

## **BAB V**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

##### 1. Gambaran umum lokasi penelitian

Seiring dengan pesatnya pembangunan di Pulau Bali dan meningkatnya kunjungan wisatawan domestik dan mancanegara ke Pulau Bali, maka PT. Sun Island Tuban sebagai pemilik dan operator, berusaha menyediakan fasilitas untuk kenyamanan bagi para wisatawan yang akan melakukan wisata ke Pulau Bali, yaitu dengan menyediakan fasilitas penginapan bertaraf internasional.

Dibangun awal Februari 2010, Sun Island Hotel Kuta yang berlokasi di Jl. Kartika Plaza, berada dibawah naungan PT. SUN ISLAND TUBAN selaku Pemilik dan Operator, bekerja sama dengan beberapa perencana arsitek, construction management dan kontraktor yang profesional.

Sun Island Hotel Kuta memiliki 134 kamar dan suites dengan fasilitas pelayanan kamar bintang 5. Design kontemporer yang elegan berpadu dengan arsitektur tradisional Bali yang menginspirasi semua fasilitas dan amenities. Terletak pada lokasi yang paling strategis di Kuta, hanya 5 menit berjalan kaki ke pantai Kuta, Discovery Mall, Traditional Art Market dan Waterboom.

##### 2. Ketenagaan Sun Island Hotel and Spa Kuta

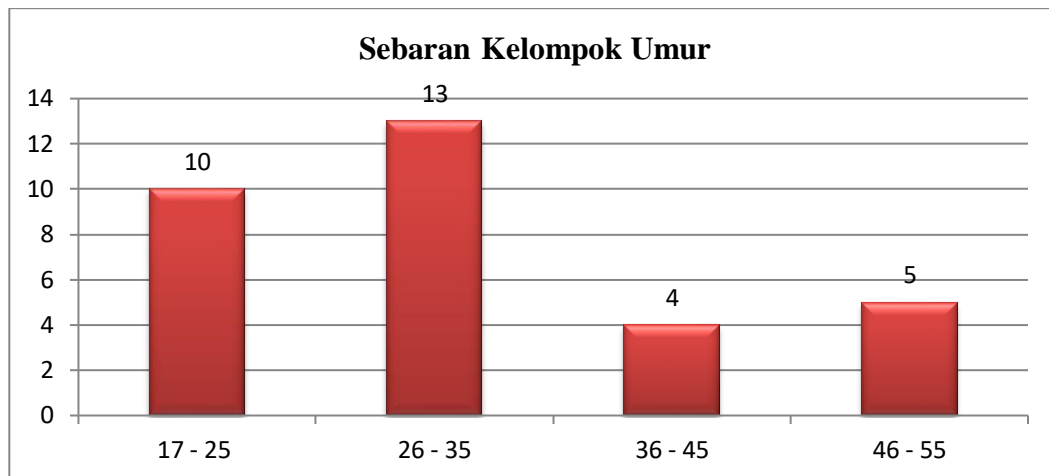
Berdasarkan data yang diperoleh dari Sun Island Hotel and Spa Kuta diketahui Sun Island Hotel and Spa Kuta memiliki 93 orang pegawai kontrak, 23 training dan 13 Dw (*Daily Worker*).

Sun Island Hotel and Spa Kuta memiliki fasilitas kantin untuk makan siang dan makan sore pegawainya. Makanan yang disajikan untuk pegawai Sun Island Hotel and Spa Kuta menggunakan jasa catering. Diketahui saat ini Sun Island Hotel and Spa Kuta bekerjasama dengan Damar Catering dalam memberikan pelayanan makan siang dan makan sore untuk pegawai, kerjasama ini sudah dilakukan sejak 1 bulan yang lalu.

