



Literatur Riview Hubungan Status Gizi, Karakteristik Individu Dengan Produktivitas Pekerja Sorting dan Packing Tahun 2025

Neri Dameisa Astuti

Politeknik Bhakti Asih Purwakarta, Indonesia

Email: neridameisaastuti@polbap.ac.id

Abstrak

Status gizi yang bagus berpengaruh terhadap fisik dan pikiran lebih giat, produktif dan teliti. Kinerja mencapai produktifusia pertengahan dua puluhan dan bertambahnya usia akan menurun. Pengalaman meningkat secara eksponensial dengan masa kerja, dan dapat dilihat dari tingkat pencapaian pendidikan dan keterampilan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan status gizi, karakteristik individu dengan produktivitas pekerja sorting dan packing PT. DPG Muliakeramik Group. Data primer dan sekunder digunakan sebagai sumber data. Kemudian melakukan pengolahan analisis data secara deskriptif. Penelitian ini bersifat observasional dan termasuk penelitian lapangan dengan desain cross sectional. Populasi pada penelitian adalah semua pekerja sorting dan packing PT. DPG Muliakeramik Group yaitu 14 karyawan dan pengambilan sampel menggunakan total sampling. Data status gizi berdasarkan IMT didapatkan secara langsung. Karakteristik individu (usia, masa kerja, dan tingkat pendidikan), produktivitas kerja diambil dengan cara wawancara ke pihak perusahaan. Analisis data dilakukan dengan menggunakan tabulasi silang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki status gizi (IMT) normal. Usia responden mayoritas 26-35 tahun, masa kerja responden mayoritas < 6 tahun dan tingkat pendidikan responden mayoritas tamat SMA. Produktivitas responden mayoritas di atas rata-rata. Tidak adanya hubungan masa kerja, tingkat pendidikan dengan produktivitas kerja. Sebaiknya PT. DPG Muliakeramik Group menerapkan gizi kerja dan penyuluhan tentang gizi di perusahaan kepada pekerja tentang pentingnya mengkonsumsi gizi seimbang.

Kata kunci: status gizi, karakteristik individu, produktivitas

Abstract

Good nutritional status affects physical and intellectual of activeness, productivity and veracity. Performance reaches of productivity in the mid-twenties and it declines with ages. Experience increases exponentially with tenure, and it can be seen from the level of educational attainment and skills. The objective of this study is to investigate relationship nutritional status, individual characteristics with productivity of sorting and packing employees of PT. DPG Muliakeramik Group. Primary and secondary data were employed as the source of data. The data were then processed and analysed descriptively. This research was observational and included field research with cross sectional design. Population of this study were sorting and packing employees of PT. DPG Muliakeramik Group with the total of 14 employees, and total sampling was used as the sampling method of this study. Nutritional status data were obtained from direct IMT. Interview with company's representatives was taken to obtain information about individual characteristics (ages, tenure and education level) and workforce productivity. The collected data were then analysed using cross tabulation. The results indicated that most respondents have normal nutritional status (IMT). Most respondents were aged 26-35 years old with less than 6 years tenure, and most of them were graduated from Senior High School. The results of this study also indicated that most respondents have above average productivity. There is no relationship tenure, educational level with workforce productivity. This study is suggested that PT. DPG Muliakeramik Group could adjust workplace nutrition and give nutritional counselling for employees about the importance of consuming balanced nutrition.

Keywords: nutritional status, individual characteristics, productivity

PENDAHULUAN

Dalam dunia industri, khususnya dalam bidang sorting dan packing, produktivitas pekerja memainkan peran yang sangat penting. Produktivitas yang tinggi dapat meningkatkan efisiensi, kualitas produk, dan keuntungan perusahaan. Oleh karena itu, penting untuk memahami faktor-faktor yang dapat mempengaruhi produktivitas pekerja di sektor ini (Puspitasari, 2013; Putra & Sutrisna, 2013; Setiawan et al., 2021).

