

### SKRINING DAN KONSELING KESEHATAN DALAM UPAYA MENINGKATKAN MANAJEMEN KESEHATAN DIRI DAN PENCEGAHAN PENYAKIT DEGENERATIF PADA PEKERJA PABRIK

Nurul Mawaddah<sup>1</sup>, Atikah Fatmawati<sup>2\*</sup>, Anndy Prastya<sup>3</sup>, Mujiadi<sup>4</sup>, Fitria Wahyu Ariyanti<sup>5</sup>,  
Ika Suhartanti<sup>6</sup>, Ike Prafita Sari<sup>7</sup>, Dwiharini Puspitaningsih<sup>8</sup>, Siti Rachmah<sup>9</sup>, Yudha Laga  
Hadi Kusuma<sup>10</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6,7,8,9,10</sup> Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit, Indonesia

e-mail: tikaners87@gmail.com<sup>2\*</sup>

Dikirim : 09 Februari 2024, Direvisi : 13 Maret 2024, Diterima: 15 Maret 2024

#### ABSTRAK

Pekerja pabrik beresiko tinggi mengalami penyakit degeneratif akibat gaya hidup yang kurang sehat, yang ditandai dengan adanya gejala sindrom metabolik seperti hipertensi, diabetes mellitus, obesitas dan gout arthritis. Sindrom metabolik merupakan kumpulan gejala terjadinya penyakit degeneratif yang harus dicegah keberlanjutannya karena menyebabkan penurunan fungsi jaringan dan organ, serta berdampak pada produktifitas kerja. Tujuan kegiatan ini adalah melakukan skrining kesehatan dan memberikan konseling kesehatan sebagai upaya peningkatkan manajemen kesehatan diri dan pencegahan penyakit degeneratif pada pekerja pabrik. Kegiatan ini dilaksanakan di PT Intidragon Suryatama Mojokerto yang diikuti oleh 150 pekerja. Tahapan kegiatan dimulai dengan melakukan skrining pemeriksaan kesehatan berupa pengukuran berat badan dan lingkar perut, indeks massa tubuh, tekanan darah, asam urat dan gula darah, dan dilanjutkan memberikan konseling kesehatan secara individu sesuai hasil skrining dan assessment lanjutan. Hasil skrining menunjukkan 48% pekerja memiliki riwayat penyakit diabetes mellitus, 40% memiliki riwayat penyakit hipertensi, 68,7% mengalami obesitas dan 29,3% mengalami gout arthritis. Selain itu juga terdapat peningkatan pengetahuan tentang penyakit degenerative dan cara pencegahannya. Hasil kegiatan ini mendapatkan respon positif dari seluruh pekerja serta dapat memberikan informasi kondisi kesehatan pekerja dan pengetahuan dalam pencegahan penyakit degeneratif. Diharapkan dengan adanya kegiatan ini para pekerja pabrik memahami cara mencegah dan meminimalkan faktor resiko terjadinya penyakit degeneratif.

**Kata kunci:** Skrining; konseling; penyakit degeneratif; manajemen kesehatan diri; pekerja pabrik

#### ABSTRACT

Factory workers are at high risk of degenerative diseases due to unhealthy lifestyles, characterized by symptoms of metabolic syndrome such as hypertension, diabetes mellitus, obesity and gouty arthritis. Metabolic syndrome is a collection of symptoms of degenerative diseases that must be prevented because it causes a decrease in tissue and organ function, and has an impact on work productivity. The purpose of this activity is to conduct health screening and provide health counseling as an effort to improve self-health management and prevention of degenerative diseases in factory workers. This activity was carried out at PT Intidragon Suryatama Mojokerto which was attended by 150 workers. The stages of the activity began with screening health checks in the form of measuring body weight and abdominal circumference, body mass index, blood pressure, uric acid and blood sugar, and continued to provide individual health counseling according to the results of screening and further assessment. The screening results showed that 48% of workers had a history of diabetes mellitus, 40% had a history of hypertension, 68.7% were obese

and 29.3% had gouty arthritis. There was also an increase in knowledge about degenerative diseases and how to prevent them. The results of this activity received a positive response from all workers and could provide information on workers' health conditions and knowledge in preventing degenerative diseases. It is hoped that with this activity, factory workers understand how to prevent and minimize risk factors for degenerative diseases.

