

PENGENDALIAN ERGONOMI DENGAN INTERVENSI GERAKAN PENCEGAHAN PADA PEKERJA KEMPLANG DI DESA MERANJAT II

¹Desheila Andarini, ¹Yosphine Angeline, ¹Tsarwah Haifa Khoirunnisa, ¹Vini Picia Purba, ¹Selvi Dwi Yolanda¹, ¹Andini Aprilia, ¹Salsa Dwi Pramesti, ¹Defliza, ¹Tazkia Pilar Azzimat, ¹Muhammad Rafi Akbar, ¹Doni Priangsa, ¹Steven Ervin Simamora, ¹M. Akbar Septiansyah, ¹Anita Camelia · ¹Novrikasari · ¹Mona Lestari · ¹Popi Fujianti · ¹Agita Diora · ¹M.Fiji Firdaus

¹Fakultas Kesehatan Masyarakat , Fakultas Teknik, Fakultas Kedokteran, Universitas Sriwijaya
Jl. Raya Palembang-Prabumulih KM 32 Indralaya,30662, Ogan Ilir, Sumatera Selatan, Indonesia

Abstrak

Sebagian besar penduduk di Desa Meranjat II Kecamatan Indralaya Selatan Kabupaten Ogan Ilir memiliki usaha membuat kerupuk kemplang. Kegiatan membuat kerupuk kemplang tersebut menimbulkan banyak permasalahan ergonomi. Tujuan dari pengabdian ini adalah untuk meminimalisir masalah ergonomis dengan melakukan kegiatan edukasi mengenai pengendalian masalah ergonomi bagi para pekerja kerupuk kemplang di Desa Meranjat II melalui sosialisasi gerakan senam dan peregangan kepada masyarakat langsung (door to door). Kegiatan telah dilaksanakan dan mendapatkan respon positif, dimana terlihat dari antusias pekerja yang ikut terlibat aktif dalam sosialisasi untuk mengantisipasi penyakit akibat kerja membuat kerupuk kemplang.

Kata Kunci : Ergonomi, Sosialisasi, Pekerja, Kemplang Panggang dan Peregangan.

1. Pendahuluan

Ergonomi merupakan suatu istilah yang berasal dari bahasa Yunani yang terdiri dari dua kata, yakni *ergon* yang berarti kerja dan *nomos* yang berarti norma ataupun hukum. Secara singkat ergonomi dapat diartikan sebagai suatu aturan ataupun norma yang terdapat dalam sistem kerja¹. Sedangkan ergonomi menurut Manuaba (2000) didefinisikan sebagai ilmu teknologi dan seni yang berupaya dalam menserasikan alat, cara dan lingkungan kerja dengan kemampuan dan batasan manusia untuk mencapai lingkungan kerja yang sehat, aman, nyaman, dan efisien demi terwujudnya produktivitas yang setinggi-tingginya².

Istilah ergonomi juga merupakan istilah yang berkaitan dengan posisi dan postur tubuh pekerja saat melakukan pekerjaan. Tanpa disadari terkadang para pekerja akan bekerja dengan posisi dan postur tubuh yang tidak tepat atau tidak ergonomis. Posisi dan postur tubuh yang tidak ergonomis inilah yang nantinya dapat mengakibatkan munculnya masalah terkait ergonomi yang dirasakan oleh para pekerja, termasuk pekerja kemplang yang berada di Desa Meranjat II. Pekerja kemplang ini dapat dikatakan sebagai kelompok orang yang rentan untuk mengalami masalah terkait ergonomi, karena proses kerjanya melibatkan berbagai jenis gerakan, posisi, dan postur tubuh. Contohnya sendiri seperti gerakan tangan saat proses pengadonan bahan kerupuk, postur tubuh saat proses perebusan bahan, postur tubuh saat mengangkat bahan untuk dijemur, postur tubuh saat membakar, dan lainnya, yang apabila tidak dilakukan secara ergonomis dapat menimbulkan masalah, termasuk masalah kesehatan³.

