

**HUBUNGAN STATUS GIZI, LAMA KERJA DENGAN
KELELAHAN PEKERJA DI PERKEBUNAN BUNGARA
ESTATE KECAMATAN BAHOROK KABUPATEN
LANGKAT**

SKRIPSI



OLEH :

RIMA ANJALIA SYUHADA

0801172180

**SUMATERA UTARA
MEDAN**

PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

SUMATERA UTARA

MEDAN

2021

**HUBUNGAN STATUS GIZI, LAMA KERJA DENGAN
KELELAHAN PEKERJA DI PERKEBUNAN BUNGARA
ESTATE KECAMATAN BAHOROK KABUPATEN
LANGKAT**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Kesehatan Masyarakat (S.K.M)**

OLEH :

RIMA ANJALIA SYUHADA

0801172180

**UTN
SUMATERA UTARA
MEDAN**

PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

SUMATERA UTARA

MEDAN

2021

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Rima Anjalia Syuhada
NIM : 0801172180
Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat
Peminatan : Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3)
Tempat/Tanggal Lahir : Bahorok/ 28 Agustus 1999
Judul Skripsi : Hubungan Status Gizi, Lama Kerja dengan Kelelahan Pekerja di Perkebunan Bungara Estate Kecamatan Bahorok Kabupaten Langkat

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini merupakan hasil karya asli saya yang diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Strata 1 di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan.
2. Semua sumber yang saya gunakan dalam penulisan ini telah saya cantumkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan.
3. Jika dikemudian hari terbukti bahwa karya ini bukan hasil karya asli saya atau merupakan hasil jiplakan dari karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi yang berlaku di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan.

Medan, Oktober 2021

RIMA ANJALIA SYUHADA

NIM. 0801172180

HALAMAN PERSETUJUAN

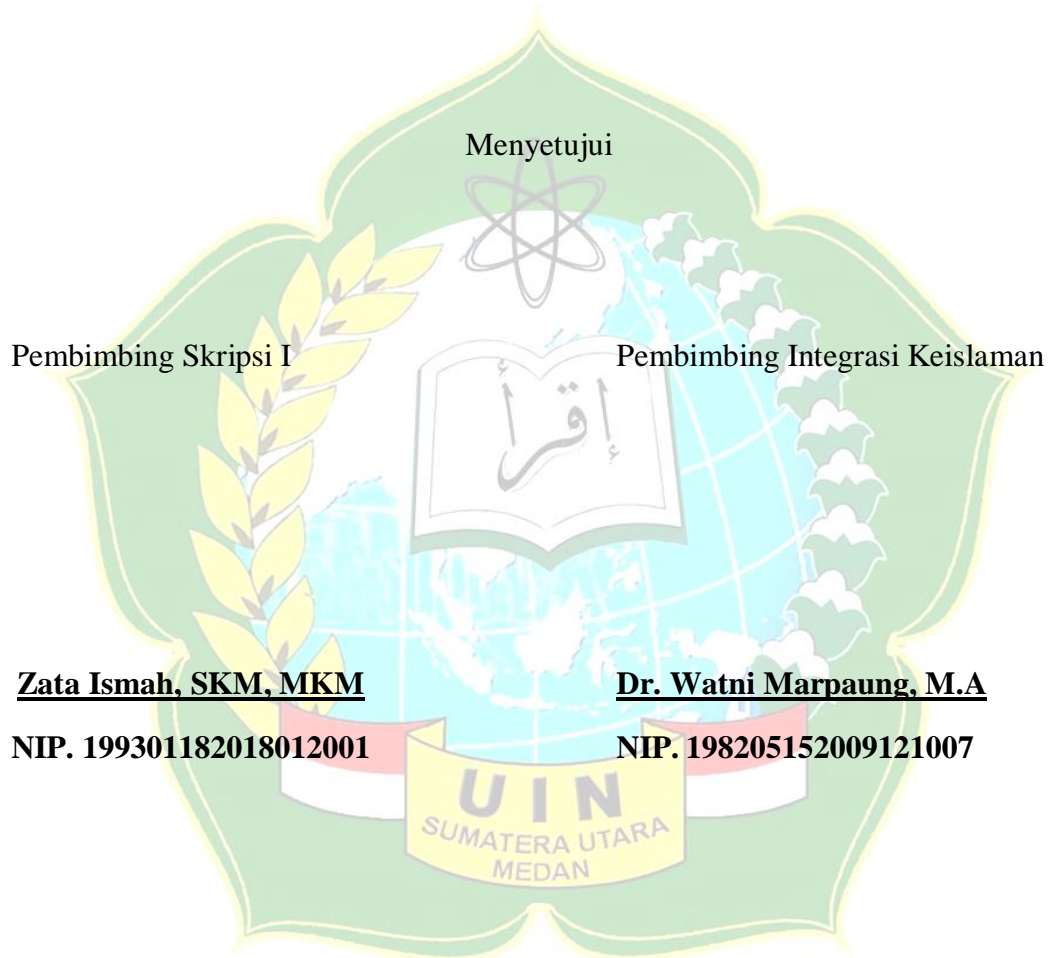
Judul Skripsi : Hubungan Status Gizi, Lama Kerja Dengan Kelelahan Pekerja di Perkebunan Bungara Estate Kecamatan Bahorok Kabupaten Langkat

