

**HUBUNGAN STATUS GIZI BERDASARKAN INDEKS
MASSA TUBUH DENGAN TINGKAT KELELAHAN
KERJA PERAWAT DI RUMAH SAKIT
TK. II UDAYANA**



SKRIPSI

NI NYOMAN SRI HANDAYANI

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2026**

**HUBUNGAN STATUS GIZI BERDASARKAN INDEKS
MASSA TUBUH DENGAN TINGKAT KELELAHAN
KERJA PERAWAT DI RUMAH SAKIT
TK. II UDAYANA**

Skripsi

**Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

Diajukan Oleh:

**NI NYOMAN SRI HANDAYANI
C2125014**

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2026**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ni Nyoman Sri Handayani
NIM : C2125014
Jurusan : Sarjana Ilmu Keperawatan
Judul Skripsi : Hubungan Status Gizi Berdasarkan Indeks Massa Tubuh
dengan Tingkat Kelelahan Kerja Perawat di Rumah Sakit
Tk. II Udayana

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis dengan benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa skripsi ini jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Badung, 20 Juli 2026



(Ni Nyoman Sri Handayani)

HALAMAN PERSETUJUAN

HUBUNGAN STATUS GIZI BERDASARKAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN TINGKAT KELELAHAN KERJA PERAWAT DI RUMAH SAKIT TK. II UDAYANA

Diajukan Oleh:

**NI NYOMAN SRI HANDAYANI
C2125014**

Mangupura, 17 Juli 2026

Telah Disetujui Oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I



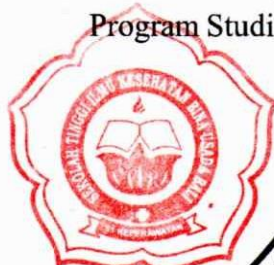
Dr. Ns. IGAA Sherlyna Prihandhani, S.Kep., M.Kes
NIDN. 0801038801

Pembimbing II



Dr. Ns. NK Matalia Gandari, S.Kep., MH., M.Kep
NIDN: 0813098803

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan
Ketua



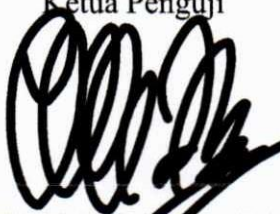
Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep
NIDN: 0821058603

HALAMAN PENGESAHAN

**Skripsi Ini Telah Dipertahankan Dan Disahkan Di Depan
Dewan Penguji Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
Bina Usada Bali
Tanggal: 24 Juli 2026**

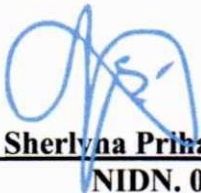
Yang Terdiri dari:

Ketua Penguji



Ns. Claudia Wuri Prihandhani, S.Kep., M.Kep
NIDN: 6812018901

Sekretaris Penguji



Dr. Ns. IGAA Sherlyna Prihandhani, S.Kep., M.Kes
NIDN. 0801038801

Anggota Penguji



Dr. Ns. N. K. Matalia Gandari, S.Kep., MH., M.Kep
NIDN: 0813098803

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan
Ketua



Ns. I Puca Artha Winaya, S.Kep., M.Kep
NIDN: 0821058603

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI
PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN

Skripsi, Juli 2026

Ni Nyoman Sri Handayani

Hubungan Status Gizi Berdasarkan Indeks Massa Tubuh dengan Tingkat Kelelahan Kerja Perawat di Rumah Sakit Tk. II Udayana

xiv + 52 + 8 tabel + 2 gambar + 13 lampiran

ABSTRAK

Kelelahan kerja merupakan salah satu masalah yang sering dialami perawat akibat tingginya beban kerja, tuntutan pelayanan yang berkelanjutan, serta kondisi fisik yang dapat memengaruhi keselamatan kerja dan kualitas pelayanan kepada pasien. Status gizi merupakan salah satu faktor yang diduga berhubungan dengan tingkat kelelahan kerja. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan status gizi berdasarkan indeks massa tubuh (IMT) dengan tingkat kelelahan kerja perawat di Rumah Sakit Tk. II Udayana.

Penelitian ini menggunakan desain korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel penelitian sebanyak 113 perawat ruang rawat inap dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Status gizi diukur melalui pengukuran berat badan dan tinggi badan untuk menentukan IMT, sedangkan tingkat kelelahan kerja diukur menggunakan Kuesioner Alat Ukur Perasaan Kelelahan Kerja (KAUPK2). Analisis data menggunakan uji korelasi *Rank Spearman*.

