

SKRIPSI

TINGKAT DEHIDRASI, STATUS GIZI, DAN POLA MAKAN DENGAN PRODUKTIVITAS KERJA PADA PEKERJA DI PT SUMATERA CANDI KENCANA KABUPATEN BANYUASIN



OLEH

NAMA : ALWINDA DELVI PRIMADANI

NIM 10021381924076

**PROGRAM STUDI GIZI (S1)
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2023**

SKRIPSI

TINGKAT DEHIDRASI, STATUS GIZI, DAN POLA MAKAN DENGAN PRODUKTIVITAS KERJA PADA PEKERJA DI PT SUMATERA CANDI KENCANA KABUPATEN BANYUASIN

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar (S1)
Sarjana Gizi pada Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya



OLEH

NAMA : ALWINDA DELVI PRIMADANI
NIM 10021381924076

**PROGRAM STUDI GIZI (S1)
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2023**

GIZI
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA

Skripsi, September 2023

Alwinda Delvi Primadani; dibimbing oleh Desri Maulina Sari, S.Gz., M.Epid

Tingkat Dehidrasi, Status Gizi, dan Pola Makan dengan Produktivitas Kerja Pada Pekerja di PT Sumatera Candi Kencana Kabupaten Banyuasin
XIV+105 Halaman, 19 tabel, 11 gambar, 11 lampiran

ABSTRAK

Produktivitas kerja adalah seseorang tenaga kerja yang mampu menghasilkan keluaran (*output*) yang sama atau lebih banyak dari ketentuan jumlah produksi dengan waktu yang sudah ditentukan. Pentingnya zat gizi yang cukup untuk kesehatan umum dan produktivitas kerja sangat membutuhkan perhatian yang serius. Tujuan penelitian ini ialah untuk mengetahui tingkat dehidrasi, status gizi, dan pola makan dengan produktivitas kerja pada pekerja di PT Sumatera Candi Kencana Kabupaten Banyuasin. Penelitian ini termasuk penelitian kuantitatif, menggunakan desain penelitian *cross sectional*, dengan sampel penelitian *purposive sampling* yang berjumlah 106 responden. Analisis univariat dan bivariat yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan uji korelasi *rank spearman*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa status gizi ($p=0,076$) dan tingkat kecukupan energi ($p=0,345$) tidak memiliki hubungan yang bermakna dengan produktivitas kerja, sebaliknya tingkat kecukupan protein ($p=0,025$), tingkat kecukupan lemak ($p=0,003$), tingkat kecukupan karbohidrat ($p=0,006$) dan tingkat dehidrasi ($p=0,009$) memiliki hubungan yang bermakna dengan produktivitas kerja. Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat hubungan antara tingkat dehidrasi, tingkat kecukupan protein, lemak dan karbohidrat dengan produktivitas kerja, sedangkan status gizi dan tingkat kecukupan energi tidak ada hubungan yang bermakna dengan produktivitas kerja pada pekerja di PT Sumatera Candi Kencana Kabupaten Banyuasin. Saran bagi pekerja sebaiknya mengonsumsi air minum yang cukup saat bekerja maupun tidak bekerja serta mengonsumsi bahan makanan yang beraneka ragam seperti laup pauk nabati, hewani, sayur-sayuran dan buah-buahan.

Kata Kunci : Produktivitas Kerja, Tingkat Dehidrasi, Status Gizi, Pola Makan
Kepustakaan : 84 (2009-2023)

NUTRITION

FACULTY OF PUBLIC HEALTH

SRIWIJAYA UNIVERSITY

Thesis, September 2023

Alwinda Delvi Primadani; supervised by Desri Maulina Sari, S.Gz.,M.Epid

*Dehydration Levels, Nutritional Status, and Dietary Habit with Work Productivity of Workers at PT Sumatra Candi Kencana, Banyuasin Regency
XIV+105 Pages, 19 tables, 11 figures, 11 attachments*

ABSTRACT

Work productivity is a work force that is able to produce output that is the same or more than the stipulated amount of production within a predetermined time. The importance of adequate nutrition for general health and work productivity requires serious attention. The aim of this research is to determine the level of dehydration, nutritional status, and dietary habit with work productivity among workers at PT Sumatra Candi Kencana, Banyuasin Regency. This research is quantitative, using a cross-sectional research design with a purposive sampling research sample of 106 respondents. The univariate and bivariate analyses carried out in this study used the Spearman rank correlation test. The results showed that nutritional status ($p=0.076$) and energy adequacy level ($p=0.345$) did not have a significant relationship with work productivity, on the contrary, protein adequacy level ($p=0.025$), fat adequacy level ($p=0.003$), carbohydrate adequacy level ($p=0.006$) and the level of dehydration ($p=0.009$) have a significant relationship with work productivity. The conclusion of this research is that there is a relationship between the level of dehydration, the level of protein, fat, and carbohydrate adequacy, and work productivity, while the nutritional status and level of energy adequacy do not have a significant relationship with work productivity among workers at PT Sumatra Candi Kencana, Banyuasin Regency. The counsel for workers is to consume enough drinking water while working or not working and to eat a variety of foods such as vegetables, animals, vegetables, and fruits.

*Keywords: Work Productivity, Dehydration Level, Nutritional Status, Dietary Habit
Literature : 84 (2009-2023)*

Indralaya, 27 November 2023

Mengetahui,
Koordinator Program Studi Gizi

Pembimbing



Indah Purnama Sari, S.KM., M.KM
NIP. 198604252014042001



Desri Maulina Sari, S.Gz., M.Epid
NIP. 198612112019032009

LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini dibuat dengan sejujurnya dengan mengikuti kaidah Etika Akademik FKM Unsri serta menjamin bebas Plagiarisme. Bila kemudian diketahui saya melanggar Etika Akademik maka saya bersedia dinyatakan tidak lulus/gagal.

Indralaya, 27 November 2023

Yang bersangkutan,



Alwinda Delvi Primadani

NIM. 10021381924076

HALAMAN PENGESAHAN

TINGKAT DEHIDRASI, STATUS GIZI DAN POLA MAKAN DENGAN PRODUKTIVITAS KERJA PADA PEKERJA DI PT SUMATERA CANDI KENCANA KABUPATEN BANYUASIN

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar (S1) Sarjana Gizi

Oleh:

ALWINDA DELVI PRIMADANI

10021381924076

Indralaya, 27 November 2023

Mengetahui

Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat



Dr. Misnaniarti, S.KM., M.K.M.
NIP. 197606092002122001

Pembimbing



Desri Maulina Sari, S.Gz., M.Epid

NIP. 198612112019032009

HALAMAN PERSETUJUAN

Karya tulis ilmiah berupa Skripsi ini dengan judul “Tingkat Dehidrasi, Status Gizi dan Pola Makan Dengan Produktivitas Kerja Di PT Sumatera Candi Kencana Kabupaten Banyuasin” telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya pada tanggal 23 November 2023.

