

Periode : Semester Genap
Tahun : 2023
Skema Abdimas : Mandiri
Tema Renstra : *Kualitas Kesehatan, Penyakit Tropis, Gizi & Obat-obatan (Health, Tropical, Diseases, Nutrition & Medicine)*

Universitas
Esa Unggul
PROGRAM PENGABDIAN MASYARAKAT

**PEMANFAATAN TEKNOLOGI VIDEO CAMPAIGN DALAM RANGKA
PENCEGAHAN KEJADIAN LOW BACK PAIN PADA TKBM (TENAGA KERJA
BONGKAR MUAT)**



Oleh :

Ketua : Eka Cempaka Putri (0307028703)
Anggota : Decy Situngkir (0331128604)
Billy Afrilian Nureja

**PROGRAM STUDI FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS ESA UNGGUL
TAHUN 2023**

**Halaman Pengesahan Laporan Akhir
Program Pengabdian Masyarakat
Universitas Esa Unggul**

1. Judul Kegiatan Pengabdian : Pemanfaatan Teknologi *Video Campaign* dalam Rangka Pencegahan Kejadian *Low Back Pain* pada TKBM
2. Nama mitra sasaran (1) : PT. XYZ
3. Ketua Tim :
 - a. Nama : Eka Cempaka Putri
 - b. NIDN : 0307028703
 - c. Jabatan Fungsional : Assistant Ahli
 - d. Fakultas / Prodi : Fakultas Keselatan Masyarakat/Kesehatan dan Keselamatan Kerja
 - e. Telepon : 081211881206
 - f. e-mail : eka.putri@esaunggul.ac.id
4. Jumlah Anggota Dosen : 1 orang
5. Jumlah Anggota Mahasiswa : -
6. Lokasi Kegiatan mitra :
 - a. Alamat : Koja Tanjung Priok
 - b. Kabupaten/Kota : Jakarta Utara
 - c. Provinsi : Jakarta
7. Periode/ Waktu Kegiatan : Januari-Juli 2023
8. Luaran yang dihasilkan : Jurnal Pengabdian Masyarakat & HAKI
9. Usulan/ Realisasi Anggaran :
 - a. Dana Internal UEU : -
 - b. Sumber Dana Lain (1) : 1,500,000

Menyetujui,
Dekan Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan
Universitas Esa Unggul

Jakarta, 1 Juli 2023
Pengusul,
Ketua Tim Pelaksana



(Prof. Dr. apt. Aprilita Rina Yanti Eff., M. Biomed) (Eka Cempaka Putri, SKM, MKKK)
NIDN: 0318046802 NIDN : 0307028703

Menyetujui,
Ketua LPPM
Universitas Esa Unggul



(Dr. Erry Yudhya Mulyani, S.Gz., M.Sc)
NIK : 209100388

DENTITAS DAN URAIAN UMUM

Judul Pengabdian kepada Masyarakat : Pemanfaatan Teknologi *Video Campaign* dalam Rangka Pencegahan Kejadian *Low Back Pain* pada TKBM

1. Tim Pengabdian kepada Masyarakat

No	Nama	Jabatan	Bidang Keahlian	Instansi Asal	Alokasi waktu (Jam/minggu)
1	Eka Cempaka Putri, SKM, MKKK	Ketua	Kesehatan dan Keselamatan Kerja	Universitas Esa Unggul	2 jam/minggu
2	Decy Situngkir	Anggota	Kesehatan dan Keselamatan Kerja	Universitas Esa Unggul	1 jam/minggu
3	Billy Afrilian Nureja	Anggota	Kesehatan dan Keselamatan Kerja	PT. XYZ	1 jam/minggu

2. Objek Pengabdian kepada Masyarakat : PT.XYZ

3. Masa pelaksanaan

Mulai : Januari 2023

Berakhir tahun : Juli 2023

4. Usulan biaya

Tahun ke-1 : 1,500,000

5. Lokasi Pengabdian kepada Masyarakat : PT. XYZ

6. Instansi yang terlibat : PT.XYZ

7. Temuan yang ditargetkan :Memberikan informasi kepada TKBM mengenai penanganan *manual handling* yang tepat sehingga mencegah terjadinya *low back pain*.

8. Kontribusi mendasar pada suatu bidang ilmu : Harapan setelah dilakukan pengabdian masyarakat ini adalah TKBM mendapatkan informasi yang mudah diterima melalui menonton video yang berisi informasi-informasi dalam melakukan *manual handling* yang benar, sehingga dapat terhindar dari kejadian *low back pain*.

9. Jurnal ilmiah yang menjadi sasaran : Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia

10. Rencana luaran berupa jasa, metode, model, sistem, produk/barang, paten, atau luaran lainnya yang ditargetkan :
- a. Publikasi Ilmiah Jurnal Internasional, tahun ke-1 Target : belum/tidak ada
 - b. Publikasi Ilmiah Jurnal Nasional Terakreditasi, tahun ke-1 Target: ~~belum~~/tidak ada
 - c. Publikasi Ilmiah Jurnal Nasional Tidak Terakreditasi, tahun ke-1 Target: belum/tidak ada
 - d. Pemakalah dalam pertemuan ilmiah Nasional, tahun ke-1 Target: belum/tidak ada
 - e. Pemakalah dalam pertemuan ilmiah Internasional, tahun ke-1 Target: belum/tidak ada
 - f. Keynote Speaker dalam pertemuan ilmiah Internasional, tahun ke-1 Target: belum/tidak ada
 - g. Keynote Speaker dalam pertemuan ilmiah Nasional, tahun ke-1 Target: belum/tidak ada
 - h. Visiting Lecturer Internasional, tahun ke-1 Target: belum/tidak ada
 - i. Paten, tahun ke-1 Target: belum/tidak ada
 - j. Paten Sederhana, tahun ke-1 Target: belum/tidak ada
 - k. Hak Cipta, tahun ke-1 Target: ~~belum~~/tidak ada
 - l. Merk Dagang, tahun ke-1 Target: belum/tidak ada
 - m. Rahasia Dagang, tahun ke-1 Target: belum/tidak ada
 - n. Desain Produk Industri, tahun ke-1 Target: belum/tidak ada
 - o. Indikasi Geografis, tahun ke-1 Target: belum/tidak ada
 - p. Perlindungan Varietas Tanaman, tahun ke-1 Target: belum/tidak ada
 - q. Perlindungan Topografi Sirkuit , tahun ke-1 Target: belum/tidak ada
 - r. Teknologi Tepat Guna, tahun ke-1 Target: belum/tidak ada
 - s. Model/Purwarupa/Desain/Karya Seni/Rekayasa Sosial, tahun ke-1 Target: belum/tidak ada
 - t. Buku Ajar (ISBN), tahun ke-1 Target: belum/tidak ada
 - u. Tingkat Kesiapan Teknologi (TKT), tahun ke-1 Target: -

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
DENTITAS DAN URAIAN UMUM.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
DAFTAR TIM PELAKSANA DAN TUGAS.....	xii
RINGKASAN PROPOSAL	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Pendahuluan.....	1
1. Analisa Situasi	1
2. Permasalahan Mitra	3
BAB II SOLUSI DAN TARGET LUARAN.....	5
A. Solusi Yang Ditawarkan	5
B. Target Luaran.....	5
BAB III METODE PELAKSANAAN	7
A. Metode Pelaksanaan.....	7
B. Gambaran IPTEKS yang Ditransfer	8
C. Roadmap	9
BAB IV KELAYAKAN FAKULTAS DAN PROGRAM STUDI.....	10
A. Kinerja Lembaga Pengabdian Kepada Masyarakat dalam Kegiatan PPM dibidang Kesehatan	10
B. Keperluan yang dibutuhkan dalam Kegiatan Pengabmas	12
BAB V RENCANA KERJA, JADWAL KEGIATAN DAN JUSTIFIKASI ANGGARAN.....	13
A. Bentuk Kegiatan Abdimas	13
B. Lokasi dan Jadwal Kegiatan	13
C. Penyusunan Anggaran	14
BAB VI HASIL DAN LUARAN YANG DICAPAI	15
BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN	22
DAFTAR PUSTAKA.....	23
LAMPIRAN – LAMPIRAN.....	1

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1	Gambaran Demografi TKBM.....	2
Tabel 2.1	Rencana Target Capaian Luaran.....	5
Tabel 4.1	Kepakaran Kegiatan Pengabdian Masyarakat.....	12
Tabel 5.1	Rincian Kegiatan Pengabdian Masyarakat.....	13
Tabel 5.2	Anggaran Pengabdian Masyarakat.....	14

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1	Gambaran Pekerjaan TKBM.....	2
Gambar 3.1	Gambaran Iptek.....	8
Gambar 3.2	Roadmap Pengabdian Masyarakat.....	9
Gambar 4.1	Pembukaan Kontainer.....	16
Gambar 4.2	Mengeluarkan Isi Kontainer.....	17
Gambar 4.3	Membongkar Isi Kontainer.....	17
Gambar 4.4	Menyusun Ulang Isi Kontainer.....	18
Gambar 4.5	Peserta Pengenalan Video Mengenai Nyeri Pinggang.....	19
Gambar 4.6	Proses Penjelasan Isi Video Secara Detail.....	20
Gambar 4.7	Simulasi Pengangkatan yang Aman.....	20
Gambar 4.8	Pemutaran Video.....	20

