

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, A., & Jaya, I. (2021). *Biostatistik Statistik Dalam Penelitian Kesehatan (Pertama)*. Jakarta : Kencana.
- Aisyah, M., Supriyadi, Laksana, D. P., & Marji. (2025). Kelelahan Kerja: Gambaran Beban Kerja Fisik, Kualitas Tidur, dan Status Pernikahan pada Tenaga Kesehatan. *Sport Science and Health*, 7(1), 1–14.
- Alam, R. (2022). Kelelahan Kerja (Burnout). In *Penerbit Kampus* (Vol. 01). Jogjakarta : Penerbit Kampus.
- Alfikri, R., Halim, R., Syukri, M., Nurdini, L., & Islam, F. (2021). Status Gizi dengan Kelelahan Kerja Karyawan Bagian Proses dan Teknik Pabrik Kelapa Sawit. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 7(3), 271–276.
- Amri, Erliana, C. I., & Lubis, R. A. F. (2019). Analisis Pengaruh Kebisingan Terhadap Kelelahan Karyawan di Bagian Operasi-1 Pt. Pupuk Iskandar Muda, Krueng Geukuh, Aceh Utara. *Industrial Engineering Journal*, 8(1), 22–29.
- Amruddin, Priyanda, R., Agustina, T. S., Ariantini, N. S., Rusmayani, N. G. A. L., Aslindar, D. A., Ningsih, K. P., Wulandari, S., Putranto, P., Yuniati, I., Untari, I., Mujiani, S., & Wicaksono, D. (2022). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Sukoharjo : Pradina Pustaka.
- Aulia, A., Muslim, F. O., Faradisha, J., Nengcy, S., Efendi, M., Fitri, M., & Putri, V. A. (2024). Analisis Faktor Risiko Kelelahan Kerja Pada Karyawan Hotel Rkb Padang Tahun 2023. *Prepotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 740–750.
- Azmy, P. A., Arianti, T., Wulandari, S., Malau, N., & Azizi, H. A. (2023). Literature Review: Hubungan Pengaruh Kelelahan Kerja Terhadap Shift Kerja Pada Karyawan Pabrik Industri. *Diagnosa: Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Keperawatan*, 1(3), 25–33.
- Bramantyo, M. F., & Pramono, S. N. W. (2021). Analisis Faktor-Faktor Penyebab Kelelahan Kerja dengan Metode Subjective Self Rating Test (Studi Kasus: Pekerja Bagian Lantai Produksi PT. Marabunta Berkarya Ceperindo). *Seminar Nasional Teknik Industri Universitas Gadjah Mada, September*, 124–129.
- Caldwell, J. A., Caldwell, J. L., Thompson, L. A., & Lieberman, H. R. (2019). Fatigue and Its Management In The Workplace. *Neuroscience and Biobehavioral*.
- Datu, M. M. D., Kawatu, P. A. ., & Mandagi, C. K. . (2019). Hubungan antara Lama Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Pengendara Ojek Online Komunitas Manguni Rider Online Sario. *Jurnal Kesmas*, 8(6), 601–607.

