

Program Kebugaran dan Vaksinasi Pegawai di RSUD Kesehatan Kerja Provinsi Jawa Barat

Ringkasan

Program Kebugaran dan Vaksinasi Hepatitis B di RSUD Kesehatan Kerja Jawa Barat sukses meningkatkan kualitas sumber daya manusia (SDM). Hasil tes kebugaran 2023-2025 menunjukkan penurunan kategori "Kurang" dari 45,42% menjadi 21%, serta peningkatan "Cukup" dari 28,24% menjadi 57,57%. Vaksinasi Hepatitis B mencapai cakupan 98-100%, dengan 0% infeksi aktif (HBsAg negatif). Tantangan seperti obesitas dan motivasi diatasi lewat senam rutin dan fasilitas *jogging track*. Program ini tak hanya menyehatkan pegawai, tapi juga mendukung keselamatan pasien, target eliminasi Hepatitis B tahun 2030, dan mengurangi risiko penyakit degeneratif.

Latar belakang

Kesehatan dan produktivitas pegawai adalah fondasi utama kualitas pelayanan di RSUD Kesehatan Kerja Provinsi Jawa Barat. Hasil MCU 2023 menunjukkan 47,31% pegawai mengalami obesitas, ditambah oleh rutinitas kerja yang sedentari. Kondisi ini dapat memengaruhi kebugaran jasmani, padahal kebugaran fisik sangat krusial bagi tenaga kesehatan di lingkungan rumah sakit yang menuntut ketahanan fisik dan mental prima. Oleh karena itu, pengukuran dan peningkatan kebugaran jasmani menjadi sangat mendesak.

Selain kebugaran, perlindungan tenaga kesehatan dari penularan penyakit menular juga prioritas utama, terutama Hepatitis B. Sebagai komitmen terhadap kesehatan dan keselamatan kerja, serta mendukung target eliminasi Hepatitis B nasional 2030, RSUD Kesehatan Kerja melakukan skrining pra-imunisasi Hepatitis B. Langkah ini sesuai dengan Keputusan Menteri Kesehatan No. HK.01.07/Menkes/2093/2023 dan rekomendasi ITAGI. Kegiatan ini mencakup pemeriksaan tes cepat HBsAg dan anti-HBs, dengan prioritas bagi tenaga kesehatan berisiko di RSUD Kesehatan Kerja Provinsi Jawa Barat.

Pelaksanaan kedua program penting ini tidak lepas dari tantangan. Untuk pengukuran kebugaran, kendalanya meliputi penyediaan fasilitas lintasan memadai, metode pengukuran akurat, sistem pencatatan efektif, tim pelaksana, dan pengolahan data valid. Sedangkan untuk program vaksinasi, tantangan muncul dalam perencanaan, pelaksanaan, dan pelaporan, termasuk sosialisasi masif, pendataan sasaran akurat, serta pengajuan kebutuhan reagen skrining, BMHP, dan vaksin. Dukungan penuh dari manajemen sangat diperlukan, mengingat keterbatasan stok vaksin dan reagen, serta masa kedaluwarsa yang harus dipantau ketat, karena pemberian vaksin memerlukan interval waktu tertentu untuk kekebalan optimal.

Tujuan

Program kebugaran dan vaksinasi di RSUD Kesehatan Kerja Provinsi Jawa Barat bertujuan jelas meningkatkan kesehatan dan keselamatan SDM.

1. Program Kebugaran

Tujuan utamanya adalah mendapatkan data kebugaran pegawai untuk intervensi terukur, meningkatkan kesadaran pentingnya aktivitas fisik melalui edukasi, dan memperoleh dukungan manajemen demi keberlanjutan inisiatif. Target spesifiknya yaitu meningkatkan kondisi kebugaran minimal 20% pegawai dalam satu tahun ke depan.

2. Program Vaksinasi Hepatitis B

Fokus utama program ini adalah melindungi 100% tenaga kesehatan berisiko di RSUD Kesehatan Kerja melalui vaksinasi Hepatitis B. Adapun target cakupan imunisasi Hepatitis B dosis lengkap pada 100% sasaran. Selain itu, program ini bertujuan memastikan ketersediaan logistik (reagen, vaksin) serta manajemen *expired date* secara efisien untuk mendukung pelaksanaan vaksinasi yang lancar.

