



Ranah Research :

Journal of Multidisciplinary Research and Development

+62 821-7074-3613



ranahresearch@gmail.com



<https://jurnal.ranahresearch.com/>



Hubungan Beban Kerja, Pola Makan, Status Gizi terhadap Produktivitas Kerja pada Dokter dan Perawat Di RS XYZ Sumatera Selatan

Putu Ratih Wijayanthi¹, Viera Dzakiyyah Muthohharoh², Ory Laras Fitkarani³, Innocentius Bernarto⁴

¹ Universitas Pelita Harapan, Indonesia

Email: puturatihw@gmail.com

² Universitas Pelita Harapan, Indonesia

Email: vieradmuthohharoh@gmail.com

³ Universitas Pelita Harapan, Indonesia

Email: orylarasfitkarani@gmail.com

⁴ Universitas Pelita Harapan, Indonesia

Email: innocentius.berarto@uph.edu

Corresponding Author: puturatihw@gmail.com¹

Abstract: *The purpose of the study was to determine the relationship between workload, diet, nutritional status and work stress with work productivity in doctors and nurses of XYZ Hospital in South Sumatra. The research method used is quantitative using Structural Equation Modeling (SEM) Partial Least Square (PLS), using SMART PLS 4.0 Software. The sample used in this study was 159 doctors and nurses. Data collection tools in the form of questionnaires about workload, diet, nutritional status, work stress and work productivity. The results showed that workload, diet, nutritional status had a positive effect on work productivity in doctors and nurses at XYZ Hospital in South Sumatra.*

Keyword: *Workload, Diet, Nutritional Status, And Work Productivity.*

Abstrak: Tujuan Penelitian untuk mengetahui hubungan beban kerja, pola makan, status gizi dan stress kerja dengan produktivitas kerja pada dokter dan perawat Rumah Sakit XYZ Sumatera Selatan. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan menggunakan Structural Equation Medelling (SEM) Partial Least Square (PLS), menggunakan Software SMART PLS 4.0. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 159 dokter dan perawat. Alat pengumpulan data berupa kuesioner tentang beban kerja, pola makan, status gizi, stress kerja dan produktivitas kerja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa beban kerja, pola makan, status gizi berpengaruh positif terhadap produktivitas kerja pada dokter dan perawat di RS XYZ Sumatera Selatan.

Tujuan Penelitian untuk mengetahui hubungan beban kerja, pola makan, status gizi dan stress kerja dengan produktivitas kerja pada dokter dan perawat Rumah Sakit XYZ Sumatera Selatan.

Kata Kunci: Beban Kerja, Pola Makan, Status Gizi, Dan Produktivitas Kerja

PENDAHULUAN

Rumah Sakit merupakan organisasi dengan sarana prasarana kesehatan yang terorganisir dan permanen dalam menyelenggarakan pelayanan kedokteran serta asuhan keperawatan yang berkesinambungan melalui tenaga medis profesional (Nisak, 2021). Produktivitas kerja seorang individu merupakan aset organisasi yang dapat disamakan dengan kemajuan dan kesuksesan. Hal tersebut dapat memberikan kepuasan kepada karyawan, organisasi, dan pemangku kepentingan lainnya (Asio, J.M.R. 2021). Faktor yang berhubungan terhadap produktivitas kerja diantaranya yaitu status gizi, beban kerja, dan pola makan (Hermansyah et al. 2022) (Virtanen, et al. 2022).

Beban kerja seseorang dapat menjadi terlalu berat dan menimbulkan stres karena tingginya tingkat kompetensi yang diperlukan, tingkat kecepatan kerja yang tinggi, dan volume pekerjaan yang berlebihan dan sebagainya menurut Allah et al (2020), McMillan & Perron (2020) beban kerja berlebihan yang diperoleh dapat berdampak negatif yaitu menurunkan kinerja bagi pekerja jika tidak diimbangi dengan kemampuan dan kualitas yang dimiliki oleh pekerja tersebut. Salah satu penyebab menurunnya beban kerja adalah adanya kewajiban untuk menerima dua atau lebih pekerjaan yang kesemuanya harus diselesaikan secara bersamaan. Semakin banyak pekerjaan yang yang diberikan, maka semakin berkurang pula kinerja dalam bekerja (Prado et al. 2021).

Pola makan merupakan kebiasaan individu atau sekelompok orang mengenai konsumsi makanan (Stosovic, D, et al. 2021). Pola makan merupakan perilaku sadar yang berulang untuk memilih suatu makanan (Medina, C. R, et al. 2020). Pengaturan jenis makanan, pola makan bisa meningkatkan derajat kesehatan, pencegahan serta penyembuhan penyakit berhubungan dengan pola makan (Peraturan Menteri Kesehatan RI, 2014). Pola makan dapat mengakibatkan kelelahan dini dan peningkatan beban kerja jika tidak teratur. Pola makan yang seimbang akan berpengaruh pada aktivitas yang dilakukan oleh para pekerja (Andreyani et al., 2019)

