

HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI DAN LAMA KERJA DENGAN BEBAN KERJA FISIK PADA INDUSTRI RUMAH TANGGA PEMBUATAN KERAMIK DI DESA PULUTAN KABUPATEN MINAHASA

Priska Karla Pola*, Paul A.T. Kawatu*, Oksfriani Jufri Sumampouw*

*Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado

ABSTRAK

Beban kerja fisik merupakan kemampuan tubuh seseorang dalam menerima pekerjaannya yang diberikan. Gizi kerja adalah nutrisi yang diperlukan oleh tenaga kerja untuk memenuhi kebutuhan sesuai dengan jenis pekerjaan yang ditujukan untuk memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan serta mengupayakan daya kerja tenaga kerja yang optimal. Lama kerja merupakan lama seseorang atau berapa jam seseorang bekerja dalam sehari. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara status gizi dan lama kerja dengan beban kerja fisik pada industri rumah tangga pembuatan keramik di desa pulutan kabupaten minahasa. Jenis penelitian ialah analitik observasional dengan desain potong lintang. Populasi yang digunakan yaitu seluruh pekerja pembuatan keramik industri pembuatan keramik yang ada di Desa Pulutan, dengan jumlah keseluruhan 83 orang. Jumlah sampel yang didapatkan yaitu 70 orang. Data penelitian diuji dengan menggunakan uji kolerasi Spearmen Rank. Hasil uji Spearmen Rank terdapat hubungan antara status gizi dengan beban kerja fisik mendapatkan nilai $p=0,000$ ($<0,05$) dan terdapat hubungan antara lama kerja dengan beban kerja fisik mendapatkan nilai $p=0,003$ ($<0,05$). Simpulan penelitian ini yaitu terdapat hubungan bermakna antara status gizi dan lama kerja dengan beban kerja fisik pada industri rumah tangga pembuatan keramik di desa pulutan kabupaten minahasa.

Kata kunci: Status gizi, Lama kerja, Beban kerja fisik

ABSTRACT

Physical workload is the ability of a person's body to accept his or her given work. Working nutrition is a nutrient required by the workforce to meet the needs in accordance with the type of work intended to maintain and improve the degree of health and strive for optimal labor. The length of work is a person's length or how many hours a person works in a day. This study aims to find out the relationship between nutritional status and length of work and physical workload in the household industry of ceramic making in pulutan village minahasa district. This type of research is observational analytics with latitude cut design. The population used is all workers making ceramics industrial ceramics in Pulutan Village, with a total of 83 people. The number of samples obtained is 70 people. The research data was tested using Spearmen Rank collegiate test. Spearmen Rank test results have a relationship between nutritional status and physical workload get a value of $p = 0.000$ (<0.05) and there is a relationship between the length of work and the physical workload gets a value of $p = 0.003$ (<0.05). The conclusion of this research is that there is a meaningful relationship between nutritional status and length of work with physical workload in the household industry of ceramic making in pulutan village minahasa district.

Keywords: Nutritional status, Length of work, Physical workload

PENDAHULUAN

Kesehatan dan Keselamatan Kerja yang telah populer dengan sebutan K3, ini implementasinya telah menyebar secara luas di hampir setiap sector industri. Namun penerapan kesehatan dan keselamatan kerja sektor informal seringkali tidak diperhatikan oleh pemilik usaha. Gizi kerja

adalah nutrisi yang diperlukan oleh tenaga kerja untuk memenuhi kebutuhan sesuai dengan jenis pekerjaan yang ditujukan untuk memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan serta mengupayakan daya kerja tenaga kerja yang optimal. Lama kerja merupakan lama seseorang atau berapa jam seseorang bekerja dalam sehari.

Diantaranya itu Beban kerja yang diterima baik beban kerja fisik maupun beban kerja mental haruslah sesuai dengan kemampuan fisik dan mental pekerja. Beban kerja fisik berupa beratnya pekerjaan seperti mengangkat, merawat, mendorong. Sedangkan beban kerja psikologi dapat berupa sejauh mana kemampuan yang dimiliki dan prestasi kerja yang dimiliki individu.

Faktor yang mempengaruhi beban kerja yaitu berupa faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri seseorang. Dan faktor eksternal yang berasal dari lingkungan kerja ataupun pekerjaan itu sendiri.

Berdasarkan latar belakang ini penulis tertarik untuk mengetahui hubungan antara status gizi dan lama kerja dengan beban kerja fisik pada industri rumah tangga pembuatan keramik di Desa Pulutan Kabupaten Minahasa.