**Key words:** Screening; counseling; degenerative diseases; self-health management; factory workers

## 1. PENDAHULUAN

Penyakit degeneratif menjadi penyakit dengan kematian terbesar didunia hingga saat ini. Penyakit degeneratif merupakan masalah kesehatan yang disebabkan karena adanya perubahan sel-sel tubuh sehingga fungsi organ dan jaringan yang terkait terus menurun seiring bertambahnya usia. Beberapa penyakit degeneratif seperti hipertensi, diabetes mellitus, obesitas, penyakit jantung hingga stroke dapat disebabkan salah satunya adalah gaya hidup yang kurang sehat (Anies, 2018). Penyakit degeneratif lebih beresiko terjadi pada pekerja, terutama pekerja yang lebih banyak menghabiskan waktu dengan duduk bekerja selama berjam-jam. Bekerja dengan posisi yang sama dalam waktu yang lama dapat memicu munculnya sejumlah penyakit, termasuk penyakit degenerative yang ditandai dengan adanya sindrom metabolik seperti obesitas, diabetes, kolesterol, asam urat dan hipertensi. Hal ini diakibatkan karena pekerja sulit menjalani pola hidup yang sehat, seperti pola makan yang kurang seimbang, banyak mengkonsumsi makanan cepat saji, tinggi lemak dan kalori, stress pekerjaan, kebiasaan merokok, serta kurangnya berolahraga atau aktifitas fisik (Alawiyah, 2018; Astutik et al., 2022; Prihastiwi, 2017)

Sumber daya manusia yang bekerja di kawasan pabrik atau industri merupakan aset penting perusahaan dalam kaitannya dengan proses produksi, sehingga aspek kesehatan menjadi penting untuk diperhatikan (Ridwan & Kamariah, 2019). Faktanya, kondisi Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) perusahaan di Indonesia secara umum termasuk rendah, sehingga akan sulit menghadapi persaingan pasar global. Setiap tenaga kerja berhak memperoleh perlindungan K3 yang optimal agar dapat bekerja secara sehat serta tidak membahayakan diri dan lingkungannya. Berdasarkan Peraturan Menteri Tenaga Kerja dan Transmigrasi No. 02/MEN/1980, pemeriksaan kesehatan merupakan agenda wajib yang harus dilakukan oleh perusahaan agar terhindar dari kondisi yang disebabkan oleh riwayat penyakit pekerja sebelumnya, gangguan fisik dan gangguan mental pekerja, serta penyakit akibat kerja (Ridwan and Kamariah, 2019). Penyakit akibat kerja dapat diakibatkan oleh pemaparan terus menerus terhadap lingkungan pekerjaannya dalam jangka panjang, sehingga menimbulkan berbagai penyakit. Oleh karena itu dibutuhkan upaya preventif untuk perlindungan pekerja dari timbulnya penyakit atau kecelakaan akibat kerja (Rahma et al., 2022).

Hal yang masih menjadi perhatian khusus juga di beberapa waktu ke belakang adalah meningkatnya jumlah kasus penyakit degeneratif, diantaranya Diabetes Mellitus dan Hipertensi. Perubahan pola hidup menjadi akar masalahnya (Meilina et al., 2020; Priskila et al., 2022). Penyakit degeneratif dapat mempengaruhi kualitas hidup penderitanya. Pencegahan terhadap penyakit degeneratif dapat dilakukan sebelum terdiagnosa maupun sesudah terdiagnosa. Pencegahan yang dapat dilakukan dengan meningkatkan kesadaran akan faktor risiko, menjauhi faktor risiko dan melakukan cek kesehatan secara teratur (Yuliet et al., 2022).

Kota Mojokerto dikenal sebagai salah satu daerah yang memiliki banyak industri di wilayahnya. Salah satunya adalah industri pabrik sepatu. PT Intidragon Suryatama sebagai salah satu industri penghasil sepatu di Kota Mojokerto memiliki kurang lebih 5000 tenaga kerja dengan wilayah pabrik seluas 48 ha. Dari data kegiatan pengabdian kepada masyarakat sebelumnya diketahui bahwa terdapat sejumlah pekerja yang berusia diatas 35 tahun yang

