

MANAJEMEN KESEHATAN KERJA

Pengertian Kesehatan Kerja

- Upaya Kesehatan Kerja adalah upaya penyesuaian antara kapasitas kerja, beban kerja dan lingkungan kerja agar setiap pekerja dapat bekerja secara sehat tanpa membahayakan dirinya sendiri maupun masyarakat di sekelilingnya, agar diperoleh produktivitas kerja yang optimal (UU Kesehatan Tahun 1992 Pasal 23).
- Konsep dasar dari Upaya Kesehatan Kerja ini adalah : Identifikasi permasalahan, Evaluasi dan dilanjutkan dengan tindakan pengendalian.

Ruang Lingkup Kesehatan Kerja

Kesehatan Kerja meliputi berbagai upaya penyesuaian antara pekerja dengan pekerjaan dan lingkungan kerjanya baik fisik maupun psikis dalam hal cara/metode kerja, proses kerja dan kondisi yang bertujuan untuk :

1. Memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan kerja masyarakat pekerja di semua lapangan kerja setinggi-tingginya baik fisik, mental maupun kesejahteraan sosialnya.
2. Mencegah timbulnya gangguan kesehatan pada masyarakat pekerja yang diakibatkan oleh keadaan/kondisi lingkungan kerjanya.
3. Memberikan pekerjaan dan perlindungan bagi pekerja di dalam pekerjaannya dari kemungkinan bahaya yang disebabkan oleh faktor-faktor yang membahayakan kesehatan.
4. Menempatkan dan memelihara pekerja disuatu lingkungan pekerjaan yang sesuai dengan kemampuan fisik dan psikis kerjanya.

Kapasitas Kerja, Beban Kerja dan Lingkungan Kerja

Kapasitas kerja, beban kerja dan lingkungan kerja merupakan tiga komponen utama dalam kesehatan kerja, dimana hubungan interaktif dan serasi antara ketiga komponen tersebut akan menghasilkan kesehatan kerja yang baik dan optimal.

Kapasitas kerja yang baik seperti status kesehatan kerja dan gizi kerja yang baik serta kemampuan fisik yang prima diperlukan agar seorang pekerja dapat melakukan pekerjaannya dengan baik.

Kondisi atau tingkat kesehatan pekerja sebagai (modal) awal seseorang untuk melakukan pekerjaan harus pula mendapat perhatian. Kondisi awal seseorang untuk bekerja dapat dipengaruhi oleh kondisi tempat kerja, gizi kerja dan lain-lain.

Beban kerja meliputi beban kerja fisik maupun mental. Akibat beban kerja yang terlalu berat atau kemampuan fisik yang terlalu lemah dapat mengakibatkan seorang pekerja menderita gangguan atau penyakit akibat kerja.

Kondisi lingkungan kerja (misalnya panas, bising debu, zat-zat kimia dan lain-lain) dapat merupakan beban tambahan terhadap pekerja. Beban-beban tambahan tersebut secara sendiri-sendiri atau bersama-sama dapat menimbulkan gangguan atau penyakit akibat kerja.

Gangguan kesehatan pada pekerja dapat disebabkan oleh faktor yang berhubungan dengan pekerjaan maupun yang tidak berhubungan dengan pekerjaan. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa status kesehatan masyarakat pekerja dipengaruhi tidak hanya oleh bahaya kesehatan ditempat kerja dan lingkungan kerja tetapi juga oleh factor-faktor pelayanan kesehatan kerja, perilaku kerja serta faktor lainnya.

Lingkungan Kerja dan Penyakit Akibat Kerja yang ditimbulkan

Penyakit akibat kerja yang berhubungan dengan pekerjaan dapat disebabkan oleh pemajanan dilingkungan kerja. Dewasa ini terdapat kesenjangan antara pengetahuan ilmiah tentang bagaimana bahaya-bahaya kesehatan berperan dan usaha-usaha untuk mencegahnya. Misalnya antara penyakit yang sudah jelas penularannya dapat melauai darah dan pemakaian jarum suntik yang berulang-ulang, atau perlindungan yang belum baik pada para pekerja Rumah sakit dengan kemungkinan terpajan melalui kontak langsung.

