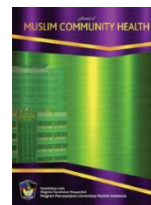


## JOURNAL OF MUSLIM COMMUNITY HEALTH (JMCH)

Penerbit: Program Pascasarjana Kesehatan Masyarakat  
Universitas Muslim Indonesia  
Journal Homepage:  
<https://pasca-umi.ac.id/index.php/jmch>



### Original Article

# Pengaruh Perilaku *Sedentary* dan Status Gizi dengan Produktivitas Melalui Tekanan Darah Pada Pekerja di PT. Industri Kapal Indonesia Kota Makassar

## Effect of Sedentary Behavior and Nutritional Status with Productivity Through Blood Pressure on Workers at PT. Indonesian Ship Industry Makassar City

\*Siti Aulia Rahma Ohorella<sup>1</sup>, Sitti Patimah<sup>1</sup>, Andi Muhammad Multazam<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Magister Kesehatan Masyarakat, Program Pascasarjana, Universitas Muslim Indonesia, Makassar, Indonesia

\*Email corresponding author: [auliaohorella@gmail.com](mailto:auliaohorella@gmail.com)

Received: 27 November 2021

Accepted: 23 Januari 2022

### ABSTRACT

**Introduction:** Physical activities that are carried out appropriately and regularly, as well as the frequency and length of time, used properly, can help increase productivity. The purpose of this study was to analyze the effect of sedentary behavior and nutritional status on productivity for workers at PT. Indonesian Ship Industry Makassar City.

**Method:** This research method is a quantitative study using a cross-sectional design. Data analysis using path analysis test (path analysis). The sampling technique in this study was to use the Lemeshow formula (1997) with a sample size of 106 workers.

**Results:** The results of the study using the path analysis test showed that sedentary behavior had no significant effect on blood pressure (p-value = 0.061), the effect of nutritional status on blood pressure was not statistically significant (p-value = 0.278), there was an effect on sedentary behavior. significant effect on productivity (p-value = 0.000), the effect of nutritional status on productivity was not statistically significant (p-value = 0.542), the effect of pressure on productivity was not statistically significant (p-value = 0.470), sedentary behavior directly affected productivity significantly Regardless of blood pressure (Beta value 0.514., p = 0.000), nutritional status directly affected productivity and not significantly without blood pressure (Beta value 0.052, p = 0.542).

**Conclusion:** The conclusion of this study suggests that companies hold an exercise program once a week so that workers can stretch their muscles.

**Keywords:** Sedentary Behavior; Nutritional Status; Productivity;

### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Aktivitas fisik yang dilakukan secara tepat dan teratur, serta frekuensi dan lamanya waktu yang digunakan dengan baik dan benar dapat membantu meningkatkan produktivitas. Tujuan penelitian ini untuk menganalisa pengaruh perilaku sedentary dan status gizi dengan produktivitas pada pekerja di PT. Industri Kapal Indonesia Kota Makassar.



**Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain cross sectional. Analisis data dengan menggunakan uji analisis jalur (path analysis). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan rumus Lemeshow (1997) dengan jumlah sampel 106 pekerja.

**Hasil:** Hasil penelitian dengan menggunakan uji analisis jalur (path analysis) diperoleh bahwa perilaku sedentary berpengaruh secara tidak signifikan terhadap tekanan darah (nilai  $p=0,061$ ), pengaruh status gizi terhadap tekanan darah tidak signifikan secara statistik (nilai  $p=0,278$ ), ada pengaruh perilaku sedentary terhadap produktivitas secara bermakna (nilai  $p=0,000$ ), pengaruh status gizi terhadap produktivitas tidak signifikan secara statistik (nilai  $p=0,542$ ), pengaruh tekanan terhadap produktivitas tidak signifikan secara statistik (nilai  $p=0,470$ ), perilaku sedentary secara langsung mempengaruhi produktivitas secara bermakna tanpa melalui tekanan darah (nilai Beta  $0,514$ .,  $p=0,000$ ), status gizi secara langsung mempengaruhi produktivitas secara tidak signifikan tanpa melalui tekanan darah (nilai Beta  $0,052$ .,  $p=0,542$ ).

**Kesimpulan:** Hasil penelitian ini disarankan agar perusahaan mengadakan program olahraga sekali seminggu agar pekerja dapat melakukan peregangan otot.

**Kata Kunci:** Perilaku Sedentary; Status Gizi; Produktivitas;

## LATAR BELAKANG

Menurut WHO, sekitar 3,2 juta kematian setiap tahun disebabkan oleh aktivitas fisik yang tidak memadai. Terdapat 60-85% orang di dunia baik di Negara maju maupun Negara berkembang menjalani sedentary, yang menjadikannya sebagai salah satu masalah kesehatan masyarakat yang lebih serius namun tidak cukup ditangani saat ini (Hardati, 2017)

Perilaku sedentary meningkatkan risiko penyakit kardiovaskuler, diabetes, dan obesitas, serta meningkatkan risiko kanker usus besar, produktivitas tinggi, osteoporosis, gangguan lipid, depresi, kecemasan bahkan menyebabkan kematian (Walukouw, Lampah, dan Gessal 2020; Yusuf et al., 2021).

