

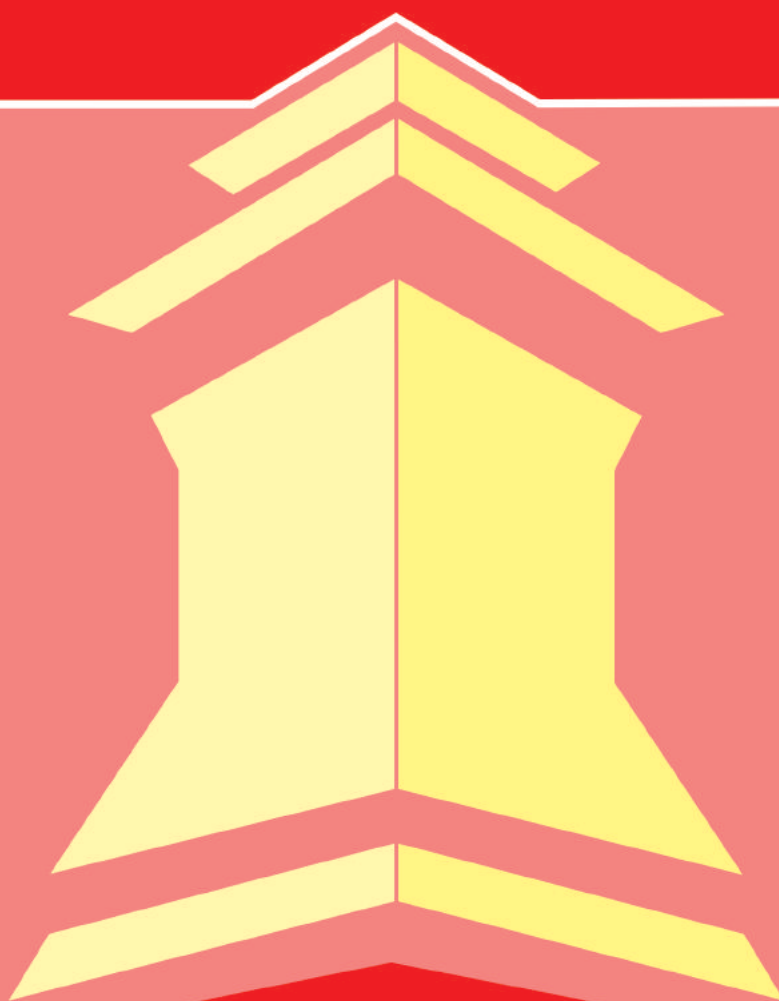
P-ISSN 2614-3593

E-ISSN 2614-3607

jurnal

Pengabdian

Kesehatan



Vol. 1 | No. 1 | Januari 2018

JURNAL PENGABDIAN KESEHATAN

Editor In Chief

Eko Prasetyo, SKM, M.Kes., STIKES Cendekia Utama Kudus, Indonesia

Editorial Board

David Laksamana Caesar, SKM, M.Kes, STIKES Cendekia Utama Kudus, Indonesia

Sri Hartini, S.Kep, Ns, M.Kes, STIKES Cendekia Utama Kudus, Indonesia

Solikhul Huda, S.Kep, Ns, M.N.S, STIKES Cendekia Utama Kudus, Indonesia

Annik Megawati, M.Sc, Apt, STIKES Cendekia Utama Kudus, Indonesia

Reviewer

Wahyu Hidayati, Ns, M.Kep, Sp.K.M.B, Universitas Diponegoro Semarang, Indonesia

dr.Mahalul Azam, M.Kes, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

Didik Sumanto, SKM, M.Kes(Epid), Universitas Muhammadiyah Semarang, Indonesia

English Language Editor

Arina Hafadhotul Husna, S.Pd, M.Pd., STIKES Cendekia Utama Kudus, Indonesia

IT Support

Susilo Restu Wahyuno, S.Kom., STIKES Cendekia Utama Kudus, Indonesia

Penerbit

Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM)
STIKES Cendekia Utama Kudus

