

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sumber daya manusia adalah pilar utama suatu perusahaan untuk tercapainya produktivitas kerja yang baik. Berkembang atau majunya suatu perusahaan tentu tidak lepas dari peran sumber daya manusia yang berkualitas dalam menjalankan kinerjanya selama bekerja. Keberhasilan suatu perusahaan dilihat dari aktivitas dan kinerja yang dilakukan oleh sumber daya manusianya. Kinerja pegawai yang baik tentu ditunjang oleh kesehatan yang prima sehingga mendukung produktivitas yang optimal pula.

Masalah nasional yang dihadapi oleh bangsa Indonesia saat ini adalah penanganan terhadap rendahnya kualitas sumber daya manusia. Jumlah sumber daya manusia yang besar apabila dapat didayagunakan secara efektif dan efisien akan bermanfaat untuk menunjang gerak lajunya pembangunan nasional yang berkelanjutan. Melimpahnya sumber daya manusia yang ada saat ini mengharuskan kita berpikir secara seksama yaitu bagaimana dapat memanfaatkan sumber daya manusia secara optimal.

Kemampuan sumber daya manusia dilihat dari kemampuan intelektual maupun keterampilan teknis yang dimilikinya. Persoalan yang ada adalah bagaimana dapat meningkatkan etos kerja sumber daya manusia yang optimal sehingga tujuan nasional dapat tercapai. Dalam upaya meningkatkan kualitas, produktivitas dan kinerja sumber daya manusia yang bermuara pada kualitas sumberdaya manusia yang tangguh dan berdaya saing tinggi, terdapat banyak aspek yang harus dikaji. Salah satunya adalah pengembangan sumberdaya manusia (SDM). Salah satu yang perlu dilakukan adalah meningkatkan etos kerja dan keterampilan manusia sesuai dengan potensi yang dapat dicapai, sehingga dapat meningkatkan kinerja dan pada akhirnya dapat memberikan sumbangan besar baik bagi kemajuan perusahaan, lembaga, organisasi bangsa dan negara.

Keberhasilan badan usaha sangat ditentukan oleh kuantitas dan kualitas karyawan yang dapat mempengaruhi kualitas kerja. Kesejahteraan karyawan merupakan faktor yang menentukan dalam usaha meningkatkan etos kerja dan produktivitas kerja. Oleh karena itu perusahaan harus mampu memberikan fasilitas yang mendukung kesejahteraan karyawan baik fisik maupun non fisik sebagai usaha dalam memperlakukan karyawan sebagai manusia seutuhnya, sehingga mereka akan merasa puas dan bekerja dengan baik.

Sumber daya manusia yang handal dapat diperoleh dengan memberikan pendidikan yang berkualitas, penyediaan berbagai fasilitas social dan lapangan pekerjaan yang memadai. Persoalan yang ada adalah bagaimana dapat meningkatkan kinerja sumber daya manusia yang optimal sehingga tujuan nasional dapat tercapai.

Peningkatan kualitas, produktivitas dan kinerja yang bermuara pada kualitas sumberdaya manusia yang tangguh dan berdaya saing tinggi, terdapat banyak aspek yang harus dikaji. Salah satunya adalah pengembangan sumberdaya manusia (SDM). Salah satu yang perlu dilakukan adalah meningkatkan kesejahteraan manusia sesuai dengan potensi yang dapat dicapai, sehingga dapat meningkatkan kinerja dan pada akhirnya dapat memberikan sumbangan besar baik bagi kemajuan perusahaan, lembaga, organisasi bangsa dan negara.

Pengembangan SDM yang baik, dilakukan secara terarah dan terencana. Pengembangan SDM tersebut dapat dilakukan dengan berbagai cara, antara lain dengan pemberian penghargaan atas prestasi kerja, promosi dan mutasi, pemberian insentif, pengembangan karir, serta pemberian pendidikan dan pelatihan dan pemberian motivasi secara terus menerus. Dengan demikian pegawai diharapkan mempunyai etos kerja yang baik.

