

## **PENYULUHAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA PADA OPERATOR PEMBUAT GULA JAWA DI DUSUN DUNGTELENG DESA SOMONGARI, KECAMATAN KALIGESING, KABUPATEN PURWOREJO, PROVINSI JAWA TENGAH**

**Mahrus Ali<sup>1</sup>, Panji Kukuh Prabowo<sup>2</sup>,**

<sup>1</sup>Jurusan Ilmu Hukum Fakultas Hukum Islam, Universitas Islam Indonesia

<sup>2</sup>Jurusan Teknik Industri, Fakultas Teknologi Industri, Universitas Islam Indonesia

### **ABSTRACT**

Occupational Safety and Health of Operator of Sugar Makers in dusun Dungleng have been overlooked yet. If it continues to be ignored, it can raise the risk of working. Therefore, it is necessary to counseling Health and Safety in the form of counseling working environment (5S) and fix Occupational Posture (Musculoskeletal). With hopes, It can improve the quality of Occupational Safety and Health. Besides, it also could increase profit.

Keywords: work postures, work environment, health and safety

### **ABSTRAKS**

Operator Pembuat Gula di dusun Dungleng masih belum diperhatikan Keselamatan dan Kesehatan Kerjanya. Jika terus diabaikan, hal ini dapat meningkatkan resiko kerja. Oleh karena itu, diperlukan penyuluhan Kesehatan dan Keselamatan Kerja berupa penyuluhan lingkungan kerja (5s) dan Pembetulan Postur kerja (Penyuluhan Musculoskeletal). Dengan adanya program ini, penulis mengharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup sehat para operator gula jawa sekaligus meningkatkan profit.

Kata kunci : postur kerja, lingkungan kerja, kesehatan dan keselamatan

## **1. PENDAHULUAN**

Mathis dan Jackson menyatakan bahwa Keselamatan adalah merujuk pada perlindungan terhadap kesejahteraan fisik seseorang terhadap cedera yang terkait dengan pekerjaan. Kesehatan adalah merujuk pada kondisi umum fisik, mental dan stabilitas emosi secara umum (Ansyari, 2015). Kesehatan dan keselamatan kerja (K3) berkaitan erat dengan kesehatan, keselamatan, dan kesejahteraan pekerja. Kesehatan dan keselamatan kerja (K3) bertujuan untuk memelihara kesehatan dan keselamatan lingkungan kerja, sekaligus melindungi rekan kerja, keluarga pekerja, konsumen, dan orang lain yang juga mungkin terpengaruh kondisi lingkungan kerja.

ILO melaporkan bahwa satu pekerja meninggal setiap 15 detik akibat kecelakaan di tempat kerja atau sakit akibat kerja. Setiap 15 detik terdapat sekitar 160 kecelakaan kerja di dunia. Di Indonesia sendiri, dilaporkan bahwa selama kurun waktu 5 (lima) tahun terakhir kasus kecelakaan kerja meningkat. Dari 96.314 kasus kecelakaan kerja di Tahun 2009, meningkat mencapai 103.285 kasus kecelakaan kerja di Tahun 2013. BPJS Ketenagakerjaan, yang semula dikenal dengan nama PT Jamsostek mencatat, di Indonesia tidak kurang dari 9 orang meninggal dunia akibat kecelakaan di tempat kerja setiap harinya<sup>2</sup> dimana angka kematian akibat kerja di Inggris sebagai pembandingan, hanya mencapai angka 2 orang per harinya. Karena tingginya angka kecelakaan kerja ini, maka diperlukan upaya-upaya untuk mencegah terjadinya kecelakaan kerja atau sakit akibat kerja.

Dusun Kedungtileng terdapat beberapa warga membuat gula jawa, yang dalam melakukan produksinya masih terdapat kesalahan dalam bekerja yang dapat menyebabkan CTD (*Cumulative Trauma Disorder*). Pekerja juga tidak memahami akan pentingnya lingkungan kerja yang dapat meningkatkan produktifitas. Berdasarkan kondisi tersebut, penulis berinisiatif melakukan pengabdian masyarakat yaitu penyuluhan keselamatan dan kesehatan kerja berupa penyuluhan lingkungan kerja (5s) dan Pembetulan Postur kerja (Penyuluhan Muskuloskeletal). Tujuan dari program ini yaitu agar para operator pembuat gula jawa pada umumnya paham akan dampak dari pengangkatan yang salah dan menjadi tahu bagaimana cara mengangkat, membawa dan mengambil yang benar dan tidak berbahaya bagi kesehatan tulang belakang dan agar para operator dapat menerapkan 5S/ 5R (Rapi, Resik Ringkes, Rawar, dan Rajin) di lingkungan kerja masing-masing..

