



ARTIKEL RISET

URL artikel: <http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/woph/article/view/woph2410>

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN PRODUKTIVITAS KERJA KARYAWAN PT.
ANGKASA PURA I (PERSERO) KOTA MAKASSAR**

^KAnah Silmih Bakri¹, Suharni², Yusriani³, Ikhrum Hardi⁴, Septiyanti⁵

^{1,2,4}Keselamatan dan Kesehatan Kerja, Ilmu Kesehatan Masyarakat, FKM, UMI

³Promosi Kesehatan, Ilmu Kesehatan Masyarakat, FKM, UMI

⁵Gizi, Ilmu Kesehatan Masyarakat, FKM, UMI

Email Penulis Korespondensi (^K): yusriani.yusriani@umi.ac.id

silmybakri33@gmail.com¹, suharniandifachrin@gmail.com², yusriani.yusriani@umi.ac.id

ikhram.hardi@umi.ac.id⁴, mizz.kudo@gmail.com⁵

ABSTRAK

Data *International Labour Organization* (ILO) setiap tahun sebanyak dua juta pekerja meninggal dunia karena kecelakaan kerja yang disebabkan oleh faktor kelelahan. Faktor lain yang mempengaruhi kelelahan kerja adalah faktor individu, salah satunya yaitu status gizi. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan status gizi dengan produktivitas kerja pada karyawan di PT. Angkasa Pura I (Persero) Kota Makassar Tahun 2021. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional study*. Sampel peneliti sebanyak 41 orang. Data diambil dengan menggunakan kuesioner selanjutnya dianalisis dengan menggunakan uji chi-square pada tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$). Hasil penelitian yang diperoleh ada hubungan antara status gizi dengan produktivitas kerja ($p = 0,014$). Adapun kesimpulan dari penelitian ini adanya hubungan antara status gizi dengan produktivitas kerja pada karyawan. Diharapkan peneliti selanjutnya untuk lebih dapat menganalisa secara mendalam mengenai hubungan status gizi dengan produktivitas kerja pada karyawan serta perusahaan sebaiknya lebih memperhatikan status gizi karyawan dengan menyiapkan makanan yang memenuhi asupan status gizi karyawan.

Kata kunci: COVID-19; kepatuhan karyawan; protokol COVID-19; kepribadian

PUBLISHED BY:

Pusat Kajian dan Pengelola Jurnal
Fakultas Kesehatan Masyarakat UMI

Address:

Jl. Urip Sumoharjo Km. 5 (Kampus II UMI)
Makassar, Sulawesi Selatan.

Email:

jurnal.woph@umi.ac.id

Article history:

Received 25 Juni 2021

Received in revised form 11 Agustus 2021

Accepted 24 Oktober 2021

Available online 30 Desember 2021

licensed by [Creative Commons Attribution-ShareAlike4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



ABSTRACT

Data from the International Labor Organization (ILO) every year as many as two million workers die due to work accidents caused by fatigue. Another factor that affects work fatigue is individual factors, one of which is nutritional status. The purpose of the study was to determine the relationship between nutritional status and work productivity of employees at PT. Angkasa Pura I (Persero) Makassar City in 2021. This type of research is a quantitative research with a cross sectional study design. The research sample was 41 people. Data were taken using a questionnaire and then analyzed using the chi-square test at a 95% confidence level ($\alpha=0.05$). The results of the study obtained that there was a relationship between nutritional status and work productivity ($p = 0.014$). The conclusion of this study is that there is a relationship between nutritional status and work productivity of employees. It is hoped that further researchers will be able to further analyze in depth the relationship between nutritional status and work productivity of employees and the company should pay more attention to the nutritional status of employees by preparing food that meets employee nutritional intake..

