

## SUMMARY

# HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN, STATUS GIZI, USIA DAN TINGKAT KEBUGARAN DENGAN PRODUKTIVITAS KERJA KARYAWAN ASTRA WORLD JUANDA JAKARTA PUSAT

Created by ERREN NURUL HIKMAH

**Subject** : KEBIASAAN SARAPAN, STATUS GIZI, USIA TINGKAT KEBUGARAN ,  
PRODUKTIVITAS

**Subject Alt** : PRODUKTIVITAS , KERJA KARYAWAN , ASTRA WORLD

**Keyword** : kebiasaan sarapan, status gizi, usia, kebugaran, produktivitas kerja

### Description :

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah kebiasaan sarapan, status gizi, usia dan tingkat kebugaran mempengaruhi produktivitas kerja karyawan AstraWorld Junda Jakarta Pusat. Penelitian ini menggunakan penelitian analitik dengan pendekatan cross sectional, dimana setiap subjek penelitian hanya diobservasi satu kali saja dan pengukuran dilakukan terhadap status karakter atau variabel subjek penelitian. Subjek penelitian adalah seluruh karyawan AstraWorld Juanda Jakarta Pusat yang berjumlah 42 orang. Teknik pengumpulan data melalui metode observasi, catatan lapangan, dokumentasi, dan tes kebugaran dengan Harvard step. Analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis data kualitatif yaitu menganalisa kebiasaan sarapan, status gizi, usia dan tingkat kebugaran terhadap produktivitas kerja karyawan AstraWorld. Analisis statistik yang digunakan adalah analisis statistik uji ChiSquare dengan menggunakan aplikasi komputer. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan sarapan dan status gizi terhadap produktivitas kerja ( $p < 0,05$ ), sedangkan pada variabel usia dan tingkat kebugaran tidak terdapat hubungan yang signifikan terhadap produktivitas kerja ( $p > 0,05$ ). Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa sarapan sebelum beraktivitas memberikan kontribusi yang penting bagi tubuh, selain itu status gizi seseorang juga mempengaruhi produktivitas kerja, karyawan dengan status gizi yang normal menghasilkan produktivitas kerja yang baik. Usia tidak mempengaruhi produktivitas kerja hal ini bisa karena semakin lama seseorang bekerja maka semakin meningkat pula pengalaman kerja dan mempengaruhi produktivitas kerja.

Daftar bacaan : 47 (1983-2013)

Kata kunci : kebiasaan sarapan, status gizi, usia, kebugaran, produktivitas kerja

**Date Create** : 25/09/2018

**Type** : Text

**Format** : PDF

**Language** : Indonesian

**Identifier** : UEU-Undergraduate-201332231\_

**Collection** : 201332231\_

**Source** : U

### Full file - Member Only

If You want to view FullText...Please Register as MEMBER

**Contact Person :**

Astrid Chrisafi (mutiaraadinda@yahoo.com)

Thank You,

Astrid ( astrid.chrisafi@esaunggul.ac.id )

Supervisor