

Penyuluhan Pencegahan Kelelahan Pada Pembudidaya Rumput Laut Lingkungan Pattitangngang Kabupaten Takalar

Jumhur Salam¹, Firmita Dwiseli², Nurgazali³

^{1,2,3} Politeknik Kesehatan Megarezky, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Jumhur Salam

E-mail: jumhursalam@poltekkesmegarezky.ac.id

Abstrak

Kelelahan kerja sering kali diabaikan oleh tenaga kerja padahal hal ini seharusnya mendapatkan perhatian karena berkaitan dengan perlindungan kesehatan tenaga kerja. Kelelahan kerja dapat mengakibatkan gangguan kesehatan baik penyakit fisik, psikologis, serta dapat mengganggu kinerja pekerja saat melaksanakan tugasnya. Kegiatan penyuluhan ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan kepada masyarakat terkait pencegahan kelelahan kepada pembudidaya rumput laut di Kelurahan Pattitangngang, Kecamatan Mappakasunggu, Kabupaten Takalar. Penyuluhan ini dilakukan di Lingkungan Pattitangngang yang dihadiri oleh 29 orang. Penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah dan tanya jawab. Berdasarkan kegiatan yang telah terlaksana maka dapat disimpulkan yaitu masyarakat antusias terhadap materi yang disampaikan karena materi yang diberikan menarik dan sesuai dengan kebutuhan. Hal ini terlihat dari Masyarakat yang aktif bertanya selama pemaparan materi berlangsung. Peserta memperoleh pengetahuan baru terkait pencegahan kelelahan kerja khususnya pada pembudidaya rumput laut.

Kata kunci – Kelelahan kerja, rumput laut, penyuluhan

Abstract

Work fatigue is often ignored by the workforce even though this should get attention because it is related to the protection of labour health. Work fatigue can result in health problems, both physical and psychological diseases, and can interfere with workers' performance when carrying out their duties. This counselling activity aims to provide knowledge to the community related to the prevention of fatigue to seaweed cultivators in Pattitangngang Village, Mappakasunggu District, Takalar Regency. This counseling was carried out in the Pattitangngang Neighborhood which was attended by 29 people. Counselling was carried out by lecture and question-and-answer methods. Based on the activities that have been carried out, it can be concluded that the community is enthusiastic about the material presented because it is interesting and by needs. This can be seen from the community who actively asked questions during the presentation of the material. Participants gained new knowledge about the prevention of work fatigue, especially in seaweed cultivators.

Keywords - Work fatigue, seaweed, counselling

PENDAHULUAN

Salah satu permasalahan K3 (Kesehatan dan Keselamatan Kerja) yang dapat menjadi pemicu terjadinya kecelakaan kerja adalah kelelahan (Rahmawati dkk., 2024). Kelelahan merupakan kondisi yang umum bagi semua pekerja setelah melakukan pekerjaannya. Istilah kelelahan biasanya menunjukkan kondisi yang berbeda dari setiap individu, tetapi semuanya bermuara kepada hilangnya efisiensi dan penurunan kapasitas kerja serta ketahanan tubuh. Kelelahan diklasifikasikan dalam dua jenis yaitu, kelelahan otot dan kelelahan umum (Rahayu, 2017). Kelelahan kerja merupakan suatu keadaan menurunnya efisiensi dan ketahanan seseorang dalam bekerja. Kelelahan pada dasarnya suatu gejala yang dirasakan seseorang atau individu yang dimana menimbulkan perasaan lelah, konsentrasi menurun, perasaan mengantuk yang berlebih yang dapat menghambat suatu pekerjaan. Kelelahan dapat dialami oleh semua jenis pekerjaan baik itu ringan, sedang, maupun berat. (Awaliah, 2020).

