

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, E. N., & Basri, S. (2018). *Hubungan Status Gizi dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja di SPBE Indramayu*. 3(1), 8–12.
- Akbar, M. B. (2015). Perbedaan Tingkat Kelelahan Kerja Berdasarkan Kebiasaan Sarapan pada Pekerja Kurir Pengiriman Barang JNE di Kota Medan Tahun 2015. *Universitas Sumatera Utara*.
- Almatsier, S. (2004). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Gramedia Pustaka Utama.
- Anam, K., Muhammad, I., & Anugrah, F. (2020). Analisis Keluhan Fisik Pengendara Ojek Online di Kabupaten Banyuwangi. *Prosiding Seminar Nasional IPTEK Olahraga*, 2–6.
- Andreyani, N. L. P. M., Sutajaya, I. M., & Dewi, N. P. S. R. (2019). Pola Konsumsi Yang Tidak Teratur Mengakibatkan Kelelahan Dini Dan Peningkatan Beban Kerja Penenun Di Desa Gelgel Klungkung Bali. *Jurnal Pendidikan Biologi Undiksha*, 6(3), 112–122.
<http://dx.doi.org/10.23887/jjpb.v6i3.21978.g13584%0Ahttps://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJPB/article/download/21978/13584>
- Andriyani, A. (2019). Kajian Literatur pada Makanan dalam Perspektif Islam dan Kesehatan. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 15(2), 178.
<https://doi.org/10.24853/jkk.15.2.178-198>
- Annisa Aulia Fitriani. (2017). Analisis Perbedaan Pendapatan Ojek Berbasis di Kota Surabaya. *Jurnal Ilmiah Teknik Sipil*, 6–18.
- Aprianto, R., Rokhim, A., Basuki, A., & Sugiyarto, S. (2021). Pengaruh Karakteristik Pengemudi Dan Pemanfaatan Rest Area Terhadap Kelelahan Pengemudi Studi Kasus Ruas Jalan Tol Pejagan - Solo. *Jurnal Keselamatan Transportasi Jalan (Indonesian Journal of Road Safety)*, 8(1), 92–103.
<https://doi.org/10.46447/ktj.v8i1.310>
- Astuti, E. P., & Utami, F. P. (2017). Kebiasaan Sarapan dan IMT / U pada remaja putri. *Jurnal Permata Indonesia*, 8(November), 39–48.

- Atiqoh, J., Wahyuni, I., & Lestantyo, D. (2014). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Konveksi Bagian Penjahitan Di Cv. Aneka Garment Gunungpati Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro*, 2(2), 119–126.
- Bangun, H. ., Nababan, D., & Yuliana, E. (2019). Hubungan Karakteristik Pekerja dan Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pemanen Sawit PT. Bakrie. *Jurnal Endurance*, 4(3), 583. <https://doi.org/10.22216/jen.v4i3.3973>
- Dahlan, M., & Samsir. (2018). Hubungan Pengalaman Kerja Dan Asupan Kalori Dengan Produktivitas Kerja Pada Pekerja Meubel Di Kabupaten Majene. *ENHANCEMENT : A Journal of Health Science*, 2(1), 75–86. <https://doi.org/10.52999/sabb.v2i1.118>
- Dengo, M. R., Suwondo, A., & Suroto, S. (2018). Hubungan Paparan CO terhadap Saturasi Oksigen dan Kelelahan Kerja pada Petugas Parkir. *Gorontalo Journal of Public Health*, 1(2), 78. <https://doi.org/10.32662/gjph.v1i2.347>
- Desthi, D. I., Idi, S., & Rini, W. A. (2019). Hubungan Asupan Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Peleton Inti Smp N 5 Yogyakarta. 04 Juli, 9–47. <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/1333/>
- Deyulmar, B. ., Suroto, & Wahyuni, I. (2018). Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Pembuat Kerupuk Opak Di Desa Ngadikerso, Kabupaten Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 6(4), 278–285.
- Dou, F. (2020). *Hubungan antara Konsumsi Energi Makan Pagi dengan Tingkat Kelelahan Kerja Pada Pekerja Wanita Di Pt . Pupuk Sriwidjaja Palembang.*
- Dyah, L., & Proboningrum, A. (2021). *Analisis Faktor-Faktor Penyebab Kelelahan Kerja dengan Metode Subjective Self Rating Test (SSRT) (Studi Kasus : Pekerja Bagian Cetak II).* September, 124–129.
- Elefteriou, F. (2018). Impact of the autonomic nervous system on the skeleton. *Physiological Reviews*, 98(3), 1083–1112.

<https://doi.org/10.1152/physrev.00014.2017>

Esti, T., & Irul, H. (2017). *Statistik Parametrik untuk Penelitian Kesehatan*.

<https://files.osf.io/v1/resources/deuxv/providers/osfstorage/5b684afe7e433e00150608d4?action=download&version=1&direct>

Fan, J., & Smith, A. P. (2019). Mental Workload and Other Causes of Different Types of Fatigue in Rail Staff. In *Communications in Computer and Information Science* (Vol. 1012, Issue January). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-030-14273-5_9

Ferrer-Cascales, R., Sánchez-Sansegundo, M., Ruiz-Robledillo, N., Albaladejo-Blázquez, N., Laguna-Pérez, A., & Zaragoza-Martí, A. (2018). Eat or skip breakfast? The important role of breakfast quality for health-related quality of life, stress and depression in spanish adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(8).

