

HUBUNGAN KARAKTERISTIK PEKERJA, STATUS GIZI, HIDRASI, DAN KARAKTERISTIK PEKERJAAN DENGAN KELELAHAN KERJA KARYAWAN FK-KMK UGM

Lina Trisnawati¹, Yayuk Hartriyanti², Toto Sudargo²

INTISARI

Latar belakang: Kelelahan kerja merupakan suatu keadaan menurunnya efisiensi dan ketahanan seseorang dalam bekerja yang dialami hampir semua tenaga kerja. Kelelahan kerja yang terjadi dalam waktu lama berpengaruh terhadap kondisi kesehatan pekerja, sehingga berdampak pada performa dan produktivitas kerja pekerja. Faktor internal dan eksternal menjadi faktor terjadinya kelelahan, sehingga diperlukan kajian yang membahas faktor-faktor tersebut agar dapat dikenali dan diatasi sedini mungkin.

Tujuan: Mengetahui hubungan antara karakteristik pekerja, status gizi, hidrasi, dan karakteristik pekerjaan dengan kelelahan kerja

Metode penelitian: Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan rancangan *cross sectional* yang melibatkan 78 karyawan di KPTU FK-KMK UGM yang diambil dengan teknik *total sampling*. Pengambilan data kelelahan kerja, sikap kerja, asupan cairan, pengetahuan hidrasi, dan karakteristik pekerjaan menggunakan kuesioner. Pengambilan data status gizi dan status hidrasi berdasarkan berdasarkan hasil pengukuran langsung. Uji statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji spearman.

Hasil penelitian: Sebagian besar subjek tidak mengalami kelelahan kerja, memiliki status gizi dalam kategori normal, status hidrasi dalam kategori dehidrasi, asupan cairan kurang, pengetahuan hidrasi cukup baik dan merasakan kondisi suhu, pencahayaan, dan kebisingan lingkungan kerja nyaman. Hasil uji statistik menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara umur dan jenis kelamin dengan kelelahan kerja ($p=0,855$; $p=0,088$), terdapat hubungan yang signifikan antara sikap kerja dengan kelelahan kerja ($p=0,011$), tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kelelahan kerja ($p=0,947$), tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status hidrasi, asupan cairan, dan pengetahuan hidrasi dengan kelelahan kerja ($p=0,767$; $p=0,523$; $p=0,792$), terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi suhu dengan kelelahan kerja ($p=0,006$), dan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi pencahayaan dan persepsi kebisingan dengan kelelahan kerja ($p=0,097$; $p=0,058$).

Kesimpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara sikap kerja dan persepsi suhu terhadap kelelahan kerja pada karyawan KPTU FK-KMK UGM.

Kata kunci: karyawan, kelelahan kerja, usia, jenis kelamin, sikap kerja, status gizi, status hidrasi, asupan cairan, pengetahuan hidrasi, suhu, pencahayaan, kebisingan

¹Mahasiswa Program Studi S1 Gizi Kesehatan Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan UGM

²Staf Pengajar Program Studi S1 Gizi Kesehatan Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan UGM

³Staf Pengajar Program Studi S1 Gizi Kesehatan Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan UGM

THE ASSOCIATION BETWEEN WORKER'S CHARACTERISTIC, NUTRITIONAL STATUS, HYDRATION, AND JOB CHARACTERISTICS WITH THE WORK FATIGUE OF EMPLOYEES OF FK-KMK UGM

Lina Trisnawati¹, Yayuk Hartriyanti², Toto Sudargo²

ABSTRACT

Background : Work Fatigue is a state of decreased body's endurance and efficiency at work that mostly face by all workers. Work Fatigue that occurs in a long time can affect the health condition of the workers, thus affecting the work performance and productivity of the workers. Internal and External Factors may become the factors of this condition, thus, a further study is needed to discussed these factors so that they can be identified and overcome as early as possible.

Objective: To understand the association between workers' characteristics, nutritional status, hidration, and job characteristics with the work fatigue

Methodology: This research is an observational study with a cross sectional design involving 78 employees in the KPTU FK-KMK UGM which data is taken by using total sampling technique. The Retrieval of data related to work, nature of work, fluid intake, knowledge of hydration, and job characteristics is gathered by using a questionnaire. Retrieval of nutritional status and hydration status data is gathered based on the results of direct measurements. The statistical test used in this study is the Spearman test.

Results: Most subjects did not experience work fatigue, had nutritional status in the normal category, hydration status is in the dehydration category, had lack of fluid intake, had good enough hydration knowledge and felt the conditions of temperature, lighting, and noise is in a comfortable work environment. Statistical test results shows that there is no significant association between age and sex with work fatigue ($p = 0.855$; $p = 0.088$), there is a significant association between work attitude with work fatigue ($p = 0.011$), there is no significant association between status nutrition with work fatigue ($p = 0.947$), there is no significant association between hydration status, fluid intake, and knowledge of hydration with work fatigue ($p = 0.767$; $p = 0.523$; $p = 0.792$), there is a significant association between temperature perception and work fatigue ($p = 0.006$), and there is no significant association between lighting perception and noise perception with work fatigue ($p = 0.097$; $p = 0.058$).

Conclusions: There is a significant association between the nature of work and temperature perception of work fatigue in KPTU UGM FKTU employees.

Keywords: employees, work fatigue, age, gender, work attitude, nutritional status, hydration status, fluid intake, hydration knowledge, temperature, lighting, noise

¹Undergraduate Student of Health Nutrition Study Programn Faculty of Medicine, Public Health, and Nursing in Gajah Mada University (UGM)

²Teaching Staff of Health Nutrition Study Program Faculty of Medicine, Public Health, and Nursing in Gajah Mada University (UGM)

³ Teaching Staff of Health Nutrition Study Program Faculty of Medicine, Public Health, and Nursing in Gajah Mada University (UGM)