Kelelahan kerja masih menjadi salah satu faktor terbesar penyebab terjadinya kecelakaan kerja di suatu tempat kerja. *World Health Organization* (WHO) meramalkan bahwa yang menjadi penyakit pembunuh nomor 2 setelah penyakit jantung adalah perasaan lelah yang berat (Juliana dkk., 2018). Sejalan dengan pendapat tersebut *International Labour Organization* (ILO) mengemukakan bahwa setiap tahun 2 juta pekerja meninggal dunia karena kecelakaan kerja yang disebabkan faktor kelelahan kerja. Penyebab kelelahan di industri sangat bervariasi (Hermawan dkk., 2017) ILO juga melaporkan bahwa dari 58.115 pekerja yang disurvei 18.828 diantaranya (32,8%) mengalami kelelahan (Thamrin, 2020). Di Indonesia Survei Angkatan Kerja Nasional menunjukkan bahwa sebanyak 38,29 juta jiwa bekerja di sektor pertanian dan perkebunan dan rata-rata sebagian besar mengalami kelelahan kerja akibat berbagai faktor (Latief dkk., 2022) Hasil penelitian yang dilakukan oleh Wurarah dkk. (2020) pada petani di Desa Tumaratas menunjukkan bahwa mayoritas pekerja mengalami kelelahan kerja sedang (53%).

Kelelahan adalah masalah yang harus mendapat perhatian khusus dalam semua jenis pekerjaan baik. Kelelahan kerja dapat menurunkan kinerja dan menambah kesalahan pada pekerja saat melakukan pekerjaan. *Occupational Safety and Health Administration* (OSHA) mengatakan kelelahan kerja merupakan penyebab cedera yang paling besar di industri agro industri, dan pada bidang agro industri sendiri dilaporkan 34% dari hilangnya jam kerja disebabkan oleh kelelahan kerja dan kompensasi pekerja digunakan untuk membiayai permasalahan yang menyangkut kelelahan kerja (Lestari S, Batara and Ulfah Mutthalib, 2022). Kelelahan tidak hanya menjadi masalah di sektor formal tapi juga di sektor informal. Dampak dari kelelahan kerja akan menurunkan kinerja dan menambah potensi kesalahan pada pekerja saat melakukan pekerjaan (Thamrin, 2020).

Salah satu komoditi unggulan Indonesia dalam perdagangan dunia adalah rumput laut. Indonesia menjadi penyuplai bahan baku rumput laut bagi negara yang membutuhkan. Ekspor rumput laut Indonesia pada tahun 2018 mencapai 212,9 ribu ton atau 18,91% dari total volume ekspor perikanan Indonesia. Rumput laut yang merupakan salah satu komoditi potensial yang dapat dikembangkan di perairan laut Indonesia dimana dengan garis pantai sekitar 81.000 km diyakini memiliki potensi rumput laut yang sangat tinggi. Tercatat sedikitnya ada 555 jenis rumput laut di perairan Indonesia. (Talaku & Pentury, 2017) Kabupaten Takalar adalah salah satu kabupaten di Sulawesi Selatan yang menjadi sentra pengembangan industri rumput laut. Data Dinas Perikanan dan Kelautan Kabupaten Takalar menunjukkan bahwa luas lahan yang dimanfaatkan oleh petani rumput laut sekitar 14.128 hektar yang menghasilkan 474.346 ton rumput laut basah per tahun. potensi luas lahan untuk pertanian rumput laut yang dimiliki Kabupaten Takalar diperkirakan mencapai 17.448 hektar yang tersebar di empat kecamatan yaitu Mangarabombang, Mappakasunggu, Sanrobone dan Galesong Utara dimana sebagian besar masyarakat yang hidup didaerah pesisir ini berprofesi sebagai pekerja rumput laut.