- Dhita, A., Salsabila, L. A., Safitri, N., Qolbi, R. K., Nabilah, P., Azizah, W., & Susanti, N. (2025). Hubungan Status Gizi dengan Aktivitas Fisik pada Pekerja Vendor Pembangunan Sea Water Reverse Osmosis (SWRO) di PT PLN Nusantara Power UP Belawan. *Journal of Accounting Law Communication and Technology*, 2(1), 124–129.
- Djide, N. A. N., Prasiwi, N. W., Yanuarti, P., & Irma. (2025). Buku Ajar Penilaian Status Gizi. In *Nuansa Fajar Cemerlang Jakarta*. Jakarta Barat : PT Nuansa Fajar Cemerlang Jakarta.
- Fardila, D., & Adawyah, N. R. (2021). Optimasi Biaya dan Waktu Proyek Konstruksi dengan Lembur dan Penambahan Tenaga Kerja. *Inersia: LNformasi Dan Ekspose Hasil Riset Teknik Sipil Dan Arsitektur*, 17(1), 35–46.
- Fitriana, N. I. M. (2023). Hubungan Durasi Kerja dan Usia Pekerja dengan Perasaan Kelelahan Kerja. *Jurnal Lentera Kesehatan Masyarakat*, 2(2), 53–61.
- Handayani, P. A., & Ratnasari. (2023). Hubungan Durasi Kerja dengan Tingkat Kelelahan Kerja pada Pedagang di Pasar Karangayu Kota Semarang. *Professional Health Journal*, 5(1sp), 243–249.
- Hirshkowitz, M., Whiton, K., Albert, S. M., Alessi, C., Bruni, O., DonCarlos, L., Hazen, N., Herman, J., Katz, E. S., Kheirandish-Gozal, L., Neubauer, D. N., O'Donnell, A. E., Ohayon, M., Peever, J., Rawding, R., Sachdeva, R. C., Setters, B., Vitiello, M. V., Ware, J. C., & Adams Hillard, P. J. (2015). National Sleep Foundation's Sleep Time Duration Recommendations: Methodology and Results Summary. *Sleep Health*, 1(1), 40–43.
- Hitman, R., Hengky, H. K., Umar, F., & Haniarti. (2023). Risiko Gangguan Musculoskeletal Disorders (MSDs) Pada Pekerja Kuli Panggul Di Pelabuhan Nusantara Kota Parepare. *Jurnal Sulolipu: Media Komunikasi Sivitas Akademika Dan Masyarakat*, 23(1), 127–138.
- Hutabarat, Y. (2017). *Dasar-Dasar Pengetahuan Ergonomi*. Malang : Media Nusa Creative.
- ILO. (2018). Meningkatkan Keselamatan dan Kesehatan Pekerja Muda. In *Kantor Perburuahan Internasional , CH- 1211 Geneva 22, Switzerland*.
- Indrawati, & Nufus, K. (2018). Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Tenaga Kerja Bagian Kandang Di PT Charoen Pokphand Jaya Farm 3 Kecamatan Kuok. *Jurnal Ners*, 2(1), 56–71.
- Interna, I. (2021). *Filosofi Tidur : Sebuah Pemaknaan Istirahat yang Bermanfaat*. Jawa tengah : Interna.
- Iqbal, & Puspaningtyas. (2018). *Penilaian Status Gizi ABCD (Kedua)*. Jakarta :

Salemba Medika.

- Juliana, Harna, H., Mulyani, E. Y., & Palupi, K. C. (2022). Hubungan Kualitas Diet, Durasi Tidur, dan Kelelahan Kerja Terhadap Produktivitas Kerja di Masa Pandemi Covid-19 Program Studi Gizi Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul, Indonesia. *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 15(4), 426–432.
- Kawatu, P. A. T. (2012). *Bahan Ajar Kesehatan dan Keselamatan Kerja*. Manado: FKM Unsrat.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). *Peraturan Menteri Kesehatan Tentang Pedoman Gizi Seimbang*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Ketenagakerjaan. (2003). *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 2003 Tentang Ketenagakerjaan*.
- Kementerian Ketenagakerjaan. (2023). *Data Prioritas Ketenagakerjaan SDI 2023*.
- Kementerian Keuangan. (2020). *Utamakan Keselamatan & Kesehatan Kerja*.
- Kusgiyanto, W., Suroto, & Ekawati. (2017). Analisis Hubungan Beban Kerja Fisik, Masa Kerja, Usia, Dan Jenis Kelamin Terhadap Tingkat Kelelahan Kerja Pada Pekerja Bagian Pembuatan Kulit Lumpia Di Kelurahan Kranggan Kecamatan Semarang Tengah. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 5(5), 413–423.
- Lemeshow, S., Hosmer, David W., J., Klar, J., & Lwanga, S. K. (1990). *Adequacy of Sample Size in Health Studies*. Behald of the World Health Organization.
- Maftuh, M., Haryanti, T., & Johar, S. A. (2021). Pengaruh Iklim Kerja Panas Terhadap Kelelahan Kerja pada Operator Steam di PT. XYZ Boyolali. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 2(2), 141–147.
- Manabung, A. R., Suoth, L. F., & Warouw, F. (2018). Hubungan Antara Masa Kerja dan Beban Kerja dengan Stres Kerja pada Tenaga Kerja di PT. Pertamina TBBM Bitung. *Kemas*, 7(5), 1–10.
- Masturoh, I., & Anggita, N. T. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. In *Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan Badan Pengembangan Dan Pemberdayaan Sumber Daya Manusia Kesehatan*.
- Maulina, N., & Syafitri, L. (2019). Hubungan Usia, Lama Bekerja dan Durasi Kerja dengan Keluhan Kelelahan Mata pada Penjahit Sektor Usaha Informal di Kecamatan Banda Sakti Kota Lhokseumawe Tahun 2018. *Averrous: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Malikussaleh*, 5(2), 44.