Menurut perkiraan *International Labour Organization* (ILO) terbaru, diketahui bahwa lebih dari 1,8 juta kematian akibat kerja terjadi setiap tahunnya di kawasan Asia dan Pasifik dimana dua pertiga kematian akibat kerja di dunia terjadi di Asia. Di tingkat global, lebih dari 2,78 juta orang meninggal setiap tahun akibat kecelakaan atau penyakit akibat kerja. Selain itu, terdapat sekitar 374 juta cedera dan penyakit akibat kerja yang tidak fatal setiap tahunnya (Organisasi Perburuhan Internasional, 2018).

Penyakit yang berhubungan dengan pekerjaan bersifat multifactorial dan seringkali saling terkait di tempat kerja, salah satunya adalah hipertensi. Seorang pegawai selain harus menyelesaikan tugas pokok dan fungsinya juga harus menyelesaikan tugas-tugas lain yang diberikan oleh atasan sehingga keadaan ini menuntut energy, waktu dan pikiran (Alter A, 2011)

Jenis pekerjaan, lingkungan kerja, gaya hidup dan karakteristik individu pekerja atau pegawai dapat menjadi factor (Koh, 2010). Peningkatan jumlah jam kerja per minggu secara signifikan meningkatkan kejadian hipertensi (Agnesia, 2012). Lingkungan kerja yang kurang kondusif dan tidak sehat akan memberikan dampak secara psikis juga pola makan yang tinggi lemak jenuh dan rendah serat. Pegawai menghabiskan waktu kurang lebih delapan jam dalam lima hari kerja sehingga tidak memiliki kebiasaan olahraga secara teratur. Seseorang yang tidak aktivitas fisik berisiko 30-20% mengalami hipertensi (Sinaga, Hiswani, dan Jemadi 2012).

Kementrian Kesehatan menyebutkan, *job content*, beban kerja jadwal kerja dan lain-lain dapat menyebabkan reaksi stress yang konsekuensi jangka panjangnya adalah penyakit hipertensi. Stress dapat meningkatkan produktivitas yang menyempit sehingga dapat meningkatkan produktivitas secara bertahap dan apabila berkepanjangan hal ini dapat mengakibatkan produktivitas menjadi tinggi yang



mengakibatkan peningkatan ketidakhadiran pegawai, rendahnya produktivitas kerja dan peningkatan angka kecelakaan kerja (Oktaviarini, 2019).

Status gizi sangat mempengaruhi terhadap status kesehatan pekerja begitupun sebaliknya tingginya angka kematian setiap tahunnya salah satunya disebabkan karena faktor kondisi lingkungan fisik merupakan pemicu munculnya Penyakit Akibat Kerja (PAK) dan Penyakit Akibat Hubungan Kerja (PAHK). Salah upaya yang dapat dilakukan untuk mengendalikan (PAK) dan (PAHK) di tempat kerja yaitu dengan rutin dilaksanakannya pemeriksaan kesehatan berkala sekali setahun. Adapun pemeriksaan kesehatan yaitu, pemeriksaan fisik lengkap, kesegaran jasmani dan rontgen paru-paru (bila mungkin), laboratorium rutin (Darah, Urin, Feses), dan pemeriksaan lain yang dianggap perlu (Permenakertrans no. Per.02/MEN/1980, 1980) (Kementerian Kesehatan 2013).

Penelitian yang dilakukan (Budiono 2013) menyatakan bahwa status gizi dapat mempengaruhi produktivitas. Hal ini sejalan dengan penelitian (Sudibjo 2012) yang menyatakan bahwa status gizi dapat mempengaruhi terjadi hipertensi dan yang paling berisiko adalah pada pekerja yang obesitas. Penelitian yang dilakukan (Handayani 2013) menyatakan bahwa status gizi mempengaruhi kejadian hipertensi.

Berdasarkan data sekunder poliklinik di PT. Industri Kapal Indonesia bulan Februari 2020 dari 32 pekerja yang melakukan pemeriksaan tekanan darah terdapat 20 pekerja (62,5%) yang mengalami hipertensi dan 5 pekerja (15,6%) mengalami hipotensi. Berdasarkan pengambilan data awal dari 13 pekerja *office* yang melakukan posisi *sedentary* lebih dari 4 jam dalam sehari kerja didapatkan 7 pekerja (53,8%) mengalami hipertensi.

## METODE

Metode dalam penelitian yang digunakan adalah metode penelitian observasional analitik dengan desain *cross sectional study*. Penelitian obesevasional analitik merupakan penelitian yang menjelaskan adanya hubungan antara variable melalui pengujian hipotesis.