Rata-rata usia responden 33,96 tahun, sebagian besar perempuan (78,8%), berpendidikan Ners (54,9%), dan memiliki rata-rata masa kerja 7,95 tahun. Sebagian besar responden memiliki status gizi normal (77,9%) dan tingkat kelelahan kerja kategori kurang/tidak begitu lelah (48,7%). Terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi berdasarkan IMT dengan tingkat kelelahan kerja perawat ($p=0,001$; $r=0,421$). Pelayanan keperawatan disarankan mengoptimalkan program pemantauan status gizi serta upaya pencegahan kelelahan kerja melalui promosi kesehatan, pengaturan beban kerja, dan evaluasi kesehatan berkala.

Kata kunci : indeks massa tubuh, kelelahan kerja, perawat, status gizi
Daftar Pustaka : 85 (2020-2026)

BINA USADA BALI HEALTH INSTITUTION
BACHELOR'S DEGREE OF NURSING PROGRAM

Undergraduate Thesis, July 2026

Ni Nyoman Sri Handayani

The Relationship Between Nutritional Status Based on Body Mass Index and Work Fatigue Levels Among Nurses at Rumah Sakit Tk. II Udayana

xiv + 52 + 8 tabels + 2 pictures + 13 appendices

ABSTRACT

Work fatigue is a common occupational problem among nurses due to high workloads, continuous healthcare demands, and physical conditions that may compromise occupational safety and the quality of patient care. Nutritional status is considered one of the factors associated with work fatigue. This study aimed to analyze the relationship between body mass index (BMI)-based nutritional status and work fatigue among nurses at Rumah Sakit Tk. II Udayana

This correlational study employed a cross-sectional design. A total of 113 inpatient nurses were recruited using purposive sampling. Nutritional status was assessed by measuring body weight and height to calculate BMI, while work fatigue was measured using the Work Fatigue Feeling Measurement Questionnaire (KAUPK2). Data were analyzed using Spearman's rank correlation test.

The mean age of the respondents was 33.96 years; most were female (78.8%), held a professional nursing degree (54.9%), and had a mean work experience of 7.95 years. Most respondents had normal nutritional status (77.9%) and reported low work fatigue (48.7%). A significant positive relationship was found between BMI-based nutritional status and work fatigue ($p = 0.001$; $r = 0.421$). Nursing services should strengthen nutritional status monitoring and implement work fatigue prevention programs through health promotion, workload management, and periodic health evaluations.

Keywords : body mass index, nurses, nutritional status, work fatigue

Bibliography : 85 (2020-2026)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa atau Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat Asung Kerta Wara Nugraha-Nyalah peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Hubungan Status Gizi Berdasarkan Indeks Massa Tubuh dengan Tingkat Kelelahan Kerja Perawat di Rumah Sakit Tk. II Udayana” tepat pada waktunya.

Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) pada Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali. Skripsi ini dapat diselesaikan bukanlah semata-mata usaha sendiri, melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, melalui kesempatan ini dengan segala hormat dan kerendahan hati peneliti menyampaikan penghargaan dan terima kasih yang sebesar - besarnya kepada:

1. Dr. Ir. I Putu Santika, MM selaku ketua STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti pendidikan Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan di STIKES Bina Usada Bali.
2. Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep., selaku Ketua Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan
3. Ns. Claudia Wuri Prihandini, S.Kep., M.Kep., selaku penguji utama yang telah memberikan masukan dan saran dalam penyelesaian skripsi ini.

4. Dr. Ns. IGAA Sherlyna Prihandhani, S.Kep., M.Kes, selaku pembimbing I yang telah memberikan waktu luang untuk penulis dalam memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Dr. Ns. Ni Komang Matalia Gandari, S.Kep., MH., M.Kep., selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan masukan dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Seluruh dosen STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan banyak ilmu mengenai pengantar riset yang sangat bermanfaat sehingga peneliti dapat menyusun skripsi ini dengan baik.
7. Keluarga terkasih yang senantiasa memberikan dukungan penuh moral dan materiil dalam penyusunan skripsi ini.
8. Rekan-rekan program studi alih jenjang yang telah memberikan dukungan moril dalam penyusunan skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih kurang sempurna, oleh karena itu peneliti sangat mengharapkan segala saran serta kritik yang sifatnya membangun dalam rangka memperbaiki dan menyempurnakan skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak. Akhir kata peneliti mengucapkan terimakasih

