

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Perkembangan zaman dan era globalisasi saat ini telah membawa berbagai perubahan dalam kehidupan. Perubahan yang berhubungan dengan kesehatan manusia dapat terjadi dalam bentuk perubahan gaya hidup masyarakat dan adanya perubahan kebiasaan makan. Masyarakat dengan gaya hidup yang sering mengonsumsi makanan atau minuman manis, makanan asin, makanan berlemak, makanan yang dibakar atau dipanggang, makanan yang diawetkan, dan minuman berkafein dianggap sebagai kelompok yang berisiko terkena berbagai penyakit. Oleh karena itu, konsumsi berbagai makanan tersebut di atas harus diperhatikan baik jumlah dan frekuensinya (Balitbangkes 2008).

Masalah kekurangan pangan bukanlah merupakan hal yang baru, namun masalah ini tetap aktual terutama di negara-negara sedang berkembang. Salah satu faktor yang menyebabkan keadaan ini terjadi adalah bertambahnya jumlah penduduk di berbagai Negara yang dengan berkembang yang cenderung meningkat terus, sedangkan penambahan produksi belum mengumbangi, walaupun telah diterapkan beragam teknologi mutakhir (Suhardjo, 1996).

Pada berat badan kurang atau gizi kurang maka tubuh rentan akan penyakit dan berakibat daya tahan tubuh menurun. Penurunan daya tahan tubuh rentan terhadap penyakit, dengan demikian hal ini menjadi seperti lingkaran yang akan diperberat dengan kondisi kerja shift (Grandjean, 2008).

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi status gizi seseorang menurut indeks masa tubuh, diantaranya faktor biologis (umur, jenis kelamin, genetic,

hormon), factor psikologis (emosi), faktor sosial budaya (ekonomi, pendidikan, pekerjaan, status perkawinan, dan pengatahuann gizi,) pola konsumsi makanan, faktor perilaku, (kebiasaan merokok, atau aktifitas fisik), dan keadaan kesehatan. Gizi yang tepat dan kondisi fisik yang baik akan memberikan pengaruh yang sangat penting pada efek kelelahan pada pengemudi. Makan yang cukup dan seimbang pada siang hari dan sebelum tidur secara signifikan mempengaruhi kewaspadaan kualitas tidur. Menjaga kesehatan dan kondisi berat badan tidak hanya meningkatkan kualitas stamina, tetapi juga dapat mengurangi kemungkinan dalam gangguan tidur (NTC, 2006)

Penelitian mengenai kelelahan pengemudi yang dilakukan di Amerika memperlihatkan bahwa pola tidur berkontribusi terjadinya kecelakaan lalulintas. Pola tidur ini dipengaruhi oleh usia seseorang yang berusia 45 tahun lebih berisiko pada waktu dini hari, sedangkan mereka yang berusia diantara 45 hingga 65 tahun memiliki risiko pada pukul 07.00 pagi, dan mereka yang berusia lebih dari 70 tahun memiliki periode puncak pada pukul 15.00 (ROASPA, 2001)

Champagne, dkk (2004) mengemukakan bahwa secara keseluruhan pengemudi yang berusia tua lebih memiliki tingkat kesalahan lebih tinggi ketika berkendara dalam kondisi lelah, daripada pengemudi yang berusia muda. Akan tetapi Philip, dkk (2004) menemukan bahwa waktu untuk merespon pada usia tua lebih lambat secara keseluruhan, mereka jauh lebih rendah kemungkinan untuk menurun performanya ketika mengemudi. Pengemudi dengan usia tua juga lebih akurat dalam menilai kinerja mereka saat berkendara dalam kondisi sudah lelah (Mckernon,2008).

Menurut Suharjo, 1966, kurangnya pengetahuan dan salah persepsi tentang kebutuhan pangan dan nilai pangan adalah umum dijumpai di setiap Negara di dunia . kemiskinan dan kekurangan persediaan pangan yang bergizi merupakan factor penting dalam masalah kurang gizi sebab penting dari gangguan gizi adalah kekurangan pengetahuan gizi dan kemampuan untuk menerapkan di kehidupan sehari-hari.