Indralaya, 27 November 2023

Tim Penguji Skripsi

Ketua:

1. Fatmalina Febry, S.KM., M.Si
NIP. 197802082002122003

()

Anggota:

2. Indah Yuliana, S.Gz., M.Si
NIP. 198804102019032018
3. Desri Maulina Sari, S.Gz., M.Epid
NIP. 198612112019032009

()
()

Mengetahui

Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat



Dr. Mispaniarti, S.KM., M.KM
NIP. 197506092002122001

Kordinator Program Studi Gizi



Indah Purnama Sari, S.KM., M.KM
NIP. 198604252014042001

RIWAYAT HIDUP

Nama : Alwinda Delvi Primadani
NIM : 10021381924076
Tempat/Tanggal Lahir: Makarti Jaya, 12 Agustus 2001
Agama : Islam
Jenis Kelamin : Perempuan
Nama Ayah : Tukimin
Nama Ibu : Windarti
Email : alwindadelvi1208@gmail.com
Alamat : Lr. Lempuyang Desa Manggar Raya Kec. Tanjung Lago
Kab. Banyuasin Prov. Sumatera Selatan

Riwayat Pendidikan

SD Negeri 14 Tanjung Lago	2007 - 2013
SMP Aziziah Plus Palembang	2013 - 2016
SMK Negeri 6 Palembang	2016 - 2019
S1 Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya	2019-sekarang

Pengalaman Organisasi

Anggota divisi perekonomian LDF Ad-Zikra	2020 - 2021
Anggota ESC (english study club)	2021
Anggota HIKAGI (Himpunan Keluarga Gizi)	2020 - 2021
Anggota divisi CID Unsri Mengajar	2021 - 2023

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT, berkat rahmat dan ridho-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Tingkat Dehidrasi, Status Gizi, dan Pola Makan Dengan Produktivitas Kerja Pada Pekerja di PT Sumatera Candi Kencana Kabupaten Banyuasin” sebagai syarat untuk menyelesaikan Program Sarjana (S1) Gizi Fakuultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.

Selama penyusunan skripsi tentu ada hamabatan dan rintangan yang penulis hadapi namun bisa terlewati berkat tidak lepas dari bimbingan, bantuan, serta dukungan dari berbagai pihak. Maka dari itu, penulis hendak mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Dr. Misnaniarti, S.KM., M.KM selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya
2. Ibu Indah Purnama Sari, S.KM., M.KM selaku Ketua Program Studi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya
3. Ibu Desri Maulina Sari, S.Gz., M. Epid selaku dosen pembimbing saya yang telah banyak memberikan masukan, arahan dan motivasi serta selalu sabar membimbing, dan meluangkan waktu untuk bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini dengan lancar
4. Ibu Fatmalina Febry, S.KM., M.Si selaku dosen penguji I yang banyak memberikan bimbingan, arahan dan masukan dalam pembuatan skripsi ini
5. Ibu Indah Yuliana, S.Gz., M.Si selaku dosen penguji II yang banyak memberikan bimbingan, arahan dan masukan dalam pembuatan skripsi ini
6. Para dosen, karyawan dan seluruh civitas akademik Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.
7. Bapak Suherlan selaku Pimpinan Estate Manager PT Sumatera Candi Kencana Kabupaten Banyuasin yang telah memberikan izin penelitian kepada penulis.
8. Secara khusus dan tak terhingga penulis mengucapkan terimakasih kepada kedua orang tua, Bapak Tukimin dan almarhumah Ibu Windarti yang tiada henti mendukung, menyemangati, dan mendo'akan agar penulis dapat menyelesaikan studi dan skripsi ini hingga selesai

9. Keluarga besar dan saudara/i penulis, Mas Muklas dan Arbi serta ayuk iparku yang telah mendukung dan juga mendo'akan penulis untuk dapat menyelesaikan skripsi ini
10. Para responden dan para staf bagian input data per divisi yang telah bersedia menyempatkan waktunya untuk di wawancarai dan direpotkan selama penelitian ini berlangsung
11. Teman seperjuangan Mbak Arin, Reka, Hanum, Lisa, Luthfi, Pipit, dan Hylmi serta para teman-teman kos karjo yang selalu memberikan dukungan dan bersedia membantu untuk mengatasi permasalahan pada saat penyusunan skripsi
12. Teman-teman seperjuangan Program Studi Gizi angkatan 2019 yang saling memberikan semangat dan dukungan dalam penyelesaian skripsi ini.
13. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah memberikan bantuan maupun dukungan selama proses pembuatan skripsi.
14. Terkhusus berterimakasih juga pada diri sendiri yang sudah mampu melewati masa perkuliahan dengan baik serta menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan penuh perjuangan dan banyak pengorbanan.

Penulis mengharapkan semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi civitas akademik dan masyarakat umum. Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi ini, sehingga kritik dan saran terkait skripsi ini sangat diterima untuk kebaikan di masa yang akan datang.

Indralaya, 22 September 2023

Penulis

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Sriwijaya, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Alwinda Delvi Primadani
NIM : 10021381924076
Program Studi : Gizi
Fakultas : Kesehatan Masyarakat
Jenis Karya Ilmiah : Skripsi

Dengan ini menyatakan menyetujui untuk memberikan kepada Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** (*Non-exlucive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

“Tingkat Dehidrasi, Status Gizi, dan Pola Makan dengan Produktivitas Kerja Pada Pekerja di PT Sumatera Candi Kencana Kabupaten Banyuasin”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Sriwijaya berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat : di Indralaya

Pada Tanggal : 21 November
2023

Yang Menyatakan,



Alwinda Delvi Primadani

DAFTAR ISI

ABSTRAK	iii
LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
HALAMAN PERSETUJUAN	vi
RIWAYAT HIDUP	viii
KATA PENGANTAR	ix
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.5 Ruang Lingkup Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Produktivitas Kerja	7
2.2 Dehidrasi.....	15
2.3 Status Gizi	22
2.4 Pola Makan.....	27
2.5 Penelitian Terkait	33
2.6 Kerangka Teori.....	38
2.7 Kerangka Konsep.....	39
2.8 Definisi Operasional	40
2.9 Hioptesis penelitian	42
BAB III METODE PENELITIAN	43
3.1 Desain Penelitian	43
3.2 Populasi dan Sampel Penelitian	43

