

HUBUNGAN ANTARA POLA KONSUMSI DAN STATUS ANEMIA DENGAN PRODUKTIVITAS PADA PEKERJA WANITA PADA BAGIAN PRODUKSI DI CV SURYA NEDIKA ISABELLA

(Relationship Between Consumption Pattern and Anemic Status With Women Employees Productivity at Production Section in CV Surya Nedika Isabella)

Dila Ningrum, Lailatul Muniroh

*Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga, Departemen Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga
dl.ningrum@yahoo.co.id*

ABSTRAK

Pendahuluan : Masalah gizi pada pekerja masih banyak terjadi di Indonesia. Terutama pada pekerja wanita. Masalah terkait dengan gizi pada pekerja wanita adalah anemia gizi. Anemia gizi besi erat kaitannya dengan penurunan kemampuan motorik (dampak fisik) yang dapat menyebabkan rasa cepat lelah dan keadaan ini akan mengganggu produktivitas seseorang. **Metode :** Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional* dengan jumlah sampel sebanyak 38 pekerja wanita yang dipilih menggunakan *simple random sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara. Perlakuan pada penelitian ini adalah pengambilan sampel darah untuk menentukan kadar Hb pekerja. Variabel dalam penelitian ini adalah pola konsumsi, status gizi, status anemia dan produktivitas. **Hasil :** Pada penelitian ini responden berada pada usia produktif diantara 30-39 tahun sebanyak 57,9% dengan masa kerja sebagian besar adalah 1-3 tahun sebanyak 31,6%. Sebagian besar responden adalah tamatan SMA yaitu sebanyak 94,7%. Jenis makanan yang banyak dikonsumsi oleh responden adalah nasi, lauk nabati, sayur dan buah. Sebagian besar responden memiliki kebiasaan makan 3 kali dalam sehari yaitu sebanyak 68,4%. Berdasarkan hasil penelitian terdapat responden sebagian besar responden memiliki kadar Hb yang normal, tetapi sebanyak 39,5% mengalami anemia. Sebagian besar responden memiliki produktivitas lebih dari rata-rata per 7 jam kerja tetapi masih terdapat responden dengan tingkat produktivitas rendah yaitu sebanyak 21,1%. **Pembahasan :** Berdasarkan uji statistik dengan uji korelasi *spearman* yang dilakukan, diketahui bahwa terdapat hubungan antara frekuensi makan dan status anemia dengan produktivitas pekerja wanita pada bagian produksi di CV Surya Nedika Isabella ($p < 0,05$).

Kata kunci : status anemia, produktivitas, pekerja wanita

ABSTRACT

Introduction : Nutrition problem in employee still often occurs in Indonesia. Especially in women employees. Problem related to nutrition in women employees is nutritional anemia. Iron nutritional anemia related tightly to decreasing of motoric ability (physical impact) that cause tired easily feeling and this condition will disturb one productivity. **Method :** This study used *cross sectional* approached with amount of sample of 38 women employees chosen used *simple random sampling*. Data collecting had been done by interview. Treatment of this research is blood sample collecting to determine Hb level of employees. Variable of this study are consumption pattern, nutrition status, anemic status and productivity. **Result ;** In this study, respondents are in productive age spans from 30-39 years old to 57.9% respondents with most of their work periode of 1-3 years to 31.6% respondents. Most of respondents are graduated from senior high school which are 94.7%. Most consumed kind of food by respondents are rice, plant dishes, vegetable, and fruit and have eat habit to thrice a day which are 68.4%. Based on study result there respondents with normal Hb level but 39.5% of them suffered anemia. Most of respondent have productivity more than average of 7 hours work hours, but there were 21.1% respondents with low productivity. **Discussion ;** Based on statistic test by *Spearman* correlation test, showed that there is correlation between anemic status with women employees productivity in production section in CV Surya Nedika Isabella ($p < 0.05$). This study showed respondent with eat habit to thrice a day is more productive than responden with eat habit less than thrice a day ($p < 0,05$).

Keyword: anemic status, productivity, women employee

PENDAHULUAN

Masalah gizi masih menjadi masalah yang banyak terjadi pada semua kalangan di Indonesia tidak terkecuali pada pekerja. Masalah gizi pada pekerja dapat menjadi pemicu terganggunya proses bekerja. Pekerja wanita merupakan salah satu kelompok yang rentan terhadap masalah gizi. Pekerja wanita lebih rawan terhadap kekurangan gizi karena selain masalah pekerjaan, wanita juga mengalami masalah menstruasi setiap bulan yang sangat mempengaruhi keadaan tubuhnya. Maka dari itu status gizi bagi pekerja wanita ini harus sangat diperhatikan (Iswari, 2014). Beberapa karakteristik khusus pada wanita membuat pekerja wanita lebih rentan terhadap kekurangan gizi. Karakteristik tersebut diantaranya meliputi : karakteristik fisik yaitu ukuran dan kekuatan tubuh. Selain itu juga dari segi biologis, pada wanita terdapat kondisi khusus seperti haid, kehamilan, melahirkan, menyusui dan menopause. Faktor fisik dan biologis tenaga kerja wanita dapat berakibat absenteisme yang lebih besar (Suma'mur, 2009). Pada penelitian yang dilakukan di Cambodia ditemukan bahwa terdapat perbedaan absensi karena sakit antara pekerja wanita dan pekerja pria. Pekerja wanita lebih banyak mengambil izin karena sakit dengan persentase 24,8% dibandingkan dengan pekerja pria dengan persentase 15,2%. Pada penelitian tersebut juga ditemukan bahwa pekerja wanita sebanyak 8% mengalami masalah kesehatan reproduksi pada pekerja pria tidak ditemukan adanya masalah kesehatan reproduksi (Makin, 2006). Masalah lain terkait dengan gizi pada pekerja wanita adalah anemia gizi. Masalah kesehatan ini terjadi akibat kekurangan zat besi (Fe) atau sering disebut anemia gizi besi (ABG). Anemia merupakan masalah gizi yang banyak terjadi di seluruh dunia, yang tidak hanya terjadi di negara berkembang tetapi juga di negara maju. Penderita anemia diperkirakan 2 milyar, dengan prevalensi terbanyak di wilayah Asia dan Afrika (UN-SCN, 2004).

