

JPHI, Vol 7 No 3, Oktober 2025

DOI: <http://doi.org/10.30644/jphi.v7i3.1115>

ISSN : 2686-1003(online)

Tersedia online di <http://www.stikes-hi.ac.id/jurnal/index.php/jphi>

Risiko kerja disadari, produktivitas terkendali: program penyuluhan dan pembekalan K3 bagi UMKM penjahit di Kota Tanjungpinang

M. Yusuf. MF¹, Ulfa Hanum¹, Santa Novita Yosephin Silalahi²

¹Prodi DIII Sanitasi, Jurusan Kesehatan Lingkungan, Poltekkes Kemenkes Tanjungpinang

¹Prodi DIII Keperawatan, Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Tanjungpinang

e-mail: 1muh.yusuf.mf@gmail.com

Accepted: 03-10-2025

Review: 11-10-2025

Published: 31-10-2025

Abstrak

Penjahit memiliki risiko tinggi terhadap kecelakaan kerja, hipertensi, dan keluhan *musculoskeletal disorders* (MSDs) akibat postur kerja statis, jam kerja panjang, serta gaya hidup tidak sehat. Kondisi ini berdampak pada penurunan produktivitas dan kesehatan kerja. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran Kesehatan dan Keselamatan Kerja (K3) pada penjahit melalui edukasi interaktif. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan, pre-test, post-test, serta evaluasi keberhasilan kegiatan dengan indikator penerapan K3, kesadaran perilaku kerja, dan gaya hidup sehat. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan signifikan pada rata-rata skor pengetahuan, dari 5,4 pada pre-test menjadi 9,5 pada post-test dengan selisih +4,1 poin. Evaluasi keberhasilan menunjukkan capaian tinggi pada penerapan K3 (100%), kesadaran kerja (100%), kebermanfaatan kegiatan (100%), serta kesadaran gaya hidup sehat (90%). Program ini terbukti efektif dalam meningkatkan kapasitas penjahit untuk memahami dan menerapkan K3, sehingga diharapkan mampu menurunkan risiko kecelakaan kerja, keluhan MSDs, dan hipertensi. Kesimpulannya, penyuluhan dan pembekalan K3 merupakan strategi penting dalam mewujudkan lingkungan kerja penjahit yang lebih sehat, aman, dan produktif.

Kata kunci : Penjahit, K3, MSDs, Hipertensi, Kecelakaan Kerja, Tanjungpinang

Abstract

Tailors are at high risk of occupational accidents, hypertension, and musculoskeletal disorders (MSDs) due to prolonged static sitting postures, extended working hours, and unhealthy lifestyles. These conditions negatively affect both productivity and occupational health. This community service program aimed to improve tailors' knowledge and awareness of Occupational Safety and Health (OSH) through interactive education. The methods included counseling, pre-test and post-test assessments, and evaluation of program success indicators covering OSH application, work behavior awareness, and healthy lifestyle practices. The results showed a significant increase in knowledge scores, with the mean rising from 5.4 in the pre-test to 9.5 in the post-test, a difference of +4.1 points. Program evaluation revealed high achievement in OSH implementation (100%), work awareness (100%), program benefits (100%), and healthy lifestyle awareness (90%). This program proved effective in enhancing tailors' capacity to understand and apply OSH principles, thereby potentially reducing the risks of occupational accidents, MSDs, and hypertension. In conclusion, the Program of OSH education and provision is a crucial strategy to create a healthier, safer, and more productive working environment for tailors.

Keywords : Tailors, OSH, MSDs, Hypertension, Occupational Accident, Tanjungpinang

1. PENDAHULUAN

Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) merupakan aspek penting dalam menjaga produktivitas dan kesejahteraan pekerja, termasuk di sektor usaha mikro, kecil, dan menengah (UMKM) penjahit. Penjahit rentan terhadap risiko kesehatan akibat paparan postur kerja yang tidak ergonomis, gaya hidup yang tidak sehat, dan beban kerja fisik yang tinggi. Kondisi ini berpotensi menimbulkan keluhan muskuloskeletal, gangguan tekanan darah, hingga stres kerja, yang pada akhirnya dapat menurunkan produktivitas dan kualitas hidup pekerja (Wahyani, Santoso and Basuki, 2025; Zhou *et al.*, 2025).

