

HEALTH TALK SEBAGAI UPAYA PROMOTIF KESEHATAN BAGI PEKERJA DI PT XYZ

Putri Nurul Aini Jannatin Rahman¹, Della Fitrah Oktaviana², Nico Linggi Pongmasangka^{*3}

^{1,2,3} Politeknik Ketenagakerjaan

Email: aini.jannatinr@gmail.com, dellafitrahoktaviana@gmail.com,
nicolinggi@polteknaker.ac.id

Abstrak

Kesehatan kerja merupakan aspek penting dalam menjaga produktivitas dan kesejahteraan pekerja, khususnya pada sektor manufaktur yang memiliki berbagai faktor risiko kesehatan. Salah satu upaya promotif yang dapat dilakukan adalah melalui program edukasi kesehatan bagi pekerja. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan pelaksanaan program Health Talk sebagai upaya promotif kesehatan di PT XYZ. Penelitian menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Data diperoleh melalui wawancara mendalam dengan personel *Health, Safety, and Environment* (HSE), dokter, dan perawat perusahaan, serta didukung dokumentasi kegiatan. Analisis data dilakukan secara deskriptif terhadap hasil wawancara dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Health Talk dilaksanakan secara terjadwal setiap tiga bulan dengan materi yang ditentukan berdasarkan hasil *Medical Check-Up* (MCU) dan data kunjungan pekerja ke klinik perusahaan. Program ini melibatkan tenaga kesehatan profesional dari fasilitas kesehatan mitra dan disampaikan melalui ceramah interaktif serta sesi diskusi. Pelaksanaan *Health Talk* berperan dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran pekerja terhadap kesehatan serta mendukung pembentukan budaya hidup sehat di lingkungan kerja. Dengan demikian, *Health Talk* merupakan salah satu upaya promotif yang relevan dan berkelanjutan untuk mendukung peningkatan derajat kesehatan pekerja di PT XYZ.

Kata kunci: Kesehatan kerja, Promotif, *Health Talk*, Manufaktur.

Abstract

Occupational health plays an important role in maintaining workers' productivity and well-being, particularly in the manufacturing sector where various health risks exist. One health promotive effort that can be implemented is workplace health education. This study aimed to describe the implementation of the Health Talk program as a health promotive initiative at PT XYZ. A descriptive qualitative approach was employed. Data were collected through in-depth interviews with Health, Safety, and Environment (HSE) personnel, company physicians, and nurses, supported by activity documentation. Data were analyzed descriptively to illustrate program implementation. The results showed that Health Talk was conducted every three months, with topics selected based on Medical Check-Up (MCU) results and workers' clinic visitation data. The program involved healthcare professionals from partner healthcare facilities and was delivered through interactive lectures and discussion sessions. Health Talk contributed to improving workers' health knowledge and awareness while supporting the development of a healthy workplace culture. Therefore, Health Talk can be considered a relevant and sustainable workplace health promotive strategy to support workers' health at PT XYZ.

Keywords: Occupational health, Promotive, Health Talk, Manufacturing.

1. PENDAHULUAN

Kesehatan kerja merupakan komponen penting dalam perlindungan tenaga kerja yang mencakup aspek fisik, mental, dan sosial pekerja. Secara global, beban penyakit akibat kerja masih tinggi. *International Labour Organization* (ILO) melaporkan hampir 3 juta pekerja meninggal setiap tahun akibat kecelakaan dan penyakit akibat kerja, meningkat lebih dari 5% dibandingkan tahun 2015, dengan sektor manufaktur termasuk empat sektor paling berbahaya di dunia[1]. Di Indonesia, sekitar 26,74% tenaga kerja pernah mengalami keluhan kesehatan

terkait pekerjaannya[2]. Kondisi ini menunjukkan bahwa kesehatan kerja masih menjadi tantangan yang memerlukan upaya promotif dan preventif secara terstruktur.

