



## Hubungan antara tingkat konsumsi, kelelahan kerja, dan pendapatan dengan status gizi pengemudi ojek *online* (studi kasus di Kabupaten Bondowoso)

### *Relationship between consumption rate, work fatigue, and income with nutritional status of online motorcycle drivers (case study in Bondowoso)*

Ayu Kusumaningdyah\*, Ruli Bahyu Antika

Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Jember

\* Korespondensi: Ayu Kusumaningdyah, Program Studi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Jember, Jalan Kalimantan No. 37, Krajan Timur, Sumbersari, Kabupaten Jember, Jawa Timur, alamat email: [ayukusumaningdyah@gmail.com](mailto:ayukusumaningdyah@gmail.com)

#### Article History:

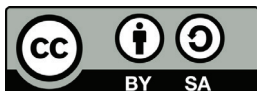
Diterima: 15/11/2023  
Ditelaah: 31/03/2024  
Dimuat: 30/04/2025

Publisher:



Universitas Respati Yogyakarta  
[respati.ac.id](http://respati.ac.id)

© The Author(s). 2023 Open Access  
This article has been distributed under the terms of the License Internasional Creative Commons Attribution 4.0



#### Abstrak

**Latar Belakang:** Pengemudi ojek *online* menghabiskan sebagian besar waktunya di jalan demi mendapatkan pesanan dari pelanggan dengan jumlah yang tidak menentu. Hal itu dapat memengaruhi status gizi dilihat dari segi faktor tingkat konsumsi, kelelahan kerja, dan pendapatan. Penelitian yang sama pada pengemudi ojek *online* di Kabupaten Bondowoso belum pernah diteliti sebelumnya. **Tujuan:** Mengetahui hubungan antara tingkat konsumsi, kelelahan kerja, dan pendapatan dengan status gizi pengemudi ojek *online*. **Metode:** Jenis penelitian yaitu analitik observasional dengan desain *cross-sectional*. Penelitian dilakukan pada pengemudi ojek *online* sepeda motor bertempat di Alun-Alun Kabupaten Bondowoso pada bulan Juni 2023 dengan 76 responden. Analisis bivariat menggunakan uji *Kruskal-Wallis*. Data karakteristik responden, kelelahan kerja, dan pendapatan diperoleh melalui pengisian kuesioner. Data tingkat konsumsi diperoleh melalui wawancara *recall* 2x24 jam. Data status gizi berupa data tinggi badan diperoleh melalui pengukuran menggunakan *microtoice* dan data berat badan diperoleh melalui pengukuran menggunakan timbangan *digital*. **Hasil:** Tidak terdapat hubungan antara tingkat konsumsi (energi ( $p=0,977$ ), protein ( $p=0,868$ ), lemak ( $p=0,730$ ), karbohidrat ( $p=0,433$ )), kelelahan kerja ( $p=0,338$ ), dan pendapatan ( $p=0,803$ ) dengan status gizi pengemudi ojek *online*. **Kesimpulan:** Tidak terdapat hubungan antara tingkat konsumsi, kelelahan kerja, dan pendapatan dengan status gizi pengemudi ojek *online*.

**Kata kunci:** kelelahan kerja; ojek *online*; pendapatan; status gizi; tingkat konsumsi

#### Abstract

**Background:** Online motorcycle drivers spend most of their time on the road to get orders from customers for an undisclosed amount. This can affect nutritional status in terms of consumption levels, work fatigue, and income. Similar research on online motorcycle drivers in Bondowoso Regency has never been studied before. **Objective:** To determine the relationship between consumption levels, work fatigue, income, and the nutritional status of online motorcycle drivers. **Method:** The type of research was analytical observational with a cross-sectional design. This research was conducted on online motorcycle drivers located at Bondowoso Regency Square in June 2023 with 76 respondents. Bivariate analysis used the *Kruskal-Wallis* test. Data on respondent characteristics, work fatigue, and income were obtained through filling out the questionnaire. Consumption level data was obtained through 2x24 hour recall interviews. Nutritional status data consists of height data obtained through measurements using *microtoice* and body weight data obtained through measurements using digital scales. **Results:** There was no relationship between consumption levels (energy ( $p=0,977$ ), protein ( $p=0,868$ ), fat ( $p=0,730$ ), carbohydrates ( $p=0,433$ )), work fatigue ( $p=0,338$ ), and income ( $p=0,803$ ) with the nutritional status of online motorcycle drivers. **Conclusion:** There is no relationship between consumption levels, work fatigue, income, and the nutritional status of online motorcycle drivers.

