

Influence of Nutrition and Helath on Performance

Veronica Yulisna Sinukaban¹, Yuliana², Asmar Yulastri³
^{1,2,3}Program Studi Pendidikan Teknologi dan Kejuruan
Universitas Negeri Padang, Sumatra Barat, Indonesia
Korespondensi E-mail : veronicasinukaban@gmail.com

ABSTRACT

Performance is a benchmark in determining the results of work in a company or organization in achieving goals. Labor is one of the important assets needed by companies in carrying out their production activities (Olusegun et al., 2014). Nutrition is an organism's process of using food that is consumed normally through the process of digestion, absorption and transportation (I Dewa Nyoman Suparisa et al, 2002:17-18). The purpose of this study was to determine the effect of Nutrition and Health on performance. how the impact of nutrition and health affects child development. Work performance against the influence of food consumed affects the intake that enters the body. The more food consumed contains nutrients, the better for health. If the food consumed is not nutritious, it will have an adverse impact on health, especially work performance

Keywords: *Nutrition, Health, Performance*

Pengaruh Gizi dan Kesehatan Terhadap Kinerja

ABSTRAK

Kinerja adalah tolak ukur dalam menentukan hasil pekerjaan dalam perusahaan atau organisasi dalam mencapai tujuan. Tenaga kerja adalah sebagai salah satu aset penting yang dibutuhkan perusahaan dalam menjalankan aktivitas produksinya (Olusegun et al., 2014). Gizi adalah suatu proses organisme menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui proses degesti, absorpsi dan transportasi (I Dewa Nyoman Suparisa dkk, 2002:17-18). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh Gizi dan Kesehatan terhadap kinerja. bagaimana Dampak gizi dan kesehatan mempengaruhi perkembangan anak. Kinerja kerja terhadap pengaruh makanan yang dikonsumsi mempengaruhi asupan yang masuk kedalam tubuh. Semakin banyak makanan yang dikonsumsi mengandung gizi maka semakin baik untuk kesehatan. Jika makanan yang dikonsumsi tidak bergizi maka akan berdampak tidak baik bagi kesehatan terlebih lagi kinerja kerja.

Kata Kunci: Gizi, Kesehatan, Kinerja

PENDAHULUAN

Kinerja seseorang dalam bekerja digunakan sebagai suatu tolak ukur capaian perusahaan atau organisasi dalam mencapai tujuan. Setiap orang yang bekerja atau ber-organisasi dituntut untuk memberikan kontribusi positif, dan tentu sejalan dengan perusahaan atau organusasi yang menginginkan capaian hal tersbut untuk mencapai tujuan. Kinerja seseorang bisa di nilai dari perbandingan antara hasil kerja yang dapat dilihat secara nyata dengan standar kerja yang telah ditetapkan perusahaan atau organisasi. Pekerja merupakan salah satu faktor yang