memiliki risiko penyakit degeneratif. Beberapa data awal yang didapat adalah terdapat banyak keluhan nyeri pada persendian. Saat dikaji lebih lanjut melalui wawancara singkat, faktor yang mempengaruhi adalah pola makan yang kurang baik. Keluhan lain yang banyak dialami adalah nyeri kepala (pusing) dan nyeri tengkuk, hal ini mengarah ke gejala tekanan darah tinggi. Dari hasil wawancara juga didapat data bahwa terdapat beberapa pekerja yang memiliki riwayat penyakit Diabetes Mellitus. Hal tersebut menjadi latar belakang dilakukannya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini oleh Program Pendidikan Ners STIKES Majapahit. Adapun jenis kegiatannya adalah skrining pemeriksaan kesehatan dan konseling kesehatan. Tujuan kegiatan ini adalah melakukan skrining kesehatan dan memberikan konseling kesehatan sebagai upaya meningkatkan manajemen kesehatan diri dan pencegahan penyakit degeneratif pada pekerja pabrik.

## 2. METODE PELAKSANAAN

Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah melakukan skrining dan konseling kesehatan dalam upaya meningkatkan manajemen kesehatan diri dan pencegahan penyakit degeneratif pada pekerja pabrik di PT Intidragon Suryatama. Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 21 November 2023 jam 09.00 s/d 12.30 WIB, yang diikuti oleh 150 pekerja. Rangkaian kegiatan dimulai dengan melakukan koordinasi dengan mitra terkait teknis pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini, jumlah peserta sasaran, jenis pemeriksaan, dan lokasi kegiatan. Adapun metode kegiatan ini seperti yang tertera pada tabel 1 berikut.

Tabel 1. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat – Skrining dan Konseling Kesehatan Pekerja Pabrik

No.	Uraian Kegiatan	Tujuan	Sasaran
1	Sosialisasi	Untuk mendapatkan informasi dan data kebutuhan terkait skrining dan konseling kesehatan.	PT Intidragon Suryatama
2	Koordinasi tim pengabdian	Untuk mendapatkan jadwal pelaksanaan skrining dan konseling kesehatan.	PT Intidragon Suryatama dan Tim Pengabdian Kepada Masyarakat STIKES Majapahit
3	Skrining kesehatan	Melakukan pemeriksaan kesehatan yang diantaranya pengukuran berat badan dan lingkar perut, pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT), pengukuran tekanan darah, pengukuran asam urat dan gula darah.	Pekerja pabrik PT Intidragon Suryatama
4	Konseling kesehatan	Memberikan konseling dan edukasi kesehatan sesuai hasil temuan skrining kesehatan.	Pekerja pabrik PT Intidragon Suryatama
5	Evaluasi	Mengetahui hasil akhir dari kegiatan skrining dan konseling kesehatan.	Pekerja pabrik PT Intidragon Suryatama

Pada tahap pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan membagi tim kedalam beberapa meja pelayanan, yaitu meja pendaftaran, pengukuran berat badan dan lingkar perut, pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT), pengukuran tekanan darah, pengukuran asam urat dan gula darah, dan yang terakhir adalah konseling kesehatan. Alur kegiatan yang dilalui pertama peserta sasaran yaitu melakukan pendaftaran untuk mendapatkan kartu pemeriksaan di meja 1. Selanjutnya menuju meja 2 untuk dilakukan pemeriksaan lingkar perut, berat badan, dan tinggi badan. Dari hasil tersebut dilakukan penghitungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dan perkiraan umur sel tubuh, serta pencatatan hasil pengukuran di meja 3. Pemeriksaan dilanjutkan menuju ke meja 4 untuk pemeriksa tekanan darah. Dilanjutkan pemeriksaan gula darah dan asam urat di meja 5. Kemudian terakhir dilanjutkan menuju ke meja 6 untuk mendapatkan konseling