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1.** Surat Pernyataan Ketua Pengabdian kepada Masyarakat
- Lampiran 2.** Gambaran Ipteks yang ditransfer ke Mitra
- Lampiran 3.** Format Biodata Anggota Tim Dosen
- Lampiran 4.** Peta Lokasi Wilayah Pengabdian kepada Masyarakat dan Kondisi Mitra

DAFTAR TIM PELAKSANA DAN TUGAS

1. Ketua Pelaksana :
Nama : Eka Cempaka Putri
NIDN : 0307028703
Jabatan Fungsional : Assistant Ahli
Fakultas/ Prodi : Kesehatan Masyarakat/Kesehatan dan Keselamatan Kerja
Tugas : 1. Membuat skenario Video
2 sebagai sutradara dalam proses pengambilan gambar
3 mengatur alur pengambilan gambar
4. melakukan editing video
5. mengatur penayangan video kepada TKBM

3. Anggota 1 :
Nama : Decy Situngkir
NIDN : 0331128604
Jabatan Fungsional : Assistant Ahli
Fakultas/ Prodi : Kesehatan Masyarakat/Kesehatan dan Keselamatan Kerja
Tugas : 1. Komunikasi dengan stake holder
2. Menyiapkan bahan dan material

RINGKASAN PROPOSAL

Mitra dalam pengabdian masyarakat ini adalah PT. XYZ yang merupakan perusahaan logistik yang bergerak dalam penyediaan fasilitas pemeriksaan kontainer jalur merah. Pemeriksaan kontainer jalur merah ini membutuhkan jasa TKBM untuk melakukan pembongkaran barang-barang di dalam kontainer yang akan melakukan pemeriksaan. Kegiatan pembongkaran barang-barang ini dilakukan secara manual sehingga berpotensi menyebabkan nyeri pinggang. Hasil studi pendahuluan di dapati bahwa terjadi nyeri pinggang sebanyak 50% dan sangat nyeri pinggang sebanyak 25%. Hasil studi pendahuluan juga menunjukkan bahwa sebagian besar TKBM memiliki tingkat pendidikan SD dan SMP, merokok, dan jarang berolahraga. Hasil observasi juga menunjukkan bahwa area kerja TKBM di tempat terbuka sehingga tidak dimungkinkan untuk meletakkan poster dan untuk melakukan penyuluhan sulit dilakukan mengingat TKBM bekerja penuh selama 8 jam. Melihat hasil studi pendahuluan dan observasi maka tim pengabdian menyelesaikan permasalahan mitra melalui pembuatan video kampanye mengenai pencegahan nyeri pinggang dan mengunggah ke kanal youtube sehingga bisa ditonton oleh TKBM sehingga mereka mendapatkan pengetahuan dan diharapkan dapat mencegah terjadinya nyeri pinggang di kalangan TKBM.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Pendahuluan

1. Analisa Situasi

Program pengabdian masyarakat ini dilakukan di PT. XYZ dimana perusahaan ini bergerak dalam pemeriksaan kontainer yang masuk ke dalam jalur merah. Pada saat melakukan pemeriksaan petugas bea cukai dibantu oleh tenaga harian bongkar muat (TKBM). TKBM bertugas untuk membongkar barang di dalam kontainer untuk di periksa dan divalidasi oleh petugas kemudian barang yang sudah di bongkar harus di masukan kembali ke dalam kontainer. Membongkar barang dilakukan selama 8 jam secara terus menerus. Pihak TKBM tidak mengetahui jenis barang yang harus mereka bongkar, mereka hanya membongkar jika mendapatkan perintah langsung dari pihak bea cukai. Barang yang berbentuk kotak dan berdimensi besar dikeluarkan menggunakan *forklift* namun barang tersebut tetap dibongkar secara manual oleh TKBM dan jika mereka menemukan barang berbentuk curah maka semua barang diangkat manual oleh TKBM dari dalam kontainer ke luar kontainer. Kondisi di dalam kontainer sempit dan pengap sehingga TKBM menerima beban ganda yaitu beban pengangkatan manual dan iklim kerja yang berat. TKBM bekerja 2 shift dimana shift 1 (pukul 08.00-14.00) dan shift 2 (16.00-24.00), selama masa bekerja TKBM akan bekerja secara terus menerus melakukan manual handling dengan berat beban yang bervariasi.

Tim pengabdian melakukan studi awal dengan melakukan wawancara kepada 12 orang TKBM menggunakan kuesioner *Nordic body map* dan hasil dari kuesioner di dapatkan bahwa TKBM yang tidak mengalami sakit pinggang sebanyak 25%, mengalami pinggang sakit sebanyak 50% dan pinggang sangat sakit sebanyak 25%. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar TKBM mengalami sakit pinggang. Selain melakukan wawancara dengan pihak TKBM menggunakan kuesioner *Nordic body map*, tim pengabdian juga mengambil data demografi TKBM yang dituangkan dalam tabel 1 dibawah ini :

Tabel 1.1 Gambaran Demografi TKBM

Gambaran Demografi	Frekuensi (n)	%
Usia		
26-35 tahun	4	33%
36-45 tahun	4	33%
46-55 tahun	3	25%
56-65 tahun	1	8%
Tingkat Pendidikan		
SD	3	25%
SMP	5	42%
SMA	4	33%
Status Merokok		
Tidak Merokok	1	8%
Merokok ≤ 1 bungkus/hari	5	42%
Merokok > 1 bungkus/hari	6	50%
Olah Raga		
Rutin	2	17%
Jarang	9	75%
Tidak Pernah	1	8%

Berdasarkan tabel demografi TKBM diatas didapatkan bahwa sebagian besar berada pada usia produktif yaitu 26-45 tahun, namun masih ada TKBM yang usianya berada di masa pensiun yaitu 62 tahun. Pendidikan sebagian besar TKBM berada pada pendidikan rendah dan hanya 33% yang berpendidikan SMA, sementara untuk status merokok sebagian besar TKBM merokok dan 50% nya merokok lebih dari 1 bungkus perhari. Terakhir, untuk status olah raga, 75% TKBM jarang berolah raga.



Gambar 1.1 Gambaran Pekerjaan TKBM

2. Permasalahan Mitra

Hasil studi awal pada mitra didapatkan gambaran bahwa sebagian besar TKBM yang bekerja berada pada rentang usia produktif. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Effendi et al. (2011) usia 40 tahun memiliki jumlah kejadian terbanyak kasus *low back pain*. Semakin tua usia seseorang maka terjadi penurunan pada fungsi otot-otot tubuh dan penyakit penyerta yang dapat memperparah kejadian nyeri pinggang, selain itu gaya hidup tidak sehat seperti merokok dan jarang berolah raga merupakan faktor-faktor yang menyebabkan terjadi peningkatan kasus nyeri pinggang (Erry, 2016). Faktor ekonomi kelas bawah dan penghasilan yang rendah juga merupakan faktor yang berkontribusi terhadap kasus nyeri pinggang, hal ini dikarenakan masyarakat berpenghasilan rendah sebagian besar dilatarbelakangi oleh tingkat pendidikan yang rendah sehingga akses kepada informasi gaya hidup sehat menjadi terbatas dan akses untuk mendapatkan pengobatan yang lebih baik juga menjadi lebih rendah (Lucas et al., 2021).

Mitra dalam pengabdian masyarakat ini adalah TKBM yang pekerjaan sehari-harinya melakukan pengangkatan manual selama 8 jam kerja berturut-turut. Dalam gambaran demografi yang diambil tim pengabdian ketika melakukan kunjungan awal di dapatkan bahwa sebagian besar TKBM memiliki tingkat pendidikan yang rendah yaitu SD dan SMP. Menurut Fitriani dalam (Haryati, 2015) pendidikan tinggi dapat membantu individu dalam menyerap informasi dan mengaplikasikannya. Pendidikan yang lebih rendah akan lebih sulit untuk menyerap informasi yang diberikan dan terlebih untuk mengimplementasikan menjadi suatu rutinitas. Selain dari faktor risiko dari sisi pendidikan dan usia, TKBM juga memiliki risiko tinggi terjadinya nyeri pinggang dikarenakan sebagian besar TKBM merokok, rokok merupakan salah satu faktor yang berkontribusi meningkatkan angka prevalensi nyeri pinggang (Sinaga & Makkiyyah, 2021). Aktifitas yang berat setiap harinya di tempat kerja membuat TKBM tidak ada waktu untuk berolah raga dan beraktifitas fisik, hal ini terbukti dari studi awal didapatkan sebagian besar TKBM jarang beraktifitas fisik. Aktifitas fisik merupakan salah satu faktor yang menurunkan kejadian nyeri pinggang. Aktifitas fisik dapat mengurangi risiko nyeri pinggang sebesar 10% (Pakkir Mohamed & Seyed, 2021). Tingginya potensi kejadian nyeri pinggang pada TKBM memerlukan intervensi. TKBM salah satu ujung tombak dalam pemeriksaan kontainer. Absennya TKBM dapat berimbas pada tertundanya pemeriksaan yang dilakukan oleh pihak bea cukai dan komplain dari pemilik kontainer.

