

Peningkatan Kesadaran K3 Nelayan Melalui Edukasi *Personal Hygiene* Dasar di Kecamatan Marusu Kabupaten Maros

Yulianah Rahmadani^{*1}, Fatmawati Hamid¹

¹ Politeknik Kesehatan Megarezky, Makassar

**Corresponding Email:* yuliramadani1995@gmail.com

Artikel Info

Submisi:
12 Januari 2026
Penerimaan:
26 Februari 2026
Terbit:
28 Februari 2026

Keywords:

Personal Hygiene,
Kesehatan Kerja,
Nelayan.

ABSTRAK

Nelayan merupakan kelompok pekerja yang memiliki risiko tinggi terhadap gangguan kesehatan dan kecelakaan kerja akibat lingkungan kerja yang lembap, paparan sinar matahari, serta keterbatasan penerapan Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3). Rendahnya kesadaran terhadap personal hygiene dasar dapat meningkatkan risiko penyakit akibat kerja. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran K3 nelayan melalui edukasi personal hygiene dasar di Kecamatan Marusu, Kabupaten Maros. Metode yang digunakan adalah pendekatan edukatif-partisipatif melalui penyuluhan, demonstrasi, dan diskusi interaktif, disertai evaluasi menggunakan pre-test dan post-test. Kegiatan diikuti oleh 30 orang nelayan aktif. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa 80% peserta memahami materi yang diberikan dan menunjukkan antusiasme yang tinggi selama kegiatan berlangsung. Peningkatan pengetahuan ini mengindikasikan bahwa edukasi personal hygiene dasar efektif sebagai upaya promotif dan preventif dalam mendukung penerapan K3 pada nelayan. Kegiatan ini diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku yang berkelanjutan sehingga risiko penyakit dan kecelakaan kerja dapat diminimalkan.

Pendahuluan

Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) menjadi unsur yang sangat penting di berbagai bidang pekerjaan, termasuk profesi nelayan yang dikenal memiliki tingkat risiko tinggi. Kegiatan penangkapan ikan kerap dilakukan dalam situasi cuaca yang tidak menentu, dengan dukungan peralatan yang masih sederhana, serta rendahnya penerapan prosedur keselamatan kerja. Keadaan tersebut menyebabkan tingginya kemungkinan terjadinya kecelakaan di laut, yang tidak hanya mengancam keselamatan nelayan secara personal, tetapi juga berimplikasi pada kondisi sosial dan ekonomi keluarga serta masyarakat di sekitarnya (Syahrir, dkk. 2026)

Nelayan adalah orang yang menangkap pekerjaannya menangkap ikan atau hewan jenis lainnya yang hidup di laut. Nelayan

juga sering mengalami kecelakaan kerja dan terserang berbagai jenis penyakit. (Meilanda. 2022). Terdapat kurang lebih 2.998.766 terjadi kasus penyakit umum dan kurang lebih 428.844 penyakit akibat kerja dan sering diderita pekerja. Data Survei Epidemiologi Indonesia (2007) Menunjukkan jika 97% oleh 389 yang menderita dermatitis kontak kurang lebih dari 66,3% mengalami dermatitis kontak iritan dan kurang lebih 33,7% mengalami dermatitis kontak alergi. Pada 12 Kabupaten/Kota hanya 610 yang sakit (Wibisono, 2018).

Berdasarkan data International Labour Organization (ILO, 2024), sektor perikanan dan kelautan termasuk salah satu sektor dengan angka kecelakaan kerja tertinggi di dunia. Pengetahuan terkait perilaku personal

hygiene dan peran dalam keselamatan di Kapal masih rendah pada nelayan, terutama ketika bekerja di lingkungan yang basah dan kurang higienis, dapat meningkatkan risiko terjadinya gangguan kesehatan seperti dermatitis kontak. Khususnya juga pada pekerja tambak ikan, tambak kepiting, nelayan dan pekerja yang berhubungan langsung dengan air laut. Kondisi ini menunjukkan pentingnya penerapan perilaku hidup bersih dan sehat yang terintegrasi dengan upaya keselamatan kerja di atas kapal. Nelayan juga harus berperan aktif dalam menerapkan langkah-langkah pencegahan keselamatan kerja di kapal melalui kepatuhan terhadap standar keamanan yang telah diatur dalam Konvensi ILO No. 188

Secara geografis, Indonesia merupakan negara terbesar dengan 17.502 pulau dengan luas laut 5,8 juta yang terdiri dari perairan kepulauan dan kedaulatan 3,1 juta km² serta ZEE Indonesia seluas 2,7 juta km² dari 1 juta km². Hidup dengan metode penangkapan ikan tradisional nelayan pesisir Indonesia yang mencari nafkah dari hasil laut. Selanjutnya, sebagian besar keluarga di wilayah pesisir tidak produktif secara ekonomi dalam arti mereka hanya mengandalkan perikanan untuk memenuhi kebutuhan ekonominya (Agus, 2021).

