

ANALISIS KESESUAIAN PROGRAM PROMOTIF DAN PREVENTIF KESEHATAN KERJA DI PT X TERHADAP REGULASI YANG BERLAKU

Cholifiya Salsabila¹, Nasywa Dwi Fathiyyah², Nur Syifa Calista³, Nico Linggi Pongmasangka⁴

^{1,2,3,4} Politeknik Ketenagakerjaan

Email: cholifiyasalsabila@gmail.com , nasywadwifathiyyah@gmail.com ,
nursyifacalista09@gmail.com , nicolinggi@polteknaker.ac.id

Abstrak

Program promotif dan preventif kesehatan kerja merupakan bagian penting dalam upaya menjaga kesehatan pekerja serta mencegah terjadinya penyakit akibat kerja dan kecelakaan kerja. Pelaksanaan program tersebut perlu disesuaikan dengan regulasi yang berlaku agar perlindungan tenaga kerja dapat berjalan secara optimal. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kesesuaian program promotif dan preventif kesehatan kerja di PT X terhadap regulasi yang berlaku. Penelitian menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data berupa observasi, wawancara, dokumentasi, dan studi literatur. Analisis dilakukan dengan membandingkan pelaksanaan program di perusahaan dengan ketentuan yang tercantum dalam peraturan terkait kesehatan kerja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa PT X telah melaksanakan berbagai program promotif, seperti safety talk, health talk, safety induction, seminar K3, penyebaran informasi kesehatan, program gizi kerja, dan kegiatan olahraga pekerja. Selain itu, perusahaan juga menerapkan program preventif melalui identifikasi bahaya dan penilaian risiko, pemeriksaan kesehatan berkala, pengukuran lingkungan kerja, penggunaan alat pelindung diri (APD), serta audit sistem manajemen K3. Secara umum, sebagian besar program telah sesuai dengan regulasi yang berlaku. Namun, masih diperlukan peningkatan pada beberapa aspek, seperti dokumentasi program dan konsistensi pelaksanaan kegiatan tertentu. Temuan ini menunjukkan komitmen perusahaan dalam menciptakan lingkungan kerja yang sehat, aman, dan produktif.

Kata kunci: kesehatan kerja, promotif, preventif, regulasi, keselamatan dan kesehatan kerja

Abstract

Promotive and preventive occupational health programs play an important role in maintaining workers' health and preventing occupational diseases and workplace accidents. The implementation of these programs should comply with applicable regulations to ensure optimal worker protection. This study aimed to analyze the conformity of promotive and preventive occupational health programs at PT X with existing regulations. A descriptive qualitative approach was employed using observation, interviews, documentation, and literature review as data collection methods. Data were analyzed by comparing the implementation of occupational health programs with relevant regulatory requirements. The results showed that PT X had implemented various promotive programs, including safety talks, health talks, safety induction, occupational health seminars, health information dissemination, nutrition programs, and workplace exercise activities. Preventive measures were also carried out through hazard identification and risk assessment, periodic medical examinations, workplace environmental monitoring, personal protective equipment (PPE) use, and occupational safety and health management system audits. Overall, most programs were found to be in accordance with applicable regulations. However, improvements are still needed in several aspects, particularly program documentation and the consistency of certain activities. These findings indicate the company's commitment to creating a healthy, safe, and productive work environment.

Keywords: occupational health, promotive, preventive, regulation, occupational safety and health

1. PENDAHULUAN

Keselamatan dan kesehatan kerja (K3) menjadi bagian penting dalam aktivitas industri karena berkaitan erat dengan mengutamakan perlindungan tenaga kerja dan kelancaran operasional organisasi perusahaan. Lingkungan kerja industri memiliki berbagai potensi bahaya yang dapat mempengaruhi kesehatan fisik maupun psikologis pekerja, sehingga diperlukan

upaya perlindungan yang dilakukan secara terencana dan berkelanjutan. Menurut Setyo Widodo (2023), keselamatan dan kesehatan kerja merupakan kondisi yang mencakup perlindungan pekerja dari berbagai risiko bahaya serta pemeliharaan kondisi kesehatannya selama bekerja [21]. Sementara itu, Alega et al. (2025) menjelaskan bahwa K3 merupakan serangkaian upaya yang dilakukan secara sistematis untuk menekan kemungkinan terjadinya kecelakaan di tempat kerja serta gangguan kesehatan yang muncul karena paparan bahaya di lingkungan kerja [1]. Dengan demikian, penerapan kesehatan kerja tidak hanya bertujuan menjaga keselamatan pekerja, tetapi juga mendukung produktivitas dan keberlangsungan kegiatan perusahaan.

Di Indonesia, pelaksanaan kesehatan kerja telah diatur melalui sejumlah regulasi sebagai bentuk perlindungan terhadap tenaga kerja. Undang-Undang Nomor 13 Tahun 2003 tentang Ketenagakerjaan, khususnya Pasal 86 Ayat (1), menjelaskan bahwa pekerja memiliki hak untuk memperoleh perlindungan terkait keselamatan dan kesehatan kerja, moral, kesusilaan, serta perlakuan yang menghargai harkat dan martabat manusia. Selain itu, Pasal 99 dan Pasal 100 menegaskan kewajiban perusahaan untuk menyediakan pelayanan kesehatan kerja yang meliputi upaya promosi, pencegahan, kuratif, rehabilitatif, hingga paliatif. Hal ini menunjukkan bahwa penerapan program kesehatan kerja di tempat kerja bukan hanya menjadi tanggung jawab perusahaan, tetapi juga harus disesuaikan dengan standar yang telah ditetapkan pemerintah untuk mencegah kecelakaan kerja maupun penyakit akibat kerja [8].