Badung, Juli 2026

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
E. Keaslian Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Kelelahan Kerja Perawat	9
B. Konsep Indeks Massa Tubuh.....	13
C. Konsep Hubungan Status Gizi (IMT) dengan Kelelahan.....	16

D. Kerangka Teori	18
BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI	
OPERASIONAL	19
A. Kerangka Konsep	19
B. Hipotesis	19
C. Definisi Operasional.....	20
BAB IV METODE PENELITIAN	22
A. Rancangan Penelitian	22
B. Populasi dan Sampel.....	22
1. Populasi	22
2. Sampel	23
C. Tempat Penelitian.....	24
D. Waktu Penelitian	24
E. Etika Penelitian.....	24
F. Alat Pengumpulan Data.....	26
1. Instrumen Penelitian.....	26
2. Validitas dan Reliabilitas.....	28
G. Prosedur Pengumpulan Data	28
H. Pengolahan Data	30
I. Analisis Data	31
BAB V HASIL PENELITIAN	34
A. Kondisi Lokasi Penelitian	34
B. Hasil Analisis Penelitian	34

1. Hasil Analisis Univariat	34
2. Hasil Analisis Bivariat.....	37
BAB VI PEMBAHASAN	39
A. Interpretasi Penelitian	39
B. Keterbatasan Penelitian	49
C. Implikasi terhadap Pelayanan, Pendidikan, dan Penelitian	49
BAB VII PENUTUP	51
A. Simpulan	51
B. Saran	51
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	halaman
Tabel 3.1 Definisi Operasional Hubungan Status Gizi Berdasarkan Indeks Massa Tubuh dengan Tingkat Kelelahan Kerja Perawat di Rumah Sakit Tk. II Udayana	20
Tabel 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	35
Tabel 5.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	35
Tabel 5.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan.....	35
Tabel 5.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Masa Kerja	36
Tabel 5.5 Status Gizi Berdasarkan Indeks Massa Tubuh Perawat di Rumah Sakit Tk. II Udayana	36
Tabel 5.6 Tingkat Kelelahan Kerja Perawat di Rumah Sakit Tk. II Udayana	37
Tabel 5.7 Hubungan Status Gizi Berdasarkan Indeks Massa Tubuh Dengan Tingkat Kelelahan Kerja Perawat di Rumah Sakit Tk. II Udayana	37

DAFTAR GAMBAR

halaman

Gambar 2.1	Kerangka Teori Hubungan Status Gizi Berdasarkan Indeks Massa Tubuh dengan Tingkat Kelelahan Kerja Perawat di Rumah Sakit Tk. II Udayana	18
Gambar 3.1	Kerangka Konsep Hubungan Status Gizi Berdasarkan Indeks Massa Tubuh dengan Tingkat Kelelahan Kerja Perawat di Rumah Sakit Tk. II Udayana	19

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Jadwal Penelitian
- Lampiran 2. Surat Permohonan Izin Studi Pendahuluan
- Lampiran 3. Surat Balasan Izin Studi Pendahuluan
- Lampiran 4. Surat Keterangan Lolos Kaji Etik
- Lampiran 5. Surat Permohonan Izin Penelitian
- Lampiran 6. Surat Balasan Izin Penelitian
- Lampiran 7. Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 8. Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 9. Instrumen Penelitian
- Lampiran 10. Master Tabel Penelitian
- Lampiran 11. Hasil Analisis
- Lampiran 12. Dokumentasi
- Lampiran 13. Lembar Bimbingan

