

Hubungan Durasi Kerja dengan Tingkat Kelelahan Kerja pada Pedagang di Pasar Karangayu Kota Semarang

Prita Adisty Handayani^a, Ratnasari^a

^aSTIKES Telogorejo Semarang, Semarang, Indonesia

Email korespondensi: pritaadisty@stikestelogorejo.ac.id

Abstract

Introduction: The trader group is a working group in the informal sector that is at risk of experiencing occupational health problems. Excessive working time can cause traders to feel tired. The role of community nurses in dealing with this is by carrying out secondary prevention in the form of early detection of health problems. The aim of this research is to analyze the relationship between work duration and the level of work fatigue among traders at Karangayu Market, Semarang City.

Methods: This type of research is quantitative research with a correlational design. The sampling technique used was consecutive sampling according to the criteria and exclusion criteria. The number of samples in this research was 67 respondents. This research was conducted in July 2022 using the KAUPK2 work fatigue questionnaire instrument. Univariate data analysis uses descriptive frequencies displayed in the form of frequency distributions and percentages. Bivariate analysis used the sperman-rank test..

Results: This type of research is quantitative research with a correlational design. The sampling technique used was consecutive sampling according to the criteria and exclusion criteria. The number of samples in this research was 67 respondents. This research was conducted in July 2022 using the KAUPK2 work fatigue questionnaire instrument. Univariate data analysis uses descriptive frequencies displayed in the form of frequency distributions and percentages. Bivariate analysis used the sperman-rank test.

Discussion: Working more hours is considered inefficient because it can result in decreased productivity and the tendency to cause fatigue problems. Fatigue is a protective mechanism for the body to avoid further damage. Fatigue, both mental and physical, can cause a person to experience a decrease in muscle strength

Keywords: Work Duration, Work Fatigue, Trader, Occupational Health Nursing

Abstrak

Pendahuluan: Kelompok pedagang merupakan kelompok kerja disektor informal yang berisiko mengalami gangguan kesehatan kerja. Durasi waktu kerja yang berlebih dapat mengakibatkan pedagang merasa lelah. Peran perawat komunitas dalam menangani hal tersebut adalah dengan melakukan pencegahan sekunder berupa deteksi dini masalah kesehatan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan durasi kerja dengan tingkat kelelahan kerja pada pedagang di Pasar Karangayu Kota Semarang.

Metode: Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain korelasional. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah konsekutif sampling sesuai dengan kriteria dan kriteria eksklusi. Jumlah sampelnya dalam penelitian ini sebesar 67 responden. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juli 2022 dengan menggunakan instrumen kuesioner kelelahan kerja KAUPK2. Analisis data univariat menggunakan deskriptif frekuensi yang ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase. Analisis bivariat menggunakan uji peringkat sperman-rank.

Prita Adisty, dkk., Hubungan Durasi Kerja dengan Tingkat Kelelahan

Hasil: Hasil analisis univariat lama kerja pedagang berada pada kategori baik (50,7%), tingkat kelelahan pedagang pada kelelahan ringan sebesar 35,8%. Hasil analisis bivariat menunjukkan terdapat hubungan antara durasi kerja dengan tingkat kelelahan kerja pada pedagang di Pasar Karangayu Semarang dengan *p.value* sebesar 0,000.

Pembahasan: Waktu kerja yang lebih dianggap tidak efisien karena dapat mengakibatkan penurunan produktifitas serta kecenderungan dapat menimbulkan masalah kelelahan. Kelelahan merupakan suatu mekanisme perlindungan tubuh agar terhindar dari kerusakan yang lebih lanjut. Kelelahan baik yang bersifat mental dan fisik dapat mengakibatkan seseorang mengalami penurunan kemampuan kekuatan otot

Kata kunci: Durasi Kerja, Kelelahan Kerja, Pedagang, Keperawatan Kesehatan Kerja

PENDAHULUAN

Kelompok pedagang merupakan kelompok kerja sektor informal yang berisiko mengalami masalah kesehatan kerja. Pada umumnya pekerja di sektor informal ini belum mendapatkan pelayanan atau jaminan kesehatan pada pekerjaannya (Fitriani et al., 2021). Beberapa program Upaya Kesehatan Kerja (UKK) yang dikembangkan oleh pukesmas hingga saat ini belum memiliki banyak peminat yang dapat dilihat melalui jumlah kehadiran. Penyebab rendahnya kehadiran pedagang dalam program UKK ini adalah adanya keluhan kelelahan kerja. Kelelahan kerja dapat terjadi pada pedagang akibat durasi waktu bekerja mereka yang dimulai sejak pukul 03.00 sampai siang hari, sehingga waktu istirahat mereka sangat minim (Savitri et al., 2019).