Adapun masalah kesehatan terkait ergonomi yang biasanya dialami oleh pekerja dapat berupa keluhan kelelahan kerja, atau bahkan munculnya rasa sakit yang sering disebut dengan penyakit akibat kerja (PAK) yang nantinya dapat mempengaruhi produktivitas pekerja⁴. Berdasarkan data dari *International Labour Organization* (2013), tercatat sekitar 1,2 juta pekerja di dunia meninggal disebabkan oleh penyakit akibat kerja, dan setiap tahunnya lebih dari 160 juta pekerja yang mengalami penyakit akibat kerja (PAK)⁵. Salah satu contoh dari PAK terkait ergonomi

adalah *Musculoskeletal Disorders* (MSDs). MSDs ini diketahui menjadi salah satu penyumbang tertinggi angka morbiditas penyakit yang berhubungan dengan tempat kerja⁶. Oleh sebab itu, penting adanya tindakan penanganan dan pengendalian untuk masalah kesehatan tersebut agar nantinya angka morbiditas juga dapat menurun.

Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mengatasi dan mengendalikan masalah kesehatan terkait ergonomi adalah melalui gerakan pencegahan, yakni gerakan senam peregangan yang dapat dilakukan di tempat kerja. Senam peregangan di tempat kerja dapat diartikan sebagai suatu bentuk latihan fisik yang melibatkan gerakan terpilih dan terencana, serta dilakukan pada saat jam kerja guna untuk melancarkan sirkulasi darah sehingga membantu dalam mencegah terjadinya ketegangan pada saraf, dan melatih otot agar lebih kuat sehingga tidak mudah lelah saat bekerja⁷. Selain itu, senam peregangan juga merupakan salah satu pengendalian administratif yang dapat membawa banyak manfaat apabila dilakukan secara rutin⁸. Beberapa contoh manfaatnya sendiri antara lain seperti membuat tubuh menjadi lebih bugar, kuat, ideal, dan indah⁷. Namun, senam peregangan ini juga ternyata masih belum sering dilakukan di tempat tempat kerja, sehingga masih banyak pekerja yang mengalami masalah kesehatan terkait ergonomi.

Desa Meranjat II (dua) adalah desa yang berada di distrik Indralaya Selatan, Kabupaten Ogan Ilir, Sumatera Selatan, Indonesia⁹. Indralaya Selatan sendiri memiliki banyak desa antara lain Arisan Gading, Beti, Meranjat I, Meranjat II, Meranjat III, dan masih banyak lagi¹⁰. Desa meranjat II adalah desa terluas nomor 2 setelah desa tanjung dayang selatan di Indralaya Selatan¹¹. Sebagian besar penduduk di Desa Meranjat II Kecamatan Indralaya Selatan Kabupaten Ogan Ilir memiliki usaha membuat kerupuk kemplang¹². Kegiatan membuat kerupuk kemplang tersebut menimbulkan banyak permasalahan ergonomi.

Berdasarkan latar belakang masalah kesehatan terkait ergonomi tersebut, penulis tertarik untuk melakukan kegiatan edukasi mengenai pengendalian masalah ergonomi bagi para pekerja kerupuk kemplang di Desa Meranjat II. Upaya pengendalian ini sendiri berupa gerakan pencegahan, yakni senam peregangan yang dapat dilakukan di tempat kerja. Selanjutnya, kegiatan edukasi dilaksanakan dengan cara melakukan wawancara atau tanya jawab dengan para pekerja untuk mengetahui permasalahan dan keluhan apa yang mereka rasakan, penyebaran leaflet dan pembuatan video kreatif mengenai senam peregangan, serta pemberian contoh secara langsung pada pekerja mengenai gerakan senam peregangan yang nantinya dapat dilakukan pekerja di tempat kerja.

2. Metode

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat tentang sosialisasi implementasi gerakan aman nyaman, sehat, selamat (GANAS) pada pekerja kemplang di desa Meranjat II, Ogan Ilir. Tahap pelaksanaan kegiatan dilakukan secara Door To Door yaitu mendatangi satu persatu rumah warga yang sedang memproduksi kemplang¹³. Pilihan *door to door* dilakukan karena untuk menghindari perkumpulan dan melaksanakan anjuran pemerintah, yaitu *physical distancing* atau *social distancing* serta untuk menjamin bahwa warga mengerti dengan baik informasi yang diberikan pada proses sosialisasi yang dilakukan¹⁴. Dilakukan wawancara kepada responden tentang kegiatan pekerjaan mereka, memberikan penjelasan dalam bentuk penyuluhan mengenai gerakan sebelum melakukan pekerjaan yang membuat pekerja merasa aman, nyaman, dan sehat serta pembagian leaflet yang disertai gambar dan mencontohkan secara langsung gerakan senam peregangan di tempat kerja yang dapat dilakukan para pekerja di sela-sela kegiatan kerja yang mereka lakukan.