Di era globalisasi dan pasar bebas AFTA 2003, kesehatan dan keselamatan kerja merupakan salah satu persyaratan yang ditetapkan dalam hubungan antar Negara yang harus dipenuhi oleh seluruh anggota termasuk Indonesia. Beban ini cukup berat dimana dari data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2007, penduduk Indonesia dewasa ini diperkirakan berjumlah 228,5 juta. Pada tahun 2001 angkatan kerja perempuan berbanding laki-laki perbandingannya adalah 5,1 juta berbanding 7,6 juta menjadi 5,3 juta berbanding 8,7 juta di tahun 2008. Dalam keadaan ini dimana jumlah pekerja pria lebih banyak dari wanita, maka ada hal yang harus diperhatikan dalam tujuan membantu kesehatan optimal.

Pengertian gizi seimbang adalah bahwa asupan makanan cukup mineral, kalori, protein bagi tubuh seseorang. Asupan inipun berbeda-beda untuk setiap orangnya. Ada orang tak bisa makan nasi terlalu banyak karena menderita diabetes atau ada juga orang yang sudah terbiasa tidak makan nasi. (Anneahira, 2012).

Maka sebagai ganti asupan karbohidrat bisa dipilih makanan lain yang berbahan dasar gandum, jagung dan umbu-umbian. Atau seseorang yang lebih banyak menggunakan otaknya daripada fisiknya, maka protein lebih banyak

dibutuhkan daripada karbohidrat. Hal ini untuk menjaga keseimbangan kerja otaknya. Seseorang yang membutuhkan fisik lebih banyak, maka asupan karbohidrat lebih dibutuhkan. Sedangkan asupan yang lain mendukung. Keberadaan susu, misalnya kini tersedia beragam jenis dan kandungan yang berbeda-beda disesuaikan dengan peminumnya. Pengetahuan tentang gizi seimbang ini harus diketahui oleh semua orang terlebih bagi mereka para pengemudi yang lebih banyak menggunakan waktunya di jalan dengan banyak mengkonsumsi makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan energi yang dibutuhkan.

Kehidupan pengemudi bus yang kebanyakan di jalan sering sekali tidak sebanding dengan pendapatan. Apalagi jika sang pengemudi adalah seorang kepala keluarga yang wajib menafkahi keluarganya. Tidak seperti laki-laki yang belum menikah, lelaki yang sudah menikah harus menyesuaikan pengeluaran dengan kebutuhan istri dan anaknya (Wirawan, 2006). Oleh karena itu, mereka harus memperhatikan konsumsi makannya agar tercapai status gizi yang optimal.

Melihat pentingnya kesehatan untuk para pengemudi, penulis mencoba melakukan penelitian pada PT Blue Bird Group, dimana Pt Blue Bird Group sudah dianggap menjadi sarana transportasi darat terbaik untuk wilayah Indonesia. Karena pada perusahaan ini tersedia berbagai jenis alat angkut penumpang dengan tipe berbeda seperti jenis taksi regular dengan sistem argo yang dikenal dengan nama *Blue Bird* dan untuk jenis taksi premium yang dikenal dengan *Silver Bird* dan *Golden Bird* serta untuk jenis pelayanan pariwisata dikenal dengan *Big Bird*. Pada kesempatan ini peneliti melakukan penelitian pada divisi bus pariwisata yang tersedia berbagai jenis bus pariwisata sebanyak 375

