

Peningkatan Pengetahuan K3 pada Guru PAUD untuk Meningkatkan Keselamatan, Kesehatan dan Produktivitas Kerja

Ekawati¹, Ida Wahyuni*¹, Yuliani Setyaningsih¹, Bina Kurniawan¹

¹Program Studi Keselamatan dan Kesehatan Kerja, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Diponegoro, Semarang, Indonesia

*Corresponding author: wahyuni_ida23@yahoo.co.id

ABSTRAK

Guru Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD), berperan penting dalam pembentukan karakter dan kesehatan dasar anak sejak dini, pada proses pembangunan sumber daya manusia (SDM), yang tangguh dan berdaya saing. Dalam menjalankan tugasnya, para guru melakukan berbagai macam aktivitas, baik secara fisik maupun mental. Guru menghadapi berbagai potensi bahaya saat bekerja. Banyak guru yang belum memahami potensi bahaya tersebut. Tujuan kegiatan ini untuk meningkatkan pengetahuan guru terhadap potensi bahaya saat bekerja serta cara untuk mengendalikannya. Kegiatan ini dilakukan di PAUD Nurul Ilmi pada Agustus 2024 melalui metode pemberian sosialisasi serta evaluasi dengan pretes dan postes. Hasil tes menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan meskipun masih ada peserta yang berpengetahuan buruk. Pemberian buku saku “bekerja aman dan sehat” diharapkan dapat lebih meningkatkan pengetahuan K3 bagi para guru PAUD.

Kata Kunci: pengetahuan K3, guru PAUD, produktivitas kerja

ABSTRACT

Preschool (PAUD) teachers play an important role in forming children's character and basic health from an early age, in the process of developing strong and competitive human resources (HR). In carrying out their duties, teachers carry out various kinds of activities, both physically and mentally. Teachers have various potential dangers while working. Many teachers do not understand the potential dangers. The aim of this activity was to increase teachers' knowledge of potential dangers at work and how to control them. This activity was carried out at PAUD Nurul Ilmi in August 2024 through the method of providing socialization and evaluation with pre-test and post-test. The test results show an increase in knowledge even though there were still participants who have poor knowledge. It is hoped that the provision of the pocket book "Working Safely and Healthily" can further increase OSH knowledge for PAUD teachers.

Keywords: OSH knowledge, preschool teachers, work productivity

PENDAHULUAN

Guru pada Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD), berperan penting dalam pembentukan karakter dan kesehatan dasar anak sejak dini, pada proses pembangunan sumber daya manusia (SDM), yang tangguh dan berdaya saing. Berdasarkan data Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, Riset dan Teknologi, terdapat 46,93 ribu guru Satuan PAUD Sejenisnya (SPS), pada semester ganjil Tahun Ajaran (TA) 2022/2023. Saat ini jumlah anak yang bersekolah di jenjang PAUD sekitar 6,72 juta anak. pemenuhan kompetensi dan jumlah guru PAUD merupakan salah satu langkah yang harus dipenuhi, dalam upaya pembangunan SDM yang berdaya saing. Usia PAUD merupakan periode emas dalam pembentukan karakter dan intervensi, untuk mewujudkan peningkatan daya tahan tubuh yang

sangat penting bagi perjalanan hidup setiap anak di masa datang. Dibutuhkan guru-guru PAUD yang memiliki kompetensi dan pengetahuan yang memadai, berkaitan dengan tumbuh kembang anak, baik secara fisik maupun mental. (Maryatun, 2016)

Tanggung jawab guru PAUD yang demikian berat membutuhkan kondisi keselamatan dan kesehatan guru yang prima. Proses pembelajaran yang melibatkan berbagai aktivitas baik fisik maupun mental tentu sangat melelahkan bagi fisik dan mental para guru. Ditambah lagi aktivitas para guru PAUD bukan hanya dalam belajar tetapi juga mendampingi dalam proses pembentukan karakter bagi anak didik. Aktivitas yang cukup kompleks dalam mengasuh para anak didik membutuhkan kondisi fisik dan mental guru yang tangguh. (Zamzam *et al.*, 2023)

