

## **BAB V PENUTUP**

### **3.1 Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang analisis kebiasaan makan perawat RSUD Prof. Dr. H. Aloei Saboe terhadap penyakit akibat kerja dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Perawat RSUD Prof. Dr. H. Aloei Saboe memiliki kebiasaan makan yang rendah. Karena hasil yang diperoleh bahwa perawat yang memiliki kebiasaan makan pada kategori rendah yaitu sebanyak 46 perawat atau sebesar 51,1% sedangkan perawat yang memiliki kebiasaan makan pada kategori baik hanya 4 perawat atau sebesar 4,4%.
2. Penyakit akibat kerja terdiri atas kelelahan kerja dan stress kerja. Berdasarkan hasil penelitian di atas dapat disimpulkan perawat RSUD Prof. Dr. H. Aloei Saboe mengalami kelelahan kerja dan stress kerja. Hasil kelelahan kerja perawat kategori lelah yaitu sebanyak 60 perawat atau sebesar 66,7% dan kelelahan kerja kategori sangat lelah sebanyak 14 perawat atau sebesar 15,6%. Dan stres kerja perawat kategori stres yaitu sebanyak 38 perawat atau sebesar 42,2% dan stres kerja kategori berat sebanyak 22 perawat atau sebesar 24,4%.
3. Terdapat pengaruh kebiasaan makan perawat RSUD Prof. Dr. H. Aloei Saboe terhadap penyakit akibat kerja baik kelelahan maupun stres kerja yaitu dengan nilai sig = 0,000 dan nilai r kebiasaan makan dengan kelelahan kerja adalah 0,431 atau sebesar 43,1%, sedangkan nilai r kebiasaan makan dengan stres kerja adalah 0,573 atau sebesar 57,3%

### **3.2 Saran**

Rekomendasi dari hasil penelitian ini dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Perawat harus lebih memperhatikan kebiasaan makan serta menghindari dan mampu mengontrol penyebab-penyebab terjadinya kelelahan kerja dan stres kerja.
2. Pihak RSUD Prof. Dr. H. Aloei Saboe agar bisa mengoptimalkan penggunaan kantin rumah sakit serta membuat kebijakan mengenai waktu istirahat perawat yang lebih efektif dan efisien
3. Untuk penelitian selanjutnya perlu menelaah faktor-faktor lain selain kebiasaan makan yang mempengaruhi penyakit akibat kerja seperti beban kerja, motivasi kerja dan lain-lain.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adzim, HI. 2013. *Penyakit Akibat Kerja*. On-Line: <http://sistemmanajemenkeselamatankerja.com/2013/10/penyakit-akibat-kerja-pak.html> (Diakses pada tanggal 19 Mei 2017 pukul 17:25 WITA)
- Budiono. 2003. *Kelelahan (Fatigue) Pada Tenaga Kerja*. Semarang: Universitas Diponegoro
- Cahyanti, D. 2015. Hubungan *Intake* Makanan (Kalori) Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat *Shift* Pagi UGD Pavilium RS. X Jakarta. Jurnal. Bagian Keselamatan dan Kesehatan Kerja Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro
- Chandra, B. 2008. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC
- Direktorat Bina Kesehatan Kerja. 2008. *Pedoman Tata Laksanaan Penyakit Akibat Kerja bagi Petugas Kesehatan*. Departemen Kesehatan
- Direktorat Kesehatan Kerja dan Olahraga. 2016. *Laporan Akuntabilitas Kinerja Instansi Pemerintah*. Departemen Kesehatan
- Hendarwati, M. 2015. Hubungan Antara Tingkat Stres Kerja Perawat Dengan Kinerja Perawat di Rumah Sakit Marga Husada Wonogiri. Prodi Keperawatan STIKES Kusuma Husada Surakarta
- Hidayat, A. dan Aziz Alimu. 2007. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika
- ILO. 2015. *Encyclopedia of Occupational Health and Safety*. Switzerland: Geneva
- Kemenkes RI. 2015. *Situasi Kesehatan Kerja*. Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI
- Khomsan, A. 2002. *Pangan dan Gizi Untuk Kesehatan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- \_\_\_\_\_. 2003. *Pangan dan Gizi untuk Kesehatan*. Bogor: Jurusan Gizi dan Masyarakat dan Sumberdaya Keluarga Fakultas Pertanian Institut Pertanian Bogor
- Muslimah, F. 2015. Hubungan Beban Kerja dengan Kinerja Perawat di Ruang Rawat Inap RSUD Dr. Rasidin Padang. Fakultas Keperawatan Universitas Andalas