Status gizi seseorang dapat didefinisikan sebagai hasil antara asupan gizi yang diterima serta kebutuhan gizi yang diperlukan (Lazaro, D. F, et al. 2023). Menurut Khan, et al. (2022) status gizi didefinisikan sebagai “keadaan fisiologis seseorang, yang dihasilkan dari hubungan antara asupan dan kebutuhan zat gizi, serta kemampuan tubuh untuk mencerna, menyerap, dan menggunakan zat gizi tersebut”. Kurangnya asupan gizi dan nilai gizi pada makanan yang dikonsumsi akan membawa dampak yang cukup buruk. Dampak yang ditimbulkan akibat kekurangan asupan gizi yakni sistem imunitas menurun, kemampuan fisik menurun, berat badan menurun, motivasi kerja menurun. Kondisi yang demikian harusnya dapat diminimalkan dan diperhatikan guna mencapai kapasitas kerja dan produktivitas yang optimal (Islami, 2018). Indeks Massa Tubuh kurus dan Indeks Massa Tubuh gemuk akan cenderung merasakan kelelahan akibat adanya perubahan fungsi tubuh yang disebabkan adanya penurunan simpanan zat gizi (Mulfiyanti et al., 2019).

Rumah Sakit XYZ Sumatera Selatan resmi beroperasi sejak 19 september 2013. Rumah Sakit XYZ Sumatera Selatan memiliki kapasitas 278 tempat tidur dan 12 layanan dokter spesialis. Lokasi Rumah Sakit XYZ Sumatera Selatan cukup strategis dan mudah dijangkau karena berada di tengah daerah kota Sumatera Selatan. RS XYZ Sumatera Selatan memiliki visi yaitu tercapainya rumah sakit yang mandiri dengan pelayanan yang berkualitas, profesional, efektif dan efisien. Dengan misi meningkatkan kualitas sumber daya manusia

melalui pembinaan, pelatihan dan pendidikan; meningkatkan sarana dan prasarana kesehatan yang modern dan bermutu; menjadikan pusat rujukan kesehatan bagi masyarakat Kota Sumatera Selatan dan sekitarnya; dan meningkatkan kerjasama pelayanan kesehatan pada semua pihak. Berikut adalah data jumlah dokter dan perawat beserta jam kerja pada RS XYZ Sumatera Selatan.

Tabel 1. Jumlah dokter dan perawat beserta jam kerja pada RS XYZ Sumatera Selatan

	Total Pekerja	Waktu Kerja		
		Pagi	Siang	Malam
Dokter	15	7 jam	8 jam	12 jam
Perawat	255	7 jam	8 jam	12 jam

Sumber: Dokumen Rumah Sakit XYZ Sumatera Selatan

Total jam kerja dokter dan perawat yang bekerja di Rumah Sakit XYZ sebanyak 42 jam adapun yang melebihi jam tersebut dalam satu minggu. Waktu kerja efektif terhitung dari jumlah jam kerja formal dalam 1 minggu dihitung 37,5 jam (Peraturan Menteri Kesehatan RI, 2017). Masalah kelelahan dalam bekerja penting untuk selalu diperhatikan karena mempengaruhi kesehatan tenaga kerja dan menurunkan produktivitas dalam bekerja. (Rasidi, 2022).

Faktor yang menjadi penyebab kelelahan kerja adalah pola makan para pekerja. Pengaturan jenis makanan, pola makan bisa meningkatkan derajat kesehatan, pencegahan serta penyembuhan penyakit berhubungan dengan pola makan (Peraturan Menteri Kesehatan RI, 2014). Pola makan dapat mengakibatkan kelelahan dini dan peningkatan beban kerja jika tidak teratur. Pola makan yang seimbang akan berpengaruh pada aktivitas yang dilakukan oleh para pekerja (Andreyani et al., 2019) Selain itu, seseorang yang mempunyai status gizi kurang mempunyai resiko mengalami kelelahan kerja dan risiko tinggi yaitu terkena penyakit infeksi, depresi dan anemia (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Makanan dokter dan perawat di Rumah Sakit XYZ Sumatera Selatan sudah disediakan dari Rumah Sakit, namun karena banyaknya pasien, banyak dokter dan perawat yang jam makannya terlewat, yang menyebabkan tidak teraturnya dalam pola makan. Hal tersebut dapat mempengaruhi status gizi dari perawat dan dokter yang bekerja di Rumah Sakit XYZ Sumatera Selatan. Kurangnya asupan gizi dan nilai gizi pada makanan yang dikonsumsi akan membawa dampak yang cukup buruk. Dampak yang ditimbulkan akibat kekurangan asupan gizi yakni sistem imunitas menurun, kemampuan fisik menurun, berat badan menurun, motivasi kerja menurun. Kondisi yang demikian harusnya dapat diminimalkan dan diperhatikan guna mencapai kapasitas kerja dan produktivitas yang optimal (Islami, 2018). Indeks Massa Tubuh kurus dan Indeks Massa Tubuh gemuk akan cenderung merasakan kelelahan akibat adanya perubahan fungsi tubuh yang disebabkan adanya penurunan simpanan zat gizi (Mulfiyanti et al., 2019).