Nama Mahasiswa : Rima Anjalia Syuhada

NIM : 0801172180

Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat

Peminatan : Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3)



HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul

**HUBUNGAN STATUS GIZI, LAMA KERJA DENGAN KELELAHAN
PEKERJA DI PERKEBUNAN BUNGARA ESTATE KECAMATAN
BAHOROK KABUPATEN LANGKAT**

Yang Dipersiapkan Dan Dipertahankan oleh:

RIMA ANJALIA SYUHADA

0801172180

TIM PENGUJI
Ketua Penguji

Dr. Mhd. Furqan, S.Si, M.Comp.Sc
NIP.198008062006041003

Penguji I

Penguji II

Zata Ismah, SKM, MKM
NIP. 199301182018012001

Yulia Khairina Ashar, SKM, MKM
NIP. 199307312019032018

Penguji Integrasi Keislaman

Dr. Watni Marpaung, M.A
NIP. 198205152009121007

Medan, 26 Oktober 2021
Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat
Fakultas Kesehatan Masyarakat
UIN Sumatera Utara
Dekan

Prof. Dr. Syafaruddin, M.Pd
NIP. 196207161990031004

RIWAYAT HIDUP PENULIS

DATA PRIBADI

Nama : Rima Anjalia Syuhada
Jenis Kelamin : Perempuan
Tempat, Tanggal Lahir : Bahorok, 28 Agustus 1999
Agama : Islam
Alamat : Jl. Berdikari Bahorok No. 73 Pekan Bahorok
Telepon : 085761277353
Email : rimaanjalia99@gmail.com
Nama Orang Tua
Ayah : Johari
Ibu : Mariana Br Barus

DATA PENDIDIKAN FORMAL

- MIN Pekan Bahorok (2005-2011)
- MTsN Bahorok (2011-2014)
- MAN Binjai (2014-2017)
- Universitas Islam Negeri Sumatera Utara (2017-2021)



KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, hidayah dan karunia-Nya kepada kita semua, sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi penelitian saya dengan baik. Shalawat dan salam kita curahkan kepada Nabi besar Muhammad SAW.

Adapun tujuan penulisan skripsi ini yang berjudul Hubungan Statu Gizi, Lama Kerja Dengan Kelelahan Pekerja di Pekebunan Bungara Estate Kecamatan Bahorok Kabupaten Langkat adalah sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat (SKM) di Fakultas Kesehatan Masyarakat UINSU Medan.

Ucapan Terimakasih sebanyak-banyaknya dan penghargaan setinggi-tingginya dan cinta setulus-tulusnya penulis berikan kepada orang tua tercinta, yaitu Ibunda (Mariana Br Barus) dan Ayah (Johari) atas dukungan, motivasi, cinta dan kasih sayang yang tiada habisnya.

Pada penulisan skripsi ini tentu tidak terlepas dari dukungan dan bantuan berbagai pihak dalam bentuk apapun. Oleh karena itu pada kesempatan ini dengan segala kerendahan hati saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Syahrin Harahap, MA Rektor Universitas Islam

Negeri Sumatera Utara Medan.

