BAB V
HASIL DAN PEMBAHASAN

A. HASIL

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Inaya Putri Bali terletak di kawasan wisata nusa dua pesisir Pantai Mengiat, kecamatan Kuta Selatan, Badung dan memiliki 460 kamar termasuk villa, *suites, dan family suites.* Disisi kuliner Inaya Putri Bali memiliki outlet internasional bernama gading restoran yang menyajikan makanan khas Indonesia kepada turis mancanegara, ada juga bistro yang terletak di lobi bawah, dan restoran Homaya Indonesia di pesisir pantai serta layanan kamar. Adapula tempat makan terbuka dengan stasiun layanan bergerak ditempatkan di pantai. Tempat ini di letakkan di tepi pantai dengan pemanggangan yang menyerupai perahu dengan suasana tropis.

Jumlah keseluruhan tenaga kerja di Hotel Inaya Putri Bali adalah 480 Orang yang terbagi di delapan departemen yang ada di Hotel Inaya Putri Bali, antara lain yaitu *Administrative & General, Finance, Rooms, Food and Beverage, Culinary, Sales & Marketing, Human Capital, aand Engineering.*

Fasilitas yang terdapat pada Hotel Inaya Putri Bali yaitu restoran & *bar, meeting room, fitness & SPA, bou[illegible]s, drug store, money changer, library, internet corner, 24 hours security, 24 hours room service, 24 hours concierge, laundry & dry cleaning service, housekeeping service, free wifi, free shuttle, baby sitting service, kids club, canteen.* Selain itu terdapat sarana klinik yang terdapat dokter dan perawat untuk menunjang pelayanan bagi tamu maupun tenaga kerja yang sakit.

2. Karakteristik Sampel

a. Umur

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh sebanyak 48 sampel dengan sebaran umur sebanyak 20 sampel (42%) dengan umur 19 – 29 tahun, sebanyak 18 sampel (37%) dengan umur 30 – 49 tahun, dan sebanyak 10 sampel (21%) dengan umur 50 – 64 tahun.

b. Jenis kelamin

Berdasarkan jumlah 48 sampel yang telah diteliti, diketahui bahwa sebanyak 27 sampel (56%) berjenis kelamin laki – laki dan sebanyak 21 sampel (44%) berjenis kelamin perempuan.

c. Pendidikan

Berdasarkan distribusi pendidikan pada tenaga kerja diperoleh hasil sebanyak 25 (52%) sampel lulusan SMK dan sebanyak 23 (48%) sampel merupakan lulusan perguruan tinggi. Selengkapnya dapat dilihat pada tabel. 4

Tabel.4

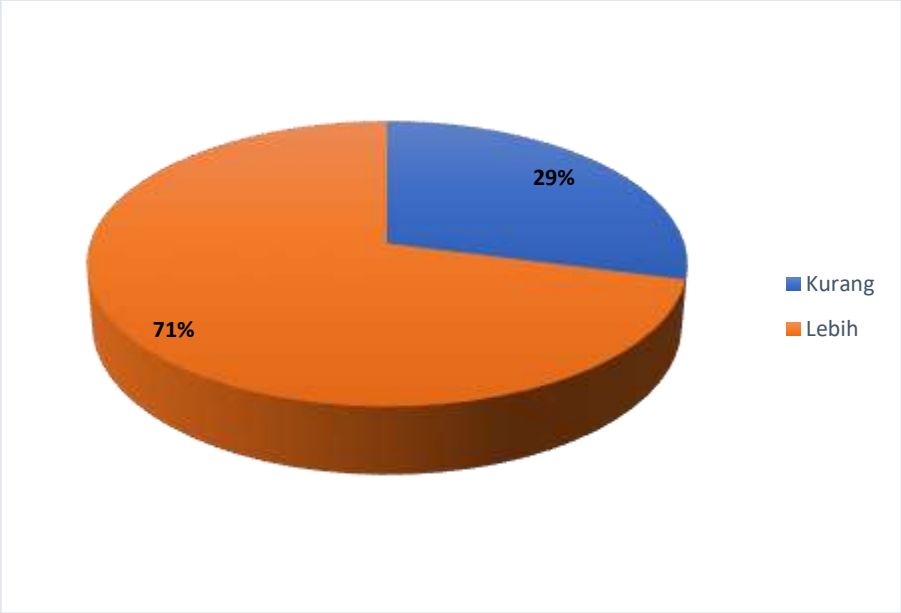
Distribusi Karakteristik Sampel

Umur (tahun)	f	%
19 – 29	20	42
30 – 49	18	38
50 – 64	10	21
Total	48	100
Jenis Kelamin		
L	27	56
P	21	44
Total	48	100
Pendidikan		
SMK	25	52
Perguruan Tinggi	23	48