Permasalahan K3 di UMKM penjahit sering terabaikan karena keterbatasan sumber daya, pengetahuan, dan kesadaran pengusaha maupun pekerja. Studi terbaru menunjukkan bahwa intervensi berbasis pelatihan K3 dan pembekalan pekerja mampu menurunkan risiko cedera serta meningkatkan kepatuhan terhadap praktik kerja aman (Fitri, Hidayat and Yuliani, 2025). Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang menekankan edukasi dan praktik K3 sangat relevan untuk memberikan perlindungan langsung kepada pekerja dan mendorong penerapan budaya keselamatan kerja di UMKM.

Lokasi pengabdian ini dipilih di Kota Tanjungpinang karena merupakan pusat UMKM penjahit yang tersebar di berbagai kelurahan. Pemilihan lokasi didasarkan pada hasil observasi awal yang menunjukkan tingginya jumlah pekerja yang dominan duduk lama menggunakan mesin jahit, potensi gaya hidup yang tidak sehat, serta kurangnya fasilitas dan kesadaran ergonomi di tempat kerja. Pendekatan pengabdian di lokasi ini diharapkan dapat menjangkau pekerja secara langsung dan memaksimalkan efek pemberdayaan melalui penyuluhan dan pembekalan praktik K3 yang sederhana namun efektif.

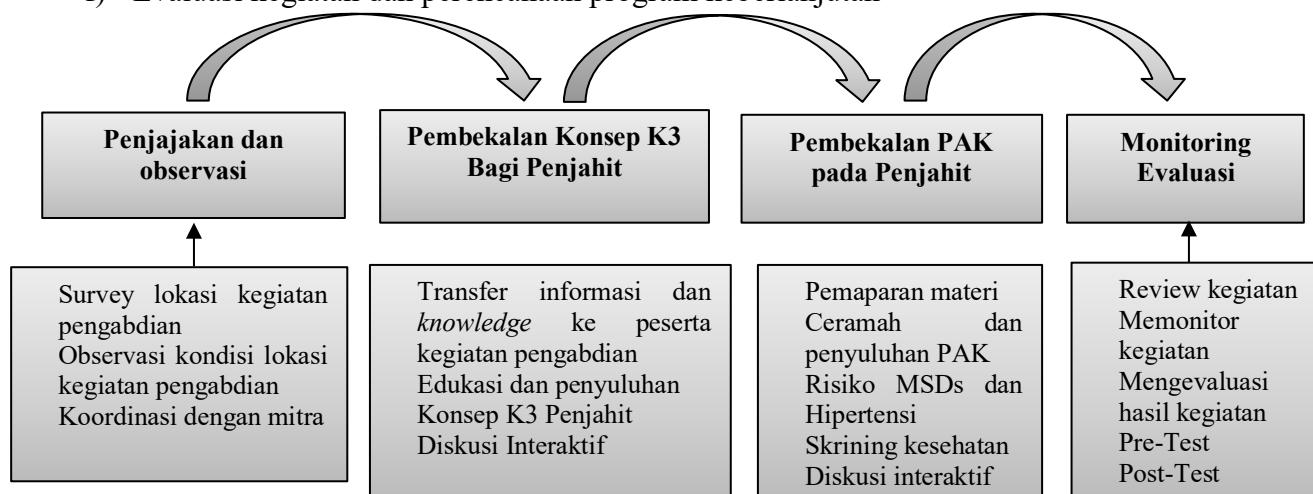
Tujuan pengabdian ini adalah meningkatkan pengetahuan, pemahaman, kesadaran, dan penerapan praktik K3 pada UMKM penjahit, mengidentifikasi dan mengurangi risiko kerja fisik dan lingkungan, serta mendorong terbentuknya budaya keselamatan kerja yang berkelanjutan. Diharapkan hasil pengabdian dapat menjadi model intervensi K3 sederhana yang dapat direplikasi di UMKM lain di wilayah perkotaan dan pesisir.