Salah satu bentuk intervensi yang dapat dilakukan adalah melalui pemberian pengetahuan mengenai cara-cara mencegah terjadinya nyeri pinggang. Namun, melihat deskripsi pekerjaan TKBM diatas sulit untuk memberikan pelatihan di kelas ataupun seminar dikarenakan tingkat pendidikan yang masih rendah, waktu kerja yang padat dan keterbatasan ruangan. Faktor inilah yang menjadi permasalahan mitra untuk melakukan pelatihan atau seminar dalam rangka pencegahan terjadinya nyeri pinggang pada TKBM.

BAB II SOLUSI DAN TARGET LUARAN

A. Solusi Yang Ditawarkan

Pemberian informasi dan pengetahuan mengenai cara-cara pencegahan nyeri pinggang merupakan hal yang penting untuk dilakukan mengingat Pemberian informasi melalui media pelatihan sulit dilakukan mengingat mereka hanya libur 1 kali setiap minggu dan bekerja selama 8 jam setiap hari, pemberian media poster tentu dinilai kurang efektif dikarenakan area kerja mereka merupakan area terbuka dan tidak ada tempat untuk menempelkan poster, maka tim pengabdian mencoba memberikan pengetahuan dan informasi melalui media video promosi mengenai nyeri pinggang dan cara-cara mencegahnya. Dimana video ini di putarkan di area kerja dan area yang banyak dikunjungi oleh TKBM. Menurut penelitian Azzahra et al. (2022) pemberian informasi mengenai anemia lebih efektif menggunakan video dibandingkan dengan poster. Hal ini juga didukung oleh penelitian dari Farokah et al.(2022) dimana pemberian informasi protokol kesehatan melalui media video lebih efektif dibandingkan dengan poster.

Berdasarkan dari analisis situasi dan permasalahan mitra maka tim pengabdian menyusun solusi untuk menyelesaikan permasalahan tersebut melalui :

- Membuatkan video promosi mengenai pencegahan nyeri pinggang
- Menggundang perwakilan TKBM untuk menyaksikan video sebagai ajang memperkenalkan video promosi pencegahan nyeri pinggang
- Memasukan video ke youtube dan mengirimkan link video ke seluruh TKBM
- Memutar video di dalam layar promosi perusahaan

B. Target Luaran

Target luaran dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah publikasi di Jurnal Pengabdian Masyarakat ber ISSN, Artikel di media cetak dan HAKI (Hak Atas Kekayaan Intelektual)

Tabel 2.1 Rencana Target Capaian Luaran

No	Jenis Luaran	Indikator Capaian
Luaran Wajib		
1	Publikasi ilmiah pada Jurnal ber ISSN/ Prosiding ¹⁾	<i>Belum published</i>
2	Publikasi pada media masa cetak/online/repocitory PT ⁶⁾	Draf

3	Peningkatan daya saing (peningkatan kualitas, kuantitas, serta nilai tambah barang, jasa, diversifikasi produk, atau sumber daya lainnya) ⁴⁾	Penerapan
4	Peningkatan penerapan iptek di masyarakat (mekanisasi, IT, dan manajemen) ⁴⁾	Penerapan
5	Perbaikan tata nilai masyarakat (seni budaya, sosial, politik, keamanan, ketentraman, pendidikan, kesehatan) ²⁾	Penerapan
Luaran Tambahan		
1	Publikasi di jurnal internasional ¹⁾	Tidak Ada
2	Jasa; rekayasa sosial, metode atau sistem, produk/barang ⁵⁾	Penerapan
3	Inovasi baru TTG ⁵⁾	Tidak Ada
4	Hak kekayaan intelektual (Paten, Paten sederhana, Hak Cipta, Merek dagang, Rahasia dagang, Desain Produk Industri, Perlindungan Varietas Tanaman, Perlindungan Desain Topografi Sirkuit Terpadu) ³⁾	Belum terdaftar
5	Buku ber ISBN ⁶⁾	Tidak Ada

Keterangan :

- 1) Isi dengan belum/tidak ada, draf, *submitted*, *reviewed*, atau *accepted/published*
- 2) Isi dengan belum/tidak ada, draf, terdaftar, atau sudah dilaksanakan
- 3) Isi dengan belum/tidak ada, draf, atau terdaftar/*granted*
- 4) Isi dengan belum/tidak ada, produk, penerapan, besar peningkatan
- 5) Isi dengan belum/tidak ada, draf, produk, atau penerapan
- 6) Isi dengan belum/tidak ada, draf, proses *editing*/sudah terbit

BAB III

METODE PELAKSANAAN

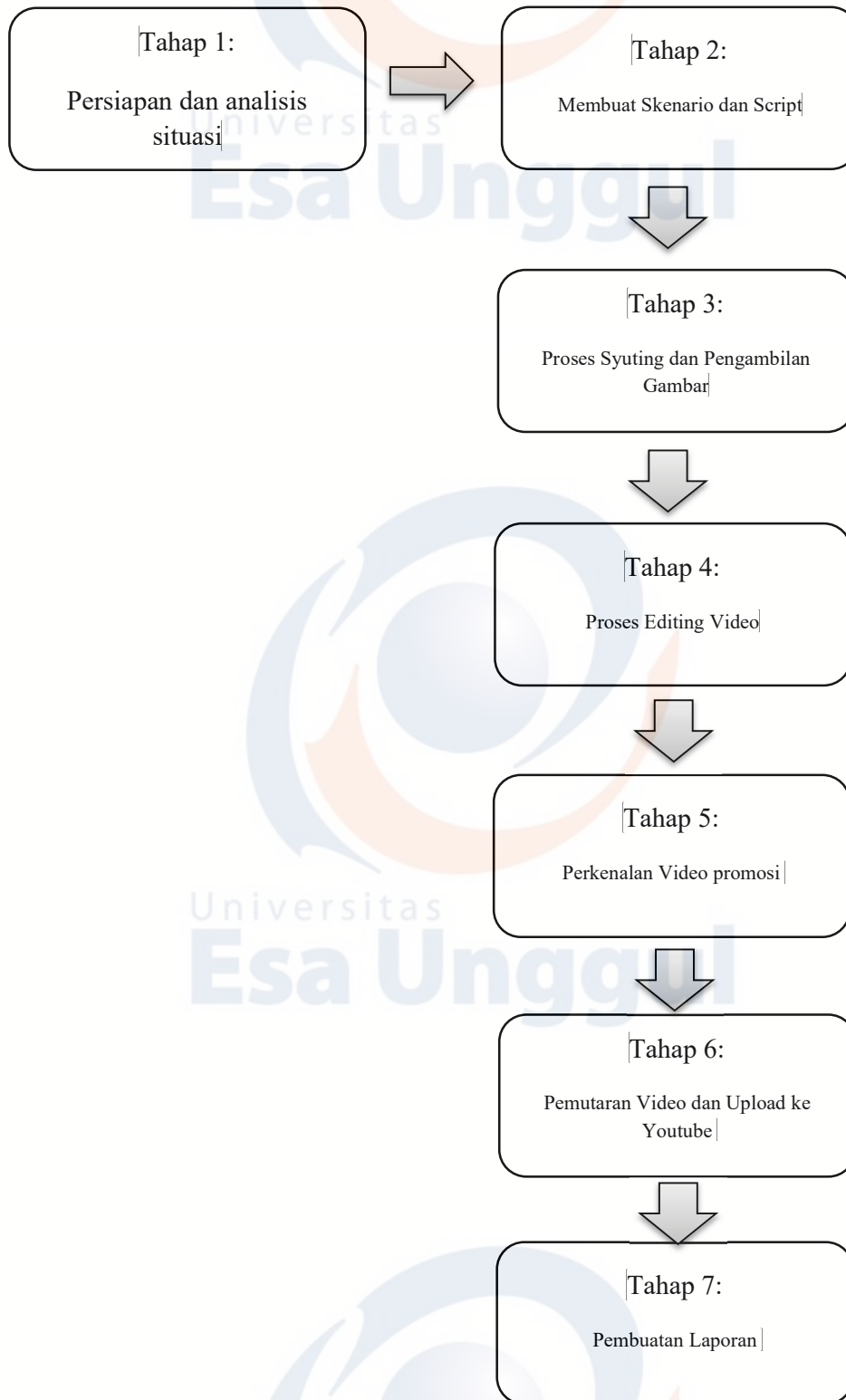
A. Metode Pelaksanaan

Dalam studi ini dilakukan beberapa kegiatan yang antara lain :