<https://doi.org/10.3390/ijerph15081781>

Gibney, M. J., Barr, S. I., Bellisle, F., Drewnowski, A., Fagt, S., Livingstone, B., Masset, G., Moreiras, G. V., Moreno, L. A., Smith, J., Vieux, F., Thielecke, F., & Hopkins, S. (2018). Breakfast in human nutrition: The international breakfast research initiative. *Nutrients*, 10(5), 1–12.

<https://doi.org/10.3390/nu10050559>

Hartanto, B. D. (2020). Pengaruh Mengemudi Malam dan Kondisi Jalan Monoton Terhadap Tingkat Kelelahan Pengemudi dan Implikasinya Pada Kecelakaan. *Jurnal Penelitian Transportasi Darat*, 21(2), 117–124.

<https://doi.org/10.25104/jpjd.v21i2.1563>

Hasmy, Z. A. (2019). Konsep Produktifitas Kerja Dalam Islam. *BALANCA : Jurnal Ekonomi Dan Bisnis Islam*, 1(2), 196–211.

<https://doi.org/10.35905/balanca.v1i2.1144>

Hendrawan, M. A. (2018). *Deteksi Kondisi Lelah Berbasis Sinyal*

Electroencephalograph (Eeg) Satu Kanal Menggunakan Linear Discriminant Analysis (Lda).

- Jamco, J. C. S., & A. M. Balami. (2022). Analisis Kruskal-Willis untuk Mengetahui Konsentrasi Belajar Mahasiswa Berdasarkan Bidang Minat Program Studi Statistika FMIPA UNPATTI. *Jurnal Matematika, Statistika Dan Terapannya*, 1(1), 39–44.
- KEMENKES. (2014). PERATURAN MENTERI KESEHATAN RI NO.41 TAHUN 2014. *Menteri Kesehatan Republik Indonesia*, 71.
<http://journal.stainkudus.ac.id/index.php/equilibrium/article/view/1268/1127>
- KEMENKES RI. (2019). *PERMENKES RI NO. 28 TAHUN 2019 TENTANG ANGKA KECUKUPAN GIZI YANG DIANJURKAN UNTUK MASYARAKAT INDONESIA*.
- KEMNAKER. (2021). *Permenaker No. 23 Tahun 2021* (Issue 1996).
- Lazuardi, M. L., & Sukoco, I. (2019). Design Thinking David Kelley & Tim Brown: Otak Dibalik Penciptaan Aplikasi Gojek. *Organum: Jurnal Saintifik Manajemen Dan Akuntansi*, 2(1), 1–11.
<https://doi.org/10.35138/organum.v2i1.51>
- Lupita, & Rukayah, S. (2020). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Kelelahan Kerja pada Pengemudi Ojek Online di Wilayah Jakarta Timur Tahun 2019. *Jurnal Persada Husada Indonesia*, 7(25), 31–37.
- Marhaensa, B. ., Setyaningsih, Y., & Kurniawan, B. (2020). Studi Kelelahan Kerja Subyektif Pada Pekerja Sektor Informal : Kajian Pustaka. *Ejournal3.Undip.Ac.Id*, 8(6), 763–772.
<http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm>
- Mariawati, A. S., Herlina, L., Fitriyani, A., & Umyati, A. (2022). *Pengukuran tingkat kelelahan kerja teller bank menggunakan Bourdon Wiersma test*. 7(2).
- Moran, M., Ettelman, B., Stoeltje, G., Hansen, T., & Pant, A. (2017). *Policy Implications of Transportation Network Companies: Final Report*. May, 1–78.
- Mu'in, M. (2017). Gambaran Karakteristik dan Penyebab Kejadian Kecelakaan

- Lalu Lintas pada Kelompok Pekerja Pengendara Sepeda Motor. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat*.
- Muzakki, fauzan ra'if. (2020). *KONSEP MAKANAN HALAL DAN THAYYIB TERHADAP KESEHATAN DALAM AL-QUR'AN (Analisis Kajian Tafsir Tematik)*. 1, 105–112.
- N, S., E, S., & Jaenudin. (2013). *Hubungan Antara Sistem Pencernaan Manusia dengan Pola Makan Sehat Remaja di SMAN 10 Kota Bogor*.
- Ningsih, S. N. P., & Nilamsari, N. (2018). Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Pada Pekerja Dipo Lokomotif PT Kereta Api Indonesia (Persero). *Journal of Industrial Hygiene and Occupational Health*, 3(1), 69–82.
- Nurdiawati, E., & Safira, R. A. D. (2020). Hubungan antara Keluhan Kelelahan Subjektif, Umur dan Masa Kerja terhadap Produktivitas Kerja pada Pekerja. *Faletehan Health Journal*, 7(02), 113–118.
<https://doi.org/10.33746/fhj.v7i02.106>
- Oktaviani, R. T., Suardika, I. B., & Adriantantri, E. (2021). PENGUKURAN BEBAN KERJA FISILOGIS UNTUK MENGURANGI KELUHAN MUSCULOSKELETAL DISORDERS (MSDs) PADA PEKERJA PACKAGING UPPKS MAHARANI. *Jurnal Valtech (Jurnal Mahasiswa Teknik Industri)*, 4(1), 63–74.
- Perhubungan, M. (2019). Peraturan Menteri Perhubungan Nomor 12 Tahun 2019. *Mentri Perhubungan Republik Indonesia*, 13.
- Prasetyo, B., & Jannah, L. M. (2007). *Metode Penelitian Kuantitatif: Teori dan Aplikasi*. PT. Raja Grafindo Persada.
- Pritasari, D. D., & Nugraheni, T. L. (2017). Gizi Dalam Daur Kehidupan. In *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*.
- Purba, T. A., & Siagian, N. (2021). Kelelahan Kerja Berhubungan dengan Kinerja Perawat di Ruang Isolasi Covid 19. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 3(2), 319–326. <https://doi.org/10.37287/jppp.v3i2.428>