Alamat

Jalan Lingkar Raya Kudus - Pati KM.5 Jepang Mejobo Kudus 59381

Telp. (0291) 4248655, 4248656 Fax. (0291) 4248651

Website : <http://jpk.jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id/>

Email : jurnal@stikescendekiautamakudus.ac.id

Jurnal Pengabdian Kesehatan merupakan jurnal ilmiah hasil-hasil pengabdian masyarakat didalam pemberdayaan di bidang Kesehatan yang diterbitkan oleh Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) STIKES Cendekia Utama Kudus secara berkala 2 (dua) kali dalam satu tahun.

DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Susunan Dewan Redaksi.....	ii
Kata Pengantar.....	iii
Daftar Isi	iv
Peningkatan Produktifitas Kerja dengan Penerapan Prinsip-Prinsip K3 di Lingkungan Kerja	
Eko Prasetyo, David Laksamana Caesar, Arina Hafadhotul Husna.....	1
Pengembangan Manisan Lidah Buaya sebagai Obat Pencahar Alami	
Yulia Pratiwi, Ina Ristian, Ricka Islamiyati.....	10
Edukasi Kesehatan Farmasi Penyakit Rematik di Desa Nganguk Kota Kudus	
Annis Rahmawaty, Endra Pujiastuti, Lilis Sugiarti	16
Pencegahan HIV AIDS-Has Save Kids Jaman Now pada Siswa SMK Al-Islam Kudus	
Rohmatun Nafi'ah, Sholihul Huda	22
Penerapan Pemberantasan Sarang Nyamuk Demam Berdarah Dengue (PSN 3 M Plus-DBD) pada Anak Usia Sekolah dengan Pendekatan Komunikasi Perubahan Perilaku di SDN 4 Kecamatan Kalinyamatan Jepara	
Galia Wardha Alvita, Sholihul Huda, Ilham Setyo Budi.....	29
Peningkatan Kualitas Kesehatan Anak dengan Penerapan Cara Mencuci Tangan yang Benar dan Pengenalan tentang Obat Kepada Anak Usia Dini	
Annik Megawati, Ema Dwi Hastuti, Dessy Erliani Mugita Sari.....	39
Terapi Bermain pada Anak Prasekolah untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Saat Hospitalisasi	
Sri Hartini, Biyanti Dwi Winarsih, Erna Sulistyawati.....	46
Lampiran	
Pedoman Penulisan Naskah JPK	54
Ucapan Terima Kasih dan Penghargaan	58

PENINGKATAN PRODUKTIFITAS KERJA DENGAN PENERAPAN PRINSIP-PRINSIP K3 DI LINGKUNGAN KERJA

Eko Prasetyo¹, David Laksamana Caesar², Arina Hafadhotul Husna³
^{1,2,3} STIKES Cendekia Utama Kudus
prasetyo.kesmas@gmail.com

ABSTRAK

Penerapan Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) merupakan salah satu bentuk upaya untuk menciptakan lingkungan kerja yang aman, sehat, bebas dari kecelakaan kerja dan penyakit akibat kerja menuju peningkatan produktivitas kerja. Permasalahan di CV. Jenang Matahari Kudus sebagai mitra dalam program pengabdian masyarakat ini antara lain: adanya risiko temperatur suhu yang tinggi dalam proses produksi jenang dan house keeping pengemasan produk jenang serta sebagian besar tenaga kerja belum mengetahui prinsip-prinsip K3 untuk produktifitas kerja. Tujuan dari program pengabdian masyarakat ini antara lain: meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pentingnya K3 dan penerapan Prinsip K3, melaksanakan Inspeksi K3, dan meningkatkan ketrampilan tehnik 5R kepada tenaga kerja. Program pengabdian masyarakat ini telah dilakukan melalui: penyuluhan tentang pentingnya K3 dan penerapan Prinsip K3, pendampingan implementasi Inspeksi K3 dan pelatihan ketrampilan tehnik 5R kepada tenaga kerja. Hasil dari kegiatan ini terlihat dengan adanya peningkatan kesadaran tenaga kerja dan komitmen pimpinan akan pentingnya penerapan prinsip-prinsip K3 sehingga dapat meningkatkan produktifitas kerja di lingkungan kerja.