Departemen Kesehatan Republik Indonesia (2009) menyatakan bahwa sekitar 50% dari 25 juta pekerja wanita di Indonesia menderita anemia gizi besi. Anemia gizi besi ini mengakibatkan kadar hemoglobin (Hb) para pekerja perempuan di

bawah nilai rerata nasional. Kadar hemoglobin adalah parameter yang digunakan secara luas untuk menetapkan angka kejadian anemia. Nilai rerata nasional hemoglobin (Hb) pada perempuan dewasa adalah 12,0 gr/dl. Sebanyak 17 provinsi di Indonesia mempunyai nilai rerata kadar hemoglobin (Hb) dibawah nilai rerata nasional. Menurut data Riskesdas 2013, prevalensi anemia di Indonesia yaitu 21,7%, dengan proporsi 20,6% di perkotaan dan 22,8% di pedesaan serta 23,9% perempuan.

Pengaruh buruk anemia gizi besi lainnya adalah menurunnya produktivitas pekerja wanita. Pada penelitian yang dilakukan oleh Purba(2013) menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kadar hemoglobin dan status gizi dengan produktivitas kerja pada petani padi tradisional di Kabupaten Gowa. Anemia gizi besi erat kaitannya dengan penurunan kemampuan motorik (dampak fisik) yang dapat menyebabkan rasa cepat lelah. Rasa cepat lelah terjadi karena metabolisme energi oleh otot tidak berjalan dengan sempurna karena otot kekurangan oksigen, dimana oksigen yang dibutuhkan oleh sel-sel otot ini diangkut oleh zat besi dalam darah yaitu hemoglobin. Kadar hemoglobin yang rendah akan mengganggu proses metabolisme dalam tubuh (Oppusungu, 2009). Maka perlu adanya penelitian terkait dengan pola konsumsi, status gizi dan juga kadar hemoglobin dalam hubungannya dengan produktivitas tenaga kerja khususnya tenaga kerja wanita.

METODE

Berdasarkan sifat masalah dan analisis data penelitian ini termasuk penelitian analitik. Ditinjau dari tempat pelaksanaan penelitian, penelitian ini termasuk penelitian lapangan (observasional) karena mendapatkan data primer dengan melakukan wawancara dan pengukuran pada pekerja. Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional* karena pengumpulan data dilakukan sekaligus pada waktu atau saat tertentu.

Pada penelitian ini populasi merupakan semua pekerja wanita pada bagian produksi baik yang bekerja pada shift pagi maupun malam di CV Surya Nedika Isabella sebanyak 42 pekerja. Penelitian dilakukan

pada bulan Juni- Juli tahun 2016. Pada penelitian ini, penentuan sampel ditentukan dengan menggunakan metode *simple random sampling*. Sampel pada penelitian ini adalah tenaga kerja di bagian produksi sebesar 38 orang.

Data primer di dapatkan dengan wawancara dengan kuisioner dalam bentuk pertanyaan lisan dan digunakan untuk mengetahui informasi dari responden meliputi usia, tingkat pendidikan, pola konsumsi di dapatkan dengan wawancara menggunakan *food frequency questionnaire* dan pola konsumsi dan pengukuran kadar Hb dengan metode *cyanmethemoglobin*.

HASIL

Karakteristik responden berdasarkan usia menunjukkan sebagian responden berada pada usia produktif diantara 30-39 tahun sebanyak 57,9%. Sebanyak 21,1% responden memiliki usia pada rentang 19-29 tahun dan hanya 2,6 % responden yang memiliki usia pada rentang 50 -59 tahun. Tabel 1.1 menggambarkan karakteristik responden berdasarkan usia.

Karakteristik lain yang diteliti pada penelitian ini adalah tingkat pendidikan responden. Berdasarkan wawancara yang dilakukan diketahui bahwa tingkat pendidikan responden sebagian besar adalah tamat SMA/Sederajat (94,7%).

Karakteristik lain yang yaitu dilihat dari masa kerja. Sebagian besar responden memiliki masa kerja selama 1-3 tahun yaitu sebanyak 31,6 %. Responden yang memiliki masa kerja lebih dari 9 tahun adalah sebanyak 15,8 %. Tabel 1.3 menunjukkan distribusi responden berdasarkan karakteristik masa kerja. Tabel 1.4 menggambarkan frekuensi makanan responden dalam satu hari. Tabel 4.5 merupakan gambaran frekuensi makan yang di dapatkan dari hasil *food frequency questionnaire*.

Berdasarkan Tabel 1.4 sebagian responden memiliki kebiasaan makanan 3 kali dalam satu hari dan tidak terdapat responden yang memiliki kebiasaan makan 1 kali dalam satu hari. Tabel 1.5 menggambarkan jenis makanan yang biasa dikonsumsi oleh responden. Sebagian besar responden memiliki kebiasaan makanan

dengan jenis makanan nasi, lauk dan sayur. Sebanyak 5,3% responden saja yang memiliki kebiasaan makan dengan mengkonsumsi nasi dan lauk.

