

ABSTRAK

EFEKTIFITAS WELLNESS PROGRAM DALAM MENURUNKAN ANGKA KASUS OBESITAS KARYAWAN PT.UNITED TRACTORS, Tbk SOROWAKO TAHUN 2025

Andi Hiswanah

Obesitas merupakan masalah kesehatan yang signifikan di tempat kerja, yang dapat mempengaruhi produktivitas dan kesehatan karyawan, serta meningkatkan biaya perawatan kesehatan perusahaan. PT. United Tractors Tbk, Sorowako sebagai perusahaan yang bergerak di sektor pertambangan dan alat berat, berdasarkan laporan internal tahun 2023, sekitar 28% karyawan yang mengalami obesitas berdasarkan pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT). Dari kelompok ini, sekitar 60% mengalami komplikasi penyakit tidak menular, serta 35% di antaranya dirujuk ke rumah sakit setiap tahun. Beban biaya kesehatan mengalami peningkatan hingga 30% dan menjadi salah satu beban operasional perusahaan yang cukup signifikan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji efektivitas program wellness dalam menurunkan angka obesitas karyawan PT. United Tractors, Tbk Sorowako dari aspek input, proses dan output.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif retrospektif. Informan penelitian terdiri dari 1 orang dari pihak manajerial dan 5 karyawan yang mengikuti program wellness dan mengalami obesitas berdasarkan pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT). Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam dan observasi langsung terhadap pelaksanaan program wellness. Data yang diperoleh dianalisis dengan teknik analisis tematik untuk mengidentifikasi pola dan dampak dari program terhadap obesitas karyawan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa program wellness memberikan dampak positif dalam mengurangi obesitas, yang tercermin dari perubahan tingkat kesadaran karyawan akan kesehatan, baik dalam pola makan dan kebiasaan aktivitas fisik. Karyawan melaporkan peningkatan kesejahteraan fisik dan mental sebagai hasil dari partisipasi dalam program, meskipun penurunan angka obesitas bervariasi antara individu.

Dari penelitian ini, penulis menarik kesimpulan, bahwa wellness program di PT. United Tractors, Tbk Sorowako terbukti efektif dalam menurunkan obesitas karyawan, dengan meningkatkan pola hidup sehat yang berpengaruh pada kesejahteraan mereka secara keseluruhan. Semoga ke depannya, ada penelitian yang sifatnya kuantitatif agar hal ini bisa dianalisis dari perspektif yang berbeda.

Kata Kunci: Program wellness, obesitas, karyawan, Indeks Massa Tubuh (IMT), pendekatan kualitatif.