SKRIPSI

TINGKAT PENGETAHUAN GIZI, ASUPAN ZAT GIZI DAN STATUS GIZI TENAGA KERJA

LITERATURE REVIEW

Oleh :

A.A ISTRI MAHADEWI SARASWATI

NIM. P07131217053

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR

PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA

PROGRAM SARJANA TERAPAN

DENPASAR

2021

SKRIPSI

TINGKAT PENGETAHUAN GIZI, ASUPAN ZAT GIZI DAN STATUS GIZI TENAGA KERJA

LITERATURE REVIEW

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Gizi dan Dietetika
Program Studi Sarjana Terapan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar

Oleh :

A.A ISTRI MAHADEWI SARASWATI
P07131217053

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR
2021

LEMBAR PERSETUJUAN

TINGKAT PENGETAHUAN GIZI, ASUPAN ZAT GIZI DAN STATUS GIZI TENAGA KERJA

LITERATURE REVIEW

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama,	Pembimbing Pendamping
A.A. Ngurah Kusumajaya, SP.,MPH	I Wayan Ambartana, SKM.,M.Fis
NIP. 196911121992031003	NIP. 196708141991031002

Mengetahui :

KETUA JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR

Dr. Ni Komang Wiardani, SST.,M.Kes
NIP.196703161990032002

PENELITIAN DENGAN JUDUL :

TINGKAT PENGETAHUAN GIZI, ASUPAN ZAT GIZI DAN STATUS GIZI TENAGA KERJA

LITERATURE REVIEW

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : Senin
TANGGAL : 5 April 2021

1. Ni Made Yuni Gumala, SKM.,M.Kes (Ketua) (.....)
2. I Made Suarjana, SKM.,M.Kes (Anggota I) (.....)
3. A.A Ngurah Kusumajaya., SP.,MPH (Anggota II) (.....)

Mengetahui :

KETUA JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR

Dr. Ni Komang Wiardani, SST.,M.Kes
NIP.196703161990032002

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama	: A.A Istri Mahadewi Saraswati
NIM	: P07131217053
Program Studi	: Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika
Jurusan	: Gizi
Tahun Akademik	: 2021
Alamat	: Br. Grokgak Sempidi, Mengwi, Badung

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Literatur review dengan judul Tingkat Pengetahuan Gizi, Asupan Zat Gizi Dan Status Gizi Tenaga Kerja adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang** lain.
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Literatur review ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No.17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 25 Maret 2020
membuat pernyataan.

METERAI TEMPEL
81BA2AJX276840165

A.A Istri Mahadewi Saraswati
NIM. P07131217053

TINGKAT PENGETAHUAN GIZI, ASUPAN ZAT GIZI DAN STATUS GIZI TENAGA KERJA

LITERATURE REVIEW

ABSTRAK

Status gizi seseorang tergantung dari asupan gizi dan kebutuhannya, jika antara asupan gizi dengan kebutuhan tubuhnya seimbang, maka akan menghasilkan status gizi baik dan jika pengetahuan seseorang semakin tinggi pengetahuannya, diharapkan semakin tinggi juga terhadap pemilihan makanan dan asupan zat gizi terpenuhi dengan baik . Tujuan penelitian ini untuk mengkaji hubungan tingkat pengetahuan gizi, asupan zat gizi dan status gizi tenaga kerja. Skripsi ini merupakan penulisan ilmiah dengan menggunakan pendekatan studi kepustakaan. Subjek penelitian dalam kajian pustaka (literature review) yaitu tenaga kerja dan mahasiswa jumlah pustaka yang akan dikaji yaitu sebanyak enam jurnal. Penelusuran pustaka dilakukan melalui database (Google Scholar). Berdasarkan hasil penelitian tidak terdapat hubungan anatara tingkat pengetahuan gizi dengan status gizi tenaga kerja berdasarkan *literature review* oleh penelitian yang dilakukan oleh (Salsabila Ginanti,2020). Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh (Permadina Kanah Arieska, Novera Herdiani,2020) terdapat hubungan pengetahuan gizi dengan status gizi mahasiswa, penelitian oleh (Renny Setyandari , Ani Margawati 2017) bahwa tidak terdapat hubungan antara asupan zat gizi energi dan protein dengan status gizi pada pekerja perempuan, berbeda dengan penelitian (Salsabila Ginanti,2020) bahwa ada hubungan yang signifikan antara asupan energi dan protein dengan status gizi pada tenaga kerja dan tidak terdapat hubungan yang siginifikan antara lemak dan karbohidrat dengan status gizi tenaga kerja.