Sebuah penelitian terhadap guru PAUD di Kecamatan Tembilahan Kabupaten Indragiri Hilir menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang berkategorikan kuat antara kesehatan mental dengan kinerja guru dengan arah yang positif dimana artinya semakin rendah kesehatan mental maka semakin rendah juga kinerja guru, dengan nilai koefisien determinan yang dihasilkan adalah sebesar 56,4% yang memiliki makna bahwa kesehatan mental memberikan kontribusi sebesar 56,4% terhadap kinerja guru. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kesehatan mental dengan kinerja guru PAUD di Kecamatan Tembilahan Kabupaten Indragiri Hilir.(Nurrady *et al.*, 2022)

Penelitian pada guru TK di Denmark menunjukkan bahwa paparan fisik tetapi juga faktor psikososial merupakan faktor risiko terjadinya ketidakhadiran akibat sakit jangka panjang. Hal tersebut juga dapat dikaitkan dengan lingkungan kerja fisik. Mekanisme yang terjadi digambarkan dengan munculnya gejala depresi, nyeri hebat di tangan dan punggung bawah.(Burr, Pedersen and Hansen, 2011) Sebuah penelitian juga menemukan bahwa beberapa jenis beban kerja fisik yang diteliti merupakan faktor risiko *long-term sickness absence* (LTSA) bila melebihi 25% waktu kerja. Jumlah gabungan beban kerja fisik yang lebih tinggi dikaitkan dengan peningkatan risiko secara progresif. Studi tersebut menggarisbawahi pentingnya beban kerja fisik sebagai faktor risiko LTSA pada populasi pekerja secara umum serta pekerja kerah biru.(Andersen *et al.*, 2016) Penelitian lain juga menemukan bahwa risiko LTSA secara bertahap meningkat seiring dengan meningkatnya sejumlah faktor yang terkait dengan tuntutan kerja fisik yang tinggi, yang menggarisbawahi pentingnya faktor-faktor gabungan dalam penilaian risiko dan intervensi pencegahan LTSA.(Andersen *et al.*, 2016)

Sebuah penelitian terkait stres pada guru TK menyimpulkan bahwa tingkat stres guru taman kanak-kanak di Kota Kendari adalah 62% mengalami stres (33% stres ringan, 21% stres sedang, 7% stres berat) dan 37,5% dalam tingkatan yang normal. Sedangkan kemampuan manajemen stres yang dimiliki oleh para guru Taman Kanak-kanak di Kota Kendari adalah 95% memiliki kemampuan manajemen stres yang sedang (cukup) dan 5% memiliki kemampuan manajemen stres yang rendah.(Esita and Rohmiati, 2016)

METODE PELAKSANAAN PENGABDIAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan metode *participatory community service*. Adapun rangkaian kegiatan yang dilakukan adalah penyampaian materi dan tanya jawab. Selain itu juga dilakukan praktik cara mengidentifikasi potensi bahaya pekerjaan serta bagaimana cara mengendalikannya. Metode evaluasi yang dilakukan adalah melalui pretes di awal pertemuan dan postes yang dilakukan di akhir pertemuan.

Prosedur kegiatan diawali dengan koordinasi bersama tokoh guru PAUD di Kota Semarang. Dan pelaksanaan kegiatan sesuai dengan kesepakatan waktu yang telah ditentukan dengan kegiatan penyampaian materi tentang bekerja aman dan sehat untuk meningkatkan kesehatan dan produktivitas kerja pada guru PAUD.

Sebanyak 37 guru PAUD berpartisipasi dalam kegiatan ini. Pekerja berasal dari berbagai PG/TK yang berlokasi di area Tembalang Kota Semarang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian diawali dengan koordinasi dengan salah satu guru TK untuk meminta izin kegiatan sekaligus merencanakan jadwal kegiatan pengabdian. Bersamaan dengan kegiatan tersebut, tim juga melakukan persiapan materi pengabdian masyarakat, menyusun soal pretes dan postes. Kegiatan dilaksanakan dengan melibatkan para guru TK yang tergabung dalam organisasi HIMPAUDI Kota Semarang. Kegiatan diisi dengan sambutan dan penjelasan teknis terkait kegiatan pengabdian. Para guru juga diajak mengikuti game seru yang telah disiapkan tim pengabdian.