- Putri, F. A. (2015). *Kenikmatan Pangan Dalam Al- Qur ' an (Studi Penafsiran Surat ' Abasa Ayat 24 -32)*.
- Rachman, A. I. (2018). Perlindungan Hukum Dengan Hak-Hak Pekerja Di PT Grab Semarang. *Jurnal Daulat Hukum*, 1(1), 229–246.
<https://doi.org/10.30659/jdh.v1i1.2637>
- Rahayu, H. S. E., Rusdijjati, R., & Wijayanti, K. (2020). Unimma Work Fatigue Instrument (Uwfi): Sebuah Instrument Baru Untuk Mengukur Kelelahan Kerja. *Journal of Holistic Nursing Science*, 7(1), 39–45.
<https://doi.org/10.31603/nursing.v7i1.3051>
- Ramdan, I. M. (2018). *Kelelahan Kerja Pada Penenun Tradisional Sarung Samarinda*. Uwais.
- Riduwan. (2018). *Dasar - Dasar Statistika*. Alfabeta.
- Rofiah, K. (2020). *Konsep Ekonomi Jamaah Tabligh Studi Pemikiran Maulana Muhammad Zakariyya Al - Kandahlawi dalam Kitab Fadlilah al - Tijarah*. CV. Senyum Indonesia.
- 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. <https://doi.org/10.20473/amnt.v1i4.7127>
- Sedarmayanti. (2009). *Sumber Daya Manusia dan Produktivitas Kerja*.
- Shihab, M. Q. (2002). *Tafsir Al Misbah : Pesan, Kesan dan Keserasian Al Quran Vol. 10*. Lentera Hati.
- Siregar, I. A., & Halwi, M. (2021). *Ayat-Ayat Al-Qur'an Tentang Motivasi Kerja Dalam Islam*. 1(1), 80–86.
- Siregar, J. H. (2020). *Gambaran Perilaku Konsumsi Pangan, Status Gizi Dan Tingkat Kelelahan Kerja Pada Pengendara Ojek Online Di Kawasan Usu Tahun 2019*. Skripsi, FAKULTAS K.
- Statistik, B. P. (2020). *No Title*. Kota Medan Dalam Angka.

<https://medankota.bps.go.id/publication/2020/05/20/4d88114085e598abae23c3e5/kota-medan-dalam-angka-2020.html>

- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta, CV.
- Sulfianti, S., Sutrio, S., Novela, V., Saragih, E., Junita, D., Sari, C., & Argheni, N. B. (2021). *Penentuan Status Gizi*. Yayasan Kita Menulis.
- Suma'mur. (2009). *Higiene Perusahaan dan Kesehatan Kerja (HIPERKES)*. Sagung Seto.
- Suma'mur. (2020). *Higiene Perusahaan dan Kesehatan Kerja (2nd ed.)*. Sagung Seto.
- Susanto Al-Yamin, Andri, SH, M., Iwandi, S. P., Juliana N., S. P., Rinaldo, S. A., Julia, S. P., Fakhurrozi, S., Intania Safitri, S., Hendrizal, S. S., & Dahlia, M. (2021). *Mengurai Benang Kusut Covid-19*. Penerbit Adab.
- Tarwaka. (2014a). *Ergonomi Industri ; Dasar - dasar Pengetahuan Ergonomi dan Aplikasi di Tempat Kerja*. Harapan Press.
- Tarwaka. (2014b). *Keselamatan dan Kesehatan Kerja : Manajemen dan Implementasi K3 di Tempat Kerja*. Harapan Press.
- Utami, T. N., Darma, S., & Eliska. (2016). *Kontribusi Kebiasaan Sarapan Pagi, Status Gizi, Umur dan Peran Fakultas Terhadap Indeks Prestasi Mahasiswa (Research Result)*.
- Wahyuda, H., & Zetli, S. (2020). Analisis Faktor Kelelahan Kerja Pada Ojek Online Di Kota Batam. *Jurnal Comasie*, 5, 70–78.
- Wulandari, S. A., Jus, I., Mulyani, E. Y., & Sa, M. (2021). *Sarapan , Asupan Zat Gizi Makro Dan Cairan , Persepsi Kenyamanan Suhu Ruang Terhadap Persepsi Kinerja Pekerja*. 6(2), 1–12.
- Yuliansyah, D. (2017). Deteksi Kelelahan Otot Menggunakan Sinyal Emg Dan Detektor Gaya Pada Gerak Dasar Ekstensi Dan Fleksi Knee-Joint Untuk Evaluasi Penggunaan Functional Electrical Stimulation Pada Sistem

Rehabilitasi Lower Limb. *Sepuluh Nopember Institute of Technology*, 171.