2. METODE

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan di UMKM Penjahit yang berlokasi di wilayah kawasan Kota Tanjungpinang. Bentuk kegiatan atau program yang dilakukan berupa edukasi, penyuluhan, dan pembekalan K3 bagi UMKM penjahit, diskusi interaktif, demonstrasi (skrining hipertensi dan pemeriksaan gejala MSDs), sosialisasi, dan aktivitas penunjang terkait lainnya. Adapun tahapan-tahapan kegiatan pengabdian ini, mencakup:

- a) Koordinasi dengan pihak UMKM penjahit untuk tempat, waktu, dan peserta kegiatan. Selain itu dilakukan juga koordinasi dengan Puskesmas setempat.
- b) Tim pelaksana mempersiapkan materi dalam bentuk poster/brosur/booklet dan materi edukasi yang akan digunakan, juga mempersiapkan kuesioner dalam bentuk pre-test dan post-test, serta sarana skrining kesehatan.
- c) Kegiatan penyuluhan dan pembekalan yang dilakukan meliputi: pre-test yang dilakukan untuk mengetahui tingkat pengetahuan penjahit K3 di tempat kerja, lalu pemberian materi dengan metode edukasi dan penyuluhan, dan terakhir pemberian post test untuk melihat apakah materi yang diberikan kepada penjahit

- dapat dipahami. Selain itu, setiap penjahit akan mendapatkan konseling untuk pemeriksaan kesehatan.
- Melakukan sesi diskusi tanya jawab dengan memberikan pertanyaan kepada peserta sebagai umpan interaktif untuk melihat seberapa jauh pemahaman peserta kegiatan terhadap materi yang disampaikan
 - Pembagian booklet/leaflet Penjahit dan souvenir kegiatan
 - Evaluasi kegiatan dan perencanaan program keberlanjutan



Gambar 1. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan

3. HASIL

Secara umum pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan berjalan dengan baik dan lancar. Partisipasi, kerjasama, dan bantuan dari pihak-pihak yang terlibat, baik internal (tim pelaksana kegiatan) maupun eksternal (mitra kegiatan), dilaksanakan dengan baik dan kooperatif. Adapun bentuk kegiatan yang dilakukan berupa internalisasi, edukasi, penyuluhan, dan pembekalan K3 melalui transfer informasi dan *knowledge*, paparan materi kegiatan, diskusi dan tanya jawab, dan skrining kesehatan (hipertensi dan MSDs) kepada 30 penjahit secara *door to door* agar lebih intensif dan terinternalisasi dengan baik.



Gambar 2. Dokumentasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat

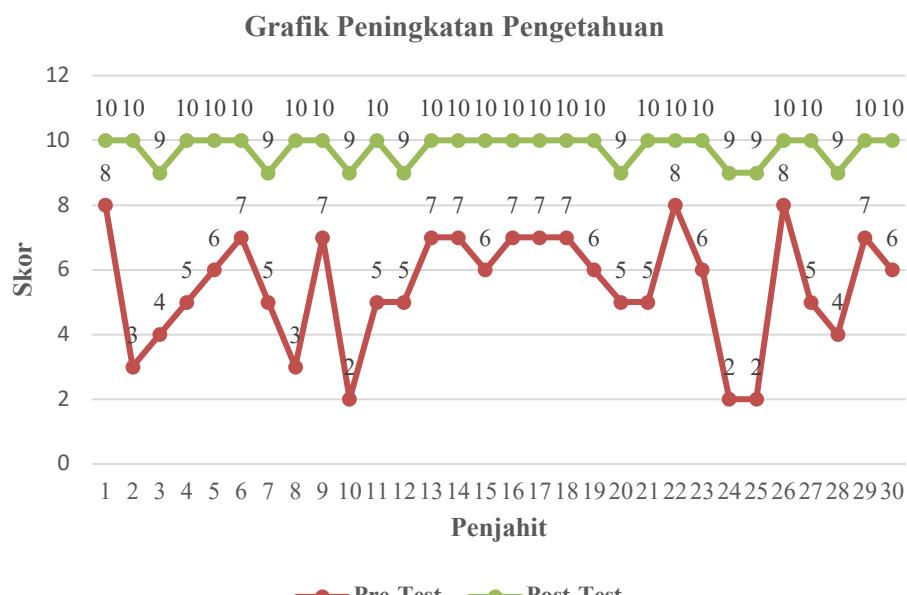
Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan identifikasi karakteristik 30 penjahit guna mendapatkan data pada aspek penting yang menjadi dasar dan kajian untuk mengetahui distribusi frekuensi karakteristik penjahit, sehingga dapat dilakukan analisis temuan dan rekomendasi perbaikan terhadap permasalahan yang diangkat. Adapun hasil rekapitulasi karakteristik 30 penjahit yang menjadi peserta dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat dilihat pada Tabel 1 di bawah ini.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Penjahit