- Natizaton, Nurbaeti, T. S., & Sutangi. (2018). Hubungan Status Gizi dan Asupan Zat Gizi dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Industri di Industri Rumah Tangga Peleburan Alumunium Metal Raya Indramayu Tahun 2018 "Nutritional Status Relations and Nutrition with Nutrition Work On Industrial Workers In Hou. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 3(2), 72–78.
- Naufal, N., Apriani, F., Fajriana, Nurdin, Nurdin, K., & Siswanto, D. H. (2025). *Analisis Multivariat*. Padang : Literasi Langsung Terbit.
- Noor, I. H., Nisa, M. A., Setyaningrum, R., Yulidasari, F., Khairiyati, L., & Setiawan, M. I. (2019). *Buku Ajar Gizi Kerja "Pekerja Sehat, Produktivitas Meningkat."* Jawa Timur : Uwais Inspirasi Indonesia.
- Novia, C. H., Mariani, & Roisah. (2025). Hubungan Kualitas Tidur Dan Kelelahan Kerja Dengan Hipertensi Pada Pekerja Di Pasar Wedusan Probolinggo. *Health Research Journal*, 3(1), 1–11.
- Odi, K. D., Purimahua, S. L., & Ruliati, L. P. (2018). Hubungan Sikap Kerja, Pencahayaan dan Suhu Terhadap Kelelahan Kerja dan Kelelahan Mata pada Penjahit di Kampung Solor Kupang 2017. *Ikesma*, 14(1), 65.
- Oktariani, R., Rakhma, L. R., & Kurniawan, A. (2019). Sarapan Pagi, Status Gizi, dan Kelelahan pada Karyawan di Brownies Cinta Karanganyar. *Jurnal Dunia Gizi*, 2(2), 79–84.
- Olfah, Y. (2018). *Istirahat Cukup*. Yogyakarta : Kemenkes Poltekkes.
- Pabumbun, E. N., Russeng, S. S., & Muis, M. (2022). Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja PT. Maruki International Indonesia. *Hasanuddin Journal of Public Health*, 3(1), 90–98.
- Pramono, G. P. (2025). *Manajemen Karyawan: Kelelahan Fisik, Mental, Dan Emosional*. Weha Press, Semarang.
- Purba, N. P., Kirani, N., Sitepu, A. S., Siregar, I. R., Priantono, D., Partisya, N. M., Ulandari, & Ayu, D. (2024). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Remaja Mts Al-Washliyah Desa Celawan Kec. Pantai Cermin Kab. Serdang Bedagai. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat*, 13(1), 72–81.
- Putri, I. N. (2022). *Hubungan Usia, Durasi Kerja, Masa Kerja dan Indeks Massa Tubuh (IMT) Terhadap Keluhan Low Back Pain (LBP) Pada Penjahit di Kecamatan Sarolangun*.
- Putrisani, F. S., Nugraha, A. E., & Herwanto, D. (2023). Analisis Kelelahan Kerja Subjektif Dengan Menggunakan Kuesioner Subjective Self Rating Test. *String (Satuan Tulisan Riset Dan Inovasi Teknologi)*, 7(3), 258–266.
- Rahmawati, K. A., Wahyuni, D., & Santosa, B. (2025). The Relationship Between

