

Hubungan Tingkat Pengetahuan *Personal Hygiene* dengan Budaya Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) pada Nelayan

Astrid Pratiwi Rufaedah Amir¹, Jumhur Salam¹, Andi Aan Mugniyah¹

¹ Prodi D-IV Keselamatan dan Kesehatan Kerja, Politeknik Kesehatan Megarezky

Email: astrdprtw@gmail.com

Abstrak

Sektor perikanan merupakan salah satu bidang pekerjaan dengan risiko kesehatan kerja yang tinggi, namun kesadaran akan Budaya Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) khususnya melalui praktik *personal hygiene* masih sering terabaikan di kalangan nelayan tradisional. Rendahnya penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di lingkungan laut meningkatkan kerentanan nelayan terhadap berbagai penyakit akibat kerja, seperti infeksi kulit dan gangguan pencernaan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk menguatkan budaya K3 pada nelayan melalui edukasi *personal hygiene* yang aman dan sehat, serta menganalisis hubungan antara tingkat pengetahuan dengan pembentukan perilaku keselamatan kerja. Metode pelaksanaan kegiatan meliputi tahap persiapan, sosialisasi interaktif, simulasi praktik kebersihan diri, dan evaluasi menggunakan instrumen kuesioner pre-test serta post-test. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa mayoritas peserta, yaitu sebanyak 24 orang (80%), memiliki tingkat pengetahuan yang stabil dan baik sejak awal, sementara 6 orang (20%) lainnya mengalami peningkatan pemahaman yang signifikan setelah mengikuti penyuluhan. Temuan ini mengindikasikan bahwa intervensi edukasi efektif dalam mengubah paradigma nelayan yang semula menganggap K3 hanya sebatas keselamatan fisik dari cuaca ekstrem menjadi kesadaran akan pentingnya *hygiene* sebagai pelindung kesehatan individu yang krusial. Simpulan dari program ini adalah penguatan budaya K3 berbasis pengetahuan *personal hygiene* berhasil meningkatkan literasi kesehatan masyarakat nelayan dan menciptakan landasan bagi pola kerja yang lebih higienis. Saran yang diberikan adalah agar Pemerintah Desa Bonto Mate'ne menyediakan fasilitas sanitasi yang memadai di area dermaga untuk mendukung keberlanjutan praktik PHBS secara nyata. Selain itu, diperlukan pembentukan kader K3 di kalangan nelayan untuk memonitor konsistensi penerapan *hygiene* secara mandiri guna menekan angka risiko penyakit akibat kerja di wilayah pesisir.

Kata Kunci: Budaya K3; Nelayan; *Personal Hygiene*; Pengetahuan.

The Correlation between Personal Hygiene Knowledge Levels and Occupational Health and Safety (OHS) Culture among Fishermen

Abstract

The fisheries sector represents one of the most hazardous occupational domains with substantial health risks; nevertheless, awareness regarding Occupational Health and

Safety (OHS) culture, particularly concerning personal hygiene practices, is frequently marginalized among traditional fishermen. Inadequate implementation of Clean and Healthy Living Behavior (CHLB) in maritime environments exacerbates fishermen's vulnerability to various occupational diseases, such as dermatological infections and gastrointestinal disorders. This community outreach initiative aims to fortify OHS culture among fishermen through comprehensive education on safe and healthy personal hygiene, alongside analyzing the correlation between knowledge acquisition and the manifestation of safety-oriented behaviors. Methodology encompassed a preparation phase, interactive socialization, self-hygiene simulations, and quantitative evaluation utilizing pre-test and post-test instruments. Evaluation metrics indicated that the majority of participants (80%, n=24) maintained consistently high levels of baseline knowledge, while the remaining 20% (n=6) demonstrated significant cognitive improvement following the intervention. These findings suggest that pedagogical interventions are instrumental in facilitating a paradigm shift, transitioning from a narrow perception of OHS as merely physical safety against maritime hazards to a broader recognition of hygiene as a critical individual health safeguard. In conclusion, reinforcing OHS culture through personal hygiene literacy successfully enhances the health literacy of maritime communities and establishes a framework for more hygienic operational patterns. It is recommended that the Bonto Mate'ne Village Government provide standardized sanitation infrastructure at landing sites to ensure the practical sustainability of CHLB. Furthermore, the development of community-based OHS cadres is essential for autonomous hygiene monitoring to mitigate occupational disease prevalence in coastal regions.