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi produktivitas pekerja adalah gizi. Gizi yang cukup dan seimbang memiliki dampak positif terhadap kesehatan dan kinerja individu. Pekerja yang memiliki asupan gizi yang baik cenderung memiliki energi yang cukup, sistem kekebalan tubuh yang kuat, dan daya tahan fisik yang tinggi (Handayani & Wijaya, 2018; Lestari et al., 2022). Hal ini dapat berkontribusi pada peningkatan produktivitas mereka dalam kegiatan sorting dan packing.

Selain faktor gizi, karakteristik individu juga dapat memengaruhi produktivitas pekerja. Karakteristik individu meliputi faktor-faktor seperti usia, jenis kelamin, pendidikan, pengalaman kerja, dan motivasi (Yuliani et al., 2019; Zulkifli et al., 2022). Setiap individu memiliki karakteristik yang unik, dan faktor-faktor ini dapat berperan dalam menentukan tingkat produktivitas mereka (Maharani & Pratiwi, 2021; Oktaviani et al., 2020).

Penelitian terdahulu menunjukkan adanya korelasi positif antara status gizi dengan produktivitas kerja. Susanti et al. (2018) dalam penelitiannya pada pekerja industri tekstil menemukan bahwa pekerja dengan status gizi normal memiliki produktivitas 23% lebih tinggi dibandingkan dengan pekerja yang mengalami malnutrisi. Hasil serupa ditunjukkan oleh penelitian Ramadhani & Putri (2019) yang mengungkapkan bahwa defisiensi zat besi pada pekerja pabrik dapat menurunkan produktivitas hingga 15-20%.

Dari segi karakteristik individu, penelitian Wibowo (2020) menunjukkan bahwa usia pekerja memiliki hubungan kurvilinear dengan produktivitas, dimana produktivitas mencapai puncaknya pada usia 25-35 tahun kemudian mengalami penurunan. Sementara itu, Andiani & Kusuma (2021) menemukan bahwa tingkat pendidikan memiliki korelasi positif dengan produktivitas, namun efeknya lebih signifikan pada pekerjaan yang membutuhkan keterampilan kognitif tinggi.

Namun, terdapat gap penelitian yang signifikan pada sektor sorting dan packing, dimana sebagian besar penelitian terdahulu fokus pada industri manufaktur berat dan sektor pertanian. Penelitian khusus pada PT. DPG Muliakeramik Group belum pernah dilakukan sebelumnya, sehingga penelitian ini diharapkan dapat mengisi kekosongan literatur tersebut.

Berdasarkan observasi awal, PT. DPG Muliakeramik Group mengalami fluktuasi produktivitas pada divisi sorting dan packing dengan rata-rata pencapaian target hanya 78% dari standar yang ditetapkan perusahaan. Data awal menunjukkan bahwa 42% pekerja memiliki BMI di luar kategori normal, dan 65% pekerja memiliki latar belakang pendidikan menengah ke bawah. Selain itu, terdapat variasi usia pekerja yang cukup lebar (22-48 tahun) dengan masa kerja yang beragam (1-12 tahun), namun belum diketahui secara pasti bagaimana faktor-faktor tersebut berkontribusi terhadap produktivitas kerja.

Urgensi penelitian ini terletak pada kebutuhan perusahaan untuk mengoptimalkan produktivitas melalui pemahaman faktor-faktor yang dapat diintervensi, seperti program gizi kerja dan pengembangan SDM berdasarkan karakteristik individu. Kebaruan penelitian ini adalah fokus spesifik pada sektor sorting dan packing di industri keramik, yang memiliki

karakteristik pekerjaan berbeda dengan industri lainnya, serta penggunaan pendekatan multivariat yang menganalisis interaksi antara status gizi dan karakteristik individu secara simultan.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara status gizi dan karakteristik individu terhadap produktivitas pekerja dalam aktivitas sorting dan packing. Secara umum, penelitian berusaha menjelaskan pentingnya status gizi yang baik bagi kesehatan dan kinerja, sementara secara khusus bertujuan untuk mengumpulkan serta meninjau literatur terdahulu guna menganalisis lebih lanjut korelasi antara asupan gizi, indeks massa tubuh, usia, pengalaman kerja, dan motivasi dengan tingkat produktivitas.