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Pendekatan kuantitatif hakekat diantara variabel-variabel dianalisis dengan menggunakan teori obyektif, yaitu Hubungan Beban Kerja, Pola Makan, Status Gizi dengan Produktivitas Kerja Pada Dokter dan Perawat di Rumah Sakit XYZ Sumatera Selatan.

Pada rumah sakit XYZ terdapat jumlah populasi dokter dan perawat 270 orang (jumlah dokter 15 orang, jumlah perawat 255 orang). Pada penelitian ini, jumlah sampel yang diambil menggunakan rumus Issac-Michael yaitu tingkat kesalahan 5% (Suliyanto, 2018:90). Adapun jumlah sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah 159 orang. Teknik pengambilan sampling menggunakan *Convenience sampling* (Suliyanto, 2018:226). Pada penelitian ini variabel independen (X), yaitu : beban kerja, pola makan, dan status gizi, sedangkan variabel dependen (Y) yaitu produktivitas kerja.

Pengumpulan data menggunakan kuesioner, semua kuesioner dalam penelitian menggunakan skala interval dan diukur dengan skala *Likert* 7 point, yaitu 7 = sangat setuju sekali, 6 = sangat setuju, 5 = setuju, 4 = netral, 3 = tidak setuju, 2 = sangat tidak setuju, 1 = sangat tidak setuju sekali.

Analisis statistik menggunakan pendekatan *Structural Equation Modelling (SEM) Partial Least Square (PLS)*, menggunakan Software SMART PLS 4.0 (Gzohali, 2008).

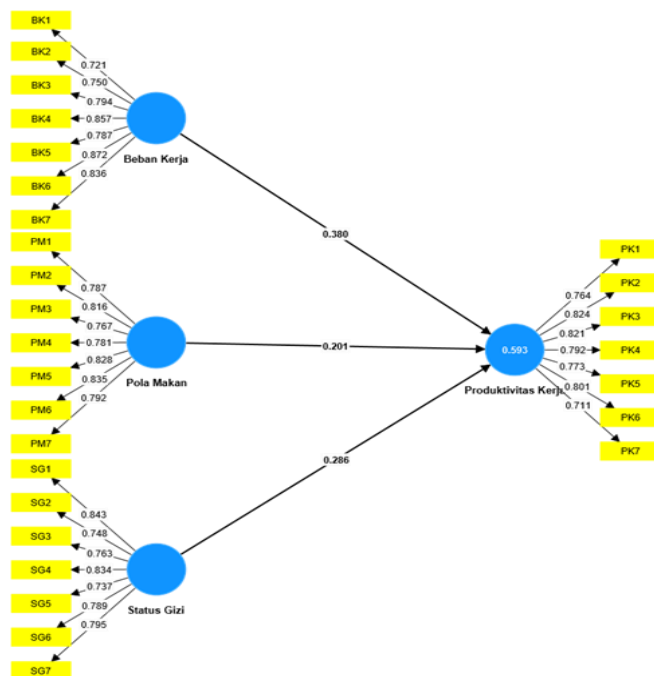
HASIL DAN PEMBAHASAN

Model Pengukuran (*Outer Model*)

Model Pengukuran atau *Outer Model*, yaitu model pengukuran yang menghubungkan indikator dengan variabel latennya (Gzohali, 2014). Validitas instrumen penelitian atau dataset mengukur cakupan informasi aktual dari dataset yang dikumpulkan atau dianalisis (Taherdoost, 2018). Terdapat 4 kriteria model pengukuran (*Outer Model*), yaitu *Convergent Validity*, *Average Variance Extracted (AVE)*, *Discriminant Validity*, *Composite Reliability (CR)*.

Nilai indicator loading merupakan proses penilaian dimulai dengan memeriksa muatan indikator. Bila nilai indicator loading > 0,7 menjelaskan konstruk > 50% varians indikator menunjukkan reliabilitas item yang dapat diterima. *Composite Reliability* merujuk pada sejauh mana indikator yang mengukur suatu variabel memiliki keterkaitan yang signifikan dan saling berhubungan satu sama lain. Jika nilai CR ≥ 0.7, maka indikator yang digunakan untuk mengukur variabel laten telah reliabel (Indahyanti, 2013). Nilai convergent validity dapat dilihat nilai loading faktor pada variabel laten dengan indikator-indikatornya. Untuk ukuran dikatakan tinggi jika berkolerasi > 0,6. Selain nilai dari loading factor, validitas itu dapat juga dilihat dari nilai AVE, dimana nilai AVE dikatakan valid > 0,5 (Fornell dan Larcker, 1981).