Kelelahan kerja merupakan situasi kerja yang disertai penurunan produktifitas dan ketahanan dalam bekerja. Hal ini terjadi karena umur, stress kerja, sikap kerja, status gizi, durasi kerja, dan beban kerja. Survey data kelelahan kerja menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2020 didapatkan 10-50% penduduk di dunia mengalami kelelahan akibat kerja (Latief, 2017). Kelelahan kerja dapat berdampak pada fisik maupun psikis sehingga tanda gejala yang muncul dapat berupa penurunan kinerja secara fisik, kelelahan, penurunan

motivasi, dan penurunan produktivitas kerja (Indrawati & Nufus, 2018). Hal ini merupakan sesuatu yang serius apabila tidak segera diberikan penanganan. Untuk memulihkan kondisi tubuh seperti semula tersebut pedagang harus mampu mengaplikasikan pola hidup sehat seperti tidur secara teratur, rutin berolahraga, dan mengkonsumsi makanan bergizi (Prastuti & Martiana, 2017). Hal ini berarti pedagang harus memperhatikan durasi kerja mereka agar memiliki waktu untuk menerapkan pola hidup sehat tersebut.

Durasi kerja sendiri adalah lamanya seseorang dalam bekerja dimana pada umumnya adalah 6-10 jam per hari (Maulina & Syafitri, 2019). Sisa waktu kerja 14 sampai dengan 18 jam baiknya dipergunakan untuk aktivitas kehidupan didalam keluarga dan masyarakat, istirahat tidur, dan lainnya (Maulina & Syafitri, 2019). Namun ini tidak terjadi pada pedagang. Pedagang menghabiskan sebagian waktu istirahat tidurnya untuk bekerja. Durasi waktu kerja melebihi dari kemampuan kerja dapat mengakibatkan gangguan kesehatan, penyakit dan kecelakaan kerja serta ketidakpuasan (Maulina & Syafitri, 2019).

Peran perawat komunitas untuk mengatasi masalah kesehatan kesehatan kerja pada pedagang dapat dengan menerapkan 3 tahap pencegahan yaitu pencegahan primer, sekunder dan tersier (Norlita et al., 2020).

Pencegahan sekunder yang dilaksanakan dalam penelitian ini adalah berupa deteksi dini. Deteksi dini atau screening sendiri adalah proses awal penemuan masalah sehingga dapat menekan angka kejadian masalah kesehatan di suatu area tempat kerja (Surtini & Hidayati, 2017). Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti memiliki tujuan penelitian yaitu mengetahui hubungan durasi kerja dengan tingkat kelelahan kerja pada pedagang di Pasar Karangayu Semarang.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain korelational. Tempat pengambilan data penelitian yaitu di Pasar Karangayu Kota Semarang pada bulan Juli - Agustus 2022. Populasi pedagang di Pasar Karangayu Semarang sejumlah 206 pedagang. Adapun besaran sampel dalam penelitian ini sejumlah 67 responden dengan menggunakan rumus slovin. Teknik sampling dalam penelitian ini adalah secara *consecutive sampling*. Instrumen dalam penelitian ini adalah kuesioner KAUPK2 yang telah teruji validasinya (Mahar & Wiyadi, 2019). Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan uji *spearman rank*.