3. Hasil dan Pembahasan

Data dalam penelitian ini berasal dari data primer berupa penyuluhan yang diajukan kepada pekerja kemplang Desa Meranjat II, Kabupaten Ogan Ilir. Berdasarkan hasil penelitian

dari 5 responden, telah diperoleh data jenis kelamin dan umur responden. Berdasarkan tabel 2.1 dapat dilihat bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan dan berusia diatas 50 tahun.

Tabel 3.1 Karakteristik Responden

Variabel	n	%
Umur Responden		
1. <50	1	20
2. 50-55	3	60
3. >55	1	20
Total	5	100
Jenis Kelamin		
1. Laki-Laki	0	0
2. Perempuan	5	100
Total	5	100

Berdasarkan usia atau umur responden, responden yang berusia kurang dari 50 tahun sebanyak 20%, responden yang berusia 50-55 tahun sebanyak 60% dan responden dengan usia diatas 55 tahun sebanyak 20%. Berdasarkan jenis kelamin responden dengan jenis kelamin perempuan lebih besar yaitu sebanyak 100%.

Tabel 3.2 Implementasi Gerakan Peregangan

Variabel	n	%
Peregangan Setelah Bekerja		
1. Ya	0	0
2. Kadang-Kadang	1	20
3. Tidak	4	80
Total	5	100

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan, sebanyak 80% responden tidak melakukan peregangan setelah bekerja. Rata-rata responden jarang melakukan peregangan karena merasa kurang cukup waktu untuk melakukannya serta kurangnya ilmu terkait pentingnya peregangan dan cara melakukan peregangan ringan.

Pengabdian yang dilakukan di tempat pembuatan kemplang Desa Meranjat II, Kabupaten Ogan Ilir. Wilayah tersebut dilakukan survei dengan penilaian permasalahan ergonomi yang ada disana. Hasil karakteristik menunjukkan bahwa sebagian besar responden adalah perempuan dengan usia rata-rata diatas 50 tahun. Menurut *World Health Organization*, rentang umur yang tergolong lanjut usia adalah 60-74 tahun. Sehingga rentang usia dibawah 60 tahun masih dianggap usia produktif dan diperbolehkan bekerja¹⁸.



Gambar 3.2. Dokumentasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Kegiatan tersebut dilaksanakan dengan cara mendatangi satu persatu rumah warga (*door to door*) yang sedang memproduksi kemplang. Penelitian secara *door to door* efektif dilaksanakan di masa pandemi **COVID-19** ini karena tidak memicu terjadinya kerumunan¹⁹. Data yang diperoleh diambil dari hasil wawancara yang dilakukan kepada 5 responden terkait kegiatan pekerjaan mereka. Berdasarkan hasil wawancara, ternyata rata-rata pekerja jarang melakukan kegiatan peregangan. Hal ini dapat memicu terjadinya berbagai masalah otot, seperti ketegangan otot, *Musculoskeletal Disorders*, dan lainnya²⁰. Sebagian besar mereka mengaku tidak melakukan peregangan dikarenakan merasa tidak ada waktu untuk melakukannya serta kurangnya ilmu terkait pentingnya peregangan dan cara melakukan peregangan ringan. Pekerja yang tidak melakukan peregangan setelah bekerja dapat menyebabkan menurunnya performansi dan berdampak pada menurunnya produktivitas²¹.

Dari data yang didapat, peneliti kemudian memberikan leaflet serta penyuluhan kepada responden mengenai apa saja gerakan peregangan sebelum dan sesudah melakukan pekerjaan yang membuat mereka aman, nyaman, dan sehat. Leaflet dipilih karena sasaran dapat menyesuaikan dan belajar mandiri praktis serta mengurangi kebutuhan mencatat sehingga sasaran dapat melihat isinya dan mengaplikasikan langsung di saat santai dan sangat ekonomis²². Setelah pelaksanaan penyuluhan tersebut didapatkan hasil bahwa adanya perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan. Responden menjadi lebih tau dan lebih paham akan pentingnya peregangan untuk kesehatan tubuh mereka.