Tabel 1.6 menunjukkan frekuensi jenis makanan yang biasa dikonsumsi oleh responden. Pada jenis makanan pokok semua responden memiliki kebiasaan sering makan, karena sebagian besar responden makan nasi dengan frekuensi harian. Pada jenis makanan lauk hewani sebagian besar responden yaitu sebanyak 81,6% mengkonsumsi lauk hewani pada kategori kadang-kadang dan terdapat 5,3% responden yang memiliki kebiasaan mengkonsumsi lauk hewani pada kategori jarang. Pada lauk nabati, sebagian responden memiliki kebiasaan mengkonsumsi lauk nabati yang tergolong sering sebanyak 97,4%. Pada jenis makanan sayur sebagian besar responden juga memiliki kebiasaan makanan sayur dengan frekuensi sering sebanyak 89,5%. Pada jenis makanan buah, sebagian responden memiliki kebiasaan makanan buah dengan frekuensi kadang-kadang sebanyak 68,4%.

Produktivitas responden dihitung berdasarkan rata-rata produk yang dihasilkan pekerja dalam kurun waktu satu minggu. Pekerja wanita pada bagian produksi yang menjadi responden dalam penelitian ini merupakan pekerja wanita yang bertugas langsung memasukkan nata pada cup. Selain itu mereka juga menjaga agar nata dapat masuk secara sempurna pada tempat yang seharusnya. Berdasarkan perhitungan hasil produksi dalam satu minggu (6 hari kerja) , diketahui bahwa jumlah minimal cup yang dihasilkan adalah 6055 cup, dan jumlah maksimal adalah 26.644 cup, dengan rata-rata dalam kurun waktu 7 jam bekerja adalah 24.062 cup. Berdasarkan hasil perhitungan tersebut tingkat produktivitas kemudian dikelompokkan menjadi 2 kategori yaitu tinggi jika hasil produksi lebih dari rata-rata, dan rendah jika hasil produksi kurang dari rata-rata. Tabel 1.7 menggambarkan produktivitas responden pada bagian produksi di CV Surya Nedika Isabella.

Berdasarkan Tabel 1.7 diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki produktivitas lebih dari rata-rata per 7 jam kerja tetapi masih terdapat responden dengan tingkat produktivitas rendah yaitu sebanyak 21,1%.

Berdasarkan Tabel 1.8 diketahui bahwa sebanyak 3,8% responden yang memiliki kebiasaan makan 3 kali dalam sehari memiliki produktivitas yang rendah. Responden yang memiliki kebiasaan makan 2 kali dalam satu hari 58,3% diantaranya memiliki produktivitas yang rendah. Tabel 5.11 menunjukkan bahwa responden yang memiliki kebiasaan makanan yang lebih banyak produktivitasnya lebih tinggi dibandingkan dengan responden yang memiliki kebiasaan makan lebih sedikit dalam satu hari.

Berdasarkan uji statistik diketahui bahwa nilai $\text{sig} < \text{nilai } \alpha$ yaitu 0,000. Hal ini menunjukkan adanya hubungan korelasi antara frekuensi makan dalam sehari dengan produktivitas pekerja wanita pada bagian produksi di CV Surya Nedika Isabella. Jika melihat dari nilai *Coefficient Correlationnya*, kekuatan hubungan korelasi menunjukkan hubungan yang tinggi yaitu 0,621.

Tabel 1.9 menggambarkan tabulasi silang antara pola konsumsi berdasarkan jenis makanan yang biasa dikonsumsi responden dengan produktivitas.

Berdasarkan Tabel 1.9 diketahui bahwa responden yang memiliki kebiasaan makan dengan jenis nasi dan lauk memiliki produktivitas yang rendah sebanyak 50%. Responden dengan kebiasaan makan dengan jenis nasi, lauk dan sayur memiliki produktivitas yang rendah sebanyak 21,7%. Responden yang memiliki kebiasaan makan dengan jenis makanan nasi, lauk, sayur dan buah memiliki produktivitas yang rendah sebanyak 15,4%.

Berdasarkan analisis statistik, diketahui bahwa nilai $\text{sig} > \text{nilai } \alpha$ yaitu 0,400. Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara jenis makanan yang biasa dikonsumsi dengan tingkat produktivitas pekerja wanita

pada bagian produksi CV Surya Nedika Isabella.

Status anemia ditentukan berdasarkan pengukuran kadar Hb responden dengan menggunakan metode *cyanmethemoglobin* dengan standar normal Hb yaitu 12 mg/dl. Kadar Hb minimum yang ditemukan pada penelitian ini adalah 11,4 mg/dl dan kadar Hb maksimum adalah 12,4 mg/dl dengan standar deviasi 11,8 mg/dl dan rata-rata kadar Hb adalah 11,8 mg/dl. Berdasarkan hasil penelitian sebagian besar responden memiliki kadar Hb yang normal, tetapi sebanyak 39,5% mengalami anemia

Produktivitas responden dihitung berdasarkan rata-rata produk yang dihasilkan pekerja dalam kurun waktu satu minggu. Berdasarkan perhitungan hasil produksi dalam satu minggu (6 hari kerja), diketahui bahwa jumlah minimal cup yang dihasilkan adalah 6055 cup, dan jumlah maksimal adalah 26.644 cup, dengan rata-rata dalam kurun waktu 7 jam bekerja adalah 24.062 cup. Berdasarkan hasil perhitungan tersebut tingkat produktivitas kemudian dikelompokkan menjadi 2 kategori yaitu tinggi jika hasil produksi lebih dari rata-rata, dan rendah jika hasil produksi kurang dari rata-rata. Sebagian besar responden memiliki produktivitas lebih dari rata-rata per 7 jam kerja tetapi masih terdapat responden dengan tingkat produktivitas rendah yaitu sebanyak 21,1%.

Berdasarkan data yang telah dikumpulkan dalam penelitian ini, untuk melihat hubungan antara status anemia dengan produktivitas responden dilakukan analisis menggunakan tabulasi silang antara status anemia dengan tingkat produktivitas responden. Tabel 1.10 menunjukkan distribusi anemia dan produktivitas pekerja wanita.