DAFTAR PUSTAKA

- Aan, T. L., & Asteria, B. (2026). Pengaruh Usia, Masa Kerja Dan Jenis Kelamin Terhadap Produktivitas Kinerja Karyawan Di Perusahaan Manufaktur PT. Samitex Bantul Diy. *Jurnal Manajemen Dewantara*, 10(2), 1–12. <https://jurnal.ustjogja.ac.id/index.php/manajemendewantara>
- Adiputra, I. M. S., Trisnadewi, N. W., Oktaviani, N. P. W., Munthe, S. A., Hulu, V. T., Budiastutik, I., Faridi, A., Ramdany, R., Fitriani, R. J., Tania, P. O. A., Rahmiati, B. F., Lusiana, S. A., Sianturi, E., & Suryana, S. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yayasan Kita Menulis.
- Agnesia, Y., Sari, S. W., Hamdhani, N., Ramadhani, D. W., & Nopianto. (2023). *Buku Ajar Metode Penelitian Kesehatan*. Penerbit NEM.
- Amalia, I., Saleh, I., & Ridha, A. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Perawat Di Instalasi Rawat Inap Rumah Sakit Bhayangkara Pontianak. *Jurnal Mahasiswa Dan Peneliti Kesehatan*, 9(2), 94–103.
- Amruddin, Priyanda, R., Agustina, T. S., Ariantini, N. S., Rusmayani, N. G. A. L. A. A., Ningsih, K. P., Wulandari, S., Putranto, P., Yunita, I., Untari, I., Mujiani, S., & Wicaksono, D. (2022). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Pradina Pustaka.
- Anggraini, D. D., Syakurah, R. A., Adriani, P., Reski, S., Hedo, D. J. P. K., Rahayu, E. P., Ramli, Wijianto, Pratiwi, R. D., & Putra, R. S. P. (2023). *Penelitian Ilmu Kesehatan*. Global Eksekutif Teknologi.
- Aprianti, R., Wulan, S., & Wulandari, E. (2021). Relationship of Age and Nutrition Status With Work Fatigue in Inpatient Nurses at Dr M Yunus Hospital, Bengkulu. *Nurse and Health: Jurnal Keperawatan*, 10(1), 72–78. <https://doi.org/10.36720/nhjk.v10i1.224>
- Artz, B., Kaya, I., & Kaya, O. (2022). Gender Role Perspectives And Job Burnout. *Review of Economics of the Household*, 20(2), 447–470. <https://doi.org/10.1007/s11150-021-09579-2>
- Avia, I., Yunike, Kusumawaty, I., Handian, F. I., Ahmad, S. N. A., Simanjuntak, G. V., Wahyurianto, Y., Surani, V., Achmad, V. S., Suprpto, Muslimin, D., Solehudin, & Hariati. (2022). *Penelitian Keperawatan*. Get Press.
- Azizah, N. (2023). Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Di Rumah Sakit Zainuttagwa Kota Bekasi. *Jurnal Multidisiplin Indonesia*, 2(9), 2445–2454. <https://doi.org/10.58344/jmi.v2i9.468>
- Baeda, Abd. G. (2022). *Buku Ajar Gizi Dan Diet Untuk Pendidikan Vokasi Keperawatan*. Pena Persada Kerta Utama.

- Basalamah, F. F., Ahri, R. A., & Arman, A. (2022). Pengaruh Kelelahan Kerja, Stress Kerja, Motivasi Kerja dan Beban Kerja Terhadap Kinerja Perawat Di RSUD Kota Makassar. *An Idea Health Journal*, 1(02), 67–80. <https://doi.org/10.53690/ihj.v1i02.33>
- Bernardino, A., Tanesib, A. J., & Djamalus, H. (2025). Literatur Review: Faktor Risiko Kelelahan Kerja Pada Perawat di Rumah Sakit. *Jurnal Ners*, 9(4), 6453–6460. <https://doi.org/10.31004/jn.v9i4.48359>
- Boniol, M., Kunjumen, T., Nair, T. S., Siyam, A., Campbell, J., & Diallo, K. (2022). The Global Health Workforce Stock And Distribution In 2020 And 2030: A Threat To Equity And ‘Universal’ Health Coverage? *BMJ Global Health*, 7(6), e009316. <https://doi.org/10.1136/bmjgh-2022-009316>
- Bowen, C., Draper, L., & Moore, H. (2024). *Fundamentals of Nursing*. OpenStax.
- Cesilia, R., & Kosasih. (2024). Pengaruh Beban Kerja dan Kelelahan Kerja terhadap Kinerja Perawat. *Jurnal Sosial Dan Teknologi*, 4(10).
- Dağcan, N., & Arslan, S. (2021). Sleep Quality And Body Mass Index Of Nurses: A Cross-Sectional Study. *Central European Journal of Nursing and Midwifery*, 12(4), 530–536. <https://doi.org/10.15452/cejnm.2021.12.0030>
- Darwel, Syamsul, M., Ramlan, P., Samad, M. A., Syakurah, R. A., Ngkolu, N. W., Lestari, P. P., & Rahmawati. (2022). *Statistik Kesehatan: Teori dan Aplikasi*. Global Eksekutif Teknologi.
- Davies, R. (2021). Promoting Healthy Eating In Nurses. *Nursing Management (Harrow, London, England : 1994)*, 28(3), 34–40. <https://doi.org/10.7748/nm.2021.e1974>
- Demerouti, E., & Bakker, A. B. (2023). Job Demands-Resources Theory In Times Of Crises: New Propositions. *Organizational Psychology Review*, 13(3), 209–236. <https://doi.org/10.1177/20413866221135022>
- Dengo, M. R., Kau, M., & Hafid, W. (2023). The Relationship of Energy Intake and Nutritional Status to Work Fatigue on Street Sweeper. *Gorontalo Journal of Public Health*, 6(1).
- Ekaputri, M., Fadhli, R., & Faslina, M. (2022). Hubungan Kelelahan Kerja Dengan Tingkat Stres Perawat Pada Masa Pandemi Di Ruang Isolasi Covid-19. *Manuju: Malahayati Nursing Journal*.
- Ferusgel, A., Napitupulu, L. H., & Putra, R. P. (2022). Faktor Yang Mempengaruhi Kelelahan Kerja Pada Perawat Di RSU Mitra Medika Tanjung Mulia Medan. *Akrab Juara : Jurnal Ilmu-Ilmu Sosial*, 7(1), 329. <https://doi.org/10.58487/akrabjuara.v7i1.1779>