Gerakan senam peregangan di tempat kerja dapat dilakukan para pekerja di sela-sela kegiatan kerja yang mereka lakukan. Kegiatan senam peregangan ini dapat mencegah terjadinya gangguan kesehatan serta kelelahan kerja²³. Latihan peregangan juga membantu menggerakkan bagian-bagian tubuh dan melawan rasa sakit dalam tubuh, dapat menyembuhkan sakit otot dengan latihan peregangan sederhana selama 15 menit⁷. Peregangan diantara waktu bekerja merupakan pembiasaan aktivitas fisik di tempat kerja untuk melancarkan sirkulasi darah sehingga membantu mengendurkan ketegangan syaraf dan melatih otot agar lebih kuat sehingga tidak mudah lelah saat bekerja²⁴. Peregangan otot dilakukan untuk mengurangi ketegangan pada otot akibat bekerja terlalu lama dengan posisi kerja yang monoton²⁵

4. Simpulan

Sosialisasi dengan cara *door to door*, mendatangi satu persatu rumah warga yang sedang memproduksi kemplang, dari hasil wawancara rata-rata pekerja jarang melakukan kegiatan peregangan karena merasa tidak ada waktu untuk melakukannya. Kegiatan pengabdian masyarakat tentang sosialisasi implementasi gerakan aman, nyaman, sehat, selamat (GANAS) pada pekerja kemplang di desa Meranjat II, Ogan Ilir telah dilaksanakan dan mendapatkan respon positif, dimana terlihat dari antusias pekerja yang ikut terlibat aktif dalam sosialisasi. Kegiatan ini mampu membuat pekerja kemplang menjadi sadar akan pentingnya melakukan

peregangan sebelum melakukan pekerjaan dan mencegah terjadinya cedera atau penyakit bagi pekerja kemplang di desa meranjat.

5. Persantunan

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Sriwijaya yang telah memberikan support penuh demi terlaksananya kegiatan ini.

6. Referensi

Nurkholid AA, Anna B, Siboro H, Purbasari A. Perancangan Meja Kerja Pada Pembuatan Batu Batako Dengan Menggunakan Metode Mantra Tool (Manual Task Risk Assesment Tool) Dan Pendekatan Anthropometri (Studi Kasus Ukm Anto). PROFISIENSI J Progr Stud Tek Ind [Internet]. 2019 Jun 11 [cited 2021 Nov 28];7(1):55–62. Available from: <https://www.journal.unrika.ac.id/index.php/jurnalprofisiensi/article/view/2480>

Diky Alfian M, Salmia A SL, Heksa Galuh JW, Studi Teknik Industri P. Perancangan Mesin Pengayakan Tepung Jagung Model Rotary Yang Ergonomis. J Valtech [Internet]. 2021 Oct 16 [cited 2021 Nov 28];4(2):90–5. Available from: <https://ejournal.itn.ac.id/index.php/valtech/article/view/3833>

Setiawan H. Rekomendasi Intervensi Ergonomi Pada Ukm Unggulan Provinsi Sumsel. Log J Ranc Bangun dan Teknol [Internet]. 2017 Oct 1 [cited 2021 Nov 28];17(2):86–91. Available from: <http://ojs.pnb.ac.id/index.php/LOGIC/article/view/541>

Dewi nur fadilah. Identifikasi Risiko Ergonomi dengan Metode Nordic Body Map Terhadap Perawat Poli RS X. J Sos Hum Terap [Internet]. 2020 May 31 [cited 2021 Nov 28];2(2). Available from: <http://journal.vokasi.ui.ac.id/index.php/jsht/article/view/90>

ILO-SCORE. Keselamatan dan kesehatan kerja di tempat kerja: sarana untuk produktivitas. [cited 2021 Nov 28]; Available from: http://www.ilo.org/jakarta/whatwedo/publications/WCMS_237650/lang--en/index.htm