Lingkungan pattitangngang merupakan salah satu wilayah yang berada dalam Kecamatan Mappakasunggu, Kabupaten Takalar yang menjadi sentra usaha budidaya rumput laut. Meskipun

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

potensi rumput laut di Kabupaten Takalar sangat besar namun pekerja rumput laut yang merupakan bagian dari sektor informal belum mendapat pelayanan keselamatan dan kesehatan kerja yang layak. Pelayanan kesehatan yang diperoleh masih melihat aspek kesehatan secara umum belum dikaitkan dengan pekerjaan sebagai pembudidaya rumput laut. Petani rumput laut merupakan salah satu pekerja sektor informal yang berisiko terkena gangguan kesehatan dan kelelahan akibat lingkungan kerja, keadaan saat bekerja yang bersifat monoton dan minimnya waktu istirahat. Dalam melakukan pekerjaannya, petani rumput laut bekerja dengan posisi berdiri, membungkuk dan jongkok dan dilakukan secara berulang hingga melakukan sikap kerja yang monoton (Permatasari dkk., 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Thamrin (2020) terhadap petani rumput laut di Kabupaten Takalar menemukan bahwa pekerja yang mengalami kelelahan kerja sebanyak 27%. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan umur dan proses kerja pembibitan dengan kelelahan kerja pada pekerja rumput laut di Kabupaten Takalar. Berdasarkan uraian di atas maka perlu untuk diadakan edukasi terhadap Masyarakat terutama pembudidaya rumput laut mengenai pencegahan kelelahan kerja pada pembudidaya rumput laut di Lingkungan Pattitanggang Kecamatan Mappakasunggu Kabupaten Takalar.

METODE

Metode pelaksanaan yang digunakan dalam pengabdian ini adalah penyuluhan, yaitu ceramah dan sosialisasi dengan alat bantu berupa LCD Proyektor. Dalam melaksanakan metode ini pemateri menyampaikan materi dan sosialisai kepada peserta pengabdian yang meliputi pembudidaya rumput laut Lingkungan Pattitanggang Kecamatan Mappakasunggu Kabupaten Takalar. Pada saat sosialisasi berlangsung, prnyampaian materi dilakukan menggunakan power point. Setelah penyampaian materi, maka peserta yang hadir diberikan kesempatan untuk berdiskusi, berkomentar, maupun memberikan pertanyaan terkait materi yang disampaikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian diawali dengan tim pengabdian yang berkumpul di lingkungan kampus Politeknik Kesehatan Megarezky untuk terlebih dahulu melakukan persiapan sebelum berangkat ke lokasi di Kabupaten Takalar. Tim berangkat ke lokasi pada pukul 08.00 WITA dan tiba di Takalar pada pukul 10.00 WITA dan terlebih dahulu melakukan koordinasi dengan pemerintah setempat dalam hal ini kepala Kelurahan Takalar untuk kemudian diarahkan ke lingkungan yang menjadi sasaran pelaksanaan penyuluhan.

Kegiatan penyuluhan dilaksanakan pada hari Sabtu, 24 Juni 2023. Kegiatan dimulai pada pukul 10.00 Wita di Masjid lingkungan Pattitanggang, Kecamatan Mappakasunggu, Kabupaten Takalar dan dihadiri oleh 29 orang. Pada awal pertemuan diawali dengan pembukaan oleh Wakil Direktur IV Politeknik Kesehatan Megarezky, perkenalan dari Ketua Prodi -IV Keselamatan dan Kesehatan Kerja Politeknik Kesehatan Megarezky, narasumber dan mahasiswa kepada peserta yang hadir pada saat itu. Setelah kegiatan pembukaan, tim penyuluhan memaparkan materi tentang pencegahan kelelahan kerja. Pemaparan materi dilakukan selama 45 menit kemudian dilanjutkan dengan sesi tanya jawab selama 10 menit. Materi penyuluhan yang diberikan adalah informasi mengenai kelelahan, faktor risiko, dampak serta pengendalian dan pencegahannya pada pembudidaya rumput laut.