No	Variable	N	%
1	Jenis Kelamin		
	• Pria	23	76,7
	• Wanita	7	23,3
2	Usia		
	• Produktif (20-59 th)	26	86,7
	• Non-Produktif (< 20 atau > 59)	4	13,3
3	Pendidikan		
	• Tidak Sekolah atau Tidak Tamat SD	3	10
	• SD	5	16,7
	• SMP	6	20
	• SMA/SMK	15	50
	• PT	1	3,3
4	Masa Kerja (th)		
	• ≤ 5 th	9	30
	• > 5 th	21	70
5	Lama Kerja (jam/hari)		
	• ≤ 8 jam/hr	20	66,7
	• > 8 jam/hr	10	33,3
6	Postur Kerja (Dominasi Posisi Kerja)		
	• Berdiri	2	6,7
	• Duduk	28	93,3
7	Indeks Masa Tubuh (IMT)		
	• Kurus	2	6,7
	• Normal	18	60
	• Overweight atau Obesitas	10	33,3
8	Tekanan Darah (mmHg)		
	• Normal	11	36,7
	• Hipertensi	19	63,3
9	Kebiasaan Merokok (harian)		
	• Ya	17	56,7
	• Tidak	13	43,3
10	Kebiasaan Berolahraga (mingguan)		
	• Ya	12	40
	• Tidak	18	60
11	Kebiasaan Minum Kopi (harian)		
	• Ya	25	83,3
	• Tidak	5	16,7
12	Kebiasaan Begadang (harian)		

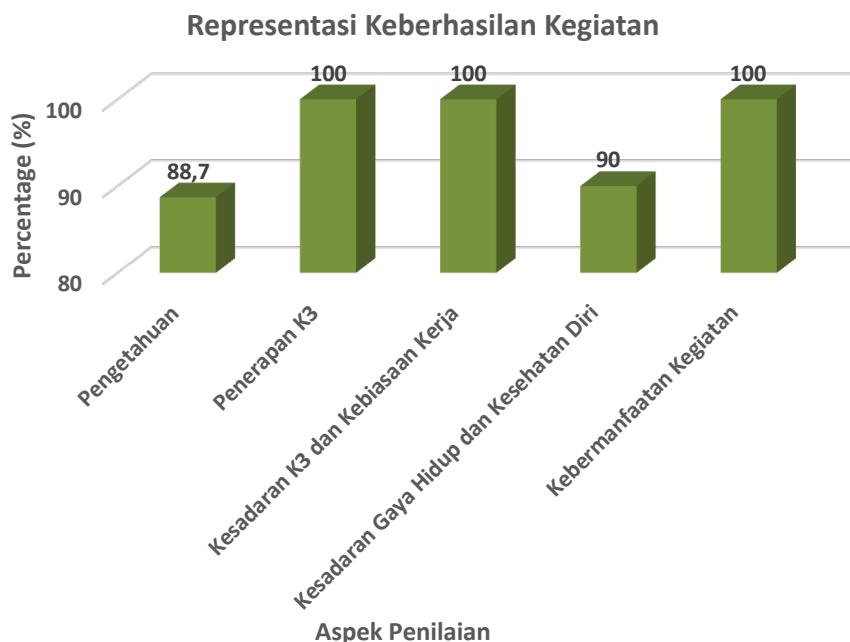
No	Variable	N	%
	• Ya	12	40
	• Tidak	18	60
13	Konsumsi Buah & Sayur (harian)		
	• Ya	20	66,7
	• Tidak	10	33,3
14	Pengalaman Stress/Tekanan Kerja		
	• Ya	13	43,3
	• Tidak	17	56,7
15	Riwayat Hipertensi		
	• Ya	17	56,7
	• Tidak	13	43,3
16	Kejadian Kecelakaan Kerja		
	• Ya	27	90
	• Tidak	3	10
17	Keluhan MSDs		
	• Ya	25	83,3
	• Tidak	5	16,7
	Total	30	100

