

ABSTRAK

Banyak pekerja cleaning service wanita yang mengalami kelelahan saat bekerja. Faktor yang mempengaruhi kondisi tersebut diantaranya adalah shift kerja, jam tidur, dan beban kerja. Seorang wanita cenderung memiliki durasi tidur yang lebih pendek dibanding pria dikarenakan wanita mempunyai peran yang ganda dalam kehidupan sehingga waktu tidur wanita menjadi berkurang yang mengakibatkan wanita rentan mengalami masalah kesehatan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran kadar hemoglobin pada pekerja cleaning service wanita RSPAD Gatot Soebroto setelah melakukan shift malam yang diperiksa di Klinik Sumber Sehat.

Penelitian dilakukan menggunakan metode deskriptif analitik dengan 36 sampel atau data. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 36 pekerja cleaning service wanita yang dilakukan pengambilan darah setelah responden melakukan shift malam didapatkan hasil sebanyak 28 responden (78%) memiliki kadar hemoglobin yang normal, sedangkan sebanyak 8 responden (22%) memiliki kadar hemoglobin yang rendah.

Kesimpulan dari peneliti pada bulan Mei sampai dengan Juli 2024, didapatkan hasil sebagian besar pekerja cleaning service wanita RSPAD Gatot Soebroto setelah melakukan shift malam yang diperiksa kadar hemoglobinnnya di Klinik Sumber Sehat memiliki kadar hemoglobin yang normal. Diharapkan para pekerja wanita memiliki waktu tidur dan istirahat yang cukup dan juga memperhatikan asupan gizi yang masuk dengan cara makan makanan yang bergizi dengan teratur.

Kata Kunci : *Cleaning Service*, Hemoglobin, *Shift Malam*

Kepustakaan : 14

Tahun : 2016-2023

ABSTRACT

Many female cleaning service workers experience fatigue while working. Factors affecting this condition include work shifts, sleep duration, and workload. Women tend to have shorter sleep durations compared to men due to their dual roles in life, which reduces their sleep time and makes them more vulnerable to health issues. The aim of this study is to assess the hemoglobin levels in female cleaning service workers at RSPAD Gatot Soebroto after working night shifts, as examined at Klinik Sumber Sehat.

The research was conducted using a descriptive analytical method with 36 samples. Based on the study of 36 female cleaning service workers, blood samples taken after night shifts revealed that 28 respondents (78%) had normal hemoglobin levels, while 8 respondents (22%) had low hemoglobin levels.

In conclusion, from May to July 2024, most female cleaning service workers at RSPAD Gatot Soebroto who had their hemoglobin levels checked at the Sumber Sehat Clinic after working night shifts had normal hemoglobin levels. It is hoped that female workers will have adequate sleep and rest and pay attention to their nutritional intake by regularly consuming nutritious food.

Keyword : *Cleaning Service, Hemoglobin, Night Shift*

Reference : 14

Year : 2016-2023