**Keywords:** consumption; income; nutritional status; online motorcycle drivers; work fatigue

## **PENDAHULUAN**

Status gizi adalah keadaan yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan dan kebutuhan zat gizi oleh tubuh (1). Seseorang diklasifikasikan menjadi *underweight*, normal, *overweight*, obesitas I dan II (2). Pada tahun 2018, penduduk usia dewasa umur >18 tahun menurut IMT di Indonesia yang memiliki status gizi lebih sebesar 13,6% dan obesitas sebanyak 21,8%. Sementara di Jawa Timur, penduduk yang mengalami obesitas sebesar 22,4%. Di Kabupaten Bondowoso, penduduk yang memiliki status gizi kurang sebesar 13,37%, status gizi normal sebesar 57,58%, status gizi lebih sebesar 12,36%, dan obesitas sebesar 16,68% (3).

Status gizi dipengaruhi oleh berbagai faktor, beberapa di antaranya adalah tingkat konsumsi, kelelahan kerja, dan pendapatan (4, 5). Tingkat konsumsi merupakan salah satu faktor yang berpengaruh langsung terhadap status gizi. Konsumsi yang baik disebut dengan konsumsi yang adekuat, dapat menghasilkan status gizi yang baik sehingga berpengaruh terhadap kesehatan yang baik pula. Selain itu, kelelahan kerja merupakan salah satu faktor yang tidak berpengaruh secara langsung terhadap status gizi. Saat seseorang merasakan kelelahan kerja, terjadi penurunan produktivitas kerja yang secara tidak langsung akan memengaruhi upaya dalam memenuhi kebutuhan gizi sehari-hari (6). Pendapatan juga merupakan salah satu faktor yang tidak berpengaruh secara langsung terhadap status gizi. Perekonomian kelas menengah ke bawah memengaruhi rendahnya konsumsi pangan dan gizi, dan hal ini dapat memengaruhi status gizi (7).

Di era *digital* ini, banyak jasa yang ditawarkan secara *online*, salah satunya adalah ojek *online*. Pengemudi ojek *online* terkadang memiliki jam makan yang terlewat dan waktu istirahat yang tidak selalu sama dan teratur demi mendapatkan bonus tambahan setiap harinya (8). Selain itu, pendapatan yang didapat oleh pengemudi ojek *online* berbeda-beda karena sistem kemitraan yang ada serta tergantung jumlah pesanan di hari itu (9). Penelitian tentang status gizi terhadap pengemudi ojek *online* masih belum terlalu banyak dilakukan. Studi pendahuluan pada 26–30 Oktober 2022 yang dilakukan oleh peneliti terhadap 40 responden pengemudi ojek *online* di Kabupaten Bondowoso menunjukkan pengemudi ojek *online* yang mengalami *overweight* sebanyak enam orang (15%) dan obesitas sebanyak delapan responden (20%), sedangkan sisanya sebanyak 29 responden (72%) memiliki status gizi normal. Konsumsi makanan responden masih kurang, yaitu sebanyak 18 responden (48%) kadang-kadang mengonsumsi lauk nabati dan hewani, serta 15 responden jarang mengonsumsi sayuran (40%). Pendapatan 29 orang responden (72%) dari ojek *online* berkisar antara Rp50.000–Rp100.000/hari dan belum memenuhi UMK Kabupaten Bondowoso. Selain itu, belum dilakukan penelitian terkait kelelahan kerja pada pengemudi ojek *online* di Kabupaten Bondowoso. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis hubungan antara tingkat konsumsi, kelelahan kerja, dan pendapatan dengan status gizi pengemudi ojek *online* di Kabupaten Bondowoso.