Langkah-langkah Pelaksanaan

RSUD Kesehatan Kerja Provinsi Jawa Barat secara sistematis menerapkan program kebugaran dan vaksinasi pegawai demi menjaga kesehatan dan produktivitas sumber daya manusia. Setiap program dirancang dengan tahapan yang terencana, memastikan efektivitas dan keberhasilan jangka panjang.

A. Program Pengukuran Tingkat Kebugaran Pegawai

Program pengukuran kebugaran bertujuan untuk mendapatkan data akurat mengenai tingkat kebugaran pegawai, yang kemudian akan menjadi dasar untuk intervensi yang tepat sasaran.

1) Penyiapan Tim dan Dukungan Manajemen

Langkah awal adalah mengadakan pertemuan dengan manajemen untuk mendapatkan persetujuan serta dukungan sumber daya yang diperlukan. Selanjutnya, tim pelaksana program dibentuk, bertanggung jawab penuh atas perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi.

2) Sosialisasi dan Pendaftaran Peserta

Sosialisasi menyeluruh dilakukan kepada seluruh pegawai, menjelaskan tujuan, manfaat, dan mekanisme program. Setelah itu, pendaftaran dibuka dan penjadwalan tes kebugaran diatur secara cermat untuk menghindari antrean dan memastikan kelancaran proses.

3) Penyiapan Sarana dan Metode Pengukuran

Tim menyiapkan lintasan tes *Rockport* dengan target jarak 1,6 km sesuai standar pengukuran. Pengukuran menggunakan aplikasi SIPGAR secara mandiri oleh peserta, aplikasi ini juga memberikan rekomendasi program kebugaran yang dipersonalisasi berdasarkan data individu.

4) Pelaksanaan Tes Kebugaran

Pada hari pelaksanaan, tim akan melakukan beberapa prosedur. Ini meliputi pemeriksaan awal seperti tekanan darah dan denyut nadi, pemantauan ketat selama tes berlangsung, serta pencatatan hasil tes dari aplikasi SIPGAR berupa waktu tempuh dan kategori.

5) Pengolahan Data dan Pelaporan

Data kebugaran yang terkumpul kemudian dianalisis. Laporan hasil disusun dan diserahkan kepada pimpinan, lengkap dengan rekomendasi tindak lanjut, misalnya program olahraga rutin atau kelas kebugaran. Hasil tes juga akan diinformasikan secara individu kepada setiap peserta, disertai saran untuk perbaikan kebugaran.

B. Program Vaksinasi Hepatitis B

1) Pembentukan Tim dan Perencanaan Awal

Program ini diawali dengan pertemuan bersama pimpinan untuk membentuk tim vaksinasi yang terdiri dari koordinator, vaksinator, staf administrasi dan staf logistik. Tim kemudian menyusun rencana kerja komprehensif, termasuk penentuan target sasaran dan *timeline* pelaksanaan.

2) Pendataan Sasaran dan Pengajuan Logistik

Tim akan mendata tenaga kesehatan yang menjadi prioritas vaksinasi. Selanjutnya, kebutuhan reagen skrining (HBsAg & anti-HBs) dan vaksin Hepatitis B diajukan kepada Unit Farmasi, untuk dilakukan koordinasi dengan Dinkes Kabupaten Bandung untuk mendapatkan alokasi gratis.

3) Pengadaan Logistik (Jika Ada Kekurangan)

Apabila stok vaksin dari program pemerintah tidak mencukupi, tim farmasi akan berkoordinasi dengan manajemen untuk melakukan pembelian parsial, hanya menutupi kekurangan yang ada, demi efisiensi anggaran. Masa berlaku (*expired date*) reagen dan vaksin juga dipastikan sesuai dengan jadwal pemberian dosis.

4) Pelaksanaan Skrining dan Vaksinasi

Tahap pertama adalah skrining cepat HBsAg dan anti-HBs untuk menentukan status kekebalan pegawai. Kemudian, bagi mereka yang memerlukan, akan diberikan vaksin (3 dosis dengan jadwal: bulan 0, 1, dan 6). Semua hasil skrining dan vaksinasi dicatat dalam *database* pegawai.