Pemerintah Indonesia telah merespon tantangan ini melalui sejumlah regulasi yang mewajibkan perusahaan menyelenggarakan upaya kesehatan kerja secara komprehensif. Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1970 tentang Keselamatan menegaskan tanggung jawab dalam melindungi pekerja dari bahaya kerja[3]. Kewajiban ini dipertegas melalui Undang-Undang Nomor 17 Tahun 2023 tentang Kesehatan, yang antara lain mendorong pelaksanaan upaya promotif kesehatan, edukasi pekerja, dan pengendalian risiko kesehatan sebagai bagian dari penguatan sistem kesehatan kerja nasional [4]. Peraturan Pemerintah (PP) Nomor 28 Tahun 2024 tentang Penyelenggaraan Upaya Kesehatan kemudian mengamanatkan pelaksanaan program kesehatan kerja yang mencakup lima pilar yaitu, upaya promotif, preventif, kuratif, rehabilitatif, dan paliatif secara terpadu dan berkesinambungan[5]. Dengan demikian, penyelenggaraan promosi kesehatan di tempat kerja merupakan kewajiban hukum sekaligus investasi strategis jangka bagi perusahaan[6].

Salah satu bentuk promosi kesehatan di tempat kerja adalah Health Talk, yaitu kegiatan edukasi kesehatan yang disampaikan secara berkala oleh tenaga kesehatan atau pakar kesehatan kepada pekerja. Program ini sejalan dengan rekomendasi *World Health Organization* (WHO) mengenai edukasi kelompok dalam *workplace health promotive*[7]. Penelitian menunjukkan bahwa upaya promotif kesehatan di tempat kerja berhubungan signifikan dengan budaya kesehatan organisasi dan gaya hidup sehat pekerja[8]. Di Indonesia, promosi kesehatan dan keselamatan kerja juga terbukti meningkatkan pengetahuan dan sikap pekerja secara signifikan[9]. Oleh karena itu, *Health Talk* berpotensi menjadi sarana yang efektif dalam meningkatkan kesadaran dan perilaku kesehatan pekerja.

PT XYZ merupakan perusahaan manufaktur komponen otomotif di Bekasi, Jawa Barat, yang memiliki berbagai faktor bahaya kerja, meliputi faktor fisika, kimia, ergonomi, dan psikososial. Sesuai Permenaker Nomor 5 Tahun 2018, risiko tersebut perlu dikendalikan secara sistematis melalui hierarki pengendalian[10]. Sebagai bagian dari upaya promotif kesehatan, PT XYZ menyelenggarakan program *Health Talk* setiap tiga bulan sekali dengan materi yang ditentukan berdasarkan hasil *Medical Check-Up* (MCU) dan data sepuluh penyakit terbanyak pekerja. Program ini melibatkan dokter dari rumah sakit mitra dan mencerminkan pendekatan *evidence-based health promotive* sebagaimana diamanatkan dalam PP Nomor 28 Tahun 2024[5].

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Pendekatan ini dipilih untuk memperoleh gambaran mengenai pelaksanaan program *Health Talk* sebagai program promotif kesehatan bagi pekerja di PT. XYZ.

Data diperoleh melalui wawancara mendalam dengan petugas HSE, dokter, serta perawat PT. XYZ yang bertanggung jawab terhadap penyelenggaraan program *Health Talk*. Wawancara dilakukan untuk menggali informasi mengenai mekanisme pelaksanaan kegiatan, proses penentuan materi kesehatan, serta pemilihan narasumber yang terlibat dalam program *Health Talk*. Selain itu, data pendukung diperoleh dari dokumentasi kegiatan berupa foto pelaksanaan *Health Talk*.

Analisis data dilakukan secara deskriptif dengan menelaah hasil wawancara yang telah dilakukan dan dokumentasi yang tersedia. Data kemudian disajikan dalam bentuk uraian naratif untuk menggambarkan pelaksanaan *Health Talk* sebagai upaya promotif kesehatan di lingkungan kerja PT. XYZ.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan Program *Health Talk*

Health Talk merupakan salah satu program promotif yang bertujuan meningkatkan kapasitas dan kesadaran pekerja dalam menjaga kesehatannya secara mandiri. Di PT. XYZ. Program ini diselenggarakan secara terstruktur dan terjadwal setiap tiga bulan sekali dan menjadi bagian dari implementasi program kesehatan kerja perusahaan.