- Gasenova, S., Garnida, A. P., & Santosa, Y. A. (2025). Analisis Hubungan Antara Faktor Internal Individu Dengan Kelelahan Kerja Pada Pegawai IGD Rumah Sakit Islam Al Muchtar Karawang. *Jurnal Manajemen Dan Administrasi Rumah Sakit (MARSJ)*, 9(4).
- Getie, A., Ayenew, T., Amlak, B. T., Gedfew, M., Edmealem, A., & Kebede, W. M. (2025). Global prevalence and contributing factors of nurse burnout: an umbrella review of systematic review and meta-analysis. *BMC Nursing*, 24(1), 596. <https://doi.org/10.1186/s12912-025-03266-8>
- Goldstein, D. S. (2021). Stress And The “Extended” Autonomic System. *Autonomic Neuroscience : Basic & Clinical*, 236, 102889. <https://doi.org/10.1016/j.autneu.2021.102889>
- Gumelar, H., Kusmiran, E., & Haryanto, M. S. (2021). Hubungan Beban Kerja dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Pelaksana di Instalasi Rawat Inap. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, 6(2), 89. <https://doi.org/10.32419/jppni.v6i2.264>
- Hadi, F. (2022). The Relationship Between Sleep Quality and Body Mass Index with Work Fatigue in Male Production Workers at PT. Moya Kasri Wira East Java. *Procedia of Engineering and Life Science*, 3.
- 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. <https://doi.org/10.54259/sehatrakyat.v3i3.3039>
- Haryani, H. (2024). *Determinan Indeks Massa Tubuh Pada Remaja*. Penerbit NEM.
- Hidayat, A. A. (2021). *Metodologi Keperawatan Untuk Pendidikan Vokasi*. Health Books Publishing.
- Ibrahim, J. (2022). *Buk Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan*. Penerbit NEM.
- Innah, M., Alwi, M. K., Gobel, F. A., & Abbas, H. H. (2021). Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Penjahit Pasar Sentral Bulukumba. *Window of Public Health Journal*, 2(1), 59–69. <https://doi.org/10.33096/woph.v2i1.123>
- Jannah, H. F., & Tualeka, A. R. (2022). Hubungan Status Gizi dan Shift Kerja dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat di RSUI Yakssi Gemolong, Sragen. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 5(7), 823–828. <https://doi.org/10.56338/mppki.v5i7.2400>
- Jin, X., Qiu, T., Li, L., Yu, R., Chen, X., Li, C., Proud, C. G., & Jiang, T. (2023). Pathophysiology of obesity and its associated diseases. *Acta Pharmaceutica Sinica B*, 13(6), 2403–2424. <https://doi.org/10.1016/j.apsb.2023.01.012>