Kata Kunci : tingkat pengetahuan gizi, asupan zat gizi dan status gizi

KNOWLEDGE OF NUTRITION, NUTRITION INTAKE AND NUTRITIONAL STATUS OF LABOR

LITERATURE REVIEW

ABSTRACT

The nutritional status of a person depends on the nutrition and the need, if the intake of nutrients with the needs of the body balanced, it will produce a good nutritional status and if knowledge of a person's high knowledge of her, the expected higher also against the selection of food and nutrient intake are met with good . The purpose of this study to asses relationship tin gkat knowledge of nutrition, intake of nutrients and nutritional status of labor . This thesis is a scientific writing using a literature study approach. Research subjects in the literature review, namely the labor and students, the number of libraries to be studied is as many as six journals. Literature search is carried out through a database (Google Scholar). Based on the research results, there is no relationship between the level of nutritional knowledge and the nutritional status of the workforce based on a literature review by research conducted by (Salsabila Ginanti, 2020). In contrast to research conducted by (Permadina Kanah Arieska, Novera Herdiani, 2020) there is a relationship between nutritional knowledge and nutritional status of students, research by (Renny Setyandari, Ani Margawati 2017)that there is no relationship between energy and protein nutrient intake with the nutritional status of female workers, in contrast to research (Salsabila Ginanti, 2020) that there is a significant relationship between energy and protein intake and nutritional status in the workforce and there is no significant relationship between fats and carbohydrates with the nutritional status of the labor.

Keywords *: Nutritional Knowledge, Nutrition Intake And Nutritional Status*

RINGKASAN PENELUSURAN PUSTAKA

TINGKAT PENGETAHUAN GIZI, ASUPAN ZAT GIZI DAN STATUS GIZI TENAGA KERJA

A.A Istri Mahadewi Saraswati

P07131217053

Gizi kerja adalah gizi yang diperlukan oleh tenaga kerja untuk memenuhi kebutuhan sesuai dengan jenis pekerjaannya. Tenaga kerja memerlukan makanan yang bergizi untuk pemeliharaan tubuh, untuk perbaikan termasuk pekerjaan. Gizi kerja ditujukan untuk kesehatan dan daya kerja tenaga kerja setinggi-tingginya Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) lebih dari 1.9 miliar orang dewasa berusia 18 tahun dan lebih tua memiliki gizi lebih/ kelebihan berat badan. Gizi lebih dianggap sebagai awal mula munculnya kelompok penyakit-penyakit degeneratif seperti penyakit jantung, diabetes, hipertensi, khususnya kanker endometrium, payudara, dan kolon (WHO, 2015). Salah satu faktor yang dapat menurunkan status gizi para tenaga kerja dapat dipengaruhi oleh banyak faktor seperti usia, jenis kelamin, lingkungan kerja, intensitas kerja, faktor psikologi, asupan makanan, penyakit hingga status kesehatan.

Pengetahuan gizi berkonsep pada gizi seimbang adalah susunan makanan sehari – hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memerhatikan prinsip keanekaragaman atau variasi makanan, kebersihan, aktivitas fisik dan berat badan ideal. (Kemenkes,2014). Asupan gizi tenaga kerja yang baik dan sesuai dengan aktivitas fisik yang dilakukan, akan menghasilkan daya tahan dan kesehatan serta status gizi tenaga kerja yang baik. Kelebihan energi diakibatkan rendahnya aktivitas fisik akan mempengaruhi resiko terjadinya kegemukan atau obesitas, begitu pula sebaliknya.

Skripsi ini merupakan penulisan ilmiah dengan menggunakan pendekatan studi kepustakaan. Subjek penelitian dalam kajian pustaka (literature review) yaitu, mahasiswa dan tenaga kerja karena keterbatasan jurnal terkait tenaga kerja maka peneliti mengambil satu jurnal sebagai pembanding dan disesuaikan dengan judul yang diriview. Jumlah Pustaka yang akan dikaji yaitu sebanyak 6 jurnal. Penelusuran pustaka dilakukan melalui database (Google Scholar) dengan tahun terbit 2015-2020. Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan metode studi kepustakaan (*library research),* yaitu penelitian dengan menggunakan metode pengumpulan data pustaka atau penelitian yang obyek penelitiannya bersumber dari berbagai informasi kepustakaan seperti (buku, ensiklopedia, jurnal ilmiah, Koran, majalah, dan dokumen).