Penentuan materi *Health Talk* dilakukan berdasarkan hasil analisis data kesehatan pekerja yang diperoleh melalui hasil *Medical Check Up* (MCU) berkala. Selain data MCU, materi juga dapat ditentukan berdasarkan data kunjungan pekerja ke klinik perusahaan. Klinik perusahaan melakukan pencatatan terhadap seluruh kasus penyakit yang dialami pekerja. Data tersebut digunakan untuk mengidentifikasi sepuluh penyakit teratas (*top 10 diseases*) yang dialami oleh pekerja. Dengan demikian, materi yang disampaikan dalam program *Health Talk* dapat disesuaikan dengan kondisi dan kebutuhan kesehatan pekerja PT. XYZ.

Dalam pelaksanaan program *Health talk*, PT. XYZ bekerjasama dengan beberapa fasilitas pelayanan kesehatan sebagai mitra perusahaan. Fasilitas pelayanan kesehatan yang dimaksud meliputi, KSB *Clinic*, Primaya Hospital, dan Siloam *Hospital*. Tenaga kesehatan profesional dari fasilitas pelayanan kesehatan tersebut bertindak sebagai narasumber dalam kegiatan *Health Talk*. Materi yang diberikan mencakup berbagai topik kesehatan yang relevan dengan kondisi pekerja, seperti dislipidemia, kesehatan gigi dan mulut, pola makan sehat, serta pencegahan serangan jantung.

Metode penyampaian dilakukan melalui metode ceramah interaktif yang dilengkapi dengan sesi diskusi dan tanya jawab terhadap narasumber. Melalui metode tersebut, pekerja tidak hanya memperoleh informasi kesehatan tetapi juga memiliki kesempatan untuk berkonsultasi langsung kepada ahlinya mengenai masalah kesehatan yang mereka hadapi. Kegiatan ini menjadi sarana komunikasi antara tenaga kesehatan dan pekerja dalam mendukung peningkatan perilaku hidup sehat di lingkungan kerja.

***Health Talk* Sebagai Upaya Promosi Kesehatan**

Program promotif di tempat kerja merupakan salah satu strategi penting guna menciptakan tenaga kerja yang sehat dan produktif. *Health Talk* yang dilaksanakan di PT. XYZ merupakan bentuk program promotif yang berfokus pada peningkatan pengetahuan, kesadaran, dan kemampuan pekerja dalam menjaga kesehatan secara mandiri. Pemilihan topik berdasarkan hasil MCU dan pencatatan oleh klinik perusahaan terkait kondisi pekerja menunjukkan bahwa program *Health Talk* telah menggunakan pendekatan berbasis kebutuhan (*needs-based approach*). Pendekatan ini memungkinkan materi yang diberikan akan relevan dengan kondisi kesehatan pekerja sehingga pesan kesehatan yang disampaikan dapat diterima dan dipahami dengan lebih baik. Selain itu, keterlibatan tenaga kesehatan profesional sebagai narasumber meningkatkan kredibilitas informasi yang diberikan kepada pekerja.

Pelaksanaan *Health Talk* secara berkala juga sejalan dengan prinsip program promotif kesehatan yang menekankan pentingnya penyelenggaraan edukasi kesehatan secara berkelanjutan. Penyampaian informasi kesehatan yang dilakukan secara rutin dapat memperkuat kesadaran pekerja terhadap faktor risiko penyakit, serta mendorong perubahan perilaku menuju gaya hidup yang lebih sehat. Dengan demikian, *Health Talk* tidak hanya berfungsi sebagai media penyampaian informasi, tetapi juga sebagai sarana pemberdayaan pekerja dalam menjaga kesehatan diri.

Manfaat Program bagi Pekerja dan Perusahaan

Pelaksanaan program *Health Talk* memberikan manfaat bagi pekerja maupun perusahaan. Bagi pekerja, kegiatan ini menjadi sumber informasi kesehatan yang dapat meningkatkan pengetahuan mengenai pencegahan penyakit, pola hidup sehat, dan pengelolaan

faktor risiko kesehatan. Pekerja juga memperoleh kesempatan untuk berkonsultasi secara langsung dengan tenaga kesehatan sehingga dapat memahami kondisi kesehatannya dengan lebih baik.