LAMPIRAN I

SURAT IZIN PENELITIAN



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA MEDAN
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
Jl. Willem Iskandar Pasar V Medan Estate 20371
Telp. (061) 6615683-6622925 Fax. 6615683

Nomor : B.852/Un.11/KM.I/PP.00.9/03/2022
Lampiran : -
Hal : Izin Riset

20 Juli 2022

Yth. Bapak/Ibu Pengemudi Ojek Online

Assalamualaikum Wr. Wb.

Dengan Hormat, diberitahukan bahwa untuk mencapai gelar Sarjana Strata Satu (S1) bagi Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat adalah menyusun Skripsi (Karya Ilmiah), kami tugaskan mahasiswa:

Nama : Dina Ayu Wardhani
NIM : 0801183343
Tempat/Tanggal Lahir : Aek Nabara, 24 Juni 2000
Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat
Semester : VIII (Delapan)
Alamat : JALAN SIDORUKUN DUSUN 1, KECAMATAN PANGKATAN,
KABUPATEN LABUHAN BATU Kelurahan SIDORUKUN Kecamatan
PANGKATAN

untuk hal dimaksud kami mohon memberikan Izin dan bantuannya terhadap pelaksanaan Riset di Jl. Kapten Maulana Lubis No.2, Petisah Tengah, Kec. Medan Petisah, Kota Medan, Sumatera Utara 20111, guna memperoleh informasi/keterangan dan data-data yang berhubungan dengan Skripsi (Karya Ilmiah) yang berjudul:

PERBEDAAN TINGKAT KELELAHAN KERJA BERDASARKAN KEBIASAAN SARAPAN PENGEMUDI OJEK ONLINE DI KOTA MEDAN

Demikian kami sampaikan, atas bantuan dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

Medan, 20 Juli 2022
a.n. DEKAN
Wakil Dekan Bidang Akademik dan
Kelembagaan



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

Tembusan:
- Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat UIN Sumatera Utara Medan

Info: Silahkan scan QR code diatas dan klik link yang muncul, untuk mengetahui keaslian surat

LAMPIRAN 2 - KUESIONER PENELITIAN

PERBEDAAN TINGKAT KELELAHAN KERJA BERDASARKAN KEBIASAAN SARAPAN PENGEMUDI OJEK *ONLINE* DI KOTA MEDAN

NAMA PENELITI : DINA AYU WARDHANI
NIM : 0801183343
INSTANSI PENDIDIKAN : FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUMATERA
UTARA

Kepada Yth. Responden

Penelitian ini merupakan bagian dari skripsi sebagai salah satu syarat mendapatkan gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat. Tujuan dari penelitian ini adalah meneliti tentang “Perbedaan Tingkat Kelelahan Kerja berdasarkan Kebiasaan Sarapan pada Pengemudi Ojek *Online* di Kota Medan”. Informasi dan identitas diri yang nantinya akan saudara isi dalam kuesioner ini akan terjamin kerahasiaannya dan tidak disebarluaskan serta tidak akan mempengaruhi penilaian terhadap pekerjaan saudara. Untuk itu, diharapkan agar saudara mengisi kuesioner ini dengan sebenar-benarnya karena kejujuran dari saudara dalam mengisi jawaban akan sangat mempengaruhi proses penelitian ini.

Atas partisipasinya dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih.

Pernyataan : Setelah mendengarkan penjelasan dari peneliti, maka saya dengan sukarela dan tanpa paksaan menyatakan bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

Medan, 2022
Nama Responden

()

KUESIONER PENELITIAN

Judul : Perbedaan Tingkat Kelelahan Kerja berdasarkan Kebiasaan Sarapan Pengemudi Ojek *Online* di Kota Medan

A. Karakteristik Responden

- A.1 Nama :
- A.2 Usia :
- A.3 Jenis Kelamin :
- A.4 Durasi Bekerja (Jam) :
- A.5 Lama Bekerja (Tahun) :

B. Sarapan Pagi

Petunjuk jawaban :

Berilah tanda ceklis (✓) pada kolom yang telah tersedia sesuai dengan pendapat anda

- Skor 1 = Tidak Pernah (0 kali/minggu)
Skor 2 = Jarang (1 – 2 kali/minggu)
Skor 3 = Kadang – kadang (3 – 4 kali/minggu)
Skor 4 = Selalu (5 – 7 kali/minggu)

NO	PERTANYAAN	SKORING			
		1	2	3	4
B1	Anda mengonsumsi sarapan di antara pukul 06.00 – 09.00 WIB setiap hari sebelum bekerja				

C. Kuesioner *Subjective Self Rating Test* (SSRT)

Petunjuk jawaban :

- a. Jawablah dengan jujur sesuai yang anda rasakan
- b. Isi bagian skoring dengan memberi tanda check (√) jika 1 (tidak pernah merasakan), 2 (kadang – kadang merasakan), 3 (sering merasakan), 4 (sangat sering merasakan)