## HASIL

### *Analisis Univariat*

**Tabel 1. Karakteristik Responden di PT. Industri Kapal Indonesia**

Karakteristik Responden	n	%
<b>Umur</b>		
24-45	81	76,4
46-55	24	23,6
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	100	94,3
Perempuan	6	5,7
<b>Pendidikan</b>		
SMA/SMK	50	47,2
D3	3	2,8
S1	50	47,2
S2	3	2,8
<b>Masa Kerja</b>		
≤10 Tahun	81	76,4
>10 Tahun	24	23,6

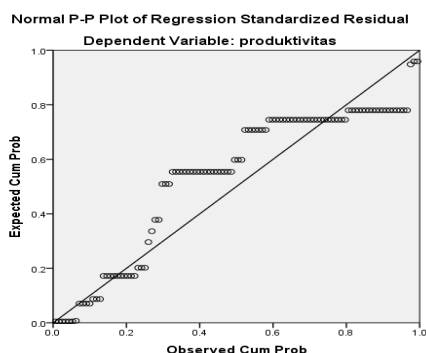


<b>Perilaku Sendetary</b>		
Ringan	4	3,8
Sedang	68	64,2
Berat	34	32,1
<b>Status Gizi</b>		
Kurus	12	11,3
Normal	64	60,4
Gemuk	30	28,3
<b>Produktivitas</b>		
Kurang	14	13,2
Cukup	37	34,9
Baik	55	51
<b>Tekanan Darah</b>		
<b>Normal</b>		
Sistolik	70	66
Diastolik	70	66
<b>Hipertensi</b>		
Sistolik	36	34
Diastolik	36	34
<b>TOTAL</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

Sumber : Data Primer 2020

Untuk karakteristik umur berdasarkan peraturan Kemenkes RI Nomor 25 Tahun 2016, proporsi responden terbanyak berusia 24-45 tahun sebanyak 81 orang (76,4%), Untuk karakteristik jenis kelamin proporsi responden terbanyak yaitu jenis kelamin Laki-laki sebanyak 100 orang (94,3%), Untuk karakteristik pendidikan proporsi responden terbanyak pendidikan SMA/SMK dan S1 dengan masing-masing berjumlah 50 orang (47,2%), untuk karakteristik masa kerja menurut Tulus dalam Friska tahun 2012, proporsi responden terbanyak yaitu masa kerja  $\leq 10$  tahun sebanyak 81 orang (76,4%), Berdasarkan jumlah responden dengan perilaku *sedentary* tertinggi yaitu pada perilaku *sedentary* sedang dengan jumlah 68 pekerja (64,2%), Berdasarkan jumlah responden dengan status gizi tertinggi yaitu pada status gizi normal dengan jumlah 64 pekerja (60,4%), Berdasarkan jumlah responden dengan produktivitas tertinggi yaitu pada produktivitas baik dengan jumlah 55 pekerja (51,9%) dan Berdasarkan jumlah responden dengan tekanan darah tertinggi yaitu pada tekanan darah normal dengan jumlah 70 orang (66,0%).

### Analisis Bivariat



output”chart” di atas, dapat dilihat bahwa titik-titik plotting yang terdapat pada gambar ‘ ‘ Normal P-P Plot of Regression Standartdized Residual’ ’ selalu mengikuti dan mendekat garis diagonalnya. Oleh karena itu, sebagaimana dasar atau pedoman pengambilan keputusan dan uji normalitas teknik probability plot dapat disimpulkan bahwa nilai residual berdistribusi normal.

### *Analisis Multivariat Analisis Jalur Model 1 dan 2*

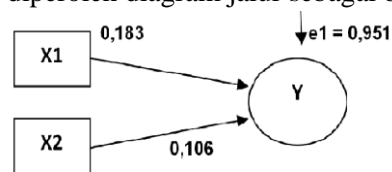
**Tabel 2. Pengaruh Perilaku Sedentary Dan Status Gizi Dengan Tekanan Darah Pada Pekerja Di PT. Industri Kapal Indonesia Kota Makassar Tahun 2020**

Model I	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	0,222	0,049	0,031	0,46842

Sumber : Data Primer 2020

Berdasarkan hasil penelitian dari tabel 5.2 di atas Regresi Model I pada Tabel Coefficients diketahui bahwa nilai signifikansi dari kedua variabel yaitu perilaku *sedentary* = 0,061 dan status gizi = 0,278 lebih besar dari 0,05. Hasil ini menyimpulkan bahwa regresi model I, yakni variabel perilaku *sedentary* dan status gizi memberikan pengaruh terhadap tekanan darah secara tidak signifikan. Besarnya nilai R Square yang terdapat pada tabel model summary ialah sebesar 0,049, hal ini memperlihatkan bahwa pengaruh perilaku *sedentary* dan status goizi terhadap tekanan darah ialah sebesar 4,9 % sementara sisanya 95,1% merupakan pengaruh dari variabel-variabel lain yang tidak dimasukkan dalam penelitian. Sementara itu untuk nilai e1 dapat dicari dengan rumus  $e1 = \sqrt{1 - 0,049} = 0,951$

Dengan demikian diperoleh diagram jalur sebagai berikut :



**Tabel 3. Pengaruh Perilaku Sedentary, Status Gizi dan Tekanan Darah Dengan Produktivitas Pada Pekerja Di PT. Industri Kapal Indonesia Kota Makassar Tahun 2020**

Model II	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	0,502	0,252	0,230	0,62408