Etos kerja seringkali digambarkan sebagai integritas, kerja keras, ketekunan dan lain-lain. Meningkatkan etos kerja adalah salah satu bentuk pertanggung jawaban pihak pegawai terhadap pihak perusahaan. Oleh karena itu setiap individu maupun kelompok di perusahaan harus memiliki etos kerja dan kesadaran untuk saling bekerja sama dan mampu mendukung kepentingan strategi perusahaan dengan mempersiapkan pikiran kreatif, emosi cerdas, karakter, perilaku, pengetahuan dan keterampilan untuk mendukung semua kebutuhan perusahaan. Namun, ada salah satu faktor sangat berpengaruh dalam proses pengembangan sumberdaya manusia, yaitu kesehatan.

Fasilitas pemberian jaminan kesehatan merupakan suatu hal yang penting karena hanya dengan kondisi tubuh yang sehat dan bugar pegawai dapat melaksanakan tugas dan mengoptimalkan kinerja yang mereka miliki. Selain jaminan kesehatan, fasilitas yang mendukung stamina karyawan adalah hal prioritas yang perlu diutamakan. Dengan memberikan fasilitas kesehatan, perusahaan berarti ikut turut andil berperan dalam menyejahterakan dan menjamin kesehatan karyawan.

Perusahaan Unilever adalah salah satu perusahaan multinasional terkemuka di Indonesia yang merajai pasar konsumen Indonesia mulai dari perawatan rambut, wajah, produk rumah tangga sampai makanan. Unilever Indonesia telah tumbuh menjadi salah satu perusahaan terdepan

untuk produk Home and Personal Care serta Foods & Ice Cream di Indonesia. Dimanapun kita berada, besar kemungkinan bahwa produk-produk Unilever adalah bagian familiar dari kehidupan masyarakat Indonesia. Setiap hari di seluruh dunia, masyarakat menggunakan produk-produk Unilever. Sebagai perusahaan besar, kesejahteraan para karyawan merupakan suatu hal yang penting, termasuk pemberian fasilitas di bidang kesehatan untuk mendukung kinerja dan etos kerja pegawai. Karena kesehatan adalah hal terpenting dalam hidup manusia untuk mendukung produktivitas kerja seseorang.

Pemberian fasilitas dalam bidang kesehatan karena perusahaan menyadari tingginya tekanan dan beratnya bekerja dalam perusahaan multinasional seperti Unilever. Jam kerja yang tinggi, bekerja dalam posisi tubuh yang sama terlalu lama, tuntutan pekerjaan yang mengharuskan pegawai bekerja dalam *pressure*, dan kurangnya waktu olahraga yang dimiliki para pegawai seringkali berimplikasi pada kesehatan mereka.

Kesehatan adalah modal utama dalam menjalankan tugas demi kesuksesan sebuah perusahaan dan menjadi faktor yang mempengaruhi kinerja seseorang. Semakin baik faktor yang mempengaruhi, maka akan semakin baik pula kinerjanya. Namun sebaliknya, semakin buruk faktor yang mempengaruhi, semakin buruk pula kinerja seorang pegawai. Salah

satu fasilitas yang diberikan perusahaan Unilever kepada pegawai dari segi kesehatan adalah *gym* dan *sport massage*.

Gym dan *sport massage* Unilever berada di bawah pengawasan *Medical Advisor* yang dikepalai oleh Dr. Johni Sulistio selaku *Senior Medical Advisor*. Fasilitas *gym* diberikan perusahaan kepada karyawan sebagai upaya dalam menjaga stamina tubuh pegawai. Karena kurangnya waktu untuk berolahraga dapat berimplikasi kepada kesehatan seseorang, sebagaimana pepatah mengatakan “*Men sana in corpore sano, di dalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang kuat*”. Oleh karena itu hasil kerja atau produktivitas yang optimal harus didukung oleh kesehatan yang optimal.

Fasilitas *gym* dan *sport massage* tidak diberikan secara bersamaan. Pada awalnya fasilitas kesehatan yang disediakan perusahaan hanyalah *gym* untuk menjaga kesehatan dan stamina para pegawai. Namun seiring berjalannya waktu, para eksekutif perusahaan Unilever seringkali meminta pelayanan *sport massage* setelah melakukan aktivitas di *gym*. Fasilitas *sport massage* hanya diberikan untuk para eksekutif perusahaan setelah berolahraga di *gym* untuk mengurangi ketegangan dalam aktivitas latihan beban. Tidak hanya setelah berolahraga, para eksekutif juga meminta *sport massage* ketika kondisi tubuh dan pikiran mulai mengalami kelelahan. Berdasarkan wawancara dengan para eksekutif, mengapa selama ini mereka selalu meminta *sport massage* setelah aktivitas *gym*

dan ketika aktivitas kerja, diketahui bahwa *sport massage* dapat meringankan tingkat kelelahan dan menciptakan kondisi tubuh yang bugar.