NO	DAFTAR PERTANYAAN	SKORING			
		1	2	3	4
C1	Apakah anda ada perasaan berat di kepala?				
C2	Apakah anda merasa lelah pada seluruh badan?				
C3	Apakah anda nerasa berat di kaki?				
C4	Apakah anda sering menguap pada saat bekerja?				
C5	Apakah anda kacau pada saat bekerja?				
C6	Apakah anda merasa mengantuk?				
C7	Apakah anda merasa ada beban pada bagian mata?				
C8	Apakah gerakan anda terasa canggung dan kaku?				
C9	Apakah anda merasa ingin berbaring?				
C10	Apakah anda merasakan tidak stabil pada saat berdiri?				
C11	Apakah anda merasa susah berpikir?				
C12	Apakah anda merasa malas untuk bicara?				
C13	Apakah anda merasa gugup?				
C14	Apakah anda merasa tidak dapat berkonsentrasi?				
C15	Apakah anda merasa sulit memusatkan perhatian?				
C16	Apakah anda merasa mudah melupakan sesuatu?				
C17	Apakah anda merasa kepercayaan diri berkurang?				
C18	Apakah anda merasa cemas?				
C19	Apakah anda merasa sulit mengontrol sikap?				
C20	Apakah anda merasa tidak tekun dalam pekerjaan?				
C21	Apakah anda merasa sakit pada bagian kepala?				
C22	Apakah anda merasa kaku dibagian bahu?				
C23	Apakah anda merasa nyeri dibagian punggung?				
C24	Apakah anda merasa sesak napas?				

C25	Apakah anda merasa haus?				
C26	Apakah suara anda terasa serak?				
C27	Apakah anda merasa pening?				
C28	Apakah anda merasa ada yang mengganjal di kelopak mata?				
C29	Apakah anggota badan anda terasa gemetar?				
C30	Apakah anda merasa kurang sehat?				

4. Food Frequency Questionnaire (FFQ)

No.	Bahan Makanan	Frekuensi Pola Makan (Skor Konsumsi Pangan)					
		>3kali /hari	1 kali/hari	3-6 kali/minggu	1-2 kali/minggu	2 kali/bulan	Tidak pernah
		(50)	(25)	(15)	(10)	(5)	(0)
A	Makanan Pokok						
1	Beras putih						
2	Biskuit						
3	Jagung						
4	Kentang						
5	Mie Basah						
6	Mie kering						
7	Roti Putih						
8	Singkong						
9	Sukun						
10	Tape beras ketan						
11	Beras merah						
12	Tepung beras						
13	Tepung sagu						
14	Tepung terigu						
15	Tepung jagung						
16	Bihun						
17	Ubi jalar						
18	Biji gandum						
B	Lauk Hewani						
18	Daging Sapi						
19	Daging ayam						
20	Ikan Segar						
21	Ikan Teri Kering						
22	Telur Ayam						
23	Udang Basah						

24	Cumi - cumi						
25	Susu sapi						
26	Ice Cream						
27	Susu kambing						
28	Keju						
29	Yogurt						
C	Lauk Nabati						
30	Kacang hijau						
31	Tahu						
32	Kacang merah						
33	Kacang mete						
34	Tempe						
35	Susu kedelai						
36	Kacang tanah						
D	Sayuran						
37	Bayam						
38	Kangkung						
39	Sawi						
40	Terong						
41	Genjer						
42	Labu siam						
43	Labu Jipang						
44	Brokoli						
45	Daun kemangi						
46	Gambas						
47	Daun singkong						
48	Buncis						
49	Tomat						
50	Timun						
51	Bunga kol						
52	Nangka muda						
53	Sawi						
54	Selada						
55	Toge Kacang Hijau						
56	Jus sayur						
E	Buah Buahan						
57	Alpokat						
58	Anggur						
59	Durian						
60	Jeruk manis						

61	Mangga						
62	Nenas						
63	Pepaya						
64	Kedondong						
65	Pisang						
66	Sawo						
67	Rambutan						
68	Semangka						
69	Jus buah						
F	Minuman						
70	Air mineral						
71	The						
73	Kopi						
74	Sirup						
75	Pocari Sweat						
76	Kelapa muda						
77	Energen						
78	Soya Milk						
79	Buavita						
80	Lasegar						
<i>Skor Konsumsi Pangan</i>							

LAMPIRAN 4 – MASTER TABEL DATA RESPONDEN

Nama Responden	Umur	Lama Bekerja (Jam)	Masa Kerja (Tahun)	Kebiasaan Sarapan / Tidak sarapan	Frekuensi Pola Makan					Pola Makan	Tingkat kelelahan kerja
					K (1)	P (2)	L (3)	V (4)	M (5)		
FE	1	2	1	1	2	2	2	2	2	1	2
AS	3	2	1	2	2	2	1	2	2	1	1
K	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2
P	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2
JMP	1	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2
HP	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1
SS	4	1	2	1	2	1	1	1	2	1	2
FF	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1
ZS	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1
DS	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	2
MA	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1
AH	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1
LS	3	2	2	1	2	1	1	2	2	1	2
AA	2	1	2	1	2	1	1	2	2	1	3
MH	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	3
RS	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	1
F	1	2	2	1	2	1	1	1	2	1	3
SY	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	1
SP	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1
RG	1	2	1	1	2	2	2	2	2	1	3
WJ	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1
F	1	2	1	1	2	1	1	2	2	1	3

MID	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2
MAR	1	1	1	2	2	2	2	1	2	1	1
H	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2
BG	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2
HA	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	3
IB	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1
E	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2
JP	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	3
Z	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	3
MR	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	2
JNN	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1
DAH	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1
ASB	3	2	2	1	2	1	2	1	2	1	3
HAN	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1
AA	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2
AN	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	1
MHDA	1	2	1	2	2	1	1	1	2	1	1
AP	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1
MR	2	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1
ARI	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1
AMAK	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2
AW	4	2	2	1	2	2	2	1	2	1	3
RA	2	2	1	1	2	1	1	2	2	1	1
DI	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1
ZU	3	2	1	1	2	2	1	2	2	1	3
SA	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	3
AHAR	3	2	1	1	2	2	2	2	2	1	2
EL	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	3