Jaka Laksana A, Srisantyorini T, Studi Kesehatan Masyarakat P, Kesehatan Masyarakat F, Muhammadiyah Jakarta Jl Ahmad Dahlan UK, Tangerang Selatan K. Analisis Risiko Musculoskeletal Disorders (MSDs) pada Operator Pengelasan (Welding) Bagian Manufaktur di PT X Tahun 2019. AN-NUR J Kaji dan Pengemb Kesehat Masy [Internet]. 2020 Aug 8 [cited 2021 Nov 28];1(1):64–73. Available from: <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/AN-NUR/article/view/7134>

Studi P, Keperawatan I, Bhakti S, Mulia H. Pengaruh Pemberian Intervensi Senam Peregangan Di Tempat Kerja Terhadap Penurunan Gangguan Msds Dan Kadar Asam Urat Darah. J Keperawatan [Internet]. 2019 Jan 28 [cited 2021 Nov 28];12(1):16–16. Available from: <https://e-journal.lppmdianhusada.ac.id/index.php/jk/article/view/9>

Maksuk M, Amin M, Jaya A. Edukasi dan Latihan Peregangan Otot dalam Mengantisipasi Keluhan Muskuloskeletal Pada Penenun Tradisional. Abdi J Pengabdian dan Pemberdayaan Masy [Internet]. 2021 May 11 [cited 2021 Nov 28];3(1):83–8. Available from: <http://abdi.ppj.unp.ac.id/index.php/abdi/article/view/94>

ITBU. MERANJAT II, INDRALAYA SELATAN, OGAN ILIR ~ Ensiklopedia Dunia

- [Internet]. [cited 2021 Nov 28]. Available from: http://p2k.itbu.ac.id/id3/1-3070-2950/Meranjat-Ii_212012_itbu_ensiklopedia-dunia-q-itbu.html
- Website Resmi Pemerintah Kabupaten Ogan Ilir. APBDESA 2021 [Internet]. 2021 [cited 2021 Nov 28]. Available from: <https://oganalirkab.go.id/page/apbdesa-2021>
- Badan Pusat Statistik Kabupaten Ogan Ilir. Kecamatan Indralaya Selatan dalam Angka 2020 [Internet]. Ogan Ilir; 2020 [cited 2021 Nov 28]. Available from: <https://oganalirkab.bps.go.id/publication/download.html?nrbvfeve=NTRjMzZjNDI0ZDJjNTIiNDUzYjYxMTYz&xzmn=aHR0cHM6Ly9vZ2FuaWxpcmthYi5icHMuZ28uaWQvcHVibGljYXRpb24vMjAyMC8wOS8yOC81NGMzMmM0MjRkMmM1OWU0NTNiNjExNjMva2VjYW1hdGFuLWluZHIhbnGF5YS1zZWxhdGFuLWRhbGFtLWFuZ2thLTIwMjAuaHRtbA%3D%3D&twoadfnorfeauf=MjAyMS0xMS0yOCAMzoyMDoyNA%3D%3D>
- Januarti I, Mulyana A, Yazid M, Program Studi D. Pendampingan Pembentukan Koperasi Simpan Pinjam Sebagai Upaya Peningkatan Produksi Dan Pendapatan Produsen Kerupuk Kemplang Di Desa Meranjat Ii Kecamatan Indralaya Selatan Kabupaten Ogan Ilir. J Pengabd Sriwij [Internet]. 2019 Apr 2 [cited 2021 Nov 28];7(1):710–8. Available from: <https://ejournal.unsri.ac.id/index.php/jpsriwijaya/article/view/7544>
- S. RS. Laporan Akhir KKS Pengabdian Lembaga Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat Universitas Negeri Gorontalo Tahun 2019 Penerapan Good Handling Practices (GHP) Sebagai Strategi Peningkatan Kualitas Pascapanen Budidaya Udang Vaname Di Desa. Lap Penelit [Internet]. 2021 Jul 9 [cited 2021 Nov 28];6(7662). Available from: <https://repository.ung.ac.id/karyailmiah/show/7662/rieny-sulistijowaty-laporan-akhir-kks-pengabdian-lembaga-penelitian-dan-pengabdian-masyarakat-universitas-negeri-gorontalo-tahun-2019-penerapan-good-handling-practices-ghp-sebagai-strategi-peningkatan-kua>
- Riska K, Kurniawati A, Santosa FH, Bahri S. Sosialisasi Hidup Sehat di Tengah Wabah Virus Corona. JPMB J Pemberdaya Masy Berkarakter [Internet]. 2020 Jul 30 [cited 2021 Nov 28];3(1):58–65. Available from: <http://journal.rekarta.co.id/index.php/jpmb/article/view/68>
- G. A. K. Giantari dkk. Penyuluhan Manajemen Bagi Pengusaha Kecil di Pesisir Pantai Sanur. J Udayana Mengabdi [Internet]. 2016 [cited 2021 Nov 28];15(3). Available from: <https://ojs.unud.ac.id/index.php/jum/article/view/36000/21770>
- Ketut I, Mahaputra W, Duto Hartanto D, Sylvia M. Perancangan Kampanye Sosial Online “Waktu Renggang” Untuk Karyawan Kantor Di Surabaya. J DKV Adiwarna [Internet]. 2020 Jul 9 [cited 2021 Nov 28];1(16):9. Available from: <http://publication.petra.ac.id/index.php/dkv/article/view/10415>
- Kelelahan A, Pengolah P, Di K, Bangun K, Timur K, Fibriani E, et al. Analisis Kelelahan Pekerja Pengolah Kerupuk di Kota Bangun Kalimantan Timur. JTT (Jurnal Teknol Terpadu) [Internet]. 2019 Apr 26 [cited 2021 Nov 28];7(1):17–22. Available from: <https://jurnal.poltekba.ac.id/index.php/jtt/article/view/526>
- Ibrahim RC, Polii H, Wungouw H. Pengaruh Latihan Peregangan Terhadap Fleksibilitas