Kata Kunci : Produktifitas Kerja ; Prinsip K3 ; 5R

ABSTRACT

Application of Occupational Safety and Health (OSH) is one form of efforts to create a safe working environment, healthy, free from work accidents and occupational diseases to increase work productivity. Problems in CV. Jenang Matahari Kudus as a partner in this community service program, among others: the risk of high temperature temperature in the process of production of jenang and house keeping of packing of jenang product and most of labor not yet know the principles of OSH for work productivity. The objectives of this community service program are: to increase people's knowledge about the importance of K3 and the implementation of OSH Principle, to conduct OSH Inspection and to improve the 5R technique skill to the workforce. This community service program has been conducted through: counseling on the importance of OSH and the implementation of OH & S Principles, assisting the implementation of OSH Inspection and training of 5R technique skills to the workforce. The result of this

activity is seen with the increase of labor awareness and commitment of the leadership of the importance of application of OSH principles so as to increase work productivity in the work environment.

Keywords: *Work Productivity; OSH Principles; 5R*

PENDAHULUAN

Penerapan Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) merupakan salah satu bentuk upaya untuk menciptakan lingkungan kerja yang aman, sehat, bebas dari kecelakaan kerja dan penyakit akibat kerja serta bebas pencemaran lingkungan menuju peningkatan produktivitas kerja. Menurut Peraturan Pemerintah No. 50 Tahun 2012 tentang penerapan sistem manajemen keselamatan dan kesehatan kerja (SMK3), keselamatan dan kesehatan kerja adalah segala kegiatan untuk menjamin dan melindungi keselamatan dan kesehatan tenaga kerja melalui upaya pencegahan kecelakaan kerja dan penyakit akibat kerja.[1]

Setiap tempat aktivitas kerja di masyarakat mempunyai risiko potensi bahaya kesehatan kerja. Paparan faktor fisik, kimia, biologi, ergonomi dan psikologi di lingkungan kerja dapat menyebabkan gangguan kesehatan bagi tenaga kerja.[2] Mengingat adanya potensi risiko gangguan kesehatan bagi tenaga kerja di setiap tempat aktivitas kerja, maka masyarakat perlu lebih mengetahui dan terus meningkatkan penerapan prinsip-prinsip Keselamatan dan Kesehatan Kerja.

Salah satu home industri yang memproduksi jenang di Kabupaten Kudus adalah CV. Jenang Matahari di Desa Temulus Kecamatan Mejobo Kabupaten Kudus. Home industri kelas menengah yang menjadi mitra dalam program pengabdian masyarakat ini memulai aktifitas produksi jenang Tahun 1992 dengan jumlah tenaga kerja tidak kurang dari 30 Orang. Berdasarkan observasi lapangan dan diskusi dengan pengelola CV. Jenang Matahari, permasalahan yang menjadi prioritas untuk diselesaikan dalam program pengabdian masyarakat ini adalah : (1) Adanya risiko faktor fisik; temperatur suhu yang tinggi dalam proses produksi pembuatan jenang dan risiko faktor ergonomi; house keeping pengemasan jenang, (2) Sebagian besar tenaga kerja home industri pabrik jenang Matahari belum mengetahui prinsip-prinsip K3 untuk produktivitas kerja.

