

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN PRODUKTIVITAS KERJA PADA KARYAWAN BAGIAN PRODUKSI DI PT. AGUNG KARYA ATTA KOTA MALANG

Aldi Faisa Wahyudi¹, Dr. Suwoyo,S.Kep.Ns.,M.Kes², Dr. Ekowati Retnaningtyas,SKp.,M.Kes³

Kemenkes Poltekkes Malang

Email : aldifaisawahyudi18@gmail.com

Masalah gizi suatu individu menggambarkan konsumsi zat gizi yang belum mencukupi maupun yang melebihi dari kebutuhannya. Seseorang akan memiliki status gizi yang normal, apabila asupan gizi sesuai dengan kebutuhan tubuhnya. Salah satu faktor dalam penilaian status gizi seseorang adalah aktivitas fisik, seseorang yang mengalami obesitas biasanya cenderung lebih malas dalam beraktivitas sehingga kebugaran jasmani seseorang tersebut menurun. Tingkat aktivitas fisik dapat mempengaruhi produktivitas kerja. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara status gizi dan aktivitas fisik dengan produktivitas kerja pada karyawan bagian produksi di PT. Agung Karya Atta. Metode penelitian ini adalah kuantitatif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Pengambilan sampel dengan menggunakan teknik *simple random sampling* yaitu sebanyak 76 responden. Data diambil dengan pengisian kuesioner oleh responden. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan program *spss* dengan uji statistik regresi logistik. Hasil uji bivariat menunjukkan ada hubungan antara variabel status gizi dengan produktivitas kerja (*p-value* 0,001), dan ada hubungan antara variabel aktivitas fisik dengan produktivitas kerja (*p-value* 0,029). Kesimpulan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan produktivitas kerja, dan terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan produktivitas kerja. Diharapkan karyawan di bagian produksi dapat memperoleh keseimbangan yang baik antara status gizi, aktivitas fisik, dan produktivitas kerja mereka.

Kata Kunci: Status Gizi, Aktivitas Fisik, Produktivitas Kerja