



## Peran Ergonomi Dalam Menunjang Produktivitas Dan Kesehatan Kerja Di Tempat Kerja: “Mengintegrasikan Ergonomi Dalam Sistem Manajemen K3 Di Seraung Coffice”

Kevin Hizkia Dijen<sup>1</sup>, Muhammad Zaky Rahman<sup>2</sup>, Muhammad Firlie Catur Putra<sup>3</sup>, Yuda Pratama<sup>4</sup>, Kiftian Hady Prasetya<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup> Universitas Balikpapan

Korespondensi: [kevinhizkia123@gmail.com](mailto:kevinhizkia123@gmail.com)

### Informasi Artikel

#### Riwayat artikel:

Diterima Juli 5<sup>th</sup>, 2025

Direvisi Juli 14<sup>th</sup>, 2025

Diterima Juli 26<sup>th</sup>, 2025

### ABSTRACT

Industri coffee shop yang berkembang pesat tidak hanya menuntut kualitas produk dan pelayanan, tetapi juga perhatian serius terhadap keselamatan dan kenyamanan kerja. Penerapan prinsip ergonomi dan K3 (Keselamatan dan Kesehatan Kerja) sangat penting untuk menjaga kesehatan pekerja, meningkatkan produktivitas, serta menciptakan lingkungan kerja yang aman dan efisien.

### Kata kunci:

Ergonomi; Keselamatan dan Kesehatan Kerja; Seraung Coffice.



© 2025 Para Penulis. Diterbitkan oleh --. Ini adalah artikel akses terbuka di bawah lisensi CC BY (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

## PENDAHULUAN

Industri coffee shop telah menjadi bagian penting dari gaya hidup urban, menciptakan peluang kerja yang cukup besar. Namun, di balik atmosfer santai yang ditawarkan kepada pelanggan, terdapat tekanan kerja dan risiko ergonomis yang dihadapi oleh para pekerja. Penerapan prinsip ergonomi dalam K3 menjadi krusial untuk menjaga keselamatan, kesehatan, dan produktivitas para pekerja, terutama barista dan staf pelayanan. Berdasarkan data dari ILO (International Labour Organization), banyak kasus cedera kerja di sektor jasa disebabkan oleh postur kerja yang buruk dan tidak ergonomis. Metode penelitian yang digunakan dalam jurnal ini adalah studi pustaka dan observasi lapangan terbatas pada beberapa coffee shop di kawasan perkotaan. Data dikumpulkan melalui wawancara singkat dengan barista dan pengamatan langsung terhadap postur kerja, durasi kerja, serta tata letak peralatan dan furnitur.

## METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam jurnal ini adalah studi pustaka dan observasi lapangan terbatas pada beberapa coffee shop di kawasan perkotaan. Data dikumpulkan melalui wawancara singkat dengan barista dan pengamatan langsung terhadap postur kerja, durasi kerja, serta tata letak peralatan dan furnitur.

Desain penelitian ini bersifat non-eksperimental dan eksploratif, dengan fokus pada pengumpulan data primer melalui observasi lapangan dan wawancara, serta data sekunder melalui kajian literatur dan regulasi terkait. Penelitian ini tidak bertujuan untuk menguji hipotesis, melainkan untuk menggali informasi mengenai kondisi aktual penerapan ergonomi di coffee shop, serta memberikan rekomendasi berbasis temuan.

### 2.2 Lokasi dan Subjek Penelitian

Observasi dilakukan di Seraung coffee shop yang berada di wilayah Balikpapan. dengan kriteria sebagai berikut:

- Coffee shop aktif beroperasi minimal 1 tahun
- Memiliki minimal 3 orang pekerja aktif (barista, pelayan, atau kasir)

- Bersedia memberikan izin pengamatan dan wawancara

Subjek penelitian terdiri dari:

- Vincent (Barista)
- Febri (pelayan/kasir)

Jumlah informan yang diwawancarai sebanyak 2 orang dengan teknik purposive sampling berdasarkan keterlibatan langsung mereka dalam aktivitas kerja harian yang berkaitan dengan ergonomi.