Tujuan dari program pengabdian masyarakat ini antara lain: (1) Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat tentang Pentingnya K3 dan Penerapan Prinsip K3, (2) Melaksanakan Inspeksi K3 bersama dengan pimpinan home industri dan perwakilan tenaga kerja, (3) Meningkatkan Ketrampilan teknik 5R kepada tenaga kerja. Adapun Luaran dari program pengabdian masyarakat ini adalah peningkatan penerapan keselamatan dan kesehatan kerja untuk produktifitas kerja.

METODE

Program pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui pelatihan dan pendampingan penerapan K3 melalui beberapa tahapan: (1) Penyuluhan tentang Pentingnya K3 dan Penerapan Prinsip K3, (2) Pendampingan Implementasi Inspeksi K3 bersama dengan pimpinan home industri dan perwakilan tenaga kerja, (3) Pelatihan Ketrampilan teknik 5R kepada tenaga kerja, (4) Evaluasi Keberhasilan Program Pengabdian Masyarakat

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan tentang Pentingnya K3 dan Penerapan Prinsip K3

Penyuluhan tentang pentingnya Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) dan Penerapan Prinsip-Prinsip Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) dilaksanakan di home industri CV. Jenang Matahari dengan sasaran Pimpinan dan tenaga kerja home industri. Penyuluhan yang berjalan dengan baik ini menguatkan tentang Penerapan K3 di tempat kerja beserta prinsip-prinsip K3 bahwa K3 menjadi tanggung jawab perusahaan dan menjadi cerminan budaya di lingkungan kerja. Dengan keselamatan dan kesehatan kerja menjadi budaya akan dapat meningkatkan produktifitas kerja.

Penerapan keselamatan kerja, kesehatan kerja dan lingkungan kerja pada perusahaan sangat penting. Perusahaan harus memperhatikan keselamatan kerja, kesehatan kerja dan lingkungan kerja tenaga kerjanya, karena sangat berpengaruh tercapainya produktivitas yang optimal. Kecelakaan kerja saat bekerja dapat diminimalisir dengan menerapkan keselamatan dan kesehatan kerja di lingkungan kerja. [3]

Filosofi K3 dari *Internasional Assosiation of Safety Professional* (IASP) USA bahwa K3 adalah tanggung jawab moral manajemen, K3 bukan sekedar pemenuhan kewajiban perundangan-undangan, tetapi merupakan tanggung jawab moral setiap perusahaan untuk melindungi keselamatan dan kesehatan tenaga kerja. Selanjutnya keselamatan dan kesehatan kerja (K3) merupakan budaya bukan sekedar program (*Safety ia a culture not a program*). K3 adalah cerminan dari budaya atau kultur (*safety culture*) dalam organisasi. K3 harus menjadi nilai-nilai (*value*) yang dianut dan menjadi landasan dalam pengembangan bisnis dan organisasi. [4]

Pengetahuan tenaga kerja tentang keselamatan dan kesehatan kerja sangat penting, pengetahuan keselamatan dan kesehatan kerja yang baik dari tenaga kerja dapat berpengaruh terhadap kinerja dan produktivitas perusahaan.[1]

Pendampingan Implementasi Inspeksi K3 bersama dengan pimpinan home industri dan perwakilan tenaga kerja

Pendampingan implementasi Inspeksi K3 dilaksanakan bersama oleh pimpinan home industri dan perwakilan tenaga kerja mengelilingi lingkungan kerja mulai dari bagian penyimpanan bahan baku, bagian produksi pengolahan jenang, bagian pengemasan sampai dengan bagian distribusi produk jenang.

Hasil temuan pelaksanaan inspeksi K3 antara lain: adanya risiko faktor fisik, temperatur suhu yang tinggi dalam proses produksi pembuatan jenang mempunyai risiko *Heat Cramp* dan *Heat Stroke* bagi tenaga kerja. Sedangkan risiko faktor ergonomi, *House Keeping* pengemasan jenang, perlu pengelolaan penataan di bagian pengemasan produk jenang sehingga terhindar dari risiko kecelakaan kerja dan proses kerja lebih produktif karena lingkungan kerja rapi dan nyaman.