berpengaruh terhadap produksi, disamping faktor lain yang menunjang proses produksi seperti keterampilan, waktu dan modal yang dimiliki. Sebagai tenaga kerja, pekerja memiliki hak-hak pekerja yang diatur dalam Undang-Undang Nomor 13 tahun 2013 tentang Ketenagakerjaan, diantaranya adalah hak atas kesehatan pada dirinya. Tenaga kerja sebagai salah satu aset penting yang dibutuhkan perusahaan dalam menjalankan aktivitas produksinya (Olusegun et al., 2014). Kesehatan dan tenaga kerja merupakan satu kesatuan yang tidak bisa dipisahkan, salah satunya adalah pemenuhan gizi kerja yang sesuai dengan status gizi setiap pekerja dan beban kerjanya untuk mencapai dan meningkatkan efisiensi serta produktivitas kerja. Status gizi merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi produktivitas kerja. Status gizi dan kondisi kesehatan yang baik akan mempengaruhi kesegaran fisik dan daya pikir yang baik dalam melakukan pekerjaan, tenaga kerja yang ditunjang dengan status gizi yang baik akan bekerja lebih giat, produktif dan teliti dalam bekerja. Sementara tenaga kerja dengan status gizi kurang atau buruk dan berlebih akan memiliki kemampuan fisik yang kurang, kurang motivasi dan semangat, juga lamban dan apatis yang akhirnya akan mengurangi produktivitas kerja (Anderson, 2009). Gizi dengan kalori yang memadai menjadi syarat utama yang menentukan tingkat produktivitas kerja. Antara kesehatan, ketahanan fisik dan produktivitas kerja terdapat korelasi yang sangat nyata. Pada orang yang kekurangan simpanan lemak tubuh dalam jangka waktu yang lama akan menyebabkan penurunan produktivitas kerja karena tidak optimal dalam menerima kapasitas kerja. Status gizi mempunyai kaitan dengan produktivitas kerja sehingga faktor status gizi perlu mendapatkan perhatian, sebab berkaitan dengan kesehatan dan ketahanan tubuh, dan akhirnya dapat mempengaruhi produktivitas kerja. Adanya hubungan antara usia dengan produktivitas kerja, pertama kinerja menurun dengan bertambahnya usia. Kedua, angkatan kerja semakin lama semakin tua. Usia produktif 15 tahun sampai 64 tahun. Selain usia, faktor yang dapat mempengaruhi suatu produktivitas kerja yaitu masa kerja (Robbins, 2007). Bukan hanya kinerja dan asupan gizi seseorang yang di perhatikan pada pekerja, namun kesehatan juga termasuk kedalam hal yang harus di perhatikan sebagai syarat untuk dapat bekerja. Kesehatan juga merupakan hak setiap pekerja yang tentu harus terpenuhi. Kesehatan kerja bertujuan agar pekerja memperoleh derajat kesehatan setinggi-tingginya baik fisik, mental maupun sosial. Tujuan tersebut dapat dicapai dengan usaha-usaha preventif, kuratif dan rehabilitatif terhadap penyakit-penyakit atau gangguan kesehatan yang diakibatkan oleh faktor pekerjaan, lingkungan kerja serta penyakit umum. Kesehatan kerja dapat dicapai secara optimal jika tiga komponen kerja berupa kapasitas pekerja, beban kerja dan lingkungan kerja dapat berinteraksi secara baik dan sesuai, namun apabila ini tidak tercapai maka pekerja dapat mengalami resiko-resiko dalam bekerja. Banyak penelitian yang menunjukkan bahwa asupan gizi mempunyai hubungan terhadap terjadinya kelelahan kerja, secara klinis terdapat hubungan antara asupan gizi seseorang dengan kondisi fisik secara keseluruhan. Seseorang yang berada dalam kondisi gizi yang kurang baik dalam arti intake makanan dalam tubuh kurang dari normal maka akan lebih mudah mengalami kelelahan dalam melakukan pekerjaan. Kelelahan saat kerja merupakan bagian dari permasalahan umum yang sering dijumpai pada tenaga kerja. Menurut beberapa peneliti, kelelahan secara nyata dapat mempengaruhi kesehatan tenaga kerja dan dapat menurunkan produktivitas. Data dari Internasional Labour Organization (ILO)

2013 menyebutkan bahwa setiap tahun sebanyak dua juta pekerja meninggal dunia karena kecelakaan kerja yang disebabkan oleh faktor kelelahan.

METODE

Penelitian ini menggunakan teknik literatur review dengan melakukan pengumpulan sumber data yang terkait dengan masalah yang diangkat dalam sebuah penelitian (Habsy,2017:90-100). Penulis mengumpulkan artikel-artikel terkait dan kemudiannya akan diulas dari beberapa sumber yang ada yaitu Science Direct, Proquest, dan Google Scholar. Pencarian sumber data berupa artikel dari beberapa website tersebut dibatasi rentang tahun 2010-2022, dengan kata kunci yang digunakan adalah “Dampak gizi dan kesehatan terhadap perkembangan anak”. Data utama yang digunakan pada teknik literature review merupakan artikel ilmiah yang didapatkan kemudian ditelaah oleh peneliti atau penulis tanpa harus melakukan observasi lapangan secara langsung (Yuliani,2022:1).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis artikel data “Dampak Gizi dan Kesehatan terhadap perkembangan anak”. Terdapat pada Tabel dibawah ini :