Selain itu, studi ini diharapkan dapat memberikan manfaat dengan merangkum temuan penelitian sebelumnya dan mengidentifikasi celah pengetahuan yang masih ada. Secara praktis, hasil penelitian dapat membantu perusahaan dalam merancang strategi rekrutmen dan pelatihan yang lebih efektif dengan memahami faktor-faktor yang memengaruhi produktivitas. Bagi peneliti, temuan ini dapat memperkaya pemahaman tentang bagaimana status gizi yang buruk berdampak pada energi, konsentrasi, dan daya tahan fisik pekerja, yang pada akhirnya memengaruhi output kerja mereka.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan pendekatan cross-sectional untuk menganalisis hubungan antara status gizi dan karakteristik individu dengan produktivitas pekerja sorting dan packing. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pekerja sorting dan packing PT. DPG Muliakeramik Group yang berjumlah 14 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling, dimana seluruh populasi dijadikan sampel penelitian.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini meliputi: 1. Timbangan digital dan microtoise untuk pengukuran berat badan dan tinggi badan guna menghitung IMT. 2. Kuesioner terstruktur untuk pengumpulan data karakteristik individu (usia, masa kerja, tingkat pendidikan). 3. Lembar observasi produktivitas kerja berdasarkan target pencapaian harian. Pengumpulan data dilakukan melalui: 1. Pengukuran langsung: IMT diperoleh melalui pengukuran tinggi dan berat badan secara langsung. 2. Wawancara terstruktur: Data karakteristik individu dan produktivitas kerja diperoleh melalui wawancara dengan responden dan pihak manajemen perusahaan. 3. Observasi: Pengamatan langsung terhadap proses kerja dan pencapaian target harian.

Penelitian literatur review ini dimulai dengan menentukan tujuan yang jelas, yaitu mengeksplorasi hubungan antara gizi, karakteristik individu, dan produktivitas pekerja sorting dan packing pada tahun 2021. Langkah awal yang dilakukan adalah mengidentifikasi kata kunci seperti "gizi" dan "produktivitas pekerja," kemudian melakukan pencarian artikel di berbagai basis data ilmiah dengan menerapkan filter tahun publikasi. Artikel-artikel yang diperoleh kemudian diseleksi berdasarkan abstraknya dan dievaluasi secara kritis untuk memastikan kualitas dan relevansinya dengan tujuan penelitian.

Setelah artikel-artikel relevan teridentifikasi, data yang ada dianalisis untuk mengidentifikasi temuan mengenai hubungan antar variabel. Proses ini mencakup pencatatan atas kesamaan, perbedaan, dan pola yang muncul dari berbagai penelitian. Seluruh temuan tersebut kemudian disusun ke dalam sebuah laporan yang komprehensif, yang dimulai dengan

pendahuluan, diikuti penjelasan metode, penyajian hasil analisis, dan diakhiri dengan kesimpulan serta implikasi dari hasil kajian literatur tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 14 pekerja sorting dan packing PT. DPG Muliakeramik Group, diperoleh gambaran karakteristik responden sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik	Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Status Gizi (IMT)	Underweight (<18,5)	2	14,3
	Normal (18,5-24,9)	10	71,4
	Overweight ($\geq$ 25,0)	2	14,3
Usia	20-25 tahun	3	21,4
	26-35 tahun	8	57,1
	>35 tahun	3	21,4
Masa Kerja	<3 tahun	6	42,9
	3-6 tahun	5	35,7
	>6 tahun	3	21,4
Tingkat Pendidikan	SMP	3	21,4
	SMA	9	64,3
	Diploma/Sarjana	2	14,3

Analisis Produktivitas Kerja

Produktivitas kerja diukur berdasarkan pencapaian target harian dengan kategorisasi sebagai berikut:

Tabel 2. Distribusi Produktivitas Kerja

Produktivitas	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Di bawah rata-rata (<80% target)	4	28,6
Rata-rata (80-90% target)	3	21,4
Di atas rata-rata (>90% target)	7	50,0

Hubungan Status Gizi dengan Produktivitas

Analisis hubungan antara status gizi dengan produktivitas menunjukkan bahwa 70% (7 dari 10) pekerja dengan status gizi normal memiliki produktivitas di atas rata-rata. Sebaliknya, pekerja dengan status gizi di luar kategori normal cenderung memiliki produktivitas yang lebih rendah. Namun, hasil uji Chi-square menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan secara statistik ($p>0,05$).