Kesehatan kerja tidak hanya berkaitan dengan upaya mencegah penyakit atau cedera selama bekerja, tetapi juga mencakup perlindungan terhadap kesejahteraan fisik, mental, dan sosial pekerja. Pendekatan kesehatan kerja dilakukan melalui pengendalian faktor bahaya fisik, kimia, biologi, ergonomi, dan psikososial di lingkungan kerja, serta mendorong penerapan perilaku hidup sehat [10]. Redjeki (2016) menyatakan bahwa tujuan kesehatan kerja adalah mencapai keadaan kesehatan pekerja yang prima melalui pencegahan maupun penanganan gangguan kesehatan yang dipengaruhi oleh lingkungan dan aktivitas kerja [18]. Hal ini menjadi penting karena penyakit akibat kerja dapat terjadi akibat paparan bahaya di tempat kerja melalui kontak langsung, inhalasi, maupun faktor lingkungan lainnya [5].

Dalam pelaksanaannya, kesehatan kerja dapat diwujudkan melalui berbagai upaya, salah satunya melalui program promotif dan preventif yang berfokus pada peningkatan derajat kesehatan pekerja serta pencegahan penyakit maupun kecelakaan kerja. Kedua program tersebut menjadi bagian penting dalam kesehatan kerja karena berperan sebagai langkah awal untuk membangun lingkungan kerja yang selamat, sehat, dan efektif dalam menunjang kinerja. Promosi K3 adalah serangkaian langkah yang dirancang untuk meningkatkan kemampuan pekerja dalam mengendalikan faktor-faktor yang mempengaruhi keselamatan dan kesehatan mereka. Penerapannya di tempat kerja meliputi kegiatan pengelolaan, pencegahan, dan pengendalian risiko guna meminimalkan kemungkinan terjadinya kecelakaan serta gangguan kesehatan akibat pekerjaan.

Di samping itu, promosi K3 bertujuan mendukung terciptanya kondisi kesehatan pekerja yang optimal sehingga dapat menunjang produktivitas kerja [2]. Sementara itu, Suharni et al. (2023) menjelaskan bahwa upaya preventif diartikan sebagai tindakan untuk mengurangi atau menghilangkan kemungkinan terjadinya suatu kejadian yang tidak diinginkan atau sebagai bentuk pencegahan terhadap masalah kesehatan [23]. Pada sektor industri manufaktur, penerapan program promotif dan preventif kesehatan kerja memiliki peran yang penting mengingat proses produksi yang kompleks berpotensi meningkatkan risiko gangguan kesehatan maupun kecelakaan kerja. Apabila program kesehatan kerja tidak diterapkan secara optimal, kondisi kesehatan pekerja dapat terganggu, tingkat absensi meningkat, dan produktivitas perusahaan dapat mengalami penurunan [17]. Oleh sebab itu, pelaksanaan program promotif

dan preventif perlu diimbangi dengan kesesuaian terhadap regulasi yang berlaku agar perlindungan terhadap tenaga kerja dapat berjalan secara efektif.

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa evaluasi kesesuaian implementasi program keselamatan dan kesehatan kerja masih menjadi perhatian di lingkungan industri. Penelitian Prisnayanti dan Widowati (2024) terkait implementasi Sistem Manajemen Keselamatan dan Kesehatan Kerja (SMK3) berdasarkan Peraturan Pemerintah Nomor 50 Tahun 2012 menemukan bahwa sebanyak 40 dari 64 indikator pada tingkat awal telah terpenuhi dengan persentase kesesuaian sebesar 63% dan termasuk kategori baik [16]. Meski demikian, penelitian tersebut menunjukkan masih terdapat indikator yang belum terpenuhi sehingga evaluasi terhadap implementasi program kesehatan kerja tetap diperlukan. Meskipun penelitian tersebut membahas implementasi SMK3 secara umum, hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa evaluasi kesesuaian program K3 terhadap regulasi masih diperlukan untuk memastikan efektivitas pelaksanaannya.

Penelitian lain oleh Lestari et al. (2025) menunjukkan bahwa penerapan program K3 telah dilakukan melalui penyediaan alat pelindung diri (APD), briefing rutin, dan standar operasional prosedur (SOP). Namun, pelaksanaannya masih menghadapi sejumlah kendala, seperti rendahnya kepatuhan pekerja dalam menggunakan APD, kurang optimalnya pengawasan, dan keterbatasan pelatihan keselamatan secara berkelanjutan [12]. Temuan tersebut menunjukkan bahwa keberadaan program promotif dan preventif belum tentu menjamin implementasi yang optimal apabila tidak dijalankan secara konsisten.

Berdasarkan uraian tersebut, implementasi program promotif dan preventif kesehatan kerja di lingkungan industri masih perlu dikaji lebih lanjut, khususnya terkait kesesuaiannya dengan regulasi kesehatan kerja yang berlaku. Evaluasi ini diperlukan untuk memastikan bahwa pelaksanaan program promotif dan preventif benar-benar memenuhi standar perlindungan tenaga kerja. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis kesesuaian program promotif dan preventif kesehatan kerja di PT X terhadap regulasi yang berlaku.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif untuk menganalisis kesesuaian program kesehatan kerja dengan regulasi kesehatan kerja yang berlaku. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian berorientasi pada pemahaman secara mendalam terhadap pelaksanaan program kesehatan kerja di lingkungan perusahaan. Adapun metode deskriptif dimanfaatkan untuk menyajikan gambaran faktual mengenai kondisi di lapangan secara sistematis berdasarkan informasi yang diperoleh selama proses penelitian.

Penelitian dilaksanakan di PT X, yaitu perusahaan manufaktur yang bergerak di bidang pengolahan minuman dan berlokasi di Kabupaten Tangerang, Banten. Kegiatan pengumpulan data dilakukan pada tanggal 13 Maret 2026. Pemilihan lokasi penelitian didasarkan pada karakteristik perusahaan yang memiliki potensi risiko kesehatan kerja yang beragam sehingga dinilai relevan dengan tujuan penelitian.