Hasil pengukuran peningkatan pengetahuan penjahit berdasarkan uji pre-test dan post-test membuktikan adanya peningkatan berarti pada semua penjahit. Grafik di bawah ini menunjukkan bahwa edukasi/penyuluhan K3 terbukti efektif meningkatkan pengetahuan penjahit secara signifikan, dari rata-rata rendah-sedang (pre-test) menjadi tinggi (post-test). Dengan peningkatan ini, terdapat peluang besar untuk menurunkan angka kecelakaan kerja, keluhan MSDs, dan masalah kesehatan seperti hipertensi melalui penerapan K3 yang lebih baik di lingkungan kerja penjahit.



Gambar 3. Hasil Perbandingan Pre-Test dan Post-Test Penjahit

Selain itu, evaluasi keberhasilan kegiatan pengabdian ini juga memberikan hasil yang baik dalam 5 aspek keberhasilan yang diukur, yakni pengetahuan, penerapan K3, kesadaran K3 dan kebiasaan kerja, kesadaran gaya hidup dan kesehatan diri, dan kebermanfaatan kegiatan. Gambar 3 di bawah ini menunjukkan histogram lima aspek penilaian kegiatan K3 pada penjahit dengan capaian persentase keberhasilan, yang meliputi pengetahuan (88,7%), penerapan K3 (100%), kesadaran K3 dan adopsi dalam kerja (100%), kesadaran gaya hidup dan kesehatan diri (90%), dan kebermanfaatan kegiatan bagi peserta (100%).



Gambar 4. Hasil Evaluasi Keberhasilan Kegiatan

4. PEMBAHASAN

Salah satu permasalahan krusial dalam bekerja adalah faktor K3. Keselamatan kerja lebih diorientasikan pada perlindungan terhadap kecelakaan kerja, sedangkan ranah kesehatan kerja melindungi pekerja dari penyakit akibat kerja atau penyakit terkait kerja. Setiap pekerjaan pasti memiliki resiko potensi bahaya kecelakaan dan penyakit. Penyakit akibat kerja yang termasuk paling sering dialami oleh pekerja adalah keluhan *Musculoskeletal Disorders* (MSDs), yakni keluhan pada bagian-bagian otot skeletal yang dirasakan oleh seseorang, dimana otot menerima beban statis secara berulang dan dalam waktu yang lama, sehingga dapat menyebabkan keluhan berupa kerusakan atau sakit pada sendi, ligamen, otot, dan tendon. Salah satu profesi pekerjaan yang memiliki potensi adanya keluhan MSDs adalah penjahit, dimana berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh (MF *et al.*, 2023; MF and Ikhwan, 2024), Sebagian besar penjahit di Tanjungpinang yang mengeluhkan adanya keluhan pegal-pegal, kesemutan, sakit punggung, sakit pinggang, dan keluhan sendi/otot lainnya.

Hal ini juga dibuktikan berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Tanjungpinang (2023), dimana salah satu keluhan sakit masyarakat adalah penyakit sendi, termasuk nyeri punggung dan nyeri otot (BPS, 2023). Di antara pasien penderita nyeri punggung dan nyeri sendi tersebut adalah penjahit yang pernah berobat di