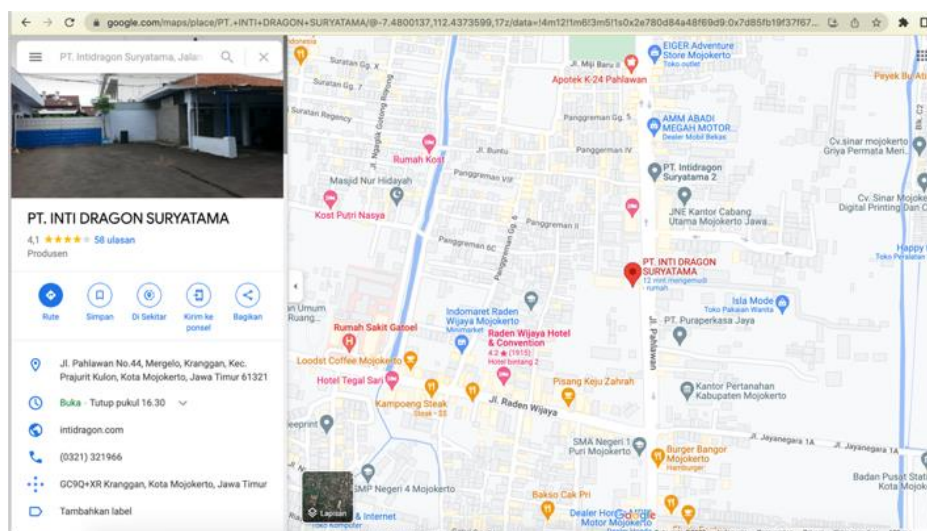
kesehatan sesuai temuan hasil pengukuran dan hasil pemeriksaan lanjutan. Kegiatan konseling kesehatan pada pekerja ini dilakukan secara individu, yang dimulai dengan mengidentifikasi pemahaman pekerja tentang penyakit degeneratif dan cara pencegahannya menggunakan pedoman wawancara yang terstruktur, dilanjutkan dengan memberikan edukasi kesehatan tentang penyakit degeneratif dan cara pencegahannya. Kemudian pengabdian melakukan konseling sesuai dengan hasil pemeriksaan. Kegiatan di meja 6 ini diakhiri dengan evaluasi pemahaman pekerja tentang penyakit degenerative dan cara pencegahannya menggunakan pedoman wawancara yang sama. Adapun penanggung jawab masing-masing meja seperti yang tertera pada Tabel 2 berikut.

Tabel 2. Pembagian Tim Kerja Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat – Skrining dan Konseling Kesehatan Pekerja Pabrik

No.	Meja Pelayanan	Penanggung Jawab
1	Pendaftaran	Yudha Laga Hadi K., S.Kep., Ns., M.Kes.
2	Pengukuran lingkar perut, berat badan dan tinggi badan	Ike Prafita Sari, S.Kep., Ns., M.Kep.
3	Pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT)	Fitria Wahyu Ariyanti, S.Kep., Ns., M.Kep.
4	Pengukuran tekanan darah	Atikah Fatmawati, S.Kep., Ns., M.Kep. Mujiadi, S.Kep., Ns., M.KKK.
5	Pengukuran asam urat dan gula darah	Anndy Prastya, S.Kep., Ns., M.Kep. Ika Suhartanti, S.Kep., Ns., M.Kep.
6	Konseling kesehatan	Nurul Mawaddah, S.Kep., Ns., M.Kep. Dwiharini P., S.Kep., Ns., M.Kep. Siti Rachmah, S.KM., M.Kes.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di PT Intidragon Suryatama yang beralamat di Jalan Pahlawan No. 44 Kota Mojokerto. Adapun peta lokasi kegiatan seperti yang tertera pada gambar berikut.



Gambar 1. Lokasi PT Intidragon Suryatama – Kota Mojokerto

Pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, dilakukan skrining kesehatan berupa pengukuran berat badan dan lingkar perut, pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT), pengukuran tekanan darah, pengukuran asam urat dan gula darah. Hasil yang didapatkan antara lain ditemukan bahwa pekerja pabrik memiliki riwayat penyakit hipertensi, diabetes

mellitus, gout arthritis dan juga mengalami obesitas. Kegiatan skrining kesehatan tampak pada gambar 2 berikut.



Gambar 2. Meja Pelayanan Pemeriksaan Kesehatan

Berdasarkan hasil skrining pemeriksaan kesehatan pekerja, menunjukkan sebagian besar pekerja (40%) memasuki masa lansia awal yaitu berusia 46-55 tahun, sebagian besar berjenis kelamin perempuan (71,3%), sebagian besar pekerja mengalami obesitas berdasarkan indeks masa tubuh (68,7%), hampir setengah (40%) pekerja memiliki riwayat hipertensi, hampir setengah (48%) pekerja memiliki riwayat diabetes mellitus, dan sebanyak 29,3% mengalami gout arthritis. Karakteristik pekerja beserta hasil pengukuran pemeriksaan kesehatan disajikan dalam Tabel 3 berikut ini.