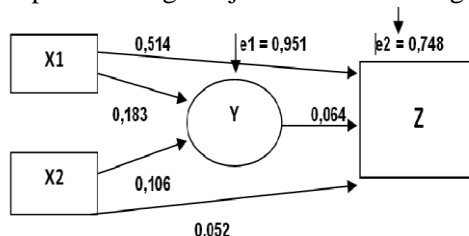
Sumber : Data Primer 2020

Berdasarkan hasil penelitian dari tabel 5.3 di atas Regresi Model II pada Tabel Coefficients diketahui bahwa nilai signifikansi dari ketiga variabel yaitu perilaku *sedentary* = 0,000 lebih kecil dari 0,05 , status gizi = 0,542 dan tekanan darah =0,470 lebih besar dari 0,05. Hasil ini menyimpulkan

bahwa regresi model II yakni, ada pengaruh variabel perilaku *sedentary* terhadap produktivitas dan pengaruh variabel status gizi dan tekanan darah terhadap produktivitas tidak signifikan secara statistik.

Besarnya nilai R Square yang terdapat pada tabel model summary ialah sebesar 0,252 hal ini memperlihatkan bahwa kontribusi perilaku *sedentary*, status gizi, dan tekanan darah terhadap produktivitas ialah sebesar 25,2% sementara sisanya 74,8% merupakan pengaruh dari variabel-variabel lain yang tidak dimasukkan dalam penelitian. . Sementara itu untuk nilai  $e_2 = \sqrt{1-0,252} = 0,748$

Dengan demikian diperoleh diagram jalur model II sebagai berikut :



Gambar 5.3 Jalur Model 2

Tabel 4. Pengaruh Langsung Perilaku Sedentary, Status Gizi dan Tekanan Darah Dengan Produktivitas Pada Pekerja Di PT. Industri Kapal Indonesia Kota Makassar Tahun 2020

Variabel Eksogen	Variabel Endogen	Direct Effect)	Sig.	Keterangan
X1	Z	0,514	0,000	Signifikan
X2	Z	0,052	0,542	Tidak Signifikan
Y	Z	0,064	0,470	Tidak Signifikan

Sumber : Data Primer 2020

Berdasarkan Tabel 5.4 perilaku *sedentary* secara langsung mempengaruhi produktivitas secara bermakna (nilai Beta 0,514.,  $p=0,000$ ), status gizi secara langsung mempengaruhi produktivitas secara tidak signifikan (nilai Beta 0,052.,  $p= 0,542$ ), dan tekanan darah secara langsung mempengaruhi produktivitas secara tidak signifikan (nilai Beta 0,064.,  $p= 0,470$ ).

Tabel 5. Pengaruh Tidak Langsung Perilaku Sedentary, Status Gizi Terhadap Produktivitas Melalui Tekanan Darah Pada Pekerja Di PT. Industri Kapal Indonesia Kota Makassar Tahun 2020

Variabel Eksogen	Variabel Endogen	Variabel Intervening	Indirect Effect
X1	Z	Y	$0,183 \times 0,064 = 0,012.$
X2	Z	Y	$0,106 \times 0,064 = 0,007$

Sumber : Data Primer 2020



Diketahui teknik pengujian analisis jalur adalah pengaruh tidak langsung yaitu : Pengaruh tidak langsung perilaku sedentary melalui tekanan darah terhadap produktivitas adalah perkalian antara nilai Beta perilaku sedentary terhadap tekanan darah dengan nilai Beta tekanan darah terhadap produktivitas yaitu :  $0,183 \times 0,064 = 0,012$  dan signifikan. Sedangkan nilai Beta status gizi terhadap tekanan darah dengan nilai Beta tekanan darah terhadap produktivitas yaitu :  $0,106 \times 0,064 = 0,007$  dan tidak signifikan .

## DISKUSI

### ***Pengaruh perilaku sedentary dengan tekanan darah pada pekerja di PT. Industri Kapal Indonesia Kota Makassar***

Berdasarkan hasil penelitian pengaruh antara perilaku *sedentary* dengan tekanan darah pada pekerja di PT. Industri Kapal Indonesia Kota Makassar menunjukkan bahwa dari 106 pekerja jumlah responden dengan perilaku *sedentary* tertinggi yaitu pada perilaku *sedentary* sedang dengan jumlah 68 pekerja (64,2%) sedangkan jumlah responden dengan perilaku *sedentary* terendah yaitu pada perilaku *sedentary* ringan dengan jumlah responden 4 pekerja (3,8%), yang menyatakan perilaku *sedentary* sedang, yang mengalami tekanan darah normal sebanyak 55 pekerja dan hipertensi sebanyak 23 pekerja. Hasil uji multivariat dengan menggunakan uji jalur (path) menunjukkan nilai Koefisien regresi sebesar 0,183 dengan nilai  $p= 0,061 (>0,05)$ , yang berarti bahwa pengaruh perilaku *sedentary* terhadap tekanan darah tidak signifikan secara statistik pada pekerja di PT. Industri Kapal Indonesia. Jadi, semakin baik aktivitas fisik maka semakin rendah risiko terkena hipertensi pada pekerja di PT. Industri Kapal Indonesia Kota Makassar. Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada pekerja di PT. Industri Kapal Indonesia kota Makassar berdasarkan perilaku *sedentary* diketahui yang menyatakan perilaku *sedentary* sedang dan mengalami tekanan darah normal lebih banyak.