Inspeksi K3 merupakan upaya deteksi dini dan mengoreksi adanya potensi bahaya di tempat kerja yang dapat menimbulkan kecelakaan. Inspeksi tempat kerja bertujuan untuk mengidentifikasi sumber-sumber bahaya potensial yang ada di tempat kerja, mengevaluasi tingkat resiko terhadap tenaga kerja serta mengendalikan sampai tingkat yang aman bagi kesehatan dan keselamatan tenaga kerja. [5]

Program Inspeksi K3 di perusahaan dilaksanakan secara periodik. Inspeksi dilakukan secara menyeluruh dan mencakup aspek keselamatan dan kesehatan kerja. Inspeksi dilakukan dengan berjalan ke semua bagian untuk memeriksa adanya potensi bahaya secara berkala dengan frekuensi tertentu . Adanya bukti penurunan angka kecelakaan setelah melaksanakan program Inspeksi K3 akan menjamin terwujudnya budaya K3 di lingkungan Kerja. [5]

Pelatihan Ketrampilan teknik 5R kepada tenaga kerja

Pelatihan ketrampilan tehnik 5R dilaksanakan dengan sasaran tenaga kerja. Tenaga kerja dibekali dengan tehnik-tehnik prinsip sederhana supaya lingkungan kerja home industri yang memproduksi jenang menjadi ringkas, rapi, resik, terawat, dan rajin . Dengan peningkatan kesadaran tenaga kerja akan pentingnya K3 dengan melaksanakan R5, tenaga kerja merasakan manfaat lingkungan kerja menjadi nyaman, rapi, dan bekerja lebih produktif.

5R (Ringkas, Rapi, Resik, Rawat, dan Rajin) adalah adaptasi dari dari program 5S (*Seiri, seiton, seiso, seiketsu dan shitsuke*) yang dikembangkan di Jepang dan sudah digunakan oleh banyak negara di seluruh penjuru dunia dan kemudian digunakan juga di Indonesia. Pelaksanaan 5R di perusahaan guna mengurangi penyakit atau kecelakaan akibat kerja dan akan meningkatkan produktivitas tenaga kerja disuatu instansi atau perusahaan. [6]



Gambar 1.

Hasil Penerapan Prinsip K3 dan 5R di Lingkungan Kerja

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil dan luaran yang telah dicapai, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa dengan adanya peningkatan kesadaran tenaga kerja dan komitmen pimpinan akan pentingnya penerapan prinsip-prinsip K3 setelah dilaksanakan program pengabdian masyarakat, dapat meningkatkan produktifitas kerja di home industri pabrik Jenang Matahari Desa Temulus Kec. Mejobo Kab. Kudus

Saran

Pengembangan program pengabdian bidang Keselamatan dan Keselamatan Kerja di masyarakat yang terintegrasi dengan program akademik, pemerintah dan stakeholder (mitra) perlu terus ditingkatkan.

UCAPAN TERIMA KASIH

1. Program Pengabdian masyarakat ini dibiayai oleh STIKES Cendekia Utama Kudus dengan Surat Perjanjian Kontrak Pengabdian Masyarakat (SPK-PM) Nomor: 004/SK-PI/LPPM-STIKES CU/IV/2017 Tanggal 4 April 2017
2. Pimpinan CV. Jenang Matahari Kudus yang telah memberikan ijin sehingga program pengabdian masyarakat ini berjalan dengan baik

