

Intervensi syarikat pupuk budaya kesihatan pekerja

Program aktiviti fizikal di tempat kerja mampu mengurangkan cuti sakit jangka pendek sebanyak enam hingga 32 peratus, manakala pengurangan kos penjagaan kesihatan pula antara 20 hingga 55 peratus. Program sama dapat mempertingkatkan produktiviti antara dua hingga 52 peratus.

Laporan Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) menyatakan perangkaan ini boleh dicapai sekiranya pihak majikan mengambil pendekatan agresif mengubah budaya kesihatan di tempat kerja.

Budaya kesihatan ini memerlukan nilai korporat yang menyokong kesihatan dan kesejahteraan pekerja untuk mewujudkan satu ekosistem, yang mana semua individu sedar dalam membuat keputusan berkaitan kesihatan. Ia bermula daripada apa yang mereka pesan di kafeteria syarikat kepada apa yang harus disediakan pada waktu rehat mesyuarat.

Gerakan itu sudah mula menampakkan tanda positif apabila Columbia Asia dan PM Care, mengambil inisiatif mempelopori gerakan ke arah pencegahan dalam penjagaan kesihatan korporat di negara ini.

Baru-baru ini, Program Transformasi Kesihatan Korporat diada-



Rozdan Mazlan

rozdan@bh.com.my

kan pihak berkenaan sebagai komitmen serius membantu sektor korporat meningkatkan produktiviti syarikat, dengan bermula memberi keseimbangan kehidupan kesihatan kepada pekerja.

Pada program itu, beberapa kertas kerja daripada panel berpengalaman dibentangkan yang semuanya membincangkan berkaitan kesihatan di tempat kerja.

Antara topik menarik dan berkesan ialah 'Kesihatan di Tempat Kerja Malaysia; Cara Mempermudahkan Tempat Kerja Sihat' dibentangkan Ketua Sektor Kesihatan Pekerjaan dan Alam Sekitar, Bahagian Kawalan Penyakit di Kementerian Kesihatan, Dr Priya Ragunath.

Antara isu kandungannya berkaitan kesihatan optimal membatik fizikal, emosi, sosial, intelektual dan rohani.

Ia termasuk beberapa pelan tindakan digariskan di bawah Ke-

menterian Kesihatan, iaitu peranan keselamatan dan kesihatan pekerjaan (OSH) seperti menguruskan kesihatan pekerja, strategi pencegahan penyakit untuk semua pekerja termasuk pekerja penjagaan kesihatan, penilaian tempat kerja dan rawatan penyakit pekerja.

Kertas kerja lain dibentangkan ialah 'Penyelesaian Pencegahan; Persekitaran Yang Lebih Sihat Melalui Inisiatif Pencegahan' oleh Ketua Pegawai Perubatan Columbia Asia Setapak, Dr Shahril Kamal Shafie; 'Kesihatan Mental dan Kesannya Terhadap Kesihatan dan Kesejahteraan' oleh Pakar Perunding Psikiatri Universiti Kebangsaan Malaysia, Prof Madya Dr Suzaily Wahab dan 'Pencegahan Kepada Campur Tangan Dalam Kes Strok dan Serangan Jantung' oleh Penyelaras Perkhidmatan Keceemasan Serantau Columbia Asia, Dr Sharonpal Singh.

Dalam zaman begitu mencabar dan berdaya saing hari ini, majikan harus sentiasa meningkatkan produktiviti. Mahu tidak mahu, indeks prestasi utama (KPI) masing-masing mesti dicapai.

Namun, semua ini boleh membuatkan pekerja mengalami tekanan yang akan mengganggu ke-

hidupan di rumah dan tempat kerja. Puncanya apabila gaya hidup menjadi tidak sihat, mengambil pemakanan tidak berkhasiat, tidak bersenam dan kurang meluangkan masa untuk bergaul bersama keluarga tersayang.

Pekerja hilang motivasi

Ketua Pegawai Eksekutif Columbia Asia (Asia Tenggara), Kelvin HC Tan, berkata antara syarikat korporat yang mengambil bahagian dalam kaji selidik pembabitatan pekerja tahun lalu mendapati keseimbangan kehidupan kerja antara perkara utama menyebabkan pekerja hilang motivasi.

Ini berisiko membawa kemerosotan kesihatan mereka dan tegasnya, ia jelas akan menurunkan produktiviti dan meninggikan kos perubatan sesuatu korporat.

Begitupun, tidak dinafikan, dengan peningkatan kos penjagaan kesihatan, banyak organisasi di Malaysia sedang mempertimbang inisiatif kesihatan korporat untuk menggalakkan budaya kesihatan di tempat kerja dan gaya hidup yang akan diintegrasikan ke dalam amalan perniagaan dari dasar hingga aktiviti dianjurkan.

Di sini dapat dilihat, sesebuah syarikat yang menyokong pilihan

makanan sihat dengan kos rendah, menyediakan ruang untuk aktiviti fizikal berasaskan kumpulan seperti gelanggang sukan, gimnasium dan menganjurkan kelas pendidikan kesihatan (seminar, forum atau kursus). Ia komponen campur tangan kesihatan di tempat kerja yang berjaya.

Pernahkah kita berfikir dan menilai sendiri setiap nutrisi makanan dihidangkan di kafeteria sesebuah syarikat. Ia antara cabaran paling besar untuk memupuk kesedaran kesihatan di tempat kerja.

Kebiasaannya, kos makanan berkhasiat seperti dibakar, kukus, aneka salad adalah lebih mahal berbanding makanan bergoreng, berlemak dan yang tinggi kandungan gulanya.

Justeru, kita harus mewujudkan budaya kesihatan agar dapat mengurangkan kos penjagaan kesihatan yang ditanggung sendiri individu, syarikat dan penanggung insurans.

Pengubahsuaian gaya hidup harus bermula daripada semua individu yang disusuli sokongan program intervensi kesihatan dari syarikat korporat.

Penulis adalah wartawan BH