### 3. Karakteristik responden

#### a. Sebaran Sampel Berdasarkan Umur

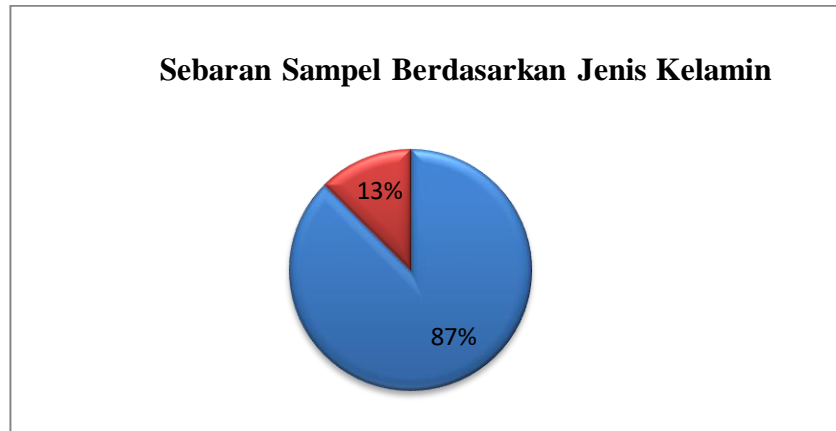
Karakteristik sampel berdasarkan kelompok umur dari 32 sampel diperoleh sebanyak 10 sampel (31,25%) dengan rentang umur 17 – 25 tahun, sebanyak 13 sampel (40,62%) dengan rentang umur 26 – 35 tahun, sebanyak 4 sampel (12,5%) dengan rentang umur 36 – 45 tahun, dan sebanyak 5 sampel (15,62%) dengan umur 46 – 55 tahun.



**Gambar 2.**  
**Sebaran Sampel Berdasarkan Umur**

b. Sebaran Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil penelitian diketahui tenaga kerja yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 4 orang (12,5%) dan tenaga kerja yang berjenis kelamin laki – laki sebanyak 28 orang (87,5%).



**Gambar 3**  
**Sebaran Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin**

4. Tingkat asupan zat gizi

a. Tingkat Asupan Energi

Berdasarkan hasil penelitian tingkat asupan energi terhadap 32 sampel diperoleh hasil, terbanyak adalah tingkat asupan energi dengan kategori defisit/kurang yaitu sebanyak 28 sampel (87,5%). Adapun rata – rata asupan energi yaitu 1.456,9 Kkal, dengan asupan energi tertinggi 2.143,88 Kkal dan asupan energi terendah 854,47 Kkal. Selengkapnya dapat dilihat pada tabel 3.

**Tabel 3.**  
**Sebaran Sampel Berdasarkan Tingkat Asupan Energi**

Tingkat Asupan Energi		
Kategori	f	%
Sedang/Lebih	4	12,49
Defisit/Kurang	28	87,5
<b>Jumlah</b>	<b>32</b>	<b>100,00</b>

b. Tingkat Asupan Protein

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 32 sampel diperoleh hasil, terbanyak adalah tingkat asupan protein dengan kategori defisit/kurang sebanyak 28 sampel (87,49%). Adapun rata – rata asupan protein yaitu 49,63 gram, dengan asupan protein tertinggi 84,26 gram dan asupan protein terendah 29,01 gram. Selengkapnya dapat dilihat pada tabel 4.

**Tabel 4.**  
**Sebaran Sampel Berdasarkan Tingkat Asupan Protein.**

Tingkat Asupan Protein		
Kategori	f	%
Sedang/Lebih	4	12,5
Defisit/Kurang	28	87,5
<b>Jumlah</b>	<b>32</b>	<b>100,00</b>

c. Tingkat Asupan Lemak

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 32 sampel diperoleh hasil, terbanyak adalah tingkat asupan lemak dengan kategori defisit/kurang sebanyak 25 sampel

(78,12%). Adapun rata – rata asupan lemak yaitu 33,23 gram, dengan asupan lemak tertinggi yakni 55,61 gram dan asupan lemak terendah yakni 15,13 gram. Selengkapnya dapat dilihat pada tabel 5.