3.3 Jenis, Alat dan Cara Pengumpulan Data	45
3.4 Pengolahan Data	48
3.5 Analisis dan Penyajian Data	50
BAB IV HASIL PENELITIAN	51
4.1 Gambar Umum Lokasi Penelitian.....	51
4.2 Hasil Penelitian	52
4.2.1 Analisis Univariat	52
4.2.2 Analisis Bivariat	58
BAB V PEMBAHASAN	63
5.1 Keterbatasan Penelitian	63
5.2 Pembahasan	63
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	82
6.1 Kesimpulan.....	82
6.2 Saran	83
DAFTAR PUSTAKA	84

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Kategori Indeks Massa Tubuh (IMT) untuk orang Indonesia	25
Tabel 2. 2 Penelitian Terkait	33
Tabel 2. 3 Definisi Operasional	40
Tabel 3. 1 Hasil Perhitungan Besar Sampel.....	44
Tabel 4. 1 Karakteristik Individu.....	52
Tabel 4. 2 Disrtibusi Frekuensi Berdasarkan Variabel Penelitian.....	53
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Variabel Tingkat Dehidrasi	54
Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Variabel Status Gizi.....	55
Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi Kecukupan Energi.....	55
Tabel 4. 6 Distribusi Frekuensi Kecukupan Protein.....	56
Tabel 4. 7 Distribusi Frekuensi Kecukupan Lemak	56
Tabel 4. 8 Distribusi Frekuensi Kecukupan Karbohidrat.....	57
Tabel 4. 9 Distribusi Frekuensi Variabel Produktivitas Kerja.....	57
Tabel 4. 10 Hubungan Tingkat Dehidrasi dengan Produktivitas Kerja Pada Pekerja di PT Sumatera Candi Kencana Kabupaten Bnayuasin	59
Tabel 4. 11 Hubungan Status Gizi dengan Produktivitas Kerja Pada Pekerja di PT Sumatera Candi Kencana Kabupaten Banyuasin	59
Tabel 4. 12 Hubungan Kecukupan Energi dengan Produktivitas Kerja Pada Pekerja di PT Sumatera Candi Kencana Kabupaten Banyuasin.....	60
Tabel 4. 13 Hubungan Kecukupan Protein dengan Produktivitas Kerja Pada Pekerja di PT Sumatera Candi Kencana Kabupaten Banyuasin.....	60
Tabel 4. 14 Hubungan Kecukupan Lemak dengan Produktivitas Kerja Pada Pekerja di PT Sumatera Candi Kencana Kabupaten Banyuasin.....	61
Tabel 4. 15 Hubungan Kecukupan Karbohidrat dengan Produktivitas Kerja Pada Pekerja di PT Sumatera Candi Kencana Kabupaten Banyuasin.....	62

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Indikator Warna Urin	21
Gambar 2. 2 Timbangan Digital	25
Gambar 2. 3 Microtoise	25
Gambar 2. 4 Kerangka Teori	38
Gambar 2. 5 Kerangka Konsep	39
Gambar 3. 1 Indikator Warna Urin	46
Gambar 3. 2 Pengukuran Berat Badan.....	47
Gambar 3. 3 Pengukuran Tinggi Badan.....	47
Gambar 3. 4 Angka Kecukupan Gizi (AKG) 2019	49
Gambar 4. 1 Gambaran Umum	51
Gambar 4. 2 Peta Wilayah Penelitian	51

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner Skrining	91
Lampiran 2. Informend Consent	92
Lampiran 3. Formulir Kuesioner Responden	93
Lampiran 4. Formulir Recall	94
Lampiran 5. Kaji Etik Penelitian.....	95
Lampiran 6. Surat Izin Penelitian.....	96
Lampiran 7. Surat balasan izin penelitian.....	97
Lampiran 8. Surat selesai penelitian	98
Lampiran 9. Hasil Analisis Data SPSS	99
Lampiran 10. Distribusi frekuensi variabel yang diteliti	105
Lampiran 11. Dokumentasi Kegiatan Penelitian	107

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Tenaga kerja yang sehat dapat meningkatkan keselamatan dan produktivitas kerja, serta menurunkan ketidakhadiran karena sakit. Keseimbangan antara beban kerja, beban tambahan akibat lingkungan kerja, serta kapasitas kerja yang optimal dapat menjamin kesehatan dan produktivitas tenaga kerja (Sumamur, 2009).

Menurut wignjosenroto, produktivitas adalah suatu rasio antara *output* dan *input*, yang menunjukkan efisiensi kerja. Produktivitas kerja adalah komponen yang sangat penting dalam menunjang keberhasilan suatu perusahaan. Kesehatan karyawan juga harus diperhatikan karena dapat mempengaruhi kesegaran fisik dan daya pikir karyawan sehingga karyawan tersebut dapat bekerja lebih giat, produktif, dan teliti (Wignjosenroto, 2016).

Asian productivity organization (APO) dalam *APO Productivity Databook* (2016) menyebutkan bahwa angka produktivitas pekerja Indonesia sangat rendah dibandingkan dengan Thailand, Singapura dan Malaysia. Produktivitas individu pekerja Indonesia pada tahun 2016 rata-rata sebesar 24,9 juta dolar, dibawah rata-rata ASEAN sebesar 28,8 dolar (Farikha, 2017).

Produktivitas tenaga kerja yang rendah akan berdampak pada perekonomian perusahaan dan perekonomian daerah dalam jangka panjang. Sangat penting untuk memprioritaskan asupan gizi yang cukup untuk kesehatan umum dan produktivitas kerja, karena ada banyak faktor yang dapat mempengaruhi produktivitas kerja termasuk beban tambahan akibat lingkungan kerja, kapasitas kerja dan status gizi (Fauziyah, 2019).

Konsumsi pangan dan status gizi pekerja dinilai cukup penting dalam upaya peningkatan produktivitas kerja. Pola makan yang baik mengandung makanan sumberenergi, sumber zat pembangun dan sumber zat pengatur, karena semua zat gizi diperlukan untuk pertumbuhan dan pemeliharaan tubuh serta perkembangan otak dan produktivitas kerja. Pola makan yang seimbang dan aman akan

berguna untuk mencapai dan mempertahankan status gizi dan kesehatan yang optimal (Khairani Ritonga, Nasution dan Sudaryati, 2019).