METODE

Penelitian ini dilaksanakan di industri rumah tangga pembuatan keramik di Desa Pulutan pada bulan Juli-Agustus 2020. Jenis penelitian yang digunakan ialah analitik observasional dengan desain potong lintang. Populasi yang digunakan ialah seluruh pekerja pembuatan keramik yang ada di Desa Pulutan, dengan jumlah keseluruhan 83 orang. Jumlah sampel diperoleh menggunakan rumus Slovin dan

didapatkan 70 orang. instrument yang digunakan ialah timbangan berat badan, *Microtoise*, *Standar Nasional Indonesia (SNI) 7269:2009* dan alat tulis menulis. Analisis data penelitian menggunakan analisis univariat untuk menganalisis setiap variabel penelitian, dan analisis bivariate untuk mengetahui hubungan antara beban status gizi dan lama kerja dengan beban kerja fisik dengan uji korelasi Spearman Rank.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini terdapat 70 responden; Tabel 1, menunjukkan karakteristik pekerja berdasarkan umur paling banyak 22-35 tahun sebanyak 29 pekerja dengan persentase (41,4%) dan berdasarkan umur paling sedikit 56-65 tahun sebanyak 6 pekerja dengan persentase (8,6%). Dan karakteristik pekerja berdasarkan jenis kelamin terdapat paling banyak perempuan sebanyak 38 pekerja (54,3%) dan laki-laki sebanyak 32 pekerja (45,7%). Dan karakteristik pekerja memiliki pendidikan terakhir SD sebanyak 35 pekerja dengan persentase (50,7%). pada

Tabel 2, menunjukkan karakteristik pekerja bahwa sebanyak 52 pekerja yang tertinggi memiliki status gizi normal dengan presentase (74,3%) dan pekerja yang terendah memiliki status gizi kurus 2 pekerja dengan presentase (2,9%). dan karakteristik pekerja memiliki lama kerja yang baik ≤ 8 jam sebanyak 48 responden

dengan persentase (68,6%), dan lama kerja yang tidak baik >8 jam sebanyak 22 pekerja dengan persentase (31,4%). Dan sebanyak 40 pekerja memiliki beban kerja sedang dengan persentase (57,1%). dan pekerja yang memiliki beban kerja ringan yang terendah yaitu 11 pekerja dengan persentase (15,7%).

Tabel 3, menunjukkan hasil uji bivariate dengan menggunakan uji Spearmen Rank pada pekerja industri rumah tangga pembuatan keramik di Desa Pulutan Kabupaten Minahasa dengan terdapat hubungan antara status gizi dengan beban kerja fisik dengan nilai $p=0.000$ dan terdapat hubungan antara lama kerja dengan beban kerja fisik dengan nilai $p=0,003$.

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan umur, jenis kelamin, dan pendidikan terakhir

Umur,jenis kelamin,pendidikan	N	%
Umur		
22-35 Tahun	29	41,4
36-45 Tahun	23	32,9
46-55 Tahun	12	17,1
56-65 Tahun	6	8,6
Total	70	100
Jenis kelamin		
Laki-laki	32	45,7
Perempuan	38	54,3
Total	70	100,0
Pendidikan		
SD	35	50,0
SMP	21	30,0
SMA	14	20,0
Total	70	100,0

Tabel 2. Status gizi, Lama kerja, Beban kerja fisik

Status Gizi,Lama kerja,Beban kerja fisik	N	%
Status Gizi		
Kurus	2	2,9
Normal	52	74,3
BB Lebih	16	22,9
Total	70	100
Lama Kerja		
Lama kerja yang baik ≤ 8 jam	48	68,6
Lama kerja yang tidak baik > 8 jam	22	31,4
Total	70	100,0
Beban Kerja Fisik		
Ringan	11	15,7
Sedang	40	57,1
Berat	19	27,1
Total	70	100

Tabel 3. Hubungan antara Status gizi dengan beban kerja fisik dan hubungan antara lama kerja dengan beban kerja fisik

Status Gizi	Beban Kerja Fisik								p	r
	Ringan		Sedang		Berat		Jumlah			
	N	%	N	%	N	%	N	%		
Kurus	1	1,4	1	1,4	0	0,0	2	2,9	0,000	0,513
Normal	9	12,9	36	51,4	7	10,0	52	74,3		
BB Lebih	1	1,4	3	4,3	12	17,1	16	22,9		
Jumlah	11	15,7	40	57,1	19	27,1	70	100,0		
Lama Kerja									0,003	0,354
Lama kerja yang tidak baik >8 jam	0	0,0	12	17,1	10	14,3	22	31,4		
Jumlah	11	15,7	40	57,1	19	27,1	70	100,0		

Hasil penelitian yang dilakukan terhadap 70 pekerja pada industri rumah tangga pembuatan keramik di Desa Pulutan Kabupaten Minahasa, Hasil penelitian yang dilihat berdasarkan pengukuran penilaian status gizi kerja berdasarkan perhitungan IMT didapatkan responden yang memiliki gizi kerja normal sebanyak 52 pekerja (74,3%) yang artinya sebagian besar pekerja memiliki gizi kerja normal dalam bekerja. Dan, didapatkan pekerja yang memiliki lama kerja yang baik ≤ 8 jam sebanyak 48 pekerja (68,6%). Dan melalui pengukuran penilaian beban kerja berdasarkan tingkat kebutuhan kalori menurut pengeluaran energi, diperoleh hasil tertinggi yaitu 40 (57,1%) pekerja dengan beban kerja fisik sedang dan pekerja yang memiliki beban kerja fisik ringan yang terendah yaitu 11 (15,7%).