- Juanamasta, I. G., Aunguroch, Y., Gunawan, J., Dino, M. J., & Polsook, R. (2024). Prevalence Of Burnout And Its Determinants Among Indonesian Nurses: A Multicentre Study. *Scientific Reports*, 14(1), 31559. <https://doi.org/10.1038/s41598-024-63550-6>
- Khatatbeh, H., Hammoud, S., Khatatbeh, M., Oláh, A., & Pakai, A. (2022). Paediatric Nurses' Burnout And Perceived Health: The Moderating Effect Of The Common Work-Shift. *Nursing Open*, 9(3), 1679–1687. <https://doi.org/10.1002/nop2.1192>
- Kim, O., & Jung, H. (2021). Prediction Model For Abnormal Eating Behaviour Among Hospital Nurses: A Structural Equation Modelling Approach. *International Journal of Nursing Practice*, 27(5). <https://doi.org/10.1111/ijn.13006>
- Komite Etik Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2021). *Pedoman dan Standar Etik Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Nasional/ Komite Etik Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kurniawan, Dr. W., & Agustini, A. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan dan Keperawatan*. LovRinz Publishing.
- Łagowska, K., Kuleta-Koberska, A., Michalak, M., & Bajerska, J. (2024). The Effect Of Shift Work On Body Mass Index: A Systematic Review And Meta-Analysis Of Observational Studies. *American Journal of Human Biology*, 36(6). <https://doi.org/10.1002/ajhb.24041>
- Lataoso, R., Saptaputra, S. K., & Jafriati. (2024). Analisis Faktor Risiko Ergonomi Dengan Kemungkinan Timbulnya Keluhan Musculoskeletal Disorders Pada Perawat di Rumah Sakit Bhayangkara Tk. III Tahun 2024. *Medika Alkhairaat : Jurnal Penelitian Kedokteran Dan Kesehatan*, 6(2), 479–495. <https://doi.org/10.31970/ma.v6i2.190>
- Lestari, T. B., & Lousiana, M. (2025). Hubungan Asupan Cairan, Status Gizi Dengan Status Hidrasi Perawat Di RS X Jakarta. *Ebers Papyrus*, 31(1).
- Mariana, E. R., & Ramie, A. (2021). Analisis Hubungan Beban Kerja dengan Stres Kerja Perawat: Literature Review. *JKM : Jurnal Keperawatan Merdeka*, 1(2), 158–168. <https://doi.org/10.36086/jkm.v1i2.997>
- Matsuo, T., Kobayashi, D., Taki, F., Sakamoto, F., Uehara, Y., Mori, N., & Fukui, T. (2020). Prevalence of Health Care Worker Burnout During the Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Pandemic in Japan. *JAMA Network Open*, 3(8), e2017271. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2020.17271>

- Mufadhol, A. F., & Ardyanto, Y. D. (2023). Hubungan Usia, Masa Kerja, dan Indeks Masa Tubuh dengan Kualitas Tidur Perawat Instalasi Rawat Inap pada Rumah Sakit X Gresik. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(10), 1963–1968. <https://doi.org/10.56338/mppki.v6i10.3740>
- Mukhtazar. (2020). *Prosedur Penelitian Pendidikan*. Absolute Media.
- Mustofani, M. (2020). Hubungan Faktor Internal dengan Kelelahan Subjektif Pekerja. *Medical Technology and Public Health Journal*, 4(1), 61–69.
- Nabizadeh-Gharghozar, Z., Adib-Hajbaghery, M., & Bolandianbafghi, S. (2020). Nurses' Job Burnout: A Hybrid Concept Analysis. *Journal of Caring Sciences*, 9(3), 154–161. <https://doi.org/10.34172/jcs.2020.023>
- Narulita, A. D., & Siregar, T. (2023). *Efektivitas Gayatri Emotional Freedom Technique Untuk Mengatasi Kelelahan Kerja Perawat*. Pradina Pustaka.
- Norfai. (2021). *Kesulitan dalam Menulis Karya Tulis Ilmiah, Kenapa Bingung?* Lakeisha.
- Novitasari, R. (2021). Hubungan Tingkat Kelelahan Kerja Dengan Tingkat Stres Kerja Perawat Di Rsud Panembahan Senopati Bantul. *Jurnal Kesehatan Samudra Ilmu*, 12(2).
- Okatiranti, Librianty, R., Jayusman, M. I. A., Riyana, A., Sihombing, F., Hidayat, F. R., Rosyid, L. S., & Anugrah, A. K. (2025). *Buku Ajar Tindakan Memenuhi Kebutuhan Nutrisi (KMB I)*. CV Eureka Media Aksara.
- Peršolja, M. (2023a). Effects Of Nurses' Schedule Characteristics On Fatigue: An Integrative Review. *Nursing Management*, 54(4), 28–37. <https://doi.org/10.1097/01.NUMA.0000921904.11222.11>
- Peršolja, M. (2023b). Effects Of Nurses' Schedule Characteristics On Fatigue: An Integrative Review. *Nursing Management*, 54(4), 28–37. <https://doi.org/10.1097/01.NUMA.0000921904.11222.11>
- Plyassovskaya, S., Mkhitarian, X., & Pozdnyakova, Y. (2025). Nutritional Status Of Healthcare Professionals In Primary Health And Social Care. *PloS One*, 20(6), e0325422. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0325422>
- Pondang, J., & Kosasih, K. (2024). Hubungan Antara Kelelahan Dengan Tingkat Kecemasan Perawat Rumah Sakit: Sebuah Tinjauan Pustaka. *EKOMA : Jurnal Ekonomi, Manajemen, Akuntansi*, 3(6), 1822–1844. <https://doi.org/10.56799/ekoma.v3i6.5241>
- Putri, A. A., Emy, N. P., Yanti, D., Menik, K., Krisnawati, S., & Swedarma, K. E. (2025). Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Mental Health Perawat Di