Bagi perusahaan, *Health Talk* berperan guna mendukung terciptanya lingkungan kerja yang sehat dan produktif. Dengan adanya peningkatan pengetahuan, diharapkan dapat mendorong perilaku hidup sehat yang berdampak pada penurunan risiko penyakit serta berkurangnya angka absensi akibat masalah kesehatan. Selain itu, program ini menunjukkan komitmen perusahaan dalam melaksanakan upaya promotif sebagai bagian dari sistem keselamatan dan kesehatan kerja.

Oleh karena itu, *Health Talk* menjadi salah satu program promotif kesehatan yang mendukung peningkatan kualitas kesehatan pekerja di PT. XYZ. Pelaksanaan program yang terstruktur, berbasis data kesehatan pekerja, serta melibatkan tenaga kesehatan profesional menjadikan *Health Talk* sebagai sarana edukasi yang relevan dan berkelanjutan dalam lingkungan kerja.

4. KESIMPULAN

Program *Health Talk* di PT. XYZ merupakan salah satu bentuk upaya promotif kesehatan kerja yang dilaksanakan secara terjadwal dan berkelanjutan. Kegiatan ini dilakukan setiap tiga bulan sekali dengan materi yang disesuaikan berdasarkan sepuluh penyakit teratas (*top 10 diseases*) yang dialami oleh pekerja melalui analisis hasil MCU dan data kunjungan pekerja ke klinik perusahaan. Pelaksanaan *Health Talk* berperan dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan pekerja, mendukung upaya pencegahan penyakit, serta memperkuat budaya hidup sehat di lingkungan kerja. Program ini dapat menjadi contoh penerapan upaya promotif kesehatan kerja yang mendukung peningkatan derajat kesehatan tenaga kerja di sektor perusahaan manufaktur.

5. DAFTAR PUSTAKA

- [1] International Labour Organization (ILO). (2023). *A call for safer and healthier working environments: ILO report on safety and health at work*. Geneva: ILO Publications. <https://www.ilo.org/resource/news/nearly-3-million-people-die-work-related-accidents-and-diseases>.
- [2] Prabarini, D., Putri, R. A., & Suwandi, T. (2023). Analisis keluhan kesehatan tenaga kerja Indonesia dan hubungannya dengan faktor pekerjaan: Kajian data BPJS Ketenagakerjaan. *Jurnal Kesehatan dan Keselamatan Kerja Indonesia*, 5(1), 33–45.
- [3] Presiden Republik Indonesia. (1970). *Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1970 tentang Keselamatan Kerja*. Lembaran Negara RI Tahun 1970 Nomor 1.
- [4] Presiden Republik Indonesia. (2023). *Undang-Undang Nomor 17 Tahun 2023 tentang Kesehatan*. Lembaran Negara RI Tahun 2023 Nomor 105.
- [5] Presiden Republik Indonesia. (2024). *Peraturan Pemerintah Nomor 28 Tahun 2024 tentang Penyelenggaraan Upaya Kesehatan*. Lembaran Negara RI Tahun 2024 Nomor 113.
- [6] Mansyur, M. (2007). Program kesehatan kerja: Tujuan dan pendekatan komprehensif dalam perlindungan bahaya dan promosi kesehatan pekerja. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Indonesia*.
- [7] World Health Organization (WHO). (2022). *Physical activity for health: More active people for a healthier world*. Geneva: WHO. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240014886>.
- [8] Chang, Y.-T., Tsai, F.-J., Yeh, C.-Y., & Chen, R.-Y. (2021). From cognition to behavior:

- Associations of workplace health culture and workplace health promotion performance with personal healthy lifestyles. *Frontiers in Public Health*, 9, 745846. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.745846>.
- [9] Mardhatillah, R., Sari, D. P., & Kurniawati, F. (2024). Pengaruh promosi kesehatan dan keselamatan kerja terhadap pengetahuan dan sikap pada gabungan kelompok tani. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 23(2), 91–98. <https://doi.org/10.33221/jikes.v23i02.2672>.
- [10] Kementerian Ketenagakerjaan Republik Indonesia. (2018). *Peraturan Menteri Ketenagakerjaan Nomor 5 Tahun 2018 tentang Keselamatan dan Kesehatan Kerja Lingkungan Kerja*. Jakarta: Kemenaker RI.