

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Perkerjaan merupakan suatu yang dibutuhkan oleh manusia. Kebutuhan tersebut terus bertambah seiring perkembangan teknologi yang semakin meningkat. Seseorang berkerja di karenakan terdapat sesuatu yang ingin dicapai dan berharap aktivitas yang di lakukan akan tidak mengubah keadaan menjadi lebih baik dari sebelumnya. Perkerjaan tidak mengutamakan kesehatan dan keselamatan kerja akan menyebabkan besarnya beban kerja yang ditanggung baik secara fisik maupun mental.¹

Hal ini tersebut dapat menyebabkan pekerja mengalami kelelahan dan akan mempengaruhi kinerja. Kelelahan kerja adalah gejala yang berhubungan dengan penurunan efisiensi kerja, ketrampilan, kebosanan, serta peningkatan kecemasan. Menurut The Circadian Learning Centre di Amerika serikat bahwa ketika ritme sirkadian menjadi tidak sinkron maka fungsi tubuh akan terganggu sehingga mudah mengalami gangguan tidur, kelelahan , penyakit jantung tekanan darah tinggi, perubahan suhu, hormon dan gangguan psikologi dll.¹

WHO (*World Health Organization*) telah merekomendasikan klasifikasiberat badan yang mencakup derajat *underweight* dan gradasi kelebihan berat badan atau kegemukan yang dikaitkan dengan peningkatan risiko beberapa penyakit yang tidak menular, klasifikasi ini didasarkan pada indesk massa tubuh (IMT). Dihitung sebagai berat dalam kilogram dibagi dengan tinggi dalam meterkuadrat (kg/m²). Sebagai ukuran berat relatif, IMT mudah diperoleh. IMT mudah digunakan untuk pengukuran kurus dan kegemukan, dan IMT juga dapat

berhubungan dengan risiko derajat kesehatan dan tingkat kematian di banyak populasi.²

Individu dapat mengukur dan menghitung IMT mereka secara rutin dengan cukup akurat. Sebagian IMT meningkat di seluruh rentang sedang dan berat pada kelebihan berat badan, sehingga juga melakukan peningkatan risiko komplikasi kardiovaskular termasuk hipertensi, dengan lemak tubuh dislipidemia, diabetesmelitus, dan peningkatan risiko kesehatan di masa depan. Tinggi rendahnya IMT memprediksi morbiditas dan kematian di masa depan. IMT sering dianggap sebagai indikator kegemukan tubuh (obesitas), mengukur kelebihan berat badan dari pada kelebihan lemak tubuh. Prevalensi global obesitas bervariasi dari lebih dari 30 % di Amerika Serikat menjadi kurang dari 2 % di sub-Sahara Afrika. Saat ini prevalensi obesitas anak-anak sekolah adalah 20 % di Inggris dan Australia, 15,8 % di Arab Saudi, 15,65 di Thailand, 10 % di Jepang dan 7,8 % di Iran. Data perwakilan nasional untuk obesitas di India tidak tersedia, namun studi yang tersedia dari Chennai dan Delhi (kota di India) telah menunjukkan bahwa prevalensi 6,2 % dan 7,4 % masing-masing. Prevalensi kegemukan pada penduduk di Indonesia cukup tinggi.²

Perawat merupakan salah satu profesi yang memiliki tugas mulia dalam peran merawat dan menyembuhkan orang yang sakit. Perawat kadang dihadapkan pada kondisi kerja yang cukup keras dan dibawah tekanan. Perawat bisa bekerja non gilir dan gilir, tentunya kondisi tersebut dapat berpengaruh pada kesehatan mereka yang tercermin dari indeks massa tubuh (IMT) dan kadar lemak dalam tubuh perawat. Perbedaan indeks massa tubuh (IMT) dan kadar lemak yang

bekerja di non gilir dan gilir hari sangat menarik untuk dilakukan kajian secara mendalam.⁶

Perkerja *bertugas gilir* merupakan perkerja *bertugas* yang memiliki resiko 28% lebih tinggi dalam menyebabkan kecelakaan kerja, dan gangguan kemampuan kerja, gangguan hubungan sosial, dan gangguan kesehatan.⁵

Bertugas kerja umumnya terkait dengan siklus perilaku, termasuk siklus tidur, siklus bangun dan siklus makan.⁶ Kenaikan berat pada perkerja *bertugas* telah terlibat sebagai salah satu mekanisme potensial yang berkontribusi sebagai pengembangan T2D.⁷ Salah satu mekanisme yang melaluinya hal ini dapat terjadi melalui perubahan hormon nafsu makan yang di laporkan terjadi selama penyelarasan sirkadian. Temuan tersebut menunjukkan bahwa konsumsi makanan selama masa sirkadian yang tidak tepat dapat berkontribusi terhadap kenaikan berat badan. Dengan demikian, efek metabolisme dari klori yang dikonsumsi tergantung pada waktu biologis dari asupan makanan. Temuan tersebut memiliki implikasi penting untuk resiko kenaikan berat badan dan obesitas pada perkerja *bertugas* yang cenderung mengkonsumsi lebih banyak makanan padat kalori dan kaya karbohidrat di gilir hari selama waktu tidur khas.⁷

Berdasarkan uraian pada latar belakang di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai **“Perbedaan Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Komposisi Lemak pada Perawat yang Bertugas Gilir dan Non Gilir di RS. Muhammadiyah Bandung”** yang hasilnya akan dituangkan dalam karya tulis ilmiah berupa Skripsi.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah Indeks Massa Tubuh (IMT) pada perawat saat bertugas gilir lebih tinggi daripada non gilir?
2. Apakah komposisi lemak pada perawat saat bertugas gilir lebih tinggi dari pada non gilir?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perbedaan indeks massa tubuh (IMT) dan komposisi lemak pada perawat yang bertugas gilir dan non gilir di RS. Muhammadiyah Bandung.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Menganalisis tingkat indeks masa tubuh (IMT) pada perawat yang bertugas gilir dan non gilir di RS. Muhammadiyah Bandung.
2. Menganalisis tingkat komposisi lemak pada perawat yang bertugas gilir dan non gilir di RS. Muhammadiyah Bandung.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Akademis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis berupa ilmu pengetahuan tentang *bertugas* kerja serta dapat digunakan sebagai landasan ilmiah untuk penelitian lanjutan.

1.4.2 Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan rumah sakit atau fasilitas kesehatan dalam mengatur kebijakan, diet, dan pembagian *bertugas* kerja.