2. Bapak Prof. Dr. Syafaruddin, M.Pd selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan.
3. Bapak Dr. Watni Marpaung, M.A selaku Wakil Dekan Bidang Administrasi dan Keuangan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan sekaligus dosen Pembimbing Skripsi Integrasi Keislaman yang telah banyak memberikan bimbingan dan arahan dalam penyusunan skripsi ini
4. Bapak Dr. Mhd. Furqan. M.Comp. SC selaku Wakil Dekan Bidang Akademik dan Kelembagaan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan sekaligus sebagai ketua penguji dalam sidang munaqosah yang telah memberikan saran, bimbingan, dan ide dalam penyusunan skripsi ini.
5. Bapak Dr. Salamuddin, M.A selaku Wakil Dekan Bidang Kemahasiswaan dan Kerja sama Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan
6. Ibu Susilawati, SKM, M.Kes selaku ketua jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan.
7. Ibu Zata Ismah, SKM, MKM selaku Pembimbing Skripsi yang telah banyak memberikan bimbingan, arahan dan motivasi dalam penyusunan skripsi ini
8. Ibu Yulia Khairina Ashar, SKM, MKM selaku penguji yang telah memberikan saran, bimbingan, dan ide dalam penyusunan skripsi ini

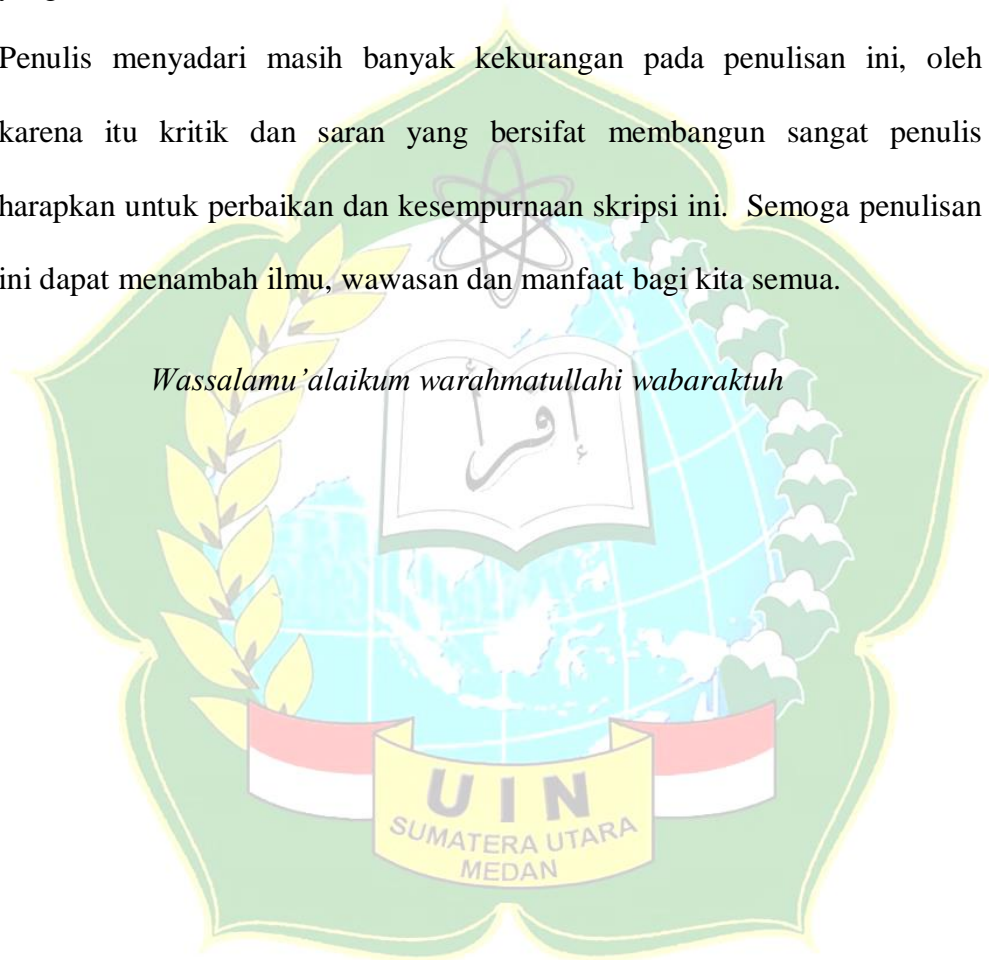
9. Kepada Perkebunan Lonsum Bungara Estate yang telah memberikan ijin kepada saya untuk melakukan penelitian, serta kepada seluruh pekerja yang telah bersedia menjadi responden penelitian ini.
10. Kepada kedua adik saya **Ariansyah Habibi** dan **Rifa Az-zahra** yang selalu mendoakan, mendukung, memotivasi, memberi semangat dan menemani mengerjakan skripsi disaat tengah malam. Penulis mengucapkan terimakasih yang sedalam-dalamnya.
11. Kepada **Hasri Ainun Lubis**, yang menemani penulis melakukan penelitian hingga selesai.
12. Kepada kak **Niah Diah Sunarto** yang selalu memberi penulis kamar tidur gratis dan **Ukhti Sabila Revli**, yang selalu mau “direpotkan” oleh penulis dalam menyelesaikan pengerjaan skripsi. *Thank you guys, sooo muuch!!*
13. Kepada **Putri Manja Yanti Mingka, Nabilah Santika, Rifqi Fadhila Neraz, Diah Angraini Putri, Ridha Raihan Lubis, dan Mamira Ajeng Pracelia** yang selalu memberikan motivasi dan dorongan kepada penulis dalam pengerjaan skripsi ini.
14. Kepada teman-teman MAN penulis **Windi Natasya, Winari Anggani, Fadhila Anisa NST, Fitri Nurkhaliza dan Nuri Yusriyah.**
15. Kepada **Mas Wirawan (EXO)**, yang telah memberikan motivasi dan semangat kepada penulis melalui karya-karya nya. *See you guys when i'm already proud of my self so i can flex it ;)*
16. Kepada teman-teman seperjuangan saya FKM UINSU yang tidak bisa saya

