

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kelelahan akibat pekerjaan adalah salah satu isu kesehatan kerja yang sering dijumpai di sektor konstruksi. Kelelahan yang dialami pekerja berpotensi menghambat produktivitas kerja serta memperbesar kemungkinan terjadinya kecelakaan di lingkungan kerja. Kelelahan kerja merupakan keadaan ketika kemampuan fisik dan mental seseorang mengalami penurunan setelah melakukan pekerjaan secara terus-menerus tanpa waktu istirahat yang cukup. Keadaan tersebut dapat memengaruhi kemampuan pekerja dalam menyelesaikan pekerjaan, baik dari segi efisiensi, kualitas hasil kerja, konsentrasi, maupun daya tahan tubuh selama bekerja. (Kholipah & Haris, 2026)

Sektor konstruksi termasuk bidang pekerjaan dengan tingkat risiko keselamatan dan kesehatan kerja yang tinggi. Tingginya risiko tersebut berkaitan dengan karakteristik pekerjaan konstruksi yang beragam dan kompleks, melibatkan banyak tenaga kerja, memiliki intensitas pekerjaan yang tinggi, serta menggunakan berbagai peralatan dan mesin dalam pelaksanaannya. Selain itu, pekerjaan konstruksi umumnya memiliki masa kerja yang bersifat terbatas sesuai dengan tahapan penyelesaian proyek. Dengan demikian, upaya penerapan Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) menjadi aspek penting untuk mengendalikan risiko kecelakaan maupun penyakit akibat kerja (Agusman et al., 2021)

Secara global, International Labour Organization (ILO) melaporkan bahwa kelelahan kerja termasuk dalam salah satu faktor penyebab yang memiliki keterkaitan dengan risiko terjadinya kecelakaan kerja, yang mengakibatkan sekitar dua juta kematian pekerja setiap tahunnya. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kelelahan kerja memiliki dampak signifikan terhadap

keselamatan pekerja, terutama karena dapat memperbesar peluang terjadinya insiden kecelakaan kerja. Temuan tersebut turut diperkuat oleh hasil pengamatan terhadap 58.155 pekerja, yang menunjukkan bahwa sekitar 18.828 orang atau sebesar 32,8% dilaporkan mengalami kondisi kelelahan. (Rahmawati & Afandi, 2019)

Hasil penelitian yang dipublikasikan oleh *National Safety Council* (NSC) di Amerika Serikat menunjukkan bahwa kelelahan kerja merupakan salah satu faktor yang berkontribusi terhadap terjadinya kecelakaan di lingkungan kerja. Sekitar 13% kasus kecelakaan kerja diketahui berkaitan dengan kondisi kelelahan yang dialami pekerja. Selain meningkatkan risiko kecelakaan, kelelahan kerja juga masih banyak dialami oleh tenaga kerja di Amerika Serikat, dengan proporsi mencapai 40% dari total pekerja menyatakan bahwa mereka mungkin mengalami kelelahan yang cukup berat sehingga tidak dapat menjalankan pekerjaan secara aman.

Di Indonesia, Kementerian Ketenagakerjaan menyebutkan bahwa Proporsi pekerja yang mengalami indikasi kelelahan kerja mencapai sekitar 65% dari keseluruhan pekerja yang diamati, sementara 27,8% kecelakaan kerja disebabkan oleh kondisi tersebut. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa Kelelahan kerja masih tergolong sebagai permasalahan yang perlu mendapatkan perhatian dalam berbagai sektor pekerjaan. (Cahyo & Khairunnisa, 2017)

Sektor konstruksi di Indonesia juga menempati peringkat tertinggi dalam hal tingkat kecelakaan kerja global. Industri konstruksi memiliki tingkat kecelakaan kerja tertinggi di Indonesia, yang berkontribusi sebesar 31–35% dari total kecelakaan kerja di semua industri. (Yuli et al., 2022)

Di Indonesia, kelelahan kerja menjadi salah satu permasalahan keselamatan kerja yang perlu diperhatikan karena berpotensi meningkatkan risiko terjadinya kecelakaan kerja. Berdasarkan laporan Kementerian Ketenagakerjaan, kelelahan kerja termasuk salah satu faktor yang dapat berkontribusi terhadap terjadinya kecelakaan kerja. Berdasarkan data BPJS Ketenagakerjaan, sebanyak

462.241 kasus kecelakaan kerja tercatat di Indonesia selama tahun 2024, dengan kelelahan kerja menjadi salah satu faktor yang berkaitan dengan kejadian tersebut. Kondisi ini menunjukkan adanya peningkatan kasus kecelakaan kerja pada awal tahun 2025. Berdasarkan data Kementerian Ketenagakerjaan, hingga April 2025 tercatat sebanyak 47.300 kasus kecelakaan kerja, atau mengalami peningkatan sekitar 12% dibandingkan dengan periode yang sama pada tahun sebelumnya.(BPJS Ketenagakerjaan, 2025)

Berdasarkan data BPJS Ketenagakerjaan, Jakarta Selatan merupakan wilayah dengan jumlah kasus kecelakaan kerja tertinggi di Provinsi DKI Jakarta. Tercatat sebanyak 466 kasus kecelakaan kerja terjadi di wilayah tersebut, dengan peningkatan sekitar 19,49% dibandingkan periode sebelumnya. Angka tersebut menunjukkan bahwa kelelahan kerja perlu menjadi perhatian sebagai salah satu faktor yang berpotensi berkontribusi terhadap terjadinya kecelakaan kerja. (Yuli et al., 2022)