Hal ini dapat terjadi di karenakan meskipun pekerja bekerja tidak lagi manual karena menggunakan alat-alat bantu yang disediakan oleh perusahaan akan tetapi para pekerja masih harus menggunakan posisi perilaku sedentary saat bekerja.

Hasil wawancara dengan kepala keselamatan dan kesehatan kerja (K3) beliau menyatakan bahwa perusahaan telah melakukan upaya menurunkan perilaku sedentary yang merupakan salah satu faktor penyebab meningkatnya tekanan darah dengan cara mengadakan kegiatan olahraga perminggu sehingga dapat membantu meregangkan otot para pekerja .

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Oktaviarini 2019) yang menyatakan terdapat pengaruh antara perilaku *sedentary* dengan tekanan darah Pada Pegawai Daerah Perimeter Pelabuhan, penelitian ini menggunakan uji analisis regresi logistic yang memperoleh nilai  $p= 0,034 (>0,05)$  yang menandakan terdapat pengaruh antara perilaku *sedentary* dengan tekanan darah.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Paruntu 2015) yang menyatakan terdapat pengaruh perilaku *sedentary* dengan tekanan darah pada pegawai di wilayah Kecamatan Tomohon Utara, penelitian ini menggunakan uji korelasi *Spearman Rho's* yang memperoleh nilai  $p=0,026 (>0,05)$  yang menandakan terdapat Pengaruh antara perilaku *sedentary* dengan tekanan darah.

### ***Pengaruh status gizi dengan tekanan darah pada pekerja di PT. Industri Kapal Indonesia Kota Makassar***



Berdasarkan hasil penelitian pengaruh antara status gizi dengan tekanan darah pada pekerja di PT. Industri Kapal Indonesia Kota Makassar menunjukkan bahwa dari 106 pekerja jumlah responden dengan status gizi tertinggi yaitu pada status gizi normal dengan jumlah 64 pekerja (60,4%) sedangkan jumlah responden dengan status gizi terendah yaitu pada status gizi kurus dengan jumlah responden 12 pekerja (11,3%), sedangkan yang menyatakan status gizi normal, yang mengalami tekanan darah normal sebanyak 46 pekerja dan hipertensi sebanyak 18 pekerja.

Hasil uji multivariat dengan menggunakan uji jalur (path) menunjukkan nilai koefisien regresi sebesar 0,106 dengan nilai  $p = 0,278 (>0,05)$ , yang berarti bahwa variabel pengaruh status gizi terhadap tekanan darah tidak signifikan secara statistik pada pekerja di PT. Industri Kapal Indonesia Kota Makassar. Jadi, status gizi yang normal akan menjaga tekanan darah tetap normal pada pekerja di PT. Industri Kapal Indonesia Kota Makassar.

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada pekerja di PT. Industri Kapal Indonesia Kota Makassar berdasarkan status gizi diketahui yang memiliki status gizi normal dan mengalami tekanan darah normal lebih banyak. Hal ini dapat terjadi di karenakan perusahaan telah menjaga gizi pekerja dengan menyediakan katering dan selalu melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala pada pekerja.

Hasil wawancara dengan kepala kesehatan dan keselamatan kerja (K3) beliau juga mengemukakan pendapat yang sama, menurut beliau hal dikarenakan perusahaan menyediakan katering setiap harinya untuk pekerja sehingga status gizi tetap terkontrol dan dari hasil wawancara dengan petugas medis, beliau menyatakan bahwa perusahaan juga mengadakan pemeriksaan berkala pada pekerja yang dilakukan setahun sekali sehingga tekanan darah para pekerja tetap terkontrol.

### ***Pengaruh perilaku sedentary dengan produktivitas pada pekerja di PT. Industri Kapal Indonesia Kota Makassar***

Berdasarkan hasil penelitian pengaruh antara perilaku *sedentary* dengan tekanan darah pada pekerja di PT. Industri Kapal Indonesia Kota Makassar menunjukkan bahwa dari 106 pekerja jumlah responden dengan perilaku *sedentary* tertinggi yaitu pada perilaku *sedentary* sedang dengan jumlah 68 pekerja (64,2%) sedangkan jumlah responden dengan perilaku *sedentary* terendah yaitu pada perilaku *sedentary* ringan dengan jumlah responden 4 pekerja (3,8%), yang menyatakan perilaku *sedentary* sedang, yang mengalami produktivitas kurang sebanyak 7 pekerja, produktivitas cukup sebanyak 14 pekerja dan produktivitas baik sebanyak 48 pekerja.

Hasil uji multivariat dengan menggunakan uji jalur (path) menunjukkan nilai Koefisien regresi sebesar 0,514 dengan nilai  $p = 0,000 (<0,05)$ , yang berarti bahwa ada pengaruh perilaku *sedentary* terhadap produktivitas secara bermakna pada pekerja di PT. Industri Kapal Indonesia. Jadi, semakin baik aktivitas fisik maka semakin baik pula produktivitas pada pekerja di PT. Industri Kapal Indonesia Kota Makassar.