No	Peneliti	Tahun	Judul	Hasil
1.	Dwi Nastiti Iswaranti	2017	Peranan dan tantangan perberdayaan dalam usaha peningkatan gizi anak di Indonesia	Pemerintah telah menyiapkan pedoman pelatihan gizi namun penerapannya di daerah masih bersifat sporadis sehingga belum dapat mencakup seluruh wilayah Indonesia, karena itu diperlukan suatu jalan keluar yang konprehensif dan sistematis dalam memberdayakan kader. Salah satu alternatif adalah dibentuknya suatu program pendidikan bagi tenaga kesehatan sukarela dan program tersebut diharapkan dapat mencetak pendidik yang dapat melatih kader menjalankan tugasnya di masyarakat secara efektif dan optimum.
2.	Dwi Hastuti	2018	Pengaruh motivasi, kompetensi dan kepuasan terhadap kinerja kader kesehatan dengan komitmen kerja sebagai variabel Intervening	motivasi, kompetensi dan komitmen berpengaruh terhadap kinerja kader kesehatan, Variabel motivasi dan kepuasan berpengaruh terhadap komitmen kerja kader kesehatan. Kesimpulan tidak ada pengaruh motivasi, kompetensi dan kepuasan terhadap kinerja kader kesehatan dengan komitmen kerja sebagai variabel

No	Peneliti	Tahun	Judul	Hasil
				intervening (Studi Puskesmas Pagiyanen Kabupaten Tegal). Saran bagi pihak kepala Puskesmas, bahwa dalam rangka menciptakan kinerja kader kesehatan maka harus memperkuat motivasi dan kompetensi kader kesehatan terutama pada kompetensi pengetahuan, sikap dan keterampilan kader, dengan cara melalui pendidikan dan pelatihan serta menciptakan kinerja kader kesehatan yang tinggi.
3.	Irma Afifa	2019	Kinerja Kader dalam Pencegahan Stunting: Peran Lama Kerja sebagai Kader, Pengetahuan dan Motivasi	pengetahuan dan kinerja kader terbukti berbeda signifikan, sedangkan lama menjadi kader dan motivasi kader tidak berbeda signifikan di kedua wilayah Puskesmas. Berdasarkan hasil analisis jalur pengetahuan dan motivasi kader tidak terbukti menjadi variabel mediasi lama menjadi kader terhadap kinerja kader serta lama menjadi kader tidak berpengaruh terhadap kinerja kader di kedua wilayah. Meskipun demikian, motivasi kader berpengaruh dominan terhadap kinerja kader di kedua wilayah Puskesmas.
4.	Ira Oktaviana, Bambang Wahyono	Anggun 2019	Determinan kinerja tenaga kesehatan di Puskesmas	bahwa terdapat hubungan antara kemampuan ($p=0,014$), motivasi ($p=0,023$), dan kepemimpinan ($p=0,043$) dengan kinerja tenaga kesehatan di Puskesmas Kesambi. Saran penelitian ini adalah diharapkan organisasi dapat meningkatkan motivasi dan kemampuan pegawai, agar pegawai dapat memberikan kinerja yang terbaik sehingga dapat memberikan pelayanan kesehatan yang bermutu.
5.	Rahman Hasibuan	2017	Pengaruh Kesehatan Dan Keselamatan Kerja, Pelatihan	Bahwa keselamatan dan kesehatan kerja berpengaruh positif dan signifikan dimana diperoleh angka t hitung k3

No	Peneliti	Tahun	Judul	Hasil
			Dan Kerja Tim Terhadap Kinerja Tenaga Medis Di Rumah Sakit Budi Kemuliaan Batam	(2.903) > dari t tabel 1,994 dengan taraf signifikasi hasil sebesar 0,05 sama dengan 0,05. Pelatihan berpengaruh positif dan signifikan dimana diperoleh angka t hitung pelatihan 2.976> dari t tabel 1,994 dengan taraf signifikasi hasil sebesar 0,04 tersebut <0,05. Kerja tim berpengaruh positif dan signifikan dimana diperoleh angka t hitung kerja tim 5,974> dari t tabel 1,994 dengan taraf signifikasi hasil sebesar 0,00 tersebut < 0,05. Maka dapat diambil kesimpulan bahwa kesehatan dan keselamatan kerja, pelatihan dan kerja tim juga berpengaruh positif dan signifikan terhadap kinerja karyawan
6.	Dian Wahyu Pratiwi, Widiyanto	2018	Pengaruh Faktor Internal Dan Faktor Eksternal Terhadap Produktivitas Kerja	faktor internal dan faktor eksternal secara simultan berpengaruh positif terhadap produktivitas kerja pada tenaga kerja IKM monel dengan kontribusi 52%, sedangkan secara parsial faktor internal berpengaruh positif dan signifikan terhadap produktivitas kerja sebesar 10,11% dan faktor eksternal memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap produktivitas kerja sebesar 45,56%. Saran yang berkaitan dengan hasil penelitian yaitu bagi pengusaha harus memperhatikan upah yang diberikan pada pekerja agar pekerja lebih semangat dalam melaksanakan pekerjaannya.
7.	Clara C Dameria Gultom	2018	Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dalam Penatalaksanaan	terdapat hubungan pengaruh pemberian promosi kesehatan terhadap pengetahuan (p=0,000) dan sikap (p=0,000) dan rata-rata nilai pengetahuan sebelum intervensi adalah 28,86 sedangkan setelah intervensi 34,75 begitu juga

