

ABSTRACT

Productivity is affected by several factors such as nutritional status and include physical fitness. Labor with nutritional status and physical ability that is less will reduce the productivity of work. The body's endurance. Streght, agility and stamina will be strongly influenced by the nutritional status and physical fitness a labor especially in manual work and work and monotonous like roling a cigarette. This research aims to know the relationships between nutritional status and physical fitness level with work productivity in the work force of women part of cigarette rollers PT Tunas Mandiri Pacitan.

This research was observational analytic with cross sectional approach. Sampel used total sampling method with sample size were 35 female workers. Nutritional status was assessed by body mass index, Physical fitness status was measured by harvard bench. Metronome, stopwatch is used to measure physical fitness status of respondents and sheets productivity data to record the result of production or output is generated. Data analysis was performed by chi square test and coefficient contingency's was used to understand the streght of association.

The results showed most of the labor women had nutritional status (IMT) normal 51.4% with good physical fitness status of 40% and mostly female work force capable of achieving the given target company 62.9% and that there was a fairly strong correlation between nutritional status with work productivity (0.397), and a strong correlation relationship between the level of physical fitness with work productivity (0.569).

The conclusion of this research is the worker with better nutritional status and physical fitness has greater work productivity hence labor would be able to achieve the target set by the production company. The company is expected to give attention to related nutritional status and physical fitness on workers such as providing additional food or exercise routine is required.

Keywords: Nutritional Status, Physical Fitness, Work Productivity

ABSTRAK

Produktivitas dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya meliputi status gizi dan kebugaran jasmani. Tenaga kerja dengan status gizi dan kemampuan fisik yang kurang akan mengurangi produktivitas kerja. Daya tahan tubuh, kekuatan, kelincahan dan stamina akan sangat dipengaruhi oleh status gizi dan kebugaran jasmani seorang tenaga kerja terutama dalam pekerjaan manual dan monoton seperti melinting rokok. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara status gizi dan tingkat kebugaran jasmani dengan produktivitas kerja pada tenaga kerja wanita bagian pelinting rokok PT Tunas Mandiri Pacitan.

Metode penelitian dalam penelitian ini adalah menggunakan observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi berjumlah 35 orang dan pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Instrument yang digunakan untuk membantu penelitian ini adalah timbangan berat badan dan tinggi badan untuk mengetahui indeks masa tubuh responden, bangku *harvard*, *metronome*, *stopwatch* digunakan untuk mengukur status kebugaran jasmani responden dan lembar data produktivitas untuk merekap hasil produksi atau output yang dihasilkan. Analisis data menggunakan uji *chi-square* dengan mencari kuat hubungan digunakan *contingency coefficient*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar tenaga kerja wanita memiliki status gizi (IMT) normal 51,4% dengan status kebugaran jasmani baik 40% dan sebagian besar tenaga kerja wanita mampu mencapai target yang diberikan oleh perusahaan. Analisa statistik menunjukkan korelasi yang cukup kuat antara status gizi dengan produktivitas kerja (0,397), serta didapatkan hubungan korelasi yang kuat antara tingkat kebugaran jasmani dengan produktivitas kerja (0,569).

Kesimpulan dari hasil diatas adalah adanya korelasi yang cukup kuat antara status gizi dengan produktivitas kerja dan antara kebugaran jasmani dengan produktivitas kerja mencerminkan bahwa semakin baik status gizi tenaga kerja, semakin baik produktivitasnya dan semakin baik tingkat kebugaran jasmaninya maka tenaga kerja akan mampu mencapai target produksi yang telah ditentukan oleh perusahaan. Perusahaan diharapkan mampu memberikan perhatian terkait status gizi dan kebugaran jasmani pada pekerja seperti memberikan makanan tambahan atau latihan rutin yang diperlukan.

Kata kunci : status gizi, kebugaran jasmani, produktivitas kerja