1. Tahap Pertama : Persiapan
Dalam tahap ini dilakukan persiapan yang terdiri dari melakukan penilaian lokasi, membuat perizinan dan melakukan diskusi terkait dengan permasalahan mitra.
2. Tahap Kedua : Membuat Skenario dan menyusun script video
Dalam tahap ini dilakukan kegiatan yaitu mencari sumber literatur, membuat skenario dan script untuk video dan merencanakan lokasi pengambilan gambar, dan personel yang terlibat dalam video.
3. Tahap Ketiga : Proses syuting dan pengambil gambar
Dalam tahap ini dilakukan kegiatan syuting video dan pengambilan gambar sesuai dengan skenario dan script yang sudah dibuat
4. Tahap Keempat : Proses Editing Video
Dalam tahap ini dilakukan proses editing video
5. Tahap Kelima : Proses Memperkenalkan video promosi pencegahan nyeri pinggang
Dalam tahap ini, tim pengabdian mengundang perwakilan TKBM untuk menyaksikan video promosi mengenai pencegahan TKBM dan berdiskusi langsung dengan perwakilan TKBM dan tanggapannya terhadap video promosi tersebut.
6. Tahap Keenam : Proses memutar video di layar promosi perusahaan dan memasukan video ke youtube
Dalam tahap ini, tim pengabdian memutar video di layar promosi perusahaan dan memasukan video promosi ke youtube dan mengirimkan link ke seluruh TKBM.
7. Tahap Ketujuh : Pembuatan Laporan
Dalam tahap ini tim pengabdian membuat laporan akhir pelaksanaan pengabdian masyarakat

B. Gambaran IPTEKS yang Ditransfer

Gambaran IPTEK program pengabdian masyarakat yang akan dilakukan sebagai berikut:



Gambar 3.1 Gambaran Iptek

C. Roadmap

Gambaran roadmap pengabdian masyarakat ini adalah sebagai berikut :



Gambar 3.2 Roadmap Pengabdian Masyarakat

BAB IV

KELAYAKAN FAKULTAS DAN PROGRAM STUDI

A. Kinerja Lembaga Pengabdian Kepada Masyarakat dalam Kegiatan PPM dibidang Kesehatan

Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul memiliki sebuah lembaga yang mewadahi kegiatan Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LPPM) dan berkoordinasi dengan LPPM Universitas Esa Unggul. LPPM memiliki peranan untuk mengkoordinasikan kegiatan penelitian, mengusahakan dan mengendalikan sumber daya penelitian dan mengkoordinasikan, memantau, menilai dan mendokumentasikan kegiatan penelitian dan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan oleh dosen di lingkungan FIKES UEU.

Seluruh kegiatan LPPM Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul didukung oleh peneliti, dengan kualifikasi Doktor dan Master dari berbagai disiplin ilmu pada Program Studi yang dinaungi oleh FIKES UEU. Salah satu Program Studi yang bernaung di FIKES UEU adalah Program Studi Manajemen Informasi Kesehatan. Beberapa kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang diselenggarakan oleh Program Studi MIK yaitu:

- a. Pada tahun 2014, telah melaksanakan pengabdian kepada masyarakat dengan memberikan pelayanan kepada masyarakat dalam Korps Sukarela (KSR) Unit Universitas Esa Unggul PMI Jakarta Barat; melakukan pelatihan rekam medis aspek hukum medik dalam persiapan akreditasi RS Jiwa daerah Provinsi Jambi; pelatihan dan pendampingan penggunaan aplikasi pelayanan perijinan dan non perijinan satu pintu bagi pegawai PTSP Kelurahan Kedoya Utara Jakarta; melakukan sosialisasi tentang gizi seimbang anak sekolah dasar SDN GU 12 Pagi; melakukan pelatihan peningkatan kualitas tenaga rekam medis di RS dan Puskesmas Provinsi Riau.
- b. Pada tahun 2015, telah melaksanakan pengabdian kepada masyarakat dengan memberikan pelayanan kepada masyarakat dalam Korps Sukarela (KSR) Unit Universitas Esa Unggul PMI Jakarta Barat; membuat model kurikulum Program Studi S1 Manajemen Informasi Kesehatan berbasis kerangka kualifikasi Nasional Indonesia.
- c. Pada tahun 2016, telah melaksanakan pengabdian kepada masyarakat dengan melakukan pelatihan dalam membuat strategi dan tujuan media promosi berbasis IT di SMK Citra Nusantara Tangerang; melakukan sosialisasi perilaku cuci tangan pakai sabun pada ibu-ibu di wilayah Puskesmas Kelurahan Pluit Jakarta dengan

metode nyanyian; melakukan revitalisasi pengelolaan rekam medis dalam pemberdayaan petugas rekam medis di RSIA Tiara dan Klinik Taman Anggrek; melakukan pengabdian kepada masyarakat di SDN 11 Pagi Duri Kepa mengenai DAGUSIBU; melakukan FIKES Bina Desa pencegahan dan penanggulangan penyakit diare di Kelurahan Kedaung Wetan, Tangerang; melakukan peningkatan semangat belajar siswa sekolah dasar melalui penyelenggaraan kelas cita di SDN Rembul 02 Kab. Tegal.

- d. Pada tahun 2017, telah melaksanakan pengabdian kepada masyarakat berupa penyusunan panduan *assessment* program recognisi pembelajaran lampau (RPL) tenaga kesehatan Kemenkes RI; memberikan pelatihan design formulir rekam medis sesuai standar akreditasi rumah sakit versi 2012 di RS Dr. Moch. Ansari Saleh Banjarmasin Kalimantan Selatan; membuat pengabdian masyarakat berupa penyusunan pedoman Praktek Kerja Lapangan (PKL) pendidikan rekam medis dan informasi kesehatan; melakukan penyuluhan pemilihan jajanan sehat di SDN 02 Pagi Duri Kepa Jakarta Barat; melakukan promosi kesehatan terkait perilaku Hygiene pada lansia di Panti Wredha Wisma; melakukan penyusunan juknis program percepatan melalui program RPL (Recognisi Pembelajaran Lampau); melakukan pengabdian kepada masyarakat dengan membuat modul sistem informasi kesehatan 1 dan PKL 1; melakukan penyuluhan rekam kesehatan siswa di SDN Duri Kepa Pagi 09 Jakarta Barat.
- e. Pada tahun 2018, telah melaksanakan pengabdian kepada masyarakat berupa pemberian pelatihan dalam membuat strategi dan tujuan media promosi berbasis IT di Yayasan Al Chasanah Jakarta; memberikan pelatihan dalam Office Automation dan Filtering Folder e-mail di SMPN 191 Jakarta; melakukan pemeriksaan kesehatan dalam rangka deteksi dini status kesehatan warga Dusun Lebak Pari 2, Desa Lebak Peundeuy, Kecamatan Cihara, Kab. Lebak; melakukan pengabdian kepada masyarakat berupa pembuatan modul SIK 2, PKL 2, PKL 3 dan KTI; melakukan penyuluhan penggunaan obat antibiotik yang rasional pada orang tua siswa TK Ar Rifdah Jakarta Barat.

B. Kepekaran yang dibutuhkan dalam Kegiatan Pengabmas

Adapun kepekaran yang dibutuhkan adalah sebagai berikut:

Tabel 4.1 Kepekaran Kegiatan Pengabdian Masyarakat

No	Permasalahan	Kepekaran	Nama TIM	Keterangan
1	Penilaian posisi janggal	Ergonomi	Eka Cempaka Putri, SKM, MKKK Decy Situngkir SKM, MKKK	Tim Dosen
2	Penilaian Nordic Body Map	Ergonomi	Eka Cempaka Putri, SKM, MKKK Decy Situngkir SKM, MKKK	Tim Dosen
3	Pembuatan skenario video	Ergonomi	Eka Cempaka Putri, SKM, MKKK Billy Afrilian Nureja, SKM	Tim Dosen dan Praktisi
4	Editing Video	Video Editing	Eka Cempaka Putri, SKM, MKKK Billy Afrilian Nureja, SKM	Tim Dosen dan Praktisi
5	Perkenalan Video Promosi	Informasi Kesehatan	Eka Cempaka Putri, SKM, MKKK Billy Afrilian Nureja, SKM	Tim Dosen dan Praktisi
6	Pembuatan Laporan	Ergonomi	Eka Cempaka Putri, SKM, MKKK Decy Situngkir SKM, MKKK	Tim Dosen

BAB V

RENCANA KERJA, JADWAL KEGIATAN DAN JUSTIFIKASI ANGGARAN

A. Bentuk Kegiatan Abdimas

Bentuk kegiatan abdimas yang kami lakukan berupa pembuatan video promosi mengenai pencegahan keluhan nyeri pinggang pada TKBM. Video promosi di unggah ke kanal *youtube* dan dibagikan kepada seluruh TKBM.

B. Lokasi dan Jadwal Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di PT. XYZ yang berlokasi di Tanjung Priok Jakarta Utara. Kegiatan ini berlangsung dari bulan Januari hingga Juli 2023. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dimulai dengan melakukan observasi terkait kondisi mitra, melakukan studi awal pada mitra, membuat skenario video, melakukan editing video, melakukan sosialisasi terkait video dan mengunggah video ke *youtube* dan menyebarkan kepada TKBM.