Berikut adalah *outer model* dan nilai *outer loading* dari masing-masing indikator pada variabel penelitian:



Gambar 2. *Measurement Model*

Tabel 2. *Validity & Reliability LOC (Lower Order Construct)*

VARIABEL	ITEM	LOADING (> 0,7)	CR (> 0,7)	AVE (> 0,5)
----------	------	-----------------	------------	-------------

Beban Kerja	BK 1	0,72	0,927	0,647
	BK 2	0,75		
	BK 3	0,79		
	BK 4	0,85		
	BK 5	0,78		
	BK 6	0,87		
	BK 7	0,83		
Pola Makan	PM 1	0,78	0,926	0,642
	PM 2	0,81		
	PM 3	0,76		
	PM 4	0,78		
	PM 5	0,82		
	PM 6	0,83		
	PM 7	0,79		
Status Gizi	SG 1	0,84	0,918	0,615
	SG 2	0,74		
	SG 3	0,76		
	SG 4	0,83		
	SG 5	0,73		
	SG 6	0,78		
	SG 7	0,79		
Produktivitas Kerja	PK 1	0,76	0,920	0,621
	PK 2	0,82		
	PK 3	0,82		
	PK 4	0,79		
	PK 5	0,77		
	PK 6	0,80		
	PK 7	0,71		

Sumber: Output SmartPLS 4

Berdasarkan tabel 2, diketahui bahwa indikator-indikator pada masing-masing variabel memiliki nilai *outer loading* > 0,7, sehingga semua indikator dinyatakan valid untuk

digunakan penelitian dan dapat dianalisis lebih lanjut. Nilai CR dan AVE dimana semua variabel telah memenuhi kriteria dan bisa dianalisis lebih lanjut.

Validitas diskriminan berhubungan dengan pengukur-pengukur konstruk yang berbeda seharusnya tidak berkorelasi tinggi (Jogiyanto, 2011:71). Nilai validitas diskriminan untuk setiap variabel harus > 0,7 (Ghozali & Latan, 2015:74). Validitas diskriminan ditentukan oleh 2 metode, yaitu Fornell-Lacker Criterion dan HTMT. Nilai *Fornell-Lacker Criterion* dapat diterima jika nilai akar kuadrat AVE lebih tinggi daripada nilai variabel lainnya. Sedangkan nilai HTMT (*HeteroTrait-MonoTrait*) dapat diterima jika nilai < 0,9.

Tabel 3. Uji *Fornell-Larcker Criterion*

Variabel	Beban Kerja	Pola Makan	Produktivitas Kerja	Status Gizi
Beban Kerja	0,804			
Pola Makan	0,692	0,801		
Produktivitas Kerja	0,715	0,643	0,784	
Status Gizi	0,689	0,626	0,673	0,788

Sumber: *Output Smart PLS 4*

Berdasarkan tabel 3, nilai korelasi antara variabel dengan variabel lainnya menunjukkan angka yang lebih tinggi. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa kriteria pengujian *Fornell-Larcker* telah terpenuhi.

Tabel 4. *Heterotrait-Monotrait* (HTMT)

Variabel	Beban Kerja	Pola Makan	Produktivitas Kerja	Status Gizi
Beban Kerja				
Pola Makan	0,749			
Produktivitas Kerja	0,792	0,699		
Status Gizi	0,759	0,685	0,738	

Sumber: *Output Smart PLS 4*

Berdasarkan tabel 4, nilai HTMT pada setiap variabel < 0,9, maka setiap variabel memenuhi pra syarat HTMT dan memenuhi *Discriminant Validity*.

Nilai VIF (*Variance Inflation Factor*) berada dalam rentang 1 hingga 10. VIF dengan nilai rendah, sekitar 1 hingga 5, menunjukkan bahwa variabel tersebut memiliki pengaruh yang relatif minim terhadap multikolinearitas dan dapat diterima dalam model. Nilai VIF antara 3 dan kurang dari 3 dianggap sebagai standar yang disarankan dalam penelitian (Hair et al., 2018). Namun, jika nilai VIF melebihi angka 5 atau bahkan 10, ini mengindikasikan bahwa variabel tersebut dipengaruhi oleh multikolinearitas dan perlu ditangani.

Tabel 5. Uji Nilai VIF

No	Indikator	VIF	Keterangan	No	Indikator	VIF	Keterangan
1	BK1	1,989	Valid	15	PM1	2,078	Valid
2	BK2	1,981	Valid	16	PM2	2,449	Valid