HASIL

A. Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, dan Durasi Kerja

No	Variabel	f	%
1.	Usia		
-	Remaja	2	3.0
-	Dewasa	19	28.3
-	Lansia	46	68.7
2.	Tingkat Pendidikan		

No	Variabel	f	%
-	Perempuan	16	23.9
-	Laki-Laki	51	76.1
3.	Durasi Kerja		
-	Baik	34	50.7
-	Buruk	33	49.3
4	Kelelahan Kerja		
-	Ringan	24	35.8
-	Sedang	22	32.8
-	Berat	21	31.4

Berdasarkan tabel 1 didapatkan hasil mayoritas responden usia lansia sebesar 68.7%, jenis kelamin mayoritas laki-laki sebesar 76.1%, durasi kerja mayoritas baik sebesar 50.7% dan tingkat kelelahan kerja mayoritas ringan sebesar 35.8%.

B. Hubungan Durasi Kerja terhadap Tingkat Kelelahan Kerja

Tabel 2. Hubungan durasi kerja terhadap tingkat kelelahan kerja pedagang

Variabel	P.Value
Durasi Kerja	0.000
Tingkat Kelelahan kerja	

Berdasarkan tabel 2 menggunakan uji *spearman rank*, didapatkan hasil terdapat hubungan antara durasi kerja terhadap tingkat kelelahan kerja pada pedagang di Pasar Karangayu Semarang dengan nilai p-value 0.000.

PEMBAHASAN

1. Gambaran Karakteristik Responden, Durasi Kerja dan Tingkat Kelelahan Kerja

1. Usia

Kategori usia responden dalam penelitian ini mayoritas adalah lansia dimana kita ketahui bahwa lansia telah mengalami proses penurunan baik secara fisik maupun kognitif. Penurunan pada lansia ini terjadi pada

semua tingkat seluler, organ, dan sistem. Hal ini dapat mengakibatkan terjadinya peningkatan kejadian penyakit pada lansia, baik akut maupun kronik (Mulyadi et al., 2020). Proses degeneratif pada lansia berupa gangguan fungsi jaringan, organ dan sistem- sistem tubuh dimana sistem muskuloskeletal, sistem saraf, sistem sensomotor, sistem jantung pembuluh darah dan sistem respirasi secara fisiologis akan mengalami penurunan. Pada sistem muskuloskeletal terjadi penurunan fleksibilitas, kekuatan otot sendi, penurunan fungsi kartilago, berkurangnya kepadatan tulang yang menurunkan kemampuan aktivitas fisik lansia (Ivanali et al., 2021).

Penurunan kapasitas fisik yang ditandai dengan penurunan masa otot serta kekuatannya inilah yang dapat menjadi penghambat dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari bagi lansia (Setiorini, 2021).

2. Jenis Kelamin

Jenis kelamin perempuan dalam penelitian ini merupakan jenis kelamin yang mendominasi yaitu dengan jumlah sebesar 76.1%. Setting kerja informal seperti pedagang pasar bagi perempuan akan lebih sulit daripada dengan bekerja formal, karena pekerjaan informal harus dilakukan diluar ruangan, kondisi panas lingkungan kerja, dan harus bekerja tanpa adanya keamanan yang maksimal (Rohimi, 2020). Selain itu, perempuan yang melakukan aktivitas kerja berarti memiliki peran ganda, sehingga apabila tidak dikelola dengan baik dapat mengakibatkan masalah kesehatan seperti kesehatan jiwa (Astuti et al., 2021). Masalah kesehatan yang dapat muncul akibat

peran ganda tersebut dapat berupa kelelahan kerja, burnout maupun stress kerja (Handayani et al., 2021).

3. Gambaran Durasi Kerja

Responden berupa pedagang di Pasar Karangayu Semarang memiliki durasi kerja baik 50.7% dan buruk 49.3%. Data tersebut masih perlu menjadi perhatian dikarenakan jumlah pedagang yang masih bekerja dengan durasi lebih dari 8 jam sebesar 49.3%. Waktu kerja yang lebih dianggap tidak efisien karena dapat mengakibatkan penurunan produktifitas serta kecenderungan dapat menimbulkan masalah kelelahan, penyakit bahkan sampai kecelakaan kerja (Maulina & Syafitri, 2019). Oleh sebab itu Indonesia menetapkan lama waktu seseorang dalam bekerja sehari maksimal 8 jam dan tetap diperlukan waktu untuk istirahat selama melaksanakan aktivitas kerja tersebut (Darmayanti et al., 2021).