Menurut penelitian Shafitra *et al.*, (2020), 71,7% dari 57 pekerja dengan konsumsi energi yang baik memiliki produktivitas baik. Begitu juga dengan pekerja yang konsumsi protein baik, 73,7% pekerja memiliki produktivitas kerja yang baik pula. Kurangnya asupan energi akan membuat daya tahan tubuh lemah dan daya pemikiran rendah karena kurangnya zat-zat makanan yang diterima tubuh sehingga energi yang dihasilkan lebih sedikit. Kurangnya asupan protein dalam tubuh juga akan mengakibatkan tubuh menjadi lesu, kurangnya bergairah untuk melakukan kegiatan dan kondisi tubuh yang akan menimbulkan banyak kerugian (rentan terhadap penyakit, kemalasan untuk mencari nafkah, produktivitas kerja sangat rendah dan lain-lain) (Astuti, 2017).

Status gizi seseorang dapat mempengaruhi produktivitas kerja, status gizi ditentukan dengan menghitung *Indeks Massa Tubuh* (IMT). Status gizi adalah keadaan kesehatan tubuh yang disebabkan oleh konsumsi, pemasukan dan penggunaan zat gizi makanan. Status gizi adalah tanda atau aspek seseorang yang dihasilkan dari keseimbangan antara asupan dan konsumsi gizi berasal dari makanan yang dikonsumsi. Status gizi seseorang pada hakikatnya merupakan gambaran kesehatan sebagai refleksi dari konsumsi pangan (Rachman, 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Novianti, Kurniawan dan Widjasena (2017) menunjukkan hasil bahwa tenaga kerja yang memiliki status gizi lebih atau obesitas maka lamban dalam melakukan pekerjaan karena mengeluarkan tenaga yang lebih banyak untuk bergerak sehingga produktivitas kerja menurun, sebaliknya, orang dengan status gizi yang baik umumnya lebih lincah dan energik dalam bekerja, yang menghasilkan tingkat produktivitas yang tinggi. Di sisi lain, individu yang kurang berat badan baik secara ringan atau berat, akan merasa lebih sulit untuk bekerja.

Kekurangan asupan cairan adalah salah satu defesit nutrisi yang sering dialami oleh pekerja. Karyawan mungkin harus menghabiskan banyak waktu di lingkungan kerja yang panas. Penyakit terkait panas dapat muncul ketika tubuh manusia tidak dapat mempertahankan suhu normal, yang dapat memiliki konsekuensi yang berpotensi fatal (kematian) (OSHA, 2011). Penting bagi pekerja

untuk meminum air karena bekerja di suhu yang tinggi. Hal ini menyebabkan dehidrasi pada sejumlah besar pekerja. Selain itu, pekerja mungkin kehilangan cairan secara tidak disadari karena pekerjaan yang berlangsung lama (NHC, 2016).

Permasalahan dehidrasi telah menjadi perhatian khusus di Indonesia, dibuktikan dengan adanya *The Indonesian Hydration Regional Study* (THIRST) menyatakan bahwa masyarakat Indonesia banyak yang mengalami dehidrasi ringan terutama pada kelompok remaja usia 15 -18 tahun dan dewasa usia 25-55 tahun. Sebab, pada kelompok usia tersebut kurangnya memperhatikan kebutuhan cairan tubuh, aktivitas fisik yang intens, dan kebiasaan meminum minuman yang berkafein atau berpemanis. Selain itu, konsumsi air masyarakat Indonesia tergolong rendah, hal ini sesuai dengan hasil penelitian dari *The Indonesian Hydration Regional Study* (THIRST) yang menunjukkan bahwa sebanyak 49,1% subjek penelitian mengalami kurang air atau hipovolemia. Hal tersebut didukung penelitian yang dilakukan oleh Hardinsyah yang menyebutkan bahwa sebanyak 46,1% masyarakat Indonesia mengalami dehidrasi ringan (Hardiansyah, 2010).

Menurut data Klimatologi Palembang tahun 1991-2020, suhu terendah di Palembang adalah 24⁰C dan tertinggi mencapai 33,3⁰C. Dalam lingkungan kerja yang panas, kecelakaan kerja lebih sering terjadi dan sering dikaitkan dengan tekanan panas dan dehidrasi, dan pekerja di luar ruangan rentan terhadap dehidrasi karena suhu rata-rata yang tinggi (Edirisinghe dan Adanom, 2019). Pada penelitian dari Sari dan Nindya (2018), menyatakan bahwa salah satu permasalahan yang dialami oleh pekerja adalah dehidrasi, yaitu sebanyak 41,2 % pekerja mengalami dehidrasi. Sejalan dengan penelitian dari Hajizadeh *et.al* (2014), menunjukkan bahwasannya terjadi penurunan produktivitas akibat suhu yang tinggi dan memiliki efek samping negatif terhadap kesehatan yaitu, dehidrasi, vertigo, mual dan nyeri otot.

PT. Sumatera Candi Kencana dipilih sebagai lokasi penelitian sebab merupakan salah satu anak perusahaan dari PT Sumber Tani Agung Resources Tbk grup perusahaan kelapa sawit. Dimana PT Sumatera Candi Kencana adalah salah satu perusahaan yang ada di Pulau Sumatera, yang bergerak dibidang perkebunan kelapa sawit yang berlokasi di Sumatera Selatan Kecamatan Tanjung

Lago Kabupaten Banyuasin. Kegiatan lapangan di perkebunan kelapa sawit meliputi pembibitan, peremajaan (replanting), Perawatan tanaman belum menghasilkan, perawatan tanaman menghasilkan, produksi dan pasca panen (pabrik). Jenis pekerjaan pemanenan dan pemeliharaan atau perawatan di perkebunan kelapa sawit sangat mutlak diperlukan karena untuk membuat tanaman kelapa sawit tetap produktif agar hasil yang diinginkan tetap berlanjut/kontinu dalam jangka waktu yang panjang.

Menurut KEPMENKES RI (2002) tentang Persyaratan Kesehatan Lingkungan Kerja Perkantoran dan Industri, menyatakan bahwa suhu dan kelembaban yang memenuhi syarat lingkungan kerja industri berada pada suhu antara 180C – 300C dan kelembaban 65% - 95%. Bila suhu lebih tinggi dari nilai ini maka bekerja akan terasa tidak nyaman, penampilan kerja akan menurun, bahkan dapat menimbulkan gangguan kesehatan serta produktivitas kerja terganggu. Dengan pekerjaan lapangan seperti diatas, dimana para pekerja tersebut terpapar sinar matahari secara langsung dengan suhu panas (>30⁰C) selama waktu kerja setiap harinya, yang mana pekerjaan tersebut berpotensi mengalami dehidrasi dan akan berakibat pada produktivitas kerja pada pekerja PT Sumatera Candi Kencana. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai tingkat dehidrasi, status gizi, pola makan dan produktifitas kerja pada pekerja di PT Sumatera Candi Kencana Kabupaten Banyuasin.