Tabel 1.1 Karakteristik Berdasarkan Usia Responden di CV Surya Nedika Isabella Tahun 2016

No	Usia	n	%
1	19-29 tahun	8	21,1
2	30-39 tahun	22	57,9
3	40-49 tahun	7	18,4

4	50-59 tahun	1	2,6
Total		38	100,0

Tabel 1.2 Karakteristik Berdasarkan Tingkat Pendidikan Responden di CV Surya Nedika Isabella tahun 2016

No	Tingkat Pendidikan	n	%
1	Tamat SD/Sederajat	0	0
2	Tamat SMP/Sederajat	1	2,6
3	SMA/Sederajat	36	94,7
4	Perguruan Tinggi	1	2,6
Total		38	100,0

Tabel 1.3 Karakteristik Berdasarkan Masa Kerja Responden di CV Surya Nedika Isabella Tahun 2016

No	Masa kerja	n	%
1	< 1 tahun	3	7,9
2	1-3 tahun	12	31,6
3	4-6 tahun	11	28,9
4	7-9 tahun	6	15,8
5	>9 tahun	6	15,8
Total		38	100,0

Tabel 1.4 Gambaran Frekuensi Makan Responden Dalam Satu Hari di CV Surya Nedika Isabella Tahun 2016

No	Kebiasaan makan	n	%
1	1 kali sehari	0	0
2	2 kali sehari	12	31,6
3	3 kali sehari	26	68,4
5	Total	38	100,0

Tabel 1.5 Gambaran Jenis Makanan yang Biasa Dikonsumsi Responden di CV Surya Nedika Isabella Tahun 2016

No	Jenis Makanan	n	%
1	Nasi+lauk	2	5,3
2	Nasi+lauk+sayur	23	60,5
3	Nasi+lauk+sayur+buah	13	34,2
Total		38	100,0

Tabel 1.6 Frekuensi Jenis Makanan yang Dikonsumsi Responden di CV Surya Nedika Isabella Tahun 2016

No	Frekuensi konsumsi	Jenis makanan									
		Makanan pokok		Lauk hewani		Lauk nabati		sayur		Buah	
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1	Sering	38	100,0	5	13,2	37	97,4	34	89,5	10	26,3
2	Kadang-kadang	0	0	31	81,6	1	2,6	4	10,5	26	68,4
3	Jarang	0	0	2	5,3	0	0	0	0	2	5,3
Total		38	100,0	38	100,0	38	100,0	38	100,0	38	100,0

Tabel 1.7 Gambaran Produktivitas Responden pada bagian produksi di CV Surya Nedika Isabella Tahun 2016

No	Produktivitas	n	%
1	Tinggi	30	78,9
2	Rendah	8	21,1
3	Total	38	100,0

Tabel 1.8 Distribusi Frekuensi Makan dalam Satu Hari dan Produktivitas Responden pada bagian produksi di CV Surya Nedika Isabella Tahun 2016

No	Kebiasaan makan	Produktivitas						Total	<i>p value</i> 0,000 <i>r = 0,621</i>
		Tinggi		Rendah					
		n	%	n	%	N	%		

1	1 kali sehari	0	0	0	0	0	0
2	2 kali sehari	5	41,7	7	58,3	12	100
3	3 kali sehari	25	96,2	1	3,8	26	100

Tabel 1.9 Distribusi Jenis Makanan yang Biasa Dikonsumsi dan Produktivitas Responden pada bagian produksi di CV Surya Nedika Isabella Tahun 2016

No	Jenis makanan	Produktivitas				Total		<i>p value</i>
		Tinggi		Rendah		N	%	
		n	%	n	%			
1	Nasi+lauk	1	50,0	1	50,0	2	100	0,400
2	Nasi+lauk+sayur	18	78,3	5	21,7	23	100	
3	Nasi+lauk+sayur+buah	11	84,6	2	15,4	13	100	

Tabel 1.10 Distribusi Status Anemia dan Produktivitas Responden pada bagian produksi di CV Surya Nedika Isabella Tahun 2016

No	Status anemia	Produktivitas				Total		<i>p value</i> 0,001
		Tinggi		Rendah		N	%	
		n	%	n	%			
1	Anemia	8	53,3	7	46,7	15	100	<i>r</i> = 0,507
2	Tidak anemia	22	95,7	1	4,3	23	100	

Responden yang menderita anemia 46,7% diantaranya memiliki produktivitas yang rendah, sedangkan responden yang tidak menderita anemia hanya 4,3% yang memiliki produktivitas rendah. Responden yang menderita anemia cenderung memiliki produktivitas yang rendah dibandingkan dengan responden yang tidak menderita anemia.

Berdasarkan uji statistik dengan uji korelasi *spearman* yang dilakukan, diketahui bahwa nilai $sig < \text{nilai}$ yaitu 0,001. Hal ini menunjukkan adanya hubungan antara status anemia dengan produktivitas pekerja wanita pada bagian produksi di CV Surya Nedika Isabella. Berdasarkan uji tersebut diketahui nilai *Correlation Coefficient* adalah 0,507. Hal ini menandakan hubungan antara status

anemia dan produktivitas memiliki kekuatan hubungan yang sedang.

PEMBAHASAN

Setiap responden memiliki karakter yang beragam. Salah satu karakteristik adalah usia responden. Pembagian kelompok usia pada penelitian ini didasarkan pada pembagian usia dewasa menurut Riskesdas (2013). Pada penelitian ini usia responden sebagian besar berada pada kisaran usia 30-39 tahun. Tidak terdapat pekerja dengan usia di bawah standar usia untuk bekerja. Hal ini sesuai dengan peraturan tentang UU no 13 tahun 2003 tentang ketenagakerjaan dimana disebutkan bahwa dilarang mempekerjakan anak (dibawah 18 tahun).