Untuk mengantisipasi permasalahan ini maka langkah awal yang penting adalah pengenalan / identifikasi bahaya yang bisa timbul dan di Evaluasi, kemudian dilakukan pengendalian. Untuk mengantisipasi dan mengetahui kemungkinan bahaya dilingkungan kerja ditempuh tiga langkah utama, yakni:

1. Pengenalan lingkungan kerja.

Pengenalan lingkungan kerja ini biasanya dilakukan dengan cara melihat dan mengenal (“walk through inspection”), dan ini merupakan langkah dasar yang pertama-tama dilakukan dalam upaya kesehatan kerja.

2. Evaluasi lingkungan kerja.

Merupakan tahap penilaian karakteristik dan besarnya potensi-potensi bahaya yang mungkin timbul, sehingga bisa untuk menentukan prioritas dalam mengatasi permasalahan.

3. Pengendalian lingkungan kerja.

Dimaksudkan untuk mengurangi atau menghilangkan pemajanan terhadap zat/bahan yang berbahaya dilingkungan kerja. Kedua tahapan sebelumnya, pengenalan dan evaluasi, tidak dapat menjamin sebuah lingkungan kerja yang sehat. Jadi hanya

dapat dicapai dengan teknologi pengendalian yang adekuat untuk mencegah efek kesehatan yang merugikan di kalangan para pekerja.

- Pengendalian lingkungan (*Environmental Control Measures*)

- Disain dan tata letak yang adekuat
- Penghilangan atau pengurangan bahan berbahaya pada sumbernya.

- Pengendalian perorangan (*Personal Control Measures*)

Penggunaan alat pelindung perorangan merupakan alternatif lain untuk melindungi pekerja dari bahaya kesehatan. Namun alat pelindung perorangan harus sesuai dan adekuat .

Pembatasan waktu selama pekerja terpajan terhadap zat tertentu yang berbahaya dapat menurunkan risiko terkenanya bahaya kesehatan di lingkungan kerja.

Kebersihan perorangan dan pakaiannya, merupakan hal yang penting, terutama untuk para pekerja yang dalam pekerjaannya berhubungan dengan bahan kimia serta partikel lain.

Landasan Hukum Kesehatan Kerja

- U.U No.14 tahun.1969 tentang ketentuan Pokok Tenaga Kerja.
- U.U No.1 tahun 1970 tentang Keselamatan Kerja.
- U.U No.23 tahun 1992 tentang Kesehatan.
- U.U No.3 tahun 1992 tentang Jaminan Sosial Tenaga Kerja.
- Beberapa keputusan bersama antara Departemen Kesehatan dengan Departemen lain yang berkaitan dengan Kesehatan dan Keselamatan Kerja.
- P.P No.32 tahun. 1996 tentang Tenaga Kesehatan.

- Keputusan Presiden No.22 tahun 1993 tentang penyakit yang timbul karena hubungan kerja.
- Permenkes RI No 986/ 1992 dan Keputusan Dirjen P2M-PL No. HK.00.06.44 dan No.00.06.6.598 mengenai beberapa Aspek Persyaratan Lingkungan Rumah Sakit.
- SK Menkes No.43 Tahun 1988 tentang cara pembuatan obat yang baik (CPOB).
- Konvensi No. 155/1981, ILO menetapkan kewajiban setiap negara untuk merumuskan melaksanakan dan mengevaluasi kebijaksanaan nasionalnya di bidang kesehatan dan keselamatan kerja serta lingkungannya.

