

**PERBEDAAN GAMBARAN KELELAHAN (*FATIGUE*)
PADA ANAK REMAJA DENGAN GIZI LEBIH DAN GIZI NORMAL
DI KOTA YOGYAKARTA**

Dian Alfita Dewantari¹, Anik Rustiyaningsih², Fitri Haryanti²

ABSTRAK

Latar Belakang: Remaja merupakan kelompok yang rentan terhadap gizi dan berisiko mengalami gizi lebih. Gizi lebih akan berdampak dalam berbagai aspek. Kelelahan merupakan salah satu gejala pada orang dengan gizi lebih. Tetapi kelelahan juga dialami oleh remaja sehat. Namun, belum ada penelitian yang membandingkan kelelahan pada remaja yang ditinjau dari berbagai dimensi (umum, tidur/istirahat, dan kognitif).

Tujuan Penelitian: Mengetahui perbedaan gambaran kelelahan pada remaja dengan gizi lebih dan gizi normal di Kota Yogyakarta.

Metode: Penelitian kuantitatif observasional dengan rancangan *cross-sectional*. Jumlah sampel 413 siswa kelas 2 SMP berusia 13-15 tahun. Sampel ditentukan dengan metode *consecutive sampling*. Penentuan kelompok gizi lebih dan gizi normal dinyatakan dengan *Z-Score* IMT/Usia yang dianalisis menggunakan WHO-AnthroPlus. Kelelahan diukur menggunakan instrumen PedsQL *Multidimensional Fatigue Scale*. Data dianalisis dengan uji *Unpaired T-Test*.

Hasil: Terdapat perbedaan bermakna kelelahan antara kelompok gizi normal dan kelompok gizi lebih pada dimensi kelelahan tidur/istirahat dengan $p=0,007$. Tidak terdapat perbedaan yang signifikan kelelahan antara kedua kelompok pada dimensi kelelahan umum ($p=0,149$), kelelahan kognitif ($p=0,408$), dan skor kelelahan total (0,188), tetapi rerata skor menunjukkan remaja dengan gizi lebih cenderung mengalami kelelahan.

Kesimpulan: Ada perbedaan bermakna pada dimensi kelelahan tidur/istirahat. Tidak ada perbedaan kelelahan pada dimensi kelelahan umum, kelelahan kognitif, dan kelelahan total. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan adalah perubahan aktivitas, perubahan pola tidur, dan perubahan kognitif.

Kata Kunci: anak remaja, kelelahan, status gizi, gemuk, obesitas

¹Mahasiswa Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan Universitas Gadjah Mada

²Departemen Keperawatan Anak dan Maternitas Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan Universitas Gadjah Mada

THE DIFFERENCES OF FATIGUE AMONG ADOLESCENTS WITH OVER-NUTRITION AND NORMAL NUTRITION IN YOGYAKARTA

Dian Alfita Dewantari¹, Anik Rustiyaningsih², Fitri Haryanti²

ABSTRACT

Background: Adolescents are vulnerable group towards nutrition and at risk of experiencing over-nutrition. Over-nutrition will have an impact in various aspects. Fatigue is one of the symptoms on people with over-nutrition. Fatigue is also experienced by healthy adolescents. However, no studies have compared fatigue in adolescents based on nutritional status in various dimensions (general, sleep/rest, and cognitive).

Objective: To determine the differences of fatigue in adolescents with over nutrition and normal nutrition in Yogyakarta.

Method: This research used quantitative observational study with cross-sectional design. The samples were 413 students in second year of junior high school and about 13-15 years old, determined by consecutive sampling method.. Respondents were grouped based on their Z-Score BMI/Age and analyzed by WHO-AnthroPlus. Fatigue was measured using the PedsQL Multidimensional Fatigue Scale. Data were analyzed by Unpaired T-Test.

Results: There was significant difference in fatigue score between normal nutrition group and over-nutrition group on sleep/rest fatigue dimension ($p=0.007$). There was no significant difference in fatigue between the two groups on the dimensions of general fatigue ($p=0,149$), cognitive fatigue ($p=0.408$), and total fatigue scores ($p=0.188$), but mean scores showed that adolescents with over nutrition were more likely experiencing fatigue.

Conclusion: There are significant differences on the sleep/rest fatigue dimension. There is no difference of fatigue on the dimensions of general fatigue, cognitive fatigue, and total fatigue. Factors related to fatigue are changes in activity, changes in sleep patterns, and cognitive changes.

Keywords: adolescents, fatigue, nutritional status, overweight, obesity

¹Bachelor of Nursing Student, Faculty of Medicine, Public Health, and Nursing, Universitas Gadjah Mada

²Department of Pediatrics and Maternity, Faculty of Medicine, Public Health, and Nursing, Universitas Gadjah Mada