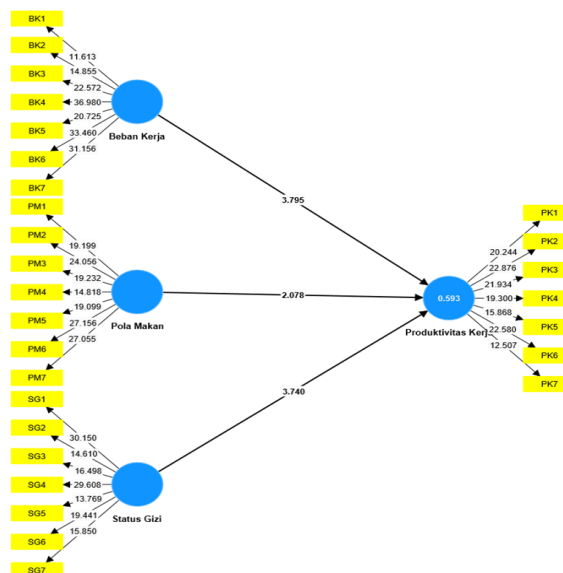
3	BK3	2,092	Valid	17	PM3	2,050	Valid
4	BK4	2,977	Valid	18	PM4	2,075	Valid
5	BK5	2,275	Valid	19	PM5	2,440	Valid
6	BK6	3,471	Valid	20	PM6	2,511	Valid
7	BK7	2,585	Valid	21	PM7	1,968	Valid
8	PK1	2,162	Valid	22	SG1	2,681	Valid
9	PK2	2,673	Valid	23	SG2	2,004	Valid
10	PK3	2,691	Valid	24	SG3	2,260	Valid
11	PK4	2,427	Valid	25	SG4	2,653	Valid
12	PK5	1,996	Valid	26	SG5	2,087	Valid
13	PK6	2,392	Valid	27	SG6	2,134	Valid
14	PK7	1,819	Valid	28	SG7	2,190	Valid

Sumber: Output Smart PLS 4

Berdasarkan data yang tertera dalam tabel 5, semua indikator memiliki nilai VIF yang kurang dari 5. Oleh karena itu, dapat diambil kesimpulan bahwa tidak terdapat masalah multikolinearitas pada seluruh variabel dalam konstruk.

Model Struktural (Inner Model)

Inner model berkaitan dengan hubungan antara konstruk dalam model penelitian, serta membantu menguji hipotesis tentang hubungan antar variabel laten dan menganalisis sejauh mana hubungan ini signifikan. Penilaian prediksi didasarkan pada koefisien determinasi (R²), *the effect size* (f²), *cross-validated redundancy* (Q²), dan jalur koefisien signifikan.



Gambar 3. Model Uji Inner Model

Koefisien determinasi adalah ukuran kekuatan prediksi dalam sampel. Nilai R² berkisar antara 0-1. Nilai 0 menunjukkan tidak ada hubungan, sedangkan nilai 1 menunjukkan

hubungan yang sempurna. Semakin tinggi nilai R^2 , maka semakin baik prediksi konstruk endogen. Bila nilai R^2 sebesar 0.75, 0.50, dan 0.25 masing-masing menunjukkan substansial, moderat, dan lemah.

Tabel 6. Uji R Square

Variabel	R Square	R Square Adjusted
Produktivitas Kerja	0,593	0,585

Sumber: *Output Smart PLS 4*

Berdasarkan tabel 5, dapat disimpulkan bahwa variabel dependen Produktivitas Kerja dipengaruhi oleh variabel independen sebesar 0,593 atau 59,3%.

Proses pengujian hipotesis melibatkan pengaturan dua hipotesis yang bersaing, hipotesis nol dan hipotesis alternatif. Bila T statistik lebih besar 1,96 atau P-value kurang dari 0,05 menunjukan hipotesis diterima atau ada pengaruh signifikan.

Tabel 7. Uji Hipotesis

Konstruk	T Statistics	P Values
Beban Kerja → Produktivitas Kerja	3,775	0,000
Pola Makan → Produktivitas Kerja	2,100	0,036
Status Gizi → Produktivitas Kerja	3,822	0,000

Sumber: *Output Smart PLS 4*

Hasil pengujian hipotesis tabel 6, bahwa pengaruh Beban Kerja terhadap Produktivitas Kerja memiliki nilai T statistik sebesar $3,775 > 1,96$ dan P value sebesar $0,000 < 0,05$. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa Beban Kerja berpengaruh positif signifikan terhadap Produktivitas Kerja, sehingga H1 diterima.

Pengaruh Pola Makan terhadap Produktivitas Kerja memiliki nilai T statistik sebesar $2,100 > 1,96$ dan P value sebesar $0,036 < 0,05$. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa Pola Makan berpengaruh positif signifikan terhadap Produktivitas Kerja, sehingga H2 diterima.

Pengaruh Status Gizi terhadap Produktivitas Kerja memiliki nilai T statistik sebesar $3,822 > 1,96$ dan P value sebesar $0,000 < 0,05$. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa Beban Kerja berpengaruh positif signifikan terhadap Produktivitas Kerja, sehingga H3 diterima.

Menurut penelitian Dewi, Dela, dan Cahyadi (2023), beban kerja yang berlebihan akan mempengaruhi kinerja dokter dan perawat. Karena ketidakmampuan dokter dan perawat dalam memeriksa dan merawat pasien secara efektif akibat banyaknya pasien, tingkat ketergantungan pasien, dan kondisi pasien yang selalu berubah-ubah di rumah sakit. Menurut penelitian Kiana et al (2021), beban kerja yang tinggi menyebabkan kelelahan karyawan, jadwal jaga yang tidak tepat, serta mengurangi efisiensi pekerjaan. Menurut penelitian Ryosuke et al (2020), peningkatan beban kerja mengakibatkan peningkatan stres kerja, kecemasan, dan depresi meningkatkan kejadian yang tidak diinginkan dan nyaris celaka.

