

## PENINGKATAN KESEHATAN PEKERJA PERTANIAN DENGAN PROGRAM PELATIHAN PENANGGULANGAN MASALAH K-3 DI HUMBANG HASUNDUTAN SUMATERA UTARA

**Cholina Trisa Siregar**<sup>1</sup>, Ikhsanuddin Ahmad<sup>1</sup>, Dr. Riswani Tanjung<sup>2</sup>, dan Dudut  
Tanjung<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup> Departemen Keperawatan Medikal Bedah, Fakultas Keperawatan, Universitas Sumatera Utara

<sup>2</sup> Departemen Keperawatan Komunitas, Fakultas Keperawatan, Universitas Sumatera Utara

\*E-mail: dudut.orthopaedic@yahoo.com

### Abstrak

Pertanian merupakan kegiatan manusia yang menyangkut proses produksi, menghasilkan bahan-bahan kebutuhan manusia baik yang berasal dari tumbuhan maupun hewan yang disertai dengan usaha untuk memperbaharui, mengembangkan, dan mempertimbangkan faktor ekonomi. Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) merupakan suatu upaya untuk menciptakan suasana bekerja yang aman, nyaman, dan tujuan akhirnya adalah mencapai produktivitas setinggi-tingginya.

**Kata Kunci: Keselamatan dan kesehatan Kerja, Petani, Penyuluhan Kesehatan**

### 1. Pendahuluan

Sektor pertanian merupakan sector utama yang dapat mempengaruhi sektor lainnya karena merupakan penghasil produksi bahan utama dalam membuat suatu produk. Pertanian merupakan kegiatan manusia yang menyangkut proses produksi, menghasilkan bahan-bahan kebutuhan manusia baik yang berasal dari tumbuhan maupun hewan yang disertai dengan usaha untuk memperbaharui, mengembangkan, dan mempertimbangkan faktor ekonomi (BPS, 2018). Petani memiliki peranan penting dalam menghasilkan bahan seperti beras, kopi, teh, dan sebagainya. Menurut UU RI No.19 tahun 2013 petani adalah warga negara Indonesia perseorangan dan/atau beserta keluarganya yang melakukan usaha tani di bidang tanaman pangan, hortikultura, perkebunan dan/atau peternakan.

Seiring perkembangan zaman, kebutuhan produksi pertanian semakin meningkat, namun lahan pertanian semakin mengecil seiring dengan laju pertumbuhan penduduk. Menurut BPS (2018), jumlah petani di Indonesia 98.311.908 penduduk atau sekitar 49% dari seluruh penduduk di Indonesia. Menurut data yang diperoleh oleh Wurarah (2019) mengatakan bahwa sebanyak 85 orang petani di Kabupaten Minahasa mengalami kelelahan akibat dari beban kerja yang dialami. Kondisi ini disebabkan karena petani

bekerja lebih dari 10 jam dan melebihi dari kapasitas kerja (Wurarah et al.)

Kelelahan kerja merupakan faktor utama terjadinya kecelakaan kerja. Kelelahan kerja memberikan sebanyak 50% faktor terjadinya kecelakaan kerja terutama pada sektor pertanian (Maurits, 2012). Kecelakaan kerja sering terjadi dikarenakan kurangnya pengetahuan yang dimiliki petani terkait kesehatan dan keselamatan kerja (K3) (Irzal, 2016).

Salah satu akibat dari terjadinya kecelakaan kerja yaitu *musculoskeletal disorder*. Kasus *musculoskeletal disorder*

Yang terjadi di Indonesia sebesar 1.144.000 dengan menyerang punggung sebesar 493.000 kasus, anggota tubuh bagian atas atau leher 426.000 kasus, dan anggota tubuh bagian bawah 224.000 kasus. Penyebab terjadinya *musculoskeletal disorder* yaitu posisi saat bekerja yang tidak benar. posisi bekerja yang salah atau tidak ergonomi akan menyebabkan kelainan struktur anatomi normal tubuh yang akan mengakibatkan masalah struktur dan peregangan berlebihan pada otot-otot, hal ini akan berakibat pada timbulnya nyeri punggung) (Silviani Veliana et al.).

Kondisi tersebut mengakibatkan perlu nya pengetahuan yang dimiliki oleh petani untuk mencegah terjadinya kecelakaan kerja pada petani. Pengetahuan terkait K3 sangat penting

diterapkan pada sector pertanian saat ini karena pertanian merupakan sector utama dalam mendorong perekonomian suatu daerah. Peningkatan pengetahuan K3 akan menambah nilai bagi negara melalui kondisi kerja yang lebih baik, produktivitas pekerja yang lebih tinggi, dan populasi pertanian yang lebih sehat (Hedaputri et al.).

Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) merupakan suatu upaya untuk menciptakan suasana bekerja yang aman, nyaman, dan tujuan akhirnya adalah mencapai produktivitas setinggi-tingginya. Upaya K3 diharapkan dapat mencegah dan mengurangi risiko terjadinya kecelakaan maupun penyakit akibat melakukan pekerjaan (Silviyani Veliana et al.).

Pelatihan terkait K3 perlu dilakukan untuk meningkat pengetahuan petani dan dapat mengurangi kecelakaan kerjayang terjadi pada petani. Semakin banyak pelatihan yang telah diikuti petani, maka semakin berdampak positif pada perilaku petani. Pelatihan K3 dalam perilaku penerapan APD. Dimana pelatihan merupakan salah satu metode yang baik digunakan untuk mempengaruhi perilaku individu untuk menerapkan perilaku kerja yang aman (Farid et al.).

