

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Menurut *International Labour Organization* 2017, dalam 30 tahun terakhir Indonesia mendapatkan keuntungan yang berarti dari sektor pembangunan manusia, Nilai indeks HDI (*Human Development Indeks*) untuk Indonesia sebesar 0,68, yaitu masuk kedalam kelompok negara dengan kategori “Pembangunan Indonesia Menengah”. Secara keseluruhan dari 188 negara, Indonesia menduduki peringkat 113 pada tahun 2015, dimana peringkat untuk Indonesia sudah meningkat tiga kali dari tahun 2010. Perkembangan indeks pembangunan manusia mengalami pelambanan pada 5 tahun terakhir yaitu tahun 2010-2015 dengan peningkatan hanya 0,92% (*International Labour Organization*, 2017). Dalam mencapai pertumbuhan yang relatif seimbang dari tahun ke tahun, kini Indonesia dianggap sebagai contoh yang baik terutama sebelum krisis keuangan pada tahun 1997. Perubahan struktural perkenomian di Indonesia membuktikan bahwa ketenagakerjaan, demografi, dan produktivitas tenaga kerja berkontribusi positif dalam pertumbuhan ekonomi (Khatiwada dan Lennon, 2017).

Menurut Wignjosenroto produktivitas di definisikan dengan suatu rasio antara keluaran (*output*) dan masukan (*input*) yang berarti suatu efisiensi dalam bekerja (Wignjosebroto, 2016). Dalam menunjang keberhasilan suatu perusahaan, produktivitas kerja pekerja merupakan faktor yang sangat penting yang harus dipenuhi. Produktivitas kerja yang tinggi di suatu perusahaan dapat menguntungkan baik untuk kesejahteraan karyawannya maupun untuk menguntungkan dari segi perusahaan. Produktivitas kerja juga mencerminkan etos kerja seorang karyawan yang dapat tercermin lewat sikap mental yang baik. Pekerja ataupun pengusaha di suatu perusahaan wajib untuk meningkatkan produktivitasnya (Ardika, 2010).

Pengukuran suatu produktivitas kerja merupakan cara yang penting di semua tingkat ekonomi terutama untuk alat manajemen. Dalam level perusahaan, pengukuran suatu produktivitas kerja digunakan untuk manajemen dengan menganalisa dan mendorong keefisienan produksi diperusahaan tersebut sehingga

diharapkan keuntungan yang tinggi untuk perusahaan (Muchdarsyah Sinungan, 2008).

Menurut Kementerian Perindustrian, Sumber Daya Manusia (SDM) merupakan faktor penting pendorong pertumbuhan ekonomi, termasuk sektor industri. Salah satu syarat (*enabling condition*) bagi peningkatan dan keberlanjutan pertumbuhan sektor industri dimasa depan ialah adanya ketersediaan SDM yang berkualitas (Kementrian Perindustrian, 2012). Salah satu acara yang mempunyai pengaruh sangat besar bagi peningkatan kuliatas SDM dan peningkatan mutu ialah peningkatan status gizi masyarakat. Status gizi masyarakat merupakan faktor untuk menentukan kualitas hidup dan produktivitas kerja suatu negara (Agung, 2010).

Meningkatkan status gizi penduduk merupakan basis pembentukan SDM yang berkualitas (sehat, cerdas, produktif, dan mandiri). Penduduk yang tidak cukup mengkonsumsi pangan, atau mungkin konsumsi pangan sudah mencukupi akan tetapi jika pada konsumsi sehari-hari tidak seimbang akan menimbulkan masalah pada penduduk. Gizi kerja merupakan upaya promotif, syarat penting untuk meningkatkan derajat kesehatan dan produktivitas kerja. Penerapan gizi kerja di perusahaan menjadi keharusan investasi yang rasional bagi perbaikan kualitas tenaga kerja. Di samping aspek kesehatan, dalam gizi kerja juga terkandung aspek kesejahteraan dan pengembangan sumber daya (Anies, 2014).

Menurut hasil Susenas Maret 2017 salah satu indikator untuk menunjukan tingkat kesejahteraan penduduk adalah dengan melihat tingkat kecukupan gizi penduduknya yang dapat dihitung berdasarkan besar kalori dan protein yang dikonsumsi. Indonesia menetapkan standar nasional konsumsi kalori dan protein berdasarkan PERMENKES RI Nomor 75 Tahun 2013 Tentang Angka Kecukupan Gizi (AKG) yaitu standar yang dianjurkan per orang per hari sebesar 2.150 kkal dan 57 gram protein. Secara nasional rata-rata tingkat konsumsi kalori dan protein masyarakat sudah diatas batas standar nasional yang telah ditetapkan oleh Permekes RI. Sebagai contoh, pada Maret 2017, diperkirakan konsumsi kalori rata-rata nasional per hari per kapita adalah sebesar 2152.4 kkal dan untuk protein adalah sebesar 62.20 gram, ini menunjukkan bahwa angka rata-rata ini dikarakteristikkan melalui asupan kalori dan protein yang sudah berkecukupan. Akan tetapi, jika dilihat menurut klasifikasi daerah, rata-rata konsumsi kalori perkapita sehari

didaerah perkotaan masih dibawah batas standar kecukupan konsumsi kalori perkapita sehari yaitu hanya sebesar 2142.61 kkal (Badan Pusat Statistik, 2017).