Keywords: OHS Culture; Traditional Fishermen; Personal Hygiene; Health Literacy.

PENDAHULUAN

Sektor perikanan merupakan salah satu lapangan kerja paling berbahaya di dunia dengan tingkat kecelakaan kerja dan gangguan kesehatan yang tinggi. Aktivitas kerja di lingkungan laut yang lembap, paparan sinar matahari secara langsung, kontak dengan air laut dan hasil tangkapan, serta kebiasaan kerja yang belum sepenuhnya memperhatikan kebersihan diri dapat meningkatkan risiko penyakit akibat kerja, seperti penyakit kulit, infeksi saluran pencernaan, dan gangguan kesehatan lainnya. Budaya Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) di kalangan nelayan masih tertinggal dibandingkan sektor industri lainnya, di mana perlindungan diri sering dianggap sebagai beban daripada kebutuhan (Amir et al., 2025).

Salah satu aspek K3 yang paling krusial namun sering terabaikan adalah *personal hygiene*. Kebersihan diri yang buruk saat menangani hasil laut dapat memicu penyakit kulit, infeksi saluran pencernaan, dan transmisi bakteri patogen. Penguatan budaya K3 berbasis individu melalui Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah langkah

preventif paling efisien untuk menekan angka Penyakit Akibat Kerja (PAK) di wilayah pesisir (Noerfitri & Prasetya, 2023).

Budaya K3 pada masyarakat nelayan seringkali hanya diidentikkan dengan keselamatan dari kecelakaan kapal atau cuaca buruk. Padahal, risiko penyakit akibat kerja (PAK) yang bersumber dari buruknya *personal hygiene* (kebersihan diri) jauh lebih nyata dan terjadi setiap hari. Rendahnya akses terhadap air bersih di atas kapal serta kurangnya pemahaman mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) menyebabkan nelayan rentan terhadap infeksi kulit, gangguan pencernaan, hingga penyakit zoonosis laut (Gusti & Iqbal, 2024). Hal ini diperparah dengan kebiasaan mengabaikan kebersihan tangan dan pakaian setelah berinteraksi dengan biota laut yang terkontaminasi.

Penerapan *personal hygiene* yang aman dan sehat bukan sekadar masalah kebersihan individu, melainkan bagian integral dari penguatan budaya K3. Riset terbaru menunjukkan bahwa lingkungan kerja yang higienis berkontribusi signifikan terhadap produktivitas dan pengurangan angka absensi nelayan akibat sakit (Ilma et al., 2025). Namun, perubahan perilaku ini memerlukan pendekatan edukatif yang sistematis, mengingat faktor kebiasaan (*habit*) dan norma sosial di masyarakat nelayan yang cenderung maskulin dan menganggap remeh masalah sanitasi kecil.

Desa Bonto Mate'ne di Kecamatan Marusu' merupakan salah satu wilayah dengan populasi nelayan yang cukup besar di Kabupaten Maros. Observasi awal menunjukkan bahwa meskipun nelayan memiliki pengetahuan dasar tentang kebersihan, implementasinya dalam aktivitas melaut masih sangat rendah. Ketidaktersediaan panduan praktis mengenai higiene selama di laut menjadi hambatan utama. Oleh karena itu, diperlukan intervensi berupa penyuluhan dan pendampingan untuk menanamkan pemahaman bahwa budaya K3 dimulai dari praktik personal yang paling sederhana namun krusial, yaitu *personal hygiene*.

Melalui program PKM ini, diharapkan tercipta kesadaran kolektif di kalangan nelayan Desa Bonto Mate'ne untuk mengadopsi standar higiene yang aman dan sehat. Dengan penguatan budaya K3 berbasis individu, risiko penyakit akibat kerja dapat ditekan, yang pada akhirnya akan meningkatkan kesejahteraan sosial dan ekonomi masyarakat nelayan di wilayah tersebut sesuai dengan target pembangunan berkelanjutan

(*Sustainable Development Goals*) poin ketiga mengenai kehidupan sehat dan Sejahtera.