Menurut penelitian Thwaite et al (2020), pola makan yang tidak baik dapat mengganggu kesehatan fisik dan mental dan perawat, sehingga dapat menyebabkan depresi, gangguan kecemasan, dan stress. Selain itu, pola makan yang buruk dapat meningkatkan

angka kesakitan dan menurunkan produktivitas kerja. Menurut penelitian Nahm et al. (2012), yang menyatakan pola makan tidak teratur pada dokter dan perawat shift dapat menyebabkan gangguan makan dan berkontribusi dalam membuat pilihan makanan yang buruk. Setelah menyelesaikan shift, kebanyakan dokter dan perawat akan mengonsumsi comfort food dalam jumlah besar dan kemudian istirahat atau tidur. Hal ini dapat berkontribusi pada penambahan berat badan dan penurunan produktivitas kerja. Menurut penelitian Fereshteh et al (2021), pola makan yang buruk merupakan faktor risiko obesitas dan sindrom metabolik. Menurut penelitian Bette et al (2016), kerja shift malam dapat menyebabkan gangguan ritme sirkadian dan pola makan tenaga kesehatan, sehingga menimbulkan masalah kesehatan dan menurunkan produktivitas kerja.

Menurut penelitian Paz et al (1997), untuk mengetahui pengaruh nutrisi terhadap kinerja dokter dan perawat yang bekerja di rumah sakit pada shift malam, yang mengonsumsi protein meningkat sedangkan dokter dan perawat yang mengonsumsi karbohidrat menurun, sehingga mereka merasa mengantuk dalam jam kerja, mengalami penurunan produktivitas kerja. Menurut penelitian Hakan (2020), bila dokter dan perawat mengalami gangguan kesehatan karena masalah gizi, menyebabkan kehilangan tenaga, sehingga dokter dan perawat mengambil cuti, kecelakaan kerja meningkat karena kurangnya konsentrasi bekerja dan menurunnya produktivitas kerja. Menurut penelitian Handayani (2013), salah satu cara untuk meningkatkan produktivitas kerja dengan menjaga pola konsumsi pangan. Apabila Tubuh kekurangan zat gizi, khususnya energi dan protein, menyebabkan rasa lapar dan dalam jangka waktu tertentu berat badan akan menurun yang disertai dengan menurunnya produktivitas kerja, sedangkan apabila zat gizi berlebihan, menyebabkan obesitas sehingga mempengaruhi gerakan menjadi tidak cepat dan aktif. Menurut penelitian entar Tarwaka (2019) “ Perbaikan status gizi tenaga kerja memiliki tujuan guna memberikan keseimbangan antara kebutuhan gizi dan kalori dengan tuntutan dan beban kerja tenaga kerja”, maka bisa meminimalkan keluhan kelelahan kerja serta dapat tingkatkan produktivitas tenaga kerja.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil data penelitian yang telah dilakukan untuk menjawab perumusan masalah yang sudah dijabarkan maka didapatkan hasil setelah pengolahan data adalah Beban kerja berpengaruh positif terhadap produktivitas kerja pada dokter dan perawat di rumah sakit XYZ Sumatera Selatan. Pola makan berpengaruh secara positif terhadap produktivitas kerja pada dokter dan perawat di rumah sakit XYZ Sumatera Selatan. Status gizi berpengaruh secara positif terhadap produktivitas kerja pada dokter dan perawat di rumah sakit XYZ Sumatera Selatan.

REFERENSI

- Ajeng Ardhya (2020). Status Gizi dan Kelelahan Terhadap Produktivitas Kerja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*. <https://akper-sandikarsa.e-journal.id/JIKSH/article/view/251/209>
- Amelliya, N.H., Farapti, & Stefania. W.S. (2021). Gambaran Kesesuaian Pola Makan, Aktivitas Fisik, dan Waktu Istirahat Tenaga Kesehatan Kota Surabaya di Masa Pandemi COVID 19. *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan*. 11 (1). 13-23. <http://ejournal.urindo.ac.id/index.php/kesehatan>
- Andreyani, N. L., Sutajaya, I. M., & Dewi, N. P. (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. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJPB/index>
- Ari, D.O., Demes, N., Darjati, Winarko, & Hadi, S. (2022). Characteristics and Physical Workload of Nurses on Night Shift with Work Fatigue. *Jurnal Info Kesehatan*. 20 (2). 222-230. <https://doi.org/10.31965/infokes.Vol20Iss2.865>

