

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga proposal skripsi dengan judul “Hubungan Antara Karakteristik Individu, Perilaku Olahraga, Sistem dan Waktu Kerja dengan *Fitness to Work*” ini dapat terselesaikan sebagai salah satu persyaratan akademis untuk melakukan penelitian dalam rangka perolehan gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat (S.KM) di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga Surabaya.

Skripsi ini berisi latar belakang terkait perkembangan teknologi dan budaya secara tidak langsung berimbas pada perubahan perilaku, gaya hidup dan produktivitas sebagian besar tenaga kerja. Adanya kegiatan olahraga di perusahaan bertujuan untuk mengedukasi pekerja tentang pentingnya penerapan pola hidup sehat yang salah satunya dilakukan dengan membudayakan olahraga secara rutin. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara karakteristik individu, kebiasaan olahraga, sistem dan waktu kerja dengan *fitness to work* berdasarkan hasil *medical check up* tahun 2019.

Terimakasih dan penghargaan saya sampaikan kepada Bapak Dr. Y. Denny Ardyanto W., Ir., M.S, selaku dosen pembimbing yang telah memberikan petunjuk, bimbingan dan masukan sehingga skripsi ini dapat tersusun dengan baik. Terimakasih dan penghargaan saya sampaikan pula kepada yang terhormat :

1. Prof. Dr. Mohammad Nasih, SE., M.T., Ak., CMA., selaku Rektor Universitas Airlangga Surabaya.
2. Prof. Dr. Tri Martiana, dr., M.S., selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga Surabaya.
3. Dr. Noeroel Widjajati SKM., MSc selaku Ketua Departemen Keselamatan dan Kesehatan Kerja Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga Surabaya.
4. Dr. Diah Indriani, S.Si., M.Si., selaku koordinator Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga Surabaya.
5. Departemen K3 PT Petrokimia Gresik telah membantu kelancaran penyelesaian skripsi saya.
6. Responden pekerja di PT Petrokimia Gresik sebagai subjek penelitian skripsi saya.
7. Seluruh dosen dan karyawan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga Surabaya yang telah memberikan ilmu selama di perkuliahan.
8. Bapak Radewa Bagus Subali dan Ibu Sri Widarti, selaku orang tua yang selalu mendukung dan mendoakan saya.
9. Teman-teman kuliah dan saudara yang sudah mendukung saya hingga penyelesaian skripsi.
10. Semua pihak yang telah membantu kelancaran penyelesaian skripsi ini yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.

Semoga Allah SWT memberikan balasan pahala atas segala amal yang telah diberikan dan semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi penulis dan pihak lain

Surabaya, Agustus 2020

## ABSTRACT

Cultural and technological development contributes to the change of behavior, lifestyle, and the dietary habit of the labors. Medical check-ups are performed as an early health problems detection to get the *fitness-to-work* recommendation, avoiding work capacity and productivity hindrance. PT. Petrokimia Gresik's 2018 health evaluation showed that more than 50% of the employees were *fit-with-note* with other health-related problems because of physical activities' deficit. This research tried to identify the connection between individual characteristics, exercise habits, system, and working period with employees' *fitness-to-work* who perform physical activities at PT. Petrokimia Gresik.

This was a quantitative research with observational analytics, 90 people as samples, which are the employees that have done medical check-up after 3 months of running or walking in 2019. This research used secondary data and analyzed descriptively with the crosstabulation method while the correlation test is done by the chi-square.

The individual characteristics with *fitness-to-work* records show the correlation between age ( $r=0.501$ ), working period ( $r=0.500$ ), and genetical-disease history ( $C=0.341$ ) is average with positive direction, meanwhile, gender ( $C=0.137$ ) have a weak correlation with positive direction. Exercising habit ( $C= 0.179$ ) also system and working time ( $C=0.293$ ) has an average correlation with positive direction towards *fitness-to-work* status.

This research concluded that individual characteristics, exercise habits also system and working time are 3 factors that have an average correlation with *fitness-to-work*. Gender has a weak correlation because majority of employees in PT Petrokimia Gresik are male. PT. Petrokimia Gresik is suggested to evaluate their monthly medical check-up, understanding common abnormalities, and how to control them. Suggesting healthy lifestyles via medical seminar should be adjusted for the most common abnormalities, and to modify the workplace to fit the physical activities of the employees during work.

Keywords: Exercise, Fitness-to-work, Individual characteristics, Petrokimia Gresik