Data penelitian diperoleh melalui beberapa teknik, yaitu observasi, wawancara, dokumentasi, dan studi literatur. Observasi dilaksanakan secara langsung untuk melihat kondisi lingkungan kerja, penggunaan alat pelindung diri (APD), serta implementasi program kesehatan kerja di perusahaan. Wawancara dilakukan dengan pihak yang terlibat dalam pengelolaan kesehatan kerja, seperti bagian *Health, Safety, and Environment* (HSE) dan tenaga kesehatan perusahaan guna memperoleh informasi yang lebih mendalam terkait pelaksanaan program kesehatan kerja.

Selain itu, dokumentasi digunakan sebagai data pendukung berupa foto kegiatan dan dokumen yang berkaitan dengan program kesehatan kerja. Studi literatur dilakukan melalui

penelaahan berbagai jurnal, buku, dan regulasi kesehatan kerja yang relevan untuk memperkuat hasil observasi dan wawancara. Data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri atas data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh melalui hasil observasi dan wawancara langsung di perusahaan, sedangkan data sekunder berasal dari berbagai referensi yang memperkuat hasil penelitian. Analisis data dilakukan secara deskriptif dengan mengolah hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi yang telah dikumpulkan. Selanjutnya, data dibandingkan dengan regulasi kesehatan kerja yang berlaku di Indonesia untuk mengetahui tingkat kesesuaian program kesehatan kerja yang diterapkan oleh perusahaan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Program Promotif dan Preventif Kesehatan Kerja di PT X

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, PT X telah melaksanakan program kesehatan kerja yang mencakup upaya promotif dan preventif sebagai bagian dari penerapan Kesehatan dan Keselamatan Kerja (K3) di lingkungan perusahaan. Program tersebut dilakukan untuk menjaga kondisi kesehatan pekerja, mencegah penyakit akibat kerja (PAK), serta meningkatkan kesadaran pekerja mengenai pentingnya perilaku kerja yang aman dan sehat. Pelaksanaan program kesehatan kerja juga telah disesuaikan dengan risiko bahaya pada masing-masing area kerja, seperti paparan debu kopi, kebisingan mesin produksi, suhu panas, serta aktivitas *manual handling* yang berpotensi menimbulkan gangguan muskuloskeletal. Upaya promotif yang dilakukan perusahaan meliputi *safety talk*, *healthy talk*, *briefing safety*, *safety induction* bagi pekerja maupun tamu perusahaan, seminar dan lomba K3, serta penyebaran informasi kesehatan melalui poster, grup WhatsApp, dan website internal perusahaan.

Selain hal tersebut, perusahaan menyelenggarakan program olahraga seperti senam pagi dan senam prolanis bagi pekerja dengan penyakit kronis sebagai upaya menjaga kebugaran fisik pekerja. Pelaksanaan kegiatan promotif tersebut mengindikasikan bahwa perusahaan telah melakukan berbagai upaya meningkatkan pengetahuan dan kesadaran pekerja terhadap pentingnya kesehatan dan keselamatan kerja secara berkelanjutan. Dewi et al. (2023) menjelaskan bahwa promosi keselamatan dan kesehatan kerja berperan dalam meningkatkan kesadaran pekerja terhadap perilaku aman sehingga dapat membantu melindungi pekerja dan lingkungan kerja [7]. Selain itu, Rifka et al. (2025) juga menjelaskan bahwa promosi K3 memiliki pengaruh terhadap perilaku aman pekerja karena kegiatan edukasi dan penyuluhan mampu meningkatkan pemahaman pekerja mengenai pentingnya keselamatan kerja [20]. Hal tersebut menunjukkan bahwa edukasi K3 yang dilakukan secara berkelanjutan dapat meningkatkan kesadaran pekerja terhadap pentingnya penerapan perilaku aman selama bekerja. Dengan adanya kegiatan edukasi yang rutin dilakukan, pekerja menjadi lebih memahami potensi bahaya kerja serta cara pencegahannya sehingga risiko kecelakaan maupun penyakit akibat kerja dapat diminimalkan.

Program promotif lainnya dilakukan melalui pengelolaan gizi kerja dengan penyediaan *catering* yang disesuaikan dengan kebutuhan kalori pekerja menggunakan perhitungan Harris Benedict serta pemeriksaan higienitas makanan secara berkala. Selain itu, perusahaan juga memberikan edukasi mengenai teknik *manual handling* yang tepat guna mengurangi risiko gangguan muskuloskeletal yang disebabkan oleh postur kerja yang kurang ergonomis, serta menyampaikan informasi kesehatan melalui berbagai media komunikasi internal perusahaan. Program tersebut menunjukkan bahwa perusahaan telah memperhatikan pemenuhan gizi pekerja serta peningkatan pengetahuan kesehatan kerja sebagai bagian dari upaya peningkatan kesehatan dan produktivitas kerja. Mufidah et al. (2024) menjelaskan bahwa media promosi kesehatan mampu meningkatkan wawasan dan kepedulian masyarakat terhadap pola hidup

bersih dan sehat sehingga penggunaan media edukasi kesehatan secara rutin dapat membantu membentuk budaya hidup sehat di lingkungan kerja [14].

Selain upaya promotif, perusahaan juga melaksanakan berbagai program preventif sebagai bentuk pencegahan terhadap penyakit akibat kerja dan kecelakaan kerja. Program preventif dilakukan melalui identifikasi bahaya dan pengendalian risiko menggunakan metode HIRA/HIRADC, audit SMK3, penerapan ISO 45001, pemeriksaan kesehatan berkala, pemeriksaan audiometri tahunan, pengukuran lingkungan kerja, serta pemantauan kesehatan pekerja secara rutin. Perusahaan juga melakukan pembaruan HIRADC setiap satu tahun sekali dan memasang informasi potensi bahaya pada setiap area kerja agar pekerja memahami risiko yang terdapat di lingkungan kerjanya. Wenas dan Dwiseli (2025) menjelaskan bahwa pemeriksaan kesehatan rutin dan surveilans kesehatan kerja memiliki peran penting dalam mendeteksi gangguan kesehatan akibat kerja sejak dini sehingga tindakan pencegahan dapat dilakukan lebih cepat dan efektif [24]. Hal tersebut menunjukkan bahwa identifikasi bahaya dan pengendalian risiko secara berkala sangat penting dalam mencegah terjadinya gangguan kesehatan maupun kecelakaan kerja.

