

**HUBUNGAN KESEGARAN JASMANI DENGAN PRODUKTIVITAS  
KERJA PADA PELINTING ROKOK  
DI GUNUNG MANDIRI BOJONEGORO**

**RYAN INDRA AGUSTA**

**Pembimbing : Noeroel Widajati, S.KM, M. Sc**

**KKC KK FKM 56-10 Agustus**

**Copyright © 2010 by Airlangga University Library Surabaya**

**ABSTRACT**

Worker with a high-level of physical fitness is an important capital in conducting many activities which could improve work productivity, because it is able to reduce morbidity and fatigue. To maintain the necessary physical fitness training or exercise done regularly.

This research studied the relationship between physical fitness levels of work productivity of traditional cigarette marker in Gunung Mandiri Cigarette Company in Bojonegoro. This study aimed to analyzed correlation between physical fitness with work productivity and other factors which influenced.

Refers to data collection, the study was considered as an observational research. Meanwhile, refers to the aspect of time, this study was included to cross-sectional study. This study was analytical research. The samples of this research were selected by a simple random sampling. Data was collected through observation and questionnaires. Data measurement was performed using the Harvard step-up test. The results were tested using Chi-Square with  $\text{sig} = 0.005 > \alpha = 0.05$  so that  $H_0$  was denied. It was meant that there is a relationship between physical fitness with work productivity.

The result of this study showed that there is a relationship between physical fitness to work productivity. According to this research, workers need to maintain their physical fitness in order to support productivity.

Keywords: physical fitness, Work Productivity

## HUBUNGAN KESEGARAN JASMANI DENGAN PRODUKTIVITAS KERJA PADA PELINTING ROKOK DI GUNUNG MANDIRI BOJONEGORO

**RYAN INDRA AGUSTA**

**Pembimbing : Noeroel Widajati, S.KM, M. Sc**

**KKC KK FKM 56-10 Agustus**

**Copyright © 2010 by Airlangga University Library Surabaya**

### ABSTRAK

Tenaga kerja yang memiliki tingkat kebugaran jasmani yang tinggi merupakan modal yang penting dalam melakukan aktifitasnya untuk meningkatkan produktivitas kerja karena. Untuk mempertahankan kebugaran jasmani diperlukan latihan atau olahraga yang dilakukan secara teratur.

Penelitian ini mempelajari hubungan antara kebugaran jasmani pegawai dengan tingkat produktivitas kerja serta faktor-faktor yang mempengaruhinya pada pelintings rokok di Perusahaan Rokok Gunung Mandiri Bojonegoro. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan kebugaran jasmani dengan produktivitas kerja serta mempelajari karakteristik individu yang berhubungan dengan produktivitas kerja.

Ditinjau dari cara pengambilan data penelitian, maka penelitian ini adalah penelitian *observasional*. Sedangkan bila dilihat dari segi waktunya maka penelitian ini termasuk penelitian *cross sectional*. Dan berdasarkan analisisnya maka penelitian ini termasuk penelitian analitik.

Cara pengambilan sampel ini menggunakan simple random. Cara pengumpulan data dilakukan dengan observasi dan kuesioner. Pengukuran data dilakukan dengan teknik Harvard step up test. Hasilnya diuji menggunakan uji Chi-Square dengan nilai  $\text{sig} = 0,005 > \alpha = 0,05$  maka  $H_0$  ditolak yang artinya terdapat hubungan antara kebugaran jasmani dengan produktivitas kerja. Hasil dari penelitian ini adalah terdapat hubungan antara kebugaran jasmani terhadap produktivitas kerja, sehubungan dengan hasil penelitian ini diharapkan pekerja tetap menjaga kebugaran jasmani guna menunjang produktivitas kerja.

Kata kunci: Kebugaran Jasmani, Produktivitas Kerja