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada pekerja di PT. Industri Kapal Indonesia kota Makassar berdasarkan perilaku *sedentary* diketahui yang memiliki perilaku *sedentary* sedang yang mengalami produktivitas baik lebih banyak. Hal ini dapat terjadi karena posisi *sedentary* merupakan posisi yang harus dilakukan saat bekerja akan tetapi pekerja bekerja tidak lagi manual karena menggunakan alat-alat bantu yang disediakan oleh perusahaan sehingga pekerjaan menjadi praktis dan cepat, hal tersebut dapat membantu produktivitas menjadi lebih baik.

Hasil wawancara dengan kepala kesehatan dan keselamatan kerja (K3) menurut beliau hal ini dikarenakan perusahaan menyediakan katering setiap harinya untuk pekerja sehingga status gizi dan tekanan darah para pekerja tetap terkontrol. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang



dilakukan oleh (Yufita 2018) yang menyatakan terdapat pengaruh antara perilaku *sedentary* dan produktivitas pada pegawai struktural dan administrasi RSUD Provinsi Sulawesi Utara, penelitian ini menggunakan uji *chi-square* yang memperoleh nilai  $p=0,000$  ( $<0,05$ ) yang menandakan terdapat pengaruh antara perilaku *sedentary*.

### ***Pengaruh status gizi dengan produktivitas pada pekerja di PT. Industri Kapal Indonesia Kota Makassar***

Berdasarkan hasil penelitian pengaruh antara status gizi dengan produktivitas pada pekerja di PT. Industri Kapal Indonesia Kota Makassar menunjukkan bahwa dari 106 pekerja jumlah responden dengan status gizi tertinggi yaitu pada status gizi normal dengan jumlah 64 pekerja (60,4%) sedangkan jumlah responden dengan status gizi terendah yaitu pada status gizi kurus dengan jumlah responden 12 pekerja (11,3%), yang menyatakan status gizi normal, yang mengalami produktivitas kurang sebanyak 10 pekerja, produktivitas cukup sebanyak 28 pekerja dan produktivitas baik sebanyak 26 pekerja.

Hasil uji multivariat dengan menggunakan uji jalur (path) menunjukkan nilai koefisien regresi sebesar 0,052 dengan nilai  $p=0,542$  ( $>0,05$ ), yang berarti bahwa pengaruh status gizi terhadap produktivitas tidak signifikan secara statistik pada pekerja di PT. Industri Kapal Indonesia Kota Makassar. Jadi, status gizi yang normal akan membantu meningkatkan produktivitas pada pekerja di PT. Industri Kapal Indonesia Kota Makassar. Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada pekerja di PT. Industri Kapal Indonesia kota Makassar berdasarkan status gizi diketahui yang memiliki status gizi normal yang mengalami produktivitas cukup lebih banyak. Hal ini dapat terjadi dikarenakan perusahaan telah menjaga gizi pekerja dengan menyediakan katering sehingga gizi pekerja dapat terkontrol dan membantu menjaga kinerja pekerja sehingga produktivitas dapat tercapai dengan baik.

Hasil wawancara dengan kepala kesehatan dan keselamatan kerja (K3) menurut beliau hal ini dikarenakan perusahaan menyediakan katering setiap harinya untuk pekerja sehingga status gizi tetap terkontrol serta dapat membantu produktivitas menjadi lebih baik. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ramadhanti 2020) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara status gizi dan produktivitas pada operator bagian perakitan di PT.X, penelitian ini menggunakan uji *chi-square* yang memperoleh nilai  $p=0,042$  ( $<0,05$ ).

### ***Pengaruh tekanan darah dengan produktivitas pada pekerja di PT. Industri Kapal Indonesia Kota Makassar***

Berdasarkan hasil penelitian Pengaruh antara tekanan darah dengan produktivitas pada pekerja di PT. Industri Kapal Indonesia Kota Makassar menunjukkan bahwa dari 106 responden dengan tekanan darah tertinggi yaitu pada tekanan darah normal dengan jumlah 70 orang (66,0%) sedangkan jumlah responden dengan tekanan darah terendah yaitu pada tekanan darah hipertensi dengan jumlah responden 36 pekerja (34,0%), yang menyatakan tekanan darah normal dan mengalami produktivitas kurang sebanyak 9 pekerja, produktivitas cukup sebanyak 26 pekerja dan produktivitas baik sebanyak 35 pekerja.

Hasil uji multivariat dengan menggunakan uji jalur (path) menunjukkan variabel tekanan darah diperoleh nilai Koefisien regresi sebesar 0,064 dengan nilai  $p=0,470$  ( $<0,05$ ), yang berarti bahwa



pengaruh tekanan terhadap produktivitas tidak signifikan secara statistik pada pekerja di PT. Industri Kapal Indonesia Kota Makassar. Jadi, tekanan darah yang normal akan membantu meningkatkan produktivitas pada pekerja di PT. Industri Kapal Indonesia Kota Makassar.