## 2. METODE PELAKSANAAN

Program pengabdian masyarakat ini tidak hanya bersifat sosialisasi, melainkan penulis turut memberikan contoh langsung kepada pekerja. Agenda kegiatan untuk penyuluhan lingkungan kerja (5s) pelaksanaannya seperti tabel di bawah ini.

**Tabel 1.** Pelaksanaan Program Penyuluhan Lingkungan Kerja

No.	Uraian Kegiatan	Tempat
1	Pengenalan Metode dan wawancara cara pengolahan legem untuk menjadi gula jawa	Rumah Mbah Sutris
2	Analisis Lingkungan Kerja	Rumah Mbah Sutris
3	Pengenalan Metode dan wawancara cara pengolahan legem untuk menjadi gula	Rumah Mbah Sukinah
4	Analisis Lingkungan Kerja	Rumah Mbah Sukinah
5	Pengenalan Metode dan wawancara cara pengolahan	Rt 1,3,4

No.	Uraian Kegiatan	Tempat
	legen untuk menjadi gula jawa	
6	Analisis Lingkungan Kerja	Rt 1,3,4
7	Penyuluhan Lingkungan Kerja (5S)	Rumah Bu Poniati
8	Penyuluhan Lingkungan Kerja (5S)	Rumah Mbah Tedjo
9	Penyuluhan Lingkungan Kerja (5S)	Rumah Dul Kamid
10	Penyuluhan Lingkungan Kerja (5S)	Rumah Mbah Sukina
11	Penyuluhan Lingkungan Kerja (5S)	Rumah Sariyanti
12	Penyuluhan Lingkungan Kerja (5S)	Rumah Bu Parijem

Agenda kegiatan untuk Pembinaan Postur kerja (Penyuluhan Musculoskeletal) dilaksanakan seperti pada tabel di bawah ini.

**Tabel 2.** Pembinaan Postur Kerja

No	Kegiatan	Tempat
1	Pengenalan Metode dan wawancara cara pengolahan legen untuk menjadi gula jawa	Rumah Mbah Sutris
2	Analisis Postur Kerja	Rumah Mbah Sutris
3	Pengenalan Metode dan wawancara cara pengolahan legen untuk menjadi gula jawa	Rumah Mbah Sukinah
4	Analisis Postur Kerja	Rumah Mbah Sukinah
5	Pengenalan Metode dan wawancara cara pengolahan legen untuk menjadi gula jawa	Rt 1,3,4
6	Analisis Postur Kerja	Rt 1,3,4
7	Penyuluhan postur kerja	Rumah mbah

No	Kegiatan	Tempat
		tedjo
8	Penyuluhan postur kerja	Rumah Bu Poniati
9	Penyuluhan postur kerja	Rumah Mbah Dul Kamid
10	Penyuluhan postur kerja	Rumah Mbah Sukinah
11	Penyuluhan postur kerja	Rumah bu Sariyanti
12	Penyuluhan postur kerja	Rumah bu parijem

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### a. Pembinaan Postur Kerja (*Penyuluhan Musculoskeletal*)

Tahapan kegiatan yang dilakukan untuk mendukung suksesnya kegiatan ini maka penulis membuat tahapan kegiatan yang akan dilakukan pada saat menjalankan program :

##### 1. Analisis

Analisis yang dilakukan adalah dengan mengambil gambar operator gula jawa pada saat melakukan proses pembuatan, yang dilanjutkan dengan *Rapid Upper Limb Assessment* adalah metode yang dikembangkan dalam bidang ergonomi yang menginvestigasi dan menilai posisi kerja yang dilakukan oleh tubuh bagian atas. Peralatan ini tidak memerlukan piranti khusus dalam memberikan suatu pengukuran postur leher, punggung, dan tubuh bagian atas, sejalan dengan fungsi otot dan beban eksternal yang ditopang oleh tubuh. Penilaian dengan menggunakan RULA membutuhkan waktu sedikit untuk melengkapi dan melakukan *scoring* general pada daftar aktivitas yang mengindikasikan perlu adanya pengurangan resiko yang diakibatkan pengangkatan fisik yang dilakukan operator.

##### 2. Penyuluhan tentang postur kerja

Penyuluhan tentang postur dilakukan, untuk memberitahukan terdapat beberapa postur kerja yang harus dihindari dalam melakukan proses produksi, serta bobot maksimal dalam kurun waktu tertentu yang dapat diangkat oleh sang operator.

##### 3. Evaluasi

Evaluasi dilakukan untuk melihat perkembangan operator dalam menerapkan postur kerja yang baik pada saat melakukan produksi.

