

LANGKAH SEHATKU: SEHAT FISIK, SEHAT MENTAL, SEHAT KEUANGAN, SEHAT LINGKUNGAN KERJA

Wahyu Erniaty¹ Hanif Paramasatya² Seffudin Sudarmadi³

A. RINGKASAN

Seiring semakin berkembangnya layanan di Rumah Sakit “JIH” Purwokerto dengan jumlah pasien yang semakin meningkat baik di rawat inap maupun rawat jalan serta pasien pasien yang memerlukan tindakan operatif dan beragamnya Sumber daya manusia yang ada maka perusahaan perlu memperhatikan aspek-aspek yang menunjang dan meningkatkan produktifitas karyawan, Dari data angka *Turn over rate* tahun 2024 sebanyak 11,3% karyawan yang *resign* dengan beragam alasan, maka dari itu pada tahun 2025 perusahaan membuat Program Langkah Sehatku yang terdiri dari sehat fisik, sehat mental,sehat keuangan dan sehat lingkungan kerja, program tersebut merupakan aspek *Wellbeing*, dimana program tersebut menjadi fokus di Departemen SDM, Hukum dan Umum Rumah Sakit “JIH” Purwokerto tahun 2025 yang di elaborasi pada kegiatan Diklat dan Personalia.

B. LATAR BELAKANG

Tingkat *Turn over Rate* yang masih tinggi di angka 11,3% di tahun 2024 dimana rentang normal menurut Gillies (1985) dikisaran 5-10% sehingga membuat perusahaan konsen terhadap kesejahteraan karyawan dengan membuat program Langkah Sehatku, dan menggabungkan seluruh aspek kesejahteraan diantaranya sehat fisik, sehat mental, sehat keuangan dan sehat lingkungan kerja.

Karyawan yang memiliki workplace well-being yang tinggi membuat karyawan lebih bahagia, produktif, menjadi lebih loyal pada perusahaan dan semangat dalam bekerja (Agustin & Maryam, 2022). Hal ini sesuai dengan salah satu dimensi dari work engagement yaitu vigor yang dapat membuat karyawan memiliki semangat dan energi yang kuat selama bekerja (Zamralita, 2017).

Program Kesejahteraan menjadi konsen RKAP 2025 di Departemen SDM, Hukum, & Umum, adapun program Langkah sehatku di aspek fisik diantaranya menyediakan sarana

¹ Supervisor SDM RS “JIH” Purwokerto

² Staf SDM RS “JIH” Purwokerto

³ Direktur Operasional & Keuangan RS “JIH” Purwokerto

olahraga untuk karyawan, dan melaksanakan olahraga karyawan setiap satu minggu sekali, memberikan tambahan suplemen dan susu tinggi kalsium, mengadakan *employee gathering* seperti nonton bioskop bersama, offroad dan rafting, untuk penerapan sehat mental diadakanya kegiatan dengan trainer psikolog klinis dan psikolog industry untuk mengetahui tingkat stres karyawan di RS “JIH” Purwokerto dan melaksanakan pengajian bulanan rutin untuk karyawan dan kajian islami setiap hari rabu setelah sholat dhuhur berjamaah, pada anggaran 2025 secara *benefit* untuk peningkatan kesejahteraan aspek financial atau keuangan dari perusahaan sudah melaksanakan program remunerasi dimana memberikan jasa produksi per 3 bulan atau yang disebut bonus atas laba usaha serta jasa pelayanan dan kenaikan gaji berkala kumulatif (KGB).

Program tersebut diukur tingkat keberhasilannya dengan survey kepuasan pelanggan internal pada tahun 2025 dalam survey ini menggunakan sampel karyawan sejumlah 101 orang dari jumlah total 269, diantaranya angka kepuasan terhadap remunerasi dan lingkungan kerja meningkat signifikan dari 60% menjadi 80% dibanding tahun 2024 dan mampu meningkatkan angka produktifitas

C. TUJUAN

Tujuan inovasi yang dilakukan adalah :

1. Meningkatkan Produktifitas karyawan dengan Langkah sehatku secara fisik di Rumah Sakit “JIH” Purwokerto.
2. Meningkatkan Produktifitas karyawan dengan Langkah sehatku secara mental di Rumah Sakit “JIH” Purwokerto.
3. Meningkatkan Produktifitas karyawan dengan Langkah sehatku secara Financial atau keuangan di Rumah Sakit “JIH” Purwokerto.
4. Meningkatkan Produktifitas karyawan dengan Langkah sehatku secara Lingkungan atau tempat kerja di Rumah Sakit “JIH” Purwokerto.
5. Meningkatkan *Engagement* Karyawan dengan Rumah Sakit “JIH” Purwokerto.