Berdasarkan hasil review dari ke-enam jurnal yang berkaitan dengan tingkat pengetahuan gizi, asupan zat gizi dan status gizi tenaga kerja terdapat beberapa perbedaan setiap pustaka. Berdasarkan Hasil uji stastistik di peroleh nilai p 0,408. Maka dapat disimpulkan tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan status gizi tenaga kerja. Tidak adanya hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi ini dikarenakan status gizi tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan saja yang merupakan faktor tidak langsung tetapi dipengaruhi oleh faktor langsung seperti infeksi dan konsumsi pangan. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Permadina Kanah Arieska, Novera Herdiani,2020) diperoleh hasil uji X^2 *p (uji kuadrat)* = 0,001 sehingga Ho ditolak yang berarti ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan status gizi.

Penelitian menurut (Renny Setyandari , Ani Margawati 2017) berdasarkan hasil Hasil uji korelasi spearman menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara asupan energi dengan status gizi dengan nilai p=0,412 (p>0,05). Dan hasil uji korelasi spearman menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara asupan protein dengan status gizi dengan nilai p = 0,005 (p>0,05). Selanjutnya penelitian oleh (Salasabila Ginanti, 2020) Hasil uji statistic diperoleh nilai p 0,047(p <0,050) maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara asupan energi dengan status gizi. Hasil uji statistic diperoleh nilai p 0,047(p <0,050)

maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara asupan energi dengan status gizi. Hasil uji statistic diperoleh nilai p 0,620 (p<0,05) maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara asupan lemak dengan status gizi.

Hasil uji statistic diperoleh nilai p 0,288 (p<0,05) bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara asupan karbohidrat dengan status gizi. Selanjutnya Penelitian menurut (Natizatun, Tayong Siti Nurbaeti, Sutangi 2018) Berdasarkan hasil bivariat diperoleh *(P-Value)* sebesar 0,001 karena nilai P-Value <0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara asupan zat gizi dengan kelelahan kerja. Hasil penelitain sejalan dengan (Daniel Tasmi, Halinda Sari Lubis, Eka Lestari Mahyuni 2015) hasil uji korelasi Ranks Spearman antara asupan energi dengan kelelahan kerja dapat diketahui bahwa nilai p = 0,001 dimana p < 0,05 artinya terdapat hubungan asupan energi dan kelelahan kerja pada pekerja. Selanjutnya penelitian (Arini Rahmatika Sari, Lailatul Muniroh 2017) Berdasarkan hasil uji korelasi menggunakan *ranks spearman*, didapatkan nilai p=0,001 (p<0,05) yang menunjukkan terdapat korelasi negatif yang cukup kuat (r=-0,548) antara kecukupan asupan energi dan tingkat kelelahan kerja. Hasil tersebut menunjukkan sebagai semakin kurang tingkat kecukupan asupan energi maka semakin tinggi tingkat kelelahan kerja.

Daftar Bacaan : 32 (2003-2020)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan *Skripsi Studi Literature* ini dengan judul **"**Tingkat Pengetahuan Gizi, Asupan Zat Gizi dan Status Gizi Tenaga Kerja"

Penulis menyadari dalam penyusunan penelitian ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak A.A. Ngurah Kusumajaya,SP.,MPH sebagai pembimbing utama yang telah memberikan koreksi, saran dan penuntun penulisan dalam *Skripsi Studi Literature* ini
2. Bapak I Wayan Ambartana, SKM.,M.Fis sebagai pembimbing pendamping yang juga memberikan koreksi, saran dan penuntun penulisan dalam *Skripsi Studi Literature* ini.
3. Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan, dorongan dan membantu kelancaran penyelesaian *Skripsi Studi Literature* ini.
4. Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar, yang telah memberikan kesempatan,dorongan dan membantu kelancaran penyelesaian *Skripsi Studi Literature* ini.
5. Bapak/Ibu dosen dan staf pegawai Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar yang turut memberikan arah anda masukan yang berguna bagi penulis.
6. Orang tua saya A.A Made Ngurah dan Ibu I Gusti Agung Ayu Ari Prabawati yang sudah memberikan dukungan, motivasi, nasehat, dan perhatian yang lebih kepada saya selama proses pembuatan *Skripsi Studi Literature*.
7. Serta sahabat dan teman-teman yang telah banyak memberi dorongan dan membantu penyelesaian *Skripsi Studi Literature* ini.

Penulis sangat mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membantu untuk kesempurnaan proposal ini. Akhir kata penulis mengharapkan *Skripsi Studi Literature* ini dapat bermanfaat bagi berbagai pihak.