Tabel 3 Karakteristik Responden

Variabel	N	%	
Usia	26-35 tahun (dewasa awal)	28	18.7
	36-45 tahun (dewasa akhir)	23	15.3
	46-55 tahun (lansia awal)	60	40.0
	56-65 tahun (lansia akhir)	34	22.7
	>65 tahun (manula)	5	3.3
Jenis kelamin	Laki-laki	43	28.7
	Perempuan	107	71.3
IMT	Berat badan kurang	2	1.3
	Berat badan normal	14	9.3
	Overweight	31	20.7
	Obesitas	103	68.7
Riwayat hipertensi	Ya	60	40.0
	Tidak	90	60.0
Riwayat diabetes mellitus	Ya	72	48.0
	Tidak	78	52.0
Riwayat gout arthritis	Ya	44	29.3
	Tidak	106	70.7

Hasil skrining pemeriksaan kesehatan ini menunjukkan bahwa pekerja pabrik memiliki faktor resiko terjadinya penyakit degeneratif yang ditunjukkan dengan adanya sindrom metabolik yang dialami para pekerja, yaitu mengalami hipertensi, diabetes mellitus, gout artfhritis, dan obesitas. Pekerja yang mengalami sindrom metabolik atau beresiko tinggi terkena penyakit degeneratif juga terjadi pada pekerja home industry batik mitra inovasi ademos Indonesia yaitu mengalami hipertensi (Astutik et al., 2022). Hasil monitoring kesehatan karyawan PT Holcim Indonesia Tbk Cilacap Plant juga menunjukkan 50% karyawannya beresiko tinggi mengalami penyakit degeneratif khususnya hipertensi, diabetes mellitus dan penyakit jantung coroner (Prihastiwi, 2017). Hal yang sama juga terjadi pada pekerja PT Kayu

Lapis Indonesia dimana pekerjaannya mengalami hipertensi dan diabetes mellitus (Isfaizah & Widyaningsih, 2019).

Penyakit degeneratif merupakan kondisi kesehatan yang menyebabkan jaringan dan organ memburuk dari waktu ke waktu. Selain karena proses penuaan dan genetik, pilihan gaya hidup juga menjadi salah satu faktor risiko. Tidak terkecuali pada pekerja pabrik. Penyakit degeneratif kini telah menjadi penyebab utama kematian pada karyawan usia prima (Prihastiwi, 2017). Adanya sindrom metabolik atau faktor resiko penyakit degeneratif pada pekerja di PT Intidragon Suryatama ini dapat disebabkan karena Sebagian besar pekerja yang mengalami hipertensi, diabetes mellitus, obesitas dan gout arthritis adalah pekerja yang berusia 45-55 tahun dengan kategori lansia awal. Usia merupakan faktor resiko kuat yang tidak dapat dimodifikasi. Resiko terkena penyakit degeneratif akan semakin meningkat seiring dengan bertambahnya usia pekerja. Sedangkan hasil studi Prihastiwi bahwa lebih banyak pekerja dengan sindrom metabolik dialami oleh pekerja yang berusia dewasa akhir (Prihastiwi, 2017). Penyakit degeneratif merupakan salah satu penyakit yang kejadiannya berhubungan dengan proses degenerasi pada usia lanjut dan dapat berkembang seiring waktu dan meningkatnya usia (Abbas et al., 2023)

Hal ini juga dapat disebabkan karena adanya perubahan ritme sirkadian. Salah satu penelitian menemukan adanya kenaikan risiko penyakit kanker pada pekerja wanita yang bekerja secara shift. Penyebabnya adalah jam kerja shift menyebabkan jam biologis tubuh menjadi tidak sinkron, sehingga meningkatkan kemungkinan mengalami penyakit degeneratif seperti diabetes, kegemukan, sampai depresi. Jam kerja malam dan kelelahan juga berkontribusi pada risiko mengalami penyakit jantung. Manajemen kesehatan diri menjadi hal utama yang harus diperhatikan dalam kaitannya dengan penyakit degeneratif. Manajemen diri mengacu pada kemampuan seseorang dalam menjaga hubungannya dengan keluarga, komunitas, dan professional kesehatan untuk mengelola gejala akibat penyakitnya, perawatan selama sakit, melakukan perubahan gaya hidup kearah positif dengan tidak mengabaikan konsekuensi psikososial, budaya, dan spiritual dari kondisi kesehatannya. Fokus utamanya adalah peningkatan pengetahuan dan keterampilan individu dalam melakukan penyelesaian masalah kesehatan yang dihadapinya. Hasil akhir yang diharapkan adalah adanya peningkatan kualitas hidup, self efficacy, dan hasil klinis yang baik (Pranata, 2021).