Output yang hendak dicapai melalui kegiatan ini yakni peningkatan pengetahuan masyarakat terkait pencegahan dermatitis bagi pembudidaya rumput laut. Hal ini dibuktikan dengan terjawabnya seluru pertanyaan yang dilontarkan kepada masyarakat secara langsung dapat dijawab dengan tepat. Adapun respon masyarakat terhadap pelaksanaan penyuluhan ini sangat antusias. Hal ini terlihat dari kekatifan peserta selama pemaparan materi maupun proses diskusi. Melalui pelaksanaan pengabdian ini masyarakat khususnya pembudidaya rumput laut dapat lebih menaruh perhatian pada upaya pencegahan kelelahan kerja yang disebabkan oleh pekerjaannya. Peningkatan pengetahuan

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

pembudidaya rumput laut terkait pencegahan kelelahan kerja diharapkan dapat menjadi awal terbentuknya budaya keselamatan dan kesehatan kerja. Adapun dokumentasi kegiatan pengabdian dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 1.
Penyampaian Materi Penyuluhan



Gambar 2.
Foto Bersama Tim Pengabdian dan Masyarakat yang Hadir

KESIMPULAN

Secara deskriptif, *output* dari kegiatan ini ialah bertambahnya pengetahuan masyarakat terkait terkait kelelahan kerja dan pencegahannya pada pembudidaya rumput laut untuk menghindari risiko pekerjaannya. Adapun respon masyarakat terhadap pelaksanaan penyuluhan ini sangat antusias. Antusiasme ini terlihat dari keaktifan beberapa peserta penyuluhan yang bertanya saat pemaparan materi maupun pada saat sesi tanya jawab dan diskusi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih diucapkan kepada seluruh masyarakat Lingkungan Pattitangngang Kabupaten Takalar, beserta pemerintah setempat atas partisipasi dan penerimaannya terhadap program pengabdian kepada masyarakat yang telah dilaksanakan.

DAFTAR PUSTAKA

- Hermawan, B., Haryono, W., & Soebijanto, S. (2017). Sikap, Beban Kerja dan Kelelahan Kerja pada Pekerja Pabrik Produksi Aluminium di Yogyakarta. *Berita Kedokteran Masyarakat*, 33(4), 213–218.
- Juliana, M., Camelia, A., & Rahmiwati, A. (2018). Analisis Faktor Risiko Kelelahan Kerja pada Karyawan Bagian Produksi PT. Arwana Anugrah Keramik, Tbk. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 53–63.
- Latief, A. W. L., Bahar, S. N., Maharja, R., Rostati, M. I., & Irsyad, M. (2022). Faktor Yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja Pada Petani. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA) Vol*, 4(1).
- Permatasari, I., Nitami, M., Veronika, E., & Situngkir, D. (2021). Analisis Risiko Postur Kerja Pada Petani Budidaya Rumput Laut dengan Metode REBA Di Desa Pantai Mekar Kec. Muara Gembong Kab. Bekasi Tahun 2022. *JCA of Health Science*, 1(02).
- Rahayu, R. (2017). Gambaran Kelelahan Kerja pada Petani Rumput Laut di Kecamatan Pa'jukukang Kabupaten Bantaeng. Skripsi Fakultas kedokteran. UIN Alauddin Makasar.
- Rahmawati, I., Batara, A. S., & Rahman. (2024). Hubungan Beban Kerja, Lama Kerja, Status Gizi Dengan Kelelahan Kerja Di PT. Japfa Makassar. *Window of Public Health Journal*, 5(2), 311–320.
- Talakua, E. G., & Pentury, F. (2017). Maksimasi Keuntungan Usaha Budidaya Rumput Laut di Desa Sathean. *PAPALELE (Jurnal Penelitian Sosial Ekonomi Perikanan dan Kelautan)*, 1(1), 1–8.
- Thamrin, Y. (2020). Kelelahan Kerja pada Pekerja Rumput Laut di Kabupaten Takalar. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 16(2), 272–280.
- Wurarah, M. L., Kawatu, P. A. T., & Akili, R. H. (2020). Hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja pada petani. *Indonesian Journal of Public Health and Community Medicine*, 1(2), 6–10.