Setelah itu, dilakukan kegiatan pretes, untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan para guru mengenai kesiapsiagaan terhadap kondisi darurat. Saat pengisian pretes selesai, para guru diberikan materi berupa buku saku terkait cara kerja aman dan sehat bagi guru TK. Kegiatan ini berlangsung cukup atraktif dan kondusif. Para guru juga antusias dalam sesi tanya jawab. Kemudian para guru diajak untuk bermain dalam permainan edukatif terkait K3 pada guru. Para guru sangat antusias mengikuti kegiatan ini dan berharap akan ada kegiatan serupa kembali.

Tim pengabdian masyarakat kembali menyampaikan form tes (postes) pada para guru yang telah diberikan materi pada kegiatan sebelumnya. Setelah melakukan postes, tim pengabdian memberikan penjelasan kembali (review) kepada beberapa guru TK terkait materi yang diberikan. Hal ini dilakukan agar saat

kegiatan pengabdian sudah selesai, para guru dapat terus membaca dan memahami informasi terkait cara bekerja aman dan sehat pada guru TK.



Gambar 1. Foto bersama peserta dan tim pengabdian masyarakat

Hasil tes menunjukkan bahwa ada peningkatan pengetahuan K3 pada guru PAUD. Kategori pengetahuan baik pada saat pretes hanya sebesar 62,2% sedangkan saat postes meningkat menjadi 70,3%. Begitu pula pengetahuan dalam kategori buruk menurun dari 37,8% menjadi 29,7% (terlihat pada tabel 1).

Tabel 1. Hasil pretes postes

Kategori Pengetahuan	Pretes (n=37)	Postes (n=37)
Buruk	14 (37,8%)	11 (29,7%)
Baik	23 (62,2%)	26 (70,3%)

Pemberian sosialisasi tentang bekerja aman dan sehat bagi guru PAUD dilaksanakan pada Hari Kamis tanggal 8 Agustus 2024 bertempat di TK Nurul Ilmi Kota Semarang. Peserta mendengarkan dengan seksama materi yang diberikan. Materi berisi tentang review berbagai tugas guru PAUD dan potensi bahaya yang ada pada pekerjaan tersebut disertai dengan penyakit akibat kerja yang bisa terjadi. Peserta antusias menyimak sesi penyuluhan yang disampaikan. Beberapa peserta mengajukan pertanyaan yang dibahas dan dijawab oleh tim pengabdian. Selain itu peserta juga dilibatkan dalam diskusi terkait kasus yang berkaitan dengan beberapa contoh potensi bahaya pada pekerjaan guru PAUD.

Dalam sesi diskusi dapat diidentifikasi potensi bahaya yang ada pada pekerjaan guru PAUD diantaranya kelelahan, *manual handling* dan postur kerja yang kurang ergonomis. *Manual handling* dan postur kerja yang tidak ergonomis pada guru akan memicu timbulnya keluhan pegal, nyeri, kaku pada otot rangka. Solusinya pekerja harus memastikan selalu bekerja dengan postur yang ergonomis. Guru taman kanak-kanak sering

kali mengambil posisi yang canggung selama bekerja, terutama posisi mengangkat (93,6%) dan jongkok (61,1%). Nyeri muskuloskeletal yang dirasakan sering terjadi, terutama nyeri serviks (63,3%) dan nyeri lumbosakral (67,5%).(Sottimano *et al.*, 2018) Kemampuan bekerja ditemukan baik atau biasa-biasa saja, dan berbanding terbalik dengan usia. Depresi memiliki prevalensi yang cukup rendah (2%).(Sottimano *et al.*, 2018) Penyakit mental dan psikosomatis lebih sering terjadi pada guru dibandingkan pada non-guru, begitu pula keluhan nonspesifik seperti kelelahan, kelelahan, sakit kepala, dan ketegangan.(Scheuch, Haufe and Seibt, 2015)

Meskipun bekerja di dalam ruangan, para guru juga dapat terpapar iklim kerja panas yang berpotensi membuat para guru mengalami dehidrasi dan kelelahan bila tidak cukup asupan minumannya. Kadangkala padatnya tugas seorang guru membuat para guru lupa untuk minum. Padahal air merupakan nutrisi penting bagi tubuh manusia dan kunci utama kelangsungan hidup adalah mencegah dehidrasi. Namun, masih ada berbagai perdebatan mengenai jumlah air minum atau minuman lain yang diperlukan untuk mendapatkan tingkat hidrasi yang cukup.(Marcos *et al.*, 2014)