Tahun 2011, berdasarkan inisiasi dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta, *Medical Advisor* selaku bagian yang bertanggung jawab terhadap kesehatan pegawai mengusulkan adanya fasilitas *sport massage*. Tidak hanya untuk para eksekutif namun juga untuk seluruh karyawan perusahaan Unilever Head Office. Sehingga mereka juga bisa menikmati atau merasakan manfaat dari *sport massage* seperti apa yang pernah dirasakan eksekutif sebelumnya.

Terapis *sport massage* yang berada di Graha Unilever Indonesia adalah para mahasiswa - mahasiswi dan para alumni di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta tentunya didampingi dengan pengetahuan yang telah mereka dapatkan materi bahan mata perkuliahan seperti mata kuliah Ilmu lulut/massage, mata kuliah ilmu anatomi dasar, mata kuliah fisiologi, mata kuliah kinesiology, mata kuliah ilmu kesehatan, dan mata kuliah PPCO.

Pemilihan terapis menjadi salah satu bahan pertimbangan dan masukan pihak kepala *Medical Advisor* di PT. Unilever Indonesia Tbk untuk memasukan program kesehatan bagi karyawan Graha Unilever yaitu *treatment sport massage* bagi karyawan disana. Karena juga dengan keyakinan dari seorang dokter yang berdedikasi tinggi terhadap

perusahaan dan memiliki program-program kesehatan yang baik demi mensejahterakan para karyawan tersebut dari aspek-aspek kesehatan, ialah Dokter Johni Sulistio selaku Senior Medical Advisor di perusahaan Unilever.

Berdasarkan pengalaman peneliti selama bekerja di perusahaan Unilever Head Office di bagian *Sport Massage*, sebanyak 105 orang karyawan datang mengeluhkan sakit pada bahu, pundak dan otot besar di tubuh setelah bekerja dari pagi sampai sore. Kelelahan fisik, pegal-pegal dan keluhan pada anggota tubuh yang sakit sangat berpengaruh pada kinerja yang akan berdampak langsung pada produktivitas perusahaan.

Berdasarkan wawancara dengan beberapa pegawai, mereka merasakan keluhan tersebut ketika seharian penuh bekerja di depan komputer. Sebagian besar keluhan tersebut adalah rasa pegal dan sakit di bagian bahu atau lengan yang mengindikasikan para pegawai mengalami kelelahan otot. Kelelahan otot ini pula yang mengakibatkan kinerja mereka menurun sehingga berpengaruh pada keterlambatan tugas yang harus diselesaikan. Hal ini akan mengakibatkan pekerjaan menjadi terbengkalai dan semakin menumpuk.

Aktivitas kerja berlebihan akan menimbulkan efek kepada pekerja, seperti keluhan pada sistem otot (*musculoskeletal*) berupa keluhan rasa sakit, nyeri, pegal-pegal dan lainnya pada sistem otot (*musculoskeletal*)

tendon, pembuluh darah, saraf dan lainnya yang disebabkan oleh aktivitas kerja. Berdasarkan lokasi keluhan yang sering timbul pada pekerja adalah nyeri punggung, nyeri leher, nyeri pada pergelangan tangan, siku dan kaki. Level yang paling ringan hingga yang berat akan mengganggu konsentrasi dalam bekerja, menimbulkan kelelahan dan pada akhirnya akan menurunkan produktivitas. Untuk itu diperlukan suatu upaya pencegahan dan minimalisasi timbulnya keluhan pada muskuloskeletal di lingkungan kerja. Karena pencegahan tersebut akan memberikan manfaat seperti penghematan biaya, meningkatkan produktivitas, kualitas kerja serta meningkatkan kesehatan, kesejahteraan dan kepuasan kerja karyawan.