Karakteristik lain selain usia adalah pendidikan. Responden di bagian produksi CV Surya Nedika Isabella sebagian besar merupakan tamatan SMA (94,7%). Pendidikan berkaitan sangat erat dengan pengetahuan. Pengetahuan dapat membentuk keyakinan tertentu sehingga berpengaruh terhadap perilaku. Salah satu yang berpengaruh pada kesehatan adalah pengetahuan akan gizi seseorang. Semakin tinggi pengetahuan gizi seseorang akan semakin memperhitungkan kualitas dan kuantitas makanan sehingga akan sangat berpengaruh terhadap kesehatan tubuhnya (Mantika & Tatik, 2014).

Klasifikasi masa kerja dibedakan berdasarkan 5 kategori yaitu <1 tahun, 1-3 tahun, 4-6 tahun 7-9 tahun dan > 9 tahun (Yuniarti, 2011). Responden memiliki masa kerja yang beragam, masa kerja 1-3 tahun merupakan masa kerja terbanyak responden. Sebagian besar responden merupakan warga setempat yang jarak rumah tidak terlalu jauh dari pabrik. Responden yang memiliki masa kerja lebih dari 9 tahun mengaku mulai bekerja saat pabrik pertama kali beroperasi.

Produktivitas responden dihitung berdasarkan rata-rata produk yang dihasilkan pekerja dalam kurun waktu satu minggu. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, terdapat 21,1% responden yang memiliki produktivitas rendah. Produktivitas dipengaruhi banyak faktor, diantaranya yang mempunyai peranan sangat penting adalah kecukupan gizi (Ariati, 2013). Kecukupan gizi ini akan menentukan bagaimana kinerja dari pekerja. Seseorang yang kebutuhan gizinya tidak tercukupi dengan baik, kemampuan bekerja akan berkurang. Tenaga kerja dengan gizi yang terpenuhi dengan baik akan cenderung memiliki kinerja dengan produktivitas yang tinggi (Ariati, 2013). Salah satu bentuk investasi yang rasional untuk memperbaiki kualitas tenaga kerja adalah perbaikan produktivitas kerja. Pekerja yang memiliki produktivitas yang tinggi merupakan asset yang bernilai untuk suatu organisasi (Novanda & Dwiyantri, 2014).

Pola konsumsi dapat didefinisikan sebagai cara seseorang atau kelompok orang yang memilih hidangan dan makanannya sebagai tanggapan terhadap pengaruh psikologis, fisiologis, budaya dan sosial. Pola konsumsi dapat dinamakan kebiasaan

makanan. Pada penelitian ini diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki kebiasaan makan 3 kali sehari dengan menu yang beragam yaitu nasi, lauk, sayur. Beberapa responden juga mengkonsumsi buah yang beragam setiap minggunya.

Pola konsumsi seseorang akan membawa dampak terhadap keadaan gizinya. Pola konsumsi yang tidak seimbang mengakibatkan ketidakseimbangan zat gizi yang masuk ke dalam tubuh dan menyebabkan terjadinya kekurangan gizi (Citrakesumasari, 2012). Seorang pekerja memerlukan makanan sebagai sumber energi yang sepadan dengan pekerjaannya. Semakin berat pekerjaan seseorang maka semakin besar pula kebutuhan energinya (Ariati, 2013). Banyaknya energi yang dibutuhkan tergantung pada berapa banyak lama dan berapa banyak otot yang bergerak. Berat ringannya pekerjaan juga mempengaruhi kebutuhan energi seseorang (Ariati, 2013).

Pola makan merupakan kebiasaan makan seseorang dalam pemilihan jenis makanan kesehariannya. Pada penelitian ini diketahui bahwa pola makanan pada setiap responden sangat beragam. Berdasarkan jumlah kebiasaan makan per hari sebagian besar responden memiliki kebiasaan makan 3 kali dalam satu hari sebesar 65,8%. Berdasarkan jenis makanan yang dikonsumsi, diketahui bahwa responden mengkonsumsi makanan yang beragam pada saat makan yaitu makanan pokok, lauk, sayur maupun buah. Ada beberapa responden yang hanya mengkonsumsi makanan pokok dan lauk saja. Konsumsi sayur responden sangat baik karena 89,5% dari responden mengkonsumsi sayur setiap harinya dengan jenis yang beragam. Tetapi kebiasaan makan responden untuk jenis makanan lauk kebanyakan yang dikonsumsi merupakan lauk nabati. Lauk hewani jarang dikonsumsi oleh responden. Kemungkinan kebiasaan ini muncul karena lauk nabati lebih mudah ditemui di lingkungan mereka sehingga mengakibatkan mereka lebih sering mengkonsumsi lauk nabati dibandingkan dengan lauk hewani. Lauk hewani lebih banyak dikonsumsi pada saat acara tertentu saja. Lauk hewani yang tergolong banyak dikonsumsi oleh responden diantaranya adalah telur.

Jika dihubungkan dengan produktivitas kerja responden dengan frekuensi makan

dalam satu hari, diketahui bahwa terdapat hubungan diantara keduanya (nilai $p=0,000$). Kekuatan hubungan menunjukkan adanya hubungan yang tinggi karena dalam analisis diketahui nilai $r = 0,621$. Pekerja dengan frekuensi makan yang sedikit memiliki produktivitas yang lebih rendah dibandingkan pada pekerja yang memiliki kebiasaan makan dengan frekuensi lebih banyak. Responden yang memiliki kebiasaan makan 2 kali dalam satu hari sebanyak 58,3% memiliki produktivitas yang rendah, sedangkan responden yang memiliki kebiasaan makan 3 kali dalam sehari hanya sebanyak 3,8% yang memiliki produktivitas yang rendah. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Novanda dan Dwiyantri (2014) dimana ditemukan adanya hubungan antara pemenuhan kalori kerja dengan produktivitas kerja (Novanda & Dwiyantri, 2014). Hal ini menunjukkan bahwa kurangnya konsumsi makanan pada pekerja dapat menurunkan kemampuan dan konsentrasi dalam bekerja sehingga berpengaruh dalam kuantitas dan kualitas produksi (Novanda & Dwiyantri, 2014).

