

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES

HUBUNGAN PENGETAHUAN, STATUS GIZI DAN ASUPAN MAKANAN TERHADAP PRODUKTIVITAS KERJA PADA PEKERJA DI PT. X

Vira Anzania

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=78202&lokasi=lokal>

Abstrak

Kesehatan yang prima pada pekerja dapat menjadi penentu tingginya produktivitas kerja. Faktor-faktor yang dapat memengaruhi produktivitas pekerja antara lain pengetahuan yang dimiliki, status gizi dan asupan makanan. Pengetahuan terkait gizi dan pilihan asupan makanan yang baik dapat membentuk kebiasaan hidup sehat, dimana hal tersebut akan meningkatkan konsentrasi dan kinerja yang optimal. Secara bersamaan, status gizi yang baik dapat diperoleh melalui asupan makanan yang seimbang yang pada akhirnya berdampak positif pada produktivitas kerja. Saat ini banyak pekerja yang memiliki pemahaman gizi terbatas dan cenderung memilih asupan makan tidak seimbang. Dampak dari kebiasaan tersebut menciptakan ketidakstabilan energi dan sulit dalam mempertahankan fokus kerja, pada akhirnya dapat menurunkan produktivitas pada pekerja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan, status gizi dan asupan makanan terhadap produktivitas kerja pada pekerja di PT. X. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif observasional dengan desain cross sectional. Jumlah sampel yang digunakan yaitu 53 responden dengan menggunakan teknik simple random sampling. Teknik pengambilan data dilakukan dengan wawancara, pengukuran antropometri dan pengisian kuesioner. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari hasil uji chi-square terdapat hubungan antara pengetahuan ($p=0.01$), status gizi ($p=0.01$), asupan protein ($p=0.04$), dan asupan lemak ($p=0.01$) terhadap produktivitas kerja pada pekerja. Sementara itu tidak terdapat hubungan antara asupan energi ($p=0.32$) dan asupan karbohidrat ($p=0.32$) terhadap produktivitas kerja pada pekerja. Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan, status gizi, asupan protein dan lemak terhadap produktivitas kerja pada pekerja. Hal ini dikarenakan melakukan pekerjaan dengan keadaan tubuh memiliki status gizi yang baik memiliki kapasitas kerja dan ketahanan tubuh yang baik pula.