ATM	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1
FC	1	1	1	1	2	2	1	2	2	1	1
MUS	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1
MAR	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1
ANJU	2	2	1	1	2	2	1	1	2	1	3
DN	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	2
BS	1	2	1	1	2	1	1	2	2	1	2
FS	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	3
ANO	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	2
SMA	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1
YN	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2
MAL	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1
ATA	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1
YS	2	2	1	1	2	1	1	2	2	1	2
V	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	2
LSG	1	2	1	2	2	1	1	1	2	1	1
ROK	1	2	1	2	2	2	2	1	2	1	1
DAR	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	2
RR	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2
DSY	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1
HA	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	2
FR	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1
MF	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	2
RP	3	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1
S	1	2	1	2	2	2	1	2	2	1	1
IT	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1
SF	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1
DM	3	2	1	1	2	1	1	2	2	1	3

AWM	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1
DR	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2
AD	2	2	1	1	2	1	1	2	2	1	2
ARI	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2
BF	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	2
IK	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1
R	1	1	1	2	2	2	1	2	2	1	1
S	3	1	2	2	2	2	2	1	2	1	1
AHD	3	2	1	1	1	1	1	1	2	1	3
BS	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3
EP	3	2	1	1	2	1	1	2	2	1	3
H	3	2	1	2	2	2	1	1	2	1	1
FT	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1
I	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	3
P	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1
JS	3	2	1	1	2	1	1	2	2	1	3
SHI	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	3
I	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2
LU	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2
EKO	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	2
FD	3	2	2	1	2	1	1	1	2	1	3
AH	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	3

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

BKP	LB	BKK	MG	KB	MGK	BM	CK	BBR	TSB	SBP	MB	G	TDK	SMP	MMS	KDB	MC	SMS	TTP	SBK	KBB	NBP	SN	H	SR	PN	KM	GT	MS	S	TKK	
3	3	3	4	2	4	4	3	4	1	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	2	2	4	1	4	1	3	1	2	2	67	Sedang	
1	2	1	3	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	2	3	1	1	3	1	3	3	1	1	4	1	3	2	1	1	52	Rendah	
3	2	1	3	1	3	1	1	3	1	1	3	1	2	1	1	1	2	3	1	3	3	1	1	4	1	3	1	3	2	57	Sedang	
1	1	1	4	2	3	1	1	4	1	1	3	2	1	1	2	1	1	1	1	2	2	3	2	3	3	2	1	3	3	57	Sedang	
3	3	1	2	1	3	2	2	1	3	2	3	1	2	1	3	1	2	3	1	1	1	1	1	3	1	2	2	1	1	54	Sedang	
2	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	3	1	3	2	1	1	1	1	43	Rendah	
4	4	3	4	3	3	2	1	4	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	1	3	1	4	1	3	3	3	1	68	Sedang	
3	1	1	3	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	3	3	2	3	1	3	2	1	2	49	Rendah	
3	1	1	3	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	3	3	2	3	1	3	2	1	2	50	Rendah	
3	4	1	3	2	3	3	2	3	1	2	3	3	1	2	1	3	3	1	1	2	4	4	2	4	2	3	1	2	1	70	Sedang	
3	1	1	3	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	3	3	2	3	1	3	2	1	2	49	Rendah	
3	1	1	3	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	3	3	2	3	1	3	2	1	2	50	Rendah	
3	3	3	4	2	4	4	3	4	1	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	2	2	4	1	4	1	3	1	2	2	67	Sedang	
4	4	3	3	3	3	1	2	4	3	3	4	2	1	1	2	3	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	80	Tinggi	
3	3	3	4	2	4	4	3	4	3	2	2	2	3	3	3	1	1	2	1	3	3	4	2	4	2	3	2	2	1	79	Tinggi	
3	3	3	3	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	43	Rendah	
3	3	3	4	2	4	4	3	4	3	2	2	2	3	3	3	1	1	2	1	3	3	4	2	4	2	3	2	2	1	79	Tinggi	
1	1	1	3	3	1	3	1	1	1	1	1	1	3	1	3	1	1	2	1	1	1	1	1	3	3	1	2	1	2	47	Rendah	
1	1	1	3	3	1	3	1	1	1	1	1	1	3	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	2	2	1	1	44	Rendah	
3	4	3	4	3	4	4	3	4	1	3	3	3	3	4	1	1	3	2	1	3	3	3	1	4	2	4	3	1	3	84	Tinggi	
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	30	Rendah
3	4	3	4	3	4	4	3	4	1	3	3	3	3	4	1	1	3	2	1	3	3	3	1	4	2	4	3	1	3	84	Tinggi	
4	3	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	59	Sedang	
2	2	1	4	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	3	2	2	1	2	1	2	2	2	1	48	Rendah	
4	2	1	3	2	4	4	3	4	2	2	3	1	3	3	4	1	2	1	1	3	3	4	1	4	1	3	3	1	1	74	Sedang	
4	3	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	59	Sedang	
3	4	3	4	3	4	4	3	4	1	3	3	3	3	4	1	1	3	2	1	3	3	3	1	4	2	4	3	1	3	84	Tinggi	
1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	36	Rendah	
2	1	2	3	3	3	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	3	2	2	4	2	2	3	2	2	1	2	1	1	2	69	Sedang	
4	4	3	3	3	3	1	2	4	3	3	4	2	1	1	2	3	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	80	Tinggi	
4	4	2	4	3	3	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	3	1	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	1	1	78	Tinggi	
2	1	2	3	3	3	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	3	2	2	4	2	2	3	2	2	1	2	1	1	2	69	Sedang	