No	Peneliti	Tahun	Judul	Hasil
			Gizi Buruk Di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Deli Tahun 2018	dengan variabel sikap sebelum intervensi 26,84 dan sesudah intervensi 38,84. Oleh karena itu responden harus lebih memperhatikan gizi balitanya agar mengurangi angka kejadian gizi terutama gizi buruk. Upaya yang dilakukan untuk masyarakat adalah dengan cara menganjurkan ibu untuk selalu membawa anaknya ke posyandu, dan memberikan imunisasi lengkap kepada balita sehingga dapat memantau perkembangan dari balita tersebut tersebut.
8.	Nelly Hamid Roswaty	Juniarti, Halin, 2017	Pengaruh Keselamatan Dan Kesehatan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pt Putera Sriwijaya Mandiri Palembang	pada bab-bab sebelumnya berkaitan dengan seberapa besar pengaruh keselamatan dan kesehatan kerja terhadap kinerja karyawan PT. Putera Sriwijaya Mandiri, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut: Berdasarkan analisis regresi linier berganda yang dilakukan maka dapat diperoleh persamaan regresi adalah $Y = 20,316 + 0,327 X_1 + 0,022 X_2$. Hal ini menunjukkan bahwa variabel independen yakni keselamatan dan kesehatan kerja berpengaruh positif terhadap variable dependen kinerja karyawan PT.Putera Sriwijaya Mandiri Palembang. Pengaruh signifikan dibuktikan dari nilai F hitung = ,491 yang artinya signifikan karena lebih besar dari F tabel = 3,29. Dengan tingkat signifikansi 0,019 yang jauh lebih kecil dari (<0,05) berarti keselamatan dan kesehatan kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap kinerja karyawan.
9.	Sumiaty Maria	Aiba, Maxmila 2022	Edukasi Dampak	Data yang diperoleh dari edukasi hipertensi ibu

No	Peneliti	Tahun	Judul	Hasil
	Yoche Arkianti, Christie Lidya Rumerun, Komilie Situmorang,Desman Berkati Larosa		Hipertensi Ibu menyusui, Preventif Nutrisi Tombong Kelapa Di Puskesmas Binong	menunjukkan peningkatan representatif tekanan sistole dan diastole, yaitu 120/80 mmHg dan 120/90 mmHg. Gejala hipertensi pada peserta dipengaruhi oleh pola hidup tidak sehat, seperti konsumsi garam berlebih dan penggunaan mie instan sebagai konsumsi harian dipadukan dengan nasi. Di samping itu, kategori usia peserta yang mengikuti kegiatan diperoleh, yaitu masa remaja akhir dengan kisaran 21,33 adalah 17-25 tahun (3 orang) dan masa dewasa awal berkisar 29.71, yaitu 26-35 tahun (10 orang).
10.	Suniati Qothrunnada Qurrotu Kartika Ashanty	Suha, 2022	Optimalisasi Kinerja Sistem Informasi Manajemen Keperawatan Berbasis Aplikasi Si Pancing (Sistem Informasi Pantau Stunting) Untuk Meningkatkan Keefektivitasan Derajat Kesehatan Gizi Anak Di Pelayanan Kesehatan Primer	Aplikasi ini bermanfaat untuk mengoptimalkan kinerja sistem informasi manajemen keperawatan berbasis aplikasi SI PANCING (Sistem informasi pantau stunting) untuk meningkatkan derajat kesehatan gizi anak di pelayanan kesehatan primer. Aplikasi ini berfungsi untuk memberikan berbagai macam informasi seperti Riwayat kesehatan, informasi umum kesehatan stunting, catatan perkembangan kesehatan, pemantauan data stunting, dan informasi umum dipelayanan kesehatan. Aplikasi ini, dapat di download di Playstore atau Appstore secara gratis. Aplikasi ini dapat menghubungkan antara orang tua (Keluarga), kader dan pihak pelayanan kesehatan, agar dapat terus memantau kondisi kesehatan anak.