sebutkan satu-persatu. Saya ucapkan terima kasih yang sebesar- besarnya atas bantuan dan semangat yang diberikan kepada saya, sehingga penulisan skripsi ini dapat diselesaikan

17. Semua pihak yang telah banyak membantu yang tidak dapat disebutkan satu per satu, saya ucapkan terima kasih atas bantuan, arahan, dan semangat yang diberikan.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan pada penulisan ini, oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan untuk perbaikan dan kesempurnaan skripsi ini. Semoga penulisan ini dapat menambah ilmu, wawasan dan manfaat bagi kita semua.

Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabaraktuh



DAFTAR ISI

<u>HALAMAN JUDUL</u>	<u>i</u>
<u>Lembar Pernyataan Keaslian Skripsi</u>	<u>ii</u>
<u>Halaman Persetujuan</u>	<u>iii</u>
<u>Halaman Pengesahan</u>	<u>iv</u>
<u>Riwayat Hidup Penulis.....</u>	<u>v</u>
<u>KATA PENGANTAR.....</u>	<u>vi</u>
<u>DAFTAR ISI.....</u>	<u>x</u>
<u>BAB 1. PENDAHULUAN.....</u>	<u>1</u>
1.1. Latar Belakang.....	Error! Bookmark not defined.
1.2. Rumusan Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
1.3. Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.3.1. Tujuan Umum.....	Error! Bookmark not defined.
1.3.2. Tujuan Khusus	Error! Bookmark not defined.
1.4. Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB II LANDASAN TEORI.....	Error! Bookmark not defined.
2.1. Kelelahan Kerja	Error! Bookmark not defined.
2.1.1. Definisi Kelelahan Kerja.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.2. Jenis-Jenis Kelelahan	Error! Bookmark not defined.
2.1.3. Mekanisme Kelelahan.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.4. Gejala Kelelahan.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.5. Faktor-Faktor Kelelahan Kerja.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.6. Langkah Mengatasi Kelelahan	Error! Bookmark not defined.