Kurangnya pengetahuan petani terkait K3 dapat mengakibatkan meningkatnya kecelakaan kerja. Kondisi ini membuat tim penulis ingin melakukan program pelatihan penanggulangan terkait K3 untuk mencegah terjadinya kecelakaan kerja pada petani.

## 2. Metodologi

Pengabdian masyarakat dilakukan mulai bulan November-Desember 2021 bertempat di Humbang Hasundutan Tapanuli Utara.

Desain program pengabdian masyarakat yang dilakukan adalah pendidikan kesehatan, pemberdayaan (empowering) dan kerjasama dengan masyarakat Humbang Hasundutan Tapanuli Utara. Program dilaksanakan dalam 3 tahapan sebagai berikut : tahap persiapan, pelaksanaan dan pendidikan kesehatan terhadap masyarakat pekerja pertanian.

Program pengabdian masyarakat yang dilakukan adalah pendidikan kesehatan tentang manajemen energi dan PHBS, latihan (exercise), pendidikan kesehatan tentang nutrisi dan pertolongan pertama pada

kecelakaan. Bahan yang digunakan dalam pelatihan ini berupa media audiovisual.

Metode pelaksanaan kegiatan kepada masyarakat dilakukan dengan :

1. Melakukan survey lokasi kegiatan Pengabdian masyarakat di lingkungan Kabupaten Humbang Hasundutan Tapanuli Utara.
2. Sosialisasi program Kepada mitra tentang program Pelatihan Penanggulangan Masalah K-3 dengan cara melakukan diskusi serta menganalisa permasalahan yang terjadi di lingkungan Kabupaten Humbang Hasundutan Tapanuli Utara.
3. Melakukan wawancara dan identifikasi masalah dengan mitra tentang permasalahan yang ada di masyarakat.
4. Mempersiapkan kegiatan penyuluhan kesehatan dengan mengatur jarak dan kursi untuk peserta penyuluhan kesehatan.
5. Melakukan pendataan peserta kegiatan penyuluhan yang terdiri dari petani di lingkungan Kabupaten Humbang Hasundutan Tapanuli Utara.
6. Melakukan pemeriksaan kesehatan umum dengan melakukan protokol kesehatan seperti pengukuran suhu tubuh, pembagian masker, dan memberikan hand sanitizer.
7. Membagikan kuisioner pretest kepada peserta kegiatan untuk mengetahui sejauh mana pemahaman petani di lingkungan Kabupaten Humbang Hasundutan Tapanuli Utara sebelum dilakukan tindakan penyuluhan dan pelatihan.
8. Penyuluhan kesehatan penanggulangan masalah K-3 dilakukan dengan beberapa program, seperti : pendidikan kesehatan tentang manajemen energi dan PHBS, latihan (exercise), pendidikan kesehatan tentang nutrisi dan pertolongan pertama pada kecelakaan.
9. Penyuluhan kepada petani tentang PHBS (Pola Hidup Bersih dan Sehat). Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang cara penggunaan APD (Alat Pelindung Diri) yang benar dan mencuci tangan dengan memakai sabun.
10. Pelatihan latihan (exercise) pemanasan sebelum memulai kegiatan. Pelatihan ini dilakukan dengan tujuan meminimalisir

kejadian gangguan muskuloskeletal saat kerja.

11. Penyuluhan kesehatan kepada petani dengan topik pemenuhan kebutuhan nutrisi. Penyuluhan kesehatan dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan memberikan gambaran pemenuhan kebutuhan nutrisi yang seimbang.
12. Penyuluhan pertolongan pertama pada kecelakaan. Kegiatan ini dilakukan untuk meningkatkan kemampuan petani dalam memberikan pertolongan pertama saat bekerja dan tindakan pencegahan.
13. Post test dilakukan setelah kegiatan penyuluhan kesehatan dan pelatihan selesai, tindakan ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan dan keterampilan peserta setelah dilakukan penyuluhan dan pelatihan.

### 3. Referensi

- Farid, Abdul, et al. 'Hubungan Karakteristik Petani Terhadap Persepsi Penerapan K3 (Keselamatan Dan Kesehatan Kerja) Pada Petani Kecamatan Wonosalam Kabupaten Jombang Provinsi Jawa Timur'. *Sosiologi Pedesaan*, vol. 3, 2019, pp. 152---158.
- Hedaputri, Delly Safira, et al. 'Kajian Literatur: Hubungan Tingkat Pengetahuan Kesehatan Dan Keselamatan Kerja (K3) Dengan Kejadian Kecelakaan Kerja'. *CoMPHI Journal: Community Medicine and Public Health of Indonesia Journal*, vol. 2, no. 1, 2021, pp. 185-93, doi:10.37148/comphijournal.v2i1.2i
- Irzal. *Dasar-Dasar Kesehatan dan Keselamatan Kerja*. 1st ed. Jakarta: Kencana; 2016.
- Silviyani Veliana, et al. 'Hubungan Posisi Bekerja Petani Lansia Dengan Resiko Terjadinya Nyeri Punggung Bawah Di Wilayah Kerja Puskesmas Sumberjambe Kabupaten Jember'. *Artikel Ilmiah Hasil Penelitian Mahasiswa*, 2013, pp. 1-8.
- Wurarah, Mira Lestari, et al. 'Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Petani'. *Indonesian Journal of Public Health and Community Medicine*, vol. 1, no. 2, 2020, pp. 6-10.