Pekerja dengan tingkat beban kerja fisik terbanyak yaitu pekerja dengan beban kerja fisik sedang dikarenakan pekerjaan dengan beban kerja fisik sedang lebih

banyak dilakukan oleh pekerja dimana pekerjaannya seperti menggiling tanah liat, membentuk tanah liat, keramik dikerigkan. dan pekerja dengan tingkat beban kerja fisik terendah yaitu pekerja dengan beban kerja fisik berat dikarenakan pekerjaannya tidak sering dilakukan karena proses kerjanya sudah dalam tahap siap dipasarkan dimana pekerjaannya seperti mengangkat keramik untuk dimasukkan kedalam mobil untuk dipasarkan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara status gizi dan lama kerja dengan beban kerja fisik pada pekerja pembuatan keramik yang sebagian besar pekerja memiliki status gizi normal dan beban kerja fisik sedang dan memiliki lama kerja yang baik dan beban kerja fisik sedang sehingga mereka dapat memaksimalkan pekerjaan mereka dengan baik dan nyaman.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Arifiona (2011) yaitu terdapat hubungan antara gizi kerja dengan beban kerja fisik

pada Tenaga Kerja Pada Bagian Produksi Workshop I PT. Barata Indonesia (Persero). Hal ini disebabkan karena sebagian besar pekerja memiliki status gizi dan beban kerja fisik yang yang seimbang sehingga mereka bekerja dengan baik dan nyaman. Dan penelitian Lisa Astuti (2013) yaitu terdapat hubungan antara lama kerja dengan beban kerja fisik pada Perawat di Ruang Inap Penyakit Dalam RSUD Ambrawa. Hal ini disebabkan karena sebagian besar pekerja memiliki lama kerja dan beban kerja fisik yang yang seimbang sehingga mereka bekerja dengan baik dan nyaman.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Terdapat hubungan antara status gizi dengan beban kerja fisik pada pekerja pembuatan keramik di Desa Pulutan dengan tingkat kekuatan korelasi sedang dan arah hubungan positif yang artinya semakin baik status gizi maka beban kerja fisik akan semakin baik.
2. Terdapat hubungan antara lama kerja dengan beban kerja fisik pada pekerja pembuatan keramik di Desa Pulutan dengan tingkat kekuatan korelasi rendah dan arah hubungan positif yang artinya semakin baik lama kerja maka beban kerja fisik akan semakin baik.

SARAN

Saran yang bisa diberikan berdasarkan hasil penelitian ini adalah :

1. Diharapkan bagi pekerja pembuatan keramik lebih memperhatikan kesehatan dan keselamatan pada saat bekerja yaitu dengan memperhatikan gizi kerja dan lama kerja pekerja saat bekerja dan memperhatikan beban kerja fisik yang diterima dari pekerja dengan cara makan teratur, istirahat yang cukup, serta lebih memperhatikan lagi pekerjaan yang dilakukan.
2. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan menambah wawasan bagi mahasiswa, khususnya yang berkaitan dengan gizi kerja dan lama kerja dengan beban kerja fisik pada pekerja industri serta hasil penelitian dapat dijadikan bahan referensi untuk dapat dikembangkan dalam penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Standardisasi Nasional. 2009. *Standar Nasional Indonesia 7269:2009 tentang Penilaian Beban Kerja Berdasarkan Tingkat Kebutuhan Kalori Menurut Pengeluaran Energi*. Badan Standardisasi Nasional.
- Kementerian Dalam Negeri Republik Indonesia. 2008. *Peraturan Menteri Dalam Negeri. 2008 tentang Pedoman Analisis Beban Kerja Di Lingkungan Departemen Dalam Negeri Dan Pemerintahan Daerah*. Jakarta
- Anonimous. 2020. *Profil Desa Pulutan*. Minahasa

- Arifiona, I. 2011. *Hubungan Status Gizi dan Kesegaran Jasmani dengan Beban Kerja Fisik Tenaga Kerja Pada Bagian Produksi Workshop I PT. Barata Indonesia (Persero)*.
- International Labour Organization. 2018. *Organisasi Perburuhan Internasional*. Jakarta
- Irzal. 2016. *Dasar-Dasar Kesehatan dan Keselamatan Kerja*. Jakarta: Kencana
- Sucipto, C. D. 2014. *Kesehatan dan Keselamatan Kerja*. Yogyakarta: Gosyen Publishing.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 tahun 2009. *Tentang Kesehatan*.