Personal hygiene merupakan upaya dalam memelihara kebersihan diri, meliputi kebersihan kulit, gigi, mulut, mata, hidung, telinga, rambut, kaki, kuku, dan genital dengan tujuan mempertahankan kebersihan diri dan kesehatan diri baik secara fisik maupun psikologis. Personal hygiene dipengaruhi oleh beberapa faktor yang dikategorikan dalam faktor eksternal maupun faktor internal. Faktor eksternal seperti kebudayaan, ketersediaan sumber daya, dan fasilitas kebersihan, lingkungan tempat tinggal, praktik sosial, pekerjaan, sedangkan faktor internal seperti citra tubuh, pilihan pribadi, sosio ekonomi, pengetahuan, kesadaran, dan pemahaman (Rambe, 2021).

Penelitian yang dilakukan Wibisono (2018) menunjukkan bahwa personal hygiene

yang kurang pada nelayan diakibatkan dari kurang sadarnya nelayan untuk membersihkan diri mencuci sela-sela tangan dan kaki pada air yang mengalir menggunakan sabun setiap kali selesai melaut. Hasil uji chi square mendapatkan hasil $p=0,00$ yang berarti adanya hubungan yang bermakna antara personal hygiene dan gangguan kulit. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Setiawan (2016), pada klien dermatitis kontak alergi ditemukan pada klien gatal dan muncul ruam merah pada punggung kaki dan pergelangan tangan sebelah kiri, klien menggaruknya hingga terjadi lesi. Lesi terasa nyeri dan perih dengan skala nyeri 4, rencana yang dilakukan identifikasi skala nyeri, potong kuku klien, anjurkan klien mandi dengan menggunakan sabun antiseptik, berikan teknik nonfarmakologi (kompres air hangat), kolaborasi dalam pemberian ketoconazole. Setelah dilakukan tindakan keperawatan gatal berkurang, lesi pada pergelangan tangan sudah kering, pada punggung kaki kulit tampak lebih tebal dan kulit tampak lebih hitam dibandingkan dengan area kulit sekitarnya klien tampak rileks (Susilaningsih, 2023).

Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan metode edukatif-partisipatif dengan pendekatan penyuluhan dan praktik langsung (demonstrasi). Pendekatan ini dipilih untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran nelayan mengenai pentingnya penerapan Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) melalui personal hygiene dasar dalam aktivitas melaut maupun pasca-penangkapan ikan.

Kegiatan dilaksanakan di Kecamatan Marusu, Kabupaten Maros. Pelaksanaan kegiatan dilakukan pada bulan 08 Januari tahun 2026 dengan sasaran nelayan aktif yang berdomisili di wilayah tersebut. Proses Pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan dengan menggunakan metode Ceramah, yaitu menjelaskan kepada kelompok masyarakat melalui power point

terkait materi *Personal Hygiene* dan . Tanya jawab, memberikan kesempatan kepada masyarakat untuk bertanya terkait materi yang disampaikan

Indikator keberhasilan adalah tingkat pengetahuan peserta pengabdian terkait materi penyuluhan dan antusiasme peserta pengabdian dalam mengikuti penyuluhan. Jumlah peserta yang mengikuti kegiatan penyuluhan sebanyak 30 peserta dan metode evaluasi yang digunakan dalam mengukur ketercapaian indikator keberhasilan yaitu metode analisis deskriptif.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan ini dimulai pada pukul 10.00 Wita di Kantor Desa, Kecamatan Marusu, Kabupaten Maros. Peserta yang mengikuti penyuluhan terkait *Personal Hygiene* sebanyak 30 orang. Selain itu, penyuluhan ini juga dihadiri oleh Camat Marusu. Pemaparan materi dilakukan selama 1 jam 30 menit kemudian dilanjutkan sesi tanya jawab. Materi yang diberikan adalah informasi yang terkait *personal hygiene* pada nelayan. Berkaitan dengan pertemuan tersebut, output yang dicapai adalah bertambahnya pengetahuan masyarakat terkait pentingnya menjaga kebersihan bagi pembudidaya rumput laut untuk menghindari risiko pekerjaan yang mereka lakukan seperti penyakit akibat kerja dari pekerjaan tersebut.

Tabel 1. Hasil Survei Indikator Keberhasilan Kegiatan Pengabdian

Indikator	Hasil
Tingkat pengetahuan peserta	80% peserta paham dengan materi
Antusiasme peserta	Tinggi
Jumlah peserta	30 orang

Hasil kegiatan pengabdian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan peserta mengalami peningkatan yang cukup baik, di mana sebanyak 80% peserta dinyatakan memahami materi yang telah diberikan. Capaian ini menunjukkan bahwa metode edukasi yang digunakan, yaitu penyuluhan yang disertai demonstrasi dan diskusi interaktif, efektif dalam

meningkatkan pemahaman nelayan mengenai pentingnya penerapan K3 melalui personal hygiene dasar. Peningkatan pengetahuan ini menjadi indikator awal yang penting dalam mendorong perubahan perilaku kerja yang lebih sehat dan aman.