## **METODE**

Jenis penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan

desain penelitian *cross-sectional*. Penelitian dilakukan pada bulan Juni 2023 di Alun-Alun Kabupaten Bondowoso. Populasi penelitian ini adalah pengemudi ojek *online* di Kabupaten Bondowoso yang memiliki kriteria inklusi yaitu merupakan pengemudi ojek *online* sepeda motor dan bersedia menjadi subjek penelitian. Pengambilan sampel dilakukan dengan rumus Slovin dari total populasi pengemudi ojek *online* sepeda motor sebanyak 200 responden dan didapatkan hasil sampel yaitu sebanyak 76 responden.

Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu tingkat konsumsi, kelelahan kerja, dan pendapatan. Variabel terikat dalam penelitian ini yaitu status gizi. Tingkat konsumsi digolongkan menjadi defisit tingkat berat (<70% AKG), defisit tingkat sedang (70–79% AKG), defisit tingkat ringan (80–89% AKG), normal (90–110% AKG), dan lebih (>110% AKG) (10). Kelelahan kerja digolongkan menjadi sangat lelah (skor KAUPK2 <23), lelah (skor KAUPK2 23–31), dan kurang lelah (skor KAUPK2 >31) (11). Pendapatan digolongkan menjadi kurang dari UMK Kabupaten Bondowoso tahun 2023 dan lebih dari sama dengan UMK Kabupaten Bondowoso, yaitu Rp2.150.000,- (12). Status gizi digolongkan menjadi *underweight* (IMT <18,5), normal (IMT 18,5–22,9), *overweight* (IMT 23,0–24,9), obesitas I (IMT 25,0–29,9), dan obesitas II (IMT >30) (13).

Data penelitian meliputi karakteristik responden (usia, jenis kelamin, durasi kerja, pekerjaan utama atau sampingan, pendapatan bersih selain pekerjaan ojek

*online*, lama kerja pekerjaan selain ojek *online*) melalui pengisian kuesioner. Data penelitian terkait kelelahan kerja diperoleh menggunakan metode KAUPK2 melalui pengisian kuesioner. Data penelitian terkait pendapatan yang didapat dari mengemudikan ojek *online* diperoleh melalui pengisian kuesioner dengan membandingkan penghasilan pada saat hari responden bekerja dalam sebulan dengan UMK Kabupaten Bondowoso yaitu Rp2.150.000,-. Data tingkat konsumsi diperoleh melalui wawancara menggunakan metode recall 2x24 hours di Pendopo Alun-Alun Kabupaten Bondowoso, yang mana responden tidak datang dua hari berturut-turut di hari *weekday* melainkan terdapat selisih satu hari kemudian datang kembali hari berikutnya untuk mengingat makanan yang dikonsumsi dalam 24 jam, kemudian hasil tingkat konsumsi responden akan dibandingkan dengan AKG 2019. Data status gizi diperoleh menggunakan pengukuran berat badan menggunakan timbangan digital bermerek Xylo yang sudah dikalibrasikan dan pengukuran tinggi badan menggunakan *microtoise*, dan selanjutnya akan ditentukan nilai IMT untuk mengetahui kategori status gizi. Analisis bivariat dalam penelitian ini menggunakan uji *Kruskal-Wallis* dalam program SPSS *for Windows* versi 25. Penelitian ini telah mendapatkan *ethical clearance* dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Jember dengan no. 2194/UN25.8/KEPK/DL/2023.

**HASIL**

Berdasarkan **Tabel 1** dapat diketahui bahwa sebagian besar pengemudi ojek *online* berusia 19–29 tahun (48,7%), berjenis kelamin laki-laki (75%), memiliki durasi kerja sebagai pengemudi ojek *online* ≥8 jam (76,3%), dan menjadikan pekerjaan ojek *online* sebagai pekerjaan utama (76,3%). Sebagian besar pengemudi ojek *online* yang memiliki pekerjaan selain ojek *online* bekerja sebagai wiraswasta (6,6%), pendapatan dari selain ojek *online*

kurang dari UMK Kabupaten Bondowoso Rp2.150.000,- dan lama kerja pekerjaan selain ojek *online* sebanyak tujuh hari (7%). Pekerjaan ojek *online* ini bersifat *freelance* sehingga untuk meningkatkan pendapatan, terdapat pengemudi ojek *online* yang memiliki pekerjaan lain. Pekerjaan ojek *online* banyak yang didominasi usia dewasa awal dan berjenis kelamin laki-laki karena tanggung jawab mencari nafkah untuk keluarga.