Berikut ini adalah kegiatan pengabdian masyarakat yang diuraikan dalam tabel dibawah ini :

Tabel 5.1 Rincian Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Jenis Kegiatan	Jan'23	Feb'23	Mar'23	Apr'23	May'23	Jun'23	Jul'23
Observasi lapangan							
Pengurusan Ijin							
Studi pendahuluan							
Pembuatan Skenario							
Editing video							
Sosialisasi Video							
Upload Video ke youtube							
Pembuatan Laporan							

C. Penyusunan Anggaran

Tabel 5.2 Anggaran Pengabdian Masyarakat

No	Komponen Biaya	Biaya yang Diusulkan (Rp)
1	Biaya transportasi dan akomodasi	500,000
2	Pembelian barang inventaris untuk internal atau mitra	500,000
3	Lain-lain: publikasi dan laporan	500,000
Jumlah		1,500,000

BAB VI

HASIL DAN LUARAN YANG DICAPAI

Nyeri pinggang atau dikenal dengan *low back pain* merupakan sindrom nyeri pinggang kronis yang berlangsung selama lebih dari 12 minggu. Nyeri pinggang merupakan penyebab kecacatan utama di seluruh dunia dan merupakan masalah ekonomi utama. Prevalensi kejadian nyeri pinggang mencapai 84% (Allegri et al., 2016). Prevalensi nyeri pinggang di Indonesia tidak diketahui secara pasti namun di perkirakan mencapai 7,6% sampai 37% . Hasil laporan dari data puskesmas Minanga di Kota Manado terdapat 92 penderita musculoskeletal pada tahun 2018 kemudian naik menjadi 290 penderita di tahun 2019 (Novisca et al, 2021).

Biaya yang ditimbulkan akibat kejadian nyeri pinggang di Swiss mencapai 2,3 Milyar Euro dan biaya tidak langsung mencapai 4,1 Milyar Euro, sedangkan di Australia biaya langsung akibat nyeri pinggang mencapai 1,02 Milyar Australia Dollar dan biaya tidak langsung mencapai 8,15 Milyar Australia Dollar, sedangkan di Amerika biaya langsung dan tidak langsung untuk nyeri pinggang mencapai 84,1-624,8 Milyar Dolar (Kahere et al., 2022). Besarnya biaya yang dikeluarkan akibat nyeri pinggang menjadi perhatian dari masing-masing negara di dunia untuk meneliti penyebab kejadian nyeri pinggang dan melakukan pengendalian terhadap nyeri pinggang.

Faktor kejadian Nyeri pinggang salah satunya disebabkan dari peningkatan usia dan kondisi ekonomi yang buruk. Nyeri pinggang akan meningkat seiring dengan peningkatan usia dimana data menunjukkan bahwa kejadian nyeri pinggang akan meningkat sebesar 28,4% untuk mereka yang berusia lanjut. Selain faktor usia, faktor ekonomi juga mempengaruhi kejadian nyeri pinggang dimana mereka yang memiliki pendapatan kurang dari 100% kemiskinan federal mengalami nyeri pinggang sebesar 44,8% dan penduduk yang memiliki pendapatan 200% kemiskinan federal mengalami nyeri pinggang sebesar 37,6% (Lucas et al., 2021). Selain disebabkan oleh peningkatan usia dan kondisi ekonomi yang buruk, nyeri pinggang juga berhubungan dengan faktor-faktor yang lain. Penelitian dari Nurfajri et al. (2022) mengungkapkan bahwa nyeri pinggang berhubungan dengan penanganan secara manual, beban kerja dan sikap kerja. Selain dari faktor tersebut dalam penelitian Astuti & Koesyanto (2016) bahwa kejadian nyeri pada pinggang dipengaruhi oleh peregangan yang dilakukan karyawan. Sementara menurut penelitian dari Sinaga & Makkiyyah (2021) selain faktor-faktor yang sudah disebutkan pada penelitian sebelumnya merokok merupakan salah satu faktor risiko kejadian nyeri pinggang. Berbagai penelitian diatas menunjukkan bahwa nyeri pinggang

disebabkan oleh usia yang semakin tua, kondisi ekonomi yang rendah, penanganan manual, beban kerja, sikap kerja, pelaksanaan peregang dan merokok.

Mitra dalam program pengabdian masyarakat ini adalah PT. XYZ yang berada di Tanjung Priok. PT. XYZ merupakan perusahaan logistik yang menyediakan fasilitas untuk pemeriksaan kontainer jalur merah. Pemeriksaan kontainer ini dilakukan oleh TKBM pelabuhan. Uraian pekerjaan TKBM adalah melakukan pembukaan kontainer, mengeluarkan isi kontainer, membongkar isi kontainer, menyusun ulang isi kontainer dan menyegel kembali kontainer. Semua pekerjaan tersebut dilakukan secara manual oleh TKBM, kecuali jika barang dalam kontainer berukuran besar dan berat yang tidak mampu dibawa secara manual oleh TKBM.



Gambar 4.1 Pembukaan Kontainer

Pembukaan kontainer dilakukan secara manual oleh TKBM, membuka kontainer ini dilakukan untuk melihat kondisi awal barang-barang yang terdapat dalam kontainer.



Gambar 4.2 Mengeluarkan Isi Kontainer

Mengeluarkan isi kontainer dilakukan untuk petugas bea cukai dapat melihat dengan detail barang-barang yang ada di dalam box-box di kontainer.



Gambar 4.3 Membongkar Isi Kontainer

Membongkar isi kontainer dilakukan untuk petugas bea cukai memastikan bahwa seluruh isi kontainer sesuai dengan surat yang sudah dikeluarkan. TKBM membongkar seluruh isi kontainer atau sebagian isi kontainer.



Gambar 4.4 Menyusun Ulang Isi Kontainer

Setelah dilakukan pemeriksaan isi kontainer oleh bea cukai, maka isi barang disusun kembali di dalam kontainer, untuk kemudian di segel dan di bawah menuju importir. Seluruh aktifitas yang dilakukan oleh TKBM merupakan aktifitas manual yang berisiko untuk terjadinya nyeri pinggang (Kulkarni & Borkar, 2022).

Studi pendahuluan oleh tim pengabdian terhadap 12 orang TKBM menggunakan Nordic body map menemukan 50% TKBM mengalami sakit pinggang dan 25% lainnya mengalami pinggang sangat sakit. Hasil ini diperparah dengan kebiasaan merokok dan kurang berolah raga. Selain studi pendahuluan tim pengabdian juga melakukan observasi di area TKBM dimana area mereka bekerja adalah area terbuka yang tidak terdapat area istirahat, tidak ada tempat untuk menempelkan poster dan hampir seluruh TKBM memiliki ponsel pintar. Berdasarkan gambaran ini maka tim pengabdian melakukan intervensi edukasi dan sosialisasi mengenai pencegahan nyeri pinggang dengan memanfaatkan media video yang diunggah di youtube.

Tim pengabdian mengumpulkan materi untuk membuat skenario terkait dengan metode-metode pencegahan nyeri pinggang. Skenario tersebut memuat ilustrasi latar belakang mengapa perlu pencegahan nyeri pinggang, contoh-contoh postur janggal yang dapat menyebabkan nyeri pinggang dan metode pencegahan nyeri pinggang sederhana yang dapat dilakukan. Setelah skenario jadi maka tim pengabdian melakukan proses syuting video dengan melibatkan karyawan HSE di PT. XYZ. Pengambilan video dilakukan selama 1 hari penuh yang dilakukan di PT. XYZ. Setelah melakukan pengambilan video maka masuk ke dalam proses editing video. Editing video membutuhkan waktu hingga 3 hari sampai video siap untuk diunggah ke kanal youtube.

Setelah video selesai di unggah ke kanal youtube, maka tim pengabdian bekerja sama dengan HSE di PT. XYZ mengundang manajemen TKBM dan perwakilan TKBM untuk melakukan pengenalan terhadap video yang sudah dibuat. Acara pengenalan ini sekaligus dilakukan simulasi terhadap metode-metode pengangkatan manual yang baik



4.5 Peserta Pengenalan Video Mengenai Nyeri Pinggang



4.6 Proses Penjelasan Isi Video Secara Detail

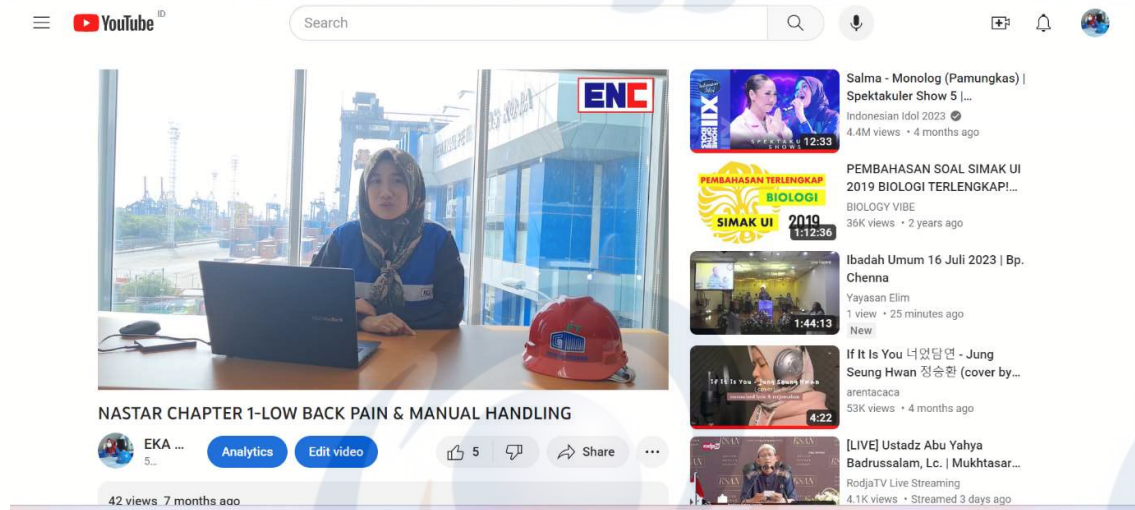


4.7 Simulasi Pengangkatan yang Aman



4.8 Pemutaran Video

Setelah selesai dilakukan pemutaran video, maka tim pengabdian menyebarkan link youtube ke seluruh TKBM agar di putar video tersebut untuk menambah pengetahuan mengenai nyeri pinggang dan cara mencegahnya. Selain membagikan melalui kanal youtube tim pengabdian juga mengunggah video tersebut melalui monitor promosi perusahaan sehingga semua pengunjung dan karyawan juga turut mendapatkan edukasi mengenai nyeri pinggang.



