

**LEMBAR PENGESAHAN**

**ARTIKEL ILMIAH**

**EFEKTIVITAS PROMOSI KESEHATAN MELALUI MEDIA VISUAL 5R TERHADAP  
PENGETAHUAN DAN PRAKTIK PENERAPAN 5R PADA PEKERJA CV  
MENTARI JAYA GEMILANG KOTA SEMARANG TAHUN 2015**

**Disusun Oleh :  
EKTIAR SEPTIANTORO  
D11.2011.01387**

Telah diperiksa dan disetujui untuk dipublikasi di Sistem Informasi Tugas Akhir  
(SIADIN)

Pembimbing



(Eni Mahawati, SKM, M.Kes)

# EFEKTIVITAS PROMOSI KESEHATAN MELALUI MEDIA VISUAL 5R TERHADAP PENGETAHUAN DAN PRAKTIK PENERAPAN 5R PADA PEKERJA CV MENTARI JAYA GEMILANG KOTA SEMARANG TAHUN 2015

Ektiar Septiantoro \*) , Eni Mahawati \*\*)

\*) *Alumni Fakultas Kesehatan Universitas Dian Nuswantoro*

\*\*\*) *Fakultas Kesehatan Universitas Dian Nuswantoro*

Email : [ektiarseptiantoro@gmail.com](mailto:ektiarseptiantoro@gmail.com)

## ABSTRACT

**Background:** In the era of globalization, technological development are growing fast. On every Advanced Sates all the industry prefer to use the sophisticated machines that can replace hundreds of human labor in all production processes. To control, one of the concepts in the industrial culture is a culture 5R. The concept is simple and easy to understand and the first step in the dissemination of the culture industry. 5R concept developed in Japan, known as the 5S (Seiri, Seiton, Seiso, Seiketsu and Shitsuke). In Indonesia, health promotion through visual media 5R still has not fulfilled evenly in every industry, but 5R is the basic concept that relatively easy to apply to the company, but the concept is often overlooked that the application encountered resistance. This study aimed to analyze effectiveness of Health Promotion Through Media Visual 5R Against Knowledge and Practices Implementation of 5R On Workers CV. Mentari Jaya Gemilang Semarang City 2015.

**Methods:** This study was Quasi-Experimental, approaches One group pre test - post test design. Overall of worker at CV. Mentari Jaya Gemilang as many as 32 workers. The sampling method used in this study was total sampling by the sampling as 32 workers.

**Result:** The results showed that there was a difference between knowledge before being given health promotion through visual media 5R and after being given health promotion through visual media 5R workers at CV. Mentari Jaya Gemilang Semarang (p-value = 0.000). There was a difference between practice before health promotion through visual media 5R and after being given a health promotion through visual media 5R workers at CV. Mentari Jaya Gemilang Semarang (p-value = 0.000).

**Conclusion:** Health promotion through visual media 5R effective in increasing knowledge and practices 5R on workers 5R CV . Mentari Jaya Gemilang.

**Keyword** : Health Promotion, Visual Media, 5R

## ABSTRAK

**Latar Belakang:** Pada era globalisasi ini, perkembangan teknologi semakin pesat. Pada Negara – Negara maju semua industrinya lebih memilih menggunakan mesin – mesin canggih yang dapat menggantikan ratusan tenaga manusia dalam sekali proses produksi. Untuk pengendaliannya, salah satu konsep dalam budaya industri adalah budaya 5R. Konsep ini sederhana dan mudah dipahami dan merupakan langkah awal penyebarluasan budaya industri. Konsep 5R yang dikembangkan di Jepang, disebut sebagai 5S (Seiri, Seiton, Seiso, Seiketsu dan Shitsuke). Di Indonesia promosi kesehatan melalui media visual 5R sendiri masih belum terlaksanakan secara merata pada setiap industri, padahal 5R adalah konsep dasar yang relatif mudah untuk diterapkan pada perusahaan tersebut, tetapi konsep ini sering terabaikan sehingga dalam penerapannya mengalami hambatan.. Penelitian ini bertujuan menganalisis efektivitas promosi kesehatan melalui media visual 5R terhadap pengetahuan dan praktik penerapan 5R pada pekerja CV. Mentari Jaya Gemilang Kota Semarang Tahun 2015.

**Metode:** Jenis penelitian ini adalah penelitian *Quasi Eksperimental*, dengan pendekatan *One group pre test – post test design*. Keseluruhan pekerja CV. Mentari Jaya Gemilang sebanyak 32 pekerja. Metode sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *total sampling* dengan pengambilan sampel secara keseluruhan yaitu 32 orang pekerja.

**Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan antara pengetahuan sebelum diberikan promosi kesehatan melalui media visual 5R dan setelah diberikan promosi kesehatan melalui media visual 5R pada pekerja CV. Mentari Jaya Gemilang Semarang ( $p$ -value = 0.000). Ada perbedaan antara praktik sebelum promosi kesehatan melalui media visual 5R dan setelah diberi promosi kesehatan melalui media visual 5R pada pekerja CV. Mentari Jaya Gemilang Semarang ( $p$ -value = 0.000).