Dalam aspek pemantauan kesehatan pekerja, perusahaan melaksanakan pemeriksaan kesehatan kerja secara berkala yang disesuaikan dengan tingkat risiko pekerjaan. Pemeriksaan tersebut meliputi MCU awal bagi pekerja baru, MCU tahunan, pemeriksaan tekanan darah mingguan bagi pekerja hipertensi, pemeriksaan kolesterol dan gula darah setiap bulan, serta pemeriksaan audiometri tahunan pada area kerja dengan tingkat kebisingan tinggi. Pemeriksaan kesehatan berkala sangat penting untuk mendeteksi gangguan kesehatan sejak dini sehingga penanganan dapat segera dilakukan sebelum berkembang menjadi penyakit yang lebih serius. Selain itu, perusahaan juga melakukan investigasi terhadap pekerja yang mengalami *hearing loss* dengan meninjau jenis pekerjaan dan riwayat paparan pekerja sebagai bagian dari surveilans kesehatan kerja. Wenas dan Dwiseli (2025) juga menjelaskan bahwa deteksi dini melalui pemeriksaan kesehatan berkala dapat membantu mengurangi risiko berkembangnya penyakit akibat kerja pada tenaga kerja [24].

Perusahaan juga menyediakan alat pelindung diri (APD) sesuai dengan potensi bahaya pada masing-masing area kerja, seperti risiko panas, kebisingan, dan paparan debu kopi. Selain itu, perusahaan melaksanakan *safety patrol* mingguan, pemeriksaan mesin setiap dua minggu sekali, pemeriksaan APD dan proteksi kebakaran setiap bulan, serta pengukuran lingkungan kerja dan uji limbah cair secara berkala. Kegiatan tersebut menunjukkan bahwa perusahaan secara aktif melakukan pemantauan mengenai kemungkinan adanya bahaya di lingkungan kerja sehingga potensi terjadinya kecelakaan kerja dan penyakit akibat pekerjaan dapat diantisipasi lebih dini. Setiarsih et al. (2017) menjelaskan bahwa promosi K3 dan ketersediaan alat pelindung diri berhubungan dengan perilaku aman pekerja sehingga penyediaan APD dan pengawasan keselamatan kerja sangat penting dalam mendukung keselamatan pekerja di lingkungan industri [25]. Secara keseluruhan, hasil observasi menunjukkan bahwa program promotif dan preventif yang diterapkan perusahaan telah dilakukan secara cukup komprehensif dan berkelanjutan dalam mendukung kesehatan serta keselamatan pekerja di lingkungan kerja.

Kesesuaian Program Promotif Kesehatan Kerja dengan Regulasi yang Berlaku

Berdasarkan hasil analisis, PT X telah melaksanakan berbagai program promotif K3 yang berfokus pada peningkatan kesehatan dan kesadaran pekerja. kegiatan yang dijalankan meliputi edukasi kesehatan dan keselamatan kerja, penyebaran informasi kesehatan melalui berbagai media komunikasi, pelaksanaan senam pagi secara rutin, pengelolaan gizi kerja, serta penyelenggaraan seminar kesehatan bagi karyawan. Program-program tersebut bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan perilaku sehat pekerja dalam mendukung terbentuknya kondisi kerja yang aman, sehat, serta mampu meningkatkan kinerja.

Penilaian terhadap pelaksanaan program tersebut dilakukan dengan membandingkan kondisi yang ada di perusahaan dengan persyaratan yang tercantum dalam regulasi K3 di Indonesia. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa sebagian besar kegiatan promotif telah dilaksanakan sesuai ketentuan, meskipun masih ditemukan beberapa aspek yang perlu ditingkatkan. Tabel berikut menyajikan ringkasan hasil analisis kesesuaian antara regulasi K3 dengan kondisi aktual yang diterapkan oleh perusahaan guna menilai tingkat kepatuhan, aspek yang telah terlaksana dengan baik, serta bagian yang masih memerlukan perbaikan dan pengembangan lebih lanjut.

Tabel 1. Analisis Kesesuaian Program Promotif Dengan Regulasi

Regulasi Acuan	Upaya Promotif	Hasil	Temuan
UU No. 1 Tahun 1970; Permenaker No 10 Tahun 2016	Informasi kesehatan kerja disampaikan melalui poster, banner, atau spanduk dan website internal perusahaan.	Sesuai	Media komunikasi mudah diakses serta diperbarui secara berkala.
UU No. 17 Tahun 2023; PP No 28 Tahun 2024	Seminar K3, health talk, safety briefing, safety talk, dan safety induction untuk memperkuat pemahaman karyawan terkait keselamatan dan kesehatan kerja.	Sesuai	Dilaksanakan secara rutin
UU No. 17 Tahun 2023; PP No 28 Tahun 2024	Penyediaan <i>catering</i> sesuai kebutuhan kalori pekerja serta pemeriksaan higienitas makanan.	Sesuai	Dilaksanakan secara rutin
UU No. 17 Tahun 2023; PP No 28 Tahun 2024	Program senam pagi untuk meningkatkan kebugaran pekerja, serta konseling psikiater berkala.	Sesuai sebagian	Belum dilaksanakan secara rutin

Berdasarkan hasil analisis kesesuaian pada Tabel 1, sebagian besar program promotif kesehatan kerja yang diterapkan oleh PT X telah memenuhi ketentuan yang tercantum dalam regulasi K3. Salah satu bentuk implementasinya adalah penyebaran informasi kesehatan dan keselamatan kerja melalui berbagai media komunikasi, seperti poster, banner, spanduk, dan website internal perusahaan. Ketersediaan media informasi tersebut menunjukkan adanya upaya perusahaan dalam menyampaikan pesan-pesan kesehatan kerja secara berkesinambungan kepada seluruh pekerja. Penyampaian informasi yang mudah diakses berperan penting dalam meningkatkan pemahaman pekerja mengenai bahaya kerja serta langkah-langkah pencegahannya. Temuan ini sejalan dengan penelitian Ekawati et al. (2022) yang menyebutkan bahwa komunikasi, informasi, dan edukasi merupakan komponen penting dalam menumbuhkan kesadaran tenaga kerja mengenai pentingnya pelaksanaan keselamatan dan kesehatan kerja [6].