- Work Posture and Other Factors with Musculoskeletal Complaints in Hip Porters. *Jurnal Riset Ilmu Kesehatan*, 1(1), 26–36.
- Rahmawati, R., & Afandi, S. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Perawat di RSUD Bangkinang Tahun 2019. *Prepotif Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 3(2), 41–45.
- Riadyani, A. P., & Herbawani, C. K. (2022). Systematic Review Pengaruh Intesitas Cahaya Terhadap Kelelahan Mata Pekerja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 10(2), 167–171.
- Rini, A. R., Syainah, E., Yanti, R., & Nurhamidi. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi, Aktivitas Fisik, dan Pola Konsumsi Pangan dengan Status Gizi Pada Pekerja (Studi di Pabrik Tahu Sumber Makmur Banjarbaru). *Jurnal Sains Medisina*, 1(5), 288–297.
- Samara, S. S., & Nasir, N. M. (2024). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Dosen saat Pandemi COVID-19. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 13(5), 110–122.
- Saputra, R. (2023). Analisis Kelelahan Emosi dan Jiwa terhadap Berperilaku dan Bersikap di Masyarakat. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan Nusantara (JPKN)*, 1(1), 21–25.
- 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.
- Sari, D. M., Zainuddin, A., & Saptaputra, S. K. (2021). Hubungan Status Perkawinan, Kelelahan Kerja, Dan Beban Kerja Dengan Stres Kerja Di Proyek Jembatan Teluk Kendari Sulawesi Tenggara Tahun 2019. *Jurnal Kesehatan Dan Keselamatan Kerja Universitas Halu Oleo*, 1(4), 146–152.
- Sari, K. I., & Paskarini, I. (2023). Hubungan Antara Shift Kerja dan Durasi Kerja dengan Keluhan Kelelahan Pada Perawat di Rumah Sakit Daerah Balung Kabupaten Jember Tahun 2021. *Preventif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 14(1), 47–55.
- Setyawati, N. F., Fasrini, U. U., Sari, K., Desmawati, Suryowati, T., Hazanah, S., Rofiqoh, Ratnasari, D. E., Karina, S. M., Riana, A., Nuswantari, A., Runingsari, T., & Nafies, D. A. A. (2021). *Gizi Kerja*. Eureka Media Aksara, Jawa Tengah.
- Setyawati, D. L., Shaluhiah, Z., & Widjasena, B. (2014). Penyebab Kelelahan Kerja pada Pekerja Mebel. *Kesmas: National Public Health Journal*, 8(8), 386.
- Siregar, M. A. R., Marbun, P., & Syaputri, Y. (2020). Pengaruh Budaya Kerja dan