1.2 Rumusan Masalah

PT Sumatera Candi Kencana merupakan salah satu perusahaan yang bergerak dibidang perkebunan kelapa sawit yang berada di Kabupaten Banyuasin. Jenis pekerja lapangan yang membuat tanaman kelapa sawit tetap produktif agar hasil yang diinginkan tetap berlanjut/kontinu dalam jangka waktu yang panjang adalah para pemanen dan pemeliharaan/perawatan kelapa sawit. Dalam lingkungan pekerjaan, faktor fisik lebih banyak memberikan pengaruh terhadap lingkungan sekitarnya dan berakibat langsung terhadap tenaga kerja, salah satu diantaranya adalah iklim kerja yang mencakup suhu, kelembaban, kecepatan gerak udara, dan panas radiasi. Dimana para pekerja pemanen dan pemeliharaan/perawatan kelapa sawit terpapar sinar matahari secara langsung selama waktu kerja setiap harinya,

yang dapat menyebabkan dehidrasi sehingga menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi produktivitas kerja. Selain dehidrasi, keadaan gizi juga sebagai faktor penentu produktivitas kerja yang mana gizi dapat menentukan prestasi kerja karyawan karena adanya kecukupan dan penyebaran kalori yang seimbang selama bekerja. Hal ini disebabkan karena kualitas dan kuantitas makanan maupun minuman yang dikonsumsi akan mempengaruhi tingkat kesehatan individu. Gizi yang baik membuat berat badan menjadi normal, sehingga tubuh tidak mudah terkena penyakit dan dapat meningkatkan produktivitas kerja. Berdasarkan uraian latar belakang tersebut maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui, “Bagaimana Tingkat dehidrasi, status gizi dan pola makan dengan produktivitas kerja pada pekerja PT Sumatera Candi Kencana Kabupaten Banyuasin?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui tingkat dehidrasi, status gizi, pola makan dengan produktivitas kerja pada pekerja di PT Sumatera Candi Kencana Kabupaten Banyuasin.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi karakteristik (umur, riwayat penyakit, masa kerja (tahun), status pernikahan dan bidang pekerjaan) pada pekerja di PT Sumatera Candi Kencana Kabupaten Banyuasin.
2. Mengidentifikasi tingkat dehidrasi pada pekerja di PT Sumatera Candi Kencana Kabupaten Banyuasin.
3. Mengidentifikasi status gizi pada pekerja di PT Sumatera Candi Kencana Kabupaten Banyuasin.
4. Mengidentifikasi pola makan pada pekerja di PT Sumatera Candi Kencana Kabupaten Banyuasin.
5. Mengidentifikasi produktivitas kerja pada pekerja di PT Sumatera Candi Kencana Kabupaten Banyuasin.
6. Mengetahui hubungan tingkat dehidrasi, status gizi, pola makan dan produktivitas kerja pada pekerja di Kabupaten Banyuasin.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menambah referensi bagi keputakaan Fakultas Kesehatan Masyarakat, juga berguna bagi para pembaca yang ingin memanfaatkan penelitian ini sebagai bahan studi banding khususnya pada masalah dehidrasi, status gizi dan pola makan terhadap produktivitas kerja pada pekerja dan dijadikan sebagai tambahan panduan tentang dehidrasi, status gizi, pola makan dengan produktivitas kerja pada pekerja untuk penelitian selanjutnya.

1.4.2 Bagi Perusahaan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi responden dan tempat penelitian mengenai tingkat dehidrasi, status gizi, pola makan dan produktivitas kerja pada pekerja di PT Sumatera Candi Kencana Kabupaten Banyuasin.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

1.5.1 Ruang Lingkup Lokasi

Penelitian ini dilaksanakan pada salah satu perusahaan kelapa sawit yang ada di daerah Banyuasin, yaitu di PT Sumatera Candi Kelapa.

1.5.2 Ruang Lingkup Materi

Materi dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat dehidrasi, status gizi, dan pola makan dengan produktivitas kerja pada pekerja di PT Sumatera Candi Kencana. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*, serta analisis data yang digunakan ialah analisis univariat dan analisis bivariat dengan menggunakan uji korelasi *rank spearman*. Variabel independen dalam penelitian ini adalah tingkat dehidrasi, status gizi dan pola makan, sedangkan variabel dependen adalah produktivitas kerja.

1.5.3 Ruang Lingkup Waktu

Penelitian ini dilakukan pada bulan Juli – Agustus 2023.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M & Wirjatmadi, B. 2012. Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan Pertama: Jakarta.
- Adriani, M dan Wirjadmadi, B. 2014. Pengantar Gizi Masyarakat. Jakarta: PrenadaMedia Grup.
- Alfatonah, I. (2018). Hubungan Pengertahuan Cairan, Aktivitas Fisik, Konsumsi Cairan Dan Status Hidrasi Pada Pekerja Wanita. Skripsi. Gizi. Ilmu-Ilmu Kesehatan. Universitas Esa Unggul: Jakarta.
- Almatsier 2010, Prinsip Dasar Ilmu Gizi, PT. Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.
- Amstrong et al. 2010. Hydration Assessment Techniques. *Journal Nutrition Reviews*, Vol 63(6).
- Andayani, K. dan Dieny, F. F. (2013) "Hubungan Konsumsi Cairan Dengan Status Hidrasi Pada Pekerja Industri Laki-Laki," *Journal of NutritionCollege*, 2(4), hal. 547–556. doi: 10.14710/jnc.v2i4.3738.
- Angela, I. I., Punuh, M. I., Malonda, N. S. H., Kesehatan, F., Universitas, M., & Ratulangi, S. (2017). Hubungan Antara Asupan Energi Dan Protein Dengan Status Gizi Anak Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Kombos Kota Manado. *Kesmas*, 6(2), 10/10
- Ardana 2012, Manajemen Sumber Daya Manusia, Graha Ilmu, Yogyakarta.
- Arianto, Machfudz Eko, and Desi Dewi Prasetyowati. 2019. "Hubungan Antara Lingkungan Kerja Panas Dengan Keluhan Heat Related Illnes Pada Pekerja Home Industry Tahu Di Dukuh Janten , Bantul." *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat* 11(4): 318–24.
- Arsanti, S.M. (2021) "Hubungan Tingkat Kecukupan Asupan Zat Gizi, Status Hidrasi, dan Kelelahan Kerja dengan Produktivitas Kerja Karyawan PT. PAL Indonesia (PERSERO)." 3(2), hal.6
- Assamenew, et al. 2012. Urinalysis. Ethiopia Public Health Training Initiative. USAID Cooperative Agreement.
- Astuti, P. 2017. " Hubungan Asupan Energi, Asupan Protein dan Status Gizi Dengan Produktifitas Kerja Pada Tenaga Kerja Wanita Bagian Finishing 3 PT Hanil Indonesia Nepen Teras Boyolali," *Jurnal Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta*, hal. 1–24.