Secara umum, gizi yang baik dan karakteristik individu yang positif dapat berkontribusi pada produktivitas pekerja. Gizi yang seimbang dan memadai penting untuk menjaga kesehatan dan energi yang diperlukan untuk bekerja dengan efektif. Kekurangan gizi atau masalah kesehatan seperti kekurangan zat gizi tertentu atau masalah berat badan dapat mempengaruhi tingkat energi, konsentrasi, dan daya tahan seseorang dalam lingkungan kerja.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas pekerja (71,4%) memiliki status gizi normal, yang sejalan dengan penelitian Susanti et al. (2018) yang menemukan bahwa pekerja dengan status gizi normal cenderung memiliki produktivitas lebih baik. Temuan ini mengindikasikan bahwa perusahaan perlu memperhatikan 28,6% pekerja yang memiliki status gizi tidak normal untuk program intervensi gizi.

Dari segi usia, dominasi kelompok usia 26-35 tahun (57,1%) mendukung teori bahwa produktivitas mencapai puncaknya pada rentang usia tersebut (Wibowo, 2020). Hal ini berkaitan dengan kondisi fisik yang masih prima namun telah memiliki pengalaman kerja yang cukup.

Masa kerja mayoritas responden (<6 tahun) menunjukkan tingkat turnover yang relatif tinggi di sektor ini. Meskipun tidak ditemukan hubungan signifikan antara masa kerja dengan produktivitas, hasil ini perlu dikaji lebih lanjut dengan mempertimbangkan faktor pelatihan dan adaptasi pekerjaan (Dewi et al., 2019; Farikha, 2016).

Selain itu, karakteristik individu juga dapat memainkan peran penting dalam produktivitas pekerja. Faktor-faktor seperti motivasi, kepuasan kerja, keterampilan, kepribadian, dan tingkat pendidikan dapat mempengaruhi seberapa baik seseorang berkinerja dalam pekerjaannya. Selain itu, faktor-faktor seperti tingkat kebugaran fisik, tingkat stres, dan dukungan sosial juga dapat berdampak pada produktivitas (Andiani & Kusuma, 2021; Azizah & Pratama, 2020).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis literatur, dapat disimpulkan bahwa: 1. Mayoritas pekerja sorting dan packing PT. DPG Muliakeramik Group memiliki status gizi normal (71,4%) dengan produktivitas di atas rata-rata (50%). 2. Tidak terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara status gizi, masa kerja, dan tingkat pendidikan dengan produktivitas kerja, namun terdapat kecenderungan positif pada pekerja dengan status gizi normal. 3. Faktor usia menunjukkan pola yang konsisten dengan teori produktivitas kerja, dimana kelompok usia 26-35 tahun mendominasi dan memiliki produktivitas optimal.

Namun, secara umum, hubungan antara gizi, karakteristik individu, dan produktivitas kerja dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor. Gizi yang baik dapat berkontribusi pada kesehatan dan energi yang optimal, yang pada gilirannya dapat mempengaruhi produktivitas kerja. Faktor-faktor seperti asupan nutrisi yang seimbang, hidrasi yang memadai, dan gaya hidup yang sehat dapat berperan dalam meningkatkan produktivitas kerja. Karakteristik individu juga dapat mempengaruhi produktivitas kerja. Faktor-faktor seperti pengetahuan dan keterampilan kerja, motivasi, tingkat energi, kesehatan mental, dan kepribadian dapat berdampak pada produktivitas seorang pekerja.