Solusi yang digunakan untuk menurunkan kelelahan atau keluhan yang dialami para pegawai adalah salah satunya dengan memberikan perlakuan terhadap anggota tubuh yang nyeri tersebut dengan cara *massage*. Hal ini dimaksudkan untuk mencegah efek dari kelelahan otot tersebut dalam jangka panjang. Senada dengan pendapat Bosler dalam Sitepu¹ yang mengemukakan bahwa,

“manipulasi dalam *sport massage* dapat memberikan efek pada sistem muskular melalui banyak cara, seperti menguraikan asam laktat penyebab timbulnya kelelahan dan mempercepat aliran darah segar, mengurangi rasa nyeri yang dapat menimbulkan kekakuan pada otot, serta meningkatkan fleksibilitas gerak.”

¹ Indra Darma Sitepu, *Efektivitas Massage Terhadap Penurunan Kelelahan Otot Tangan Operator Komputer Puskom Unimed*, USU e-Repository, 2007, h. 5

Berdasarkan pendapat di atas, *massage* merupakan salah satu *treatment* yang dapat dilakukan untuk mengurangi kelelahan dengan cara melakukan pemijatan selama beberapa menit. Selama ini, PT. Unilever Indonesia Head Office sudah memberikan fasilitas *sport massage* untuk para pegawainya sebagai bentuk dari upaya memfasilitasi kesejahteraan karyawan dalam bidang kesehatan. Namun, apakah dengan adanya fasilitas *sport massage* etos kerja pegawai menjadi lebih baik atau tidaknya belum diketahui. Hal inilah yang mendorong peneliti untuk mencoba meneliti tentang pengaruh *sport massage* dan etos kerja karyawan PT. Unilever Indonesia Head Office dalam penelitian yang berjudul **“Pengaruh *Sport Massage* Terhadap Etos Kerja Pegawai PT. Unilever Indonesia Head Office”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka diidentifikasi masalah sebagai berikut.

1. Bagaimana meningkatkan etos kerja sumber daya manusia yang optimal?
2. Apakah pemberian fasilitas *sport massage* berpengaruh terhadap kesehatan karyawan Unilever?
3. Bagaimanakah efek *sport massage* terhadap kesehatan karyawan?

4. Apakah *sport massage* mempunyai pengaruh dalam meningkatkan dengan etos kerja karyawan?
5. Bagaimana pengaruh *sport massage* terhadap etos kerja karyawan perusahaan Unilever Head Office?

C. Pembatasan Masalah

Agar penelitian ini terfokus pada hasil penelitian yang terperinci, maka diperlukan adanya pembatasan masalah. Penelitian ini dibatasi pada pengaruh *sport massage* terhadap etos kerja karyawan di perusahaan Unilever Head Office.

D. Rumusan Masalah

Bertitik tolak dari latar belakang yang peneliti kemukakan dalam penelitian ini, maka muncul permasalahan yang akan dicarikan jalan pemecahannya. Secara umum, yang menjadi permasalahan dalam penelitian ini adalah: "Apakah terdapat pengaruh *sport massage* terhadap etos kerja karyawan di perusahaan Unilever Head Office?".

E. Kegunaan Hasil Penelitian

Secara umum penelitian ini diharapkan mampu memberi manfaat bagi seluruh civitas akademik di bidang keolahragaan sehingga bisa

menambah informasi tentang *sport massage* yang tak hanya bisa diaplikasikan pada objek yang berhubungan dengan keolahragaan saja, namun secara umum dalam segala aspek. Secara khusus, dapat diuraikan sebagai berikut.

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat dalam memperkaya khazanah ilmu pengetahuan dalam bidang olahraga mengenai *sport massage* di perkantoran khususnya dalam peningkatan etos kerja pegawai.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Peneliti dapat memberikan sumbangan pemikiran dan pengalaman tentang penelitian mengenai *sport massage*. Setelah penelitian ini dilaksanakan, peneliti dapat mengetahui pengaruh *sport massage* terhadap etos kerja karyawan Unilever.

b. Bagi pegawai

Pegawai dapat merasakan manfaat secara langsung dari *sport massage* dengan berkurangnya keluhan yang dialami dan meningkatnya etos kerja yang didukung oleh kesehatan yang optimal.

c. Bagi perusahaan

Hasil penelitian ini dapat menjadi pengetahuan, alternatif kesehatan dan fasilitas yang dapat diberikan perusahaan kepada para pegawai. Produktivitas dihasilkan dari optimalisasi kinerja kerja yang didukung dari kesehatan tubuh yang prima.