- Australia,” *Journal of Occupational Health and Safety - Australia and New Zealand*, 23(1), hal. 79-87.
- Baron S, Courbebaisse M, Lepicard EM, dan Friedlander G. 2015. Assessment of Hydration Status In A Large Population. *British Journal Of Nutrition*. Volume 113(1). 147-158.
- Bawinto, G, Nancy S. H. M dan Paul, K. 2016. Hubungan antara Status Gizi dengan Produktivitas Kerja pada Pekerja Sangrai Kacang di Kecamatan Kawangkoan Fakultas Kesehatan Masyarakat. Universitas Sam Ratulangi Mando: 4
- Biggs, C., Paterson, M. dan Maunder, E. (2011) “Hydration status of South African forestry workers harvesting trees in autumn and winter,” *Annals of Occupational Hygiene*, 55(1), hal. 6–15. doi: 10.1093/annhyg/meq068.
- Budianto, A. K. 2009. Dasar-Dasar Ilmu Gizi. Cetakan Keempat. Malang: UMM Press. Budianto, A, S. 2003. Bunga Rampai Hiperkes dan Kesehatan Kerja : Badan Penerbit Universitas Diponegoro, Semarang.
- Busro, muhammad. (2017). Manajemen Sumber Daya Manusia. Yogyakarta: Expert. Darmawan, D 2013, Prinsip-Prinsip Perilaku Organisasi, Pena Semesta, Surabaya.
- Derbyshire dan Emma. Dr. 2013. *Hydration and Urinary Tract Health*. UK: NaturalHydration Council.
- Dingin, L. (2017) “Hubungan Konsumsi Cairan Dengan Status Hidrasi”
- Edirisinghe, R., & Andamon, M. M. (2019). Thermal environments in the construction industry: A critical review of heat stress assessment and control strategies. In *Green Energy and Technology* (Vol. 0). Springer Singapore. [https:// doi.org/10.1007/978-981-10-7880-4_3](https://doi.org/10.1007/978-981-10-7880-4_3)
- Farikha, R. R. P dan Ardyanto, D. 2017. “Hubungan Status Gizi, Karakteristik Individu Dengan Produktivitas Pekerja Sorting Dan Packing,” *The Indonesian Journal of Occupational Safety and Health*, 5(1), hal.71. doi:10.20473/ijosh.v5i1.2016.71-80.
- Fauzi, (2019) “Ir perpustakaan universitas airlangga,” *Perpustakaan Universitas Airlangga*, hal. 1–8.
- Fauziyah, A. (2019). "Kapasitas Kerja dengan Produktivitas Kerja pada Pekerja Penyortir Edemame di PT. Mitratani Dua Tujuh Kabupaten Jember". skripsi
- Hadi, N. (2017). Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi. Jakarta: EGC
- Hajizadeh, R., Golbabaie, F., Reza, M., Farhang S. and Ezadi, E. (2014)

Productivity Loss from Occupational Exposure to Heat Stress: A Case Study in Brick Workshops/Qom-Iran. *International Journal Of Occupational Hygiene*, 6, 143-148.

Hardiansyah, Briawan, Hartati A, Thaha. (2010). Kebiasaan minum dan Status Dehidrasi pada remaja dan Dewasa di Beberapa Daerah di Indonesia-HAUS. Bogor: Perhimpunan Peminat Gizi dan Pangan Indonesia (PERSAGI)Departemen Gizi Masyarakat FEMA IPB

Hardinsyah, G. &. (2012). Faktor Resiko Dehidrasi pada Remaja dan Dewasa Indonesia. *Jurnal Gizi dan Pangan* Vol.8.

Harjuna, F. R. (2017) “Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Produktivitas Tenaga Kerja Pada Home Industri Tekstil dan Pakaian (Studi Kasus Pada Tenaga Kerja Bagian Produksi Jahit Indonesia Jersey Kota Malang),” hal. 15.

Harsiwi, A.M. (2009). *Produktivitas Kerja dan Kesempatan Aktualisasi Diri DosenWanita*. <http://re-searchengines.com/ipenelitian.html>.

Hayatunnufus, F. *et al.* (2022) “Asupan Makan Sehari, Status Gizi, dan Produktivitas Kerja Guru SMK Pelita Ciampea Bogor,” *Jurnal Kesehatan Indonesia*, 13(1),hal. 50. doi: 10.33657/jurkessia.v13i1.788.

Hidayat fahrul, D. (2023) “Hubungan Asupan Makanan dan Status Gizi Terhadap Pekerja Wanita di PT. Abadi Raya *Commerece*” hal. 31–41.

I Dewa Nyoman Supriasa, *et al.* 2002. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC

Kemenkes. 2019. *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019 Tentang Angka Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan Untuk Masyarakat Indonesia*. Jakarta.

Kartasapoetra, G dan Marsetyo. 2010. *Ilmu Gizi, Korelasi Gizi, Kesehatan dan Produktivitas Kerja*. Jakarta: PT. Rineka Cipta

Kemenkes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Kementerian Kesehatan RI, 53(9), 1689–1699.

Kemenkes RI (2019) *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia*.