Gizi

Pengertian lebih luas bahwa gizi diartikan sebagai proses organisme

menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui proses pencernaan, penyerapan, transportasi, penyimpanan, metabolisme, dan pengeluaran zat gizi untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan dan fungsi normal organ tubuh serta untuk menghasilkan tenaga. (Djoko Pekik Irianto, 2006:2). Gizi merupakan suatu zat yang terdapat dalam makanan yang mengandung karbohidrat, lemak, protein, vitamin, dan mineral yang penting bagi manusia untuk pertumbuhan dan perkembangan manusia, memelihara proses tubuh dan sebagai penyedia energi untuk melakukan aktivitas sehari-hari.

Kesehatan

Menurut Soepomo (1985:75) “Kesehatan kerja digambarkan sebagai bentuk usaha-usaha dan aturan-aturan untuk menjaga tenaga kerja/karyawan dari kejadian atau keadaan yang bersifat merugikan kesehatan saat buruh/karyawan tersebut melakukan pekerjaan dalam suatu hubungan kerja”. Jadi kesehatan kerja merupakan suatu usaha yang diterapkan sebuah aturan-aturan untuk menjaga kondisi karyawan/tenaga kerja dari kejadian atau keadaan yang dapat merugikan kesehatan seseorang ataupun seorang karyawan, baik keadaan yang sehat, fisik ataupun sosial sehingga akan didapat kemungkinan bekerja lebih optimal dan produktif.

Kinerja

Kinerja merupakan pelaksanaan tugas pekerjaan yang dikerjakan seseorang atau sekelompok pekerja dalam kurunwaktu tertentu dan dapat diukur hasilnya. Hal itu bisa berkaitan dengan jumlah kuantitas dan kualitas pekerjaan yang bisa diselesaikan seseorang atau individu dalam waktu tertentu. Beberapa pendapat yang membahas tentang pengukuran kinerja seperti di bawah ini menjadi dasar penentuan variabel kinerja. ada beberapa cara untuk mengukur kinerja, Menurut Swasto (2003:26) yaitu: (a) kuantitas, (b) kualitas kerja pekerja, (c) pengetahuan tentang pekerjaan karyawan, (d) pendapat atau pernyataan yang disampaikan, (e) keputusan yang diambil, (f) perencanaan kerja karyawan, (g) daerah organisasi kerja. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hasil kerja berkenaan dengan hasil pekerjaan yang dicapai/didapat oleh pegawai/karyawan dalam suatu periodewaktu. Dalam hal ini kinerja berkaitan dengan kuantitas maupun kualitas pekerjaan yang dihasilkan.

Hubungan gizi dengan kinerja

Gizi kerja adalah gizi yang diterapkan pada karyawan untuk memenuhi kebutuhannya sesuai dengan jenis dan tempat kerja dengan tujuan dapat meningkatkan efisiensi dan produktivitas yang setinggi-tingginya. Gizi kerja berarti nutrisi yang diperlukan oleh para pekerja untuk memenuhi kebutuhan sesuai dengan kebutuhan sesuai dengan jenis pekerjaan. Nutrisi adalah zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh yang berupa karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral dan air, keenam komponen tersebut dapat diubah menjadi energi (Agus Budiyo, 2001). Dalam hubungannya dengan produktivitas kerja, seseorang tenaga kerja dengan keadaan gizi yang baik akan memiliki kapasitas kerja dan ketahanan tubuh yang lebih baik (Sugeng Budiono, 2003). Seseorang yang kurus dengan kekurangan berat badan tingkat berat maupun ringan, yaitu $IMT < 17,0$ dan $17,0-18,4$ maka orang tersebut akan kurang mampu bekerja keras, sedangkan orang yang gemuk atau kelebihan berat badan, yaitu $IMT 25,1-27,0$ dan $IMT > 27,0$ maka orang