5) Evaluasi dan Tindak Lanjut

Pemantauan cakupan vaksinasi dilakukan secara berkala dan dilaporkan kepada manajemen. Strategi juga disiapkan untuk menindaklanjuti pegawai yang hamil dan cuti melahirkan, sehingga kebutuhan vaksin sudah teralokasikan.

Hasil Kegiatan

Hasil dari program kebugaran dan vaksinasi Hepatitis B yang telah dilaksanakan di RSUD Kesehatan Kerja Provinsi Jawa Barat, adalah sebagai berikut:

A. Hasil Program Kebugaran Pegawai

Program kebugaran telah menunjukkan perbaikan pada tingkat kebugaran pegawai dari tahun 2023 hingga 2025. Persentase kelompok kebugaran "Kurang" berhasil diturunkan drastis dari 45,42% (2023) menjadi sekitar 20% (2024 & 2025). Sebaliknya, kelompok "Cukup" mengalami peningkatan besar dari 28,24% (2023) menjadi 58,13% (2024), dan stabil di 57,57% (2025).

Meski ada peningkatan, data menunjukkan bahwa mayoritas pegawai masih memiliki aktivitas fisik ringan. Terdapat penurunan berat badan "normal" (46,8% menjadi 29,2%) dan penurunan obesitas derajat 1 (32,21% menjadi 31,9%). Diperlukan pengamatan lebih lanjut terhadap hal yang menyebabkan menurunnya kategori kebugaran "Baik Sekali" (0,59% di 2025).

Tantangan utama program kebugaran adalah rendahnya motivasi berolahraga karena belum adanya sistem *reward/punishment* terkait hasil tes kebugaran. Contohnya, pegawai dengan hasil "Kurang" (21,07% di 2025) belum mendapat program latihan wajib. Banyak pegawai mungkin belum sepenuhnya menyadari bahwa obesitas derajat 1 ditambah aktivitas *sedentary* meningkatkan risiko diabetes dan penyakit jantung, dan kebugaran "Cukup" hanyalah standar minimal, belum optimal untuk ketahanan kerja. Meskipun demikian, terdapat indikasi peningkatan kesadaran kebugaran di antara pegawai, yang terlihat dari partisipasi aktif dalam kegiatan olahraga mandiri. Aktivitas seperti senam setiap hari Jumat dan jalan atau jogging setiap hari di area jogging track menjadi bukti nyata dari inisiatif positif ini.

Jika tidak ada intervensi lebih lanjut, diprediksi obesitas derajat 1 akan terus naik, bahkan menuju obesitas derajat 2 (saat ini 13,9%), dan kebugaran "Cukup" akan kembali turun ke "Kurang" akibat penuaan dan gaya hidup tidak sehat. Hal ini akan meningkatkan biaya kesehatan pegawai karena risiko penyakit degeneratif.

Target utama perbaikan adalah kelompok pegawai dengan obesitas derajat 1 (31,9%) dan kebugaran "Cukup" (57,57%) untuk ditingkatkan ke kategori "Baik", sementara kelompok "Kurang" (21,07%) dan obesitas derajat 2 (13,9%) memerlukan pendekatan khusus.

Strategi yang dijalankan meliputi program promosi pemanfaatan *jogging track* yang ada saat ini. Dalam satu tahun, kami menargetkan penurunan obesitas derajat 1 menjadi <25%, peningkatan kategori "Baik" menjadi 30%, dan menjadikan budaya jalan 1500 langkah per minggu sebagai kebiasaan bagi minimal 50% pegawai aktif.