Status anemia di klasifikasikan berdasarkan kadar Hb responden. Pengukuran kadar Hb menggunakan metode cyanmeth yang dilakukan oleh petugas Laboratorium Puskesmas Kawedanan, Magetan. Berdasarkan hasil laboratorium tersebut diketahui bahwa sebagian besar responden tidak menderita anemia, tetapi masih terdapat 39,5% responden mengalami anemia.

Anemia gizi besi merupakan anemia yang sering ditemukan di masyarakat. Zat besi dalam tubuh sangat berguna untuk pembentukan sel darah merah. Tanpa tercukupinya kebutuhan zat besi di dalam tubuh, darah tidak dapat menjalankan fungsinya membawa oksigen ke seluruh tubuh. Beberapa hal yang dapat menyebabkan seseorang menderita anemia gizi besi adalah karena kurangnya konsumsi makanan yang mengandung Fe (zat besi) untuk waktu yang lama. Selain itu gangguan penyerapan Fe yang terjadi pada tubuh juga menyebabkan anemia gizi besi. Adanya penyakit lain yang menyebabkan pendarahan yang kronis juga dapat mengakibatkan terjadinya anemia gizi besi (Pramono, Purwanto, & Hendri, 2014).

Pengukuran Hb yang telah dilakukan menunjukkan bahwa terdapat responden yang

mengalami anemia dengan kadar hemoglobin terendah adalah 11,4. Jumlah responden yang mengalami anemia adalah sebanyak 39,5%. Hal ini kemungkinan karena kebiasaan makan dari responden yang sebagian besar lebih sering mengkonsumsi lauk nabati dibandingkan dengan lauk hewani. Pada responden yang memiliki status gizi sangat kurus semuanya mengalami anemia.

Pada penelitian ini diketahui adanya hubungan antara status anemia dengan produktivitas pekerja wanita pada bagian produksi di CV Surya Nedika Isabella. Berdasarkan uji tersebut diketahui hubungan antara status anemia dan produktivitas memiliki kekuatan hubungan yang sedang. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Anggun disebutkan bahwa terdapat hubungan antara kadar hemoglobin dengan produktivitas kerja wanita di industri rumah tangga di Boyolali (Pramono, Purwanto, & Hendri, 2014).

Anemia besi terjadi karena turunnya cadangan zat besi dalam tubuh sehingga proses pembuatan sel darah merah yang diperlukan untuk mengangkut oksigen ke seluruh tubuh menjadi terganggu. Hal inilah yang dapat menurunkan kinerja tubuh dan membuat tubuh menjadi cepat lelah (hendrayati, Rowa, & Mappedoki, 2009). Pada penelitian ini ditemukan bahwa sebanyak 46,7% responden yang mengalami anemia memiliki produktivitas yang rendah, sedangkan pada responden yang tidak mengalami anemia hanya terdapat 4,3% yang memiliki produktivitas yang rendah. Nilai Hb sangat penting untuk menentukan kemampuan darah membawa oksigen ke seluruh tubuh. Begitu pula mioglobin dan enzim lain yang mengandung zat besi berperan penting dalam penyediaan energi untuk bekerja. Gerak otot untuk bekerja membutuhkan energi sehingga untuk melakukan proses ini diperlukan oksigen untuk memperlancar kerjanya. Jika oksigen tidak dapat didistribusikan dengan baik karena kurangnya Hb maka kerja otot akan terganggu dan mengakibatkan menurunnya kinerja seseorang (Sihombing & Riyadina, 2009).

KESIMPULAN

Karakteristik responden berdasarkan usia, sebagian responden berada pada usia

produktif diantara 30-39 tahun sebanyak 57,9%. Karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan, sebagian besar responden adalah tamat SMA/Sederajat (94,7%). Karakteristik responden berdasarkan masa kerja menunjukkan bahwa masa kerja minum responden adalah < 1 tahun dan masa kerja maksimum adalah > 9 tahun. Sebagian besar responden memiliki masa kerja selama 1-3 tahun yaitu sebanyak 31,6 %. Responden yang memiliki masa kerja lebih dari 9 tahun adalah sebanyak 15,8 %. Sebagian responden memiliki kebiasaan makanan 3 kali dalam satu hari. Makanan pokok yang biasa dikonsumsi responden adalah nasi dengan frekuensi konsumsi 3 kali dalam sehari dan jenis makanan yang sering dikonsumsi adalah nasi, lauk dan sayur.

Kadar Hb minimum yang ditemukan pada penelitian ini adalah 11,4 mg/dl dan kadar Hb maksimum adalah 12,4 mg/dl dengan standar deviasi 11,8 mg/dl dan rata-rata kadar Hb adalah 11,8 mg/dl. Berdasarkan hasil penelitian sebagian besar responden memiliki kadar Hb yang normal, tetapi sebanyak 39,5% mengalami anemia. Sebagian besar responden memiliki produktivitas lebih dari rata-rata per 7 jam kerja tetapi masih terdapat responden dengan tingkat produktivitas rendah yaitu sebanyak 21,1%.