2.1.7	Dampak Kelelahan Kerja	Error! Bookmark not defined.
2.1.8	Pengukuran Kelelahan Kerja	Error! Bookmark not defined.
2.2	Status Gizi	Error! Bookmark not defined.
2.2.4	Definisi Status Gizi	Error! Bookmark not defined.
2.2.5	Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi .	Error! Bookmark not defined.
2.2.6	Penilaian Status Gizi	Error! Bookmark not defined.
2.2.6.1	Penilaian Status Gizi Secara Langsung ..	Error! Bookmark not defined.
2.2.6.2	Penilaian Status Gizi Secara Tidak Langsung	Error! Bookmark not defined.
2.3	Lama Kerja	Error! Bookmark not defined.
2.4	Kajian Integrasi Keislaman	Error! Bookmark not defined.
2.4.4	Bekerja Dalam Islam	Error! Bookmark not defined.
2.4.5	Makanan Bergizi Dalam Islam	Error! Bookmark not defined.
2.1.1.	Pandangan Islam Terhadap Kelelahan Kerja .	Error! Bookmark not defined.
2.2.	Kerangka Teori	Error! Bookmark not defined.
2.3.	Kerangka Konsep	Error! Bookmark not defined.
2.4.	Hipotesis	Error! Bookmark not defined.
<u>BAB III METODE PENELITIAN</u>		<u>39</u>
3.1.	Jenis Dan Design Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.2.	Lokasi Dan Waktu Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.3.	Populasi Dan Sampel Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.5.	Definisi Operasional	Error! Bookmark not defined.
3.6.	Aspek Pengukuran	Error! Bookmark not defined.
3. 6. 1.	Pengukuran Kelelahan Kerja	Error! Bookmark not defined.
3. 6. 2.	Pengukuran Status Gizi	Error! Bookmark not defined.

3. 6. 3. Pengukuran Lama Kerja **Error! Bookmark not defined.**

3.7. Teknik Pengumpulan Data Error! Bookmark not defined.

3. 7. 1. **Jenis Data** Error! Bookmark not defined.

1) Data Primer **Error! Bookmark not defined.**

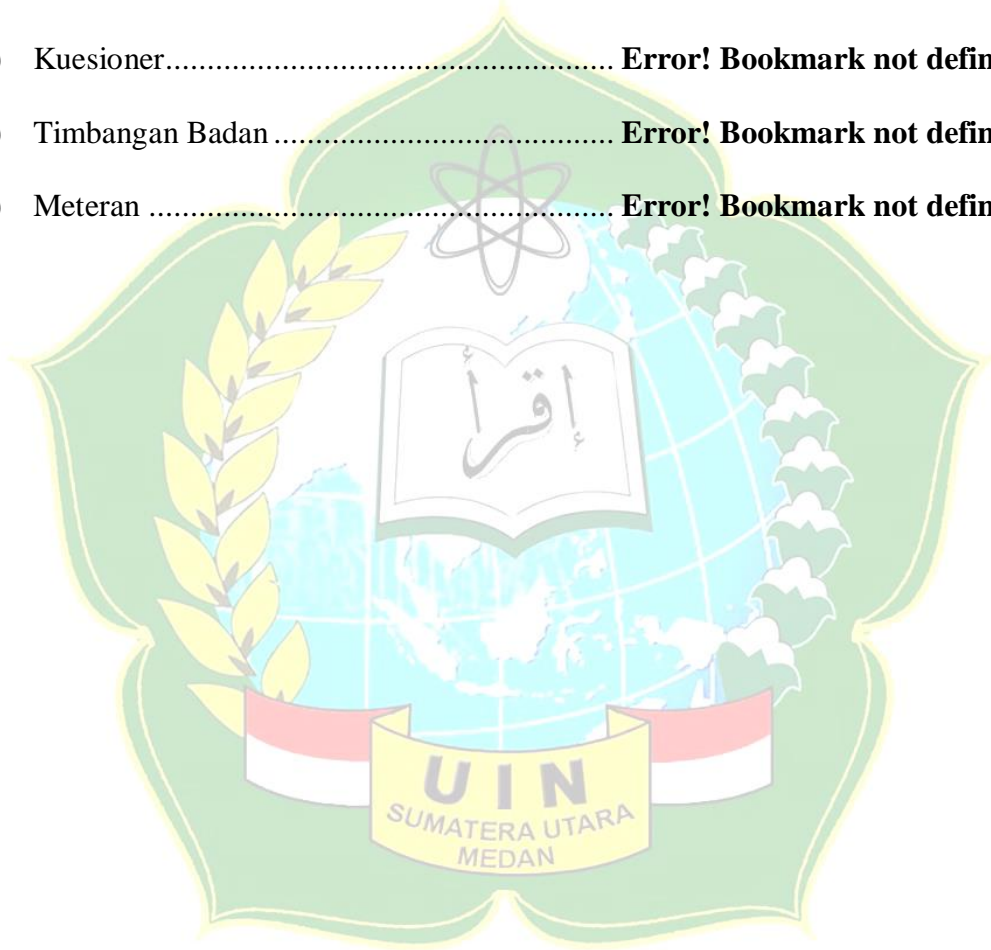
2) Data Sekunder **Error! Bookmark not defined.**