Pada tahap awal tubuh akan mengalami rasa lapar apabila kekurangan zat gizi terutama jika kekurangan gizi karbohidrat dan protein dan kemudian dalam jangka waktu panjang tubuh akan mengalami penurunan berat badan diikuti dengan penurunan produktivitas kerja (Cakrawati dan Mustika, 2012).

Keadaan gizi seseorang dapat dipengaruhi oleh perilaku pola konsumsi. Kuantitas dan kualitas makanan yang dikonsumsi akan mempengaruhi keadaan gizi dan kesehatan seseorang. Adanya semua zat-zat gizi yang diperlukan oleh tubuh menunjukkan suatu kualitas makanan, sedangkan untuk jumlah masing-masing zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh menunjukkan kuantitas makanan. Kondisi keadaan gizi yang baik didapatkan dari susunan makanan yang memenuhi kebutuhan tubuh baik dari segi kuantitas maupun segi kualitas (Nadimin, 2011).

Asupan zat gizi yang baik dibutuhkan oleh seorang pekerja agar dapat menghasilkan produktivitas kerja yang tinggi. Dalam mengkonsumsi makanan, konsumsi pangan sumber energi sangat perlu diperhatikan. Hal tersebut disebabkan karena sumber pangan energi diperlukan oleh tubuh untuk menghasilkan tenaga, selain itu, energi juga dibutuhkan oleh manusia untuk melakukan aktivitas fisik, menunjang pertumbuhan tubuh dan mempertahankan kehidupan seseorang (Almatsier, 2010). Kebutuhan asupan gizi seseorang dipengaruhi oleh faktor usia, jenis kelamin, aktivitas, berat badan dan tinggi badan (Par'i, 2017).

Dalam upaya meningkatkan produktivitas kerja, pemantauan status gizi dan pola konsumsi pekerja menjadi suatu aspek yang cukup penting. Defisiensi zat-zat gizi dalam makanan akan menyebabkan adanya gangguan kesehatan dan penurunan produktivitas kerja (Anies, 2014). Pada dasarnya produktivitas mempunyai kaitan erat dengan sistem produksi, dimana faktor-faktor seperti bangunan perusahaan, modal/kapital seperti mesin, bahan baku, peralatan kerja serta tenaga kerja itu sendiri, dikelola dengan cara yang terorganisir untuk mewujudkan barang (*finished goods product*) secara efisien dan efektif (Wignjosoebroto, 2016).

Banyak penelitian menunjukkan hubungan antara tercukupinya kebutuhan gizi terutama kebutuhan energi dengan produktivitas kerja ataupun kapasitas kerja. Aneel Keys membuktikan suatu hubungan antara kapasitas kerja pekerja dengan

berat badan tenaga kerja. Kapasitas kerja yang seharusnya akan menurun 10% dibawah normal apabila berat badan seseorang juga dibawah 10% dari berat badan seharusnya. Jika berat badan menurun dibawah 15% dari berat badan seharusnya, maka kapasitas kerja juga akan menurun sampai 50% dibawah kapasitas kerja normal (Adriani dan Wirjatmadi, 2012). Kapasitas kerja dan ketahanan tubuh yang baik pasti dimiliki oleh pekerja yang memiliki kondisi gizi yang baik pula (Budiono, 2016).

Beberapa penelitian mengenai hubungan status gizi terhadap produktivitas kerja banyak dilakukan. Salah satunya penelitian yang dilakukan oleh Vinod Agung Nugroho (2007) di PT. Tobacco Gembongan Kartasura yang meneliti tentang adanya Hubungan Status Gizi terhadap Produktivitas Tenaga Kerja Wanita diperoleh bahwa rata-rata responden dari kelompok status gizi (IMT) normal memiliki produktivitas tinggi yaitu sebanyak 21 orang (58.3%) lebih banyak dibandingkan dengan kelompok status gizi yang lainnya. Dengan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa status gizi mempunyai hubungan dengan produktivitas tenaga kerja wanita PT. Tobacco.

Hasil Penelitian Bawinto dkk (2016) di Kecamatan Kawangkoan yang meneliti pekerja sangrai kacang tentang hubungan status gizi dengan produktivitas kerja, diperoleh adanya hubungan antara status gizi terhadap produktivitas kerja dengan nilai p 0,048. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Astuti (2017) pada Tenaga Kerja Wanita Bagian Finishing 3 PT Hanil Indonesia Nepen Teras Boyolali tentang Hubungan Asupan Energi, Asupan Protein dan Status Gizi terhadap Produktivitas Kerja, didapatkan adanya hubungan status gizi terhadap produktivitas kerja dengan nilai p 0.005 dan juga didapatkan adanya hubungan asupan energi terhadap produktivitas tenaga kerja dengan nilai p 0.048. Hal ini sejalan dengan teori Anies (2014) tentang gizi kerja untuk menunjang produktivitas, bahwa status gizi mempunyai aspek kesehatan dan di sisi lain mempunyai aspek menunjang produktivitas serta untuk mencerdaskan kehidupan bangsa dengan alasan tersebut, perbaikan dan peningkatan status gizi mempunyai arti yang sangat penting dalam upaya menyehatkan, meningkatkan produktivitas kerja serta mencerdaskan pekerja.

