. Maruki International Indonesia Makassar. *Window of Public Health Journal*, 2(3), 469-477.
- Usman, S., & Yuliani, I. 2019. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Karyawan Produksi PT Gerbang Sarana Baja Jakarta Utara. *J Educ Nursing (Jen)*, 2(1), 141-6.
- Utomo, E.P. 2019. *Analisis Faktor-Faktor Penyebab Kelelahan Pada Operator Gerinda Sandal di PT. X Indonesia*. Available at: https://repository.its.ac.id/60827/1/09211650013018-Master_Thesis.pdf (Accessed: 01 April 2024).
- Wardhana, D. K., & Tejamaya, M. 2024. Tinjauan Literatur: Dampak Kelelahan Kerja pada Kinerja dan Kesehatan Pekerja di Industri Pertambangan. *Jurnal Sehat Indonesia* 6(2), 810.



- Wirda, W., Batubara, H., & Rahmahwati, R. 2023. PENGUKURAN TINGKAT KELELAHAN DAN BEBAN KERJA MENTAL OPERATOR FORKLIFT MENGGUNAKAN METODE IFRC DAN NASA TLX DI PT. XYZ. *Jurnal Teknik Industri Universitas Tanjungpura*, 7(3).
- Yunus, Y. L., Sumampouw, O. J., & Maramis, F. R. R. 2021. Hubungan antara kelelahan kerja dengan stres kerja pada teknisi di PT. *Equiport Inti Indonesia Bitung. KESMAS*, 10(2).
- Zulfa, Q. A., Dardjito, E., & Prasetyo, T. J. 2022. Hubungan Asupan Zat Gizi Makro, Kualitas Tidur dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi pada Karyawan Shift di PT. Pajitex. *Darussalam Nutrition Journal*, 6(2), pp. 82-92.