Kegiatan selanjutnya setelah skrining kesehatan adalah memberikan konseling sesuai hasil skrining. Strategi tindakan konseling yang dilakukan tim pengabdian adalah memberikan informasi hasil pengukuran ditahap skrining kesehatan, melakukan assessment lanjutan untuk mengidentifikasi faktor resiko masalah kesehatan serta memberikan edukasi sesuai hasil skrining dan assessment lanjutan. Beberapa hal yang ditemui dalam kegiatan konseling kesehatan tersebut antara lain teridentifikasinya faktor resiko penyebab munculnya penyakit degeneratif, yaitu pola makan yang tidak sehat, kurangnya aktifitas fisik, merokok pada pekerja laki-laki, serta stress kerja. Hasil assessment menunjukkan sebagian besar peserta menerapkan pola makan yang tidak sehat karena kesibukan bekerja dan gaya makan berdasarkan selera, seperti konsumsi *fast food*, makan makanan yang tinggi lemak jenuh, tinggi gula, rendah serat dan kurangnya kesadaran gizi. Pola makan yang tidak benar dan tidak teratur dapat menyebabkan gangguan kesehatan seperti obesitas yang merupakan faktor resiko penyakit degeneratif (Wahyudin, 2019). Hasil studi juga menunjukkan bahwa kurangnya frekuensi konsumsi sayuran dan buah-buahan memiliki hubungan yang bermakna dengan terjadinya penyakit degeneratif, sedangkan porsi dan jenisnya tidak mempengaruhi (Septiyanti et al., 2020).

Selain itu kurangnya aktifitas fisik baik dirumah maupun dilingkungan kerja karena posisi duduk yang lama juga menjadi faktor yang teridentifikasi saat konseling. Latihan peregangan

ditengah jam kerja pernah dilakukan namun sudah lama tidak dilakukan lagi. Hasil studi organisasi kesehatan dunia (WHO) menyatakan bahwa gaya hidup duduk terus menerus dalam bekerja menjadi penyebab 1 dari 10 kematian dan kecacatan, dan lebih dari dua juta kematian setiap tahun disebabkan oleh kurangnya aktifitas fisik atau bergerak (Suiraoaka, 2012). Hampir seluruh pekerja laki-laki dengan sindrom metabolik (memiliki tekanan darah tinggi, kegemukan dan kadar gula darah tinggi) adalah perokok aktif. Sindrom metabolik adalah kumpulan gejala yang mengarah pada terjadinya penyakit degeneratif. Merokok menyebabkan berbagai penyakit degeneratif hingga kematian. Merokok tidak menyebabkan terjadinya penyakit secara langsung, namun lama merokok memiliki hubungan yang kuat dengan terjadinya penyakit degeneratif (Herawardhani et al., 2021). Hasil assessment juga menunjukkan terdapat faktor stress kerja yang teridentifikasi pada saat konseling. Dilingkungan kerja, stressor dapat berasal dari individu itu sendiri, pimpinan, lingkungan kerja dan rekan kerja. Stress kerja yang teridentifikasi adalah kelebihan beban kerja. Keluhan kerja seperti merasakan terlalu banyak yang harus dilakukan merupakan sumber dari stress kerja pada pekerja (Anggraeni et al., 2021).

Tahap selanjutnya pada kegiatan konseling ini adalah memberikan edukasi tentang mengenal dan mencegah terjadinya penyakit degeneratif dengan pola hidup sehat, yaitu menerapkan pola makan dengan gizi seimbang, mengontrol berat badan, menghindari stress, memperbaiki gaya hidup yang kurang sehat, mengontrol tekanan darah dan gula darah, meningkatkan aktifitas fisik, serta berhenti merokok bagi perokok. Kegiatan konseling kesehatan tampak pada gambar 3 berikut.



