

Hubungan kadar hemoglobin dan kebugaran jasmani tenaga kerja wanita

Amelia Widjaja, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20316520&lokasi=lokal>

Abstrak

Tenaga kerja wanita yang tidak mudah lelah akan lebih produktif karena dapat terus bekerja tanpa lelah. Dalam hal ini tenaga kerja wanita harus mempunyai kebugaran jasmani yang lebih baik. Salah satu faktor yang mempengaruhi kebugaran jasmani adalah kadar Hb. Untuk mengetahui hal tersebut dilakukan penelitian pada 15 tenaga kerja wanita di satu perusahaan pakaian jadi di Kawasan Industri Pulogadung Jakarta. Mereka dibagi dalam tiga kelompok dengan variasi kadar Hb berbeda 1 g/100 ml yaitu 10,0-10,9 g/100 ml; 11,0-11,9 g/100 ml dan 12,0-12,9 g/100 ml. Masing-masing tenaga kerja dalam kelompok tersebut diukur kebugaran jasmaninya dengan uji naik turun bangku menggunakan metode Astrand.

Kelompok tenaga kerja wanita dengan kadar Hb 11,0-11,9 g/100 ml mempunyai rata-rata kebugaran jasmani lebih buruk bila dibandingkan dengan kelompok tenaga kerja wanita dengan kadar Hb 12,0 - 12,9 g/100 ml dan perbedaan ini secara statistik bermakna dengan anova metoda Scheffe ($p < 0,10$). Antara kelompok tenaga kerja wanita dengan variasi kadar Hb 10,0-10,9 g/100 ml dan 11,0-11,9 g/100 ml; 10,0-10,9 g/100 ml dan 12,0-12,9 g/100 ml tidak ada perbedaan rata-rata kebugaran jasmani yang bermakna ($p > 0,10$). Adanya penurunan 17 % kebugaran jasmani pada kelompok tenaga kerja wanita dengan kadar-Hb 11,0-11,9 g/100 ml (anemia) dibandingkan dengan kelompok tenaga kerja wanita tidak anemia (kadar Hb antara 12,0-12,9 g/100 ml). Ada korelasi positif yang kuat antara kadar Hb dan kebugaran jasmani ($r = 0,71$).

.....Women workers will be more productive if they are not easily fatigue during performing their job. They should have better physical fitness. Maximal oxygen uptake of fifteen women worked in a garment industry at Industrial Estate Pulogadung in Jakarta with Hb levels ranging from 10,0 to 12,9 g/100 ml divided in three groups were measured to identify the physical fitness. Maximal oxygen uptake (VO_{2max}) was calculated from submaximal work using step test and Astrand's nomogram.

VO_{2max} value of the Hb group ranging 11,0 to 11,9 g/100 ml was lower compared to the Hb group ranging 12,0 to 12,9 g/100 ml using Scheffe's method analysis of variance ($p < 0,10$). The Hb groups ranging 10,0 to 10,9 g/100 ml compared to 11,0 to 11,9 g/100 ml and 10,0 to 10,9 g/100 ml compared to 12,0 to 12,9 g/100 ml showed no significant difference in their VO_{2max} values ($p > 0,10$). There was 17% decrease in physical fitness on the group of women workers having Hb level ranging 11,0 to 11,9 g/100 ml (below normal according to WHO) compared to the group having normal Hb level (ranging 12,0 to 12,9 g/100 ml). This study also showed a strong correlation between Hb level and physical fitness ($r = 0,71$).