

ABSTRAK

Masalah gizi pada pekerja khususnya pekerja wanita masih banyak terjadi di Indonesia. Masalah gizi pada pekerja wanita adalah anemia gizi besi. Anemia gizi besi erat kaitannya dengan penurunan kemampuan motorik (dampak fisik) yang dapat menyebabkan rasa cepat lelah dan keadaan ini akan mengganggu produktivitas seseorang. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara pola konsumsi, status gizi dan status anemia terhadap produktivitas pekerja wanita.

Penelitian ini menggunakan pendekatan cross sectional dengan besar populasi sebanyak 42 pekerja dan sampel sebanyak 38 pekerja wanita yang dipilih secara simple random sampling. Pengumpulan data primer dilakukan dengan wawancara dengan menggunakan kuesioner dan pengukuran kadar Hb dengan metode cyanmethemoglobin. Variabel dalam penelitian ini adalah pola konsumsi, status gizi, status anemia dan produktivitas. Data dianalisis menggunakan uji Chi-Square.

Pada penelitian ini sebagian besar responden berusia produktif, memiliki masa kerja 1-3 tahun dan merupakan tamatan SMA. Jenis makanan yang banyak dikonsumsi oleh responden adalah nasi, lauk nabati, sayur dan buah. Sebagian besar responden memiliki kebiasaan makan 3 kali dalam sehari. Berdasarkan hasil penelitian sebagian besar responden memiliki status gizi dan kadar Hb yang normal, dan memiliki produktivitas yang tinggi, tetapi masih ditemukan responden dengan status gizi sangat kurus, gemuk dan sangat gemuk, selain itu juga ditemukan responden dengan status anemia sebanyak 39,5% dan responden dengan produktivitas yang rendah sebanyak 21,1%. Terdapat hubungan antara frekuensi makan per hari dan status anemia dengan produktivitas pekerja wanita ($p < 0,05$).

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan diketahui bahwa responden yang memiliki kebiasaan makan 3 kali sehari cenderung memiliki produktivitas yang lebih tinggi dibandingkan dengan responden yang memiliki kebiasaan makan kurang dari 3 kali sehari. Pada responden yang memiliki status anemia cenderung memiliki produktivitas yang rendah dibandingkan dengan responden yang tidak memiliki status anemia. Oleh karena itu perlu adanya pencegahan dari pihak pekerja dan perusahaan untuk mengurangi angka anemia dan mencegah rendahnya produktivitas.

Kata kunci : pola konsumsi, status gizi, status anemia, produktivitas, pekerja wanita.