Kesesuaian juga terlihat pada pelaksanaan berbagai kegiatan edukasi yang meliputi *health talk*, *seminar K3*, *safety briefing*, *safety talk*, dan *safety induction*. Kegiatan tersebut dilaksanakan secara berkala sebagai sarana peningkatan pengetahuan pekerja mengenai risiko

kerja dan prosedur keselamatan yang harus diterapkan selama bekerja. Melalui edukasi yang dilakukan secara rutin, pekerja diharapkan mampu membangun perilaku kerja yang lebih aman serta meningkatkan kepatuhan terhadap ketentuan K3 yang berlaku di perusahaan. Hasil ini didukung oleh penelitian Lestari et al. (2022) yang mencerminkan tingkat pemahaman pekerja memiliki hubungan yang erat dengan keberhasilan penerapan K3 di lingkungan kerja [13]. Selain itu, pelatihan dan edukasi K3 berkontribusi terhadap peningkatan sikap serta tindakan pekerja dalam menjalankan prosedur keselamatan kerja [15].

Pada aspek pemenuhan gizi kerja, perusahaan telah menyediakan makanan bagi pekerja yang disesuaikan dengan kebutuhan energi harian serta melakukan pengawasan terhadap higienitas makanan sebelum didistribusikan. Upaya tersebut mencerminkan perhatian perusahaan terhadap kondisi kesehatan pekerja melalui pemenuhan kebutuhan gizi yang memadai. Asupan gizi yang sesuai kebutuhan dapat membantu menjaga kebugaran tubuh, mengurangi risiko kelelahan kerja, dan mendukung produktivitas pekerja. Penelitian Askar dan Sani (2022) menunjukkan bahwa program kesehatan kerja yang dijalankan secara optimal memiliki hubungan positif dengan peningkatan produktivitas tenaga kerja [3]. Oleh karena itu, penyediaan makanan bergizi tidak hanya berkontribusi terhadap kesehatan pekerja, tetapi juga mendukung pencapaian kinerja perusahaan.

Meskipun sebagian besar program promotif telah sesuai dengan regulasi, hasil analisis menunjukkan bahwa aspek peningkatan kesehatan fisik dan jiwa masih memerlukan penguatan. Perusahaan telah melaksanakan program senam pagi secara rutin sebagai upaya menjaga kebugaran dan kesehatan fisik pekerja. Namun, kegiatan tersebut belum sepenuhnya diimbangi dengan program yang secara khusus ditujukan untuk mendukung kesehatan mental atau kesehatan jiwa pekerja. Padahal, dalam konteks kesehatan kerja, kesehatan mental memiliki peran yang sangat penting karena mempengaruhi kesejahteraan dan kinerja tenaga kerja. Sebagai bagian dari kesehatan kerja, kesehatan mental berkontribusi terhadap terciptanya kesejahteraan dan peningkatan produktivitas tenaga kerja. Oleh karena itu, perusahaan perlu mempertimbangkan pengembangan program kesehatan jiwa, seperti konseling, edukasi manajemen stres, atau kegiatan promotif lainnya yang berfokus pada kesejahteraan psikologis pekerja.

Secara keseluruhan, implementasi program promotif kesehatan kerja di PT X menunjukkan dedikasi perusahaan dalam menciptakan kondisi kerja yang sehat dan aman. Berbagai kegiatan edukasi, penyediaan media informasi, program gizi kerja, serta kegiatan peningkatan kebugaran telah dilaksanakan dan sebagian besar telah memenuhi ketentuan regulasi yang berlaku. Namun demikian, penguatan pada aspek kesehatan jiwa masih diperlukan agar pelaksanaan promosi kesehatan kerja dapat mencakup seluruh dimensi kesehatan pekerja secara menyeluruh.

Kesesuaian Program Preventif Kesehatan Kerja dengan Regulasi yang Berlaku

Hasil analisis menunjukkan bahwa PT X telah menerapkan berbagai kegiatan preventif K3 yang berfokus pada upaya meminimalkan kecelakaan kerja, penyakit yang berhubungan dengan pekerjaan, serta gangguan kesehatan yang berpotensi dialami pekerja. Kegiatan tersebut mencakup identifikasi dan pengendalian risiko melalui *Health Risk Assessment (HRA)*, pelaksanaan audit SMK3 dan ISO 45001, pemantauan kesehatan tenaga kerja, penggunaan alat pelindung diri, serta penerapan prinsip ergonomi. Pelaksanaan program-program tersebut merupakan bagian dari tanggung jawab perusahaan dalam menjaga aspek keselamatan dan kesehatan pekerja selama menjalankan aktivitas kerja.

Evaluasi terhadap analisis program preventif dilakukan dengan membandingkan praktik yang diterapkan perusahaan dengan ketentuan yang tercantum dalam peraturan K3 di Indonesia. Berdasarkan hasil penilaian, sebagian besar upaya preventif telah memenuhi persyaratan yang

berlaku, meskipun masih ditemukan beberapa aspek yang memerlukan penyempurnaan. Ringkasan tingkat kesesuaian antara regulasi K3 dan penerapan program preventif di perusahaan disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Analisis Kesesuaian Program Preventif Dengan Regulasi