Denpasar, 24 Februari 2021

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL i

HALAMAN PERSETUJUAN.....2

HALAMAN PENGESAHAN 3

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT 4

ABSTRAK.....5

ABSTRACT.....6

RINGKASAN PENELITIAN.....7

KATA PENGANTAR ix

DAFTAR ISI.....x

DAFTAR TABEL.....13

DAFTAR GAMBAR 13ii

BAB I PENDAHULUAN.....**Error! Bookmark not defined.**

A. Latar Belakang .....**Error! Bookmark not defined.**

B. Rumusan Masalah.....**Error! Bookmark not defined.**

C. Tujuan Umum .....**Error! Bookmark not defined.**

D. Tujuan Khusus .....**Error! Bookmark not defined.**

E. Manfaat Penelitian .....**Error! Bookmark not defined.**

BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....**Error! Bookmark not defined.**

A. Status Gizi.....**Error! Bookmark not defined.**

1. Definisi Status Gizi .....**Error! Bookmark not defined.**

2. Klasifikasi status gizi 7

3. Faktor Yang Mempengaruhi dari Status Gizi 8

B. Tingkat Pengetahuan Gizi.....**Error! Bookmark not defined.**

1. Definisi Pengetahuan Gizi.....**Error! Bookmark not defined.**

2. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan Gizi..... **Error! Bookmark not defined.**

3. Tingkatan Pengetahuan .....**Error! Bookmark not defined.**

4. Cara Mengukur Pengetahuan .....**Error! Bookmark not defined.**
C. Asupan Zat Gizi .....**Error! Bookmark not defined.**
1. Pengertian Asupan Zat Gizi .....**Error! Bookmark not defined.**
2. Jenis – Jenis Zat Gizi Makro 18
3. Syarat Gizi Tenaga Kerja…….....22
4. Pentingnya Gizi Untuk Kesehatan Kerja .....**Error! Bookmark not defined.**
5. Metode Pengukuran Konsumsi ……..…….....**Error! Bookmark not defined.**
BAB III KERANGKA KONSEP .....**Error! Bookmark not defined.**
A. Kerangka Konsep .....**Error! Bookmark not defined.**
B. Jenis dan Definisi Operasional Variabel .....**Error! Bookmark not defined.**
BAB IV METODE PENELITIAN .....**Error! Bookmark not defined.**
A. Jenis Penelitian.....**Error! Bookmark not defined.**
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....**Error! Bookmark not defined.**
C. Populasi dan Sampel Penelitian .....**Error! Bookmark not defined.**
D. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data .....**Error! Bookmark not defined.**
E. Pengolahan dan Analisis Data 30
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN .....**Error! Bookmark not defined.**
A. Hasil Studi Literatur.....**Error! Bookmark not defined.**
B. Pembahasan..... 45
BAB VI PENUTUP 48
A. Kesimpulan 48
B. Saran 48
DAFTAR PUSTAKA 48
LAMPIRAN.....52

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel. 1. Kategori Indeks Masa Tubuh (IMT)…….. 10

Tabel. 2. Angka Kecukupan Zat Gizi Makro (Per Orang Per Hari)…….. 21

Tabel. 3. Identifikasi artikel penelitian hubungan tingkat pengetahuan dan status gizi…….. 32

Tabel. 4. Identifikasi artikel penelitian hubungan Asupan zat gizi dan status gizi…….. 34

Tabel. 5. Hubungan pengetahuan gizi dengan Status Gizi Tenaga Kerja…….. 39

Tabel. 6. Hubungan pengetahuan dengan status gisi mahasiswa fakultas kesehatan UNUSA…….. 39

Tabel. 7. Asupan Zat Gizi Pekerja Perempuan …….. 41

Tabel. 8. Hubungan Asupan Zat Gizi dan Status Gizi Pekerja Perempuan…….. 41

Tabel. 9. Hubungan Asupan Zat Gizi dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Industri…….. 42

Tabel. 10. Hubungan Asupan Energi dengan Kelelahan Kerja Pekerja di Perkebunan …….. 42

Tabel. 11. Hubungan Asupan Energi dengan Kelelahan Kerja Pekerja Bagian Produksi…….. 43

Tabel. 12. Hubungan Status Gizi dengan Asupan Energi Tenaga Kerja …….. 43

Tabel. 13. Hubungan Status Gizi dengan Asupan Protein Tenaga Kerja …….. 44

Tabel. 14. Hubungan Status Gizi dengan Asupan Lemak Tenaga Kerja …….. 44

Tabel. 15.Hubungan Status Gizi dengan Asupan Karbohidrat Tenaga Kerja …….. 44

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 1. Tingkat Pengetahuan Gizi, Asupan Zat Gizi dan Status Gizi Tenaga Kerja …… 26