**Tabel 5.**  
**Sebaran Sampel Berdasarkan Tingkat Asupan Lemak.**

Tingkat Asupan Lemak		
Kategori	f	%
Sedang/Lebih	7	21,87
Defisit/Kurang	25	78,12
<b>Jumlah</b>	<b>32</b>	<b>100,00</b>

d. Tingkat Asupan Karbohidrat

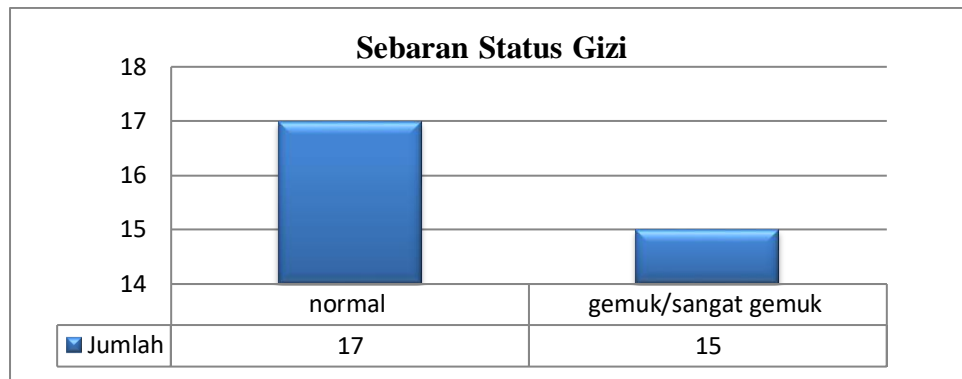
Berdasarkan hasil penelitian terhadap 32 sampel diperoleh hasil, terbanyak adalah tingkat asupan karbohidrat dengan kategori defisit/kurang sebanyak 26 sampel (81,25%). Adapun rata – rata asupan karbohidrat yaitu 231 gram, dengan asupan karbohidrat tertinggi 386,79 gram dan asupan karbohidrat terendah 25,42 gram. Selengkapnya bisa dilihat pada tabel 6.

**Tabel 6.**  
**Sebaran Sampel Berdasarkan Tingkat Asupan Karbohidrat.**

Tingkat Asupan Karbohidrat		
Kategori	f	%
Sedang/Lebih	6	18,74
Defisit/Kurang	26	81,25
<b>Jumlah</b>	<b>32</b>	<b>100,00</b>

## 5. Status Gizi

Berdasarkan hasil pengukuran IMT dari 32 sampel, rata – rata IMT sampel yaitu 26,34 kg/m<sup>2</sup>, dengan IMT terendah yaitu 19,2 kg/m<sup>2</sup> dan IMT tertinggi yaitu 36,6 kg/m<sup>2</sup>. Berdasarkan gambar 4 diketahui bahwa jumlah sampel dengan status gizi normal sebanyak 17 sampel (53,12%), dan sampel dengan status gizi gemuk/sangat gemuk sebanyak 15 sampel (46,87%).



**Gambar 4**  
**Sebaran Status Gizi Sampel**

## 6. Keterkaitan Tingkat Asupan Zat Gizi Makro dan Status Gizi

### a. Keterkaitan Tingkat Asupan Energi dan Status Gizi

Berdasarkan hasil penelitian keterkaitan antara tingkat asupan energi dengan status gizi, didapatkan hasil kecenderungan tingkat asupan energi defisit atau kurang

dari kebutuhan, yaitu dengan status gizi normal sebanyak 16 sampel (94,11%), dan dengan status gizi gemuk dan sangat gemuk 12 sampel (80,00%). Selengkapnya dapat dilihat pada tabel 7.

**Tabel 7.**  
**Keterkaitan Tingkat Asupan Energi dan Status Gizi**

Tingkat Konsumsi Energi	Status Gizi			
	Normal		Gemuk/Sangat Gemuk	
	f	%	f	%
Sedang/Lebih Defisit/Kurang	1	5,89	3	20,00
	16	94,11	12	0,00
<b>Jumlah</b>	<b>17</b>	<b>100,00</b>	<b>15</b>	<b>100,00</b>

b. Keterkaitan Tingkat Asupan Protein dan Status Gizi

Berdasarkan hasil penelitian keterkaitan antara tingkat asupan protein dengan status gizi, didapatkan hasil kecenderungan tingkat asupan protein defisit atau kurang dari kebutuhan, yaitu dengan status gizi normal sebanyak 16 sampel (94,11%), dan dengan status gizi gemuk dan sangat gemuk 12 sampel (80,00%). Selengkapnya dapat dilihat pada tabel 8.