fasilitas pelayanan kesehatan setempat. Selain itu, hasil pantauan survei yang dilakukan, diketahui juga adanya potensi indikasi risiko hipertensi pada sebagian penjahit. Hal ini dikarenakan adanya riwayat darah tinggi keluarga, pola dan gaya hidup, kebiasaan merokok, jarang berolahraga, jarang konsumsi buah dan sayur, gemar mengonsumsi kopi, kebiasaan begadang, dan faktor lainnya, sehingga hal ini juga menjadi perhatian penting bagi penjahit dalam mencegah dan menangani masalah kesehatannya. Dengan demikian, untuk mengatasi permasalahan tersebut, maka salah satu solusi yang dapat dilakukan adalah dengan memberikan penyuluhan dan pembekalan K3 pada para penjahit di Kota Tanjungpinang melalui kegiatan pengabdian masyarakat, yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran penjahit terhadap pentingnya penerapan K3 dalam bekerja dan kesadaran dalam menerapkan gaya hidup sehat dan kebiasaan bekerja yang aman, sehat, dan selamat.

Paparan hasil penyuluhan K3 pada UMKM penjahit di Kota Tanjungpinang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah intervensi dilakukan. Hal ini menegaskan pentingnya pendidikan K3 dalam meminimalisir risiko kerja pada sektor informal. Temuan ini sejalan dengan laporan *International Labour Organization* (2022) (Citaristi, 2022), yang menyatakan bahwa UMKM di negara berkembang cenderung memiliki keterbatasan dalam penerapan K3 formal, sehingga intervensi edukatif menjadi strategi penting dalam pengendalian risiko kerja. Keluhan MSDs yang teridentifikasi pada penjahit menggambarkan bahwa pekerjaan dengan posisi duduk statis dan repetitif berkontribusi pada gangguan kesehatan. (Jin *et al.*, 2022) menemukan prevalensi tinggi MSDs pada pekerja garmen, khususnya di bagian leher, bahu, dan punggung akibat posisi kerja yang monoton. Hal ini sejalan dengan hasil *Nordic Body Map* (NBM) yang mengindikasikan adanya keluhan serupa pada responden. Finucane, Stokes and Briggs (2023) menekankan bahwa MSDs merupakan salah satu penyebab utama hilangnya produktivitas secara global dan sering kali diabaikan dalam sektor UMKM. Oleh karena itu, penyuluhan dan pembekalan K3 bagi penjahit menjadi relevan untuk menurunkan risiko gangguan musculoskeletal melalui penerapan prinsip K3 dan ergonomi kerja sederhana.

Selain MSDs, tekanan darah pekerja juga menjadi perhatian penting dalam konteks K3. Data hasil pengukuran menunjukkan adanya variasi tekanan darah yang dapat berimplikasi pada kesehatan dan keselamatan kerja. Menurut Türen *et al.*, (2022), hipertensi meningkatkan risiko kelelahan dan penurunan konsentrasi, yang pada akhirnya dapat meningkatkan angka kecelakaan kerja. Hal ini diperkuat oleh Jeon *et al.*, (2025) yang menemukan bahwa stres kerja dan tekanan darah tinggi saling berkaitan dengan peningkatan risiko kardiovaskular pada pekerja manufaktur. Kondisi pekerja penjahit yang bekerja dalam tekanan target produksi dan postur tidak ergonomis, ditambah gaya hidup yang tidak sehat, dapat memicu stres fisiologis maupun psikologis. Hal ini berpotensi memperburuk kondisi tekanan darah, terutama bila tidak ada upaya pencegahan melalui penyuluhan kesehatan kerja. Dengan demikian, intervensi berupa edukasi K3 bukan hanya mencegah kecelakaan, tetapi juga melindungi kesehatan kardiovaskular pekerja.

Peningkatan pengetahuan K3 yang terlihat dari grafik menunjukkan bahwa program penyuluhan dan pembekalan telah berhasil meningkatkan kesadaran pekerja mengenai risiko kerja. Zhou *et al.*, (2025) menunjukkan bahwa pelatihan K3 berbasis komunitas mampu meningkatkan kepatuhan keselamatan dan menurunkan angka kecelakaan kerja di sektor informal. Hal ini konsisten dengan hasil evaluasi

pengabdian masyarakat ini, yang menekankan efektivitas pendidikan partisipatif dalam mengubah perilaku kerja. Keterkaitan antara pengetahuan K3, MSDs, dan tekanan darah menunjukkan bahwa kesehatan pekerja tidak bisa dipandang secara parsial. Pekerja dengan tingkat pengetahuan K3 rendah cenderung mengabaikan postur kerja ergonomis dan istirahat teratur, sehingga meningkatkan risiko MSDs. Kondisi ini dapat memicu stres dan tekanan darah tinggi yang pada akhirnya berdampak pada keselamatan kerja.