Selain itu, tingkat antusiasme peserta yang tergolong tinggi selama kegiatan berlangsung menunjukkan adanya ketertarikan dan kesadaran akan pentingnya materi yang disampaikan. Partisipasi aktif dalam sesi tanya jawab dan praktik langsung mencerminkan bahwa materi yang diberikan relevan dengan kondisi dan kebutuhan nelayan di lapangan. Antusiasme yang tinggi juga menjadi faktor pendukung keberhasilan transfer pengetahuan, karena peserta tidak hanya menerima informasi secara pasif, tetapi juga terlibat secara aktif dalam proses pembelajaran.

Jumlah peserta sebanyak 30 orang dinilai cukup representatif untuk kegiatan pengabdian berbasis komunitas di tingkat desa/kecamatan. Dengan jumlah tersebut, proses penyampaian materi dan praktik dapat dilakukan secara lebih efektif dan terkontrol, sehingga interaksi antara pemateri dan peserta dapat berjalan optimal. Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan bahwa edukasi personal hygiene dasar merupakan strategi yang efektif dalam meningkatkan kesadaran K3 pada nelayan, serta berpotensi untuk direplikasi pada kelompok nelayan lainnya di wilayah yang berbeda.



Gambar 1. Foto bersama kegiatan pengabdian personal hygiene pada nelayan

Kesimpulan dan Saran

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui edukasi personal

hygiene dasar sebagai upaya peningkatan kesadaran Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) pada nelayan di Kecamatan Marusu, Kabupaten Maros, menunjukkan hasil yang positif. Pelaksanaan kegiatan melalui metode penyuluhan, demonstrasi, dan diskusi interaktif mampu meningkatkan pengetahuan serta pemahaman nelayan mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri sebagai bagian dari pencegahan penyakit dan risiko kerja di lingkungan perairan.

Hasil evaluasi berdasarkan perbandingan pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan skor pengetahuan peserta setelah diberikan edukasi. Selain itu, peserta juga mampu mempraktikkan teknik personal hygiene dasar dengan lebih tepat, seperti cuci tangan yang benar dan perawatan luka ringan.

Dengan demikian, edukasi personal hygiene dasar terbukti efektif sebagai salah satu strategi promotif dan preventif dalam mendukung penerapan K3 pada nelayan. Kegiatan ini diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku secara berkelanjutan sehingga risiko penyakit dan kecelakaan kerja dapat diminimalkan.

Ucapan Terimakasih

Terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Kepala Desa beserta seluruh perangkat desa di Kecamatan Marusu, Kabupaten Maros, atas dukungan, izin, serta fasilitasi yang diberikan selama pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Dukungan dan kerja sama yang baik dari pemerintah desa sangat membantu dalam proses koordinasi, mobilisasi peserta, serta kelancaran seluruh rangkaian kegiatan. Semoga sinergi antara akademisi dan pemerintah desa ini dapat terus terjalin dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan dan keselamatan kerja masyarakat, khususnya para nelayan di wilayah Kecamatan Marusu.

Daftar Pustaka

Agus S, (2021). Evaluasi Program Bidang Pemberdayaan Nelayan Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Masyarakat

Nelayan Di Dinas Perikanan Kabupaten Pamekasan Provinsi Jawa Timur. *VISIONER : Jurnal Pemerintahan Daerah Di Indonesia*, 13(2),s 363– 374. <https://doi.org/10.54783/jv.v13i2.439>

Rambe, N. (2021). Analisis Personal Hygiene Dan Hygiene Sanitasi Makanan Pada Pedagang Di Pasar Tradisional Kecamatan Medan Area Dan Kecamatan Medan Perjuangan

Susilaningih. (2023). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Pencegahan Dermatitis Kontak Pada Nelayan Di Wilayah Batang Kapas kabupaten Pesisir Selatan Tahun 2022. *Ensiklopedia Jurnal*.

ILO. (2024). Understanding working conditions of fishers in Indonesian. International Labour Organization, BRIN (Badan Riset dan Inovasi Nasional).

Syahrir (2026). Peran Kelompok Nelayan Dalam Menjaga Standar Personal Hygiene Kerja Yang Aman. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Ilmu-Ilmu Kesehatan Dan Terapan*.

Meilanda (2022). Pengaruh Faktor Internal Terhadap Kejadian Dermatitis Kontak Iritan Pada Nelayan Di Desa Padelegan Kabupaten Pamekasan. *Jurnal Higiene Sanitasi. Stikes Widyagama Husada Malang*.

Wibisono, G. N. (2018). Faktor-Faktor Kecamatan Lembeh Utara Kota Bitung Pendahuluan Dalam Undang-Undang Dasar Nomor Tahun mengatur aspek akibatkan oleh pekerjaan (Kemenkes RI , Sesuai dengan Keppres RI No . Tahun oleh peyakit dengan kerja , sekitar Penyakit hubungan yang yang . 7(5).