

ABSTRAK

Pemenuhan zat gizi dapat diperoleh dari sarapan, namun pada umumnya orang-orang tidak terlalu menganggap penting sarapan. PT. STAR Sidoarjo merupakan salah satu perusahaan yang pekerjanya lebih banyak wanita daripada pria. Maka dari itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh status gizi dan kebiasaan sarapan terhadap produktivitas pekerja wanita PT. STAR Sidoarjo.

Desain penelitian menggunakan *cross sectional*. Populasi sebesar 54 pekerja, besaran sampel sebesar 50 pekerja. Teknik pengambilan sampel menggunakan *snowball sampling*. Variabel independen adalah status gizi dan kebiasaan sarapan, sedangkan variabel dependennya adalah produktivitas. Analisis menggunakan uji *chi square* dan regresi logistik biner dengan tingkat signifikansi sebesar 0,05.

Berdasarkan uji *chi square* diperoleh hasil *p value* antara status gizi dan produktivitas kerja sebesar 0,003, sedangkan hasil *p value* antara kebiasaan sarapan dan produktivitas kerja sebesar 0,068. Berdasarkan uji regresi logistik biner diperoleh hasil *p value* antara status gizi dan produktivitas kerja sebesar 0,004, sedangkan hasil *p value* antara kebiasaan sarapan dan produktivitas kerja sebesar 0,076.

Simpulan ada keterkaitan dan ada pengaruh antara status gizi dengan produktivitas kerja. Sedangkan tidak ada keterkaitan dan tidak ada pengaruh antara kebiasaan sarapan dengan produktivitas kerja. Saran bagi perusahaan dapat menyediakan makanan atau minuman sesuai gizi yang dibutuhkan saat pagi hari sebelum bekerja maupun saat istirahat.

Kata Kunci: Status gizi, kebiasaan sarapan, produktivitas kerja