

PERBEDAAN KELELAHAN KERJA SEBELUM DAN SETELAH PEMBERIAN
MAKANAN TAMBAHAN PADA PEKERJA JASA ANGKUT DI PASAR KLEWER
SURAKARTA

LIVE SETYANINGSIH -- E2A307039
(2009 - Skripsi)

Kecukupan gizi dan pangan merupakan salah satu faktor terpenting dalam mengembangkan kualitas sumber daya manusia. Kekurangan energi berasal dari makanan menyebabkan seseorang kekurangan tenaga untuk bergerak, bekerja dan melakukan aktivitas. Kelelahan Kerja merupakan mekanisme perlindungan tubuh agar tubuh terhindar dari kerusakan lebih lanjut sehingga terjadi pemulihan setelah istirahat. Konsumsi kalori pada pekerja jasa angkut di Pasar Klewer Surakarta adalah 1722,7 kkal, ini masih kurang dari kebutuhan yang dianjurkan yaitu sekitar 2717,285 kkal per hari. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan kelelahan kerja sebelum dan setelah pemberian makanan tambahan pada pekerja jasa angkut di Pasar Klewer Surakarta. Penelitian ini menggunakan metode penelitian Quasi Eksperiment dengan rancangan ulang atau One Group Pre and Posttest Design. Jumlah sampelnya adalah 28 orang, dipilih dari seluruh populasi yang memenuhi syarat sampel. Dari uji statistik dengan Paired T-Test didapatkan sig adalah 0,000. Hasil penelitian ini menunjukkan ada perbedaan kelelahan kerja sebelum dan setelah pemberian makanan tambahan. Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa kelelahan kerja setelah pemberian makanan tambahan lebih rendah daripada sebelum pemberian makanan tambahan.

Kata Kunci: Pemberian makanan tambahan, pekerja jasa angkut, kelelahan kerja