tersebut kurang gesit dan lamban dalam bekerja. Sedangkan orang yang mempunyai berat badan normal dengan IMT 18,5-25,0 akan lebih lincah dalam bekerja (Puslitbang, 2001). Gizi merupakan salah satu faktor penentu utama kualitas sumber daya manusia. Gizi buruk tidak hanya meningkatkan angka kesakitan dan angka kematian tetapi juga menurunkan produktifitas, menghambat pertumbuhan sel-sel otak yang mengakibatkan kebodohan dan keterbelakangan. Dalam studi literatur yang dilakukan bahwa gizi pekerja diatur dalam perundang-undangan, dimana bagi pelanggar akan di berisangksi yang sesuai dengan yang dilakukan. Adapun undang-undang yang mengatur yaitu: (1)UU No.1 th 51 dan UU No.12 th 1948, tentang kondisi fisik tenaga kerja setelah bekerja terus menerus selama 4 jam harus diberi istirahat. (2)Surat Edaran Menteri TK dan Trans No. 01/Men/1979 tentang Pengadaan Kantin dan Ruang makan. (3)Keputusan Menteri TK dan Trans No. 608/Men/1089 tentang perush yang memperkerjakan TK sembilan jam sehari wajib menyediakan makan dan minum 1400 kalori. (4)Menteri Koord Bidang Kesejahteraan Rakyat No. 06/Kep/Menko/ Kesra/VIII/1989 , Program Pangan dan Gizi yang berhubungan dengan produktivitas kerja,

Hubungan kesehatan kerja dengan kinerja

Kerja (Occupational health) merupakan bagian dari kesehatan masyarakat yang berkaitan dengan semua pekerjaan yang berhubungan dengan faktor potensial yang mempengaruhi kesehatan pekerja (dalam hal ini Dosen, Mahasiswa dan Karyawan). Bahaya pekerjaan (akibat kerja), Seperti halnya masalah kesehatan lingkungan lain, bersifat akut atau khronis (sementara atau berkelanjutan) dan efeknya mungkin segera terjadi atau perlu waktu lama. Efek terhadap kesehatan dapat secara langsung maupun tidak langsung. Kesehatan masyarakat kerja perlu diperhatikan, oleh karena selain dapat menimbulkan gangguan tingkat produktifitas, kesehatan masyarakat kerja tersebut dapat timbul akibat pekerjaannya. Tujuan kesehatan kerja adalah: (1)Memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan masyarakat pekerja di semua lapangan pekerjaan ketingkat yang setinggi-tingginya, baik fisik, mental maupun kesehatan sosial. (2)Mencegah timbulnya gangguan kesehatan masyarakat pekerja yang diakibatkan oleh tindakan/kondisi lingkungan kerjanya. (3)Memberikan perlindungan bagi pekerja dalam pekerjaannya dari kemungkinan bahaya yang disebabkan oleh faktor-faktor yang membahayakan kesehatan. 4)Menempatkan dan memelihara pekerja di suatu lingkungan pekerjaan yang sesuai dengan kemampuan fisik dan psikis pekerjaannya.

SIMPULAN

Penelitian yang dilakukan oleh Laia (2018) yang berjudul Hubungan status gizi dengan kinerja pegawai direktorat politekkes kemenkes medan, didapatkan bahwa. Distribusi frekuensi karakteristik responden pada penelitian ini berdasarkan jenis kelamin, usia dan pendidikan. Berdasarkan jenis kelamin, sebanyak 52 Pegawai Perempuan (68,4%) dan 24 Pegawai Laki-laki (31,6%). Berdasarkan usia terbanyak dengan usia rata-rata 27-63 tahun sebanyak 74 (97,4%) orang, Usia termuda 1 orang pegawai berusia 26 tahun (1,3%), usia tertua 1 orang pegawai berusia 64 tahun (1,3%) dan pendidikan yang tinggi (96,1%), Sebagian besar responden (56,6%) memiliki status gizi praobes (IMT 25.00-29.99), Sebagian besar responden (97,4%) memiliki nilai perilaku yang baik dan cukup bila skor (61-90), Hasil uji statistik chi square menunjukkan tidak ada hubungan bermakna antara

