

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indonesia sebagai salah satu tujuan wisatawan mancanegara, salah satunya Bali sebagai kota tujuan utama para wisatawan menjadikan perkembangan tempat tinggal seperti hotel semakin pesat. Salah satu dampak positif dengan adanya hotel – hotel tersebut adalah peningkatan pendapatan dan tersedianya lapangan pekerjaan bagi masyarakat Bali. Walaupun demikian, terdapat dampak negatif yang muncul seperti kurangnya pemenuhan kecukupan gizi bagi para pekerja di ruang lingkup pariwisata.

Pemenuhan kecukupan gizi pekerja selama bekerja merupakan salah satu bentuk penerapan syarat keselamatan dan kesehatan kerja sebagai bagian dari upaya meningkatkan derajat kesehatan pekerja. Gizi merupakan salah satu aspek kesehatan kerja yang memiliki peran penting dalam peningkatan produktivitas kerja. Hal ini perlu menjadi perhatian semua pihak, terutama pengelola tempat kerja mengingat para pekerja umumnya menghabiskan waktu sekitar 8 jam setiap harinya di tempat kerja.

Jumlah angkatan kerja di Indonesia terus meningkat. Saat ini mencapai 133,94 juta orang atau bertambah sebanyak sebanyak 2,39 juta orang dibanding Februari 2017. Sedangkan angkatan kerja di Provinsi Bali semakin meningkat dari tahun ke tahun yaitu pada Februari 2018 mencapai 2,6 juta orang atau meningkat sebanyak 5,6% dibanding angkatan kerja Februari 2017 sebanyak 2,46 juta orang (Badan Pusat Statistik.2018).

Peningkatan ini dilihat dari segi positif bertambahnya tenaga produktif, namun

di lihat dari segi negatif status kesehatan maupun gizi pekerja umumnya belum mendapat perhatian yang baik ,salah satu upaya meningkatkan derajat kesehatan masyarakat khususnya tenaga kerja adalah dengan menyediakan makanan bagi tenaga kerja itu sendiri. (Widiastuti, S., 2011).

Hal ini sangat penting untuk menunjang aktifitas,produktifitas kerja tenaga kerja itu sendiri dan tentunya memenuhi zat-zat gizi yang di perlukan oleh tubuh. Salah satu zat gizi yang perlu di perhatikan adalah pemenuhan zat gizi besi, walupun terdapat luas di dalam bahan makanan banyak penduduk di dunia mengalami kekurangan besi, termasuk Indonesia. Salah satu masalah di Indonesia adalah anemia gizi besi (AGB), anemia gizi besi itu sendiri adalah kurangnya asupan zat besi ke dalam tubuh. Kurangnya asupan zat besi dalam tubuh karena rendahnya kandungan zat besi dalam makanan yang di konsumsi setiap harinya. (Depkes, 2003).

Tenaga kerja wanita sendiri umumnya beresiko terkena anemia gizi besi,selain kurangnya asupan zat besi ke dalam tubuh yang merupakan faktor penyebab terjadinya anemia, pada umumnya mengalami menstruasi setiap bulannya. Kehilangan zat besi ini akan mengakibatkan sel darah merah berkurang dan akan menyebabkan anemia. Anemia defisiensi besi dapat menimbulkan dampak pada tenaga kerja wanita antara lain cepat lelah, berpengaruh terhadap produktivits kerja, dan sistem kekebalan tubuh menurun (Almatsier,S., 2009).

Wanita pada umumnya mengalami kurang gizi terutama Anemia Gizi Besi. Anemia gizi besi (AGB) merupakan salah satu dari empat masalah gizi utama di Indonesia yang harus mendapatkan perhatian dari penanggulangan secara serius. Anemia gizi di Indonesia 90% adalah karena kekurangan zat besi. Anemia gizi besi

pada tenaga kerja wanita dapat di lihat dengan menurunnya kadar hemoglobin (Hb) dalam darah. Status anemia gizi besi dapat di ukur dengan menentukan kadar Hb dalam darah. Jika kadar Hb wanita ≥ 12 mg/dl disebut normal, sedangkan jika kadar Hb wanita ≤ 12 mg/dl disebut anemia (Supariasa dkk, 2012).

Kelompok masyarakat yang rawan terkena anemia adalah remaja khususnya remaja putri, wanita usia subur, ibu hamil dan ibu menyusui serta pekerja berpenghasilan rendah. Di Indonesia prevalensi anemia sebesar 19,7% dialami oleh perempuan, 13,1% dialami oleh laki-laki. Sebanyak 60,2% dari anemia tersebut adalah anemia *mikrositik hipokrom* (sel yang kecil dengan jumlah hemoglobin yang sedikit dalam sel), yang paling banyak disebabkan oleh anemia defisiensi besi (Riskesdas, 2013) di Bali di dapatkan prevalensi Anemia Defisiensi Besi (ADB) sebesar 27% (Apriandana,A., 2011).