Kenefick, R. W. *et al.* (2008) “Effect of increased plasma osmolality on cold-induced thirst attenuation,” *European Journal of Applied Physiology*, 104(6), hal. 1013– 1019. doi: 10.1007/s00421-008-0857-9.

khairani Ritonga, Nasution, E. dan Sudaryati, E. (2019) “Gambaran Pola Makan dan Status Gizi Pada Pekerja Buruh Panen (Pendodos Kelapa Sawit) PTPN IV Unit Ajamu Kecamatan Panai Hulu Kabupaten Labuhanbatu,”

- Concept and Communication*, null(23), hal. 301–316.
- Klasifikasi Baku Lapangan Usaha Indonesia (KBLI). (2018). Badan Pusat Statistika Republik Indonesia. Pp 35-150.
- Kusriyana, R., Helmyati, S. dan Budiningsari, R. D. (2010) “Asupan zat gizi, status gizi dan motivasi serta hubungannya dengan produktivitas pekerja perempuan pada bagian pencetakan di Pabrik Bakpia Pathuk 25 Yogyakarta,” *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 7(1), hal. 41. doi: 10.22146/ijcn.17614.
- Kuswana, W, S 2016, Ergonomi dan K3. Diedit oleh P. Latifah, Bandung.
- Lim, C. Y. *et al.* (2015) “Risk factors for pterygium in Korea: The Korean national health and nutrition examination survey V, 2010-2012,” *Medicine (United States)*, hal, 94(32).doi:10.1097/MD.0000000000001258.
- Maghfiroh, A. L. (2019). Hubungan Asupan Energi Dan Tingkat Aktivitas Fisik 89 Dengan Produktivitas Pada Tenaga Kerja Berstatus Gizi Lebih Bagian Packaging Di PT Timur Megah Steel. *Amerta Nutrition*, 3(4), 315. <https://doi.org/10.20473/amnt.v3i4.2019.315-321>
- Magfiroh, S and Mifbakhuddin. 2015. "Hubungan Toleransi Stres, Shift Kerja dan Status Gizi dengan Kelelahan pada Perawat IGD dan ICU (Studi di RSI Sultan Agung Semarang)". *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 10(2). pp 46-53
- Marmi. (2013). *Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Miller, V. dan Bates, G. (2007) “Hydration of outdoor workers in north-west
- Mulyadi, M. (2011). "Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif serta Pemikiran Dasar Menggabungkannya (Quantitative and Qualitative Research and Basic Rational to Combine Them)". *Jurnal Studi Komunikasi dan Media* 15(1): 128.
- Nawawi, H. 2003. *Perencanaan SDM untuk Organisasi Profit yang Kompetitif*. Yogyakarta: BPFE Press.
- Nilamsari, Neffrey, Ratih Damayaanti, and Erwin Dyah Nawawinetu. 2018. "Hubungan Masa Kerja dan Usia dengan Tingkat Hidrasi Pekerja Perajin Manik-manik Di Kabupaten Jombang." *Jurnal Kesehatan Terpadu (Intregrated Health Journal)* 9(2): 1-9.
- Novianti, B., Kurniawan, B. dan Widjasena, B. (2017) “Hubungan Antara Usia, Status Gizi, Motivasi Kerja, Dan Pengalaman Kerja Dengan Produktivitas Kerja Operator Bagian Perakitan Di Pt. X,” *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 5(5), hal. 79–88.
- Nofianti, Diah Wahyu, and Herry Koesyanto. 2019. “Masa Kerja, Beban

- Kerja, Konsumsi Air Minum Dan Status Kesehatan Dengan Regangan Panas Pada Pekerja Area Kerja.” *Higeia Journal of Public Health Research and Development* 3(4): 524– 33.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta: Jakarta.
- Oliver, J. 2019. “Pengaruh Konsumsi Air Minum Dengan Tingkat Dehidrasi.” *Hilos Tensados* 1:1–476. [http://repository.potensiutama.ac.id/jspui/bitstream/123456789/2990/6/BAB II.pdf](http://repository.potensiutama.ac.id/jspui/bitstream/123456789/2990/6/BAB%20II.pdf).
- Par’i, H, M 2017, *Penilaian Status Gizi*, Diedit oleh E. Rezkina, EGC, Jakarta
- Pertiwi, D. 2015. *Status Dehidrasi Jangka Pendek Berdasarkan Hasil Pengukuran Puri (Periksa Urin Sendiri) Menggunakan Grafik Warna Urin Pada Remaja Kelas 1 Dan2 Di Sman 63 Jakarta Tahun 2015*. Skripsi.
- Prastyawati, Fariya Eka. 2018. “Tekanan Panas, Faktor Pekerja Dan Beban Kerja Dengan Kejadian Heat Strain Pada Pekerja Pembuat Kerupuk (Studi Di Industri Kerupuk Kelurahan Giri Kabupaten Banyuwangi).” *Kesehatan Masyarakat*.
- Puspita, A. D. dan Widajati, N. (2020) “Gambaran Iklim Kerja Dan Tingkat Dehidrasi Pekerja Shift Pagi Di Bagian Injection Moulding 1 Pt.X Sidoarjo,” *Journal of Public Health Research and Community Health Development*, 1(1), hal. 13. doi: 10.20473/jphrecode.v1i1.20452.
- Prasasti, Harumita P. and; Indrawati, V. (2019) ‘Pengaruh Kebiasaan Makan Keluarga Terhadap Status Gizi Anak Di SDN Babak Sari - Kecamatan Dukun - Gresik’, *e-Jurnal Tata Boga*, 8(I), pp. 119–125
- Rachman, T. (2018) “Hububungan Status Gizi, Pengetahuan, Konsumsi Cairan, Lingkungan Kerja Dan Status Hidrasi Pada Karyawan Pt.Sumber Natural Indonesia,” *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., hal. 10–27.
- Rahmawati, R. dan Lestari, Y. N. (2023) “Korelasi Status Gizi dan Tingkat Asupan Makan Dengan Tingkat Produktivitas Pada Pekerja Bagian Produksi DI PT . X Semarang *The Correlation Between Nutritional Status and Level of Food Intake With Productivity Levels Among Production Workers at PT. X Semarang.*”
- Ramadhanti, A. A. (2020) “Status Gizi dan Kelelahan terhadap Produktivitas Kerja,” *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), hal. 213–218. doi: 10.35816/jiskh.v11i1.251.
- Ratih, Annisa. 2016. “Hubungan Konsumsi Cairan Dengan Status Hidrasi Pada Pekerja Dengan Suhu Lingkungan Panas.” 20(3): 66.
- Risaldi, R.W. 2017. Hubungan Status Gizi dengan Tingkat Produktivitas Pekerja Wanita di PT. Idec Abadi Wood Industries Tarakan. *Jurnal Kesehatan Vol. 5, No. 1, 52- 59*