Regulasi Acuan	Upaya Preventif	Hasil	Temuan
UU No. 17 Tahun 2023; PP No 28 Tahun 2024	Pemeriksaan kesehatan awal	Sesuai	Pelaksanaan MCU awal dilakukan sebelum pekerja ditempatkan pada pekerjaan sesuai risiko kerjanya.
UU No. 17 Tahun 2023; PP No 28 Tahun 2024	Pemeriksaan kesehatan berkala	Sesuai	Dilaksanakan secara rutin meliputi MCU tahunan, pemeriksaan tekanan darah, kolesterol, dan gula darah.
UU No. 17 Tahun 2023; PP No 28 Tahun 2024	Pemeriksaan kesehatan khusus	Sesuai	Pelaksanaan pemeriksaan audiometri dilakukan pada pekerja yang terpapar kebisingan sebagai upaya deteksi dini gangguan pendengaran akibat kerja
PP No. 50 Tahun 2012	<i>Health Risk Assessment</i> (HRA)	Sesuai sebagian	Health Risk Assessment (HRA) belum terdokumentasi secara komprehensif.
UU No. 17 Tahun 2023; PP No 28 Tahun 2024	Audit Internal dan Eksternal	Sesuai sebagian	Dilaksanakan secara berkala serta didukung sertifikasi ISO, namun belum terdokumentasi secara komprehensif.
UU No. 17 Tahun 2023; PP No 28 Tahun 2024	Prinsip Ergonomi Kerja	Sesuai sebagian	Metode ROSA, RULA, dan REBA telah digunakan dalam penilaian ergonomi kerja, namun belum dokumentasinya secara komprehensif.

Permenaker No. 13 Tahun 2025	Panitia Keselamatan dan Kesehatan Kerja (P2K3)	Pembina Kesehatan	Sesuai	Tersedia P2K3 yang secara aktif terlibat dalam koordinasi dan pengawasan pelaksanaan K3.
UU No. 1 Tahun 1970; UU No. 17 Tahun 2023; PP No 28 Tahun 2024	Penyediaan dan penggunaan APD		Sesuai sebagian	Kepatuhan pekerja dalam penggunaan APD masih perlu ditingkatkan.

Berdasarkan hasil evaluasi pada Tabel 2, pelaksanaan pemeriksaan kesehatan awal di PT X telah memenuhi ketentuan yang berlaku. Pemeriksaan ini dilakukan sebelum pekerja mulai ditempatkan pada unit kerja masing-masing sehingga kondisi kesehatan awal pekerja dapat diketahui dan disesuaikan dengan tuntutan pekerjaannya. Langkah tersebut penting untuk mengurangi kemungkinan terjadinya gangguan kesehatan akibat ketidaksesuaian antara kondisi pekerja dan faktor risiko yang terdapat di lingkungan kerja.

Hasil analisis juga menunjukkan bahwa pemeriksaan kesehatan berkala telah dilaksanakan secara rutin sesuai dengan regulasi yang berlaku. Kegiatan yang dilakukan mencakup pemeriksaan kesehatan tahunan, pemantauan tekanan darah bagi pekerja dengan hipertensi, serta pemeriksaan kadar gula darah dan kolesterol secara berkala. Pelaksanaan pemeriksaan kesehatan berkala berperan penting dalam mendeteksi perubahan kondisi kesehatan pekerja sejak dini sehingga tindakan pencegahan maupun penanganan dapat dilakukan lebih cepat. Temuan ini didukung oleh penelitian Askar dan Sani (2022) yang menyebutkan bahwa pelaksanaan K3 yang dijalankan secara berkesinambungan berkontribusi terhadap peningkatan kesehatan dan produktivitas tenaga kerja [3].

Pada aspek pemeriksaan kesehatan khusus, hasil penilaian menunjukkan bahwa kegiatan tersebut telah diterapkan sesuai persyaratan. Pemeriksaan audiometri dilakukan pada pekerja yang terpapar kebisingan sebagai upaya pemantauan kesehatan pendengaran. Pelaksanaan pemeriksaan ini penting untuk mendeteksi gangguan pendengaran akibat kerja pada tahap awal sehingga risiko dampak yang lebih berat dapat diminimalkan. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Hanifa dan Suwandi (2018) yang menjelaskan bahwa eksposur terhadap kebisingan dalam jangka waktu yang panjang dapat meningkatkan risiko gangguan pendengaran pada pekerja [9].

Penilaian terhadap pelaksanaan *Health Risk Assessment* (HRA) menunjukkan kategori sesuai sebagian. Meskipun identifikasi bahaya dan penilaian risiko telah dilakukan melalui HIRADC, dokumentasi yang berkaitan dengan penilaian risiko kesehatan pekerja belum tersedia secara menyeluruh. HRA merupakan instrumen penting dalam menentukan faktor risiko kesehatan yang berpotensi mempengaruhi pekerja sehingga program kesehatan kerja dapat disusun secara lebih terarah. Oleh karena itu, penyempurnaan dokumentasi HRA diperlukan untuk mendukung proses pemantauan dan evaluasi kesehatan pekerja secara berkelanjutan[4].

Pada aspek audit internal dan eksternal, hasil analisis juga menunjukkan kategori sesuai sebagian. Audit SMK3, audit ISO 45001, maupun audit eksternal telah dilaksanakan secara berkala sebagai bagian dari evaluasi sistem manajemen K3. Namun demikian, hasil audit dan tindak lanjut yang dilakukan belum terdokumentasi secara komprehensif. Dokumentasi yang lengkap diperlukan sebagai bukti pelaksanaan audit sekaligus sebagai dasar dalam proses

pengembangan berkelanjutan dalam penerapan sistem manajemen keselamatan dan kesehatan kerja [22].

Penerapan prinsip ergonomi kerja memperoleh hasil sesuai sebagian. Penilaian ergonomi telah dilakukan menggunakan metode ROSA, RULA, dan REBA untuk mengidentifikasi risiko gangguan muskuloskeletal pada pekerja. Akan tetapi, hasil penilaian dan tindak lanjut ergonomi belum terdokumentasi secara lengkap sehingga proses evaluasi masih belum optimal. Dokumentasi yang baik diperlukan untuk memastikan bahwa rekomendasi perbaikan ergonomi dapat diterapkan dan dipantau secara berkesinambungan [11].

