

ABSTRAK

Steffani Anggraita Sari.

Analisis Kecukupan Gizi Pekerja Di Departemen *Knitting, Linking, dan Ironing* Bagian Produksi Industri Garmen “X” Tahun 2011 (Studi Kasus Pada Garmen Di Pringapus, Kabupaten Semarang).

Gizi kerja adalah pemberian gizi yang diterapkan kepada masyarakat pekerja dengan tujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan, efisiensi, dan produktivitas kerja yang setinggi-tingginya. Data kesehatan industri garmen “X” , 96 pekerja (18,08%) mempunyai status gizi kurang (IMT <18,5), 358 pekerja (67,42%) mempunyai status gizi normal (IMT 18,5-25,0), dan 77 pekerja (14,5%) mempunyai status gizi *overweight* (IMT >25,0). Tujuan penelitian ini untuk mengetahui kandungan nilai zat gizi yang didapat pekerja sesuai atau tidak dengan nilai zat gizi yang dibutuhkan oleh pekerja dan untuk mengetahui kandungan nilai kalori yang didapat pekerja sesuai atau tidak dengan kebutuhan kalori berdasarkan beban pekerjaan.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah pekerja di departemen *knitting, linking, dan ironing* bagian produksi garmen “X” Pringapus, Kabupaten Semarang yang berjumlah 633 pekerja. Sampel berjumlah 39 orang. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner, timbangan makanan, timbangan berat badan, mikrotoa, *nutrisurvey software*. Analisis data dilakukan secara uji statistik deskriptif.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah kandungan nilai zat gizi yang didapat tidak sesuai dengan nilai zat gizi yang dibutuhkan oleh pekerja, kandungan nilai kalori yang didapat pekerja tidak sesuai dengan kebutuhan kalori berdasarkan beban pekerjaan, dan Sumbangan ketersediaan dan konsumsi zat gizi makan siang terhadap kecukupan zat gizi sehari memberikan sumbangan sebesar 16,1 % untuk energi/kalori, 16 % untuk karbohidrat, 20 % untuk protein, dan 12,8 % untuk lemak.

Saran yang diberikan kepada pihak garmen yaitu perlu diadakan perbaikan menu melalui perbaikan komposisi bahan atau bisa juga dengan variasi menu baru yang jumlahnya disesuaikan dengan kebutuhan gizi pekerja. Agar kebutuhan gizi pekerja dapat terpenuhi untuk semua jenis pekerjaan sebaiknya ada seorang ahli gizi yang bertugas memantau kadar gizi yang terdapat pada masing-masing menu makanan yang disajikan pada saat makan siang dan makan malam. Dan perlu diadakan penyuluhan tentang gizi seimbang serta makanan yang sehat bersih kepada seluruh pekerja,

Kata Kunci : Kecukupan Gizi, Status Gizi, Gizi Kerja
Kepustakaan : 36 (1986 - 2011)