4.9 Video yang diunggah ke kanal youtube



4.10 Video yang diunggah ke monitor promosi PT. XYZ

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

PT. XYZ merupakan salah satu perusahaan logistik di daerah Jakarta Utara dimana terdapat aktifitas TKBM untuk pemeriksaan kontainer jalur merah. Perusahaan belum pernah melakukan intervensi terkait dengan potensi nyeri pinggang dan kecacatan yang mungkin ditimbulkan akibat pengangkutan manual yang dilakukan oleh TKBM. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh tim pengabdian menemukan bahwa TKBM 50% mengalami nyeri pinggang dan 25% mengalami sangat nyeri di pinggang, sebagian besar tingkat pendidikan TKBM adalah SD dan SMP, merokok, dan jarang berolah raga. Hasil observasi tim juga menemukan area kerja mereka adalah area terbuka sehingga tidak ada area untuk menempelkan poster dan sebagian besar TKBM sudah memiliki ponsel pintar. Melihat permasalahan diatas maka tim pengabdian membuat video promosi pencegahan nyeri pinggang dan mengunggah ke kanal youtube sehingga semua TKBM bisa mendapatkan informasi mengenai pencegahan nyeri pinggang.

3.2 Saran

1. Membuat video promosi mengenai nyeri pinggang dan mengunggah ke kanal youtube
2. Mengunggah video promosi ke monitor promosi PT. XYZ
3. Menyebarkan link youtube ke semua TKBM

DAFTAR PUSTAKA

- Allegri, M., Montella, S., Salici, F., Valente, A., Marchesini, M., Compagnone, C., Baciarello, M., Manferdini, M. E., & Fanelli, G. (2016). Mechanisms of low back pain: A guide for diagnosis and therapy [version 1; referees: 3 approved]. *F1000Research*, 5, 1–11. <https://doi.org/10.12688/F1000RESEARCH.8105.1>
- Astuti, S. J., & Koesyanto, H. (2016). Pengaruh Stretching Terhadap Nyeri Punggung Bawah Dan Lingkup Gerak Sendi Pada Penyadap Getah Karet Pt Perkebunan Nusantara Ix (Persero) Kendal. *Unnes Journal of Public Health*, 5(1), 1. <https://doi.org/10.15294/ujph.v5i1.9698>
- Azzahra, N. P., Eka, S., & Endang, P. (2022). Efektivitas Media Poster Dan Video Terhadap Tingkat Pengetahuan Anemia Pada Remaja Putri Sman 3 Banjarbaru. *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*, 5(2), 13–22. <https://doi.org/10.32584/jika.v5i2.1308>
- Effendi, F., Wawolumaja, C., Azwar, A., & Misbach, J. (2011). A risk prediction model of the incidence of occupational low back pain among mining workers. *Medical Journal of Indonesia*, 20(3), 212–216. <https://doi.org/10.13181/mji.v20i3.455>
- Erry, S. (2016). Kejadian Nyeri Punggung Bagian Bawah (Low Back Pain) Pada Pekerja Di Stasiun Pengisian Dan Pengangkutan Bulk Elpigi (Sppbe) Bogor Tahun 2016. *Artikel Ilmu Kesehatan*, 8(1), 79–85.
- Farokah, A., Amira, I. N., & Dewi, E. C. (2022). Efektifitas Penggunaan Media Video Dan Poster Terhadap Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Mengenai Protokol Kesehatan Pencegahan Covid-19. *Jurnal Klinik*, 1(1).
- Haryati. (2015). *Pengaruh Jenjang Pendidikan Terhadap Pendapatan Rumah Tangga Di Desa Sebuduh Kabupaten Sanggau*. 1, 42–48.
- Kahere, M., Hlongwa, M., & Ginindza, T. G. (2022). A Scoping Review on the Epidemiology of Chronic Low Back Pain among Adults in Sub-Saharan Africa. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(5), 1–22. <https://doi.org/10.3390/ijerph19052964>
- Kulkarni, V. R., & Borkar, D. P. (2022). Epidemiology of Low Back Pain among Information Technology Professionals Across India - A Systematic Review. *International Journal of Health Sciences and Research*, 12(8), 89–96. <https://doi.org/10.52403/ijhsr.20220812>
- Lucas, J. W., Connor, E. M., & Bose, J. (2021). Back, Lower Limb, and Upper Limb Pain Among U.S. Adults, 2019. *NCHS Data Brief*, 415, 1–8.
- Novisca et al, 2021. (2021). Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Nelayan. *Indonesia Journal of Public Health and Community Medicine*, 2(1), 21–26.
- Nurfajri, T., Subakir, & Hapis, A. A. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Pekerja Batu Bata Di Desa Talang Belido Tahun 2021. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(12), 3933–3938.
- Pakkir Mohamed, S. H., & Seyed, M. A. (2021). Low back pain: A comprehensive review on the diagnosis, treatment options, and the role of other contributing factors. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 9, 347–359. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2021.6877>
- Sinaga, T. A., & Makkiyyah, F. A. (2021). Faktor Yang Mempengaruhi Nyeri Punggung Bawah Pada Usia Dewasa Madya di Jakarta dan Sekitarnya Tahun 2020. *UPN Vet Jkt, Sensorik Ii*, 44–52.

<https://conference.upnvj.ac.id/index.php/sensorik/article/view/993>



LAMPIRAN – LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Pernyataan Ketua Pengabdian kepada Masyarakat



Surat Pernyataan Ketua Pelaksana Program Pengabdian kepada masyarakat

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Eka Cempaka Putri
NIDN/ NIK : 0307028703
Fakultas/ Prodi : Kesehatan Masyarakat/Keselamatan dan Kesehatan Kerja
Jabatan Fungsional : Asistant Ahli

Dengan ini saya menyatakan bahwa proposal program pengabdian masyarakat yang diajukan dengan judul :

PEMANFAATAN TEKNOLOGI VIDEO CAMPAIGN DALAM RANGKA PENCEGAHAN KEJADIAN LOW BACK PAIN PADA TKBM (TENAGA KERJA BONGKAR MUAT)

yang saya usulkan dalam skema mandiri Universitas Esa Unggul tahun 2023 bersifat original dan belum dibiayai oleh Lembaga/ sumber dana lain.

Bilamana diketahui dikemudian hari adanya indikasi ketidak jujuran/ itikad kurang baik sebagaimana dimaksud di atas, maka kegiatan ini dibatalkan dan saya bersedia mengembalikan dana yang telah diterima kepada pihak Universitas Esa Unggul melalui LPPM.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan dengan sebenar-benarnya.

Jakarta, 1 July 2023

Yang menyatakan,


(Eka Cempaka Putri)
0307028703

Lampiran 2. Surat Pernyataan Kesiadaan Kerjasama Mitra Pengabdian kepada Masyarakat