Keywords: Physical activity, work fatigue, nutritional status, work productivity

PENDAHULUAN

Produktivitas kerja memiliki arti penting sebagai pandangan hidup dan sikap mental seluruh pegawai, dimana pegawai selalu berusaha untuk meningkatkan mutu kehidupan, keadaan hari ini harus lebih baik dari hari kemarin dan mutu kehidupan hari esok harus lebih baik dari hari ini. Hal ini memberikan dorongan untuk berusaha dan meningkatkan produktivitas dalam melaksanakan pekerjaan yang diemban. Selain itu pentingnya produktivitas kerja ini adalah perencanaan pengembangan dan pelaksanaan cara-cara produktif dengan menggunakan sumber-sumber daya secara efisien namun tetap menjaga kualitas. Oleh karena itu, produktivitas para pegawai perlu mendapat perhatian yang serius dari pimpinan perusahaan. Sehingga dapat berusaha memperbaiki dan meningkatkan produktivitas kerja pegawainya.¹

Banyak faktor yang dapat mempengaruhi tinggi rendahnya produktivitas kerja karyawan, diantaranya adalah disiplin kerja dari diri seorang karyawan, motivasi atau dorongan kerja, etos atau semangat kerja seorang karyawan dan didukung dengan lingkungan kerja tempat berlangsungnya kegiatan kerja setiap harinya. Seorang karyawan yang memiliki kedisiplinan, motivasi dan semangat kerja yang tinggi akan mampu melakukan pekerjaannya secara baik dan maksimal dengan demikian target produktivitas perusahaan akan tercapai.²

Data yang dipaparkan oleh Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2013, aktivitas fisik aktif penduduk Indonesia usia lebih dari 10 tahun termasuk tinggi yaitu 73,9% , sementara itu aktivitas fisik kurang aktif sebesar 26,1% . Hal ini menunjukkan aktivitas remaja di Indonesia masuk pada kategori aktivitas fisik berat dan sedang. Memiliki hobi dengan aktivitas fisik yang besar tentu memiliki banyak keuntungan, namun dapat menyebabkan beberapa gangguan jika dilakukan terus-menerus dengan porsi yang berlebihan misalnya osteoarthritis, anoreksia, kelelahan, jantung yang membesar, serta gangguan menstruasi pada wanita. Aktivitas fisik yang *continue* dan berlebihan, perubahan rutinitas latihan, perjalanan, sakit, atau gangguan dalam rutinitas sehari-hari juga dapat mengakibatkan gangguan menstruasi pada wanita.³

Menurut *International Labour Organisation* (ILO) setiap tahun sebanyak dua juta pekerja meninggal dunia karena kecelakaan kerja yang disebabkan oleh faktor kelelahan. Dalam penelitian tersebut dijelaskan dari 58.115 sampel, 32,8% diantaranya mengalami kelelahan, sedangkan jika pekerja mengalami

kecelakaan kerja yang disebabkan oleh faktor kelelahan. Maka akan berdampak langsung pada tingkat produktivitas pekerjaannya, jadi faktor manusia sangatlah berpengaruh terhadap tingkat produktivitas kerja, seperti masalah tidur, kebutuhan biologis dan juga kelelahan kerja.⁴

Faktor lain yang mempengaruhi kelelahan kerja adalah faktor individu, salah satunya yaitu status gizi. Status gizi merupakan keadaan tubuh sebagai akibat dari konsumsi makanan dan zat gizi. Orang yang sedang berada pada kondisi gizi yang kurang baik akan lebih mudah mengalami kelelahan dalam melakukan pekerjaannya.⁵

Berdasarkan pengambilan data awal pada pekerja di PT. Angkasa Pura I (PERSERO) Kota Makassar Tahun 2021, data yang didapatkan dari hasil pengukuran IMT terhadap 17 pekerja terdapat 35% pekerja termasuk dalam kategori gemuk 65% termasuk dalam kategori normal. Adapun data awal yang diperoleh mengenai aktivitas fisik rata-rata karyawan memiliki tingkat aktivitas fisik yang tinggi, kelelahan kerja rata-rata pegawai mengalami kelelahan dan produktivitas kerja sebagian karyawan kurang mencapai target. Oleh karena itu, berdasarkan kenyataan dilapangan perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai “Hubungan status gizi dengan produktivitas kerja karyawan PT. Angkasa Pura I (PERSERO) Kota Makassar Tahun 2021”.