**Tabel 8.**  
**Keterkaitan Tingkat Asupan Protein dan Status Gizi**

Tingkat Asupan Protein	Status Gizi			
	Normal		Gemuk/Sangat Gemuk	
	f	%	f	%
Sedang/Lebih Defisit/Kurang	1	5,88	3	20,00
	16	94,11	12	80,00

<b>Jumlah</b>	<b>17</b>	<b>100,00</b>	<b>15</b>	<b>100,00</b>
---------------	-----------	---------------	-----------	---------------

c. Keterkaitan Tingkat Asupan Lemak dan Status Gizi

Berdasarkan hasil penelitian keterkaitan antara tingkat asupan lemak dengan status gizi, didapatkan hasil kecenderungan tingkat asupan lemak defisit atau kurang dari kebutuhan, yaitu dengan status gizi normal sebanyak 15 sampel (88,24%), dan dengan status gizi gemuk dan sangat gemuk 10 sampel (66,67%). Selengkapnya dapat dilihat pada tabel 9.

**Tabel 9.**  
**Keterkaitan Tingkat Asupan Lemak dan Status Gizi**

Tingkat Asupan Lemak	Status Gizi			
	Normal		Gemuk/Sangat Gemuk	
	f	%	f	%
Sedang/Lebih	2	88,24	10	66,67
Defisit/Kurang	15	11,76	5	33,33
<b>Jumlah</b>	<b>17</b>	<b>100,00</b>	<b>15</b>	<b>100,00</b>

d. Keterkaitan Tingkat Asupan Karbohidrat dan Status Gizi

Berdasarkan hasil penelitian keterkaitan antara tingkat asupan karbohidrat dengan status gizi, didapatkan hasil kecenderungan tingkat asupan karbohidrat defisit



atau kurang dari kebutuhan, yaitu dengan status gizi normal sebanyak 15 sampel (88,24%), dan dengan status gizi gemuk dan sangat gemuk 10 sampel (66,67%). Selengkapnya dapat dilihat pada tabel 10.

**Tabel 10.**  
**Keterkaitan Tingkat Asupan Karbohidrat dan Status Gizi**

Tingkat Asupan Karbohidrat	Status Gizi			
	Normal		Gemuk/Sangat Gemuk	
	f	%	f	%
Sedang/Lebih	3	17,65	3	20,00
Defisit/Kurang	14	82,35	12	80,00
<b>Jumlah</b>	<b>17</b>	<b>100,00</b>	<b>15</b>	<b>100,00</b>

## B. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian Tingkat Asupan Zat Gizi Makro dan Status Gizi Tenaga Kerja di Sun Island Hotel and Spa Kuta, diketahui bahwa umur sampel terbanyak adalah pada rentang umur 26 – 35 tahun yaitu sebanyak 13 sampel (40,62%). Sedangkan jenis kelamin diketahui bahwa sampel paling banyak berjenis kelamin laki – laki yaitu sebanyak 28 sampel (87,5%).

Asupan gizi yang baik sangat penting bagi pekerja. Asupan zat gizi merupakan jumlah zat gizi yang masuk melalui konsumsi makanan sehari – hari untuk memperoleh energi guna melakukan kegiatan fisik sehari – hari (Suharjo,1999). Asupan zat gizi

pekerja diperoleh dari makanan yang dikonsumsi pekerja setiap hari. Makanan tersebut akan diuraikan menjadi zat gizi lalu diserap melalui dinding usus dan masuk ke dalam cairan tubuh. Fungsi umum dari zat gizi antara lain (Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia, 2007): Sebagai sumberpenghasil energi atau tenaga, memelihara jaringan tubuh, mengganti sel yang rusak, mengatur metabolisme dan lain – lain.

Berdasarkan hasil penelitian asupan zat gizi makro. Didapatkan hasil, tingkat asupan energi defisit sebesar 22 sampel (68,75%), tingkat asupan protein defisit sebesar 27 sampel (84,37%), tingkat asupan lemak defisit sebesar 17 sampel (53,12%), dan tingkat asupan karbohidrat defisit sebesar 22 sampel (68,75%).