Total	48	100

3. Konsumsi Karbohidrat

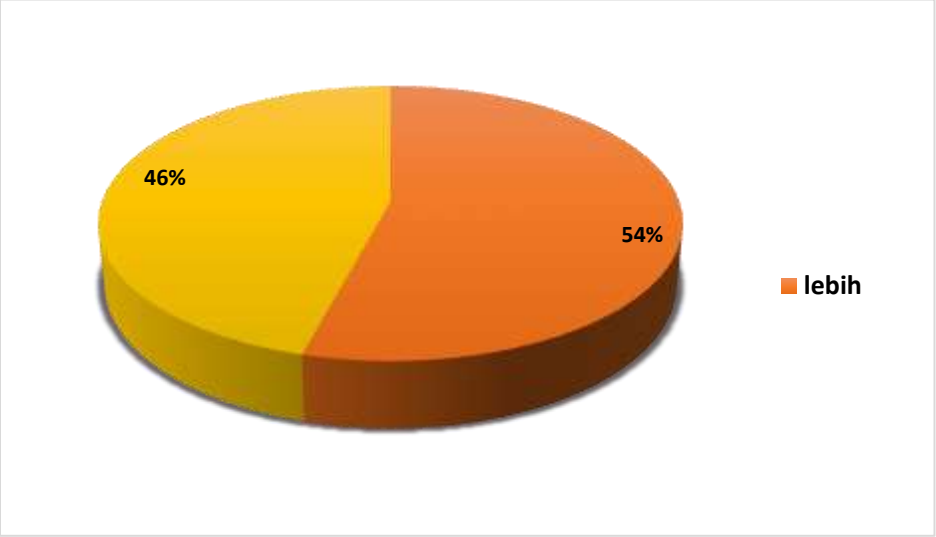
Pada penelitian ini digunakan konsumsi karbohidrat makan siang karena di Hotel Inaya Putri Bali hanya menyediakan penyelenggaraan makanan bagi tenaga kerja pada jam makan siang. Saat jam makan siang idealnya setiap individu mengkonsumsi 30% dari total kebutuhan/hari (Djaeni 2009). Hasil penelitian yang dilakukan diketahui bahwa dari 48 sampel rata – rata konsumsi karbohidrat makan siang yaitu 70,93 gram, dengan konsumsi karbohidrat tertinggi yaitu 105, 37 gram dan konsumsi karbohidrat makan siang terendah yaitu 45, 78 gram. Setelah dibandingkan dengan kebutuhan , sebanyak 14 (29%) sampel yang konsumsi karbohidrat makan siang <30% dari total kebutuhan/hari dan sebanyak 34 (71%) sampel yang konsumsi karbohidrat makan siang >30% dari total kebutuhan/hari. Selengkapnya dapat dilihat pada grafik



Gambar. 2
Distribusi Sampel Berdasarkan Konsumsi Karbohidrat Makan Siang

4. Obesitas Sentral

Penilaian obesitas sentral yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan ukuran lingkar pinggang yang dapat menunjukan resiko mengalami obesitas sentral. Apabila ukuran lingkar pinggang pada sampel laki – laki menunjukan hasil >90 cm maka dinyatakan lebih dan apabila ukuran lingkar pinggang pada sampel perempuan menunjukan hasil >80 cm maka dinyatakan lebih. Dari hasil penelitian dapat diketahui dari 48 sampel yang diteliti ditemukan rata – rata ukuran lingkar pinggang yang didapat yaitu 87 cm dengan ukuran lingkar pinggang tertinggi yaitu 119 cm dan ukuran lingkar pinggang terendah yaitu 73 cm. dari total sampel, sebanyak 26 (54%) sampel memiliki ukuran lingkar pinggang lebih dan sebanyak 22 (46%) sampel yang memiliki ukuran lingkar pinggang normal. Selengkapnya dapat dilihat dengan grafik



