

# HUBUNGAN ANTARA KONSUMSI ENERGI DAN ZAT BESI DENGAN KELELAHAN PEKERJA WANITA DI BAGIAN PENGEPAKAN PT.X SEMARANG

SANNY ADITYA NUGRAHA -- E2A005087  
(2009 - Skripsi)

Konsumsi energi dan zat besi mempunyai peranan penting dalam proses metabolisme energi. Metabolisme energi akan mempengaruhi waktu ketahanan otot, dimana saat waktu ketahanan otot sudah terlampaui maka kontraksi otot akan melemah sehingga kelelahan dapat terjadi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara konsumsi energi dan zat besi dengan kelelahan pekerja wanita di bagian pengepakan PT. X Semarang tahun 2009. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian explanatory research dengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah pekerja wanita di bagian pengepakan bungkus jamu serbuk PT. X Semarang dengan jumlah 93 orang. Kemudian dilakukan penyaringan menggunakan purposive sampling sehingga sampel diambil sebanyak 34 orang. Pengambilan data dilakukan dengan wawancara dan pengukuran menggunakan instrumen recall konsumsi dan reaction timer. Analisa data menggunakan uji korelasi Kendall Tau dengan taraf signifikansi 5%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 85,3% pekerja mengalami kelelahan ringan, sedangkan 14,7% masih dalam keadaan normal. Dari uji statistik korelasi Kendall Tau didapat hasil ada hubungan antara konsumsi energi dengan kelelahan( $p=0,001$ ), dan tidak ada hubungan antara konsumsi zat besi dengan kelelahan ( $p=0,607$ ).

**Kata Kunci:** konsumsi energi, zat besi, kelelahan