

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Gaya hidup yang modern dan penuh dengan kemajuan teknologi disegala bidang kehidupan membuat kita terlena, dimanjakan dengan kemudahan-kemudahan fasilitas yang ada, tapi disisi lain gaya hidup saat ini juga mempunyai konsekuensi terhadap kesehatan tubuh. Terlalu banyak duduk dan kurangnya aktivitas fisik dapat memunculkan risiko penyakit-penyakit degeneratif, seperti obesitas, diabetes, kanker, hipertensi dan serangan jantung. Akibat gaya hidup seperti ini juga akan membuat perubahan terhadap komposisi tubuh apabila dilakukan terus-menerus. Secara medis, manusia memiliki kompleksitas pada tubuhnya, yang berkenaan dengan fungsi dan anatomi tubuh. Kedua hal tersebut sangatlah berkesinambungan. Komposisi tubuh yang baik akan menghasilkan fungsi tubuh yang baik pula.

Komposisi tubuh merupakan indikator kesehatan yang sangat penting juga sebagai penilaian status gizi seseorang. Komposisi tubuh terdiri atas massa lemak tubuh dan massa non lemak tubuh. Komposisi tubuh menilai persentase lemak tubuh, lemak visearl, massa otot, kadar air dalam tubuh, kepadatan tulang, angka metabolisme basal.

PT. United Tractors, Tbk merupakan anak usaha dari PT. Astra Internasional, Tbk, salah satu grup usaha terbesar dan terkemuka di Indonesia. Dengan visi dan misi selain untuk kemajuan bisnis perusahaan, juga memiliki visi

dan misi untuk memajukan kesejahteraan karyawan, salah satunya dengan memperhatikan kesehatan. PT. United Tractors, Tbk memiliki divisi yang di dalamnya berfokus untuk menjalankan program kesehatan untuk karyawan, yaitu divisi CESRSGACOM (*Corporate Environment, Social Responsibility, Security, General Affair & Communicartion*).

Komposisi tubuh menjadi perhatian divisi CESRSGACOM terhadap kemampuan karyawan dalam menjalankan pekerjaan. Berdasarkan hasil *medical check up* tahun 2021, PT. United Tractors, Tbk menunjukkan bahwa kenaikan berat badan dan BMI (indeks massa tubuh) dikarenakan aktivitas *work from home* (WFH) yang dilakukan selama masa pandemi menjadi sorotan. Hal ini menjadi catatan yang harus segera ditindaklanjuti.

Dewasa ini, pengukuran komposisi tubuh berguna sebagai pemeriksaan klinis, epidemiologi dan bidang olahraga. Pengukuran komposisi tubuh berguna untuk mengevaluasi perubahan status gizi dan merupakan parameter untuk menyeleksi dan memantau kondisi kesehatan tubuh. Ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK) tidak lepas peranannya dalam menciptakan teknologi yang memudahkan umat manusia untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Pada perkembangannya, pengukuran komposisi tubuh dapat dilakukan dengan menggunakan timbangan yang berbasis metode *Bioelectrical Impedance Analysis* (BIA). Teknologi ini dapat membantu memudahkan pengukuran komposisi tubuh berdasarkan tingkat di mana arus listrik berjalan melalui tubuh. Sebagian timbangan lemak menggunakan *bioelectrical impedance analysis* (BIA) di kaki-kaki dan nanti hasilnya akan menunjukkan angka-angka di layar yang disediakan.

Berdasarkan latar belakang permasalahan diatas maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian tentang “Profil Komposisi Tubuh Karyawan PT. United Tractors, Tbk”. Penelitian akan dilakukan di divisi CESRSGACOM sebagai pelaksana program kesehatan. Hal ini mengingat pengaruh gaya hidup yang mempunyai konsekuensi terhadap kesehatan tubuh karyawan di PT. United Tractors, Tbk.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang di atas, terdapat beberapa masalah yang berkaitan dengan Profil Komposisi Tubuh Karyawan PT. United Tractors, Tbk yang dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Belum diketahuinya Profil Komposisi Tubuh Karyawan PT. United Tractors, Tbk.
2. Gaya hidup yang mempunyai konsekuensi terhadap kesehatan tubuh karyawan.
3. Asupan gizi yang dikonsumsi berlebihan yang mengakibatkan meningkatnya komposisi tubuh.
4. Kesadaran berolahraga yang kurang pada diri karyawan.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang dikemukakan maka, penelitian perlu dibatasi agar tidak meluas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Profil Komposisi Tubuh (*Body Composition*) Karyawan PT. United Tractors, Tbk.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah yang telah diuraikan di atas, maka perumusan masalah yang diajukan penulis dalam penelitian ini adalah bagaimana gambaran dari komposisi tubuh karyawan PT. United Tractors, Tbk?

E . Kegunaan Hasil Penelitian

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan mempunyai kegunaan sebagai berikut:

1. Teoritis
 - a. Untuk mengembangkan ilmu pengetahuan yang sesuai dengan hasil penelitian.
 - b. Dapat dijadikan suatu gambaran bahwa dengan semakin bagus komposisi tubuh seorang karyawan maka dapat juga menunjang kinerja dalam bekerja.
2. Manfaat Praktis
 - a. Bagi karyawan

Supaya karyawan mengetahui komposisi tubuh yang dimilikinya, serta sebagai wawasan pengetahuan untuk menunjang kinerja dalam pekerjaan bahwa profil komposisi tubuh mempunyai peranan yang sangat penting.

b. Bagi PT. United Tractors, Tbk

Dapat digunakan sebagai dokumentasi dan pendataan karyawan secara lengkap serta sebagai bahan pertimbangan dalam membuat program kesehatan selanjutnya.

c. Bagi Peneliti

Dapat menambah wawasan mengenai komposisi tubuh yang baik.

d. Bagi Program Studi

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan informasi, referensi dan acuan bagi penelitian yang akan datang khususnya penelitian mengenai komposisi tubuh.