D. LANGKAH-LANGKAH

1. Langkah Sehatku : Sehat Fisik

Pada kegiatan ini biasa dilakukan dengan penerapan olahraga rutin karyawan setiap hari rabu (1 minggu 1x), dan menyediakan tempat olahraga, serta dalam rangkaian milad ke 3 Rumah Sakit “JIH” Purwokerto melaksanakan *gathering* dan rekreasi karyawan diantaranya (offroad, rafting, nonton bersama di bioskop).

2. Langkah Sehatku : Sehat Mental

Kegiatan ini di elaborasi dengan program Diklat dan mendatangkan narasumber dari eksternal yaitu seorang psikolog klinis dan psikolog industry untuk mengukur tingkat stress karyawan di Rumah Sakit “JIH” Purwokerto, mengadakan pengajian setiap bulanya untuk seluruh civitas Hospitalia, dan kajian islami setiap hari rabu.

3. Langkah Sehatku : Sehat Keuangan

Pada program ini sangat didukung dengan hasil kinerja dari seorang karyawan dimana program yang sudah dilaksanakan diantaranya :

- a. Perhitungan KGB (Kenaikan Gaji Berkala Kumulatif)
- b. Perhitungan dan Pembagian Jasprod (Jasa Produksi) setiap 3 bulan sekali atas laba tahun 2024.
- c. Perhitingan dan Pembagian IJP (Insentif Jasa Pelayanan) setiap bulan atas capaian target bulan sebelumnya.

4. Langkah Sehatku: Sehat Lingkungan Kerja

Perusahaan dalam hal ini sudah menyediakan banyak fasilitas untuk mendukung karyawan di tempat kerja, diantaranya : alat olahraga, pojok laktasi, inner garden, tempat peribadatan, kantin karyawan, koperasi, area parkir.

A. HASIL INOVASI

Program Langkah Sehatku berlangsung dari Januari 2025, semua kegiatan dan event yang dibuat di elaborasi dengan semua aspek kesejahteraan dibawah ini beberapa dokumentasi dan hasil kegiatan yang sudah terlaksana :



Sarana Olahraga Tempat Peribadatan Pojok Laktasi

Diatas merupakan sarana prasarana yang disediakan perusahaan untuk menunjang program langkah sehatku di tempat kerja, agar karyawan merasa aman dan nyaman saat bekerja.



Kegiatan *Employee Gathering offroad* dan rafting di Baturaden dan Pikas Serayu di Banjarnegara merupakan kegiatan yang di elaborasi dengan Milad JIH ke 3 yang merupakan sub aktivitas program RKAP 2025 dan menunjang program langkah sehatku di aspek fisik dan mental.



Kegiatan rutin olahraga karyawan yang dilakukan salah satunya adalah menyediakan tempat olahraga dan mampu meningkatkan kesehatan serta meningkatkan *employee relationship*.



Kegiatan tersebut karyawan mampu mengklasifikasikan dan melakukan manajemen stres terkait kendala yang dihadapi ditempat kerja ataupun persoalan pribadi, kegiatan ini di elaborasi dalam kegiatan Diklat di Juni 2025.



**PENGESAHAN MAKALAH INOVASI
LANGKAH SEHATKU : SEHAT FISIK, SEHAT MENTAL, SEHAT KEUANGAN,
SEHAT LINGKUNGAN KERJA**

- | | |
|--------------------------|--|
| 1. Judul Makalah | : Langkah Sehatku: Sehat Fisik, Sehat Mental, Sehat Keuangan, Sehat Lingkungan Kerja |
| 2. Rumah Sakit | : Rumah Sakit "JIH" Purwokerto |
| 3. Alamat | : Jl. KH Ahmad Dahlan Dusun III, Dukuhwaluh, Kembaran, Banyumas |
| 4. Kontak Person & No Hp | : Benita Firliana Aji, SKM., MPH / 085747331299 |
| 5. Alamat e-mail | : firli.mutu@rs-jih.co.id /
wahyu.e@rs-jih.co.id |

Mengesahkan,

Banyumas, 14 Agustus 2025

RUMAH SAKIT "JIH" PURWOKERTO

Presiden Direktur,

dr. Arrus Ferry, MPH