METODE

Jenis Penelitian ini merupakan penelitian survey kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian *cross sectional* yang mempelajari hubungan status gizi dengan produktivitas kerja pada karyawan PT. Angkasa Pura I (PERSERO) Kota Makassar Tahun 2021. Waktu untuk penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 22 Februari sampai 22 Maret Tahun 2021. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *total sampling* dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*, dimana datanya bersumber dari fakta yang telah terjadi atau sedang berlangsung dalam populasi penelitian dengan tujuan untuk mengetahui hubungan status gizi dengan produktivitas kerja pada karyawan di PT. Angkasa Pura I (PERSERO) Kota Makassar Tahun 2021. Setelah data terkumpul dilakukan pemeriksaan kelengkapan dan kemudian dilakukan pengolahan data. Uji analisis data menggunakan uji *statistic chi-square* dengan menggunakan SPSS agar dapat memaparkan hasil dari analisa data univariat frekuensi dan presentasi serta analisa bivariat untuk mengetahui hubungan dari variabel bebas dengan variabel terikat. Pengukuran aktivitas fisik dilakukan dengan pembagian kuesioner pekerja di arahkan untuk mengingat kembali aktivitas 7 hari sebelumnya yang dilakukan sedangkan untuk status gizi di ukur menggunakan IMT untuk menentukan status gizinya, dengan membagi angka berat badan dalam satuan kilogram (kg) dengan tinggi badan dalam satuan meter kuadrat (kg/m^2).

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan secara statistik *chi-square* menggunakan bantuan program SPSS, yaitu dilakukan dengan analisis univariat menjelaskan karakteristik setiap variabel serta menganalisis distribusi frekuensi presentase dari tiap variabel dan analisis bivariat untuk melihat analisis dua variabel yang mempunyai hubungan antara variabel dependen dan independen. Analisis bivariat dilakukan dengan membuat tabel silang (*contingency*) antara variabel bebas dengan variabel terikat yaitu

untuk mengetahui ada tidaknya hubungan, menggunakan uji statistik yang digunakan adalah *Chi-square* dengan memenuhi syarat menggunakan derajat kemaknaan $\alpha = 0,05$ (dengan tingkat kepercayaan 95%).

HASIL

Karakteristik Responden

Tabel. 1 Distribusi Responden Berdasarkan Umur Karyawan PT. Angkasa Pura I (PERSERO) Kota Makassar Tahun 2021

Umur	N	%
20-29 tahun	26	63,4
30-39 tahun	9	22,0
40-49 tahun	4	9,8
≥50 tahun	2	4,9
Total	41	100

Berdasarkan distribusi responden pada tabel 1 dari 41 sampel menunjukkan bahwa umur pekerja 20-29 tahun sebanyak 26 orang (63,4%), 30-39 tahun sebanyak 9 orang (22,0%), 30-49 tahun sebanyak 4 orang (9,8%), sedangkan ≥ 50 tahun sebanyak 2 orang (4,9%).

Tabel.2 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Karyawan PT. Angkasa Pura I (PERSERO) Kota Makassar Tahun 2021

Jenis Kelamin	N	%
Laki-Laki	32	78,0
Perempuan	9	22,0
Total	41	100

Berdasarkan distribusi responden pada tabel 2 dari 41 sampel menunjukkan bahwa jenis kelamin pekerja laki-laki sebanyak 32 orang (78,0%) sedangkan pekerja perempuan sebanyak 9 orang (22,0%).

Tabel.3 Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan Karyawan PT. Angkasa Pura I (PERSERO) Kota Makassar Tahun 2021

Pendidikan	N	%
SMA/SMK	6	14,6
D3	6	14,6
S1	29	70,7
Total	41	100

Berdasarkan distribusi responden pada tabel 3 dari 41 sampel menunjukkan bahwa pekerja dengan pendidikan SMA/SMK sebanyak 6 orang (14,6%), pendidikan D3 sebanyak 6 orang (14,6%) sedangkan pendidikan S1 sebanyak 29 orang (70,7%).

Tabel.4 Distribusi Responden Berdasarkan Masa Karyawan PT. Angkasa Pura I (PERSERO) Kota Makassar Tahun 2021

Masa Kerja	N	%
≤ 10 Tahun	39	95,1
> 10 Tahun	2	4,9
Total	41	100

Berdasarkan distribusi responden pada tabel 4 dari 41 sampel berdasarkan masa kerja menunjukkan bahwa masa kerja pekerja ≤ 10 Tahun sebanyak 39 orang (95,1%) sedangkan pekerja > 10 tahun sebanyak 2 orang (4,9%).