Program ini mendapat respon positif dari warga Dusun Kedungtileng terutama pada saat praktik cara mengangkat yang benar, banyak warga yang mengajukan diri sebagai contoh. Melalui kegiatan ini, warga diharapkan dapat membiasakan mengangkat benda dengan cara yang benar dan tidak mengganggu kesehatan tulang belakang.



**Gambar 1.** Penyuluhan gangguan *musculoskeletal* pada para warga

b. Penyuluhan Lingkungan Kerja (5s)

Tahapan kegiatan yang dilakukan untuk mendukung suksesnya kegiatan ini maka penulis membuat tahapan kegiatan yang akan dilakukan pada saat menjalankan program:

1. Analisis

Analisis yang dilakukan adalah dengan mengambil gambar lingkungan kerja pembuatan gula jawa, yang dilanjutkan dengan melihat dasar-dasar dari 5S/5R yaitu Ringkas (*seiri*), Rapi penataan (*seiton*), Rsik (*seiso*), penjagaan kondisi yang mantap atau rawat (*seiketsu*), dan kesadaran diri akan kebiasaan yang diperlukan untuk melaksanakan pekerjaan dengan baik atau rajin dan disiplin (*shitsuke*).

2. Penyuluhan tentang 5S/5R

Penyuluhan tentang untuk memberikan pengertian betapa pentingnya 5S/5R untuk di terapkan di lingkungan kerja, biasanya kita berpikir keadaan yang berantakan akan menyembunyikan masalah. Program 5S dipandang sebagai usaha untuk memunculkan masalah yang selama ini tersembunyi yang nantinya akan didapatkan jawaban untuk memecahkan permasalahan yang ada.

3. Evaluasi

Evaluasi dilakukan untuk melihat, apakah operator pembuat gula jawa selalu menerapkan 5S/5R dalam lingkungan kerjanya. Untuk menjaga kedisiplinan 5S/5R juga harus diterapkan di setiap lingkungan keseharian, agar kita merasa nyaman dengan lingkungan kita.

Masyarakat sangat mendukung program ini, dikarenakan 5S membuat pekerjaan lebih mudah. 5S akan mengurangi pemborosan waktu kerja kita. 5S akan membuat kita bangga atas pekerjaan kita. 5S akan meningkatkan produktifitas kerja dan mutu yang lebih baik, sedikit demi sedikit, namun terus menerus.



Gambar 2. Proses penerapan 5S pada Lingkungan Kerja

#### 4. KESIMPULAN

Dari hasil pembenahan postur kerja, indikator keberhasilan ditentukan oleh kedisiplinan operator dalam menjaga postur kerja yang sudah diajarkan atau diberikan selama penyuluhan berlangsung. Hal tersebut dapat mengurangi dampak dari CTD (*Cumulative Trauma Disorders*) adalah sekumpulan gangguan atau kekacauan pada sistem muskuloskeletal (*musculoskeletal disorders*) berupa cedera pada syaraf, otot, tendon, ligamen, tulang dan persendian pada titik-titik ekstrim tubuh bagian atas (tangan, pergelangan, siku dan bahu), tubuh bagian bawah (kaki, lutut dan pinggul) dan tulang belakang (punggung dan leher).

Suksesnya 5S terletak pada sejauhmana orang melakukan 5S sebagai suatu kebiasaan (*habit*) bukan paksaan sehingga inisiatif perbaikan akan muncul dengan sendirinya. Di bawah ini saya telah merangkum hal-hal penting. untuk pelaksanaan program 5S berdasarkan beberapa literatur dan juga perspektif pribadi saat menyaksikan langsung aktivitas 5S di tempat kerja. Dari penerapan 5S pada lingkungan kerja pembuat gula jawa, keberhasilan 5S memerlukan kegigihan, kebulatan tekad, dan memerlukan usaha yang terus menerus. 5S mungkin tidak akan memberikan hasil yang dramatis. Namun 5S membuat pekerjaan lebih mudah. 5S akan mengurangi pemborosan waktu kerja kita. 5S akan membuat kita bangga atas pekerjaan kita. 5S akan meningkatkan produktifitas kerja dan mutu yang lebih baik, sedikit demi sedikit, namun terus menerus.

## **5. REFERENSI**

3 HSE UK. 2013. Statistics on fatal injuries in the workplace in Great Britain 2013

Ansyari, Isya. 2015. Pengertian Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3).  
<http://learnmine.blogspot.co.id/2015/04/keselamatan-dan-kesehatan-kerja.html>

BPJS Ketenagakerjaan. 2014. Program JKK Perlindungan Terhadap Pekerja, disampaikan pada Seminar K3 Nasional, Departemen K3 FKM UI, Depok, 13 Februari 2014

ILO. Safety and Health at Working. <http://www.ilo.org/global/topics/safety-and-health-at-work/lang-en/inde...>