PT Gatra merupakan perusahaan yang bergerak dibidang jurnalistik dimana pekerja bertugas mengumpulkan, menulis dan mempublikasi berita melalui media

cetak ataupun media elektronik. Pekerja di perusahaan ini berjumlah 136 orang dengan 42 orang bagian redaksi, 15 orang bagian marketing serta 79 pekerja bekerja sebagai *office* kantor. Hasil pendahuluan pemantauan dilokasi yang dilakukan oleh peneliti di PT Gatra terdapat beberapa gejala-gejala tidak produktif yang dialami oleh pekerja, hal tersebut dinilai dari capaian target pekerja yang masih belum memenuhi target yang diberikan oleh perusahaan.

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti, status gizi pekerja sangatlah beragam ada pekerja yang tergolong normal dan ada juga pekerja yang tergolong malnutrisi (*overnutrition* atau *undernutriron*). Hasil wawancara yang telah dilakukan dengan manager HRD, didapatkan informasi bahwa tidak adanya pengaturan gizi kerja karyawan, tidak adanya kantin perusahaan/*catering* didalam perusahaan, yang ada hanya pemberian uang makan tanpa pemantauan kembali apakah dengan uang makan saja sudah dapat memenuhi gizi karyawan. Dari hasil tanya jawab dengan salah satu karyawan bagian redaksi, mereka bekerja dengan jam kerja yang tidak teratur dan tempat yang tidak menentu sehingga mengacu pada pola makan perkerja yang cenderung sembarangan.

Pola konsumsi yang baik dan status gizi yang ideal akan mempengaruhi produktivitas kerja pekerja. Produktivitas kerja yang tinggi secara umum akan menghasilkan hasil dalam jumlah yang besar untuk setiap pekerjaan. Berdasarkan uraian-uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan status gizi, pola makan dan aktivitas fisik dengan produktivitas kerja pada pekerja di PT Gatra Tahun 2019.

I.2 Perumusan Masalah

I.2.1 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang sudah dijelaskan pada latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara status gizi, pola makan dan aktivitas fisik dengan produktivitas kerja pada pekerja di PT Gatra Tahun 2019?

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara status gizi, pola makan dan aktivitas fisik dengan produktivitas kerja pada pekerja di PT Gatra Tahun 2019.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui karakteristik responden seperti umur, jenis kelamin, pendidikan, masa kerja dan unit kerja di PT Gatra Tahun 2019
- b. Untuk mengetahui gambaran status gizi pekerja di PT Gatra Tahun 2019.
- c. Untuk mengetahui gambaran pola makan pekerja di PT Gatra Tahun 2019.
- d. Untuk mengetahui gambaran aktivitas fisik pekerja di PT Gatra Tahun 2019.
- e. Untuk mengetahui gambaran produktivitas pekerja di PT Gatra Tahun 2019.
- f. Untuk mengetahui hubungan status gizi dengan produktivitas kerja pada pekerja di PT Gatra Tahun 2019.
- g. Untuk mengetahui hubungan pola makan dengan produktivitas kerja pada pekerja di PT Gatra Tahun 2019.
- h. Untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan produktivitas kerja pada pekerja di PT Gatra Tahun 2019.

I.4 Manfaat

I.4.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis yang diharapkan dalam penelitian ini adalah sebagai bentuk ilmu yang sudah dilakukan selama duduk di bangku kuliah serta dapat mengembangkan ilmu pengetahuan di bidang keselamatan dan kesehatan kerja lingkungan (K3L), khususnya mengenai hubungan status gizi, pola makan dan aktivitas fisik terhadap produktivitas kerja.

I.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Perusahaan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi untuk mengetahui status gizi, pola makan dan produktivitas kerja, serta dapat menjadi masukan bagi perusahaan untuk pertimbangan dalam menentukan kebijakan perusahaan khususnya tentang gizi kerja.

b. Bagi Pekerja

Manfaat bagi pekerja yaitu diharapkan sebagai bahan pengetahuan dan masukan untuk lebih lebih memahami kondisi dan pola makannya serta memperhatikan status gizinya guna menunjang produktivitas kerjanya.

c. Bagi Program Studi Kesehatan Masyarakat

Hasil penelitian ini dapat menambah referensi kepustakaan bagi perkembangan ilmu pengetahuan di bidang keselamatan dan kesehatan kerja lingkungan khususnya mengenai hubungan status gizi dan pola makan terhadap produktivitas kerja.

d. Bagi Mahasiswa

Hasil Penelitian ini diharapkan dapat menjadi penerapan ilmu pengetahuan yang telah didapatkan dari perkuliahan dan secara langsung memberikan pengalaman bagi peneliti saat berada di lingkungan masyarakat untuk selanjutnya diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti lain untuk melakukan penelitian sejenis atau mengembangkan penelitian ini terkait produktivitas.