DAFTAR PUSTAKA

1. Prasetyo, Eko, and Sri Wahyuningsih. "Pengembangan Model Kebijakan Behaviour Safety Culture dalam Rangka Peningkatan Keamanan dan Kesehatan Lingkungan Kerja." *Jurnal Kesehatan Masyarakat (JKM) CENDEKIA UTAMA* (2014).
2. Prasetyo, Eko, David Laksamana Caesar, and Wahyu Yusianto. "EVALUASI KESEHATAN KERJA DI HOME INDUSTRI PENGOLAHAN ROTI." *Prosiding HEFA (Health Events for All)* 1.1 (2017).
3. Budihardjo, Prasetyo Harvy, Viktor PK Lengkong, and Lucky OH Dotulong. "PENGARUH KESELAMATAN KERJA, KESEHATAN KERJA, DAN LINGKUNGAN KERJA TERHADAP PRODUKTIVITAS KARYAWAN PADA PT. AIR MANADO." *Jurnal EMBA: Jurnal Riset Ekonomi, Manajemen, Bisnis dan Akuntansi* 5.3 (2017).
4. Ramli, Soehatman. *Sistem Manajemen Keselamatan dan Kesehatan Kerja, OHSAS 18001*, Dian Rakyat, Jakarta, 2010

5. Prasetyo, Eko, and Risna Endah Budiati. "Analisis Program Inspeksi Keselamatan Dan Kesehatan Kerja (K3) Sebagai Bentuk Upaya Promosi Budaya K3 Di Lingkungan Kerja." *Jurnal Kesehatan Masyarakat (JKM) CENDEKIA UTAMA* (2016).
6. Rosnasari, Anisa Dewi, and Ervi Rachma Dewi. "HUBUNGAN PENGETAHUAN MOTIVASI DAN SIKAP KERJA DENGAN PELAKSANAAN PROGRAM 5R UNIT PAPER MILL 5/6/9 PT. PURA BARUTAMA KUDUS." *Prosiding HEFA (Health Events for All)* 1.1 (2017).

PEDOMAN PENULISAN NASKAH JPK

Jurnal Pengabdian Kesehatan (JPK) STIKES Cendekia Utama Kudus menerima naskah hasil-hasil pengabdian masyarakat di dalam pemberdayaan di bidang kesehatan.

Naskah adalah karya asli penulis, bukan plagiat, saduran atau terjemahan karya penulis lain.

Naskah khusus ditujukan kepada Jurnal Pengabdian Kesehatan (JPK) STIKES Cendekia Utama Kudus, belum pernah dipublikasikan di media lain. Naskah yang dikirim harus disertai surat persetujuan publikasi dan surat pengantar yang ditandatangani penulis.

Komponen naskah:

- **Judul**, ditulis maksimal 150 karakter, huruf *Book Antiqua*, ukuran 13, spasi 1
- **Identitas penulis**, ditulis setelah judul. Terdiri atas nama (tanpa gelar), alamat tempat kerja, nomor telepon/hp dan alamat email.
- **Abstrak** dalam bahasa Indonesia dan bahasa Inggris, maksimal 200 kata, disusun dalam satu alinea, berisi masalah, tujuan, metode pelaksanaan, hasil dan 3-5 kata kunci. Untuk naskah dalam bahasa Inggris, tidak perlu disertai abstrak dalam bahasa Indonesia.
- **Pendahuluan**, tanpa subjudul, berisi latar belakang, sedikit tinjauan pustaka dan tujuan program pengabdian.
- **Metode**, dijelaskan secara rinci variasi kegiatan melalui tahapan didalam pelaksanaan pengabdian masyarakat di bidang kesehatan
- **Hasil dan Pembahasan**, mengurai secara tepat dan argumentatif hasil program pengabdian, kaitan hasil dengan teori yang sesuai dan sistematis.
- **Tabel atau gambar**. Tabel, diberi nomor sesuai urutan penyebutan dalam teks, ditulis 1 (satu) spasi, ukuran 11. Judul singkat, padat dan jelas, terletak di atas tabel. Gambar, diberi nomor sesuai urutan penyebutan dalam teks. Judul singkat, padat dan jelas, terletak di bawah gambar.