Secara teoritis, pendekatan integratif K3 yang melibatkan aspek ergonomi, kesehatan, dan keselamatan menjadi penting. WHO (2021) dalam Finucane, Stokes and Briggs, (2023) menekankan perlunya strategi lintas sektor dalam mengatasi beban penyakit akibat kerja, terutama pada negara berkembang. Dengan demikian, program pengabdian masyarakat yang dilakukan ini merupakan bentuk implementasi strategi global ke dalam konteks lokal UMKM penjahit di Tanjungpinang. Hasil ini juga mendukung teori bahwa peningkatan kapasitas pekerja melalui edukasi dapat memperkuat budaya keselamatan kerja. Budaya keselamatan yang baik terbukti dapat menurunkan angka kecelakaan, mengurangi keluhan MSDs, serta menjaga tekanan darah tetap stabil. Hal ini sekaligus menegaskan pentingnya intervensi preventif dalam pengelolaan risiko kerja.

Dengan demikian, dapat ditekankan bahwa program penyuluhan dan pembekalan K3 pada UMKM penjahit di Tanjungpinang efektif dalam meningkatkan pengetahuan pekerja, mengurangi risiko MSDs, dan menjaga kesehatan kardiovaskular. Temuan ini sejalan dengan literatur internasional terkini, dan menegaskan bahwa upaya sederhana seperti edukasi berbasis komunitas dapat memberikan dampak signifikan terhadap kesehatan dan keselamatan kerja, sehingga hal ini sesuai dengan jargon *Risiko Kerja Disadari. Produktivitas Terkendali*, artinya dengan mengetahui dan memahami potensi bahaya risiko kerja, maka UMKM penjahit dapat mencegah dan meminimalisir dampak risiko berupa kecelakaan kerja dan penyakit akibat kerja, yang pada akhirnya mampu meningkatkan kinerja dan produktivitas kerja penjahit.

5. KESIMPULAN

Program penyuluhan dan pembekalan K3 pada UMKM penjahit di Kota Tanjungpinang terbukti efektif meningkatkan pengetahuan dan pemahaman pekerja mengenai risiko kerja, sehingga mampu memberikan stimulus dalam mencegah dan meminimalisir potensi keluhan MSDs dan menjaga stabilitas tekanan darah. Edukasi dan pembekalan yang diberikan juga berdampak pada peningkatan kesadaran pekerja terhadap pentingnya penerapan prinsip K3, ergonomi kerja sederhana, gaya hidup sehat, dan kebiasaan kerja yang aman, sehat, dan selamat untuk mencegah kecelakaan kerja dan penyakit akibat kerja. Kelebihan dari program ini adalah pendekatan berbasis komunitas yang mudah diterima oleh pekerja sektor informal dengan biaya rendah dan hasil yang signifikan. Namun, keterbatasannya terletak pada lingkup intervensi yang masih terbatas pada satu jenis UMKM dan belum mencakup pemantauan jangka panjang terhadap perubahan perilaku kerja. Untuk rencana tindak lanjut berikutnya, pengembangan program dapat diarahkan pada model edukasi berkelanjutan dengan integrasi teknologi digital serta perluasan sasaran ke sektor informal lainnya, sehingga upaya preventif K3 semakin berdampak luas dan bermanfaat bagi banyak pekerja lainnya.

6. SARAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian dan evaluasi pada lima aspek yang telah dilakukan, terdapat beberapa hal yang dapat dijadikan saran untuk perbaikan dan pengembangan selanjutnya, yakni meliputi:

- a) Perlu adanya peningkatan keberlanjutan program melalui pendampingan yang lebih intensif, sehingga pengetahuan dan keterampilan peserta tidak berhenti hanya pada saat kegiatan, tetapi dapat diaplikasikan secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari maupun lingkungan kerjanya.
- b) Dalam aspek partisipasi, disarankan melibatkan lebih banyak pemangku kepentingan, termasuk tokoh masyarakat maupun lembaga terkait, agar hasil pengabdian lebih berdaya guna dan memiliki dampak yang lebih luas.
- c) Dari segi sarana dan metode, penyelenggaraan dapat dilengkapi dengan media pembelajaran berbasis digital dan praktik lapangan yang lebih aplikatif, sehingga materi lebih mudah dipahami dan dipraktikkan.
- d) Dalam hal evaluasi, ke depan dapat digunakan instrumen penilaian yang lebih komprehensif dan berbasis standar, agar pencapaian hasil dapat diukur dengan lebih objektif.
- e) Dari sisi keberlanjutan inovasi, disarankan dilakukan replikasi program di wilayah atau kelompok sasaran lain, sekaligus menjalin jejaring kemitraan yang lebih luas untuk mendukung keberhasilan dan keberlanjutan program pengabdian.

7. UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Kementerian Kesehatan RI, Pusat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (PPM) Poltekkes Kemenkes Tanjungpinang, Prodi DIII Sanitasi Poltekkes Kemenkes Tanjungpinang, Mitra UMKM Penjahit Bertuah dan UMKM Gurindam Kota Tanjungpinang, Puskesmas Mekar Baru, BPS Kota Tanjungpinang, Badan Kesatuan Bangsa, Politik dan Pemberdayaan Masyarakat (KESBANGPOL) Kota Tanjungpinang, seluruh penjahit yang menjadi peserta dalam kegiatan ini, serta kepada Tim Kegiatan Abdimas (Dosen, PLP, dan Mahasiswa), sehingga kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat terselenggara dengan baik.

8. DAFTAR PUSTAKA

- BPS, K. (2023) 'Kota Tanjungpinang Dalam Angka Tanjungpinang Municipality in Figures 2023'.
- Citaristi, I. (2022) 'International Labour Organization—ILO', in *The Europa directory of international organizations 2022*. Routledge, pp. 343–349.
- Finucane, L.M., Stokes, E. and Briggs, A.M. (2023) 'It's everyone's responsibility: responding to the global burden of musculoskeletal health impairment', *Musculoskeletal science & practice*, 64.
- Fitri, S., Hidayat, R. and Yuliani, T. (2025) 'Transformational Leadership in Green Human Resource Management Practice: A Systematic Literature Review'.
- Jeon, S.Y. *et al.* (2025) 'Occupational Risk Factors for Cardiovascular Disease: A Comprehensive Review', *Current Cardiology Reports*, 27(1), pp. 1–13.
- Jin, X. *et al.* (2022) 'Prevalence and associated factors of lower extremity musculoskeletal disorders among manufacturing workers: a cross-sectional study in China', *BMJ open*, 12(2), p. e054969.
- MF, M.Y. *et al.* (2023) 'Studi Risiko Ergonomi dan Keluhan Subjektif Work-Related

- Musculoskeletal Disorders (WMSDs) pada Penjahit di Kota Tanjungpinang', *Jurnal Teknologi dan Manajemen Industri Terapan*, 2(3), pp. 224–233.
- MF, M.Y. and Ikhwan, Z. (2024) 'Risiko Ergonomi, Karakteristik Penjahit, Dan Keluhan Musculoskeletal Disorders (MSDS) Pada Penjahit Di Tanjungpinang Kota', *Jurnal Teknologi dan Manajemen Industri Terapan*, 3(3), pp. 324–333.
- Türen, S. *et al.* (2022) 'Occupational risk perception of nursing students, affecting factors and their association with occupational accidents: a crosssectional, multicenter study', *Journal of contemporary medicine*, 12(6), pp. 923–929.
- Wahyani, W., Santoso, E.B. and Basuki, D.W.L. (2025) 'Saving Lives in Small Workshops: A Practical Guide to Safety in Local Bag', *Unram Journal of Community Service*, 6(3), pp. 421–428.
- Zhou, S. *et al.* (2025) 'Enterprise characteristics and occupational health literacy among essential service workers in Guangdong Province, China: a cross-sectional study', *Frontiers in Public Health*, 13, p. 1632185.