Berdasarkan data yang di peroleh dari hasil penelitian pada pekerja di PT. Industri Kapal Indonesia kota Makassar berdasarkan tekanan darah diketahui yang memiliki tekanan darah normal yang mengalami produktivitas cukup lebih banyak. Hal ini dapat terjadi di karenakan perusahaan telah mengadakan pemeriksaan berkala pada pekerja agar dapat mengetahui kesehatan setiap pekerja, perusahaan juga menyediakan klinik serta petugas kesehatan yang selalu ada untuk melayani pekerja.

Hasil wawancara dengan petugas medis, beliau menyatakan bahwa perusahaan mengadakan pemeriksaan berkala pada pekerja yang dilakukan setahun sekali sehingga tekanan darah para pekerja tetap terkontrol dan dapat membantu produktivitas menjadi lebih baik. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Angraini 2017) yang menyatakan bahwa terdapat Pengaruh antara tekanan darah dan produktivitas pada PT.X di Kabupaten Demak, penelitian ini menggunakan uji *chi-square* yang memperoleh nilai  $p=0,000(<0,05)$ .

### ***Pengaruh Perilaku sedentary terhadap produktivitas melalui tekanan darah pada pekerja di PT. Industri Kapal Indonesia Kota Makassar***

Berdasarkan (Harahap 2014) Diketahui teknik pengujian analisis jalur adalah :  $Y = \beta_1 X_1 + \beta_2 X_2$  . Dimana :

X1= perilaku sedentary

X2= status gizi

Y= tekanan darah

Z= produktivitas

p= koefisien masing-masing variabel

$\beta_1$ = koefisien jalur perilaku sedentary terhadap tekanan darah

$\beta_2$ = koefisien jalur status gizi terhadap tekanan darah

Berdasarkan perumusan di atas pengaruh langsung yang diberikan perilaku sedentary terhadap produktivitas sebesar 0,514. Sedangkan pengaruh tidak langsung perilaku sedentary melalui tekanan darah terhadap produktivitas adalah perkalian antara nilai Beta perilaku sedentary terhadap tekanan darah dengan nilai Beta tekanan darah terhadap produktivitas yaitu :  $0,183 \times 0,064 = 0,012$ . Maka pengaruh total yang diberikan perilaku sedentary terhadap produktivitas adalah Pengaruh langsung ditambah dengan Pengaruh tidak langsung yaitu :  $0,514 + 0,012 = 0,526$ .

Berdasarkan hasil perhitungan di atas diketahui bahwa nilai pengaruh langsung sebesar 0,514 dan pengaruh tidak langsung 0,012 yang berarti bahwa nilai pengaruh langsung lebih besar dibandingkan nilai pengaruh tidak langsung, hasil ini menunjukkan bahwa perilaku sedentary secara langsung mempengaruhi produktivitas secara bermakna tanpa melalui tekanan darah (nilai Beta 0,514.,  $p=0,000$ ). Berdasarkan hasil observasi sebgaiain besar pekerja melakukan pekerjaan dengan posisi duduk, berdasarkan hasil wawancara, menurut kepala keselamatan dan kesehatan kerja (K3) perusahaan telah melakukan upaya-upaya untuk menjaga agar perilaku *sedentary* yang harus dilakukan pada pekerja saat bekerja tidak mengganggu kesehatan, perusahaan telah menyediakan alat-alat bantu saat bekerja sehingga pekerjaan menjadi praktis,cepat serta membantu pekerja bekerja lebih mudah dan produktivitas menjadi lebih baik.

### ***Pengaruh status gizi terhadap produktivitas melalui tekanan darah pada pekerja di PT. Industri Kapal Indonesia Kota Makassar***



Berdasarkan perumusan di atas pengaruh langsung yang diberikan status gizi terhadap produktivitas sebesar 0,052. Sedangkan pengaruh tidak langsung status gizi terhadap produktivitas melalui tekanan darah adalah perkalian antara nilai Beta status gizi terhadap tekanan darah dengan nilai Beta tekanan darah terhadap produktivitas yaitu :  $0,106 \times 0,064 = 0,007$ . Maka pengaruh total yang diberikan status gizi terhadap produktivitas adalah pengaruh langsung ditambah dengan pengaruh tidak langsung yaitu :  $0,052 + 0,007 = 0,059$ .

Berdasarkan hasil perhitungan di atas diketahui bahwa nilai pengaruh langsung sebesar 0,052 dan pengaruh tidak langsung 0,007 yang berarti bahwa nilai pengaruh langsung lebih besar dibandingkan nilai pengaruh tidak langsung, hasil ini menunjukkan bahwa status gizi secara langsung mempengaruhi produktivitas secara tidak signifikan tanpa melalui tekanan darah (nilai Beta 0,052.,  $p=0,542$ ).

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi menurut kepala keselamatan dan kesehatan kerja (K3), perusahaan telah menyediakan ketrung kepada pekerja sehingga kebutuhan energi pekerja terkontrol dan tetap stabil sehingga produktivitas menjadi lebih baik.

