

ABSTRAK

Latar Belakang: Pekerja bangunan di Kota Medan memiliki jenis pekerjaannya dengan intensitas pekerjaan sedang sampai berat. Salah satu pekerjaan dengan aktifitas fisik intensitas berat seperti pekerja bangunan. Pada penelitian menganalisis mengenai aktivitas fisik pada buruh dikarenakan pekerjaan buruh yang berat dari mengangkat alat-alat berat hingga waktu kerja yang lama.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik terhadap kadar hemoglobin pada pekerja bangunan di Kota Medan.

Metode: Jenis penelitian ini kuantitatif menggunakan observasional analitik dengan pendekatan *Cross-sectional*. Jumlah sampel yang digunakan adalah 30 orang pekerja bangunan di Kota Medan sampel menggunakan *total sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuisisioner IPAQ untuk mengukur aktivitas fisik dan pemeriksaan Kadar Hemoglobin. Analisis data menggunakan *Spearman rank*.

Hasil: Dari 30 responden sebagian besar responden melakukan aktifitas berat sebanyak 24 orang (80%) dan 8 responden mengalami anemia (26,7%). Analisis bivariat aktivitas fisik dan kadar hemoglobin didapatkan hasil *p-value* 0,000 ($P < 0,05$) sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan antara aktivitas fisik terhadap kadar hemoglobin pada pekerja bangunan di Kota Medan.

Kata Kunci: Anemia, Aktifitas Fisik, Hemoglobin

ABSTRACT

Background: *Construction workers in Medan City have a type of work with medium to heavy work intensity. One of the jobs with heavy intensity physical activity is: construction workers. The research analyzed the physical activity of workers due to the laborers' heavy work, from lifting heavy equipment to long working hours.*

Objective: *This study aims to determine the relationship between physical activity and hemoglobin levels in construction workers in Medan City.*

Method: *This type of research is quantitative using analytical observational with a cross-sectional approach. The number of samples used was 30 construction workers in Medan City. The sample used total sampling. The instrument used was the IPAQ questionnaire to measure physical activity and check hemoglobin levels. Data analysis uses Spearman rank.*

Results: *Of the 30 respondents, the majority of respondents carried out heavy activities, 24 people (80%), and 8 respondents experienced anemia (26.7%) Bivariate analysis of physical activity and hemoglobin levels resulted in a p-value of 0.000 ($P < 0.05$). So it can be concluded that there is a relationship between physical activity and hemoglobin levels in construction workers in Medan City.*

Keywords: *Anemia, Physical Activity, Hemoglobin*