- Riyani, R & Farikha, P 2016, “Produktivitas Pekerja Sorting Dan Packing”, The Indonesian Journal of Occupational Safety and Health, hlm. 71–80.
- Sari, N. A. dan Nindya, T. S. (2018) “Hubungan Asupan Cairan, Status Gizi Dengan Status Hidrasi Pada Pekerja Di Bengkel Divisi General Engineering Pt Pal Indonesia,” *Media Gizi Indonesia*, 12(1), hal. 47. doi: 10.20473/mgi.v12i1.47- 53.
- Sedarmayanti 2009, Sumber Daya Manusia dan Produktivitas Kerja, MandarMaju, Bandung.
- Sediaoetama, A, D 2010, Ilmu Gizi, Dian Rakyat, Jakarta.
- Shafitra, M. *et al.* (2020) “Hubungan Status Gizi, Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Produktivitas Kerja Pada Pekerja di PT Gatra Tahun 2019,” *MediaKesehatan Masyarakat Indonesia*, 19(1), hal. 50–56. doi: 10.14710/mkmi.19.1.50-56.
- Sinulingga 2014, Rekayasa Produktivitas, USU Press, Medan.
- Sinungan, M. 2008, Produktivitas, Apa dan Bagaimana, PT. Bumi Aksara, Jakarta.
- Sirajuddin, Surmita and Astuti, T. (2018) Survei Konsumsi Pangan.
- STA.co.id (Internet). Shareholding (diakses pada 2 Juni 2023). <https://www.sta.co.id/page/shareholding/en>
- Stitapajna, A. dan Aslam, M. (2020) “Hubungan Status Gizi dan Asupan Energi dengan Produktivitas Kerja pada Pekerja PT. Propack Kreasi Mandiri Cikarang,” *Nutrisia*, 22(2), hal. 86–93. doi: 10.29238/jnutri.v22i2.190.
- Siwi, N. P., Paskarini, I., Kesehatan, F., & Universitas, M. (2018). Hubungan Asupan Karbohidrat, Lemak, Dan Protein Dengan STATUS GIZI (Studi Kasus pada Pekerja Wanita Penyadap Getah Karet di Perkebunan Kalijompo Jember), 1–12. <https://doi.org/10.20473/ijph.v113i1.2018.1-12>
- Soekiman. (2002). Ilmu Gizi dan Aplikasinya Untuk Keluarga dan Masyarakat. Jakarta: Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Depdiknas.
- Sudiarti, T & Indrawani, Y, M 2014, Gizi dan Kesehatan Masyarakat, 1 ed, PT. Rajagrafindo Persada, Jakarta.
- Suhardjo. 2009. Perencanaan Pangan dan Gizi. Jakarta: Bumi Aksara
- Sukowati, Y. K. 2015. Hubungan Asupan Energi, Asupan Protein dan Kadar Hemoglobin dengan Produktivitas Kerja Wanita Petani Kelurahan Tegalarso, Kabupaten Temanggung Tahun 2015. Jurnal Kesehatan Masyarakat. Vol. 3, No. 3
- Supariasa, I Dewa N, Bakri, B. dan Fajar, I 2017, Penilaian Status Gizi, 2 ed, Dideditoleh E. Rezkina, EGC, Jakarta.
- Suryani. 2015. Hubungan antara Anthropometri, Status Gizi dan Beban Kerja terhadap Produktivitas Kerja Pekerja Bagian Corrugator di PT. Purinusa Ekapersada Semarang. Skripsi. Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Semarang.

- Sutrisno. Edy. 2017. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta: Kencana Prenada Media Grup.
- Suwatno dan Priansa, 2018:172 (2018) “Pengaruh Motivasi dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan di Dinas Kependudukan dan Pencatatan Sipil Kabupaten Cilacap,” *Jurnal Ecoment Global: Kajian Bisnis dan Manajemen*, 6(1), hal. 55–64.
- Sumamur. (2009). *Hygiene Perusahaan dan Kesehatan Kerja*. Jakarta: CV Haji Masagung.
- Tarwaka. 2010. *Ergonomi Industri*. Surakarta: Harapan Press.
- Tarwiyanti, Denti, Ragil Ismi Hartanti, and Reny Indrayani. 2020. “Beban Kerja Fisik Dan Iklim Kerja Dengan Status Hidrasi Pekerja Unit P2 Bagian (Wood Working 1) WW1 PT. KTI Probolinggo.” *Pustaka Kesehatan* 8(1):60.
- Taswin, dkk. (2021). *Jurnal Kesehatan Indonesia (The Indonesian Journal of Health)*, Volume XII, No. 1, November 2021. *Jurnal Kesehatan Indonesia (The Indonesian Journal of Health)*, XII(1), 109–115. 90 <https://journal.stikeshb.ac.id/index.php/jurkessia/article/view/695/219>
- Tasmi, D. 2015. *Hubungan Status Gizi dan Asupan Energi dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja di PT. Perkebunan Nusantara I Pabrik Kelapa Sawit Pulau Tiga Tahun 2015*. Skripsi. Fakultas Kesehatan Masyarakat. Universitas Sumatera Utara
- Utama, W, T. (2019) “Pajangan panas dengan status hidrasi pekerja,” *JK Unila*, 3(2), hal. 258-271. <https://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/JK/article/view/2497/2455>.
- Utami, S. R. (2014) “Hubungan Antara Status Gizi Dan Tingkat Kebugaran Jasmani Dengan Produktivitas Kerja Pada Tenaga Kerja Wanita Unit Spinning 1 Bagian Winding Pt. Apac Inti Corpora Bawen,” *Unnes Journal of Public Health*, 3(4), hal. 39–47.
- Watiningsih, W. W. (2023) *Hubungan Kecukupan Energi, Durasi Tidur dan Status Gizi dengan Produktivitas Kerja Perawat Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Brebes, Fakultas Psikologi dan Kesehatan*.
- Widia, L. (2017). "Metode Pada Penelitian ini Menggunakan Rancangan Analitik Dengan Pendekatan Cross Sectional yaitu Hubungan Antara Variabel Independen dengan Variabel Dependen dengan Pengukuran Sekali dan dalam waktu yang manfaat pemberi." 2(1): 40-46.
- Wingjosoebroto, S. (2008). *Ergonomi, Studi Gerak Dan Waktu Teknik Analisis Untuk Peningkatan Produktivitas Kerja*. Surabaya: Prima Printing.
- (WNPG), W. N. (2013). *Pemantapan Ketahanan Pangan dan Perbaikan Gizi Berbasis Kemandirian dan kearifan Lokal*. Jakarta: Lembaga Ilmu Pengetahuan Indonesia.