

**HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA DAN  
PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) TERHADAP  
KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3) KARYAWAN  
DI PT. PANDATEX (PANCA PERSADA MULIA TEKSTILE)  
KABUPATEN MAGELANG**

**Karya Tulis Ilmiah**

**Untuk memenuhi syarat memperoleh derajat**

**Sarjana Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta**



**Achmad Nurfadli**

**20070320075**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

**2011**

**LEMBAR PENGESAHAN**

**Karya Tulis Ilmiah**

**HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA DAN  
PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) TERHADAP  
KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3) KARYAWAN  
DI PT. PANDATEX (PANCA PERSADA MULIA TEKSTILE)  
KABUPATEN MAGELANG**

**Telah diseminarkan dan diujikan pada tanggal:**

**4 Agustus 2011**

**Oleh:**

**ACHMAD NURFADLI**

**NIM 20070320075**

**Penguji**

**Elsye Maria Rosa, SKM, M. Kep** (.....)

**Titih Huriah, Ns., M. Kep, Sp. Kom** (.....)

**Mengetahui  
Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta**

**(dr. H. Erwin Santosa, Sp.A., M.Kes)**

## HALAMAN MOTTO



**“...Maka sesungguhnya disamping ada kesukaran terdapat pula kemudahan, sesungguhnya disamping ada kepayahan(jasmani) itu ada kelapangan....”.**

**(Q.S Al Insyirah :5-6)**

**“...Jika kamu berbuat baik, berarti kamu berbuat baik bagi dirimu sendiri, dan jika kamu berbuat jahat, maka kejahatan itu bagi dirimu sendiri...”**

**(Q.S AL-ISRA' :7)**

**“...Setiap urusan atau pekerjaan apapun tidak dimulai dengan basmalah, ”bismillahirrahmanirahim” adalah sebuah kesia-siaan....”.**

**(Al-Hadist)**

*Skripsi ini kupersembahkan untuk :*

*Bapak, Ibu, mbak Mey dan Mas Roni, mbak Yuli dan Mas Hafuid*

*“cinta dan do’a membuat segalanya lebih mudah”*

## KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, atas karunia yang telah dilimpahkan-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “ **Hubungan antara beban kerja dan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) terhadap keselamatan dan kesehatan kerja (K3) karyawan di PT.PANDATEX (Panca Persada Mulia) Kabupaten Magelang**”. Tugas akhir ini disusun untuk memenuhi sebagian besar persyaratan yang diperlukan guna memperoleh gelar sarjana Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Harapan penulis semoga karya tulis ini bermanfaat dan dijadikan referensi bagi teman-teman yang berminat pada bidang ini.

Penulis sangat menyadari bahwa selesainya skripsi ini tidak terlepas, dari bimbingan, bantuan, dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu dalam kesempatan ini penulis menyampaikan penghargaan dan rasa terima kasih kepada:

1. Bapak dr. Erwin Santosa, Sp. A., M. Kes selaku Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
2. Ibu Fitri Arofiati, S.kep.,Ns., M.A.N selaku Kepala Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
3. Ibu Elsy Maria Rosa, SKM, M.Kep sebagai pembimbing yang tak henti-hentinya memberikan pengarahan dalam penyusunan karya tulis ilmiah dan mendedarkan keluh kesah selama ini.

4. Ibu Titih Huriah, Ns., M. Kep, Sp. Kom selaku dosen penguji yang bersedia meluangkan waktu untuk memberikan pengujian, saran, masukan dan koreksi terhadap karya tulis ilmiah ini.
5. Bapak Afi Suharto selaku Manajer Produksi unit Spinning PT.PANDATEX yang telah memberikan pengarahan di perusahaan.
6. Ibu Suparmiyatun selaku kepala Personalia PT.PANDATEX yang telah memberikan pengerahan di perusahaan.
7. Seluruh Staf Karyawan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang telah memberikan bantuan terhadap penyusunan karya tulis ilmiah.
8. Seluruh seluruh karyawan PT. PANDATEX yang atas kesediaanya menjadi responden dan membantu menyelesaikan penelitian ini.
9. Keluarga tercinta yang selalu memberikan dukungan, do'a serta nasehat selama ini bagi penulis.
10. Terima kasih kepada rekan-rekan PSIK angkatan 2007.

Dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis menyadari masih banyak kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan saran dan kritik untuk perbaikan di masa mendatang. Semoga Karya Tulis ini dapat bermanfaat bagi Ilmu Keperawatan dan pembaca sekalian.