**Kesimpulan:** Promosi kesehatan melalui media visual 5R efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan praktik penerapan 5R pada pekerja CV. Mentari Jaya Gemilang.

**Kata kunci:** Promosi Kesehatan, Media Visual, 5R

## PENDAHULUAN

Pada era globalisasi ini, perkembangan teknologi semakin pesat. Pada Negara – Negara maju semua industrinya telah menggunakan mesin – mesin canggih yang dapat menggantikan ratusan tenaga manusia dalam sekali proses produksi. Keuntungan menggunakan mesin – mesin canggih sangat banyak seperti contohnya yaitu sesuai target produksi yang diinginkan, mengurangi pemborosan, menghemat waktu, lebih teliti, lebih rapi, dan pastinya mudah untuk dioperasikan karena terdapat petunjuk penggunaannya serta mudah perawatannya. Sikap dan perilaku pekerja terhadap waktu, tempat kerja, disiplin, kerapian, ketelitian, target kerja, kualitas, dan sebagainya sering menjadi kendala dalam pengembangan industri. Keadaan inilah yang mengakibatkan pengurangan tenaga kerja besar – besaran karena pihak perusahaan ingin mencari keuntungan yang besar dan mengurangi pemborosan semaksimal mungkin.<sup>1</sup>

Untuk pengendaliannya, salah satu konsep dalam budaya industri adalah budaya 5R. Konsep ini sederhana dan mudah dipahami dan merupakan langkah awal penyebarluasan budaya industri. Konsep 5R yang dikembangkan di Jepang, disebut sebagai 5S (Seiri, Seiton, Seiso, Seiketsu dan Shitsuke). Belakangan ini di berbagai negara maju melakukan adaptasi guna melakukan revitalisasi industri mereka. Di Inggris dan Amerika, 5R disebut sebagai 5C (*Clear-out, Configure, Clean, Conform, Custom*) sedang di Jerman, orang mengenalnya sebagai 5A (*Aussortieren unnÖtiger Dinge, Aufräumen, Arbeitsplatz sauber halten, Anordnungen zur Regel machen, Alle punkte einhalten und ständig verbessern*). Industri mancanegara telah mengakuinya sebagai dasar pembangunan industri. Dengan demikian, dapatlah dikatakan bahwa 5R merupakan budaya industri yang bersifat universal dan internasional.<sup>2</sup>

Promosi Kesehatan sangat berpengaruh dalam mengubah perilaku manusia.<sup>3</sup> Di Indonesia promosi kesehatan melalui media visual 5R sendiri masih belum terlaksanakan secara merata pada setiap industri. Berdasarkan pengalaman, penulis telah membuktikan melalui kegiatan magang Agustus 2014 pada perusahaan BUMN di bidang MIGAS ternyata masih belum optimal dalam promosi kesehatan penerapan budaya kerja 5R ini. Padahal 5R adalah konsep dasar yang relatif mudah untuk diterapkan pada perusahaan tersebut, tetapi konsep ini sering terabaikan sehingga dalam penerapannya mengalami hambatan.

Berdasarkan survei awal yang telah dilakukan, CV Mentari Jaya Gemilang adalah perusahaan yang bergerak di bidang konveksi yang memiliki karyawan sebanyak 32 orang. Industri konveksi ini menghasilkan pakaian dalam khusus wanita dan kaos dalam anak-anak. Industri konveksi ini bisa di bilang perusahaan yang sedang karena tenaga kerjanya masih dibidang sedikit. Dalam memproduksi pakaian, industri ini mempergunakan bahan baku berupa tekstil yaitu sutra dan spandeks. Pada industri ini juga mempunyai alat-alat yang biasanya digunakan yaitu berupa 2 mesin potong, 4 mesin jahit, 8 mesin jahit obras, 6 mesin *overdeck*, 1 mesin pasang karet, 1 mesin rip, jarum jahit, kursi kerja, papan potong bahan dan meja pengepakan (*packing*). Proses produksi dimulai dari kain mentah lalu dipotong menggunakan mesin potong kemudian disambung dengan mesin jahit kemudian ditindas tengah kemudian pasang rip kemudian dijahit samping dengan mesin jahit obras kemudian memasang karet dengan menggunakan mesin obras karet lalu memasang label kemudian diserahkan pada bagian *finishing* untuk kemudian dilakukan *packing* dan terakhir dimasukkan ke gudang barang jadi untuk di pasarkan ke seluruh Jawa Tengah. Industri ini tidak memiliki limbah apapun karena pihak pabrik telah bekerja sama dengan pihak pembeli kain perca sisa hasil produksi yang diambil setelah 1 – 2 minggu. Penempatan alat kerja yang masih memakan banyak tempat menjadi penyebab suasana kerja menjadi tidak kondusif. Pekerja juga sering kesusahan mencari sesuatu yang dibutuhkan dalam bekerja karena penempatan alat kerja masih berserakan. Budaya 5R jelas belum diterapkan karena belum ada promosi kesehatan dari pihak perusahaan.

## METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian ini adalah penelitian Eksperimen Semu (*Quasi Experiment*). Maksud dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada perbedaan terhadap tingkat pengetahuan dan praktik pekerja dalam antara sebelum dan sesudah dilakukan promosi kesehatan melalui media visual 5R dalam upaya menerapkan budaya kerja 5R di CV.<sup>4</sup> Mentari Jaya Gemilang Semarang. Populasi sampel penelitian berjumlah 32 orang dengan metode *total sampling*.<sup>4</sup> Instrumen penelitian menggunakan kuesioner tertutup<sup>5</sup>, leaflet dan poster. Pengolahan data menggunakan *Editing, Coding, Scoring, Entry, Cleaning, Tabulating*.<sup>6</sup> Uji statistik menggunakan *saphiro wilk* (untuk uji normalitas), *Willcoxon Rank Sum* (untuk uji perbedaan antara variabel bebas dan terikat).<sup>9</sup>

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Analisis Univariat

#### 1. Distribusi Pengetahuan Responden

Tabel 1.1  
Distribusi Frekuensi Jawaban Benar berdasarkan Aspek Pengetahuan

No	Aspek-aspek Pengetahuan 5R	Jawaban Benar Pre		Jawaban Benar Post	
		$\Sigma$	%	$\Sigma$	%
1.	Pengertian dari 5S	5	15.6	19	59.4
2.	Kepanjangan 5S	0	0.0	32	100
3.	Tujuan dari 5R	10	31.3	17	53.1
4.	Manfaat dari 5R	5	15.6	24	75.0
5.	Penataan alat kerja	5	15.6	30	93.8
6.	Lingkup kegiatan Rapi	1	3.1	27	84.4
7.	Lingkup kegiatan Resik	20	62.5	19	59.4
8.	Pembersihan peralatan kerja	2	6.3	10	31.3
9.	Pengertian Rawat	22	68.8	32	100
10	Pengertian <i>seiri</i>	6	18.8	28	87.5

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa frekuensi jawaban benar sebelum diberi perlakuan yaitu masih kurang. Namun setelah diberikan perlakuan terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan dilihat dari frekuensi jawaban benar di tabel diatas. Seperti contohnya di nomor 2 dari 0% menjadi 100% setelah diberikan perlakuan.

## 2. Distribusi Praktik Responden

Tabel 1.2  
Deskripsi frekuensi berdasarkan Praktik Penerapan 5R

No	Aspek-aspek Penerapan 5R	Jawaban benar Pre		Jawaban Benar Post	
		$\Sigma$	%	$\Sigma$	%
1.	Membuang barang yang tidak diperlukan di tempat kerja	15	46.9	32	100
2.	Melakukan penataan barang yang setelah digunakan	19	59.4	32	100
3.	Menyimpan barang yang sudah rusak atau tidak dapat digunakan lagi	23	71.9	32	100
4.	Tidak mencampur barang pribadi dengan barang perusahaan	14	43.8	32	100
5.	Mencampur barang yang sudah tidak digunakan dengan barang yang masih digunakan	26	81.3	32	100
6.	Menyusun barang sesuai dengan prioritas penggunaan	7	21.9	29	81.3
7.	Mengembalikan barang sesuai dengan tempatnya	25	78.1	32	100
8.	Saya dapat dengan mudah menemukan barang yang akan digunakan	9	28.1	31	96.9
9.	Saya dapat dengan mudah dalam mengembalikan barang	5	15.6	31	96.9
10.	Saya mencatat dengan checklist penggunaan barang setelah digunakan	28	87.5	16	50.0
11.	Membersihkan tempat kerja setiap hari	20	62.5	28	87.5
12.	Membersihkan tempat kerja sebelum dan sesudah melakukan pekerjaan	13	40.6	32	100
13.	Memeriksa apa yang menjadi penyebab kekotoran di lingkungan kerja	2	6.3	19	89.4
14.	Mengikuti kegiatan kebersihan dilingkungan perusahaan	25	78.1	31	96.9
15.	Mengajak setiap orang agar menjaga kebersihan	20	62.5	22	68.8
16.	Mengecek mesin kerja sesuai dengan jadwal ketentuan perusahaan	10	31.3	7	21.9