- Puskesmas Wilayah Kota Denpasar. *Community of Publishing in Nursing (COPING)*, 13(6), 2025.
- Putri, E. S., Puspasari, K., Chaerunnimah, Halawa, E. J., & Permadi, A. (2026). *Gizi Daur Hidup Usia Produktif*. CV Get Press Indonesia.
- Rahayu, E. P., Ratnasari, A. V., Wardani, R. W. K., Pratiwi, A. I., Ernawati, L., Lestari, S., Moneteringtyas, P. C., & Cahyani, M. T. (2022). *Kesehatan dan Keselamatan Kerja*. Pradina Pustaka.
- Rahmah, S. A., Elviany, E. S., & Warastuti, D. (2025). Hubungan Usia, Postur Kerja, Beban Kerja Dan Status Gizi Dengan Kelelahan Kerja Perawat Di Ruang Rawat Inap RS MH Thamrin Cileungsi Tahun 2024. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Kebidanan*, 14(1). <https://e-journal.mrh.ac.id/index.php/Jkk>
- Ramadanti, A. I., & Sulaeman, E. (2025). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja Perawat di Puskesmas Unaaha. *Jurnal Penelitian Sains Dan Kesehatan Avicenna*, 4(2).
- Renovaldi, D., & Afrijiyah, R. S. (2022). Karakteristik Klinis dan Skor Ankle Brachial Index (ABI) Pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3 Jakarta Selatan. *Muhammadiyah Journal of Geriatric*, 3(1), 9. <https://doi.org/10.24853/mujg.3.1.9-16>
- Rezeki, D. A. T. W., Martini, N. M. D. A., & Wulandari, N. P. D. (2024). Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Burnout pada Perawat di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Ari Canti Gianyar. *Bali Health Published Journal*, 6(2), 119–136. <https://doi.org/10.47859/bhpj.v6i2.487>
- Salam, J., Nurgazali, N., Hamid, F., & Shiddiq, S. (2023). Pengaruh Status Gizi terhadap Kelelahan Kerja pada Supir Bus Trayek Palopo – Makassar. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 3(7), 2030–2038. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i7.10602>
- Santi, W. A., Larira, D. M., & Pondaag, F. A. (2025). Hubungan Beban Kerja Dengan Perilaku Caring Perawat. *Jurnal Keperawatan*, 13(1), 122–129.
- Sari, I. P. (2020). Hubungan Beban Kerja dengan Stres Kerja Perawat di RSI Nashrul Ummah Lamongan. *Hospital Majapahit*, 12(1).
- Septiana. (2021). Hubungan Jenis Kelamin, Masa Kerja, Status Gizi, Shift Kerja dan Durasi Waktu Tidur dengan Kelelahan Kerja pada Perawat. *Publikasi Jurnal Universitas Sebelas Maret Surakarta*.
- Silviani, I., & Sibarani, J. P. (2023). *Komunikasi Kesehatan Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2*. Scopindo Media Pustaka.