**Tabel 1. Karakteristik pengemudi ojek *online***

Variabel	N	%
Usia		
19–29 tahun	37	48,7
30–49 tahun	33	43,4
50–64 tahun	6	7,9
Jenis kelamin		
Laki-laki	57	75
Perempuan	19	25
Durasi kerja		
<8 jam	18	23,7
≥8 jam	58	76,3
Pekerjaan utama atau sampingan		
Pekerjaan sampingan	18	23,7
Pekerjaan utama	58	76,3
Pekerjaan selain ojek <i>online</i>		
Buruh/karyawan	8	10,4
Ibu rumah tangga	3	3,9
Wiraswasta	7	9,2
Tidak bekerja sampingan	58	76,3
Pendapatan pekerjaan selain ojek <i>online</i>		
<UMK <sup>1</sup>	15	19,7
≥UMK <sup>1</sup>	3	3,9
Tidak bekerja sampingan	58	76,3
Lama kerja pekerjaan selain ojek <i>online</i>		
4 hari	3	4
5 hari	1	5
6 hari	4	6
7 hari	10	7
Tidak bekerja sampingan	58	76,3

<sup>1</sup>UMK = Upah Minimum Kabupaten Bondowoso Tahun 2023 adalah Rp 2.150.000,-

Berdasarkan **Tabel 2** dapat diketahui bahwa sebagian besar pengemudi ojek *online* memiliki status gizi normal (46,1%). Sebagian besar tingkat konsumsi pengemudi ojek *online* mengalami defisit, yaitu energi berada pada kategori defisit tingkat berat (76,3%), protein berada pada kategori defisit tingkat ringan (27,6%), lemak berada pada kategori defisit tingkat berat (28,9%), dan karbohidrat berada pada kategori defisit tingkat berat (94,7%). Sebagian besar pengemudi ojek *online* mengalami kelelahan kerja pada kategori lelah (65,8%) dan memiliki pendapatan kurang dari UMK Kabupaten Bondowoso Rp 2.150.000,- (78,9%).

Status gizi normal dapat disebabkan oleh faktor lain seperti penyakit infeksi dan faktor tidak langsung seperti aktivitas fisik dan higiene sanitasi. Tingkat konsumsi yang kurang mungkin dapat disebabkan pengemudi ojek *online* kurang mengonsumsi makanan secara bervariasi untuk memenuhi kebutuhan gizinya. Rasa lelah yang dirasakan karena pengemudi ojek *online* menghabiskan  $\geq 8$  jam untuk bekerja sebagai pengemudi ojek *online* dan rata-rata pengemudi ojek *online* menempuh  $>30$  km dalam sehari

untuk bekerja. Selain itu, pendapatan yang kurang dari UMK Kabupaten Bondowoso Rp 2.150.000,- dapat disebabkan oleh pendapatan di hari itu tergantung banyaknya pesanan dari pelanggan yaitu rata-rata 4–9 pelanggan per hari beserta masing-masing jarak tempuh yang berbeda-beda, serta dari persentase bagi hasil dari sistem kemitraan dengan perusahaan.

Berdasarkan **Tabel 3** dapat diketahui bahwa tidak terdapat hubungan antara tingkat konsumsi energi dengan status gizi pengemudi ojek *online* ( $p=0,207$ ), tidak terdapat hubungan antara tingkat konsumsi protein dengan status gizi pengemudi ojek *online* ( $p=0,185$ ), tidak terdapat hubungan antara tingkat konsumsi lemak dengan status gizi pengemudi ojek *online* ( $p=0,320$ ), dan tidak terdapat hubungan antara tingkat konsumsi karbohidrat dengan status gizi pengemudi ojek *online* ( $p=0,301$ ). Selain itu, juga tidak terdapat hubungan antara kelelahan kerja dengan status gizi pengemudi ojek *online* ( $p=0,613$ ) serta tidak terdapat hubungan antara pendapatan dengan status gizi pengemudi ojek *online* ( $p=0,565$ ).