Hasil analisis pada aspek Panitia Pembina Keselamatan dan Kesehatan Kerja (P2K3) menunjukkan kesesuaian dengan ketentuan yang berlaku. Keberadaan P2K3 yang aktif dalam kegiatan koordinasi dan pengawasan K3 menunjukkan adanya dukungan organisasi terhadap pelaksanaan program keselamatan dan kesehatan kerja. Selain berfungsi sebagai sarana komunikasi antara manajemen dan pekerja, P2K3 juga berperan dalam memberikan masukan serta rekomendasi terkait upaya peningkatan kinerja K3 di tempat kerja.

Pada aspek penyediaan dan penggunaan alat pelindung diri (APD), hasil penilaian menunjukkan kategori sesuai sebagian. Berbagai jenis APD telah tersedia dan disesuaikan dengan potensi bahaya pada masing-masing area kerja, seperti masker, *earplug*, helm keselamatan, dan rompi keselamatan. Meskipun demikian, tingkat kepatuhan penggunaan APD oleh pekerja masih perlu ditingkatkan. Temuan ini sejalan dengan penelitian Rezani dan Riyadi (2025) yang menunjukkan bahwa kepatuhan terhadap prosedur keselamatan kerja dipengaruhi oleh tingkat pengawasan, pengetahuan pekerja, serta budaya keselamatan yang diterapkan di lingkungan kerja [19].

Secara keseluruhan, implementasi program preventif kesehatan kerja di PT X telah menunjukkan tingkat kesesuaian yang baik dengan regulasi yang berlaku. Skrining kesehatan awal, pemeriksaan kesehatan berkala, serta evaluasi kesehatan khusus dan pembentukan P2K3 telah memenuhi persyaratan yang ditetapkan. Namun, peningkatan masih diperlukan pada aspek dokumentasi HRA, audit internal dan eksternal, dokumentasi ergonomi, serta kepatuhan penggunaan APD agar pelaksanaan program preventif dapat berjalan lebih efektif dan berkelanjutan.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan temuan penelitian menunjukkan bahwa PT X telah melaksanakan berbagai program promotif dan preventif kesehatan kerja sebagai bagian dari upaya perlindungan tenaga kerja serta penerapan keselamatan dan kesehatan kerja di lingkungan perusahaan. Program yang diterapkan mencakup edukasi dan promosi kesehatan kerja, penyediaan media informasi K3, pengelolaan gizi kerja, pemeriksaan kesehatan berkala, identifikasi dan pengendalian risiko kerja, penerapan ergonomi, serta perlengkapan keselamatan diri yang dipilih sesuai dengan sumber bahaya di lingkungan kerja. Pelaksanaan program tersebut menunjukkan adanya upaya perusahaan untuk membangun lingkungan kerja yang mengutamakan keselamatan dan kesehatan dan mendukung produktivitas pekerja.

Hasil analisis juga menunjukkan bahwa sebagian besar program kesehatan kerja yang diterapkan telah sesuai dengan regulasi yang berlaku di Indonesia, baik pada aspek promotif maupun preventif. Kesesuaian tersebut terlihat dari pelaksanaan pemeriksaan kesehatan awal, pemeriksaan berkala, *safety induction*, kegiatan edukasi K3, audit sistem manajemen keselamatan dan kesehatan kerja, hingga keberadaan P2K3 yang aktif dalam pengawasan dan koordinasi program K3 di perusahaan. Implementasi program yang dilakukan secara rutin dan

berkelanjutan turut mendukung peningkatan kesadaran pekerja terhadap pentingnya perilaku kerja yang aman dan sehat.

Meskipun demikian, penelitian ini masih menemukan beberapa aspek yang memerlukan perbaikan agar pelaksanaan program kesehatan kerja dapat berjalan lebih optimal. Beberapa hal yang perlu ditingkatkan antara lain dokumentasi Health Risk Assessment (HRA), hasil audit internal dan eksternal, dokumentasi penilaian ergonomi, serta peningkatan kepatuhan pekerja dalam penggunaan alat pelindung diri. Selain itu, pengembangan program yang berfokus pada kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis pekerja juga perlu diperhatikan agar penerapan kesehatan kerja tidak hanya berorientasi pada kesehatan fisik, tetapi juga mencakup aspek kesehatan secara menyeluruh.

Secara umum, penerapan program promotif dan preventif kesehatan kerja di PT X telah berjalan dengan cukup baik dan menunjukkan kesesuaian terhadap regulasi yang berlaku. Dengan melakukan evaluasi dan perbaikan secara berkelanjutan, perusahaan diharapkan mampu meningkatkan efektivitas program kesehatan kerja sehingga perlindungan terhadap tenaga kerja dapat terlaksana secara lebih optimal dan berkelanjutan.