B. Hasil Program Vaksinasi Hepatitis B

Program vaksinasi Hepatitis B telah dilaksanakan dalam tiga tahap (November 2023, November 2024, dan Januari 2025) dengan hasil yang sangat memuaskan:

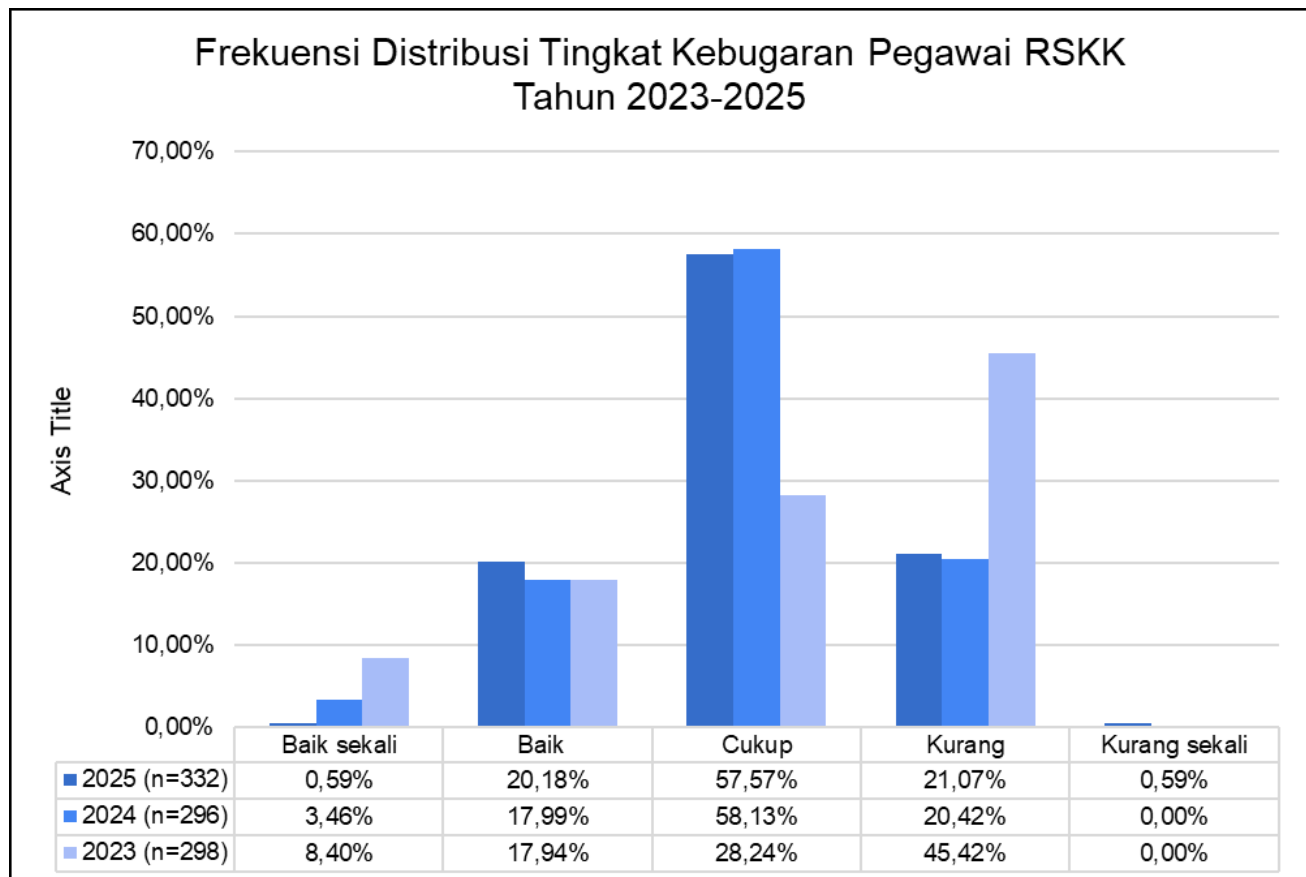
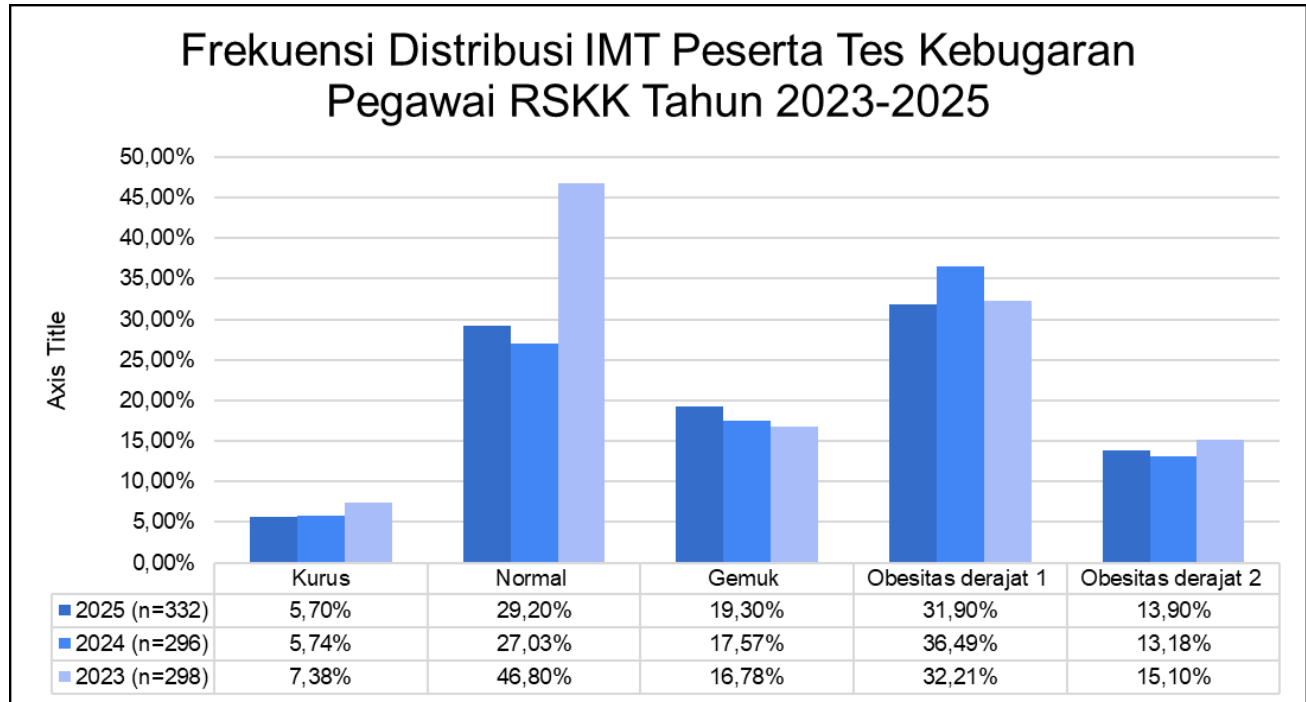
1. Cakupan Vaksinasi