### **2.3 Teknik Analisis Data**

Data yang diperoleh dianalisis secara kualitatif tematik, dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- Reduksi data: Menyaring informasi penting dari catatan observasi dan hasil wawancara.
- Kategorisasi: Mengelompokkan data ke dalam tema-tema utama seperti: postur kerja, kelelahan fisik, pencahayaan, ventilasi, penggunaan APD, dan keluhan musculoskeletal.
- Interpretasi: Menganalisis hubungan antara faktor ergonomis dan dampaknya terhadap kesehatan serta keselamatan kerja.
- Validasi data: Triangulasi dilakukan dengan membandingkan hasil observasi, wawancara, dan studi pustaka untuk meningkatkan validitas dan reliabilitas hasil.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penerapan K3 di coffee shop masih bervariasi. Coffee shop dengan manajemen yang menerapkan SOP K3 secara konsisten memiliki tingkat keselamatan kerja yang lebih tinggi. Sementara itu, kurangnya pelatihan dan pengawasan menyebabkan banyak potensi bahaya tetap ada di tempat kerja.

### **3.1 Identifikasi Permasalahan Ergonomi**

Beberapa temuan utama dari observasi dan studi pustaka:

- Postur kerja statis: Barista sering berdiri dalam waktu lama, tanpa kesempatan istirahat cukup → menyebabkan kelelahan otot, nyeri punggung, dan kaki.
- Desain meja dan mesin yang tidak ergonomis: Mesin espresso seringkali diletakkan terlalu tinggi atau rendah, memaksa barista membungkuk atau menjangkau secara berlebihan.
- Pencahayaan dan ventilasi kurang memadai: Menurunkan kenyamanan kerja dan menyebabkan kelelahan mata.
- Gerakan berulang (repetitive motion): Seperti menggiling kopi atau menyajikan minuman, dapat menyebabkan cedera akibat gerakan berulang (RSI/CTD).

### **3.2 Penerapan Prinsip K3**

- Pelatihan dasar K3: Beberapa coffee shop memberikan pelatihan singkat, namun belum menyeluruh tentang ergonomi.
- Penggunaan APD sederhana: Seperti alas kaki anti-selip dan sarung tangan karet saat mencuci.
- SOP kebersihan dan keselamatan: Sudah mulai diterapkan, namun belum semua karyawan mematuhi dengan konsisten.

### **3.3 Dampak Kurangnya Ergonomi**

- Peningkatan keluhan fisik pada karyawan seperti kelelahan, nyeri pinggang, dan gangguan otot.
- Menurunnya produktivitas dan kepuasan kerja.
- Risiko jangka panjang berupa cedera kerja kronis dan absensi tinggi.



**Gambar 1 Sesi Photo Bersama Dengan Karyawan Seraung Coffice**



**Gambar 2 dan 3 Pemberian Materi Menggunakan Media Power Point Pada Karyawan Kerja**

## **KESIMPULAN**

Penerapan ergonomi dalam konteks K3 di coffee shop berperan penting dalam menjaga kesehatan dan keselamatan kerja karyawan. Lingkungan kerja yang ergonomis tidak hanya meningkatkan kenyamanan kerja tetapi juga berdampak positif terhadap produktivitas dan kualitas pelayanan. Pihak manajemen perlu berkomitmen dalam menerapkan prinsip K3 yang berorientasi pada ergonomi guna mendukung keberlanjutan usaha dan kesejahteraan tenaga kerja.

## **REFERENSI**

- International Labour Organization. (n.d.). Ergonomics and occupational health. Retrieved from [https://www.ilo.org/global/topics/safety-and-health-at-work/areasofwork/occupational-health/WCMS\\_108489/lang--en/index.htm](https://www.ilo.org/global/topics/safety-and-health-at-work/areasofwork/occupational-health/WCMS_108489/lang--en/index.htm)
- Kroemer, K. H. E., Kroemer, H. B., & Kroemer-Elbert, K. E. (2001). *Ergonomics: How to design for ease and efficiency*. Prentice Hall.
- Manuaba, A. (2003). Total ergonomi pendekatan yang holistik, sistemik dan interdisipliner. *Jurnal Teknik Industri*, 5(1), 1-10.

Sutalaksana, I. Z., Ruhana, S., & Tjakraatmadja, J. H. (2006). *Teknik ergonomi: Perancangan sistem kerja manusia*. Institut Teknologi Bandung.

Wahyuni, S. (2012). *Metodologi penelitian kualitatif: Teori dan praktik*. Pustaka Pelajar.