Srategi

- Mengembangkan kebijakan dan pemantapan manajemen program kesehatan kerja.
- Meningkatkan SDM Kesehatan Kerja.
- Surveilans epidemiolog PAK dan PAHK.
- Intensifikasi Penatalaksanaan Penyakit Akibat Kerja (PAK) dan Penyakit Akibat Hubungan Kerja (PAHK).
- Mengembangkan Sistem Informasi Kesehatan Kerja (SIM-KK).
- Pengembangan model lingkungan kerja sehat berbasis wilayah.
- Meningkatkan kemitraan dan promosi kesehatan kerja

Kebijakan

- Menggali sumber daya untuk optimalisasi tugas dan fungsi institusi pelayanan kesehatan dasar dan rujukan pemerintah maupun swasta di bidang pelayanan kesehatan dan Keselamatan kerja
- Meningkatkan profesionalisme para pelaku dalam pembinaan dan pelayanan kesehatan kerja di pusat, propinsi, Kab/Kota.
- Mengembangkan jaringan kerjasama pelayanan kesehatan dan keselamatan kerja dan meningkatkan mutu pelayanan kesehatan kerja bagi angkatan kerja.

- Mengembangkan tenaga ahli kesehatan kerja dan dokter kesehatan kerja sebagai pemberi pelayanan kesehatan utama dengan pelayanan kesehatan paripurna
- Mengembangkan kerjasama lintas sektor dan kemitraan dengan lembaga swadaya masyarakat, serta organisasi profesi
- Mendorong agar setiap angkatan kerja menjadi peserta dana sehat/asuransi kesehatan sebagai perwujudan keikutsertaannya dalam upaya pemeliharaan kesehatan diri, keluarga dan lingkungannya.
- Mengembangkan iklim yang mendorong dunia usaha yang partisipatif dalam pelebagaan Kesehatan dan Keselamatan Kerja di tempat kerja
- Mengembangkan peran serta masyarakat pekerja dengan meningkatkan pembentukan UKBM maupun mengaktifkan kegiatan Pos UKK yang sudah ada.
- Mengembangkan sistem informasi Manajemen Kesehatan dan Keselamatan Kerja sebagai upaya pemantapan surveilans epidemiologi penyakit dan kecelakaan akibat kerja.



Promosi Kesehatan di Tempat Kerja

Definisi dan Kerangka Kosep

Promosi kesehatan di tempat kerja merupakan komponen kegiatan pelayanan pemeliharaan/ perlindungan kesehatan pekerja dari suatu pelayanan kesehatan kerja. Sayangnya sekali, dalam beberapa hal promosi kesehatan di tempat kerja dikembangkan sebagai kegiatan yang terpisah dari pelayanan kesehatan kerja. Hal ini selain membuang sumber daya, juga tidak efektif dalam kemajuan program promosi kesehatan di tempat kerja.

Sehat berarti tidak hanya ketiadaan suatu penyakit tapi optimalnya kondisi fisik, mental dan kesejahteraan sosial. Promosi kesehatan kerja didefinisikan sebagai proses yang memungkinkan pekerja untuk meningkatkan kontrol terhadap kesehatannya. Jika dilihat dalam konteks yang lebih luas, promosi kesehatan di tempat kerja adalah rangkaian kesatuan kegiatan yang mencakup manajemen dan pencegahan penyakit baik penyakit umum maupun penyakit yang berhubungan dengan pekerjaan serta peningkatan kesehatan pekerja secara optimal. Jadi dapat disimpulkan bahwa promosi kesehatan di tempat kerja (*health promotion at the workplace*) adalah program kegiatan yang direncanakan dan ditujukan pada peningkatan kesehatan para pekerja beserta anggota keluarga yang ditanggungnya dalam konteks tempat kerja.

Promosi kesehatan di tempat kerja diselenggarakan berdasarkan suatu kerangka konsep (*framework*), yang dibangun melalui beberapa kunci seperti ; pendekatan (*approach*), strategi (*strategies*), area prioritas (*priority areas*), faktor yang mempengaruhi (*influence factors*), dan lain-lain. Bagan kerangka konsep dapat dilihat di bawah ini :

Pendekatan Langkah Area Prioritas Faktor Perilaku sehat

Strategi Pengaruh & positif

Tujuan

Tujuan promosi kesehatan di tempat kerja adalah untuk mempengaruhi sikap masing-masing pekerja mengenai kesehatannya secara individu, sehingga dari hari ke hari mereka akan menentukan keputusan atas pilihannya secara personal, menuju gaya hidup yang sehat dan lebih positif.

