

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

1. Tingkat Kecukupan Energi pada karyawan diperoleh sebagian besar responden mengalami defisit tingkat berat yakni sebesar 67,6% (25 orang)
2. Tingkat Kecukupan Protein pada karyawan diperoleh sebagian dari responden mengalami defisit tingkat sedang yakni sebesar 32,4% (12 orang).
3. Tingkat Kecukupan Cairan pada karyawan diperoleh sebagian besar dari responden mengalami kekurangan cairan yakni sebesar 74,7% (28 orang).
4. Tidak ada hubungan antara tingkat kecukupan energi dengan produktivitas kerja karyawan
5. Tidak ada hubungan antara tingkat kecukupan protein dengan produktivitas kerja karyawan.
6. Tidak ada hubungan antara tingkat kecukupan cairan dengan produktivitas kerja karyawan

7. SARAN

1. Sebaiknya para karyawan disediakan makan siang dan air minum yang cukup oleh perusahaan yang bekerja selama 8 jam.
2. Sebaiknya pihak perusahaan bekerja sama dengan dinas kesehatan untuk mengadakan penyuluhan tentang makanan dengan gizi seimbang untuk para karyawan.