**Tabel 2. Proporsi status gizi, tingkat konsumsi, kelelahan kerja, dan pendapatan**

<b>Variabel</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Status gizi		
<i>Underweight</i>	6	7,9
Normal	35	46,1
<i>Overweight</i>	12	15,8
Obesitas I	12	15,8
Obesitas II	11	14,5
Tingkat konsumsi		
Energi		
Defisit tingkat berat	58	76,3
Defisit tingkat sedang	9	11,8
Defisit tingkat ringan	2	2,6
Normal	6	7,9
Lebih	1	1,3
Protein		
Defisit tingkat berat	16	21,1
Defisit tingkat sedang	12	15,8
Defisit tingkat ringan	21	27,6
Normal	14	18,4
Lebih	13	17,1
Lemak		
Defisit tingkat berat	22	28,9
Defisit tingkat sedang	9	11,8
Defisit tingkat ringan	6	7,9
Normal	19	25,0
Lebih	20	26,3
Karbohidrat		
Defisit tingkat berat	72	94,7
Defisit tingkat sedang	3	3,9
Defisit tingkat ringan	0	0,0
Normal	0	0,0
Lebih	1	1,3
Kelelahan kerja		
Kurang lelah	11	14,5
Lelah	50	65,8
Sangat lelah	15	19,7
Pendapatan		
<UMK <sup>1</sup>	60	78,9
≥UMK <sup>1</sup>	16	21,1
<b>Total</b>	<b>76</b>	<b>100</b>

<sup>1</sup>UMK = Upah Minimum Kabupaten Bondowoso Tahun 2023 adalah Rp 2.150.000,-

**Tabel 3. Hubungan antara tingkat konsumsi, kelelahan kerja, dan pendapatan dengan status gizi**

Variabel	Status gizi												p
	Underweight		Normal		Overweight		Obesitas I		Obesitas II		Total		
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	
Tingkat konsumsi													
<i>Energi</i>													
Defisit tingkat berat	5	6,6	28	36,8	7	9,2	9	11,8	9	11,8	58	76,3	0,977
Defisit tingkat ringan	1	1,3	3	3,9	2	2,6	1	1,3	2	2,6	9	11,8	
Defisit tingkat ringan	0	0	1	1,3	1	1,3	0	0	0	0	2	2,6	
Normal	0	0	3	3,9	1	1,3	2	2,6	0	0	6	7,9	
Lebih	0	0	0	0	1	1,3	0	0	0	0	1	1,3	
<i>Protein</i>													
Defisit tingkat berat	1	1,3	7	9,2	1	1,3	3	3,9	4	5,3	16	21	0,868
Defisit tingkat ringan	1	1,3	6	7,9	1	1,3	3	3,9	1	1,3	12	15,7	
Defisit tingkat ringan	1	1,3	11	14,5	2	2,6	2	2,6	5	6,6	21	27,6	
Normal	1	1,3	7	9,2	3	3,9	2	2,6	1	1,3	14	18,4	
Lebih	2	2,6	4	5,3	5	6,6	2	2,6	0	0	13	17,1	
<i>Lemak</i>													
Defisit tingkat berat	1	1,3	13	17,1	1	1,3	3	3,9	4	5,3	22	28,9	0,730
Defisit tingkat ringan	0	0	3	3,9	3	3,9	1	1,3	2	2,6	9	11,8	
Defisit tingkat ringan	1	1,3	2	2,6	2	2,6	0	0	1	1,3	6	7,9	
Normal	1	1,3	9	11,8	2	2,6	4	5,3	3	3,9	19	25	
Lebih	3	3,9	8	10,5	4	5,3	4	5,3	1	1,3	20	26,3	
<i>Karbohidrat</i>													
Defisit tingkat berat	6	7,9	32	42,1	11	14,5	12	15,7	11	14,5	72	94,7	0,433
Defisit tingkat ringan	0	0	3	3,9	0	0	0	0	0	0	3	3,9	
Defisit tingkat ringan	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Normal	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Lebih	0	0	0	0	1	1,3	0	0	0	0	1	1,3	

Variabel	Status gizi												p
	Underweight		Normal		Overweight		Obesitas I		Obesitas II		Total		
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	
Kelelahan Kerja													
Kurang lelah	1	1,3	3	3,9	4	5,3	2	2,6	1	1,3	11	14,5	0,338
Lelah	3	3,9	23	30,2	7	9,2	9	11,8	8	10,5	50	65,8	
Sangat lelah	2	2,6	9	11,8	1	1,3	1	10,5	1,3	2,6	15	19,7	
Pendapatan													
< UMK <sup>1</sup>	6	7,9	26	34,2	11	14,5	10	13,1	8	10,5	61	78,9	0,803
≥ UMK <sup>1</sup>	0	0	9	11,8	1	1,3	2	2,6	3	3,9	15	21,1	