- Notoadmojo, S. 2005. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- \_\_\_\_\_. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- \_\_\_\_\_. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nur'aini. 2014. *Penyakit Akibat Kerja di Rumah Sakit*. On-Line: <http://harian.analisadaily.com/kesehatan/news/penyakit-akibat-kerja-di-rumah-sakit/5059/2014/02/10> (Diakses pada tanggal 19 Mei 2017 pukul 17:25 WITA)
- Nursalam. 2008. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Peraturan Menteri Ketenagakerjaan Republik Indonesia Nomor 10 Tahun 2016 Tentang Tata Cara Pemberian Program Kembali Kerja serta Kegiatan Promotif dan Kegiatan Preventif Kecelakaan Kerja dan Penyakit Akibat Kerja
- Prabowo, Y. 2010. Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stres Kerja Pada Bagian Produksi Industri Mebel PT. Chia Jiann Indonesia Furniture Di Wedelan Jepara. Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Keolahraagaan Universitas Negeri Semarang.
- Prismayanti, F. 2010. Hubungan Shift Kerja Dengan Stres Kerja Pada Perawat Diruang Rawat Inap Rumah Sakit Umum Daerah Dr. Soegiri Lamongan. Surabaya
- Rahmat, H. 2009. *Ilmu Perilaku Manusia Pengantar Psikologi Untuk Tenaga Kesehatan*. Jakarta: CV. Trans Info Media
- Ramli, S. 2010. *Sistem Manajemen Keselamatan dan Kesehatan Kerja OHSAS 18001*. Jakarta: Dian Rakyat
- Roshadi, I. 2014. Hubungan Kelelahan Kerja Dengan Produktivitas Kerja Karyawan di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Jurusan Manajemen Dakwah Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
- Rusdiana. 2014. Studi Tentang Pelayanan Perawat Terhadap Kepuasan Pasien di Ruang Rawat Inap Mawar Rumah Sakit Umum Abdul Wahab Sjahranie Samarinda. Jurnal. Program Studi Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Mulawarman
- Saam, W. 2012. *Psikologi Keperawatan*. Depok: PT Raja Grafindo Persada.

- Santosa, S. 2004. *Kesehatan dan Gizi*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Sediaoetama, A. 2008. *Ilmu Gizi Jilid I*. Jakarta: PT Dian Rakyat
- Septian, A. 2013. Hubungan Antara Iklim Kerja, Asupan Gizi Sebelum Bekerja, dan Beban Kerja Terhadap Tingkat Kelelahan Pada Pekerja *Shift* Pagi Bagian *Packing* PT.X, Kabupaten Kendal. Jurnal. Peminatan Keselamatan dan Kesehatan Kerja Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro
- Sugiyono. 2006. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: ALFABETA
- \_\_\_\_\_. 2013. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: ALFABETA
- Sujarweni, W. 2015. *Statistik Untuk Kesehatan*. Yogyakarta: Penerbit Gava Media
- Suma'mur. 2009. *Higiene Perusahaan dan Kesehatan Kerja*. Jakarta: Sagung Seto
- Sunaryo. 2004. *Psikolog Untuk Keperawatan*. Jakarta: EGC
- Suri, N. 2017. Kenapa Orang Lapar Jadi Galak. On-Line: <http://health.liputan6.com/read/2972444/kenapa-orang-lapar-jadi-galak> (Diakses pada tanggal 20 Oktober 2017 pukul 20.00 WITA)
- Undang-undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2014 tentang Tenaga Kesehatan
- Wahyuningsih, U. 2004. Gambaran Kebiasaan Makan Pada Anak Usia Prasekolah (4-6 Tahun) di TK Patra II dan TK Al Wildan. Skripsi. Universitas Indonesia
- Wignjosoebroto, S. 2003. *Ergonomi, Studi Gerak dan Waktu. Teknik Analisis untuk Peningkatan Produktivitas Kerja*. Surabaya: PT Guna Widya
- Wijoyo, P. 2011. *Cara Mudah Mencegah dan Mengatasi Stres*. Jawa Barat: Bee Media Pustaka
- Yogisutanti, G. 2013. Kebiasaan Makan Pagi, Lama Tidur dan Kelelahan Kerja (*Fatigue*) Pada Dosen. Jurnal. Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Immanuel Bandung