3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	36	Rendah	
3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	36	Rendah	
4	4	3	3	3	3	1	2	4	3	3	4	2	1	1	2	3	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	1	3	80	Tinggi	
3	3	1	3	1	3	3	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	1	2	1	1	2	1	48	Rendah
3	4	1	3	2	3	3	2	3	1	2	3	3	1	2	1	3	3	1	1	2	4	4	2	4	2	3	1	2	1	70	Sedang
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	30	Rendah	
1	1	1	3	1	3	3	1	3	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	1	2	1	1	2	1	46	Rendah
3	3	1	3	1	3	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	1	2	1	1	2	1	46	Rendah
3	3	1	3	1	3	3	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	1	2	1	1	2	1	48	Rendah
1	1	1	3	1	1	3	3	3	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	1	2	1	1	2	1	46	Rendah
3	3	3	2	2	3	1	2	1	1	1	1	2	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	2	3	2	3	1	65	Sedang
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	88	Tinggi
1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	36	Rendah
3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	36	Rendah
4	4	2	4	3	3	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	3	1	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	1	1	78	Tinggi
4	4	3	3	3	3	1	2	4	3	3	4	2	1	1	2	3	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	80	Tinggi
3	3	3	2	2	3	1	2	1	1	1	1	2	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	2	3	2	3	1	65	Sedang
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	88	Tinggi
3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	34	Rendah
1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	36	Rendah
1	1	3	3	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	1	44	Rendah
3	3	3	2	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	42	Rendah
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	88	Tinggi
3	3	3	2	2	3	1	2	1	1	1	1	2	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	2	3	2	3	1	65	Sedang
4	4	3	4	3	3	2	1	4	1	2	1	2	1	2	2	1	2	2	1	3	1	4	1	3	3	3	3	1	68	Sedang	
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	88	Tinggi
3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	1	1	1	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	1	4	3	3	3	3	1	75	Sedang
3	3	1	3	1	3	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	1	2	1	1	2	1	46	Rendah
3	3	3	2	2	3	1	2	1	1	1	1	2	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	2	3	2	3	1	65	Sedang
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	30	Rendah
1	3	2	2	2	3	2	3	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	3	1	2	1	3	1	49	Rendah
3	3	2	4	1	3	1	1	3	1	1	1	3	3	2	2	2	1	3	1	3	3	2	2	4	1	4	1	2	1	64	Sedang
3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	1	1	1	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	1	4	3	3	3	3	1	75	Sedang

3	3	3	2	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	42	Rendah		
3	3	3	2	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	42	Rendah		
4	4	3	4	3	3	2	1	4	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	1	3	1	4	1	3	3	3	1	68	Sedang	
3	3	2	4	1	3	1	1	3	1	1	1	3	3	2	2	2	1	3	1	3	3	2	2	4	1	4	1	2	1	64	Sedang	
3	3	3	2	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	42	Rendah	
3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	1	1	1	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	1	4	3	3	3	3	1	75	Sedang	
3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	49	Rendah	
4	4	3	4	3	3	2	1	4	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	1	3	1	4	1	3	3	3	1	68	Sedang	
1	1	1	3	1	1	3	1	3	1	1	1	1	2	2	3	2	1	1	1	2	3	3	1	3	1	3	1	1	1	50	Rendah	
1	1	1	3	2	2	2	1	2	1	2	2	1	1	1	3	2	1	1	1	2	3	3	3	3	1	3	1	1	1	52	Rendah	
2	1	1	3	1	1	2	1	1	1	3	2	1	1	1	2	1	2	1	1	2	3	3	2	3	1	3	1	1	1	49	Rendah	
2	1	1	3	1	2	2	1	2	1	1	1	1	2	1	3	2	1	1	1	2	3	3	3	3	1	3	1	1	1	51	Rendah	
4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	87	Tinggi	
1	1	3	3	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	1	44	Rendah	
3	3	1	4	1	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	1	3	1	3	1	3	1	3	1	3	1	3	1	1	1	65	Sedang	
3	2	1	3	1	4	1	3	3	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	1	1	60	Sedang	
3	3	2	4	1	3	1	1	3	1	1	1	3	3	2	2	2	1	3	1	3	3	2	2	4	1	4	1	2	1	64	Sedang	
3	4	1	3	1	4	1	3	4	1	1	2	2	2	1	3	2	1	3	2	3	3	3	1	3	1	3	2	1	1	65	Sedang	
3	3	1	3	1	3	3	1	3	1	2	2	3	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	3	1	3	1	1	1	51	Rendah	
1	1	1	3	2	3	2	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	3	2	1	1	3	2	3	1	1	2	49	Rendah
1	1	2	3	1	3	2	2	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	2	1	3	1	3	2	1	1	48	Rendah
3	3	1	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	1	3	1	3	1	3	3	3	3	3	3	1	80	Tinggi
1	3	3	2	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	81	Tinggi
4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	87	Tinggi
1	2	3	3	1	3	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	3	2	1	43	Rendah
1	2	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	37	Rendah
3	1	1	1	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	79	Tinggi
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	32	Rendah
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	4	3	3	3	2	4	3	4	1	3	1	85	Tinggi	
4	2	3	2	3	4	4	3	4	3	3	3	2	1	3	4	3	3	3	1	2	4	4	1	4	3	4	3	3	2	88	Tinggi	
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	60	Sedang
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	60	Sedang
3	4	2	3	3	4	2	2	1	3	3	3	3	3	1	3	1	3	2	1	3	3	2	1	2	2	4	3	1	2	73	Sedang	