<sup>1</sup>UMK = Upah Minimum Kabupaten Bondowoso Tahun 2023 adalah Rp 2.150.000,-

**PEMBAHASAN**

**Hubungan antara Tingkat Konsumsi dengan Status Gizi**

Hasil uji korelasi tingkat konsumsi dengan status gizi pengemudi ojek *online* di Kabupaten Bondowoso diperoleh nilai signifikansi energi sebesar 0,207; protein sebesar 0,185; lemak sebesar 0,320; dan karbohidrat sebesar 0,301, sehingga dapat diartikan bahwa tidak terdapat hubungan antara tingkat konsumsi energi, protein, lemak, maupun karbohidrat dengan status gizi pengemudi ojek *online*. Hal ini dapat terjadi karena sebagian besar status gizi pengemudi ojek *online* normal dan tingkat konsumsinya defisit sehingga tidak terdapat hubungan di antara keduanya sebab saling bertolak belakang.

Status gizi yang normal meski tingkat konsumsinya kurang dapat dipengaruhi oleh faktor lain yang dapat memengaruhi status gizi secara tidak langsung seperti aktivitas fisik, higiene dan sanitasi lingkungan yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya bahwa tidak

terdapat hubungan antara karbohidrat, protein, dan lemak dengan status gizi (14). Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian lainnya yang mengemukakan bahwa tidak terdapat hubungan antara energi dengan status gizi (15).

Status gizi dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor selain tingkat konsumsi, seperti penyakit infeksi dan beberapa faktor tidak langsung (16). Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian terdahulu bahwa terdapat hubungan antara tingkat konsumsi karbohidrat, protein, dan lemak dengan status gizi (17). Penelitian lain juga membuktikan bahwa terdapat hubungan antara tingkat konsumsi energi dengan status gizi (18). Protein, karbohidrat, dan lemak akan menghasilkan energi yang mana dapat berpengaruh terhadap status gizi. Konsumsi gizi sangat memengaruhi status gizi kesehatan seseorang yang merupakan modal utama bagi kesehatan individu.

**Hubungan antara Kelelahan Kerja dengan Status Gizi**

Hasil uji korelasi kelelahan kerja dengan status gizi pengemudi ojek *online*

di Kabupaten Bondowoso diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,613 sehingga dapat diartikan bahwa tidak terdapat hubungan antara kelelahan kerja dengan status gizi pengemudi ojek *online*. Hal ini dapat terjadi karena pengemudi ojek *online* meski mengalami kelelahan kerja dan bekerja dalam durasi  $\geq 8$  jam, tetapi tidak semua waktu dipergunakan untuk bekerja, terkadang sambil menunggu pesanan.

Kelelahan yang dirasakan oleh para pekerja mudah untuk dirasakan oleh siapa saja, baik usia tua atau muda karena hal tersebut menyangkut kesehatan fisik, sistem kerja yang diterapkan, serta durasi istirahat yang dibutuhkan oleh setiap orang (19). Selain itu, ada yang memiliki pekerjaan di luar ojek *online* yang tidak diteliti terkait kelelahan kerjanya dalam penelitian ini sehingga hal tersebut dapat juga menyebabkan kelelahan. Besar kecilnya pengerahan tenaga oleh tubuh sangat tergantung dari jenis pekerjaan. Secara umum jenis pekerjaan yang bersifat fisik memerlukan pengerahan tenaga yang lebih besar dibandingkan jenis pekerjaan yang bersifat mental (20).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyebutkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kelelahan kerja pengemudi ojek *online* (21). Tidak terdapat hubungan di antara keduanya dikarenakan status gizi pekerja tidak berbeda jauh dari standar IMT yang mana status gizi pekerja normal dan tidak berpengaruh pada produktivitas sehingga ketahanan kerja tetap tercukupi (22).