5. DAFTAR PUSTAKA

- [1] A. Alega, M. Meidianto, N. M. Pasaribu, and Z. A. Z. Ismail, "Implementasi standar K3 (keselamatan dan kesehatan kerja) dalam rangka perlindungan pekerja di industri konstruksi," *Jurnal Multidisiplin Ilmu Akademik (JMIA)*, vol. 2, no. 1, pp. 92–102, 2025, doi: 10.61722/jmia.v2i1.3172.
- [2] A. Amri, "Analisa penerapan promosi keselamatan dan kesehatan kerja di PT. Wijaya Karya PPB Majalengka," *Jurnal Kesehatan Tambusai*, vol. 4, no. 3, pp. 3028–3033, 2023, doi: 10.31004/jkt.v4i3.16837.
- [3] A. Askar and A. Sani, "Hubungan implementasi program K3 terhadap produktivitas kerja pada pekerja di PT. Industri Kapal Indonesia," *Window Public Health Journal*, vol. 3, no. 4, pp. 680–689, 2022, doi: 10.33096/woph.v3i4.435.
- [4] A. Baharuddin, *Kesehatan dan Keselamatan Kerja (K3): Konsep Dasar hingga Implementasi Strategis*. TOHAR MEDIA, 2026.
- [5] D. Dessler, *Manajemen sumber daya manusia* (Edisi ke-10; P. Rahayu, Penerj.). Prehalindo, 2003.
- [6] E. Ekawati, I. Wahyuni, Y. Setyaningsih, B. Kurniawan, and S. Jayanti, "Pemberian komunikasi, informasi dan edukasi sebagai upaya peningkatan keselamatan dan kesehatan kerja pada pekerja tahu," *Journal of Public Health Community Service*, vol. 1, no. 1, pp. 20–24, 2022, doi: 10.14710/jphcs.2022.13921.
- [7] F. S. Dewi, I. Irawati, and A. Aceh, "Peran promosi keselamatan dan kesehatan kerja terhadap perilaku aman dan tidak aman pada petugas housekeeping di perkantoran," *Jurnal Ners*, vol. 7, no. 1, 2023, doi: 10.31004/jn.v7i1.13362.
- [8] M. N. Fanani and N. D. P. Budiono, "Pengaruh penerapan keselamatan dan kesehatan kerja (K3) terhadap kinerja karyawan," *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, vol. 20, no. 1, pp. 45–53, 2025.
- [9] R. L. Hanifa and T. Suwandi, "Hubungan antara intensitas kebisingan dan karakteristik individu dengan gangguan pendengaran pada pekerja di Madiun," *Journal of Public Health Research and Community Health Development*, vol. 1, no. 2, pp. 121–130, 2018, doi: 10.20473/jphrcode.v1i2.16246.
- [10] A. Haslinah, *Keselamatan dan kesehatan kerja*. Tahta Media Group, 2024.

- [11] N. D. Karini, F. Husain, G. S. Dewi, and M. S. Mahfudz, "Evaluasi postur pekerja proyek menggunakan REBA dan RULA pada ErgoFellow," *Tekinfo: Jurnal Ilmiah Teknik Industri dan Informasi*, vol. 14, no. 1, pp. 77–89, 2025, doi: 10.31001/tekinfo.v14i1.2890.
- [12] D. P. Lestari, H. A. Rivai, and H. Lukito, "Analisis implementasi program keselamatan dan kesehatan kerja (K3) dan dampaknya terhadap produktivitas pada karyawan PT Tiga Laskar Beton," *Paradoks: Jurnal Ilmu Ekonomi*, vol. 8, no. 4, pp. 401–405, 2025.
- [13] I. A. I. D. Lestari, F. Mayada, and I. B. M. Widiadnya, "Pengaruh pengetahuan terhadap implementasi keselamatan dan kesehatan kerja pada pekerja PT X Balikpapan tahun 2022: The influence of knowledge of worker on the implementation of occupational health and safety in PT X, Balikpapan 2022," *Jurnal Kesmas Untika Luwuk Public Health Journal*, vol. 14, no. 1, pp. 7–13, 2023, doi: 10.51888/phj.v14i1.164.
- [14] N. A. Mufidah, A. Q. A. Isyrofi, and S. A. Abdullah, "Efektivitas media promosi kesehatan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)," *Vitamin: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum*, vol. 2, no. 4, 2024, doi: 10.61132/vitamin.v2i1.111.
- [15] R. I. Nurvitasari and M. SHG, "Bab 5 Theory of Planned Behavior (TPB)," in *Dasar-Dasar dan Teori Promosi Kesehatan*, pp. 79–95.
- [16] D. R. Prisnayanti and E. Widowati, "Implementasi sistem manajemen keselamatan dan kesehatan kerja di PT X," *Antigen: Jurnal Kesehatan Masyarakat dan Ilmu Gizi*, vol. 2, no. 3, pp. 179–191, 2024, doi: 10.57213/antigen.v2i3.330.
- [17] R. I. Putera and S. Harini, "Pengaruh keselamatan dan kesehatan kerja (K3) terhadap jumlah penyakit dan kecelakaan kerja," *Jurnal Visionida*, vol. 3, no. 1, pp. 42–53, 2017.
- [18] S. Redjeki, *Kesehatan dan keselamatan kerja*. Pusat Penerbitan Universitas Terbuka, 2016.
- [19] R. Rezani and A. Riyadi, "Penggunaan alat pelindung diri untuk meningkatkan keselamatan kerja dalam praktik pemesinan: Literature review," *JIPTEK: Jurnal Ilmiah Pendidikan Teknik dan Kejuruan*, vol. 19, no. 1, pp. 93–103, doi: 10.20961/jiptek.v19i1.114202.
- [20] R. Rifka, S. Wahyuni, and M. Ramdan, "Pengaruh promosi keselamatan dan kesehatan kerja terhadap perilaku aman pekerja workshop di PT Weir Minerals Indonesia Kota Balikpapan," *IDENTIFIKASI*, vol. 11, no. 4, 2025, doi: 10.36277/identifikasi.v11i4.769.
- [21] D. Setyo Widodo, "Determinasi pelatihan K3 terhadap kepuasan kerja," *Jurnal Ilmu Multidisiplin*, vol. 1, no. 4, pp. 956–962, 2023.
- [22] S. Sudirwo, L. Judijanto, R. T. Sawiji, N. A. Fatimah, and M. Margono, *K3 (Keselamatan dan Kesehatan Kerja)*. PT. Green Pustaka Indonesia, 2025.
- [23] Suharni, I. Hardi, and Samsualam, *Pelayanan kesehatan & keselamatan kerja bagi perusahaan*. Deepublish, 2023.
- [24] A. R. Wenas and F. Dwiseli, "Penyakit akibat kerja: Telaah literatur terhadap peran identifikasi dini dan intervensi kesehatan di tempat kerja," *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan*, vol. 4, no. 2, 2025, doi: 10.55606/jurrikes.v4i2.5499.
- [25] Y. Setiarsih, Y. Setyaningsih, and B. Widjasena, "Hubungan karakteristik pekerja, promosi K3, dan ketersediaan alat pelindung diri (APD) dengan perilaku tidak aman pada pekerja mechanical maintenance," *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, vol. 5, no. 5, pp. 424–433, 2017, doi: 10.14710/jkm.v5i5.18965.