4	4	2	4	3	4	4	1	4	3	1	3	3	3	3	1	1	1	3	1	4	3	3	1	4	1	3	3	1	1	77	Tinggi
4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	87	Tinggi



LAMPIRAN 4 – HASIL UJI STATISTIK

A. ANALISIS UNIVARIAT

1. Karakteristik Responden

Umur Responden

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 16 - 25 tahun	38	38.0	38.0	38.0
26 - 35 tahun	40	40.0	40.0	78.0
36 - 45 tahun	19	19.0	19.0	97.0
46 - 55 tahun	3	3.0	3.0	100.0
Total	100	100.0	100.0	

Lama Bekerja (Jam)

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid ≤ 8 jam/hari	27	27.0	27.0	27.0
> 8 jam/hari	73	73.0	73.0	100.0
Total	100	100.0	100.0	

Masa Kerja (Tahun)

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid ≤ 3 tahun	67	67.0	67.0	67.0
> 3 tahun	33	33.0	33.0	100.0
Total	100	100.0	100.0	

2. Kebiasaan Sarapan

Kebiasaan / Tidak sarapan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak sarapan	57	57.0	57.0	57.0
	Sarapan	43	43.0	43.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

3. Frekuensi Konsumsi Zat Gizi Makro dan Zat Gizi Mikro

Pola Makan Karbohidrat

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Mengonsumsi	4	4.0	4.0	4.0
	Mengonsumsi	96	96.0	96.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Pola Makan Protein

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Mengonsumsi	34	34.0	34.0	34.0
	Mengonsumsi	66	66.0	66.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Pola Makan Lemak

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Mengonsumsi	54	54.0	54.0	54.0
	Mengonsumsi	46	46.0	46.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Pola Makan Vitamin

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Tidak Mengonsumsi	33	33.0	33.0	33.0
Mengonsumsi	67	67.0	67.0	100.0
Total	100	100.0	100.0	

Pola Makan Mineral

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Mengonsumsi	100	100.0	100.0	100.0

4. Pola Makan



Pola Makan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Tidak Seimbang	65	65.0	65.0	65.0
Seimbang	35	35.0	35.0	100.0
Total	100	100.0	100.0	

5. Tingkat Kelelahan

Kebiasaan / Tidak sarapan * Tingkat kelelahan kerja Crosstabulation

			Tingkat kelelahan kerja			Total
			Rendah	Sedang	Tinggi	
Kebiasaan / Tidak sarapan	Tidak sarapan	Count	6	28	23	57
		% of Total	6.0%	28.0%	23.0%	57.0%
	Sarapan	Count	38	4	1	43
		% of Total	38.0%	4.0%	1.0%	43.0%
Total		Count	44	32	24	100
		% of Total	44.0%	32.0%	24.0%	100.0%

Pola Makan * Tingkat kelelahan kerja Crosstabulation

			Tingkat kelelahan kerja			Total
			Rendah	Sedang	Tinggi	
Pola Makan	Tidak Seimbang	Count	23	20	22	65
		% of Total	23.0%	20.0%	22.0%	65.0%
	Seimbang	Count	21	12	2	35
		% of Total	21.0%	12.0%	2.0%	35.0%
Total	Count	44	32	24	100	
	% of Total	44.0%	32.0%	24.0%	100.0%	

B. ANALISIS BIVARIAT MENGGUNAKAN UJI KRUSKAL-WALLIS

Perbedaan Tingkat Kelelahan Kerja berdasarkan Kebiasaan Sarapan

Ranks

	Tingkat kelelahan kerja	N	Mean Rank
Kebiasaan / Tidak sarapan	Rendah	44	72.18
	Sedang	32	35.25
	Tinggi	24	31.08
	Total	100	

Test Statistics^{a,b}

	Kebiasaan / Tidak sarapan
Chi-Square	60.062
df	2
Asymp. Sig.	.000

a. Kruskal Wallis Test

b. Grouping Variable: Tingkat kelelahan kerja

Perbedaan Tingkat Kelelahan Kerja berdasarkan Pola Makan

Ranks

	Tingkat kelelahan kerja	N	Mean Rank
Pola Makan	Rendah	44	56.86
	Sedang	32	51.75
	Tinggi	24	37.17
	Total	100	

Test Statistics^{a,b}

	Pola Makan
Chi-Square	10.615
df	2
Asymp. Sig.	.005

a. Kruskal Wallis Test

b. Grouping Variable: Tingkat kelelahan kerja



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

LAMPIRAN 5 – DOKUMENTASI PENELITIAN





