

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1. 1 Latar Belakang**

Kelelahan kerja adalah mekanisme pertahanan tubuh yang melindungi tubuh dari kerusakan lebih lanjut, sehingga tubuh dapat pulih setelah istirahat. Namun, jika tidak ada penanganan yang tepat, kelelahan tersebut juga dapat mengancam kesehatan. Sekitar 20% pekerja mengalami gejala kelelahan kerja, yang merupakan keluhan umum (Suma'mur, 2009). Tingkat kelelahan akibat pekerjaan dapat mengakibatkan ketidaknyamanan, gangguan, ketidakpuasaan, serta penurunan produktivitas.

Kelelahan merupakan suatu mekanisme perlindungan tubuh supaya tubuh tidak mengalami kerusakan lebih banyak sehingga dapat pulih kembali setelah istirahat (Tarwaka, 2019). Dampaknya meliputi penurunan kecepatan dalam bekerja, kualitas produk yang menurun, kehilangan inovasi, peningkatan kesalahan dan kerusakan, seringnya kecelakaan, kurangnya konsentrasi, dan ketidaktepatan dalam menjalankan tugas (atiqoh,dkk., 2014)

Bidang pekerjaan konstruksi merupakan area yang mempunyai risiko tinggi. Sifat pekerjaan ini bersifat multidisiplin, melibatkan banyak tenaga kerja dengan tingkat pendidikan rendah, mempunyai massa kerja terbatas, intensitas tenaga kerja tinggi dan menggunakan peralatan kerja yang bervariasi. Penerapan keselamatan kerja (K3) dimaksudkan untuk mengurangi kemungkinan terjadinya kecelakaan kerja dan penyakit akibat kerja (WAJO, 2021).

Banyak penyedia layanan konstruksi masih mengabaikan penerapan keselamatan dan kesehatan kerja (K3), seperti yang tercermin dari sejumlah insiden kecelakaan dan penyakit yang terkait dengan pekerjaan konstruksi. Menurut *International Labour Organization (ILO)*, setiap tahunnya diperkirakan ada 2,78 juta pekerja yang meninggal karena kecelakaan dan

penyakit yang timbul dari pekerjaan mereka. Kematian akibat kecelakaan kerja mencapai 13,7%, sementara yang disebabkan oleh penyakit akibat kerja mencapai 86,3%. Data dari BPJS Ketenagakerjaan menunjukkan bahwa angka kecelakaan kerja mengalami peningkatan, dengan mencatat 173.105 kasus selama tahun 2018 (BPJS, 2019).

Kelelahan dapat disebabkan oleh beberapa faktor baik faktor internal maupun faktor eksternal. Faktor internal diantaranya umur, masa kerja, kualitas tidur, dan beban kerja, sedangkan faktor eksternal yaitu lingkungan kerja, shift kerja merupakan contoh dari faktor-faktor pekerjaan yang mempengaruhi kesehatan dan keselamatan kerja (Suma'mur, 2014). Penelitian yang dilakukan oleh Fatmawati pada tahun 2023 menyatakan bahwa terdapat hubungan antara usia, masa kerja, dan suhu lingkungan kerja dengan kelelahan kerja (fatmawati,2023). Selain itu, penelitian (Tenri diah & Pratiwi, 2024) menyebutkan bahwa ada hubungan antara umur, jenis kelamin dan beban kerja dengan kelelahan kerja. Dan dalam penelitian (Adryanti, 2022) menyatakan bahwa terdapat hubungan usia, status pendidikan, masa kerja, indeks massa tubuh, dan keadaan monoton dengan kelelahan kerja.

Kelelahan merupakan masalah umum yang sering dialami oleh pekerja, yang perlu diperhatikan dalam berbagai jenis pekerjaan, baik formal maupun informal. Kelelahan dapat dijelaskan sebagai mekanisme tubuh untuk melindungi diri dan mencegah kerusakan lebih lanjut, dengan pemulihan yang terjadi setelah istirahat. Kelelahan juga dapat menjadi indikator adanya gangguan kesehatan pada pekerja. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kelelahan dapat berdampak negatif pada kesehatan pekerja.

Kelelahan kerja terbukti menjadi penyebab lebih dari 60% kecelakaan kerja. Ada beberapa faktor yang dapat menjadi penyebab kelelahan kerja baik internal maupun eksternal. Faktor internal meliputi umur, tingkat pendidikan, status gizi, riwayat kesehatan, status perkawinan dan masa kerja. Faktor eksternal meliputi kondisi lingkungan kerja, beban kerja dan jam kerja (Hehanussa et al., 2021).

Survey awal dilakukan dengan mengamati secara langsung dan melakukan wawancara secara langsung dengan para pekerja dengan jumlah 10 pekerja, dari hasil wawancara yang diamati oleh peneliti, terungkap bahwa 69% dari 10 pekerja mengalami kelelahan kerja, seperti beban kerja yang berat, dan sering kali harus bekerja lembur untuk memenuhi atau mengejar target. Dari uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa beban kerja, dan waktu kerja, merupakan bahaya utama dalam pekerjaan di bidang konstruksi yang dapat menyebabkan kelelahan kerja. Selain itu, ciri khas pekerjaan konstruksi adalah adanya batasan masa kerja. Hal ini berhubungan dengan waktu kerja yang menjadi faktor penyebab kelelahan kerja, bersama dengan usia, status gizi, dan riwayat penyakit.