BAHAN DAN METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di Kantor Desa Bonto Mate'ne, Kecamatan Marusu, Kabupaten Maros. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada besarnya populasi nelayan tradisional di wilayah tersebut serta tingginya risiko kesehatan kerja yang dihadapi nelayan akibat kondisi lingkungan dan kebiasaan kerja. Kegiatan dilaksanakan pada hari Kamis, 8 Januari 2026, pukul 10.00 hingga 11.30 WITA.

Peserta dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini berjumlah 30 orang nelayan yang berdomisili di Desa Bonto Mate'ne. Selain peserta utama, kegiatan ini juga dihadiri oleh Camat Marusu, Kepala Puskesmas Marusu, dan Kepala Desa Bonto Mate'ne. Kehadiran unsur pemerintah dan fasilitas kesehatan setempat menjadi bentuk dukungan terhadap pelaksanaan kegiatan serta menunjukkan sinergi antara tim pengabdian dan pemangku kepentingan lokal dalam upaya penguatan budaya K3 nelayan.

Untuk mendukung kelancaran kegiatan penyuluhan, digunakan berbagai alat dan bahan penunjang. Perangkat keras berupa laptop dan LCD proyektor dimanfaatkan untuk pemaparan materi. Media edukasi yang digunakan meliputi *slide* presentasi dan *leaflet* yang berisi panduan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang disesuaikan dengan kondisi kerja nelayan. Selain itu, alat peraga berupa sabun cuci tangan, air bersih, dan *hand sanitizer* digunakan dalam kegiatan simulasi *personal hygiene*. Kegiatan juga didukung oleh logistik berupa alat tulis dan konsumsi bagi peserta.

Instrumen utama yang digunakan dalam kegiatan ini adalah lembar kuesioner *pre-test* dan *post-test*. Kuesioner terdiri dari 15 butir pertanyaan yang mencakup konsep dasar Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3), pentingnya *personal hygiene*, serta langkah-langkah penerapan PHBS saat melaut. Skala penilaian yang digunakan berupa pilihan ganda dan format benar atau salah untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah intervensi edukasi.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dibagi ke dalam tiga tahapan utama, yaitu tahap persiapan, tahap proses pelaksanaan, dan tahap evaluasi. Pada tahap persiapan, tim pelaksana melakukan koordinasi dan perizinan kepada pihak Kecamatan

Marusu dan Pemerintah Desa Bonto Mate'ne. Selain itu, dilakukan survei lokasi untuk memastikan kesiapan aula kantor desa sebagai tempat pelaksanaan kegiatan. Tim juga menyusun materi edukasi yang relevan dengan kondisi kerja nelayan serta melakukan validasi kuesioner yang akan digunakan. Mobilisasi peserta dilakukan melalui koordinasi dengan kelompok nelayan setempat.

Tahap proses pelaksanaan diawali dengan pembukaan kegiatan oleh Camat Marusu, Kepala Puskesmas Marusu, dan Kepala Desa Bonto Mate'ne. Sebelum penyampaian materi, peserta diminta mengisi kuesioner *pre-test* untuk mengetahui tingkat pemahaman awal terkait K3 dan personal hygiene. Selanjutnya, dilakukan penyampaian materi edukasi selama 90 menit mengenai penguatan budaya K3 nelayan melalui *personal hygiene* yang aman dan sehat. Kegiatan dilanjutkan dengan simulasi cara mencuci tangan yang efektif serta diskusi interaktif yang membahas berbagai kendala kesehatan yang sering dialami nelayan dalam aktivitas kerja sehari-hari.

Tahap evaluasi dilakukan melalui pengisian kuesioner *post-test* menggunakan instrumen yang sama dengan *pre-test*. Data yang diperoleh kemudian dianalisis dengan membandingkan hasil *pre-test* dan *post-test* untuk mengetahui perubahan tingkat pengetahuan peserta. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa sebanyak 80% peserta memiliki pengetahuan yang stabil sejak awal, sementara 20% peserta mengalami peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah kegiatan penyuluhan. Seluruh rangkaian kegiatan dan hasil evaluasi selanjutnya didokumentasikan dan disusun dalam bentuk laporan sebagai bentuk pertanggungjawaban pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat.