status gizi dengan kinerja Pegawai Direktorat Poltekkes Kemenkes Medan di peroleh Pvalue = 0,870, Dari hasil penelitian diatas maka perlu dilakukan pemberian motivasi dan edukasi mengenai gizi dan pola hidup sehat bagi yang kelebihan ataupun kekurangan berat badan. Penelitian Kartikasari (2017) yang berjudul Pengaruh Keselamatan dan Kesehatan karyawan terhadap kinerja karyawan didapatkan bahwa Variabel independen keselamatan kerja (X1) dan variabel independent kesehatan kerja (X2) secara simultan atau parsial berpengaruh signifikan yg baik terhadap kinerja karyawan. Kontribusi yg diberikan variabel bebas keselamatan kerja dan kesehatan kerja cukup besar, artinya juga didapati bantuan dan sumbangan dari variabel lain diluar dalam penelitian. Hubungan dari keselamatan dan kesehatan kerja dengan kinerja karyawan sifatnya searah atau positif yang cukup kuat. Keselamatan kerja (X1) dan kesehatan kerja (X2) secara parsial berpengaruh signifikan terhadap kinerja karyawan (Y). Pengaruhnya sifatnya positif yang berarti bahwa peningkatan program-program keselamatan kerja maupun kesehatan kerja akan menyebabkan peningkatan kinerja karyawan. Pengaruh dominan diberikan oleh keselamatan kerja didasarkan pada nilai koefisien regresi yang lebih besar dan probabilitas kesalahan (signifikansi) terkecil dibandingkan dengan variabel lain dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- A.M. Sugeng Budiono. 2003. Bunga Rampai Hiperkes dan Kesehatan Kerja. Semarang : Badan Penerbit UNDIP
- Almatsier, Sunita. 2009. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Brook, Robert H. 2017. "Should the Definition of Health Include a Measure of Tolerance?". *Journal of the American Medical Association*, 317(6): 585-586
- A.S. Moenir. 1983. Pendekatan Manusia dan Organisasi Terhadap Pembinaan Kepegawaian. Jakarta: Gunung Agung.
- Anderson R, et al. 2009. Equity in Health Service Emperical Analysis in Social Policy. Cambrige : Mass Ballinger Publishing Company.
- Budianto, Agus. Aspek Jasa Pelayanan Kesehatan Dalam Perspektif Perlindungan Pasien. Bandung: Karya Putra Darwati, 2010.
- Djoko Pekik. 2006. Panduan Gizi Lengkap. Yogyakarta : Andi
- Imam Soepomo, 1985, Pengantar Hukum Perburuhan, cet.Ke 7, Jakarta: Djambatan
- Kartika Sari. 2017. Jurnal "Pengaruh Keselamatan Dan Kesehatan Kerja Karyawan Terhadap Kinerja Karyawan"
- Laila. Ade Irma yanti. 2018 "Hubungan Status Gizi Dengan Kinerja Pegawai Direktorat Poltekkes Kemenkes Medan" Skripsi Politekkes Medan
- Olusegun, A. J., et al. (2014). An Overview Of The Effects Of Job Stress On Employees Performance In Nigeria Tertiary Hospitals
- Swasto. 2003. Analisis Kinerja Organisasi. Bandung: PT. Rineka Cipta.
- Supariasa, I. D (2003). Penilaian Status Gizi, Jakarta: EGC
- Koesnadi, (1987). Gizi dan Perkembangan Anak. Surabaya:Express
- Budiyanto W, (2002). Gizi dan Kesehatan. Malang: Bayu Media
- Hurlock Z. (1987). Perkembangan Anak. Jakarta:Penerbit Erlangga
- Afolabi, Olusegun E. (2014). Parents' Involve and psycho-educational Development of Learners with Special Educational Needs (SENs): An Empirical Review. *International Journal of Early Childhood Special Education (INT-JECSE)*. Vol. 6 (2), hlm. 177-203.

- Robbins SP, dan Judge. 2007. *Perilaku Organisasi*, Alih Bahasa Drs. Benyamin Molan Jakarta : Salemba Empat
- Al Habsy, Bakhrudin. (2017). Model Konseling Kelompok Cognitive Behavior untuk Meningkatkan Self Esteem Siswa SMK. *PERSPEKTIF Ilmu Pendidikan*. Volume 31[1]: 21-35.
- Yuliani, F & Herlina, L. 2015. Pengembangan Buku Saku Materi Pemanasan Global Untuk SMP. *Unnes Journal of Biology Education*. 4(1):104-110.
- Papalia, D. E (2008). *Human Development*. Jakarta: Salemba Humanika