

INTISARI

Pemenuhan kebutuhan zat gizi karyawan pabrik dapat meningkatkan produktivitas kerja. Oleh karena itu pemerintah mendorong pengusaha agar menyediakan makanan bermutu gizi di tempat kerja. PT Young Sinaneka Mataram adalah salah satu perusahaan yang telah berusaha menerapkannya. Akan tetapi ternyata penyajian menu makan siang di pabrik hanya berputar dalam satu minggu sehingga dapat membosankan. Pemenuhan zat gizi dan kalori di pabrik perlu didukung oleh pemenuhan zat gizi dan kalori di luar pabrik. Terpenuhinya zat gizi dan kalori dari pabrik dan luar pabrik akan terefleksi pada status gizi yang normal bagi karyawan.

Penelitian dilakukan terhadap 26 responden (30,6 % dari populasi) dengan wawancara yang diikuti pengukuran langsung yang meliputi pengukuran antropometri serta penimbangan berat badan dan makanan. Rekaman diet responden diperoleh dengan wawancara yang dilakukan 3 hari. Rekaman diet mencakup diet 24 jam yang terdiri dari makan pagi, makan siang, makan malam dan makan selingan. Asupan zat gizi yang cukup di pabrik seharusnya mencakup 22,22 % AKG, sedangkan asupan kalori yang cukup di pabrik memenuhi 1/3 AKG.

Berdasarkan penelitian berdasarkan indeks antropometri karyawan PT Young Sinaneka Mataram memiliki status gizi normal. Total asupan harian protein, kalsium, fosfor, vitamin A dan vitamin C karyawan PT Young Sinaneka Mataram telah memenuhi 2/3 AKG, sedang asupan kalori dan vitamin B1 belum memenuhi AKG. Total asupan besi untuk karyawan pria telah memenuhi AKG sedangkan untuk karyawan wanita belum memenuhi. Asupan di pabrik bagi karyawan pria yang telah memenuhi 22,22 % AKG adalah protein, besi, kalsium, fosfor dan vitamin A, sedangkan yang belum memenuhi adalah kalsium, vitamin B1 dan vitamin C. Asupan di pabrik bagi karyawan wanita yang telah memenuhi 22,22 % AKG adalah protein, kalsium, fosfor dan vitamin A, sedangkan yang belum memenuhi adalah besi, vitamin B1 dan vitamin C. Guna meningkatkan asupan kalori harian maupun di pabrik, asupan karbohidrat dan lemak perlu ditingkatkan. Perlu pula diberikan informasi bagi karyawan wanita bahwa angka kecukupan zat besi bagi wanita kurang lebih dua kali lipat bagi pria.