Gambar 3. Meja Pelayanan Konseling Kesehatan

Hasil kegiatan edukasi kesehatan ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan pekerja tentang penyakit degeneratif dan cara pencegahannya. Evaluasi pengetahuan pekerja dilakukan dengan memberikan pertanyaan terstruktur tentang penyakit degeneratif dan cara pencegahannya sesuai dengan informasi yang telah diberikan. Pengetahuan pekerja disini adalah kemampuan pekerja menjawab pertanyaan tentang penyakit degeneratif dan cara pencegahannya. Selain itu para pekerja juga memberikan respon positif karena telah mengetahui masalah kesehatan atau faktor resiko yang dialami sehingga dapat melakukan upaya pencegahan terjadinya penyakit degeneratif ini. Efektifitas pemberian edukasi dalam meningkatkan pengetahuan pekerja disebabkan karena edukasi dilakukan oleh tenaga kesehatan kesehatan. Peran petugas kesehatan yaitu merubah perilaku pekerja dari kurang sehat menuju perilaku yang sehat. Selain itu tujuan edukasi kesehatan sebagai upaya promotif dan kuratif dilakukan dengan tujuan memberikan informasi kesehatan dengan benar agar pekerja dapat menjalankan budaya yang sehat. Sehingga intervensi edukasi kesehatan sangat bermakna dalam mengubah pengetahuan (Prihastiwi, 2017).

Konseling kesehatan ini sangat penting bagi Perusahaan untuk membantu karyawannya dalam memberikan advice, sebagai panduan karyawan untuk permasalahan yang mereka hadapi, serta sebagai upaya pencegahan terjadinya penyakit degeneratif yang lebih berat dan bertambah pada para pekerja. Diperlukan upaya untuk meningkatkan kesadaran pentingnya

kesehatan kerja. Manfaat program konseling diperusahaan adalah meningkatkan kualitas sumber daya manusia, karena semakin tinggi pengetahuan para pekerja tentang kesehatan kerja maka akan semakin tinggi kemampuan kerja atau produktifitas kerjanya (Astutik et al., 2022).

#### 4. KESIMPULAN

Kesimpulan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah pekerja pabrik memiliki faktor resiko terjadinya penyakit degeneratif yang ditunjukkan dengan adanya sindrom metabolik yang dialami para pekerja, yaitu terdapat sebagian besar pekerja (68,7%) mengalami obesitas, hampir setengah (40%) pekerja memiliki riwayat hipertensi, hampir setengah (48%) pekerja memiliki riwayat diabetes mellitus, dan sebanyak 29,3% mengalami gout arthritis. Selain itu juga didapatkan peningkatan pengetahuan pekerja tentang penyakit degeneratif dan cara pencegahannya dengan pendekatan konseling kesehatan. Diperlukan kerjasama antara Perusahaan dengan petugas kesehatan untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala kepada seluruh pekerja. Petugas kesehatan harus aktif melakukan upaya promotif kesehatan tentang penyakit degeneratif sekurang-kurangnya tiga bulan sekali terutama pada karyawan yang beresiko tinggi terkena penyakit degeneratif agar kesehatan karyawan terjaga dan terhindar dari perburukan kondisi penyakit tersebut. Perusahaan juga dapat menerapkan program konseling bagi karyawan seperti EAP atau *Empliyee Assistance Program* (Program Pendampingan Karyawan) yang menyediakan layanan konsultasi baik dengan tenaga profesional (psikiater, perawat, psikolog) maupun dilakukan oleh karyawan senior yang berpengalaman.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik berkat adanya kerjasama yang baik dari berbagai elemen. Untuk itu ucapan terimakasih di sampaikan kepada Direktur PT Intidragon Suryatama, Ketua STIKES Majapahit, LPPM STIKES Majapahit dan pihak-pihak lainnya yang telah mendukung dan memfasilitasi seluruh kegiatan ini.