*Wassalamu 'alaikum Wr. Wb.*

Yogyakarta, Juli 2011

Achmad Nurfadli

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
MOTTO .....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
DAFTAR ISI .....	vii
DAFTAR TABEL,DAN SKEMA .....	xi
DAFTAR GAMBAR DAN LAMPIRAN.....	xiii
INTISARI.....	xiv
ABSTRACT.....	xv
BAB I. PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	8
C. Tujuan Penelitian .....	8
D. Manfaat Penelitian .....	9
E. Keaslian Penelitian .....	10
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA.....	12
A. Tinjauan Pustaka .....	12
1. Beban Kerja .....	12
a. Pengertian Beban Kerja .....	12
b. Dekompensasi dalam Memikul Pekerjaan .....	12

c.	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Beban Kerja .....	13
d.	Penilaian Beban Kerja .....	18
2.	Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) .....	19
a.	Pengertian PHBS .....	19
b.	Sasaran PHBS di Perusahaan .....	20
c.	PHBS di tempat kerja .....	20
d.	Cakupan Program PHBS .....	21
e.	Indikator PHBS ditatanan tempat kerja .....	22
3.	Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) .....	23
a.	Pengertian K3 .....	23
b.	Tujuan K3 di Perusahaan .....	24
c.	Prinsip K3 di Perusahaan .....	26
d.	Cidera dan Penyakit Kerja .....	28
e.	Peran Perawat dalam Penerapan K3 di Perusahaan .....	30
f.	Penilaian Resiko .....	32
B.	Kerangka Teori.....	33
C.	Kerangka Konsep .....	34
D.	Hipotesis.....	35
BAB III.	METODE PENELITIAN.....	36



A. Jenis dan Rancangan Penelitian .....	36
B. Populasi dan Sampel Penelitian .....	36
C. Tempat dan Waktu Penelitian .....	38
D. Variabel Penelitian .....	38
E. Definisi Operasional.....	39
F. Proses Pengumpulan Data .....	42
G. Instrumen Penelitian.....	43
H. Uji Validitas dan Uji Reabilitas .....	46
I. Analisa Data .....	48
J. Jalannya Penelitian .....	49
K. Etika Penelitian .....	51
<b>BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>53</b>
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	53
B. Hasil Penelitian .....	55
1. Karakteristik Responden .....	55
2. Beban Kerja.....	56
3. PHBS.....	59
4. Keselamatan dan Kesehatan Kerja .....	59
5. Hubungan Beban Kerja terhadap K3 .....	60
6. Hubungan PHBS terhadap K3 .....	69
C. Pembahasan .....	73
1. Beban Kerja.....	73
2. PHBS.....	76

3. Keselamatan dan Kesehatan Kerja .....	79
4. Hubungan Beban Kerja dan PHBS terhadap K3 .....	81
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN.....	85
A. Kesimpulan.....	85
B. Saran.....	85
C. Kekuatan dan Kelemahan .....	86

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

## DAFTAR TABEL, DAN SKEMA

### DAFTAR TABEL

<b>Tabel 3</b> Definisi Operasional.....	39
<b>Tabel 4</b> Kisi-kisi Kuesioner PHBS.....	45
<b>Tabel 5</b> Kisi-kisi Kuesioner K3 .....	46
<b>Tabel 6</b> Karakteristik Responden .....	55
<b>Tabel 7</b> Frekuensi Beban Kerja responden PT.PANDATEX Kabupaten Magelang .....	58
<b>Tabel 8</b> Frekuensi PHBS responden PT.PANDATEX Kabupaten Magelang .....	59
<b>Tabel 9</b> Frekuensi Resiko K3 responden di Unit Produksi PT.PANDATEX Kabupaten Magelang .....	59
<b>Tabel 10</b> Crosstab Beban Kerja (Konsumsi Oksigen) terhadap K3 .....	60
<b>Tabel 11</b> Korelasi Beban Kerja (Konsumsi Oksigen) terhadap K3 .....	62
<b>Tabel 12</b> Crosstab Beban Kerja (Ventilasi Paru) terhadap K3 .....	63
<b>Tabel 13</b> Korelasi Beban Kerja (Ventilasi Paru) terhadap K3 .....	64
<b>Tabel 14</b> Crosstab Beban Kerja (Suhu Rektal) terhadap K3 .....	65
<b>Tabel 15</b> Korelasi Beban Kerja (Suhu Rektal) terhadap K3 .....	66
<b>Tabel 16</b> Crosstab Beban Kerja (Denyut Jantung) terhadap K3 .....	67
<b>Tabel 17</b> Korelasi Beban Kerja (Denyut Jantung) terhadap K3 .....	68
<b>Tabel 18</b> Crosstab PHBS terhadap K3 .....	69
<b>Tabel 19</b> Korelasi PHBS terhadap K3 .....	70

<b>Tabel 20</b> Pengaruh Beban Kerja dan PHBS terhadap K3 .....	71
---	----

<b>Tabel 21</b> Hubungan Beban Kerja dan PHBS terhadap K3 .....	72
---	----

#### **DAFTAR SKEMA**

<b>Skema 1</b> Kerangka Teori Penelitian .....	33
--	----

<b>Skema 1</b> Kerangka Konsep Penelitian .....	34
---	----

## DAFTAR GAMBAR, DAN LAMPIRAN

### DAFTAR GAMBAR

- Gambar 1** Manajemen PHBS ..... 21
- Gambar 2** Penyebab Kematian yang berhubungan dengan Pekerjaan ..... 29

### DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1** Tabel 1. Kategori berat ringan beban kerja berdasarkan metabolisme, respirasi, suhu tubuh, dan denyut jantung menurut Christensen.
- Lampiran 2** Tabel 2. Kategori keparahan atau konsekuensi suatu kejadian akibat kemungkinan terjadinya resiko (Ramli,2010)
- Lampiran 3** Lembar permohonan menjadi responden
- Lampiran 4** Lembar kuesioner PHBS dan Keselamatan dan Kesehatan Kerja
- Lampiran 5** Hasil uji validitas kuesioner PHBS dan K3
- Lampiran 6** Hasil analisa data beban kerja dan PHBS terhadap K3
- Lampiran 7** Surat survei pendahuluan
- Lampiran 8** Surat uji validitas responden
- Lampiran 9** Surat izin penelitian
- Lampiran 10** Surat keterangan penelitian
- Lampiran 11** Surat etika penelitian

**Nurfadli Achmad.** (2011). Hubungan antara beban kerja dan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) terhadap keselamatan dan kesehatan kerja (K3) karyawan di PT.PANDATEX (Panca Persada Mulia Tekstile) Kabupaten Magelang.

Pembimbing:

Elsye Maria Rosa, SKM, M.Kep

## INTISARI

Studi kasus di Indonesia tahun 2007 menurut Depnakertrans (Ramli, 2010) menunjukkan pabrik yang aman adalah pabrik yang efisien, dan aman pada produktivitas. Pemeliharaan kesehatan masyarakat di dalam perusahaan perlu dilakukan seperti adanya perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), karena mengurangi beban kerja akibat *unsafe action* (perilaku yang tidak aman), dan *unsafe condition* (kondisi yang tidak aman) sehingga dapat memacu produktifitas kinerja karyawan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara beban kerja dan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) terhadap keselamatan dan kesehatan kerja (K3) karyawan di PT.PANDATEX (Panca Persada Mulia Tekstile) Kabupaten Magelang. Metode yang digunakan adalah deskriptif analitik dengan pendekatan *coss sectional*. Subjek penelitian adalah karyawan di Unit Produksi (*Spinning* dan *Weaving*) PT.PANDATEX Kabupaten Magelang. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 83 orang dengan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *stratified random sampling*. Penelitian ini dilakukan pada bulan April 2011. Cara pengumpulan data dalam penelitian ini dengan menggunakan *Spirometri* dan kuesioner. Analisa data menggunakan *korelasi Pearson*.

Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara beban kerja {konsumsi oksigen (0,018), ventilasi paru (0,000), kecuali suhu rektal tidak berhubungan (0,569), denyut jantung (0,008)} dan PHBS (0,011) terhadap keselamatan kerja karyawan.

Kesimpulan pada penelitian ini adalah ada hubungan antara beban kerja (konsumsi oksigen, ventilasi paru, dan denyut jantung) dan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) terhadap keselamatan kerja (K3) karyawan di PT.PANDATEX (Panca Persada Mulia Tekstile) Kabupaten Magelang. Bahwa faktor yang mempengaruhi terhadap keselamatan dan kesehatan kerja adalah beban kerja ventilasi paru  $p= 0,000$  ( $p<0,05$ ).

**Kata kunci : beban kerja, perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), keselamatan dan kesehatan kerja (K3).**

**Nurfadli Achmad.** (2011), The relationship between workload and living clean and healthy behaviors (PHBS) toward occupational health and safety (K3) employees in PT.PANDATEX (Panca Persada Mulia Textile) Magelang District.

Advisor :

Elsye Maria Rosa, SKM, M. Kep

### ABSTRACT

A case study in Indonesia in 2007 according to Depnakertrans (Ramli, 2010) showed that the plant is safe is an efficient factory, and safe on productivity. Maintenance of public health in the company needs to be done as a clean and healthy living behaviors (PHBS), because it reduces the workload due to unsafe actions, and the unsafe condition so that it can increase productivity of employee performance.

This study aims to determine the relationship between workload and living a clean and healthy behaviors (PHBS) toward occupational health and safety (K3) employees in PT.PANDATEX (Panca Persada Mulia Textile) Magelang District. The method used descriptive analytical *cross sectional approach*. Research subjects were employees at the Unit of Production (*Spinning and Weaving*) PT.PANDATEX Magelang District. The sample in this study amounted to 83 people with a sampling technique using *stratified random sampling* technique. The research was conducted in April 2011. Method of data collection in this study by using *spirometry* and *questionnaires*. Analysis of data using *Pearson correlation*.

Results showed relationship between workload {oxygen consumption (0.018), pulmonary ventilation (0.000), except rectal temperature is not related (0.569), heart rate (0.008)} and PHBS (0.011) toward the safety of employees.

The conclusions in this study, is there a relationship between workload (oxygen consumption, pulmonary ventilation, and heart rate) and a clean and healthy living behaviors (PHBS) toward occupational health and safety (K3) employees in PT.PANDATEX (Panca Persada Mulia Textile) Magelang District. That the factors that affect the safety and health is the workload of lung ventilation  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ).

**Keywords : workload, clean and healthy living behaviour (PHBS), occupational healthy and safety (K3).**