- Lansia. *J e-Biomedik*. 2015;3(1).
- Cahyaning Setyo Hutom dkk. Pendampingan Pengembangan Metode Pembelajaran Inovatif bagi Dosen Kebidanan Saat Pandemi COVID-19 [Internet]. *Jurnal Peduli Masyarakat*. 2021 [cited 2021 Nov 28]. Available from: <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM/article/view/518/394>
- Ginting T, Ginting R, Panjaitan TR, Marbun D. Pengaruh Pemberian Peregangan Terhadap Keluhan Muskuloskeletal Pada Pekerja Pabrik Keripik Rumah Adat Minang Di Desa Tadukan Raga, Deli Serdang. *J Darma Agung* [Internet]. 2020 Dec 7 [cited 2021 Nov 28];28(3):472–82. Available from: <https://jurnal.darmaagung.ac.id/index.php/jurnaluda/article/view/809>
- Syaifullah RM. Pentingnya Mempertahankan Ergonomi bagi Perawat [Internet]. [cited 2021 Nov 28]. Available from: <https://www.google.com/search?q=Syaifullah+RM%2C+Belakang+L.+Pentingnya+mempertahankan+ergonomi+bagi+perawat&oq=Syaifullah+RM%2C+Belakang+L.+Pentingnya+mempertahankan+ergonomi+bagi+perawat&aqs=chrome..69i57j0j7&sourceid=chrome&ie=UTF-8>
- Nur Syamsiyah. Pengaruh Media Leaflet Terhadap Perubahan Pengetahuan dan Intensi Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Hamil di Wilayah Puskesmas Kecamatan Pesangon Jakarta Selatan Tahun 2013. 2013;
- Asri Puspawati M, Putu Gede Adiatmika I, Sutarja N. Penerapan Istirahat Aktif Meningkatkan Kapasitas. *Indones J Ergon*. 2018;4(2):1.
- Luik SA, Ratu JM, Setyobudi A. The Effect of Workplace Stretching Exercise on Reducing Musculoskeletal Complaints in Ndao Ikat Weaving Workers in Rote Ndao District. *Lontar J Community Heal* [Internet]. 2021 Sep 15 [cited 2021 Nov 28];3(3):133–40. Available from: <https://ejurnal.undana.ac.id/index.php/LJCH/article/view/4453>
- Jamalludin J. Keputusan Pekerja Lansia tetap Bekerja Pascapensiun dan Kaitannya dengan Kebahagiaan. *J Samudra Ekon dan Bisnis* [Internet]. 2021 Sep 9 [cited 2021 Nov 28];12(1):89–101. Available from: <https://ejurnalunsam.id/index.php/jseb/article/view/2450>