#### REFERENSI

- Alawiyah, T. (2018). *Hubungan Gaya Hidup Pegawai Terhadap Penyakit Degeneratif Di Klinik Badan Kepegawaian Negara Jakarta*. Universitas Binawan.
- Anggraeni, N. S., Nusannas, I. S., Amruloh, D. A. G., Saleh, D. S., Ernawan, Y., & Arkanuddin, M. F. (2021). The Role of Interpersonal Conflict and Workload on Employee Work Stress. *International Conference on Business Economics, Social Sciences & Humanities*.
- Anies, A. (2018). *Buku ajar kedokteran dan kesehatan penyakit degeneratif* (1st ed.). AR-Ruzz Media.
- Astutik, E., Arini, S. Y., Atmaka, D. R., Shodiqurrosyad, A., Fakhur, L., & Laili, N. A. (2022). Evaluasi Edukasi Kesehatan Pada Pekerja Home Industry Batik Mitra Inovasi Ademos Indonesia. *Jurnal Salam Sehat Masyarakat*, 3(2), 1–11.
- Herawardhani, A., Widjanarko, B., & Prabamurti, P. N. (2021). Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku merokok pegawai dinas kesehatan kabupaten grobogan. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 20(4), 268–274. <https://doi.org/10.14710/mkmi.20.4.268-274>
- Isfaizah, I., & Widyaningsih, A. (2019). Menurunkan Tingkat Stres dan Penyakit Degeneratif dengan Pendekatan Focus Group Discussion di PT Kayu Lapis Indonesia. *Indonesian*

*Journal of Community Empowerment (IJCE)*, 1(1), 37–43.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.35473/ijce.v1i2.323>

- Meilina, R., Muflaha, A., yani, N., & Baitul Mihraj, S. (2020). Sosialisasi Pencegahan Dini Munculnya Penyakit Degeneratif Pada Usia Produktif Di SMKS Muhammadiyah Banda Aceh. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (Kesehatan)*, 2(1).
- Abbas, M., Mus, R., Thaslifa, T., Sunaidi, Y., & Fitriana. (2023). Skrining Kesehatan Melalui Pemeriksaan Asam Urat di Kompleks Aditarina Kota Makassar. *Jurnal Pengabdian Ilmu Kesehatan*, 3(1), 133–137. <https://doi.org/10.55606/jpikes.v3i1.1670>
- Pranata, S. (2021). Perkembangan Teori Manajemen Diri Menjadi Sebuah Normal Science: Dilihat Melalui Perspektif KUHN. *Jurnal Keperawatan*, 4(3).
- Prihastiwi, L. (2017). Analisis Pelaksanaan Promosi Kesehatan Bagi Karyawan Beresiko Tinggi Penyakit Degeneratif Oleh Health Care Center PT Holcim Indonesia Tbk Cilacap Plant. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 3(3), 918–926. <https://doi.org/https://doi.org/10.14710/jkm.v3i3.12774>
- Priskila, O., Setiawan, D., Sugiono, A., & Cynthia, F. (2022). Skrining dan Penyuluhan Kesehatan sebagai Upaya Pencegahan Penyakit Degeneratif di Kota Madiun. *Bubungan Tinggi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(4), 1633. <https://doi.org/10.20527/btjpm.v4i4.6751>
- Rahma, N., Binarsa, D. B., & Jatmiko, A. C. (2022). Upaya Preventif Insiden Penyakit Akibat Kerja Pada Perusahaan Industri Baterai. *CoMPHI Journal: Community Medicine and Public Health of Indonesia Journal*, 3(2), 73–81.
- Ridwan, & Kamariah, N. (2019). Evaluasi Penerapan Pemeriksaan Kesehatan Tenaga Kerja Di Balai Besar Pengembangan Keselamatan Dan Kesehatan Kerja Kota Makassar. *Jurnal Administrasi Negara*, 25(3).
- Septiyanti, S., Jafar, N., & Hendrayati. (2020). Hubungan Pola Konsumsi Sayur Dan Buah Dengan Kejadian Sindrom Metabolik Pada Pasien Rawat Jalan Di RSUD Labuang Baji Kota Makassar. *Window of Public Health Journal*, 1(1), 38–47.
- Suiraoaka, S. (2012). *buku penyakit degeneratif* (Vol. 1). Medical Book.
- Wahyudin, W. (2019). Analisis Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Terhadap Risiko Diabetes Melitus Tipe 2 Pada Pekerja Di PT. X. *Jurnal Kesehatan Indra Husada*, 7(2), 117–130.
- Yuliet, Y., Khaerati, K., Ririen, R., & Atirah, A. (2022). Monitoring Tekanan Darah dan Kadar Glukosa Darah sebagai Pencegahan Penyakit Degeneratif Bagi Masyarakat Desa Apal Kecamatan Liang Kabupaten Banggai Kepulauan. *Dedication: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(2), 205–212. <https://doi.org/10.31537/dedication.v6i2.819>