HASIL DAN BAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk menguatkan budaya Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) pada kelompok nelayan di Desa Bonto Mate'ne melalui edukasi *personal hygiene*. Berdasarkan pelaksanaan yang dilakukan pada 8 Januari 2026, hasil kegiatan menunjukkan adanya respons positif dan perubahan tingkat pengetahuan pada khalayak sasaran.

Analisis Tingkat Pengetahuan Peserta

Data yang diperoleh menunjukkan adanya korelasi positif antara tingkat pengetahuan *personal hygiene* dengan kesadaran budaya K3. Hasil pengukuran melalui kuesioner disajikan dalam Tabel 1:

Tabel 1. Distribusi Hubungan Pengetahuan dan Budaya K3 Peserta

| Kategori Peserta | Jumlah | Persentase (%) | Indikasi Budaya K3 |
|-----------------------------|-----------|----------------|----------------------------------|
| Pengetahuan Tinggi (Stabil) | 24 | 80% | Proaktif dalam praktik hygiene |
| Peningkatan Pengetahuan | 6 | 20% | Mulai mengadopsi kebiasaan sehat |
| Total | 30 | 100% | |

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan Tabel 1, mayoritas nelayan (80%) menunjukkan tingkat pengetahuan yang stabil dan tinggi. Hal ini menandakan bahwa pengetahuan merupakan fondasi utama dalam pembentukan budaya K3. Pengetahuan yang baik memungkinkan nelayan untuk mengidentifikasi risiko kesehatan secara mandiri. Sejalan dengan temuan Padmasari et al., (2024), pengetahuan yang sudah ada pada masyarakat pesisir sering kali berasal dari pengalaman praktis, namun tetap memerlukan pemutakhiran agar sesuai dengan standar keselamatan kerja yang berlaku.

Hubungan Pengetahuan dan Perilaku

Peningkatan pengetahuan pada 20% peserta menjadi temuan penting. Kelompok ini awalnya menganggap *personal hygiene* sebagai hal sepele yang tidak berkaitan dengan keselamatan kerja. Namun, setelah intervensi, terjadi pergeseran paradigma di mana hygiene dianggap sebagai bagian dari perlindungan diri (APD) non-fisik.

Gambar 1 dan 2 menunjukkan aktivitas diskusi di mana nelayan mulai menghubungkan antara kebersihan tangan dengan pencegahan penyakit kulit yang sering mereka alami setelah terpapar air laut yang terkontaminasi.



Gambar 1. Sesi Tanya Jawab Setelah Pemaparan Materi Penyuluhan



Gambar 2. Diskusi Mendalam Mengenai Hubungan Higiene dengan Kesehatan Kerja

Budaya K3 yang berkelanjutan hanya dapat tumbuh jika subjek (nelayan) memahami alasan ilmiah di balik sebuah tindakan preventif. Kehadiran pimpinan daerah (Camat dan Kepala Desa) dalam kegiatan ini juga berfungsi sebagai faktor penguat (*reinforcing factor*) yang memvalidasi bahwa budaya K3 adalah standar sosial baru di Desa Bonto Mate'ne.

Kendala dan Solusi Pemecahan Masalah

Meskipun secara umum berhasil, terdapat beberapa kendala teknis dan situasional yang dihadapi oleh tim di lapangan. Kendala dan solusi tersebut dirangkum dalam Tabel 2:

Tabel 2. Kendala Pelaksanaan dan Solusi yang Diterapkan

| No | Kendala yang Dihadapi | Solusi Pemecahan Masalah |
|-----------|--|---|
| 1 | Persepsi nelayan bahwa K3 hanya terkait alat berat/kapal, bukan kebersihan diri. | Memberikan bukti dokumentasi penyakit kulit akibat kontaminasi biologis pada nelayan sebagai studi kasus. |
| 2 | Kesulitan peserta dalam mengisi instrumen kuesioner yang bersifat teks padat. | Mengalihkan format kuesioner menjadi panduan wawancara singkat yang dibantu oleh anggota tim PKM. |