- Tahap 1 (ASN & Kontrak RS): Dari 150 karyawan (medis & non-medis), 0% reaktif HBsAg. Sebanyak 41,22% sudah memiliki Anti-HBs reaktif, sementara 58,78% memerlukan vaksinasi. 100% menerima dosis 1 & 2, dan 98,85% menerima dosis 3 (1 orang tertunda karena hamil).
- Tahap 2 (PPPK): Dari 31 karyawan (bidan, dokter, perawat, analis lab), 0% reaktif HBsAg. Sebanyak 25,81% sudah memiliki Anti-HBs reaktif, dan 74,19% memerlukan vaksinasi. 100% menerima dosis 1 & 2, dan 95,65% menerima dosis 3 (1 orang tertunda karena hamil).
- Tahap 3 (Petugas Kebersihan): Dari 11 petugas kebersihan, 0% reaktif HBsAg. Sebanyak 18,18% sudah memiliki Anti-HBs reaktif, dan 81,82% memerlukan vaksinasi. 100% menerima dosis 1 & 2, namun dosis 3 belum diberikan (dijadwalkan Agustus 2025).

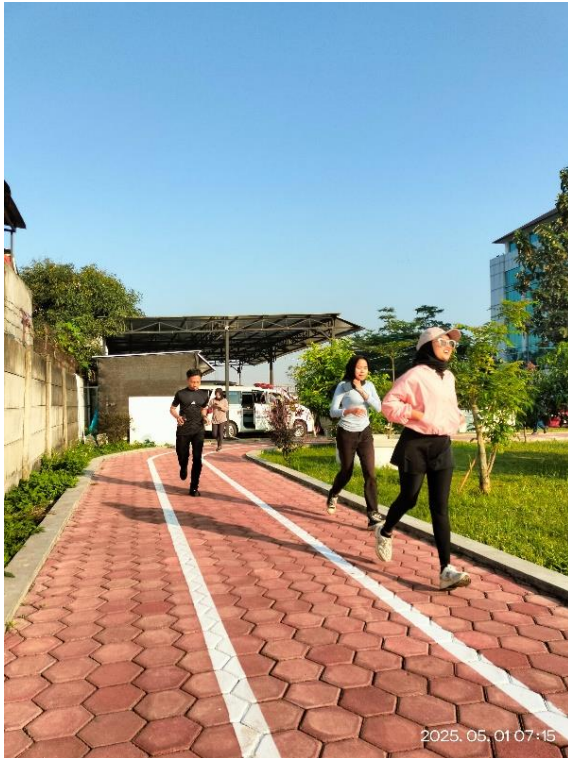
2. Keberhasilan Program

Program vaksinasi yang telah dilaksanakan menunjukkan tingkat kepatuhan peserta yang sangat tinggi, mencapai 100% untuk dosis 1 dan 2. Beberapa kasus penundaan vaksinasi tercatat, yaitu 2 orang tertunda karena kondisi kesehatan yang tidak memungkinkan, 2 orang tertunda dosis ketiga karena kehamilan, serta dosis ketiga untuk petugas kebersihan yang masih dalam proses. Selain keberhasilan vaksinasi, data hasil skrining menunjukkan 0% kasus Hepatitis B aktif (HBsAg reaktif). Angka ini mengindikasikan keberhasilan program pencegahan infeksi yang telah berjalan. Lebih lanjut, hasil skrining tingkat kekebalan (Anti-HBs reaktif) menunjukkan 28,40% peserta memiliki kekebalan. Angka ini merefleksikan adanya kekebalan yang terbentuk, baik dari riwayat vaksinasi sebelumnya maupun yang terbentuk secara alami.

