

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Produktivitas adalah suatu konsep universal yang menciptakan lebih banyak barang dan jasa bagi kebutuhan manusia, dengan menggunakan sumber daya yang serba terbatas. Produktivitas kerja setiap orang tidak sama, salah satunya tergantung dari tersedianya zat gizi di dalam tubuh. Kekurangan konsumsi zat gizi bagi seseorang dari standar minimum umumnya akan berpengaruh terhadap kondisi kesehatan, aktivitas, dan produktivitas kerja (Ariningsih, 2005). Kesehatan kerja yang optimal dapat dicapai antara lain dengan menyesuaikan antara beban kerja, kapasitas kerja, dan beban tambahan akibat lingkungan kerja. Tercapainya keadaan kesehatan yang optimal, dapat mewujudkan produktivitas kerja yang tinggi (Nugroho, 2007).

Data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2013, pekerja di Indonesia mencapai 118.200.000, pekerja laki-laki 63,55% dan 36,45% pekerja wanita. Pekerja wanita lebih rawan kekurangan gizi karena selain kegiatan sebagai ibu rumah tangga di rumah dan ditempat kerja, wanita harus menghadapi masalah menstruasi setiap bulan sehingga mempengaruhi keadaan tubuh. Status gizi yang tidak baik dapat menurunkan produktivitas kerja dan beban produksi menjadi tidak efisien (Hendrayati, Rowa, Mappedoki, 2009).

Sarapan sebelum berangkat kerja, mempunyai pengaruh penting pada produktivitas kerja. Makanan sebaiknya mudah dicerna dan dapat berfungsi memberi tambahan kalori untuk bekerja. Kebutuhan kalori kerja

dapat dipenuhi melalui asupan makanan yang berimbang sehingga tidak perlu ditambah frekuensi makan yang berlebihan, kecuali makanan selingan pada waktu istirahat (Mitayani dan Sartika, 2010). Sarapan sangat penting bagi tubuh untuk menghasilkan energi untuk beraktivitas pada pagi hari. Tubuh manusia yang kurang mengonsumsi makanan di pagi hari akan terasa lemah, baik lemah dalam melakukan kegiatan fisik maupun dalam berpikir karena kurangnya zat-zat makanan yang diterima tubuh yang dapat menghasilkan energi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Chaplin dan Smith (2011), sebanyak 62% perawat wanita di Inggris yang rutin sarapan setiap hari rata-rata mempunyai tingkat konsentrasi yang bagus, tingkat stress yang rendah, tingkat kecelakaan rendah dan produktivitas yang bagus. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara sarapan dengan tingkat konsentrasi dan produktivitas kerja.

Hasil penelitian lain yang berhubungan dengan produktivitas kerja yaitu penelitian yang dilakukan oleh Yaniar (2014), terdapat hubungan antara asupan energi, protein, lemak dan karbohidrat dengan produktivitas kerja. Penelitian lain yang dilakukan oleh Elviana dan Sembiring (2005) tentang hubungan asupan kalori sarapan pagi dengan produktivitas tenaga kerja di unit pengolahan PT. Union Confectionery Ltd Medan, menunjukkan ada hubungan bermakna antara asupan kalori sarapan pagi dengan produktivitas tenaga kerja. Demikian juga penelitian yang dilakukan oleh Pradono (1994) tentang hubungan masukan kalori makan pagi dengan produktivitas tenaga kerja wanita di Perusahaan Tenun, Jakarta menyatakan adanya perbedaan yang bermakna antara TKW yang biasa sarapan dan TKW tidak biasa sarapan terhadap hasil produksi. Penelitian lain yang sejalan yaitu yang

dilakukan oleh Wolgemuth dan Latham (2002) menyatakan bahwa ada hubungan bermakna antara asupan kalori sarapan dengan produktivitas tenaga kerja wanita di daerah terpencil di Negara Kenya. Kalori yang terpenuhi pada saat sarapan dapat mencegah terjadinya kelelahan menjelang siang hari sehingga produktivitas tenaga pekerja akan maksimal sepanjang hari (Karyadi dan Muhilal, 2004).

Faktor lain yang berperan penting terhadap produktivitas kerja adalah status gizi. Ketahanan dan kemampuan tubuh untuk melakukan pekerjaan dengan produktivitas yang memadai akan lebih dimiliki oleh individu dengan status gizi baik. Status gizi dapat digambarkan melalui indeks massa tubuh (IMT), persentase lemak tubuh, dan kadar hemoglobin (Almatsier, 2007). Beberapa penelitian menunjukkan ada hubungan positif antara status gizi dengan produktivitas kerja. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Aziiza (2008) dan Widiastuti (2009) tentang hubungan status gizi dengan produktivitas kerja menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan produktivitas kerja. Status gizi kurang dapat berpengaruh terhadap kinerja tubuh dalam menjalankan fungsinya masing-masing dan dengan keadaan status gizi dan kesehatan yang baik akan sangat mempengaruhi kesegaran fisik dan daya pikir yang baik dalam melakukan pekerjaan (Khomsan, 2010). Seorang tenaga kerja dengan keadaan gizi yang baik akan memiliki kapasitas kerja dan ketahanan tubuh yang lebih baik. Tenaga kerja dengan status gizi dibawah normal dapat mengakibatkan tenaga kerja yang bersangkutan tidak dapat melakukan pekerjaan secara baik dan produktivitas kerjanya akan menurun bahkan dapat mencapai target rendah (Syafiq, 2007).

Hasil survei bulan Mei 2013 mengenai kebiasaan sarapan pada pekerja wanita di Konveksi Rizkya Batik Ngemplak Boyolali menunjukkan yang tidak biasa sarapan sebesar 46,8%, sebanyak 24,13% memiliki status gizi kurang. Berdasarkan data tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan antara kebiasaan sarapan dan status gizi dengan produktivitas kerja pekerja wanita di Konveksi Rizkya Batik Ngemplak Boyolali.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka rumusan masalah dalam proposal penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara kebiasaan sarapan dan status gizi dengan produktivitas kerja pekerja wanita di Konveksi Rizkya Batik Ngemplak Boyolali”?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kebiasaan sarapan dan status gizi dengan produktivitas kerja pekerja wanita di Konveksi Rizkya Batik Ngemplak Boyolali.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan kebiasaan sarapan pekerja wanita.
- b. Mendeskripsikan status gizi pekerja wanita.
- c. Mendeskripsikan produktivitas kerja pekerja wanita.
- d. Menganalisis hubungan antara kebiasaan sarapan dengan produktivitas kerja pekerja wanita.
- e. Menganalisis hubungan antara status gizi dengan produktivitas kerja pekerja wanita.

D. Manfaat Penelitian

Bagi konveksi rizkya batik memberikan gambaran tentang hubungan kebiasaan sarapan dan status gizi para pekerja dengan produktivitas yang dapat dijadikan sebagai evaluasi untuk meningkatkan produktivitas karyawannya.