Berdasarkan uji statistik dengan uji korelasi *spearman* yang dilakukan, diketahui bahwa adanya hubungan antara status anemia dengan produktivitas pekerja wanita pada bagian produksi di CV Surya Nedika Isabella dengan nilai $p < 0,001$. Berdasarkan uji tersebut diketahui nilai *Correlation Coefficient* adalah 0,507. Hal ini menandakan hubungan antara status anemia dan produktivitas memiliki kekuatan hubungan yang sedang. Berdasarkan uji statistik dengan menggunakan uji *spearman*, diketahui bahwa hubungan korelasi antara frekuensi makan dalam sehari dengan produktivitas pekerja wanita pada bagian produksi di CV Surya Nedika Isabella dengan nilai $p < 0,05$. Jika melihat dari nilai *Coefficient Correlationnya*, kekuatan hubungan korelasi menunjukkan hubungan yang tinggi yaitu 0,621.

SARAN

Untuk pekerja yang memiliki kebiasaan makan hanya 2 kali sehari agar lebih

memperhatikan frekuensi makan dengan menambahkan minimal 3 kali dalam sehari sehingga kebutuhan energi untuk bekerja dapat terpenuhi dengan baik. Untuk pekerja yang memiliki status anemia, agar lebih memperhatikan pola konsumsi terutama untuk makanan sumber Fe untuk meningkatkan kadar Hb darah. Untuk menunjang produktivitas, pihak perusahaan agar memberikan perhatian yang lebih kepada pekerja dengan memberikan edukasi berupa poster atau *leaflet* kepada pekerja sebagai pengingat untuk tetap mengkonsumsi makanan yang seimbang sehingga kebutuhan energi untuk pekerja dapat terpenuhi dengan baik dan tercipta produktivitas yang tinggi. Untuk pihak Puskesmas kawedanan agar memberikan edukasi berupa penyuluhan yang terkait dengan gizi agar dapat menambah pengetahuan pekerja sehingga dapat dilakukan pencegahan atas masalah kesehatan yang diakibatkan karena masalah gizi.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustini, S. L. (2012). *Pengaruh intensitas Kebisingan Kereta Api Terhadap Gangguan Pendengaran Pada Masyarakat Tegalharjo Yang Tinggal di Pinggiran Rel Kereta Api. Skripsi*. Surakarta: FK Universitas Sebelas Maret.
- Agustini, S. L. (2012). *Skripsi. Pengaruh Intensitas Kebisingan Kereta Api Terhadap Gangguan Pendengaran Pada Masyarakat Tegalharjo yang tinggal Di Pinggiran Rel Kereta Api*. Surakarta: Universitas Sbelas Maret.
- American Speech-Language Hearing Association (ASHA). (2015). *Type, Degree, and Configuration of Hearing Loss* (Audiology Information Series ed.). America: 2200 Research Boulevard, Rockville, MD 20850.
- Anizar. (2009). *Teknik Keselamatan dan Kesehatan Kerja di Industri*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Anoraga, P. (2006). *Psikologi Kerja*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ariati, N. N. (2013). Gizi dan Produktivitas Kerja. *Jurnal Skala Husada*, 10(2), 214-218.

- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. (2013). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013*. Jakarta.
- Baktiansyah, A. (2004). *Hubungan Merokok dengan Gangguan Pendengaran di kalangan Pekerja Pria PT-X*. Tesis. Depok: Universitas Indonesia.
- Batubara, J. R. (2010). Perkembangan Remaja. *Sari Pediatri*, 12.
- Buchari. (2007). *Kebisingan Industri dan Hearing Conservation Program*. Medan: Universitas Sumatera Utara .
- Bustan, M. (2007). *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular* (Cetakan ke 2 ed.). (M. Bustan, Penyunt.) Jakarta: Rineka Cipta.
- Campo, P., Katy, M., Gabriel, S., Möller, A., Nies, E., & Gómez, M. D. (2009). Combined exposure to noise and ototoxic substances. Dalam E. A. Work (Penyunt.), *European Risk Observatory Literature Review*. Luxembourg: Office for Official Publications of The European Communities.
- Clark, Charlotte, Stansfeld, & A, S. (2007). The Effect of Transportation Noise on Health and Cognitive Development: A Review of Recent. *International Journal of Comparative Psychology*, 20(2), 8-9.
- Crandall, R., & Perrew, P. L. (1995). *Occupational Stress a Handbook*. USA: Taylor n Francis.
- Djafri, A. (2010). *Hubungan Tingkat Paparan Kebisingan dengan Fungsi Pendengaran di PT Sanggar Sarana Baja Tahun 2010* . Tesis. Depok: Universitas Indonesia.
- Eriksson, C. N. (2013). *Environmental Noise and Health*. Sweden: Institute of Environmental Medicine, Karolinska Institutet.
- Fitri, R. L. (2010). *Keluhan Subjektif Pekerja yang Terpapar Bising dan Upaya Pengendaliannya*. Tugas Akhir. Fakultas Kesehatan Masyarakat: Universitas Airlangga.
- Harsanti, I. (2011). *Kontribusi Persepsi Terhadap Kebisingan Dan Motivasi Kerja Terhadap Stres Kerja Karyawan*. Semarang: Semnas Peran Psikologi Dalam Boundaryless Organization.
- Hastono. (2001). *Analisis data*. Jakarta: FKM UI.
- hendrayati, Rowa, S. S., & Mappedoki, S. (2009). Gambaran Asupan Zat Gizi, Status Gizi dan Produktivitas Karyawan CV. Sinar Matahari Sejahtera Di Kota Makassar. *Media Gizi Pangan*, VII(1), 35-40.
- Heryati, E., & Faizah, N. (2008). *Psikologi Faal*.
- Iswari, D. A. (2014). *Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan dan Status Gizi Dengan Produktivitas Kerja Pada Pekerja Wanita Di Konveksi Rizky Batik Ngemplak Boyolali*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Kementrian Perindustrian Republik Indonesia. (2012). Dipetik Januari 18, 2016, dari <http://www.kemenperin.go.id/artikel/9537/Manufaktur-Penyerap-Tenaga-Kerja-Nomor-Empat>
- Keputusan menteri lingkungan Hidup Nomor 48. (1996). *Baku Tingkat Kebisingan*.
- Klinic Community Health Centre. (2010). *Stress & Stress Management*. Portage Avenue, Winnipeg MB Canada.
- Kusumawati, I. (2012). *Hubungan Tingkat Kebisingan Di Lingkungan Kerja Dengan Kejadian Gangguan Pendengaran Pada Pekerja Di PT.X 2012*. Skripsi. Depok: Universitas Airlangga.
- Makin, J. (2006). *Women and Work in the Garment Industry*. Phnom Penh: ILO and World Bank.
- Mantika, A. I., & Tatik, M. (2014). Hubungan Asupan Energi, Protein, Zat Besi dan Aktivitas Fisik dengan Kadar Hemoglobin Tenaga Kerja Wanita di Pabrik Pengolahan Rambut PT WON JIN Indonesia. *Journal of Nutrition College*, 3(4), 848-854.
- Marchiori, L. L., Filbo, E. A., & Matsuo, T. (2006). Hypertension as a factor associated with hearing loss. *Rev Bras Otorrinolaringol*, 72(4), 533-540.
- Menteri Negara Lingkungan Hidup. (1996). *Keputusan Menteri Negara Lingkungan Hidup No. 48 Tahun*