- Asio, J.M.R. (2021). Determinants of work productivity among selected tertiary education employees: A PreCOVID-19 pandemic analysis. *International Journal of Didactical Studies*, 2(1):1-8
- Bette, L., Debbie, V.B., Allard, J.B., Linda, W.K., Daniëlla, L., & Karin, I.P. (2016). Klokwerk + study protocol: An observational study to the effects of night-shift work on body weight and infection susceptibility and the mechanisms underlying these health effects. *BMC Public Health*. 16:692. <https://doi.org/10.1186/s12889-016-3317-1>
- Eni M, Ika Y, Rolyana F, dkk (2023). Analisis Beban Kerja dan Produktivitas Kerja. Universitas Advent Indonesia Respiratory. <https://repository.unai.edu/id/eprint/313/>
- Fereshteh, B., Fatemeh, M.N., Birgit, C.Z., Olaf, C.J., Despena, A.B., Marcus, O., & Jesper, B.N. (2021). Global overview of dietary outcomes and dietary intake assessment methods in maritime settings: a systematic review. *BMC Public Health*. 21:1579 <https://doi.org/10.1186/s12889-021-11593-z>
- Forestriano, B.P.R., Rokiah, K., Rian, A.P. (2022). Impact of Physical Workload and Mental Workload on Nurse Performance : A Path Analysis. *International Journal Of Nursing and Health Services*. 5 (2). 219-225
- H.F. Dalky, M.H. Al Momani, T.K. Al Drabaah, S. Jarrah. (2017). Eating Habits and Associated Factors Among Adolescent Students in Jordan. *Sage Journals*. <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1054773816646308>
- Hakan B. The relationship between nutrition and worker efficiency. *TJFMPC*. 2020;14:2.
- Handayani, T. 2013. Hubungan Umur, Masa Kerja, dan Status Gizi Dengan Produktivitas Kerja Perajin Wanita Di Bagian Percetakan Awal Genteng Di Desa Demakan. *Jurnal. Universitas Sumatera Utara*
- Heba, A.A., Sanaa, M.S., & Sohair, M.M. (2019). Work Design and Its Relation to Productivity among Staff Nurses. *Menoufia Nursing Journal*. https://menj.journals.ekb.eg/article_118709_fa6b18f64ae678a74154ff5486d83d.pdf
- Hermansyah., Delfina, R., Riyadi, A. (2022). Analysis of Factors that Affect Nurse Work Productivity in Hospital Bengkulu. *Advanced Nursing and Patient Care International Journal*, 5(1): 1-15 <http://repository.poltekkesbengkulu.ac.id/2997/5/Artikel%20Analisis%20of%20Factors%20that%20Affect%20Nurse%20Works%20Productivity%20in%20Hospital%20Bengkulu.pdf>
- Homam, A., Obai, A., Fatema, M., Marah, M., & Zaynab, A. (2022). Social and Psychosocial Factors Affecting Eating Habits Among Students Studying at The Syrian Private University : A Questionnaire Based Cross Sectional Study. *Heliyon*. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e09451>
- Indonesia. Kementerian Kesehatan RI. (2020). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019. https://www.kemkes.go.id/app_asset/file_content_download/Profil-Kesehatan-Indonesia-2019.pdf
- Indonesia. Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 43 tahun 2017. (2017). Penyusunan Formasi Jabatan Fungsional Kesehatan. <https://peraturan.bpk.go.id/Details/112136/permenkes-no-43-tahun-2017>
- Indonesia. Peraturan Menteri Kesehatan RI. (2014). Pedoman Gizi Seimbang. http://hukor.kemkes.go.id/uploads/produk_hukum/PMK%20No.%2041%20ttg%20Pedoman%20Gizi%20Seimbang.pdf
- Islami A. (2018). Status Gizi dan Status Anemia dengan Kelelahan Kerja Perawat di Rumah Sakit Perkebunan Jember PT. Nusantara Medika Utama. Repository Universitas Jember.