3. 7. 2. **Alat atau Instrumen Penelitian** Error! Bookmark not defined.

1) Kuesioner **Error! Bookmark not defined.**

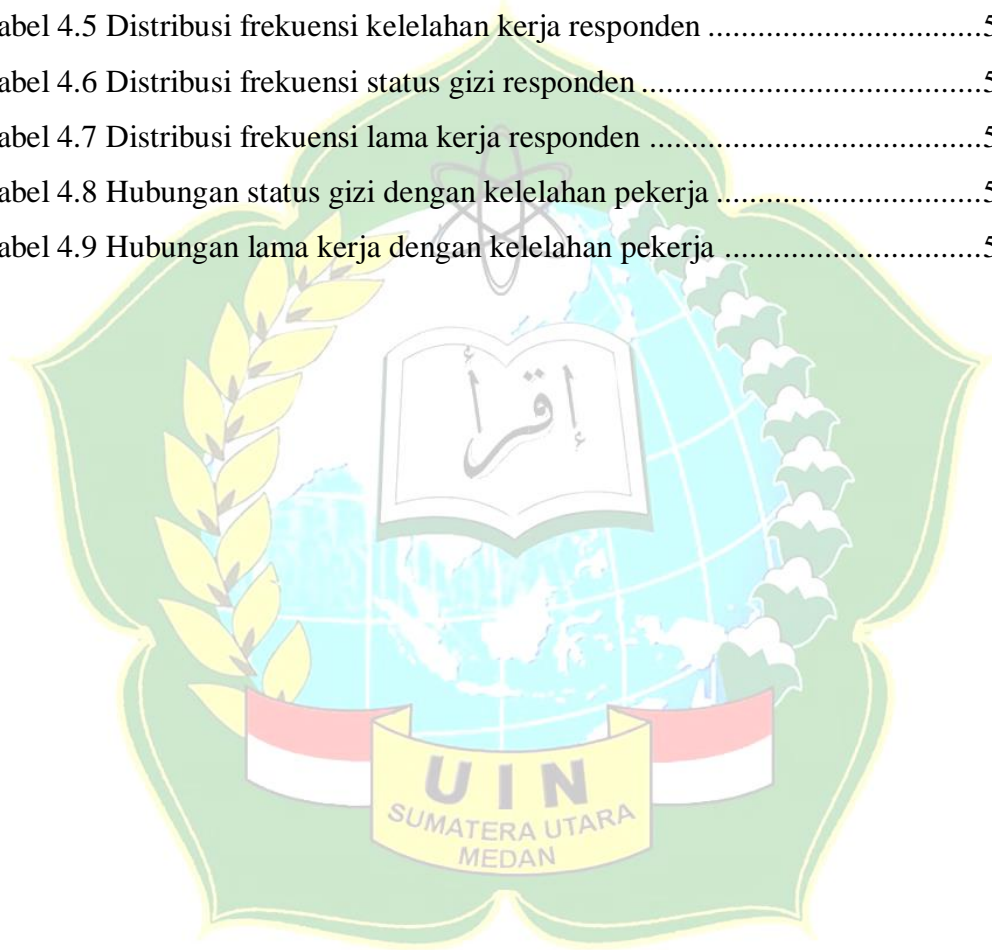
2) Timbangan Badan **Error! Bookmark not defined.**