4. Gambaran Tingkat Kelelahan Kerja

Tingkat kelelahan kerja pada responden penelitian ini terbagi rata dimana masing-masing kategori memiliki jumlah yang hampir serupa. Pada kategori kelelahan ringan sebesar 35.8%, sedang 32,8% dan berat 31,4%. Hal yang masih perlu mendapatkan perhatian adalah adanya tingkat kelelahan kerja sedang dan berat pada pedagang pasar. Kelelahan kerja dapat terjadi akibat beberapa faktor seperti faktor usia, durasi kerja, dan sikap kerja (Darmayanti et al., 2021).

Usia yang lanjut dapat menurunkan kapasitas kerja sampai 60%-80% sehingga individu mudah mengalami

kelalahan (Darmayanti et al., 2021). Sedangkan durasi kerja lebih dari 8 jam dapat meningkatkan beban kerja meningkat. Beban kerja yang tidak sesuai dengan kapasitas kerja ini juga dapat menimbulkan masalah kelalahan kerja (Sari et al., 2022). Untuk sikap kerja yang dapat menimbulkan masalah kelelahan kerja adalah sikap kerja yang tidak alamiah. Sikap kerja yang tidak alamiah sendiri adalah sikap kerja yang menyebabkan posisi bagian-bagian tubuh bergerak menjauhi posisi alamiah. Semakin jauh posisi bagian tubuh dari pusat gravitasi tubuh maka semakin tinggi risiko terjadinya keluhan otot (Entianopa et al., 2021).

Kelelahan pada lansia merupakan kondisi yang kompleks dari perubahan psikological dan social. Kondisi kelelahan ini juga dapat meningkat apabila lansia memiliki masalah kesehatan. Dampak negatif kelelahan pada lansia dapat mempengaruhi fungsi, kehidupan keluarga, dan hubungan sosialnya (Tartibian et al., 2019).

2. Hubungan Durasi Kerja terhadap Tingkat Kelelahan Kerja Pedagang di Pasar Karangayu Kota Semarang

Hasil analisis bivariat didapatkan nilai p.value 0.000 dimana dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan durasi kerja dengan tingkat kelelahan kerja pada pedagang di Pasar Karangayu Kota Semarang. Durasi kerja normalnya sehari 6-8 jam. Jika seseorang bekerja lebih dari 8 jam dalam sehari dengan melakukan pekerjaan yang monoton, statis, dan berulang-ulang dapat mengakibatkan kontraksi otot yang berlebih sehingga akan memunculkan keluhan (Fortuna

Masayuki et al., 2022). Pedagang pasar tradisional sangat erat dengan pekerjaan yang menuntut waktu kerja yang lebih banyak dengan waktu istirahat yang terbatas. Karena tingginya tekanan pekerjaan tersebut seringkali pedagang mengalami masalah kelelahan fisik maupun pikiran (Wahidin et al., 2019).

Kelelahan memiliki 3 jenis tipe yaitu kelelahan akut, kelelahan kumulatif, dan kelelahan sirkandian. Kelelahan akut adalah bentuk dari kelelahan jangka panjang, sedangkan kelelahan kumulatif merupakan kelelahan yang telah terakumulasi sehingga berdampak pada kualitas tidur. Kualitas tidur yang terganggu dalam tipe ini bisa dalam waktu harian, mingguan ataupun tahunan. Kelelahan sirkandian adalah kelelahan yang dikarenakan adanya perubahan jam kerja dan jam tidur (Lock et al., 2018). Melihat dari penjabaran tersebut kelelahan yang dialami oleh pedagang pasar masuk dalam kategori kelelahan kumulatif.