unit dengan kapasitas kursi (*seat*) yang berbeda-beda. Berawal dari kapasitas bus 11(sebelas),25 (dua puluh lima) yang digolongkan kedalam bus kecil, dan untuk kapasitas 37(tiga puluh tujuh), 44 (empat puluh empat), 54(lima puluh empat) yang digolongkan kedalam kapasitas bus besar. Dalam penggolongan jenis bus ini, terjadi pula pengelompokan pengemudi bus berdasarkan kemampuan dan skill dari masing-masing pengemudi. Untuk yang memiliki kemampuan lebih, diutamakan untuk mengemudikan bus dengan kapasitas besar sedangkan yang memiliki kapasitas standar hanya diberikan izin untuk mengemudikan bus kecil. Hal ini dilakukan PT Blue Bird Group untuk tetap menjaga kualitas setiap pengemudi dengan adanya test berkala yang bertujuan untuk tetap mengedepankan kualitas pelayanan terhadap tamu. Dari seluruh unit yang tersedia yang digunakan untuk melayani tamu bertamsya atau wisata hanya sebanyak 70 (tujuh puluh) unit, terdiri dari 40 (empat puluh) unit bus dengan kategori besar dan 30 (tiga puluh) unit bus kecil selebihnya bus hanya digunakan untuk antar jemput siswa sekolah asing.

Banyaknya pengangguran dan tingkat pengetahuan yang rendah membuat sebagian masyarakat memilih pekerjaan sebagai supir bus, khususnya pria. Dengan banyaknya bus yang digunakan, banyak pula sumber daya manusia yang digunakan untuk menjadi pengemudi bus pariwisata tersebut. Pengemudi bus yang merupakan kelompok masyarakat yang mensyaratkan kondisi kesehatan yang optimal untuk dapat menjalankan pekerjaannya. Hal ini dikarenakan pengemudi dituntut tetap bugar agar dapat mengantarkan penumpang ke tempat tujuan. Kebiasaan sebagian besar pengemudi bus yang sering mengkonsumsi makanan berlemak, asin, jeroan dan makanan sejenis ditempat

bekerja diduga dapat menyebabkan timbulnya berbagai penyakit yang berpengaruh terhadap kesehatan pengemudi tersebut (Jurnal Gizi dan Pangan, 2010 5(1)).

Menurut Yoon HS dan Kim GR, (1999), Penelitian ini dilakukan terhadap 178 sopir bus di daerah Masan untuk menyelidiki kesehatan dan status gizi. Penelitian ini menggunakan kuisioner, dan analisa langsung dengan melakukan pemeriksaan kesehatan tahunan pada bulan Juni. Penelitian ini ditemukan bahwa Sekitar 51% sopir bus memiliki status gizi normal, 33% memiliki kesehatan yang kurang baik, dan 17% mengidap penyakit kronis. Pada penelitian ini berpengaruh terhadap lamanya mengemudi pada saat bekerja. Lamanya mengemudi mereka memiliki korelasi positif dengan usia mereka. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sopir bus diperlukan olahraga teratur, dan pengendalian berat badan mereka untuk mencegah penyakit kronis, dan pengemudi bus harus memantau status gizinya sepanjang mereka mengemudi dan bertambahnya umur.

Selain itu, melihat penelitian yang telah dilakukan (Faisal 2010) sebelumnya yang dilakukan mengenai “gaya hidup dan status kesehatan sopir bus sumber alam di kabupaten purworejo, jawa tengah “ di ketahui bahawa banyak pegemudi yang mengemudikan bus dengan kapasitas besar memiliki status gizi dengan kategori *overweight*. Dengan persentase sopir bus yang memiliki status gizi lebih (*overweight* dan obesitas) yaitu sebanyak 32.9%. Apabila hal ini berlanjut dikhawatirkan akan berdampak negatif pada status kesehatan. Menurut Laquatra (2002), obesitas dan *overweight* merupakan faktor risiko penyakit jantung, diabetes, hipertensi dan stroke.