Survei angkatan kerja nasional pada agustus 2015 sebanyak 37,16 % jumlah tenaga kerja di Indonesia adalah wanita. Produktivitas kerja seringkali menurun bagi wanita yang menderita anemia. Anemia dapat membeikan dampak terhadap penurunan produktivitas kerja wanita sebanyak 20% atau sekitar 6,5 jam perminggu (Elise Dwi Ratnasari, 2017)

Umumnya untuk memenuhi kebutuhan zat gizi tenaga kerja dalam sehari- hari perlu diperhatikan proporsinya seperti Karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral, serta zat-zat lain dalam tubuh agar seimbang yaitu : Karbohidrat (50- 65% dari total energi), Protein (10-20% dari total energi), Lemak (20-30% dari total energi). Pemberian makanan utama di tempat kerja dilakukan saat istirahat (4-5 jam setelah kerja) diselingi pemberian kudapan (Ika Ratnawati, 2011)

Dipilihnya tenaga kerja wanita menjadi sampel penelitian di lihat dari jumlah tenaga kerja keseluruhan di Hotel Tjampuhan, Ubud dikarenakan 50% terdiri dari tenaga kerja wanita, sehingga perlu mendapatkan perhatian kesehatan khususnya kadar Hb.

Dalam sebuah institusi khususnya di hotel, biasanya menyediakan makan untuk seluruh tenaga kerjanya demi menunjang produktifitas kerja dari tenaga kerja itu sendiri. Sumbangan zat gizi energi, protein, Fe, vitamin C dan asam folat sangat perlu di perhatikan jumlahnya dalam sebuah susunan menu yang di sajikan di sebuah institusi (Hotel). Asupan energi dan zat gizi seperti protein, Fe, vitamin C dan asam folat yang cukup dalam makanan yang di sajikan di hotel dapat mempengaruhi kesehatan tenaga kerja wanita khususnya kadar Hb. Namun pada penelitian ini peneliti menggunakan data sekunder dikarenakan pandemic *Covid – 19* yang mengakibatkan peneliti tidak dapat melaksanakan penelitian secara langsung.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan antara kontribusi zat gizi makan siang dan kadar hemoglobin pada tenaga kerja wanita di Hotel Tjampuhan, Ubud. Yang perlu diperhatikan adalah status gizi khususnya kadar Hb pekerja wanita yang nantinya berkaitan dengan produktivitas kerja, dan sistem kekebalan tubuh.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Adakah hubungan antara kontribusi zat gizi makan siang dan kadar hemoglobin pada tenaga kerja wanita di Hotel Tjampuhan Ubud ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum :

Secara umum tujuan penelitian ini untuk mengetahui Hubungan Antara Kontribusi Energi, Protein, Fe, Vitamin C dan Asam Folat Makan Siang Dengan Kadar Hemoglobin Pada Tenaga Kerja Wanita di Hotel Tjampuhan Ubud.

2. Tujuan khusus :

- a) Menentukan kadar hemoglobin pada tenaga kerja wanita di Hotel Tjampuhan Ubud.
- b) Menentukan kontribusi energi, protein, Fe, vitamin C dan asam folat pada makan siang tenaga kerja wanita.
- c) Menganalisis hubungan kontribusi energi, protein, Fe, vitamin C dan asam folat makan siang dengan kadar hemoglobin pada tenaga kerja wanita di Hotel Tjampuhan Ubud.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini di harapkan dapat menjadi tambahan informasi kepada masyarakat khususnya bagi pihak hotel mengenai pentingnya pemenuhan konsumsi zat gizi tubuh sehingga dapat memenuhi kebutuhan zat gizi di dalam tubuh dan kaitannya status gizi tenaga kerja khususnya kadar Hb. Sehingga nantinya dapat dijadikan sebagai bahan penanggulangan dan pemecahan masalah anemia yang terjadi di kalangan tenaga kerja wanita.

2. Manfaat praktis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan menambah wawasan

bagi masyarakat khususnya bagi pihak hotel tentang pentingnya pengetahuan mengenai gizi dalam penerapan kehidupan sehari-hari untuk mendapatkan status gizi yang baik khususnya kadar Hb, sehingga mampu meningkatkan produktivitas kerja dan derajat kesehatan tenaga kerja secara optimal.

a. Manfaat sasaran

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pihak hotel tentang pentingnya pemenuhan zat gizi secara optimal untuk meningkatkan produktivitas tenaga kerja dan derajat kesehatan tenaga kerja.

b. Manfaat pelayanan kesehatan

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi tenaga kesehatan khususnya dalam penanggulangan kejadian anemia yang saat ini masih dikategorikan sangat tinggi.

c. Manfaat masyarakat

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan menambah wawasan bagi masyarakat agar lebih memahami tentang anemia dan bagaimana cara untuk menanggulangnya.