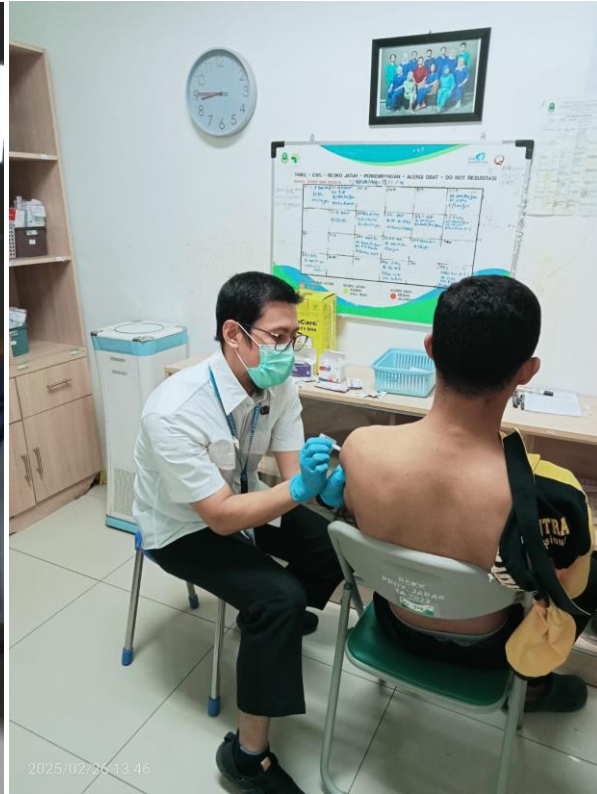
Lampiran







Tahap 1 November 2023 (ASN dan Kontrak RS)									
Profesi	Jumlah	HbsAg		AntiHBS		Vaksin			Keterangan
		Reaktif	Nonreaktif	Reaktif	Nonreaktif	Dosis 1	Dosis 2	Dosis 3	
Bidan	16	0	16	9	7	7	7	7	
dokter gigi	3	0	3	0	3	3	3	3	
dokter gigi spesialis	4	0	4	0	4	4	4	4	
dokter spesialis anestesi	2	0	2	1	1	1	1	1	
dokter spesialis bedah umum	2	0	1	0	1	1	1	1	1 orang tunda unfit
dokter spesialis bedah ortopedi	1	0	1	0	1	1	1	1	
dokter spesialis obgyn	3	0	3	2	1	1	1	1	
dokter spesialis Patologi klinik	2	0	2	1	1	1	1	1	
dokter spesialis penyakit dalam	2	0	2	1	1	1	1	1	
dokter umum	15	0	15	4	11	11	11	11	
perawat	86	0	85	34	51	51	51	51	1 orang tunda unfit
analisis Lab	14	0	14	9	5	5	5	4	1 tunda dosis 3 (hamil)
	150	0	148	61	87	87	87	86	
		0,00%	100%	41,22%	58,78%	100%	100%	98,85%	
Tahap 2 November 2024 (PPPK)									
Profesi	Jumlah	HbsAg		AntiHBS		Vaksin			Keterangan
		Reaktif	Nonreaktif	Reaktif	Nonreaktif	Dosis 1	Dosis 2	Dosis 3	
Bidan	3	0	3	1	2	2	2	2	
dokter gigi	2	0	2	1	1	1	1	1	
dokter umum	5	0	5	1	4	4	4	4	
perawat	20	0	20	5	15	15	15	14	1 tunda dosis 3 (hamil)
analisis Lab	1	0	1	0	1	1	1	1	
	31	0	31	8	23	23	23	22	
		0,00%	100%	25,81%	74,19%	100%	100%	95,65%	
Tahap 3 Januari 2025 (petugas kebersihan)									
Profesi	Jumlah	HbsAg		AntiHBS		Vaksin			Keterangan
		Reaktif	Nonreaktif	Reaktif	Nonreaktif	Dosis 1	Dosis 2	Dosis 3	
CS Ranap anak & dewasa	6	0	6	1	5	5	5	0	dosis 3 agustus 2025
CS Kebidanan & perina	2	0	2	0	2	2	2	0	dosis 3 agustus 2025
CS ICU	1	0	1	0	1	1	1	0	dosis 3 agustus 2025
CS IGD	1	0	1	0	1	1	1	0	dosis 3 agustus 2025
CS IBS	1	0	1	1	0	0	0	0	dosis 3 agustus 2025
	11	0	11	2	9	9	9	0	
		0,00%	100%	18,18%	81,82%	100%	100%	0,00%	





SURAT KETERANGAN
Nomor : 4405/KPG.12.02/RSKK

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : **dr. LULU FAHRIZAH BALQIS, Sp.PK., M.Kes.**
NIP : 197104062010012003
Pangkat/Golongan : Pembina / IV a
Jabatan : Direktur RSUD Kesehatan Kerja Provinsi Jawa Barat

Menerangkan dengan sesungguhnya bahwa yang bersangkutan dibawah ini :

1. Nama : **dr. Endang Mulyana, M.Kes**
NIP : 19810816 200902 1 003
Pangkat/Golongan : Pembina / IV a
Jabatan : Dokter Ahli Muda
RSUD Kesehatan Kerja Provinsi Jawa Barat

Adalah benar karyawan RSUD Kesehatan Kerja Provinsi Jawa Barat yang mengikuti lomba Makalah PERSI AWARD 2025 dengan judul “Program Kebugaran dan Vaksinasi Pegawai di RSUD Kesehatan Kerja Provinsi Jawa Barat”;

2. Makalah tersebut belum pernah diikuti lomba PERSI;
3. Tidak Keberatan bila akan dipublikasikan oleh PERSI dengan tujuan menyebarkan pengetahuan dan pengalaman.

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sesungguhnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya

Dikeluarkan di : Bandung
Pada tanggal : 28 Juli 2025

DIREKTUR
RSUD KESEHATAN KERJA
PROVINSI JAWA BARAT



Ditandatangani secara elektronik oleh:
DIREKTUR RSUD KESEHATAN KERJA
PROVINSI JAWA BARAT

dr.LULU FAHRIZAH BALQIS, Sp.PK.,M.Kes
Pembina



167A00150C