Berdasarkan pengamatan langsung terhadap pekerja harian di proyek pembangunan gedung Universitas Paramadina Cipayung. Hal ini menjadi alasan utama peneliti agar dilakukan penelitian dengan judul "**Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja Proyek Pembangunan Gedung Universitas Paramadina Cipayung.**"

## **1. 2 Rumusan Masalah**

Pekerja yang mengalami kelelahan cenderung membuat lebih banyak kesalahan, yang dapat mengakibatkan penurunan kinerja dan kualitas kerja, serta meningkatkan risiko kecelakaan kerja dan kematian. Kelelahan kerja juga berdampak negatif pada kinerja dan meningkatkan frekuensi kesalahan kerja. Penurunan kinerja ini langsung berhubungan dengan menurunnya produktivitas kerja. Jika produktivitas seorang pekerja terhambat oleh kelelahan fisik atau mental, maka perusahaan akan merasakan dampaknya dalam bentuk penurunan produktivitas secara keseluruhan.

Dari hasil wawancara yang diamati oleh peneliti, terungkap bahwa 69% dari seluruh pekerja mengalami kelelahan kerja, dan beban kerja yang berat akibat adanya banyak pekerjaan setiap harinya, dan pekerjaan yang diberikan terkadang sifatnya mendadak dengan jangka waktu yang singkat untuk

menyelesaikan pekerjaan. Maka dari itu, peneliti melakukan penelitian tentang "Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja di Proyek Pembangunan Gedung Universitas Paramadina Cipayung."

### **1.3 Pertanyaan Penelitian**

1. Faktor-Faktor Apakah Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja di Proyek Pembangunan Gedung Universitas Paramadina Cipayung?
2. Bagaimana hubungan antara usia, status pendidikan, riwayat penyakit, waktu kerja, beban kerja, dan stress kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja di Proyek Pembangunan Gedung Universitas Paramadina Cipayung.

### **1.4 Tujuan Penelitian**

#### **1.4.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada pekerja di Proyek Pembangunan Gedung Universitas Paramadina Cipayung.

#### **1.4.2 Tujuan Khusus**

1. Untuk mengetahui gambaran faktor kelelahan kerja pada pekerja di Proyek Pembangunan Gedung Universitas Paramadina Cipayung.
2. Untuk mengetahui gambaran faktor umur, status pendidikan, riwayat penyakit, waktu kerja, beban kerja, dan stress kerja pada pekerja di Proyek Pembangunan Gedung Universitas Paramadina Cipayung.
3. Untuk menganalisis hubungan antara umur, status pendidikan, riwayat penyakit, waktu kerja, beban kerja, dan stress kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja di Proyek Pembangunan Gedung Universitas Paramadina Cipayung.

## **1. 5 Manfaat Penelitian**

### **1.5.1 Manfaat Bagi Mahasiswa atau Pembaca**

Dalam hal ini peneliti mendapatkan pengalaman yang sangat berharga dan memperluas pengetahuan siswa. Mereka dapat mengaplikasikan pengetahuan yang sudah di dapatkan selama proses perkuliahan di Prodi S1 Kesehatan Masyarakat, khususnya pada Peminatan Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3).

### **1.5.2 Manfaat Bagi Peneliti Selanjutnya**

Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya dalam mempelajari faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada pekerja, dan dapat meneliti faktor yang lain sebagai bentuk kekurangan intelektual.

### **1.5.3 Manfaat Bagi Instansi**

Saya harap penelitian ini diharapkan agar menjadi sarana promosi atau sumber informasi untuk instansi untuk merancang langkah-langkah yang dapat membawa hasil dalam meningkatkan kesadaran terhadap risiko kelelahan yang dapat memengaruhi kesehatan dan produktivitas, terutama bagi para pekerja.

## **1. 6 Ruang Lingkup**

Kelelahan kerja adalah mekanisme pertahanan tubuh yang melindungi tubuh dari kerusakan lebih lanjut, sehingga tubuh dapat pulih setelah istirahat. Namun, jika tidak ada penanganan yang tepat, kelelahan tersebut juga dapat mengancam kesehatan. Sekitar 20% pekerja mengalami gejala kelelahan kerja, yang merupakan keluhan umum. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang terkait dengan kelelahan kerja pada pekerja di Proyek Pembangunan Universitas Paramadina Cipayung. Penelitian ini melibatkan 87 responden dan akan dilaksanakan di Universitas Paramadina Cipayung dari bulan Juni hingga Agustus 2024. Metode penelitian yang dipakai adalah kuantitatif dengan desain penelitian survei *cross-sectional*. Sumber data mencakup data primer yang didapat langsung melalui pengisian kuesioner dan

data sekunder yang diperoleh tidak langsung dari literatur lain. Data yang terkumpul akan dianalisis menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan uji statistik *chi-square*.