Analisis Bivariat

Hubungan Status Gizi dengan Produktivitas Kerja

Tabel. 11 Hubungan Status Gizi dengan Produktivitas Kerja Karyawan PT. Angkasa Pura I (PERSERO) Kota Makassar Tahun 2021

Status Gizi	Produktivitas Kerja				Total		P (value)
	Produktif		Tidak Produktif		N	%	
	n	%	n	%			
Normal	15	62,5	9	37,5	24	100	0,014
Gemuk	4	23,5	13	76,5	17	100	
Total	19	46,3	22	53,7	41	100	

Berdasarkan tabel 11 menunjukkan bahwa pekerja dengan status gizi normal dan produktivitas kerja yang produktif sebanyak 15 orang (62,5%) dan pekerja yang tidak produktif sebanyak 9 orang (37,5%). Sedangkan pekerja dengan status gizi gemuk dan produktivitas yang produktif sebanyak 4 orang (23,5%) dan pekerja yang tidak produktif sebanyak 13 orang (76,5%). Hasil uji statistik dengan menggunakan *chi-square* diperoleh nilai *p value* = 0,014, karena nilai probabilitas $\alpha < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti ada hubungan status gizi dengan produktivitas kerja di PT. Angkasa Pura I (PERSERO) Kota Makassar Tahun 2021.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, didapatkan hasil bahwa dari 41 pekerja, yang termasuk kategori produktif sebanyak 19 orang (46,3%) sedangkan pekerja yang termasuk kategori tidak produktif sebanyak 22 orang (53,7%). Berdasarkan hasil observasi di lapangan menunjukkan bahwa masih terdapat beberapa pegawai yang tidak produktif dalam bekerja, hal ini diakibatkan oleh pekerjaan, diantaranya adalah ketidaksesuaian antara latar belakang pendidikan dengan pekerjaan maupun kurangnya waktu untuk menyelesaikan pekerjaan akibat pekerjaan lain yang bersifat lapangan seperti proyek.

Produktivitas kerja adalah sikap mental (*attitude of mind*) yang mempunyai semangat untuk melakukan peningkatan perbaikan. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa produktivitas berkaitan dengan efisiensi penggunaan input untuk memproduksi barang atau jasa sebagai konsep pemenuhan kebutuhan manusia atau sering juga disebut sebagai sikap mental yang selalu memiliki pandangan bahwa mutu kehidupan hari ini harus lebih baik daripada kemarin.⁶

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, didapatkan hasil bahwa dari 41 pekerja, yang termasuk kategori produktif sebanyak 19 orang (46,3%) sedangkan pekerja yang termasuk kategori tidak produktif sebanyak 22 orang (53,7%). Berdasarkan hasil observasi di lapangan menunjukkan bahwa masih

terdapat beberapa pegawai yang tidak produktif dalam bekerja, hal ini diakibatkan oleh pekerjaan, diantaranya adalah ketidaksesuaian antara latar belakang pendidikan dengan pekerjaan maupun kurangnya waktu untuk menyelesaikan pekerjaan akibat pekerjaan lain yang bersifat lapangan seperti proyek.

Produktivitas kerja yang ditemukan di lapangan sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Ramadhanti (2020) yang menyatakan bahwa kelelahan yang dialami oleh pekerja akan berpengaruh terhadap produktivitas baik dalam jangka pendek, jangka menengah maupun jangka panjang. Kelelahan dapat terjadi jika beban kerja melebihi kemampuan yang dimiliki tenaga kerja, sehingga tubuh akan dipaksa bekerja lebih dan menimbulkan perasaan lelah.⁷

Menurut Departemen Kesehatan RI pada tahun 2006, status gizi diartikan sebagai kondisi yang merepresentasikan keseimbangan antara jumlah asupan zat gizi dengan jumlah yang dibutuhkan tubuh untuk berbagai aktivitas yang terjadi di dalamnya.⁸

