

ABSTRAK

Nama : Andrea Anthony

Program Studi : Ilmu Gizi

Judul : Hubungan Indeks Massa Tubuh, Asupan Energi, Protein, Lemak, Karbohidrat, Cairan dan Kelelahan Kerja Pada Perawat Di RSAB Harapan Kita

xvi, VI Bab, 63 Halaman, 24 Tabel, 14 Gambar, 10 Lampiran

Kelelahan sangat umum dirasakan oleh tenaga kesehatan salah satunya yaitu perawat. Perawat memiliki peran dan tanggung jawab besar sehingga memiliki tuntutan kerja yang tinggi, khususnya di Instalasi Rawat Inap. Pemenuhan gizi kerja yang sesuai dengan status gizi dan beban kerja perlu dilakukan untuk mencegah terjadinya kelelahan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Indeks Massa Tubuh, Asupan Energi, Protein, Lemak, Karbohidrat, Cairan, dan Kelelahan Kerja Pada Perawat di RSAB Harapan Kita. Desain penelitian ini adalah penelitian analitik observasional dengan pendekatan cross sectional. Penelitian ini dilaksanakan pada 29 November-20 Desember 2022. Hasil penelitian menunjukkan bahwa indeks massa tubuh (p value=0,014), asupan energi (p value=0,003), protein (p value=0,020), lemak (p value=0,028), karbohidrat (p value=0,012) cairan (p value=0,868). Simpulan dari penelitian ini bahwa ada hubungan antara indeks massa tubuh, asupan energi, protein, lemak, karbohidrat dan kelelahan kerja. Namun, tidak ada hubungan antara asupan cairan dan kelelahan kerja. Saran dalam penelitian ini diharapkan lebih menjaga dan mengatur pola makan, mengurangi asupan makanan yang mengandung banyak lemak, minum air putih yang cukup.

Kata Kunci: perawat, indeks massa tubuh, energi, protein, lemak, karbohidrat, cairan

Daftar Bacaan: (2009-2022)

ABSTRACT

Name : Andrea Anthony

Study program: Science of nutrition

Title : *The Relationship between Body Mass Index, Energy, Protein, Fat, Carbohydrate, Fluid Intake and Work Fatigue in Nurses at Harapan Kita Hospital*

xvi, VI Chapter, 63 Pages, 24 Tables, 14 Figures, 10 Appendices.

Fatigue is very common for health workers, one of whom is a nurse. Nurses have big roles and responsibilities so they have high work demands, especially in the Inpatient Installation. Fulfillment of work nutrition in accordance with nutritional status and workload needs to be done to prevent fatigue. The purpose of this study was to determine the relationship between Body Mass Index, Energy Intake, Protein, Fat, Carbohydrates, Fluids, and Work Fatigue among Nurses at Harapan Kita Hospital. The research design is an observational analytic study with a cross sectional approach. This research was conducted from 29 November to 20 December 2022. The results showed that body mass index (p value=0.014), energy intake (p value=0.003), protein (p value=0.020), fat (p value=0.028), carbohydrates (p value=0.012) liquids (p value=0.868). The conclusion from this study is that there is a relationship between body mass index, energy intake, protein, fat, carbohydrates and work fatigue. But there is no relationship between fluid intake and work fatigue. Suggestions in this study are expected to better maintain and regulate diet, reduce intake of foods that contain lots of fat, drink enough water.

Keywords: nurse, body mass index, energy, protein, fat, carbohydrate, fluids

Reading list: (2009-2023)