- Jam Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada Pt. Latexindo Toba Perkasa Binjai. *Jurnal Ilmiah Manajemen Dan Bisnis (JIMBI)*, 1(1), 101–110.
- Sofya, A., Novita, N. C., Afgani, M. W., Isnaini, M., Islam, U., Raden, N., & Palembang, F. (2024). *Metode Survey: Explanatory Survey dan Cross Sectional dalam Penelitian Kuantitatif Survey Methods: Explanatory Survey and Cross Sectional in Quantitative Research*. 4(3), 1695–1708.
- Stitapajna, A., & Aslam, M. (2020). Hubungan Status Gizi dan Asupan Energi dengan Produktivitas Kerja pada Pekerja PT. Propack Kreasi Mandiri Cikarang. *Jurnal Nutrisia*, 22(2), 86–93.
- Sugiyono, D. (2013). Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D. In *Penerbit Alfabeta*.
- Sumardiyono, Wijayanti, R., Hartono, & Sutomo, A. H. (2019). Kebisingan Lingkungan Kerja: Kerentanan Kesehatan pada Pekerja Industri tekstil. *Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 11(4), 267–275.
- Sunaryo, M., & Rhomadhoni, M. N. (2020). Gambaran Dan Pengendalian Iklim Kerja Dan Keluhan. *MTPH Journal*, 4(2), 171–180.
- Swindriaswara, Winarko, Ngadino, Nurmayanti, D., & Hermiyanti, P. (2024). Pengaruh Beban Kerja Fisik, Usia, Durasi Kerja, dan Kecukupan Tidur terhadap Kelelahan Kerja. *Jurnal Higiene Sanitasi*, 4(2), 43–48.
- Tarwaka, Bakri, S. H., & Sudiajeng, L. (2004). *Ergonomi untuk Keselamatan, Kesehatan Kerja dan Produktivitas*. Surakarta : Uniba Press.
- Tawaddud, B. I. (2020). Kajian Illuminati pada Laboratorium Teknik Grafika Polimedia Jakarta terhadap Standar Kesehatan Kerja Industri (K3). *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (JNIK)*, 2(3).
- Tumanggor, A. H. U. (2021). *Buku Ajar Analisis Perancangan Kerja* (7th ed.). Purwokerto Selatan : CV. Pena Persada.
- Ulfa, N., & Tualeka, A. R. (2023). Hubungan antara Beban Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Pedagang Sayur di Pasar Kota Baru Bojonegoro. *Media Gizi Kemas*, 12(2), 906–913.
- Untari, D. T. (2018). Metode Penelitian. In *Pena Persada, Banyumas, Jawa Tengah, Indonesia*. Jawa Tengah : Penerbit CV. Pena Persada.
- Wahida, N. M. (2024). *Hubungan Beban Kerja dan Status Gizi dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja di PT. PLN Indonesia Power UBP Tello*. Universitas Hasanuddin.
- WHO. (2021). *Almost 2 million people die from work-related causes each year*.
- Witjaksani, A. D., & Darnoto, S. (2018). Hubungan Beban Kerja dengan

Kelelahan Kerja Pada Pekerja Kuli Panggul Perempuan di Pasar Legi Kota Surakarta. *University Research Colloquium*, 2018, 489–491.

Wulandari, R. S. (2021). Hubungan Status Gizi (IMT), Kualitas Tidur dan Aktivitas Fisik dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Bagian Produksi di PT. Coca Cola Bottling Indonesia (Cikedokan Plant/Ckr-B). *Media Gizi Kesmas*, 11(1), 246–256.

Yogisusanti, G. (2025). Lama Tidur dan Akumulasi Kelelahan Kerja (Accumulated Fatigue) Pada Dosen. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(18), 46–53.

Yogisutanti, G., Kusnanto, H., & Maurits, L. S. (2015). Hubungan antara Lama Tidur dengan Akumulasi Kelelahan Kerja pada Dosen. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 2(1).

Yunawati, I., Setyawati, N. F., Muharramah, A., Ernalina, Y., Puspaningtyas, Desty Erya Wati, D. A., Puspita, L. M., Prasetyaningrum, Y. I., Nasruddin, N. I., Indriyani, I., & Akhriani, M. (2023). *Penilaian Status Gizi*. Jawa Tengah : Eureka Media Aksara.

Zadry, H. R., Susanti, L., Yuliandra, B., & Jumenno, D. (2015). Analisis dan Perancangan Sistem Kerja. In *Andalas University Press*. Padang : Andalas University Press.