- 1996 Tentang : Baku Tingkat Kebisingan.
- Notoatmodjo, S. (2002). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT.Rineka Cipta.
- Novanda, A. W., & Dwiyanti, E. (2014). Hubungan Pemenuhan Kebutuhan Kalori Kerja Dengan Produktivitas Di Pabrik Sepatu. *The Indonesian Journal of Occupational Safety and Health*, III(2), 117-127.
- Occupational Health & Safety Administration (OSHA). (2008). *Hearing Conservation Program (HCP)*. Washington DC.
- Pemmaiah, K., & Srinivas, D. (2011). Hearing Loss in Diabetes Mellitus. *International Journal of Collaborative Research on Internal Medicine & Public Health*, 3(10), 725 - 31.
- Pramono, J. S., Purwanto, H., & Hendri. (2014). Analisis Kadar Hemoglobin Ditinjau dari Indeks Masa Tubuh, Pola Makan Dan Lama Jam Kerja Pada Wanita Pekerja Dinas Pertamanan. *Jurnal Husada Mahakam*, III(8), 389-442.
- Rais, M. (2003). *Analisis Hubungan antara Kebisingan dengan Keluhan Subjektif Pekerja (Non Auditory Effect) Departemen Power Thun 2003, Skripsi*. Depok: FKM Universitas Indonesia.
- Rambe, A. Y. (2003). GANGGUAN PENDENGARAN AKIBAT BISING. Fakultas Kedokteran: Universitas Sumatera Utara.
- Robbins, S. P. (2001). *Organizational behaviour* (8 ed.). Newjersey: Prentice Hall.
- Rosmalawati, & Dwi, N. W. (2007). Hubungan gangguan tidur dan gangguan affek pada lanjut usia di Kabupaten Purworejo Propinsi Jawa Tengah. Tesis. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.
- Sihombing, M., & Riyadina, W. (2009). Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Anemia Pada Pekerja Di Kawasan Industri Pulo Gadung Jakarta. *Media Peneliti dan Pengembanagn Kesehatan*, XIX(3), 116-124.
- Siswato, A. (1991). *Kebisingan Industri*. Surabaya: Balai Hiperkes dan keselamatan Jatim.
- Soepardi, E. A., Iskandar, N., Bashiruddin, J., & Restuti, R. D. (2007). *Buku Ajar Ilmu Kesehatan Telinga Hidung Tenggorokan Kepala & Leher* (Edisi keenam. ed.). Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- Soetjningsih. (2004). *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta: Sagung Seto.
- Sugiyono. (2010). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R dan D*. Bandung: Alfabeta.
- Suma'mur. (2009). *Higiene Perusahaan Dan Kesehatan Kerja (HIPERKES)*. Jakarta: Sagung Seto.
- Suma'mur, P. (1996). *Higiene Perusahaan dan Kesehatan Kerja*. Jakarta: CV. Gunung Agung.
- Suryani, N. D. (2015). *Skripsi. Analisis Pengaruh Tingkat Kebisingan Dan Getaran Kereta Api Terhadap Tekanan Darah Ibu Rumah Tangga Di Pemukiman Pinggiran Rel Kereta Jalan Ambengan Surabaya*. Surabaya: Universitas Airlangga.
- Suter, A. H. (1991). *Noise and Its Effects*. America.
- Wagshol, M. (2008). *Six Steps to Protect Your Workkers*. ISHN.
- Wati, D. R. (2010). *Hubungan Antara Intensitas Kebisingan Dengan Keluhan Subjektif (Non-Auditory) Pada Pekerja. Skripsi*. Surabaya: Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga.
- WHO. (2000). *Guidelines for Community Noise*. Geneva: World Health Organisation.
- WHO. (2016). *Global Report On Diabetes*. WHO. Geneva: (<http://www.who.int>).
- Widiyastuti, A. H. (2006). *Skripsi. Hubungan Antara Intensitas Kebisingan dan Gangguan Pendengaran pada Pekerja PT.Unindo Tahun 2006*. Depok: Universitas Indonesia.
- Wijono, S. (2010). *Psikologi Industri dan Organisasi*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Yuniarti, W. (2011). Pengaruh Faktor Motivasi Kerja Terhadap Produktivitas Kerja Karyaana Pada

Rumah Sakit Panti Nugroho Sleman
Tahun 2007. *Jurnal Ilmu-Ilmu*

Kesehatan Surya Medika, VII(2), 84-
97.