No	Aspek-aspek Penerapan 5R	Jawaban benar Pre		Jawaban Benar Post	
		$\Sigma$	%	$\Sigma$	%
17.	Memberi warna pada masing-masing tempat penyimpanan barang	0	0.0	3	9.4
18.	Memberi keterangan pemakaian pada barang-barang yang jika digunakan membutuhkan keahlian	0	0.00	3	9.4
19.	Memelihara kondisi area kerja agar tidak berantakan	29	90.6	31	96.9
20.	Menaati peraturan yang sudah ditetapkan perusahaan	32	100	32	100
21.	Memenuhi tanggung jawab dalam penerapan 5R	0	0.0	32	100
22.	Melakukan 5R dengan benar	0	0.0	14	43.8
23.	Semua pekerjaan diselesaikan dengan tepat waktu	32	100	32	100
24.	Selalu menerapkan 5R dalam kehidupan sehari-hari ketika bekerja dan dirumah	0	0.0	16	50.0
25.	Memeriksa kondisi lingkungan kerja, apakah sudah sesuai dengan standar 5R	0.	0.00	17	53.1

Berdasarkan tabel 4.7 dapat disimpulkan bahwa praktik pekerja sebelum diberikan perlakuan yaitu masih kurang. Namun setelah diberikan perlakuan praktik responden meningkat secara signifikan, contohnya seperti pada nomor 21 dari 0% menjadi 100% setelah diberi perlakuan.

## B. Analisis Bivariat

### 1. Efektifitas Promosi Kesehatan Melalui Media 5R Terhadap Pengetahuan Responden

Tabel 1.1  
Hasil Analisis Uji Wilcoxon Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Promosi Kesehatan melalui Media Visual 5R

Variabel	N	Median (min-max)	P
Skor pengetahuan post – skor pengetahuan pre	0 <sup>a</sup>	2.0 (1-4)	0,000
	32 <sup>b</sup>	7 (6-9)	
	0 <sup>c</sup>		
Total	32		

a. skor\_pengetahuan\_post < skor\_pengetahuan\_pre

b. skor\_pengetahuan\_post > skor\_pengetahuan\_pre

c. skor\_pengetahuan\_post = skor\_pengetahuan\_pre

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa 32 responden mempunyai nilai yang lebih tinggi dari sebelum diberikan perlakuan (*pretest*), sebanyak 0 responden yang mempunyai nilai lebih rendah dengan nilai sebelum diberikan perlakuan (*pretest*) dan 0

responden pula yang mempunyai pengetahuan yang sama antara sebelum (*pretest*) dan sesudah perlakuan (*posttest*).

Dari hasil uji *Wilcoxon* diperoleh nilai *significancy* 0,000 ( $p < 0,05$ ), nilai median pengetahuan sebelum perlakuan sebesar 2.0 dan setelah diberi perlakuan nilai median naik menjadi 7.0 dengan nilai skor minimal sebesar 6 dan nilai skor maksimal 9, maka  $H_0$  ditolak sehingga hal ini dapat diartikan bahwa Ada perbedaan antara pengetahuan sebelum diberikan promosi kesehatan melalui media visual 5R dan setelah diberikan promosi kesehatan melalui media visual 5R pada pekerja CV. Mentari Jaya Gemilang Semarang.

## 2. Efektifitas Promosi Kesehatan Melalui Media 5R Terhadap Praktik Responden

Table 1.2  
Hasil Analisis Uji Wilcoxon Praktik Sebelum dan Sesudah Perlakuan

Variabel		N	Median (min-max)	P
Skor praktik post – skor praktik pre	Negative	0 <sup>a</sup>	11 (7-14)	0,000
	Positive	32 <sup>b</sup>	19 (17-23)	
	Ties	0 <sup>c</sup>		
	Total	32		

a. skor\_praktik\_post < skor\_praktik\_pre

b. skor\_praktik\_post > skor\_praktik\_pre

c. skor\_praktik\_post = skor\_praktik\_pre

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa setelah dilakukan diberikan perlakuan terdapat 32 responden yang mempunyai nilai skor yang lebih tinggi dari pada sebelum perlakuan (*pretest*), sedangkan yang memiliki skor lebih rendah atau sama dengan sebelum perlakuan (*pretest*) tidak ada atau 0 responden.

Dari hasil uji *Wilcoxon* diperoleh nilai *significancy* 0,000 ( $p < 0,05$ ), nilai median praktek sebelum praktek sebesar 11 dan setelah perlakuan nilai median meningkat menjadi 19 dengan nilai skor minimal sebelum perlakuan sebesar 7 dan nilai skor maksimal 14 setelah diberikan perlakuan meningkat menjadi skor minimal sebesar 17 dan skor maksimal sebesar 23. Dengan demikian maka  $H_0$  ditolak sehingga hal ini dapat diartikan bahwa Ada perbedaan antara praktik sebelum promosi kesehatan melalui media visual 5R dan setelah diberi promosi kesehatan melalui media visual 5R pada pekerja CV. Mentari Jaya Gemilang Semarang.