- https://repository.unej.ac.id/bitstream/handle/123456789/87772/Aulia%20Islami%20-%20152110101247.pdf_.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Jufrianto, K. (2021). Influence of High-Performance Work Practice and Public Service Motivation Toward Turnover Intention. *Journal of Management*. 12 (1). 565-571.
- Katarzyna, D.G., Anna, C., Ewa, K., & Bozena, R.I. (2023). Multifaceted Assessment of The Nutritional Status, Diet and Eating Habits of Midwives Working on A Shift Schedule in Worclaw, Poland : Evaluation of Macronutrients, Vitamins, and Minerals in The Diets of Midwives Participating in The Study. *International Journal of Occupational Medicine and Environmental Health*. 36 (5). 618-631. <https://doi.org/10.13075/ijomeh.1896.02117>
- Kiana, N., Bahram, K., Ali, S., Zahra, Z. (2021). COVID19 Effects on the mental workload and quality of work life in Iranian nurses. *Annal of Global Health*. 87(1): 79, 1–10. DOI: <https://doi.org/10.5334/aogh.3386>
- Koo, B., Yu, J., Chua, B. L., Lee, S., & Han, H. (2019). Relationships among Emotional and Material Rewards, Job Satisfaction, Burnout, Affective Commitment, Job Performance, and Turnover Intention in the Hotel Industry. *Journal of Quality Assurance in Hospitality & Tourism*, 21(4), 371–401. <https://doi.org/10.1080/1528008x.2019.1663572>
- Lazaro, D. F., Calvo, J. S. (2023) Nutrition, Nutritional Status and Functionality. *MDPI Journal of Nutrients*, 15(8):1-3. <https://www.mdpi.com/2072-6643/15/8/1944>
- Linda, K., Claire, M.B., Vincent, H.H., Stef, V.B., Allard, J.V.D.B., & Henrica C.W. (2014). Improving The Individual Work Performance Questionnaire using Rasch Analysis. *Journal of Applied Measurement*. 15 (2). <https://doi.org/10.1136/oemed-2013-101717.51>
- Lucyna, G.W., Jozefa, D., & Halina, K. (2021). Nutrition Habits of Polish Nurses : An Approach. *Healthcare*. 9 (786). <https://doi.org/10.3390/healthcare9070786>
- Maslach, C., & Jackson. S.E. (1981). The Measurement of Experienced Burnout. *Journal Of Organizational Behaviour*. 2 (2). 99-113.
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job Burnout. *Annual Review of Psychology*, 52 (1), 397–422.
- Mulfiyanti, D., Muis, M., Rivai, F. (2019). Hubungan Stres Kerja Dan Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja pada Perawat di RSUD Tenriawaru Kelas B Kabupaten Bone Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Maritim*, 2(2): 1-12. <https://doi.org/10.30597/jkmm.v2i1.9420>
- Nadela, K.R., Masydzulhak, D.M. (2022). The Effect of Workload and Work Discipline on Nurse Performance With Work Stress as an Intervening Variable. *Endless : International Journal of Future Studies*. 5 (2). 106-122.
- Nahm ES, et al. 2012. Nurses' self-care behaviors related to weight and stress. *Nurs Outlook*. 23-31. doi:10.1016/j.outlook.2012.04.00
- Nisak, U. K. (2020). *Buku Ajar Statistik Di Fasilitas Pelayanan Kesehatan*. Buku Ajar Universitas Muhammadiyah Sidoarjo: Umsida Press
- Paz A, Berry ME. Effect of meal composition on alertness and performance of hospital night-shift workers. Do mood and performance have different determinants? *Ann Nutr Metab* 1997;41:291-298.
- Pedro, J.R.V., Juan, R.D., Elena, F.R., & Linda, K. (2019). Assessing Job Performance Using Brief Self-Report Scales : The Case of The Individual Work Performance Questionnaire. *Journal of Work and Organizational Psychology*. 35 (3). 195-205. <https://journals.copmadrid.org/jwop/art/jwop2019a21>
- Rahadhi, A., & Sriyanto, S. (2016). Pengaruh Beban Kerja Mental, Kelelahan Kerja, dan Tingkat Kantuk Terhadap Penurunan Tingkat Kewaspadaan Perawat (Studi Kasus Di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Umum Puri Asih, Salatiga). *Industrial*

- Engineering Online Journal, 5 (2). Retrieved from <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/ieoj/article/view/11893>
- Rasidi, E. N. (2022). Hubungan Pola Makan, Kualitas Tidur dan Status Gizi dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja Tambang (Operator) di PT. Pamapersada Nusantara. Walisongo Institutional Repository. <https://eprints.walisongo.ac.id/id/eprint/18795/>
- Rina, A., Susilo, W., & Elza, W. (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. <http://ejournal-kertacendekia.id/index.php/nhjk/index>
- Rutondo, M., & Sackett, P.R. (2002). The Relative Importance of Task, Citizenship, and Counterproductive Performance to Global Ratings of Job Performance : A Policy-Capturing. Journal of Applied Psychology, 87, 66-80. <https://doi.org/10.1037//0021-9010.87.1.66>
- Ryosuke, H., Shigeru, F., Shuhei, I., Yoji, N., Yoshiko, S., & Tomonori, H. (2020). Relationship of patient safety culture with factors influencing working environment such as working hours, the number of night shifts, and the number of days off among healthcare workers in Japan: a cross-sectional study. BMC Health Services Research. 20:310 <https://doi.org/10.1186/s12913-020-05114-8>
- Stosovic, D., Vasiljevic, N., Jovanovic, V., Cirkovic, A., Paunovic, K., Davidovic, D. Dietary Habits of Older Adults in Serbia: Findings From the National Health Survey. Frontiers in Public Health, 9(610873):1-9. <https://www.frontiersin.org/journals/public-health/articles/10.3389/fpubh.2021.610873/full>
- Tarwaka. Ergonomi Industri : Dasar - Dasar Pengetahuan Ergonomi dan Aplikasi di Tempat Kerja. II. Surakarta: Harapan Press Solo; 2019.
- Thwaite TL, Heidke P, Williams SL, Vandelanotte C, Rebar AL, Khalesi S. 2020. Barriers to Healthy Lifestyle Behaviors in Australian Nursing Students : A Qualitative Study. Nursing and Health Sciences. 22(4): 921-928.
- Worotikan, D.A., Tumbuan, W. J.F.A., Arie, F.V. (2023). The Impact of Workload, Reward and Work Environment on Employees Productivity of UD. Rodamas. Jurnal EMBA, 11(3):902-912. <https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/emba/article/view/50024>