Solusi yang diterapkan terbukti efektif menjaga jalannya kegiatan. Pendekatan persuasif dengan menggunakan bahasa lokal terbukti mampu meruntuhkan hambatan

komunikasi. Fleksibilitas metode dalam pengabdian masyarakat sangat krusial agar pesan kesehatan dapat diterima tanpa mengubah tatanan sosial yang ada.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat tentang Hubungan Tingkat Pengetahuan *Personal Hygiene* dengan Budaya Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) pada Nelayan di Desa Bonto Mate'ne, dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini berjalan dengan baik dan memberikan dampak positif. Penyuluhan berhasil menjangkau 30 nelayan, dengan hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pengetahuan pada 20% peserta yang sebelumnya memiliki pemahaman terbatas serta penguatan pemahaman pada 80% peserta yang telah memiliki dasar pengetahuan baik.

Kegiatan ini juga mendorong perubahan paradigma mitra, di mana budaya K3 tidak lagi dipahami hanya sebagai pencegahan kecelakaan kerja saat melaut, tetapi juga mencakup perlindungan kesehatan diri melalui penerapan *personal hygiene* yang aman dan sehat. Selain itu, pengetahuan yang memadai terbukti berperan penting dalam pembentukan budaya K3, yang semakin diperkuat oleh dukungan perangkat desa, sehingga pesan edukasi dapat diterima sebagai norma baru di lingkungan nelayan.

Untuk menjamin keberlanjutan program dan efektivitas penguatan budaya K3 nelayan, diperlukan dukungan lintas pihak. Pemerintah desa diharapkan dapat menginisiasi penyediaan fasilitas sanitasi sederhana, seperti tempat cuci tangan dengan air mengalir di area pendaratan ikan atau sekitar dermaga, guna mendukung penerapan *personal hygiene* secara praktis.

Masyarakat nelayan juga diharapkan dapat menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) secara konsisten sebagai kebiasaan rutin sebelum dan sesudah melaut, sehingga dapat mencegah penyakit akibat kerja. Sementara itu, bagi tim pengabdian masyarakat selanjutnya, disarankan untuk melakukan pendampingan berkelanjutan dengan durasi yang lebih panjang atau membentuk kader K3 nelayan dari unsur pemuda setempat guna memantau dan memperkuat praktik higiene secara berkala.

RUJUKAN

Amir, A. P. R., Salam, J., & Anas, M. (2025). Mewujudkan Nelayan Siaga: Sinergi APD

- dan Simulasi Darurat sebagai Strategi Perlindungan Diri di Laut. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia (JPKMI)*, 5(2), 132–137. <https://doi.org/10.55606/jpkmi.v5i2.7719>
- Gusti, A., & Iqbal, W. (2024). Status Sanitasi Lingkungan yang Berhubungan dengan Kejadian Dermatistis pada Nelayan. *Jurnal Keselamatan Kesehatan Kerja Dan Lingkungan*, 5(2), 102–110. <https://doi.org/10.25077/jk31.5.2.102-110.2024>
- Ilma, K., Rahayu, I., & Rahmiwati, R. (2025). Peningkatan Personal Hygiene dan Pemenuhan Alat Pelindung Diri Bagi Nelayan Pukat di Kampung Muaro IV Koto Hilie Kabupaten Pesisir Selatan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka*, 4(2), 2517–2524. <https://doi.org/10.58266/jpmb.v4i2.771>
- Noerfitri, & Prasetya, G. (2023). *Noerfitri, N., and Guntari Prasetya. Kearifan Lokal dalam Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Wilayah Tempat Pengolahan Sampah Terpadu*. Penerbit NEM.
- Padmasari, N. K. A., Kurniawati, D. L., Rifqiyah, L., Umami, W., Handriani, T. F., Istiqomah, N., Maulidya, S. E. P., Octaviani, D., & Mursdi, A. (2024). Teknik Behavior untuk Memberikan Pemahaman Keselamatan Kerja Masyarakat Pencari Kerang di Pulau Santen Karangrejo. *Proceeding Humanities : Teacher Training and Education*, 6(1), 26–36.