## PEMBAHASAN

### 1. Perbedaan Pengetahuan 5R (Ringkas, Rapi, Resik, Rawat, dan Rajin) Pekerja Sebelum dan Sesudah diberikan Promosi Kesehatan melalui Media Visual 5R

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu obyek tertentu. Pengetahuan yang tercakup dalam dominan kognitif mempunyai 6 tingkatan yaitu Tahu (*Know*), Memahami (*Comprehension*), Aplikasi (*Application*), Analisis (*Analysis*), Sintesis (*Syntesis*) dan Evaluasi (*Evaluation*).<sup>3</sup>

Analisis variabel pengetahuan sebelum dan setelah diberikan perlakuan secara statistik terdapat perbedaan yang bermakna, sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa ada perbedaan antara pengetahuan sebelum dan setelah dilakukan perlakuan pada pekerja CV. Mentari Jaya Gemilang Semarang. Dilihat dari distribusi frekuensi berdasarkan pengetahuan pekerja didapatkan hasil *pretest* pengetahuan, menunjukkan bahwa hanya 5 orang pekerja yang mengetahui pengertian dari 5S dan tidak ada responden yang mengetahui kepanjangan 5S jika diartikan ke dalam bahasa Indonesia. Demikian pula hanya 2 responden yang membersihkan peralatan kerja setiap bulan sekali, dan hanya 6 responden yang tahu maksud dari seiri. Setelah dilakukan promosi kesehatan melalui media visual 5R dengan menggunakan media visual dilakukan pengukuran *posttest* dan menunjukkan hasil peningkatan sebesar 100% pekerja mengetahui kepanjangan 5S jika

diartikan ke dalam bahasa Indonesia, 100% responden mengetahui yang dimaksud dengan rawat, dan 87,5% mengetahui yang dimaksud dengan seiri. Namun demikian tidak semua pengetahuan 5R dimiliki oleh para pekerja. Hanya 31.3% responden yang mau membersihkan peralatan kerja setiap bulan sekali, dan hanya 59,4% responden yang mengetahui hal yang termasuk dalam kegiatan resik.

Perlakuan yang diberikan pada penelitian ini yaitu melakukan promosi kesehatan melalui media visual. Promosi kesehatan di tempat kerja adalah upaya promosi kesehatan yang diselenggarakan di tempat kerja, selain untuk memberdayakan masyarakat di tempat kerja untuk mengenali masalah dan tingkat kesehatannya, serta mampu mengatasi, memelihara, meningkatkan dan melindungi kesehatannya sendiri juga memelihara dan meningkatkan tempat kerja yang sehat.<sup>11</sup> Tujuan dari pemberian media visual yang digunakan adalah untuk menginformasikan pesan singkat dalam bentuk gambar untuk mempengaruhi seseorang agar tertarik melakukan.<sup>3</sup> Sedangkan untuk isi materi, disajikan menggunakan leaflet dan poster yang masing-masing memiliki materi yang berbeda. Untuk materi leaflet ini meliputi dari definisi 5R yang dijelaskan secara singkat dan istilah 5S jika diartikan kedalam bahasa Indonesia, tujuan dari penerapan 5R di tempat kerja, manfaat dari menerapkan 5R di tempat kerja, implementasi 5R dimulai dari Ringkas hingga Rajin yang dijelaskan secara singkat, langkah-langkah penerapan 5R, keuntungan 5R bagi perusahaan, dan kendala dalam menerapkan 5R. Kegiatan pemberian materi berupa leaflet ini dilaksanakan selama 2 hari dengan dibantu pihak manajemen dari perusahaan melalui kegiatan *safety talk* setiap pagi sebelum bekerja. Untuk materi poster berisi alur penerapan 5R secara urut dari Ringkas hingga Rajin yang disertai contoh kegiatannya di tempat kerja, poster ini ditempelkan di dinding tempat kerja sehingga diharapkan dapat memunculkan motivasi bagi pekerja yang melihat poster tersebut.

Berdasarkan dari hasil *pretest* pengetahuan, menunjukkan bahwa sebanyak 15.6% pekerja yang belum paham manfaat mengembalikan alat kerja ke tempat semula setelah digunakan selain itu sebanyak 31.3% pekerja juga masih belum paham tentang tujuan dari 5R. Dilihat dari hasil *posttest* terjadi peningkatan pengetahuan responden yang sudah paham manfaat mengembalikan alat kerja ke tempat semula setelah digunakan dan mengetahui yang termasuk dalam tujuan 5R sebesar 53.1%. Pemberian perlakuan ini juga memberikan dampak positif bagi pekerja dan perusahaan yang mana sebelumnya pekerja sering meletakkan barang yang sudah tidak berguna (jarum patah, potongan kain, gunting rusak, dll) di meja kerja sekarang sudah dibuang dan meja kerja pun menjadi lebih ringkas. Lalu pada bagian gudang juga sudah dibuat garis khusus untuk mengelompokkan barang yang sudah siap kirim dengan yang masih dikerjakan. Mesin-mesin kerja yang sudah tidak berfungsi yang sebelumnya masih ada di tempat kerja kini sudah disimpan di ruang penyimpanan sehingga memberikan kenyamanan bagi pekerja.