Adanya peningkatan pengetahuan para guru terhadap potensi bahaya keselamatan dan kesehatan kerja juga harus mendapatkan apresiasi meskipun masih sedikit peningkatannya. Penyampaian informasi terkait K3 memang tidak akan langsung memberikan pengaruh yang besar. Perlu upaya berulang-ulang untuk membuat perubahan yang signifikan. Begitu pula dalam upaya peningkatan pengetahuan K3 maupun intervensi K3 yang lain.(Vitrano and Micheli, 2024) Sosialisasi atau pemberian materi yang terus-menerus akan memberikan penyegaran informasi terkait K3 pada para pekerja untuk meningkatkan pengetahuan K3 mereka.(Ekawati *et al.*, 2022)

KESIMPULAN

Berdasarkan kegiatan pengabdian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa kegiatan pemberian materi cara bekerja aman dan sehat mampu meningkatkan pengetahuan para guru TK dalam mengelola potensi bahaya yang dihadapi saat bekerja. Selain itu, kegiatan ini juga meningkatkan *awareness* para guru pada lingkungan kerjanya. Peneliti merekomendasikan agar pemberian pengetahuan terkait K3 dilaksanakan terus-menerus untuk mendapatkan hasil yang lebih signifikan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terimakasih pada FKM Undip yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh guru PAUD yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Andersen, L.L. *et al.* (2016) 'Physical workload and risk of long-term sickness absence in the general working population and among blue-collar workers: prospective cohort study with register follow-up', *Occupational and Environmental Medicine*, 73(4), pp. 246–253. Available at: <https://doi.org/10.1136/oemed-2015-103314>.
- Burr, H., Pedersen, J. and Hansen, J.V. (2011) 'Work environment as predictor of long-term sickness absence: Linkage of self-reported DWECs data with the DREAM register', *Scandinavian Journal of Public Health*, 39(7_suppl), pp. 147–152. Available at: <https://doi.org/10.1177/1403494811401480>.
- Ekawati, E. *et al.* (2022) 'Pemberian Komunikasi, Informasi dan Edukasi sebagai Upaya Peningkatan Keselamatan dan Kesehatan Kerja pada Pekerja Tahu', *Journal of Public Health and Community Service*, 1(1), pp. 20–24. Available at: <https://doi.org/10.14710/jphcs.2022.13921>.
- Esita, Z. and Rohmiati, R. (2016) 'Stres dan Manajemen Stres Guru Taman Kanak-Kanak di Kota Kendari', *Jurnal RAP*, 7(2). Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/rap.un.v7i2.102627>.
- Marcos, A. *et al.* (2014) 'Physical activity, hydration and health', *Nutricion hospitalaria*, 29(6), pp. 1224–1239. Available at: <https://doi.org/10.3305/nh.2014.29.6.7624>.
- Maryatun, I.B. (2016) 'PERAN PENDIDIK PAUD DALAM MEMBANGUN KARAKTER ANAK', *Jurnal Pendidikan Anak*, 5(1). Available at: <https://doi.org/10.21831/jpa.v5i1.12370>.
- Nurrady *et al.* (2022) 'Hubungan Kesehatan Mental Dengan Kinerja Guru PAUD di Kecamatan Tembilahan Kabupaten Indragiri Hilir', *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 4(5). Available at: <https://doi.org/10.31004/jpdk.v4i5.7945>.
- Scheuch, K., Haufe, E. and Seibt, R. (2015) 'Teachers' Health', *Deutsches Ärzteblatt international* [Preprint]. Available at: <https://doi.org/10.3238/arztebl.2015.0347>.
- Sottimano, I. *et al.* (2018) 'I break and bend. Posture, lifts and musculoskeletal disorders among preschool teachers', *La Medicina del lavoro*, 110(5), pp. 363–374. Available at: <https://doi.org/10.23749/mdl.v110i5.7299>.
- Vitrano, G. and Micheli, G.J.L. (2024) 'Effectiveness of Occupational Safety and Health interventions: a long way to go', *Frontiers in Public Health*, 12. Available at: <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1292692>.
- Zamzam, R. *et al.* (2023) 'PENDIDIKAN, PEMBERDAYAAN GURU PAUD DALAM 2023, KESEHATAN MENTAL DI IGABA DKI JAKARTA TAHUN', in *Prosiding Seminar Nasional LPPM UMJ*. Jakarta. Available at: <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>.