

Analisis Gizi Kerja pada Pekerja Tambang Emas di PT. X Tahun 2017

Ramdhayanti, Febri

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=127217&lokasi=lokal>

Abstrak

Gizi kerja merupakan pemberian zat-zat gizi atau kalori untuk memenuhi kebutuhan energi pekerja sesuai jenis pekerjaannya. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis gizi kerja pada pekerja tambang emas di PT. X. Desain studi penelitian ini adalah cross sectional yang bersifat deskriptif dengan pendekatan metode kuantitatif dan kualitatif. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 336 orang responden. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden (58,3%) mengalami kekurangan energi saat bekerja, sedangkan saat libur sebagian besar responden (46,1%) mengalami kelebihan asupan lemak. Sehingga diperlukan perbaikan pola makan dan peningkatan aktivitas fisik untuk mencegah penyakit yang dapat terjadi akibat kekurangan maupun kelebihan zat gizi tertentu. Kata Kunci: gizi kerja, kebutuhan energi, asupan energi, kesehatan kerja, pertambangan requirements based on the type of work. This study aims to analyze the nutrition at work of gold mining workers in PT. X on 2017. The design of the study is a cross sectional using descriptive approach with quantitative and qualitative methods. The samples of this study were 336 respondents. The result showed that most of the respondents (58,3%) had energy deficiency during the day work, while during the day off most of the respondents (46,1%) had excess fat intake. Therefore, it is necessary to improve the health promotion related to the dietary habit among workers, and increase the physical activity to prevent disease that can occur due to deficiencies or excess of certain nutrients. Keywords: nutrition at work, energy requirement, energy intake, occupational health, gold mining