Selain itu hasil perbedaan pengetahuan responden terkait penerapan 5R juga ditunjukkan adanya perubahan hasil rata-rata yang meningkat. Rata-rata jawaban pengetahuan pekerja di C.V Mentari Jaya Gemilang sebelum promosi kesehatan melalui media visual 5R sebesar 2.37. Kemudian setelah dilakukan perlakuan pengetahuan pekerja di C.V Mentari Jaya Gemilang diukur dengan hasil terjadi peningkatan rata-rata sebesar 7.43.

Hal yang sama juga didapatkan pada penelitian dari Sri Sawabpi tahun 2006 yang memperoleh Hasil penelitian ini menyatakan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan praktik 5R dan ada hubungan antara sikap dengan praktik 5R yang mungkin dipengaruhi oleh faktor pendidikan.<sup>12</sup> Hal yang sama juga didapatkan pada penelitian dari Yuninda tahun 2014 yang menyatakan adanya peningkatan rata-rata pengetahuan masyarakat setelah diberikan penyuluhan tentang leptospirosis.<sup>13</sup> Persamaan ini juga dimungkinkan karena faktor pendidikan, karena pendidikan dapat mempengaruhi pola pikir seseorang dalam memahami informasi yang diberikan. Rata-rata pendidikan masyarakat yang diteliti oleh Yuninda adalah SMA, begitu pula dengan penelitian ini rata-rata di C.V Mentari Jaya Gemilang juga rata-rata berpendidikan SMA. Dengan tingkat pendidikan rata-rata SMA tersebut para pekerja mudah memahami tentang materi dari promosi kesehatan melalui media visual 5R yang diberikan. Karena dengan tingkat pendidikan tersebut akan memudahkan mengingat kembali (*recall*) sesuatu yang spesifik dari seluruh bahan yang

dipelajari atau rangsangan yang telah diterima.<sup>13</sup> Oleh sebab itu tahu ini merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah. Kata kerja untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari antara lain menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan, menyatakan, dan sebagainya.

Setelah dilakukan penelitian ini diharapkan perusahaan C.V Mentari Jaya Gemilang Semarang mengupayakan kembali promosi kesehatan penerapan 5R melalui media *safety talk* yang diberikan setiap pagi sebelum melakukan pekerjaan.

Dengan demikian, promosi kesehatan melalui media visual 5R merupakan salah satu cara yang digunakan untuk menambah pengetahuan dan kemampuan seseorang dengan tujuan mengubah atau mempengaruhi sikap dan praktek manusia secara individu maupun kelompok.

## **2. Perbedaan Praktik 5R Pekerja Sebelum dan Sesudah diberikan Perlakuan 5R**

Praktik atau perilaku yang diterima secara luas untuk melakukan respon menuntut cara tertentu terhadap suatu obyek yang diperlihatkan secara nyata. Praktik dapat dipengaruhi oleh pengetahuan seseorang terhadap suatu hal. Berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Benyamin Blum bahwa praktek atau tindakan seseorang terbentuk dari pengetahuan dari seseorang. Sedangkan teori yang dikemukakan oleh Baron dalam buku Notoatmodjo, menyatakan bahwa komponen kognitif merupakan salah satu komponen pembentuk perubahan sikap seseorang.<sup>14</sup>

Analisis variabel praktik sebelum dan setelah sosialisasi secara statistik terdapat perbedaan yang bermakna, dan peningkatan praktik lebih signifikan daripada pengetahuan. Dilihat dari distribusi frekuensi berdasarkan praktik pekerja didapatkan hasil *pretest* praktik, menunjukkan bahwa tidak ada pekerja yang memenuhi tanggung jawab dalam penerapan 5R dan sesudah dilakukan perlakuan meningkat menjadi 100% yang artinya semua pekerja mampu memenuhi tanggung jawab dalam penerapan 5R.

Perubahan praktik ini juga ditunjukkan pada hasil rata-rata jawaban responden. Sebelum diberikan perlakuan, hasil rata-rata jawaban praktik pekerja terhadap penerapan 5R sebesar 11.06. Kemudian setelah diberikan perlakuan, hasil rata-rata jawaban meningkat sebesar 19.21. Namun peningkatan tersebut belum menyeluruh, berdasarkan hasil statistik setelah diberikan perlakuan hanya menunjukkan adanya peningkatan sebesar 50% responden dalam hal pencatatan penggunaan barang menggunakan *checklist*. Demikian pula dalam hal mengajak setiap orang agar menjaga kebersihan baru mencapai 68.8% responden yang melakukan praktik hal tersebut.