Berdasarkan hasil uji univariat menunjukkan bahwa status gizi dari 41 pekerja, pekerja dengan status gizi normal sebanyak 24 orang (58,5%) sedangkan pekerja dengan status gizi gemuk sebanyak 17 orang (41,5%). Berdasarkan hasil uji statistik bivariat menunjukkan bahwa dari 24 pekerja dengan status gizi normal dengan produktivitas kerja yang produktif sebanyak 15 orang (62,5%), yang tidak produktif sebanyak 9 orang (37,5%) sedangkan dari 17 pekerja dengan status gizi gemuk dengan produktivitas kerja yang produktif sebanyak 4 orang (23,5%), yang tidak produktif sebanyak 13 orang (76,5%). Dengan demikian berdasarkan hasil uji analisis bivariat menunjukkan bahwa pekerja dengan status gizi normal dengan produktivitas kerja yang produktif lebih kecil daripada pekerja dengan status gizi normal dengan produktivitas kerja yang tidak produktif dengan nilai ($p=0,014$) < nilai ($\alpha=0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan status gizi dengan produktivitas kerja.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sumigar dkk (2020) Pengaruh status gizi dengan produktivitas kerja yang menyatakan bahwa pekerjaan dengan keadaan gizi yang baik akan memiliki kapasitas kerja dan ketahanan tubuh yang baik. Tenaga kerja dengan status gizi tidak normal perlu mendapat perhatian karena konsumsi energi yang melebihi kebutuhan sehingga terjadi penumpukan lemak dalam tubuh.⁹

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara status gizi dengan produktivitas kerja pada karyawan PT. Angkasa Pura I (PERSERO) Kota Makassar Tahun 2021 nilai ($p=0,014$).

Diharapkan peneliti selanjutnya untuk lebih dapat menganalisa secara mendalam mengenai hubungan aktivitas fisik, kelelahan kerja dan status gizi dengan produktivitas kerja pada karyawan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Siswadi, Y. Pengaruh Pelatihan Dan Disiplin Terhadap Produktivitas Kerja Karyawan Padapt. Jasa Marga Cabang (Belmera) Medan. *Jurnal Ilmiah Manajemen dan Bisnis*. 2016 April ; 17(1) : 124–

137 .

2. Saleh, A. R. & Utomo, H. Pengaruh Disiplin Kerja, Motivasi Kerja, Etos Kerja Dan Lingkungan Kerja Terhadap Produktivitas Kerja Karyawan Bagian Produksi Di Pt. Inko Java Semarang. *Jurnal Among Makarti*. 2018 ; 11(1) : 28–50.
3. Ni'mah, I. S. Hubungan Aktifitas Fisik Terhadap Siklus Menstruasi Pada Siswi SMA 1 Kraksaan. *Penerapan Embellishment Sebagai Unsur Dekoratif Pada Busana Modestwear*, d(2017) : 1–15
4. Medianto, D. Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Tenaga Kerja Bongkar Muat (TKBM) Di Pelabuhan Tanjung Emas Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat* (2017).
5. Suryaningtyas, Y. Iklim Kerja Dan Status Gizi Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Di Ballast Tank Bagian Reparasi Kapal Pt. X Surabaya. *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS.Dr. Soetomo*. 2017 ; 3(1) : 17 .
6. Utama, W. G . D. Pengaruh motivasi, stres kerja, lingkungan kerja dan budaya organisasi terhadap produktivitas kerja karyawan CV. APG (Agung Perkasa Garmen). vol. 3 (2015).
7. Ramadhanti, A. A. Status Gizi dan Kelelahan terhadap Produktivitas Kerja. *Jurnal Ilmiah Kesehat. Sandi Husada*. 2020 ; 11(1) :213–218.
8. Dewi, S. K. Level Aktivitas Fisik dan Kualitas Hidup Warga Lanjut Usia. *Media Kesehatan Masyarakat. Indonesia*. 2018 ; 14(3) : 241.
9. Shafitra, M. Hubungan Status Gizi, Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Produktivitas Kerja Pada Pekerja di PT Gatra Tahun 2019 (Doctoral dissertation, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta). (2019).