Gambar. 3
Distribusi Sampel Berdasarkan Ukuran Lingkar Pinggang

5. Kadar Glukosa Darah Sewaktu

Pada penelitian ini digunakan pemeriksaan kadar glukosa darah sewaktu dengan kriteria sampel yang tidak menderita penyakit DM. Pengambilan kadar glukosa darah dilakukan sebelum sampel mengkonsumsi makan siang. Kategori yang digunakan pada penelitian ini yaitu kadar glukosa darah sewaktu yang dinyatakan bukan DM bila kadar glukosa darah sewaktu <90 mg/dl dan dinyatakan belum pasti DM bila kadar glukosa darah sewaktu berkisar antara 90 – 199 mg/dl. Dari hasil penelitian yang dilakukan diketahui bahwa dari 48 sampel sebanyak 8 (17%) sampel hasil kadar glukosa darah sewaktunya pada kategori bukan DM <90 mg/dl dan sebanyak 40 (83%) sampel hasil kadar glukosa darah pada kategori belum pasti DM karena berada kisaran 90 – 199 mg/dl. Selengkapnya dapat dilihatpada tabel. 5

Tabel.5
Distribusi Kadar Glukosa Darah Sewaktu

Kadar Glukosa Darah Sewaktu	n	%
Bukan DM	8	17
Belum Pasti DM	40	83
Total	48	100

6. Konsumsi Karbohidrat, Obesitas Sentral Dan Kadar Glukosa Darah

a. Konsumsi Karbohidrat dan Obesitas Sentral

Berdasarkan hasil penelitian, dari total 48 sampel yang diteliti diketahui bahwa dari 14 sampel yang konsumsi karbohidrat makan siang <30%, sebanyak 5 sampel memiliki ukuran lingkar pinggang normal dan sebanyak 9 sampel yang memiliki ukuran lingkar pinggang lebih. Dari 34 sampel yang konsumsi karbohidrat makan siang >30%, sebanyak 17 sampel

memiliki ukuran lingkar pinggang normal dan sebanyak 17 sampel yang ukuran lingkar pinggang lebih. Selengkapnya dapat dilihat pada tabel. 6

Tabel. 6
Distribusi Sampel Kaitan Konsumsi Karbohidrat Makan Siang dan Obesitas Sentral Berdasarkan Ukuran Lingkar Pinggang

Konsumsi Karbohidrat Makan Siang	Obesitas Sentral Berdasarkan Ukuran Lingkar Pinggang				Total	
	Normal		Lebih			
	n	%	n	%	n	%
< 30%	5	36	9	64	14	29
>30 %	17	50	17	50	34	71
Jumlah					48	100

b. Konsumsi Karbohidrat dan Kadar Glukosa Darah Sewaktu

Berdasarkan hasil penelitian, dari 48 sampel yang diteliti diketahui bahwa sebanyak 14 sampel dengan konsumsi karbohidrat makan siang <30% dengan 2 sampel yang kadar glukosa darah sewaktu menunjukan kategori belum DM dan sebanyak 12 sampel yang kadar glukosa darah sewaktu menunjukan kategori belum pasti DM. dari 34 sampel konsumsi karbohidrat makan siang >30%, sebanyak 5 sampel dengan kadar glukosa darah sewaktu menunjukan kategori belum DM dan sebanyak 29 sampel kadar glukosa darah menunjukan kategori belum pati DM. Selengkapnya dapat dilihat pada tabel. 7

Tabel. 7
Distribusi Sampel Kaitan Konsumsi Karbohidrat Makan Siang
Dan Kadar Glukosa Darah Sewaktu

Konsumsi Karbohidrat Makan Siang	Kadar Glukosa Darah Sewaktu				Total	
	Bukan DM		Belum Pasti DM			
	n	%	n	%	n	%
< 30%	2	29	12	29	14	100
>30 %	5	71	29	71	34	100
Jumlah	7		41		48	100

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian terhadap tenaga kerja di Hotel Inaya Putri bali, diketahui bahwa kelompok umur sampel yang terbanyak adalah pada kelompok umur 19 – 29 tahun (42%). Berdasarkan jenis kelamin diketahui bahwa proporsi terbanyak pada sampel adalah laki – laki sebanyak 56% berjenis kelamin laki – laki. Dilihat dari tingkat Pendidikan sebagian besar sampel merupakan lulusan Pendidikan SMK.

Konsumsi karbohidrat makan pada tenaga kerja diperoleh hasil sebagian besar dari sampel yang konsumsi karbohidrat makan siangnya >30% dari total kebutuhan/hari. Hal ini dikarenakan tidak adanya standar porsi bagi tenaga kerja untuk mengambil makan siang sehingga sebagian besar dari tenaga kerja porsi makan siangnya melebihi kebutuhan/hari, khususnya pada makanan sumber karbohidrat.