## KESIMPULAN

Perilaku *sedentary* terhadap tekanan darah tidak signifikan secara statistik (nilai  $p=0,061$ ). Pengaruh status gizi terhadap tekanan darah tidak signifikan secara statistik (nilai  $p=0,278$ ). Ada pengaruh perilaku *sedentary* terhadap produktivitas secara bermakna (nilai  $p=0,000$ ). Pengaruh status gizi terhadap produktivitas tidak signifikan secara statistik (nilai  $p=0,542$ ). Pengaruh tekanan terhadap produktivitas tidak signifikan secara statistik (nilai  $p=0,470$ ). Perilaku *sedentary* secara langsung mempengaruhi produktivitas secara bermakna tanpa melalui tekanan darah (nilai Beta 0,514.,  $p=0,000$ ). Status gizi secara langsung mempengaruhi produktivitas secara tidak signifikan tanpa melalui tekanan darah (nilai Beta 0,052.,  $p=0,542$ ).

## Ucapan Terimakasih

Penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada pembimbing, PT. Industri Kapal Indonesia Kota Makassar, Responden penelitian yang telah bersedia untuk berpartisipasi tanpa adanya paksaan dari pihak manapun.

## Deklarasi *Conflict of Interest*

Seluruh penulis menyatakan tidak ada potensi *Conflict of Interest* dalam penelitian dan artikel ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agnesia, N. 2012. "Faktor Risiko Hipertensi pada Masyarakat di Desa Kabongan Kidul Kabupaten Rembang." Semarang: Universitas diponegoro.
- Alter A, R. 2011. "Occupational Stress and Hyperension." *ournal of American Society of Hypertension* 6 (1).
- Angraini, M. T. 2017. "Pengaruh Tekanan Darah dengan Produktivitas pada PT. X di kabupaten Demak."
- Budiono. 2013. "Faktor Yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja Pada Karyawan di Instalasi Gizi



<https://doi.org/10.52103/jmch.v3i1.728>

- Rumah Sakit Daerah (RSUD) Pasar Rebo Jakarta Tahun 2011.” Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Handayani, Y. N. 2013. “Hipertensi Pada Pekerja Perusahaan Migas X di Kalimantan Timur, Indonesia.” Universitas Indonesia.
- Harahap, Rina Adriani. 2014. “Faktor Risiko Aktivitas Fisik, Merokok dan Konsumsi Alkohol Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Pattingaloang Kota Makassar.” Universitas Hasanuddin.
- Hardati, A. T. 2017. “Aktivitas Fisik dan Kejadian Hipertensi Pada Pekerja Analisis Data Riskesdas 2013.” Universitas Gajah Mada.
- Kementerian Tenaga Kerja dan Transmigrasi. 1980. *Peraturan Menteri Tenaga Kerja Dan Transmigrasi No. Per.02/Men/1980 tentang Pemeriksaan Kesehatan Tenaga Kerja Dalam Penyelenggaraan Keselamatan Kerja (1980)*.
- Kementrian Kesehatan. 2013. *Pedoman Teknis Penemuan dan Tatalaksana Hipertensi*.
- Koh, J. 2010. *Buku Ajar Praktik Kedokteran*. Jakarta: EGC.
- Oktaviarini, E. 2019. “Probabilitas Perilaku Sedentary Terhadap Hipertensi pada Pegawai Daerah Perimeter Pelabuhan.” Semarang: Universitas Diponegoro.
- Organisasi Perburuhan Internasional, I. 2018. “Menuju budaya pencegahan keselamatan dan kesehatan kerja yang lebih kuat di Indonesia.”
- Paruntu, O. R. 2015. “Hubunan Aktivitas Fisik, Status Gizi dan Hipertensi pada Pegawai di wilayah Kecamatan Tomohon.”
- Ramadhanti, A. A. 2020. “Hubungan status Gizi dengan Produktivitas pada Operator bagian Perakitan di PT. X.”
- Sinaga, Evi Susanti, Hiswani, dan Jemadi. 2012. “Karakteristik Penderita Hipertensi yang dirawat Inap di Rumah Sakit Pematangsiantar Tahun 2010-2011.” *Jurnal Gizi, Kesehatan Reproduksi dan Epidemiologi* 1 (2).
- Sudibjo, P. 2012. *Tingkat Penanganan dan Survei level, Aktivitas Fisik, dan Status Antropometri*. Medikora.
- Walukouw, Caesario S. J., Christopher Lampah, dan Joudy Gessal. 2020. “Hubungan Perilaku Sedentary dengan Indeks Massa Tubuh dan Produktivitas Serta Denyut jantung Pada pegawai Struktural dan Administras RSUD Prov. Sulawesi Utara.” *e-Clinic* 8 (1).
- Yusuf, R. A., Fariyah Mushsanah, Alya Dafa Amirah, Syiar Cakke, & Sitti Patimah. (2021). Perspektif Remaja di Perkotaan dan Perdesaan Terkait Aktifitas Fisik : Youth Perspectives in Urban and Rural Regarding Physical Activity. *Journal of Muslim Community Health*, 2(4), 132-139. <https://doi.org/10.52103/jmch.v2i4.710>
- Yufita, L. Y. 2018. “Pengaruh perilaku sedentary dengan produktivitas pada pegawai struktural dan administrasi RSUD Provinsi Sulawesi Utara.”