- Subakti, H., Prisusanti, R. D., Fahmi, A., Haryanti, S., Pangest, N. A., Primasari, N. A., Putri, N. S., Adinata, A., Hadi, I., & Firmansyah, H. (2021). *Riset Kualitatif dan Kuantitatif dalam Bidang Kesehatan*. Media Sains Indonesia.
- Sumantri, S., Utami, T. N., & Astuty, D. A. (2024). Hubungan Beban Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Perawat Instalasi Rawat Inap di Rumah Sakit Islam Malahayati Medan. *Jurnal Kesehatan Komunitas (Journal of Community Health)*, 10(2), 315–323. <https://doi.org/10.25311/keskom.vol10.iss2.1907>
- Sumargo, B. (2020). *Teknik Sampling*. UNJ Press.
- Sumbono, A. (2021). *Metabolisme Energi Dan Obesitas Seri Biokimia Pangan Dasar*. Deepublish.
- Sunaryo, M., Hutapea, O., & Ayu, F. (2023). Analysis Of The Relationship Between Nutritional Status And Length Of Work On Fatigue In PT. X. *Medical Technology and Public Health Journal*, 6(2), 201–206. <https://doi.org/10.33086/mtphj.v6i2.3441>
- Swarjana, I. K. (2023). *Metodologi Penelitian Kesehatan: Edisi Terbaru*. Penerbit Andi.
- Tonapa, E. P., Kawatu, P. A. T., & Kapantow, N. H. (2022). Hubungan Antara Beban Kerja dan Kelelahan Kerja dengan Stres Kerja Tenaga Kesehatan pada Masa Pandemi Covid-19 di Puskesmas Bandar Khalipah Kabupaten Deli Serdang. *Jurnal KESMAS*, 11(5).
- Triguna, I. K. A., Prianthara, I. M. D., & Suparwati, K. T. A. (2025). Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) terhadap Daya Tahan Kardiorespirasi pada Pemain Futsal Universitas Bali Internasional. *Vitamin : Jurnal Ilmu Kesehatan Umum*, 3(4), 01–13. <https://doi.org/10.61132/vitamin.v3i4.1682>
- Utari, A. C., & Indriani, F. (2026). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Pemanen Buah Kelapa Sawit Di Perkebunan Pt.Gruti Lestari Pratama Mandailing Natal. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 9(2), 2666–2673. <https://doi.org/10.56338/jks.v9i2.10206>
- Waskito, F. N. R., Makmun, A., Arifuddin, A. T. S., & Harahap, M. W. (2026). Hubungan Low Back Pain Dengan Obesitas Pada Perawat Di Kawasan Kerja Rumah Sakit Mitra Manakarra Tahun 2025. *Artikel Penelitian Syifa' Medika*, 16(2), 75–83. <https://jurnal.um-palembang.ac.id/syifamedika>
- Wijayanti, R., Wardani, T. L., & Widjanarti, M. P. (2024). Keterkaitan Indeks Massa Tubuh dan Kelelahan Kerja dengan Stres Kerja pada Pekerja Lapangan PT X. *Sulolipu: Media Komunikasi Sivitas Akademika Dan Masyarakat*, 24(2), 357–364. <https://doi.org/10.32382/sulo.v24i2.927>

- Yustina, N. P. Y., Lewar, E. I., & Putra, I. G. A. S. (2021). Pengaruh Perbedaan Sistem Pembagian Kerja Terhadap Kelelahan Penata Anestesi Di Ruang Operasi Di Indonesia. *Bali Medika Jurnal*, 8(4).
- Zahara, M., Suraya, R., & Tanjung, N. U. (2025). Influence of Energy Intake and Nutritional Status on Work Productivity Among Construction Workers: A Case Study of the Merdeka Square Revitalization Project, Medan. *Journal of Health Sciences and Medical Development*, 4(02), 99–115. <https://doi.org/10.56741/hesmed.v4i02.1010>
- Zainuddin, M. (2020). *Metodologi Penelitian Kefarmasian 2*. Airlangga University Press.
- Zhang, Q., Chair, S. Y., Lo, S. H. S., Chau, J. P.-C., Schwade, M., & Zhao, X. (2020). Association Between Shift Work And Obesity Among Nurses: A Systematic Review And Meta-Analysis. *International Journal of Nursing Studies*, 112, 103757. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2020.103757>
- Zuliani, Hariyanto, S., Maria, D., Urifah, I. T. S., & Sugiarto, A. (2023). *Keperawatan Profesional*. Yayasan Kita Menulis.