Tujuan khusus secara jelas harus dinyatakan dan disampaikan pada semua pekerja yang berpartisipasi dalam program. Yang termasuk tujuan khusus adalah sbb;

- Mempengaruhi pekerja untuk menerima dan memelihara gaya hidup yang sehat dan positif.
- Mempengaruhi pekerja untuk menerima dan memelihara kebiasaan makan makanan dengan kandungan gizi yang optimal.
- Mempengaruhi pekerja untuk berhenti merokok.
- Mempengaruhi pekerja untuk mengurangi/menurunkan/menghilangkan penyalahgunaan obat dan alkohol.
- Membantu pekerja untuk terbiasa mengatasi stress yang dialami dalam kehidupannya.
- Mengajarkan pekerja mengenai kemampuan P3K dan CPR.
- Mengajarkan pekerja mengenai penyakit umum dan penyakit yang berhubungan dengan pekerjaannya serta bagaimana mencegah serta meminimalisasi akibatnya.
- Mengadakan penilaian menyeluruh secara medis.

Manfaat Promosi Kesehatan di Tempat Kerja

- Bagi pihak manajemen tempat kerja
- Meningkatnya dukungan terhadap program kesehatan dan keselamatan pekerja di tempat kerja
- Citra positif (tempat kerja yang maju & peduli kesehatan)
- Meningkatnya moral staf

- Menurunnya angka kemangkiran karena sakit
- Meningkatnya produktivitas
- Menurunnya biaya kesehatan
- Bagi pekerja
- Meningkatnya percaya diri
- Menurunnya stress
- Meningkatnya semangat kerja
- Meningkatnya kemampuan mengenali dan mencegah penyakit
- Meningkatnya kesehatan individu, keluarga dan masyarakat sekitar.

Pendekatan Program

Tahun-tahun belakangan ini menunjukkan bahwa meningkatnya sejumlah pengusaha dalam mengimplementasikan kegiatan promosi kesehatan di tempat kerja bagi pekerjanya. Program yang diperkenalkan ini merupakan kegiatan pelayanan kesehatan kerja yang sifatnya sukarela, akan tetapi terbukti bermanfaat bagi pekerja dan merupakan kegiatan yang cukup populer dan dilakukan secara bertahap sesuai ketersediaan fasilitas di tempat kerja.

Secara langsung, program ini dijalankan oleh pengusaha, dan hasilnya cukup berhasil dengan adanya dukungan dari assosiasi pekerja.

Manajemen program yang ditawarkan harus terspesialisasi dan professional serta diawali dengan kegiatan yang mudah diterapkan oleh pekerja.

Secara khusus, program promosi kesehatan di tempat kerja diterapkan melalui 3 (tiga) pendekatan yakni; pendidikan kesehatan (*health education*), kedokteran pencegahan (*preventive medicine*) dan kebugaran fisik (*physicall fitness*).

KESIMPULAN

1. Upaya penyesuaian antara kapasitas kerja, beban kerja dan lingkungan kerja agar setiap pekerja dapat bekerja secara sehat tanpa membahayakan dirinya sendiri maupun masyarakat di sekelilingnya, agar diperoleh produktivitas kerja yang optimal.
2. Untuk mempengaruhi sikap masing-masing pekerja mengenai kesehatannya secara individu, sehingga dari hari ke hari mereka akan menentukan keputusan atas pilihannya secara personal, menuju gaya hidup yang sehat dan lebih positif.
3. Memberikan pekerjaan dan perlindungan bagi pekerja di dalam pekerjaannya dari kemungkinan bahaya yang disebabkan oleh faktor-faktor yang membahayakan kesehatan.
4. Memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan kerja masyarakat pekerja di semua lapangan kerja setinggi-tingginya baik fisik, mental maupun kesejahteraan sosialnya.
5. Menempatkan dan memelihara pekerja disuatu lingkungan pekerjaan yang sesuai dengan kemampuan fisik dan psikis pekerjanya.
6. Mencegah timbulnya gangguan kesehatan pada masyarakat pekerja yang diakibatkan oleh keadaan/kondisi lingkungan kerjanya.