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kelelahan kerja dengan status gizi karena secara klinis, orang yang berada dalam kondisi status gizi kurang maupun lebih

maka akan lebih mudah mengalami kelelahan daripada orang yang memiliki status gizi normal (23).

### **Hubungan antara Pendapatan dengan Status Gizi**

Hasil uji korelasi pendapatan dengan status gizi pengemudi ojek *online* di Kabupaten Bondowoso diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,565 sehingga dapat diartikan bahwa tidak terdapat hubungan antara pendapatan dengan status gizi pengemudi ojek *online*. Hal ini dapat terjadi karena pendapatan dari mengemudikan ojek *online* di bawah UMK Kabupaten Bondowoso sedangkan status gizinya normal, sehingga bertolak belakang tidak dapat saling memengaruhi. Hal ini juga dapat didukung oleh adanya pekerjaan selain sebagai ojek *online* yang dimiliki oleh para responden, sehingga bisa mendapatkan pendapatan lain dari pekerjaan tersebut.

Pengemudi ojek *online* yang memiliki pekerjaan lain selain mengemudikan ojek *online* sebagian besar memiliki pekerjaan seperti buruh atau karyawan. Pekerjaan sampingan merupakan suatu pekerjaan lain di luar pekerjaan utama yang mampu menunjang pendapatan utama melalui usaha sampingan. Pendapatan dapat meningkat dengan melakukan pekerjaan sampingan, contohnya dengan berdagang, berwirausaha, atau jasa yang biasa dilakukan (24). Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang mengemukakan bahwa tidak terdapat hubungan antara pendapatan dengan status gizi (25). Banyak faktor lain yang berpengaruh seperti penyakit infeksi, faktor sosial dan ekonomi keluarga, dan sebagainya. Tidak semua pendapatan keluarga dikeluarkan total untuk memenuhi kebutuhan makan, tergantung besar kecilnya dana yang dikeluarkan

sebagai alokasi dari kebutuhan pangan, sehingga secara langsung pendapatan tidak mempunyai korelasi yang nyata dengan status gizi. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pendapatan dengan status gizi (26). Pendapatan ikut menentukan jenis pangan apa yang akan dibeli dengan adanya tambahan uang. Pendapatan merupakan faktor penting bagi kualitas dan kuantitas gizi seseorang.

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara tingkat konsumsi, kelelahan kerja, dan pendapatan dengan status gizi pengemudi ojek *online* di Kabupaten Bondowoso. Berdasarkan hasil penelitian diharapkan pengemudi ojek *online* dapat meningkatkan jumlah makanan yang dikonsumsi serta keragaman makanannya sehingga tingkat konsumsinya menjadi lebih baik, karena rata-rata tingkat konsumsi responden berada pada kategori kurang. Selain itu, diharapkan peneliti selanjutnya dapat meneliti dan menghubungkan variabel lain seperti pola konsumsi terhadap status gizi pengemudi ojek *online*.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada seluruh pengemudi ojek *online* di Kabupaten Bondowoso yang telah berkontribusi selama pelaksanaan kegiatan penelitian ini.

### **DAFTAR PUSTAKA**

1. Hadikristanto W, Pungkas TD. Klasifikasi status gizi orang dewasa menggunakan algoritma naïve bayes (studi kasus klinik Bhakti Mulia Cikarang). *Jurnal Sigma*. 2019;6(3):46–53.
2. Kemenkes RI. Pencegahan dan pengendalian penyakit tidak menular. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta. 2020.
3. Kemenkes RI. Hasil riset kesehatan dasar. Badan Penelitian dan Pengembangan Kemenkes, Jakarta. 2018.
4. Soekirman. Ilmu gizi dan *aplikasinya* untuk keluarga dan masyarakat. Direktorat Jendral Pendidikan, Jakarta. 2012.
5. Diana E, Evendi A, Ismail I. Hubungan status gizi dengan kelelahan kerja pada karyawan stasiun pengisian bulk elpiji di Indramayu. *J Kesehatan Mas*. 2017;2(3):84–88.
6. Natizatun N, Nurbaeti, TS, Sutangi S. Hubungan status gizi dan asupan zat gizi dengan kelelahan kerja pada pekerja industri di industri rumah tangga peleburan aluminium metal raya Indramayu tahun 2018. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2018;3(2):72–78.
7. Supariasa, IDN. Penilaian status gizi. EGC, Jakarta. 2012.
8. Sanubari FT, Amalia S. Gambaran kepuasan kerja pada pengemudi layanan jasa transportasi ojek online. *Cognicia*. 2019;7(1):77–94.
9. Suryadinata RV, Virlando R, A Lorensia, Sutjipto V. Profil asupan makronutrien pada pengemudi ojek online di Surabaya. *J of Industrial Hygiene and Occupational Health*. 2021;6(1).
10. Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi. Pemantapan ketahanan pangan dan perbaikan gizi berbasis kemandirian dan kearifan lokal. Lembaga Ilmu Pengetahuan, Jakarta. 2014
11. Setyawati L. Selintas tentang kelelahan kerja. Amara Books, Yogyakarta. 2011.