Status gizi adalah keadaan yang diakibatkan oleh status keseimbangan antar jumlah asupan (intake) zat gizi dan jumlah yang dibutuhkan (requirement) oleh tubuh untuk berbagai fungsi biologis (metabolism, pertumbuhan fisik, perkembangan, aktivitas, pemeliharaan kesehatan dan lainnya). Status Gizi (Nutrition Status) adalah ekspresi dari keadaan keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu, atau perwujudan dari nutrisi dalam bentuk variabel tertentu. Status gizi merupakan hasil akhir dari keseimbangan antara makanan yang masuk dalam tubuh (*nutrient input*) dengan kebutuhan tubuh (*nutrient output*) akan zat gizi tersebut (Supriasa, 2012). Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa jumlah sampel dengan status gizi normal sebanyak 17 sampel (53,12%), dan sampel dengan status gizi gemuk/sangat gemuk sebanyak 15 sampel (46,87%).

Berdasarkan keterkaitan tingkat asupan energi dan status gizi tenaga kerja di Sun Island Hotel and Spa Kuta, didapatkan hasil kecenderungan tingkat asupan defisit atau kurang dari kebutuhan, yaitu dengan status gizi normal sebanyak 16 sampel

(94,11%), dan dengan status gizi gemuk dan sangat gemuk 12 sampel (80,00%). Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati, 2017, tentang hubungan asupan zat gizi dengan status gizi mahasiswa gizi semester 3 Stikes PKU Muhammadiyah Surakarta, bahwa tidak ada hubungan antara asupan energi dengan status gizi. Hal tersebut dikarenakan kemampuan daya ingat sampel yang kurang sehingga jumlah asupan hasil perhitungan tidak menunjukkan kesesuaian dengan status gizi sampel.

Hasil penelitian diperoleh asupan protein defisit atau kurang dari kebutuhan, yaitu dengan status gizi normal sebanyak 16 sampel (94,11%), dan dengan status gizi gemuk dan sangat gemuk 12 sampel (80,00%). Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati, 2017, tentang hubungan asupan zat gizi dengan status gizi mahasiswa gizi semester 3 Stikes PKU Muhammadiyah Surakarta, bahwa tidak ada hubungan antara asupan protein dengan status gizi. Hal tersebut dikarenakan keragaman makanan, serta frekuensi dan jumlah makanan berhubungan dengan tingkat asupan protein dan zat gizi, apabila asupan kurang beragam serta frekuensi dan jumlah makanan kurang, maka tingkat asupan zat gizi cenderung pada kategori kurang atau defisit, begitu juga sebaliknya, apabila asupan beragam, serta frekuensi dan jumlah makanan cukup, maka tingkat asupan zat gizi cenderung pada kategori sedang atau baik.

Hasil penelitian diperoleh asupan lemak defisit atau kurang dari kebutuhan, yaitu dengan status gizi normal sebanyak 15 sampel (88,24%), dan dengan status gizi gemuk dan sangat gemuk 10 sampel (66,67%). Hal tersebut sejalan dengan penelitian Yuliansyah, 2007, tentang faktor – faktor yang berhubungan dengan status gizi remaja

putrid di Sekolah Menengah Umum Negeri Toho Kabupaten Pontianak yang menyatakan tidak ada hubungan antara proporsi energi yang berasal dari lemak lemak dengan status gizi. Obesitas bukan hanya disebabkan oleh kontstribusi lemak terhadap total energi saja tetapi dari asupan lain seperti karbohidrat dan protein.

Hasil penelitian diperoleh asupan karbohidrat defisit atau kurang dari kebutuhan, yaitu dengan status gizi normal sebanyak 15 sampel (88,24%), dan dengan status gizi gemuk dan sangat gemuk 10 sampel (66,67%). Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati, 2017, tentang hubungan asupan zat gizi dengan status gizi mahasiswa gizi semester 3 Stikes PKU Muhammdiyah Surakarta, bahwa tidak ada hubungan antara asupan karbohidrat dengan status gizi. Hal ini disebabkan seperti halnya pada asupan energi, status gizi merupakan refleksi asupan secara keseluruhan yang berasal dari pangan sumber energi, protein dan karbohidrat. Secara alami komposisi zat gizi setiap jenis makanan memiliki keunggulan dan kelemahan. Beberapa makanan mengandung tinggi karbohidrat tetapi kurang vitamin dan mineral sehingga apabila konsumsi makanan sehari – hari kurang beranekaragam, maka akan timbul ketidakseimbangan antara masukan dan kebutuhan zat gizi yang diperlukan untuk hidup dan produktif.