- **Simpulan dan Saran.** Simpulan menjawab masalah program pengabdian dengan pernyataan tegas. Saran logis, tepat guna dan tidak mengada-ada, dan ada keterkaitan dengan keberlanjutan program pengabdian
- **Rujukan/ referensi** ditulis sesuai aturan **Vancouver**, urut sesuai dengan pemunculan dalam keseluruhan teks, maksimal 25 rujukan dan 75 persen merupakan publikasi dalam 10 tahun terakhir.

Naskah sebanyak 15-25 halaman kuarto, batas atas-bawah-tepi kiri-tepi kanan (cm) : 4-3-4-3, spasi 1,5, jenis huruf: arial, ukuran 12, format microsoft word, dalam bentuk softfile dan 3 (tiga) eksemplar dalam bentuk print out.

Naskah dikirim ke alamat : Redaksi Jurnal Pengabdian Kesehatan (JPK) STIKES Cendekia Utama Kudus, Jl. Lingkar Raya Km.05 Jepang Mejobo Kudus 59381.

Kontak langsung dapat melalui:

- Eko Prasetyo : 081575435102
- David Laksamana Caesar : 085727448958
- Sholihul Huda : 081326404743

Naskah juga dapat dikirim melalui email :

lppm.stikescendekiautama@yahoo.com

CONTOH PENULISAN DAFTAR PUSTAKA

Artikel Jurnal Penulis Individu.

Sloan NL, Winikoff B, Fikree FF. An ecologic analysis of maternal mortality ratios. *Stud Fam Plann* 2001;32:352-355.

Artikel Jurnal Penulis Organisasi

Diabetes Prevention Program Research Group. Hypertension, insulin, and proinsulin in participants with impaired glucose tolerance. *Hypertension*.2002;40(5):679-86

Artikel Jurnal di Internet

Goodyear-Smith F and Arroll B, Contraception before and after termination of pregnancy: can we do it better? *New Zealand Medical Journal*, 2003, Vol. 116, No. 1186, <<http://www.nzma.org.nz/journal/116-1186/683/content.pdf>>, accessed Aug. 7, 2007.

Buku Dengan Nama Editor sebagai penulisnya

Lewis G, ed. *Why mothers die 2000–2002: the confidential enquiries into maternal deaths in the United Kingdom*. London: RCOG Press; 2004.

Buku yang Ditulis Individu

Loudon I. *Death in childbirth. An international study of maternal care and maternal mortality 1800-1950*. London: Oxford University Press, 1992.

Buku yang Ditulis Organisasi

Council of Europe, *Recent Demographi Developments in Europe 2004*, Strasbourg, France: Council of Europe Publishing, 2005.

Artikel dari Buletin

Ali MM, Cleland J and Shah IH, Condom use within marriage: a neglected HIV intervention, *Bulletin of the World Health Organization*, 2004, 82(3):180–186.

Paper yang Dipresentasikan dalam Pertemuan Ilmiah/Konferensi

Kaufman J, Erli Z and Zhenming X, Quality of care in China: from pilot project to national program, paper presented at the IUSSP XXV International Population Conference, Tours, France, July 18–23, 2005.

Bab dalam Buku

Singh S, Henshaw SK and Berentsen K, Abortion: a worldwide overview, in: Basu AM, ed., The Sociocultural and Political Aspects of Abortion, Westport, CT, USA: Praeger Publishers, 2003, pp. 15–47.

Data dari Internet

U.S. Bureau of the Census, International Data Base, Country summary: China, 2007, <<http://www.census.gov/ipc/www/idb/country/chportal.html>>, accessed Aug. 12, 2007.

Disertasi

Lamsudin R. Algoritma Stroke Gajah Mada (Disertasi). Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada. 1997

Makalah dalam Surat Kabar

Banzai VK, Beto JA. Treatment of Lupus Nephritis. The Jakarta Post 1989; Dec 8; Sect A.5(col 3)

Kamus

Ectasia. Dorland's Illustrated Medical Dictionary. 27th ed. Philadelphia: Saunders, 1988;527