12. Pemkab Jatim. Keputusan Gubernur Jawa Timur tentang upah minimum kabupaten/kota di Jawa Timur tahun 2023. Pemerintah Provinsi Jawa Timur, Surabaya. 2022.
13. Kemenkes RI. Pencegahan dan pengendalian penyakit tidak menular. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta. 2020.
14. Siwi NP, Paskarini I. Hubungan asupan karbohidrat, lemak, dan protein dengan status gizi (studi kasus pada pekerja wanita penyadap getah karet di perkebunan Kalijompo Jember. *The Indonesian Journal of Public Health*. 2018;13(1):1-12.
15. Fatie SD, Briliannita A, Florensia W. Gambaran asupan zat gizi makro dan status gizi mahasiswa Poltekes Kemenkes Sorong pada masa pandemi Covid-19. *Nursing Arts*. 2021;15(2):81-92.
16. Rahman J, Fatmawati I. Hubungan peer group support, uang saku, dan pola konsumsi pangan dengan status gizi lebih pada remaja. *J Action*. 2021;6(1):65-74.
17. Manuhutu R, Purnamasari DU, Dardjito E. Pengaruh tingkat konsumsi energi, protein, lemak, dan status kecacingan terhadap status gizi pada siswa Sekolah Dasar Negeri 01 Limpakuwus. *Kesmas Indo*. 2017;9(1).
18. Purnamasari DU, Darjito E, Kusnandar K. Hubungan jumlah anggota keluarga, pengetahuan gizi ibu dan tingkat konsumsi energi dengan status gizi anak sekolah dasar. *Kesmas Indo*. 2016;2(2):49-56.
19. Zulkarnain DLSMS. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada pengemudi ojek online di Kota Samarinda. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2022;6(3): 1549–1556.
20. Kuku AF, Prasetya E, Nurdin SSI. Perbedaan kelelahan kerja pada pekerja bagian billman dan pekerja bagian teknisi di wilayah kerja PT PLN (Persero) ULP Limboto. *Jambura Journal of Epidemiology*. 2022;1(1):38-45.
21. Elwindra E, Rizal M. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada pengemudi ojek online di Jakarta Timur tahun 2018. *J Persa Husa Indo*. 2020;7(24):8-16.
22. Santriyana N, Dwimawati E, Listyandini R. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada pekerja pembuat bolu talas kujang di Home Industry Kelurahan Bubulak tahun 2022. *Jurnal Promotor*. 2023;6(4):370-377.
23. Oentoro, S. Kampanye atasi kelelahan mental dan fisik. UI Press, Jakarta. 2014.
24. Maryadiningsih E. Pengaruh pendapatan dan gaya hidup terhadap pola konsumsi masyarakat muslim di Surabaya selama masa pandemi Covid-19 ditinjau dari perspektif etika konsumsi Islam. *Jurnal Ekonomi, Manajemen, Bisnis, dan Sosial (EMBISS)*. 2021;1(4).
25. Wahyuningsih S, Lukman S, Rahmawati, Pannyiwi R. Pendidikan, pengasuhan keluarga dengan status gizi balita. *Jurnal Keperawatan Profesional*. 2020;1(1):1-11.
26. Kasumayanti E, Zurrahmi ZR. Hubungan pendapatan keluarga dengan status gizi balita di desa tambang wilayah kerja Puskesmas Tambang Kabupaten Kampar tahun 2019. *Jurnal Ners*. 2020;4(1):7-12.