Walaupun demikian responden telah menunjukkan praktik yang sangat baik terkait dengan penerapan 5R yaitu ditunjukkan pada penerapan *Seiri* (Ringkas) dimana keseluruhan responden membuang barang yang tidak diperlukan di tempat kerja, melakukan penataan barang yang setelah digunakan, menyimpan barang yang sudah rusak atau tidak dapat digunakan lagi, tidak mencampur barang pribadi dengan barang perusahaan, tidak mencampur barang yang sudah tidak digunakan dengan barang yang masih digunakan, mengembalikan barang sesuai dengan tempatnya, membersihkan tempat kerja sebelum dan sesudah melakukan pekerjaan, menaati peraturan yang sudah ditetapkan perusahaan, memenuhi tanggung jawab dalam penerapan 5R, dan semua pekerjaan diselesaikan dengan tepat waktu. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian Yuninda pada tahun 2014 yang menyatakan adanya pengaruh penyuluhan terhadap praktek pencegahan Leptospirosis masyarakat sebelum dan dua minggu setelah penyuluhan.<sup>13</sup> Dengan melihat hasil peningkatan yang signifikan tersebut maka promosi kesehatan melalui media 5R yang diberikan menunjukkan hasil yang baik dimana sebelum diberikan perlakuan sebagian besar pekerja belum melakukan praktik 5R dengan baik dan setelah diberi promosi kesehatan dengan menggunakan media visual terjadi peningkatan yang baik. Hal ini akan sangat bermanfaat bagi perusahaan dalam menerapkan program 5R di tempat kerja. Program 5R adalah suatu metode dalam pengelolaan lingkungan kerja bersih yang diwajibkan oleh manajemen atau perusahaan untuk dijalankan oleh setiap pekerjanya. Program 5R bertujuan untuk menciptakan lingkungan kerja yang bersih, rapi, aman, nyaman dan sehat sehingga keselamatan kerja karyawan terjamin. Selain menghapuskan pemborosan,

perusahaan juga mengharapkan melalui program 5R ini dapat membentuk budaya disiplin yang menjadikan sikap karyawan menjadi lebih positif sehingga dapat meningkatkan kualitas produktifitas kerja.<sup>14</sup>

Hasil analisis statistik menunjukkan adanya perbedaan praktik pekerja dari sebelum dan sesudah diberikan perlakuan, dan ternyata media yang digunakan mampu memberikan keefektifitasan sebesar 42.44% terhadap perubahan praktik pekerja. Hal ini disebabkan para pekerja mau menerapkan praktik 5R tersebut di tempat kerja untuk meningkatkan produktivitas kerja. Hal ini dapat pula disebabkan oleh kesadaran para pekerja tentang pentingnya penerapan 5R di tempat kerja. Karena praktik mempunyai beberapa tingkatan yaitu respon terpinpin, mekanisme, dan adopsi. Apabila penerimaan perilaku baru melalui proses seperti didasari oleh pengetahuan, kesadaran dari sikap yang positif, maka perilaku tersebut akan bersifat langgeng, namun sebaliknya apabila perilaku itu tidak didasari oleh pengetahuan dan kesadaran maka tidak akan berlangsung lama.<sup>3</sup>

Meskipun praktik pekerja belum semuanya berubah menjadi lebih baik setidaknya sudah ada proses perubahan yang ditunjukkan oleh pekerja untuk hidup lebih sehat. Hal ini dipengaruhi dari pengetahuan pekerja akan penerapan 5R di tempat kerja, sehingga sedikit demi sedikit praktik pekerja sudah ikut berubah lebih baik seiring meningkatnya pengetahuan mereka. Hal yang belum dapat dipraktikkan oleh para pekerja antara lain dalam hal memberi keterangan pemakaian pada barang-barang yang jika digunakan membutuhkan keahlian dimana baru 9,4% pekerja yang melakukan. Demikian pula dalam hal memberi warna pada masing-masing tempat penyimpanan barang baru mencapai 9,4% pekerja yang mau melaksanakan praktek tersebut di tempat kerja. Hal ini dapat disebabkan jarang nya pegawai dalam melakukan pekerjaan tersebut sebelum diberi perlakuan sehingga kedua hal tersebut diatas masih dianggap menjadi sebuah kebiasaan bagi para pekerja dan menjadi sebuah kendala dalam melaksanakan praktik kedua hal tersebut.

## **SIMPULAN**

1. Pengetahuan sebelum promosi kesehatan melalui media visual 5R diperoleh rata-rata sebesar 2,37 dan setelah dilakukan perlakuan meningkat menjadi 7,43.
2. Praktik sebelum promosi kesehatan melalui media visual 5R diperoleh rata-rata sebesar 11,62 dan setelah dilakukan perlakuan meningkat menjadi 19,21. Hal ini memberikan hasil bahwa promosi kesehatan dengan menggunakan media visual dapat meningkatkan praktik 5R ditempat kerja.
3. Promosi kesehatan melalui media visual 5R efektif terhadap peningkatan pengetahuan dan praktik responden. Dari kedua variabel tersebut, variabel praktik yang sukar untuk dirubah, karena hanya mempunyai nilai keefektifitasan sebesar 42.44%. Namun variabel pengetahuan mempunyai peningkatan sebesar 68.07%. Dengan demikian variabel pengetahuan yang mudah untuk dirubah menggunakan promosi kesehatan melalui media visual 5R.
4. Ada perbedaan antara pengetahuan sebelum dan setelah dilakukan promosi kesehatan melalui media visual 5R pada pekerja CV. Mentari Jaya Gemilang Semarang.
5. Ada perbedaan antara praktik sebelum dan setelah dilakukan promosi kesehatan melalui media visual 5R pada pekerja CV. Mentari Jaya Gemilang Semarang.