Mitra Tidak bersedia di publikasikan nama perusahaannya

Unggul

Universitas
Esa Unggul

Universitas
Esa U

Unggul

Universitas
Esa Unggul

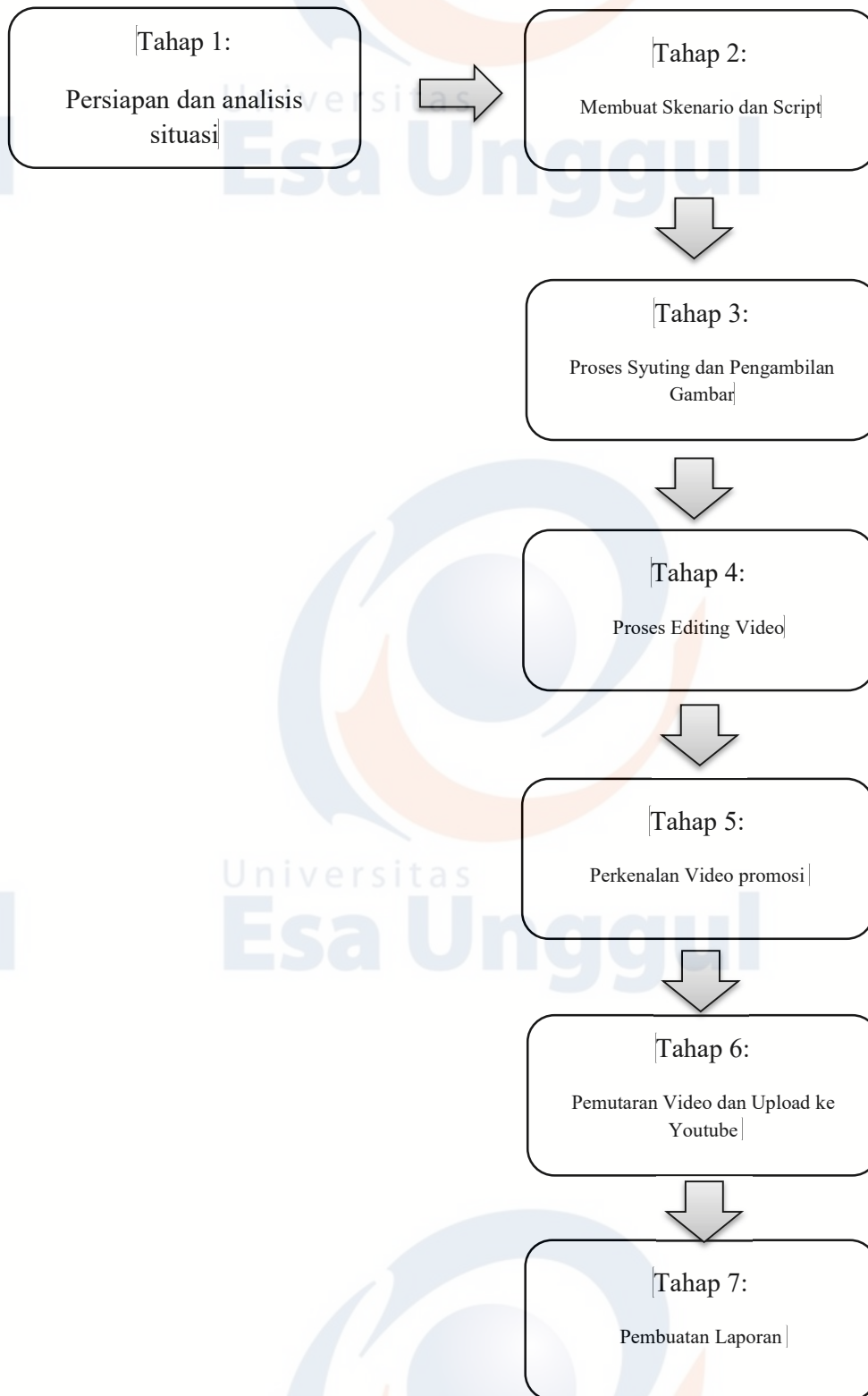
Universitas
Esa U

Unggul

Universitas
Esa Unggul

Universitas
Esa U

Lampiran 3. Gambaran Ipteks yang ditransfer ke Mitra



Lampiran 4. Biodata Tim Dosen

Ketua Peneliti

A. Identitas Diri

1	Nama Lengkap dan gelar	Eka Cempaka Putri, SKM, MKKK
2	Jenis Kelamin	Perempuan
3	Jabatan Fungsional	Asisten Ahli
4	NIP/NIK/No. identitas lainnya	1872044702870005
5	NIDN	0307028703
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Tanjung Enim, 7 Februari 1987
7	E-mail	eka.putri@esaunggul.ac.id
8	Nomor Telepon/HP	081211881206
9	Alamat Kantor	Kampus Esa Unggul Kebun Jeruk
10	Nomor Telepon/Faks	-
11	Mata Kuliah yang diampu	1. Hygiene Industry
		2. Dasar Kesehatan dan Keselamatan Kerja

B. Riwayat Pendidikan

Program	S-1	S-2	S-3
Nama Perguruan Tinggi	Universitas Indonesia	Universitas Indonesia	
Bidang Ilmu	Kesehatan dan Keselamatan Kerja	Kesehatan dan Keselamatan Kerja	
Tahun Masuk – Lulus	2005-2009	2013-2015	
Judul Skripsi-Tesis-Disertasi	Gambaran Sistem Manajemen Kesehatan dan Keselamatan Kerja di Universitas Indonesia	Analisis Fire Risk Assessment di Gedung X tahun 2015	
Nama Pembimbing /Promotor	Prof. Fatma Lestari	Prof. Fatma Lestari	

C. Pengalaman Penelitian Dalam 5 Tahun Terakhir (bukan skripsi, tesis, maupun disertasi)

No	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan
----	-------	------------------	-----------

			Sumber*	Jml (Juta Rp)
1	2022	Penyebab Kualitas Tidur Buruk Pada Pekerja yang Bekerja dari Rumah di Jabodetabek tahun 2021	Hibah Internal	-
2	2021	Gambaran faktor dermatitis kontak pada karyawan bagian produksi di PT. Argapura Indonesia tahun 2020	Mandiri	
3	2021	Hubungan pengetahuan dan pengawasan dengan perilaku tidak aman pada pekerja bekisting PT. Beton Konstruksi Wijaya tahun 2020	Mandiri	

D. Pengalaman Pengabdian Kepada Masyarakat dalam 5 Tahun Terakhir

No	Tahun	Judul Pengabdian kepada Masyarakat	Pendanaan	
			Sumber*	Jml (Juta Rp)
1	2022	Edukasi Mengenai Hiperlipidemia dan Hiperglikemia Serta Cara Mengatasinya pada Pekerja Bongkar Muat	Mandiri	1,500,000
2	2022	Edukasi Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) yang Ergonomis	Hibah Internal	
3	2021	Sosialisasi Business Continuity Plan (BCP) untuk Covid 19 dan persiapan new normal di perusahaan bagi mahasiswa dan karyawan	mandiri	1,500,000

E. Publikasi Artikel Ilmiah Dalam Jurnal dalam 5 Tahun Terakhir

No	Tahun	Judul Artikel Ilmiah	Nama Jurnal	Volume/ Nomor/Tahun
1	2022	Penyebab Kualitas Tidur Buruk Pada Pekerja yang Bekerja dari Rumah di Jabodetabek tahun 2021	Jumantik	Jilid 9 tahun 2022
2	2021	Gambaran faktor dermatitis kontak pada karyawan bagian produksi di PT. Argapura Indonesia tahun 2020	Ikesma	Jilid 17 terbitan 2 tahun 2021
3	2021	Hubungan pengetahuan dan pengawasan dengan perilaku tidak aman pada pekerja bekisting PT. Beton Konstruksi Wijaya tahun 2020	IAKMI	Jilid 2 tahun 2021

F. Pemakalah Seminar Ilmiah (Oral Presentation) dalam 5 Tahun Terakhir

No	Nama Pertemuan Ilmiah/Seminar	Judul Artikel Ilmiah	Waktu dan Tempat
1	Seminar Nasional Kesehatan Masyarakat (SNKM) Universitas Esa Unggul	Stress Kerja dari Perspektif Departemen, Jabatan dan Status Tenaga Kerja	2021 & Jakarta
2	Seminar Kesehatan Masyarakat Polteknik Ketenagakerjaan	Gambaran Kesesuaian Sistem Proteksi Kebakaran Aktif Berdasarkan Standar NFPA di ITC Kuningan	2022 & Jakarta

G. Karya Buku dalam 5 Tahun Terakhir

No.	Judul Buku	Tahun	Jumlah Halaman	Penerbit

H. Perolehan HKI dalam 10 Tahun Terakhir

No	Judul/Tema HKI	Tahun	Jenis	Nomor P/ID
1	PJJ Yang Ergonomis	2022	Poster	EC00202234227

I. Pengalaman Merumuskan Kebijakan Publik/Rekayasa Sosial Lainnya dalam 10 Tahun Terakhir

No	Judul/Tema/Rekayasa Sosial lainnya yang telah ditetapkan	Tahun	Tempat penerapan	Respons Masyarakat

J. Penghargaan dalam 10 Tahun Terakhir (dari pemerintah, asosiasi, atau institusi lainnya)

No	Jenis Penghargaan	Institusi Pemberi Penghargaan	Tahun
1	Best Paper Dosen/Peneliti	Polteknaker	2022
2			

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan program penelitian Universitas Esa Unggul pada skema mandiri.