Kelelahan merupakan suatu mekanisme perlindungan tubuh supaya mampu terhindar dari kerusakan yang lebih lanjut. Kelelahan umumnya ditunjukkan dengan hilangnya kemauan untuk bekerja, hal ini disebabkan karena keadaan persarafan sentral dan kondisi psikologis (Dengo et al., 2018). Dampak dari kelelahan kerja dapat mengakibatkan produktivitas kerja tidak optimal, risiko terjadinya kecelakaan kerja dan penyakit akibat kerja (Halim & Aswin, 2022). Selain itu, kelelahan baik yang bersifat mental dan fisik dapat mengakibatkan seseorang mengalami penurunan kemampuan kekuatan otot (Pageaux & Lepers, 2018).

KESIMPULAN DAN SARAN

Simpulan dari hasil penelitian ini didapatkan data sebagai berikut:

1. Karakteristik responden pedagang pasar di Karangayu Kota Semarang mayoritas lansia 68.7% dan jenis kelamin perempuan 76.1%
2. Lama durasi kerja pada pedagang pasar Karangayu Kota Semarang baik 50.7% dan buruk 49.3% dimana tingkat kelelahan kerja pada kategori ringan 35.8%
3. Terdapat hubungan antara durasi kerja dengan kelelahan kerja pada pedagang pasar Karangayu Kota Semarang dengan nilai p.value 0.000

DAFTAR PUSTAKA

Astuti, R. T., Hidayati, L. N., Listiana, L., Rusda, F. A., & Abdilla, R. P. V. (2021). Peningkatan Kapasitas Perempuan dalam Kesehatan Jiwa Keluarga Di masa Pandemi Covid-19. *Berdikari: Jurnal Inovasi Dan Penerapan Ipteks*, 9(2), 161–169. <https://doi.org/10.18196/berdikari.v9i2.10563>

Darmayanti, J. R., Handayani, P. A., & Supriyono, M. (2021). Hubungan Usia, Jam, dan Sikap Kerja terhadap Kelelahan Kerja Pekerja Kantor Dinas Koperasi Usaha Kecil dan Menengah Provinsi Jawa Tengah. *Prosiding Seminar Nasional UNIMUS*, 4, 1318–1330.

Dengo, M. R., Suwondo, A., & Suroto, S. (2018). Hubungan Paparan CO terhadap Saturasi Oksigen dan Kelelahan Kerja pada Petugas Parkir. *Gorontalo Journal of Public Health*, 1(2), 78. <https://doi.org/10.32662/gjph.v1i2.347>

Entianopa, E., Harahap, P. S., & Rahma, D. (2021). Hubungan Aktivitas Berulang, Sikap Kerja Dan Lama Kerja Dengan Keluhan Kelelahan Otot Pekerja Getah Karet. *Public Health and Safety International Journal*, 1(01), 7–11.

<https://doi.org/10.55642/phasij.v1i01.24>

Fitriani, A., Ekawati, & Wahyuni, I. (2021). Hubungan Durasi Kerja, Beban Kerja Fisik Dan Kelelahan Kerja Terhadap Terjadinya Kejadian Minor Injury Pada Pabrik Tahu X Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 32–37. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm/article/view/28514/24978>

Fortuna Masayuki, N. P., Pramita, I., & Vitalistyawati, L. P. A. (2022). Hubungan Sikap Kerja Duduk Dan Durasi Kerja Terhadap Keluhan Musculoskeletal Pada Pedagang. *Jurnal Ilmiah Fisioterapi*, 5(01), 8–14. <https://doi.org/10.36341/jif.v5i01.2262>

Halim, R., & Aswin, B. (2022). Hubungan Lama Kerja dan Aktivitas Kerja Monoton dengan Kelelahan Kerja pada Pedagang Ikan Pasar Angso Duo. 7(1), 27–39.

Handayani, P. A., Dwidiyanti, M., & Mu'in, M. (2021). Pengaruh Mindfulness Terhadap Tingkat Stres Pada Ibu Yang Bekerja Sebagai Perawat Critical Care. *Indonesian Journal of Nursing Research (IJNR)*, 4(1), 24. <https://doi.org/10.35473/ijnr.v4i1.879>

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.

Ivanali, K., Amir, T. L., Munawwarah, M., & Pertiwi, A. D. (2021). Hubungan Antara Aktivitas Fisik Pada Lanjut Usia Dengan Tingkat Keseimbangan. *Jurnal Ilmiah Fisioterapi*, 21(1), 51–57.