Status gizi pada tenaga kerja di Hotel Inaya Putri Bali yang dilihat berdasarkan ukuran lingkar pinggang. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh hasil sebanyak 26 (54%) sampel memiliki lingkar perut yang lebih. Hal ini dikarenakan kurangnya rutinitas aktivitas fisik yang dilakukan oleh tenaga kerja sehingga ukuran lingkar pinggang lebih dari normal yang berkaitan dengan

terjadinya obesitas sentral. Hasil penelitian ini sama dengan hasil penelitian Ni Komang Wiardani & A.A.Ngurah Kusumajaya 2018 yang menyebutkan bahwa tingkat proporsi obesitas sentral lebih tinggi pada wanita, selain faktor gaya hidup ada juga faktor usia memasuki usia 40 tahun mulai mengalami penurunan hormon yang memperlambat metabolisme sehingga energi lebih banyak disimpan dalam bentuk lemak.

Kadar glukosa darah sewaktu pada tenaga kerja di Hotel Inaya Putri Bali menunjukan hasil bahwa sebagian besar sampel hasil kadar glukosa darah sewaktunya pada kategori belum pasti DM sesuai dengan kategori yang terdapat pada Perkeni 2015. Hal ini bukan hanya dikarenakan jumlah karbohidrat yang dikonsumsi namun bisa dikarenakan faktor usia, dimana semakin bertambahnya usia seseorang maka sistem metabolisme dalam tubuh akan mulai menurun salah satunya metabolisme pemecahan glikogen menjadi glukosa. Pada penelitian ini diperoleh sebagian besar sampel yang berumur <45 tahun hasil glukosa darah sewaktunya pada kategori belum pasti DM dengan rentang 90 – 199 mg/dl. Hasil penelitian ini berbeda dengan hasil penelitian Abil Rudi 2016 yang menunjukan bahwa adanya hubungan kadar gula darah puasa dengan umur ≥45 tahun. Perbedaan ini dapat dikarenakan pada penelittian tersebut menggunakan kategori kadar gula darah puasa pada penderita DM tipe 2.

Konsumsi karbohidrat makan siang dengan obesitas sentral berdasarkan ukuran lingkar pinggang diperoleh hasil sebanyak 9 sampel yang konsumsi karbohidrat makan siang <30% dengan obesitas sentral berdasarkan ukuran lingkar pinggang dan sebanyak 17 sampel dengan konsumsi karbohidrat makan siangnya >30% dengan obesitas sentral berdasarkan ukuran lingkar pinggang.

Hal ini dikarenakan kurangnya aktivitas fisik yang dilakukan setelah makan oleh tenaga kerja, apabila konsumsi karbohidrat yang berlebih dan kurangnya aktivitas fisik, maka resiko terjadinya obesitas sentral semakin meningkat. Begitu juga sebaliknya, apabila konsumsi karbohidrat yang berlebih dan diimbangi dengan aktivitas fisik yang dilakukan akan menurunkan resiko terjadinya obesitas sentral.

Konsumsi karbohidrat makan siang dengan kadar glukosa darah sewaktu diperoleh hasil sebagian besar sampel konsumsi karbohidrat makan siang >30% dengan kadar glukosa darah sewaktu pada kategori belum pasti DM dengan rentang 90 – 199 mg/dl. Hasil penelitian ini memiliki hasil yang sama dengan penelitian Abil Rudi 2016 yang menunjukan bahwa apabila pola makan seseorang kurang baik akan memiliki faktor resiko 2.2 kali mengalami peningkatan kadar gula darah dibandingkan dengan seseorang dengan pola makan yang baik.

Berdasarkan hasil penelitian Konsumsi Karbohidrat Makan Siang, Obesitas Sentral, dan Kadar Glukosa Darah pada Tenaga Kerja Di Hotel Inaya Putri Bali, Badung didapatkan bahwa 17 sampel konsumsi karbohidrat makan siang >30% dengan obesitas sentral berdasarkan ukuran lingkar pinggang dan sebagian besar sampel memiliki kadar glukosa darah sewaktu pada kategori belum pasti DM dengan rentang 90 – 199 mg/dl. Hal ini bukan dikarenakan jumlah dan keragaman jenis makanan saja yang mempengaruhi konsumsi karbohidrat makan siang dengan obesitas sentral dan kadar glukosa darah, melainkan juga kelemahan dari metode *recall* yaitu ketepatannya bergantung pada daya ingat sampel. Oleh karena itu sampel harus memiliki daya ingat yang

kuat; kecenderungan bagi sampel yang kurus melaporkan konsumsinya lebih banyak *(over estimate)*, begitu juga sebaliknya, kecenderungan bagi sampel yang gemuk melaporkan konsumsinya lebih sedikit *(under estimate)* (Supariasa, 2016).