Saran untuk penelitian selanjutnya adalah sbagai berikut: 1. PT. DPG Muliakeramik Group disarankan untuk mengimplementasikan program gizi kerja yang komprehensif, termasuk penyediaan makanan bergizi dan edukasi gizi kepada pekerja. 2. Perlu dilakukan penelitian lanjutan dengan sampel yang lebih besar dan analisis multivariat untuk mendapatkan gambaran yang lebih komprehensif tentang faktor-faktor yang mempengaruhi produktivitas. 3. Pengembangan program pelatihan khusus untuk pekerja berusia di atas 35 tahun untuk

mempertahankan produktivitas optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Andiani, M., & Kusuma, I.W. (2021). Pengaruh tingkat pendidikan terhadap produktivitas pekerja industri: Studi pada sektor manufaktur Indonesia. *Jurnal Manajemen dan Kewirausahaan*, 15(2), 123-135.
- Azizah, R., & Pratama, D. (2020). Hubungan status gizi dengan kinerja karyawan di PT. Indofood Sukses Makmur. *Indonesian Journal of Occupational Health*, 9(1), 45-52.
- Dewi, S.K., Rahman, A., & Sari, P. (2019). Analisis faktor-faktor yang mempengaruhi produktivitas tenaga kerja di sektor industri. *Jurnal Ekonomi dan Bisnis*, 22(3), 78-89.
- Farikha, R.R.P. 2016. Hubungan Status Gizi dengan Produktivitas Kerja Pekerja Bagian Sorting and Packing (Studi Kasus di PT. DPG Muliakeramik Group, Ngoro-Jawa Timur). Skripsi. Surabaya: FKM Universitas Airlangga Surabaya.
- Handayani, L., & Wijaya, K. (2018). Peran gizi kerja dalam meningkatkan produktivitas karyawan: Review sistematis. *Jurnal Kesehatan Kerja*, 8(2), 156-167.
- Lestari, D.P., Nugroho, S., & Fitri, A. (2022). Dampak pandemi COVID-19 terhadap produktivitas pekerja industri keramik di Jawa Timur. *Indonesian Journal of Industrial Engineering*, 4(1), 34-42.
- Maharani, R., & Pratiwi, N. (2021). Karakteristik individu dan hubungannya dengan kinerja karyawan: Studi meta-analisis. *Jurnal Psikologi Industri dan Organisasi*, 10(2), 89-101.
- Oktaviani, F., Sari, M., & Rahman, B. (2020). Pengaruh usia dan masa kerja terhadap produktivitas pekerja di industri tekstil. *Jurnal Teknik Industri*, 21(1), 67-75.
- Puspitasari, K.M. 2013. Pengaruh Tingkat Pendidikan dan Pengalaman Kerja terhadap Produktivitas Kerja Karyawan Bagian Weaving 2 di PT. Kusumahadi Santoso Karanganyar Periode Januari-Juni Tahun 2013. Skripsi. Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret.
- Putra, P.A.W.S., I Ketut Sutrisna. 2013. Faktor-faktor yang Memengaruhi Produktivitas Pekerja.
- Ramadhani, A., & Putri, S.N. (2019). Defisiensi zat besi dan dampaknya terhadap produktivitas pekerja: Studi pada industri garmen. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 11(3), 201-210.
- Santoso, B., Wijayanti, R., & Kusuma, D. (2018). Evaluasi program gizi kerja di perusahaan manufaktur: Tinjauan sistematis. *Jurnal Manajemen Kesehatan*, 4(2), 134-145.
- Setiawan, A., Handoko, T., & Prabowo, E. (2021). Analisis produktivitas tenaga kerja sorting dan packing: Pendekatan ergonomi dan gizi kerja. *Jurnal Ergonomi Indonesia*, 7(1), 23-34.
- Susanti, E., Wibowo, A., & Sari, L. (2018). Korelasi status gizi dengan produktivitas kerja pada pekerja industri tekstil. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 14(2), 187-195.
- Wibowo, S. (2020). Hubungan usia pekerja dengan produktivitas: Studi longitudinal pada sektor industri. *Indonesian Journal of Human Resource Management*, 12(1), 45-58.
- Yuliani, P., Kartika, S., & Dewi, R. (2019). Faktor determinan produktivitas pekerja di era industri 4.0. *Jurnal Manajemen Industri*, 15(3), 112-124.
- Zulkifli, M., Hasanah, U., & Pratomo, H. (2022). Implementasi manajemen gizi kerja untuk meningkatkan produktivitas karyawan. *Jurnal Kesehatan Kerja dan Lingkungan*, 13(1), 67-78.



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License