Sedangkan menurut Lelia Renata, dkk (2007), mengemudi bus sangat berhubungan dengan jam kerja per hari, status gizi, dan tingkat aktivitas fisik. Penelitian cross-sectional dilakukan dengan 40 sopir bus dan kolektor ongkos kerja 39 rute antarkota. Indeks massa tubuh digunakan untuk memverifikasi status gizi. Selama 12 bulan dilakukan penelitian, didapatkan 70,0% dan 76,9% dari pengemudi reguler dan pengemudi cabutan dengan 30,0% dari pengemudi reguler dan 33,3% dari pengemudi cabutan dilaporkan sakit selama 7 hari. Prevalensi kelebihan berat badan merupakan salah satu kesalahan pengemudi reguler yang lebih besar sebanyak 72,0% daripada pengemudi cabutan sebanyak 33,3%.

Oleh karena itu, penelitian yang berhubungan dengan pengetahuan gizi dengan status gizi pada pengemudi bus sangat menarik untuk diteliti. Dimana pada PT Blue Bird itu terdapat berbagai macam kategori pengemudi dengan jenis bus yang digunakan berbeda-beda. Dalam hal ini peneliti mencoba untuk melakukan penelitian yang berkaitan dengan pengetahuan gizi dan status gizi pengemudi bus besar dan bus kecil. Dimana pada pengemudi bus besar biasanya lebih sering melakukan rute untuk luar kota sehingga banyak pengemudi jadwal atau pola makan tidak teratur dan kurang istirahat. Berbeda dengan pengemudi bus kecil yang lebih sering memiliki rute dalam kota, sehingga memiliki pola makan dan frekuensi makan yang teratur serta istirahat yang cukup.

B. Identifikasi masalah

Perbedaan status gizi antara pengemudi bus besar dan bus kecil dipengaruhi oleh pengetahuan gizi pengemudi, lingkungan, dan status sosial pengemudi tersebut. Selain itu jenis bus yang dikemudikan, pola makan dan pola

kerja dari setiap pengemudi juga dapat mempengaruhi status kesehatan atau status gizi pengemudi itu sendiri. Dengan demikian di perlukannya pengetahuan gizi dan tata cara mengatur jam makan agar pengemudi tetap terjaga kesehatannya.

C. Pembatasan Masalah

Adapun pembatasan masalah yang dihadapi seperti, karakteristik (Umur, Jenis kelamin, Tinggi badan, dan berat badan) pengemudi, dan pengetahuan gizi pengemudi.

D. Perumusan Masalah

Status gizi pengemudi banyak dipengaruhi oleh faktor individu maupun lingkungan. Diantaranya adalah pola makan dan jam kerja yang dijalani oleh pengemudi itu sendiri. Untuk pengemudi bus besar biasanya dapat mengatur pola makan yang baik berbeda dengan pengemudi bus kecil yang cenderung menunda makan. Ini terjadi akibat pengemudi bus besar yang menempuh jarak jauh lebih sering melakukan istirahat berbeda dengan pengemudi bus kecil yang lebih sering digunakan untuk mengemudi secara terus menerus (*shuttle*).

E. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui perbedaan pengetahuan gizi dan status gizi pada pengemudi bus besar dengan kapasitas (37,44 dan 54 *seat*) dan pengemudi bus kecil dengan kapasitas (11 dan 25 *seat*) di PT Blue Bird Group Ciputat.

2. Tujuan Khusus

- a) Mengidentifikasi karakteristik (Jenis kelamin, Tinggi badan, Berat badan) pengemudi bus besar dan bus kecil.
- b) Menganalisa perbedaan status gizi pengemudi bus besar dan pengemudi bus kecil
- c) Menganalisa perbedaan pengetahuan gizi pada pengemudi bus besar dan bus kecil
- d) Menganalisa hubungan pengetahuan dengan status gizi pengemudi bus besar dan bus kecil

F. Manfaat Penelitian

Penelitian yang telah dilaksanakan diharapkan akan menambah ilmu pengetahuan tentang status gizi pengemudi dan pentingnya status gizi yang sesuai untuk pengemudi bus. Selain itu, penelitian ini juga dapat memberikan pengetahuan tentang status gizi pengemudi dan manfaat status gizi yang sesuai untuk para pengemudi, serta dapat menjadi pengalaman dan akan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.