## SARAN

1. Bagi perusahaan diharapkan dapat lebih aktif dalam memberikan motivasi bagi pekerjanya dalam upaya penerapan 5R di tempat kerja misalkan menggunakan media *safety talk* setiap pagi sebelum memulai pekerjaan.
2. Dalam upaya penerapan 5R di tempat kerja, pekerja sebaiknya mematuhi segala peraturan yang telah ditetapkan di perusahaan tersebut dan dapat memenuhi tanggung jawab dalam penerapan 5R khususnya dalam membersihkan peralatan kerja, membersihkan tempat kerja, mencatat checklist penggunaan barang, mengambil ataupun mengembalikan barang sesuai tempatnya, melakukan 5R dengan benar dan dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari sehingga menjadi sebuah kebiasaan (*habit*).
3. Sebaiknya perusahaan juga membuat promosi dalam bentuk media visual seperti poster-poster yang ditempelkan di dinding tempat kerja tentang apa yang sebaiknya dilakukan di tempat kerja dan apa yang tidak boleh dilakukan di tempat kerja karena media visual lebih efektif dalam merubah perilaku demi meningkatkan kesejahteraan pekerja di perusahaan tersebut.
4. Mengenai kesesuaian materi leaflet agar lebih dipersingkat, diperjelas menggunakan bahasa dan font yang sesuai, warna desain dikembangkan dengan diberikan inovasi tertentu, serta untuk poster agar lebih diperbesar ukurannya dan dipasang di tempat kerja yang strategis.
5. Dalam hal kuesioner, pertanyaan seharusnya diurutkan sesuai alur 5R dari Ringkas hingga Rajin dan disesuaikan dengan bagian kerja yang ada di perusahaan agar hasilnya lebih baik.
6. Perusahaan dapat menggugah minat pekerja dalam menerapkan 5R di tempat kerja dengan mengadakan lomba *housekeeping* pada setiap bagian kerja dan yang memenangkan mendapatkan *reward* dari perusahaan sehingga pekerja lebih semangat dan termotivasi untuk menerapkan 5R di tempat kerja.

## PUSTAKA

1. Jahja Kristanto. *5R Dasar Membangun Industri Kelas Dunia*. Jakarta: PQM Consultans. 1995
2. Hirano, Hiroyuki. *Penerapan 5S di tempat kerja*. Pendekatan Langkah-Langkah Praktis, alih bahasa, Paulus A. Setiawan. Jakarta: PQM. 1995
3. Notoatmodjo, Soekidjo. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta; 2012
4. Notoatmojo, Soekidjo. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta; 2005
5. Supranto, J. *Teknik Sampling untuk Survei dan Eksperimen*. Jakarta: Rineka Cipta; 2000
6. Riwidikdo, Handoko. *Statistik Untuk Penelitian Kesehatan Dengan Aplikasi Program R dan SPSS*. 2nd ed. Yogyakarta: Pustaka Rihama. 2010
7. Notoatmodjo, Soekidjo. *Metode Penelitian Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Edisi Revisi. Jakarta: Rineka Cipta; 2012
8. Azwar, S. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Penerbit Pustaka Pelajar. 2009
9. Sunyoto, Danang. *Analisis Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika. 2011
10. Dahlan, M. Sopiudin. *Statistik Untuk Kedokteran Dan Kesehatan Deskriptif, Bivariat, Dan Multivariat Dilengkapi Aplikasi Dengan Menggunakan Spss*. Jakarta : Salemba Medika. 2011
11. Notoatmodjo, S. *Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni*. Jakarta : PT. Rineka Cipta. 2007
12. Kholid, Ahmad. *Promosi Kesehatan dengan pendekatan teori perilaku, media, dan aplikasinya*. PT Raja Grafindo Persada. Jakarta. 2014
12. Sri Sawabpi. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Praktik 5R Tenaga Kerja Di Ruang Produksi PT. Sinar Sosro Ungaran*.  
<http://eprints.dinus.ac.id/view/creators/SRI=3ASAWABPI=3A=3A.html>. Diakses tanggal 13 Agustus 2015

13. Yuninda Fajar Kurnia, H. *Pengaruh Penyuluhan Leptospirosis Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Praktik Masyarakat Dalam Pencegahan Leptospirosis Di Kelurahan Kuningan*. Semarang. 2014
14. Iryanti Ningsih. Gambaran Komitmen Karyawan Terhadap Program 5S Di PT. Japfa Unit Cikupa. <http://digilib.esaunggul.ac.id/gambaran-komitmen-karyawanterhadap-program-5-sdi-pt-japfa-unit-cikupatangerang-4037.html> . Diakses tanggal 13 Agustus 2015.