Jakarta, 29 Agustus 2022
Pengusul



(Eka Cempaka Putri)

Biodata anggota peneliti

A. Identitas Diri

1	Nama Lengkap (dengan gelar)	Decy Situngkir, SKM, M.KKK
2	Jenis Kelamin	Perempuan
3	Jabatan Fungsional	Asisten Ahli
4	Jabatan Struktural	-
5	NIP/NIK/No. identitas lainnya	217030666/0331128604
6	NIDN	0331128604
7	Tempat dan Tanggal Lahir	Tebing Tinggi, 31 Desember 1986
8	Alamat Kantor	Jl. Arjuna Utara No. 9, Kebon Jeruk, Jakarta Barat
9	No. Telp/Faks.	(021) 5674223
10	Lulusan yang telah dihasilkan	S-1 = \geq 40 orang
11	Mata Kuliah yang diampu	1. Dasar-dasar Keselamatan Kerja 2. Dasar-dasar Promosi Kesehatan 3. Ergonomi 4. Tanggap Darurat dan Manajemen Kebakaran

B. Riwayat Pendidikan

Program	S1	S2	S3
Nama Perguruan Tinggi	Universitas Sumatera Utara	Universitas Indonesia	
Bidang Ilmu	Kesehatan Masyarakat Peminatan Kesehatan dan Keselamatan Kerja		
Masa Studi	2005 – 2010	2013-2015	
Judul Skripsi/Tesis/Disertasi	Gambaran Stres Kerja Terapis Anak Autisme di Yayasan Terapi Anak Autisme Kecamatan Medan Baru di Medan Tahun 2010	Studi Keluhan Muskuloskeletal Pada Pramudi Bus Trans Jakarta Koridor IX (Pendekatan Ergonomi) Tahun 2015	
Nama Pembimbing/Promotor	Ir. Kalsum, M.Kes	Dr. Indri Hapsari Susilowati,SKM, M.KKK	

C. Pengalaman Penelitian dalam 5 tahun terakhir (Bukan Skripsi, Tesis maupun Disertasi)

No	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber*	Jumlah (Juta Rp)
1	2017	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi Pada Pekerja Di Pt Pulauintan Bajaperkasa Konstruksi Jakarta Tahun 2017	Universitas Esa Unggul	5.950.000
2	2019	Gambaran Penerapan Sanitasi Total Berbasis Masyarakat Pada		

		Stakeholder Di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Penjaringan Jakarta Utara Tahun 2019		
3	2019	Faktor Prediksi Yang Berhubungan Dengan Kejadian Noise Induced Hearing Loss (NIHL) Pada Pekerja Di Workshop Lodan-9 Pt. Multikarya Asia Pasific Raya Tahun 2019	Universitas Esa Unggul	3.400.000
4	2020	Faktor-faktor yang berhubungan den Keluhan Muskuloskeletal pada Pekerja yang Bekerja dari Rumah	Mandiri	3.000.000
5	2021	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Pekerja yang Bekerja dari Rumah	Universitas Esa Unggul	3.400.000

D. Pengalaman Pengabdian kepada Masyarakat dalam 5 tahun terakhir

No	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber*	Jumlah (Juta Rp)
1	2017	Sanitasi dan Air Bersih dalam Kegiatan MCK Umum di Kampung Suka Damai RT 06 RW06, Desa Pangkalan Kecamatan Teluk Naga	Mandiri	
2	2018	Promosi Kesehatan Mengenai Faktor Resiko Kanker Serviks pada Ibu-ibu RT Kembangan	Mandiri	
3	2018	Sosialisasi Deteksi Dini Kanker serviks dengan metode IVA	Mandiri	
4	2018	Promosi Kesehatan Tentang Personal Higiene Genetalia Pada Ibu-Ibu Rt 002/Rw003 Kelurahan Meruya Utara Kecamatan Kembangan Jakarta Barat	Mandiri	
5	2019	Penyuluhan Safety Riding Di Smk Lab School Tangerang Raya Tahun 2019	Mandiri	
6	2019	Program Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Di SMK Lab School Tangerang Raya Tahun 2019	Mandiri	
7	2021	Upaya antisipasi kecelakaan kerja dan penyakit akibat kerja dengan menerapkan keselamatan dan kesehatan kerja (K3) perkantoran di Kantor Perkantas Jakarta tahun 2021	Mandiri	
8	2021	Edukasi Penerapan Ergonomi Dalam Pelaksanaan Learning From Home Untuk Pencegahan Keluhan Muskuloskeletal Pada Siswa SMP N 82 Jakarta Tahun 2021	Universitas Esa Unggul	

E. Publikasi Artikel Ilmiah dalam Jurnal dalam 5 tahun terakhir

No	Tahun	Judul Artikel Ilmiah	Nama Jurnal	Volume/ Nomor/Tahun
1	2017	Usia, Aktivitas Fisik, Stress Pekerja dan Obesitas Berisiko terhadap kejadian hipertensi pada pekerja di PT. Pulau Intan Baja Perkasa Konstruksi Jakarta Tahun 2017	Volume 5 No. 2 Desember 2017 ISSN: 2354 – 8932	Jurnal INOHIM
2	2018	Gambaran Stres Kerja Terapis Anak Autisme di Yayasan Terapi Anak Autisme Kecamatan Medan Baru di Medan Tahun 2010	Volume 15 Nomor 1 Januari 2018 ISSN : 1693- 4466	Forum Ilmiah
3	2018	Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Tidak Aman (Unsafe Action) Pada Karyawan Di Unit Produksi 2 PT. Panata Jaya Mandiri Tangerang-Banten Tahun 2018	ISBN : 978-602- 5596-02-5	Prosiding Seminar Kesehatan Nasional Masyarakat
4	2020	Program Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Di Smk X Tangerang Raya	Volume 3 No.1, terbit 1 April 2020	Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)
5	2020	Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Keluhan Musculoskeletal Disorders Pada Unit Sortir Di Pt. Indah Kiat Pulp And Paper Tangerang. Tbk Tahun 2018	Volume 4 No. 2 , terbit 10 Mei Tahun 2020	Journal of Industrial Hygiene and Occupational Health
6	2020	Respondent's Characteristic And Noise Intensity As Predicting Factors Of Noise Induced Hearing	Volume 9 No. 2, terbit 15 November 2020	The International Journal of Occupational Safety and Health
7	2021	Sosialisasi Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) Sebagai Upaya Antisipasi Kecelakaan Kerja dan Penyakit Akibat Kerja (Pak)	Volume 1 No. 2, terbit 20 Mei 2021	JPKM: Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat
8	2021	Faktor Yang Mempengaruhi Kelelahan Kerja Pada Tenaga Kesehatan Lapangan Dompot Dhuafa Pada Masa Pandemi Covid 19	Volume 2 No.1 terbit Mei 2021	Health Publica
9	2021	The Difference Of Musculoskeletal Disorders Before And After Workplace Stretching Exercise	Volume 5 No. 2 terbit 8 November 2021	Journal of Vocational Health Studies
10	2021	Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Usia 13-19 Tahun Di	Volume 10 No.2 terbit	MIKKI (Majalah Ilmu Keperawatan)

		Poli Pkpr Puskesmas Kecamatan Kembangan		dan Kesehatan Indonesia)
11	2022	Edukasi Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) yang Ergonomis	Volume 5 No. 2 terbit Juni 2022	To Maega: Jurnal Pengabdian Masyarakat
12	2022	Edukasi Mengenai Hiperlipidemia dan Hiperglikemia Serta Cara Mengatasinya pada Pekerja Bongkar Muat	Volume 2 No.3 terbit Mei 2022	Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia
13	2022	Edukasi Etika Batuk, Bersin Dan Cuci Tangan Pakai Sabun Untuk Pencegahan Penularan Covid-19 Pada Siswa-Siswi	Volume 5 No.3 terbit Maret 2022	Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)

F. Pemakalah Seminar Ilmiah (Oral presentation) dalam 5 tahun terakhir

No	Nama Pertemuan Ilmiah	Jurnal Artikel Ilmiah	Waktu dan Tempat
1	International Conference on Recent Innovations	Is driving experience really the most related factor to traffic accidents	September 2018/Jakarta
2	International Conference of Public Health	Determinants of Hearing Loss in Workers at Production Unit Of a Factory	November 2021

G. Karya Buku dalam 5 tahun terakhir

No	Tahun	Judul Buku	Jumlah Halaman	Penerbit

H. Perolehan HKI dalam 5-10 tahun terakhir

No.	Judul/Tema HKI	Tahun	Jenis	Nomor P/ID
1	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi pada Pekerja di PT Pulau Intan Bajaperkasa Konstruksi Jakarta Tahun 2017	2017	Karya ilmiah	EC00201706860
2	Edukasi Etika Batuk/ Bersin Dan Cuci Tangan Pakai Sabun Untuk Pencegahan Penularan Covid-19 Pada Siswa Di SMP N 82 Jakarta	2022	Laporan penelitian	EC00202215026
3	Etika Batuk Dan Bersin Dalam Pencegahan COVID-19	2022	Poster	EC00202215020,
4	Edukasi Penerapan Ergonomi Dalam Pelaksanaan Learning From Home Untuk Pencegahan Keluhan Muskuloskeletal Pada Siswa SMP N 82 Jakarta Tahun 2021	2022	Laporan penelitian	EC00202215024

5	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Pada Pekerja Yang Bekerja Dari Rumah (Work From Home) Di Jabodetabek Tahun 2021	2022	Laporan penelitian	EC00202215025
---	--	------	--------------------	---------------

I. Pengalaman Merumuskan Kebijakan Publik/Rekayasa Sosial Lainnya dalam 5 tahun terakhir

No	Judul/Tema/Rekayasa Sosial	Tahun	Tempat Penerapan	Respon Masyarakat

J. Penghargaan dalam 10 tahun terakhir (dari pemerintah, asosiasi atau institusi lainnya)

No.	Jenis Penghargaan	Institusi Pemberi Penghargaan	Tahun

Lampiran 5. Peta Lokasi Wilayah Pengabdian kepada Masyarakat dan Kondisi Mitra