Latief, A. W. L. (2017). Analisis Faktor yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pegawai Pt. PLN (Persero) Wilayah Sulawesi Selatan, Tenggara dan barat (Vol. 6). Universitas Hasanudin Makassar.

Lock, A. M., Bonetti, D. L., & Campbell, A. D. K. (2018). The psychological and physiological health effects of fatigue. *Occupational Medicine*, 68(8), 502–511. <https://doi.org/10.1093/OCCMED/KQY10>

9

- Mahar, N. D., & Wiyadi. (2019). Pengaruh Anemia, Status Gizi, Diabetes Mellitus, Dan Hipertensi Terhadap Kelelahan Kerja. *Seminar Nasional & Call For Paper: Smeinar Bisnis Magister Manajemen*, 336–351.
- 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. <https://doi.org/10.29103/averrous.v5i2.2080>
- Mulyadi, A., Anisa Fitriana, L., & Rohaedi, S. (2020). Gambaran aktivitas fisik pada lansia demensia di balai perlindungan sosial tresna wreda ciparay bandung. *Jurnal Keperawatan Olahraga*, 9(1), 1–11.
- Norlita, W., Isnaniar, I., & Hidayat, M. (2020). Peran Orang Tua dalam Pencegahan Karies Gigi pada Anak Pra Sekolah (3-5 Tahun) di TK Aisyiyah 2 Pekanbaru. *Photon: Jurnal Sain Dan Kesehatan*, 11(1), 93–103. <https://doi.org/10.37859/jp.v11i1.2145>
- Pageaux, B., & Lepers, R. (2018). The effects of mental fatigue on sport-related performance. In *Progress in Brain Research* (1st ed., Vol. 240). Elsevier B.V. <https://doi.org/10.1016/bs.pbr.2018.10.004>
- Prastuti, T. N., & Martiana, T. (2017). Analisis Karakteristik Individu Dengan Keluhan Kelelahan Kerja Pada Pengemudi Taksi Di Rungkut Surabaya. *The Indonesian Journal of Public Health*, 12(1), 64. <https://doi.org/10.20473/ijph.v12i1.2017.64-74>
- Rohimi, R. (2020). Perempuan dalam Proses Pekerjaan Tambang Kapur (Studi Kasus di Desa Mangkung Kecamatan Praya Barat Kabupaten Lombok Tengah). *PALASTREN Jurnal Studi Gender*, 13(1), 179. <https://doi.org/10.21043/palastren.v13i1.5804>
- Sari, F. P., Ramadani, M., & Fahriati, A. R. (2022). Analisis Beban Kerja Metode Cardiovascular Load Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja. *Journal of Midwifery Care*, 2(02), 122–132. <https://doi.org/10.34305/jmc.v2i2.480>
- Savitri, T., Sukarja, M., Surasta, I. W., & Mertha, I. M. (2019). Stres kerja dengan kejadian hipertensi pada pedagang pasar tradisional. *Jurnal Gema Keperawatan* /, 1–6.
- Setiorini, A. (2021). Kekuatan otot pada lansia. *JK Unila*, 5(3), 69–74.
- Surtini, T., & Hidayati, N. O. (2017). Gambaran Deteksi Dini Kesehatan Jiwa Di Desa Ranjeng Dan Cilopang Kabupaten Sumedang. *Jurnal Keperawatan BSI*, 5(1), 24–28.
- Tartibian, B., Kushkestani, M., Ebrahimpour Nosrani, S., & Parvani, M. (2019). Relationship between the Level of Physical Activity and Nutritional Status with Fatigue in Elderly Residents of Rest Homes in Tehran. *New Approaches in Sport Sciences*, 1(2), 155–168. <https://doi.org/10.22054/nass.2020.10761>
- Wahidin, M., Aprilia, A. R., Susilo, D., & Farida, S. (2019). Faktor Determinan Hipertensi pada Pedagang Pasar Cibinong, Jawa Barat. *Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, 29(2), 107–114. <https://doi.org/10.22435/mpk.v29i2.970>
- Prita Adisty, dkk., Hubungan Durasi Kerja dengan Tingkat Kelelahan