3) Meteran **Error! Bookmark not defined.**



DAFTAR TABEL

Tabel Definisi Operasional.....	39
Tabel IMT penentuan Status Gizi.....	41
Tabel 4.1 Luas Perkebunan Bungara Estate.....	47
Tabel 4.2 Distribusi frekuensi jenis kelamin responden.....	48
Tabel 4.3 Distribusi frekuensi usia responden.....	49
Tabel 4.4 Distribusi frekuensi jenis pekerjaan responden.....	50
Tabel 4.5 Distribusi frekuensi kelelahan kerja responden.....	51
Tabel 4.6 Distribusi frekuensi status gizi responden.....	52
Tabel 4.7 Distribusi frekuensi lama kerja responden.....	53
Tabel 4.8 Hubungan status gizi dengan kelelahan pekerja.....	54
Tabel 4.9 Hubungan lama kerja dengan kelelahan pekerja.....	55



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner penelitian	72
Lampiran 2 <i>Informed Consent</i>	73
Lampiran 3 Surat Ijin Penelitian (UIN-SU)	74
Lampiran 4 Surat Ijin Penelitian (Perkebunan Bungara)	75
Lampiran 5 Hasil analisis SPSS	76



**HUBUNGAN STATUS GIZI, LAMA KERJA DENGAN KELELAHAN
PEKERJA DI PERKEBUNAN BUNGARA ESTATE KECAMATAN
BAHOROK KABUPATEN LANGKAT**

RIMA ANJALIA SYUHADA
0801172180

ABSTRAK

Informasi dari Organisasi Perburuhan Internasional menunjukkan bahwa pada tahun 2017, 2,78 juta pekerja meninggal setiap tahun akibat penyakit akibat kerja yang disebabkan oleh kecelakaan kerja dan kelelahan kerja. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa usia, studi, usia kerja, tahun kerja, status perkawinan, status vitamin dan aspek lainnya terkait dengan pembentukan kelelahan kerja. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara status vitamin dan lama jam kerja dengan kelelahan pekerja di Perkebunan Lonsum Bungara Estate Kecamatan Bahorok. Prosedur yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif, dengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah pekerja di Bagian Pondok Pajak Perkebunan Perkebunan Lonsum Bungara, dengan jumlah ilustrasi sebanyak 106 orang. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah alat ukur tubuh, timbangan badan dan kuesioner IFRC. Teknik pengumpulan data dengan *Simple Random Sampling*. Pada data bivariate memakai uji *Chi-square* dan *Spearman Correlations*. Penelitian didapat yang telah dilakukan diketahui bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kelelahan kerja dengan nilai $pvalue= 0,648$. Sedangkan terdapat hubungan yang sangat kuat antara lama kerja dengan kelelahan pekerja dengan nilai $r=1$ dan $pvalue = 0.000$

KATA KUNCI : Kelelahan Kerja, Status Gizi, Lama Kerja, IFRC, Perkebunan

ABSTRACT

Data from the ILO shows that in 2017 as many as 2.78 million workers died every year due to work accidents and occupational diseases caused by work fatigue. Several studies have shown that individual factors such as age, education, years of service, length of work, marital status, and nutritional status have a relationship with the occurrence of work fatigue. The purpose of this study was to see whether there was a relationship between nutritional status and length of work with worker fatigue at the Lonsum Bungara Estate Plantation, Bahorok District. The method used in this research is quantitative with a cross sectional approach. The population in this study were workers in the Lonsum Bungara Estate Estate Tax Division with a total sample of 106 people. The instruments used in the study were body meters, body scales, and also the IFRC questionnaire. Data collection techniques with Simple Random Sampling. Bivariate data analysis used Chi-square statistical test and Spearman Correlations. The results of the research that have been carried out are known that there is no significant relationship between nutritional status and work fatigue with $p\text{-value} = 0.648$. Meanwhile, there is a very strong relationship between length of work and worker fatigue with a value of $r = 1$ and $p\text{ value} = 0.000$

KEYWORDS : Work Fatigue, Nutritional Status, Length of Work, IFRC,