Tingkat kelelahan yang tinggi dapat menghambat kemampuan pekerja dalam melaksanakan pekerjaannya. Apabila pekerja tetap dipaksa bekerja dalam kondisi lelah, maka kelelahan akan semakin meningkat, mengganggu kelancaran proses kerja, serta memberikan dampak negatif terhadap kesehatan. Kondisi tersebut juga berpotensi menurunkan kinerja, meningkatkan kesalahan kerja, dan pada akhirnya memperbesar risiko terjadinya kecelakaan kerja di lingkungan industri.(Santriyana et al., 2023)

Faktor yang berperan dalam terjadinya kelelahan kerja dapat dikelompokkan menjadi faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik. Faktor intrinsik berkaitan dengan karakteristik yang berasal dari dalam diri pekerja, seperti usia dan jenis kelamin. status kesehatan, dan kondisi psikologis. Adapun faktor ekstrinsik adalah berbagai kondisi yang bersumber dari lingkungan, seperti beban kerja yang diterima serta kondisi lingkungan tempat pekerja melakukan pekerjaannya. (Kurniawan et al., 2021)

Sejumlah penelitian sebelumnya telah mengkaji berbagai faktor yang berkaitan dengan kelelahan kerja. (Lintje et al., 2023) menemukan adanya hubungan yang signifikan antara usia ($p = 0,037$), masa kerja ($p = 0,044$), iklim kerja ($p = 0,001$), dan beban kerja ($p = 0,044$) dengan kelelahan kerja. Sementara itu, penelitian (Bayu et al., 2025) menunjukkan bahwa usia dan beban kerja memiliki hubungan dengan kelelahan kerja, sedangkan lama kerja, masa kerja, dan status gizi tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan kelelahan kerja. Hasil penelitian (Jovita & Fauziah, 2024) turut memperlihatkan bahwa durasi tidur dan waktu kerja memiliki keterkaitan dengan kejadian kelelahan kerja. Temuan ini juga konsisten dengan hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan adanya hubungan antara kedua faktor tersebut dengan kelelahan kerja. (Munawar Dina et al., 2024) yang menunjukkan bahwa kualitas tidur dan stres kerja memiliki hubungan dengan kelelahan kerja.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan, peneliti memperoleh informasi melalui wawancara langsung dengan sejumlah pekerja konstruksi PT Abadi Prima Inti Karya pada proyek X didapatkan dari 10 pekerja yang diwawancarai, terungkap bahwa 70% dari 10 pekerja mengalami kelelahan kerja yang tinggi, seperti beban kerja yang berat, dan sering kali harus bekerja lembur untuk memenuhi atau mengejar target.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat diketahui bahwa beban kerja dan waktu kerja merupakan bahaya utama pada sektor konstruksi yang berpotensi menimbulkan kelelahan kerja. Selain itu, pekerjaan konstruksi memiliki karakteristik berupa masa kerja yang bersifat terbatas, sehingga aspek waktu kerja menjadi salah satu faktor yang dapat memengaruhi terjadinya kelelahan. Di samping itu, faktor lain yang diduga berkaitan dengan kelelahan kerja yaitu meliputi usia, beban kerja, waktu kerja, masa kerja, kualitas tidur, kebiasaan merokok. Berdasarkan hasil pengamatan langsung yang dilakukan pada pekerja konstruksi di Proyek X, peneliti memandang bahwa permasalahan tersebut perlu diteliti lebih lanjut. Atas dasar permasalahan tersebut, penelitian ini dilakukan dengan judul "Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan

Kerja pada Pekerja PT. Abadi Prima Inti Karya di Proyek X Jakarta Selatan 2026 ."

1.2 Rumusan Masalah

Pekerja yang bergerak pada bidang konstruksi merupakan salah satu kelompok tenaga kerja yang memiliki risiko tinggi mengalami kelelahan kerja. Hal tersebut dipengaruhi oleh karakteristik pekerjaan konstruksi yang menuntut aktivitas fisik yang intens, waktu kerja yang relatif panjang, serta adanya paparan berbagai kondisi lingkungan kerja selama proses pelaksanaan pekerjaan. Kelelahan kerja dapat terlihat melalui penurunan kemampuan fisik maupun psikologis pekerja, yang ditandai dengan menurunnya fokus dan kewaspadaan, berkurangnya energi, serta munculnya kondisi lelah yang dapat menghambat penyelesaian tugas secara optimal. Apabila tidak dilakukan upaya pengendalian, kondisi kelelahan tersebut berpotensi menyebabkan peningkatan kesalahan saat bekerja, memperbesar kemungkinan terjadinya kecelakaan kerja, menurunkan produktivitas, serta memberikan dampak serius terhadap keselamatan pekerja. Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilaksanakan pada 10 pekerja konstruksi, diketahui bahwa sebanyak 7 pekerja (70%) mengalami keluhan kelelahan kerja. Kondisi tersebut diduga berkaitan dengan adanya tuntutan penyelesaian proyek sesuai target waktu yang telah ditetapkan serta durasi kerja yang dapat memengaruhi kondisi fisik pekerja. Oleh karena itu, berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini dilakukan dengan judul: **"Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja Konstruksi PT. Abadi Prima Inti Karya di Proyek X Jakarta Selatan Tahun 2026"**.

1.3 Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana gambaran kelelahan kerja pada pekerja konstruksi Proyek X di Jakarta Selatan Tahun 2026?
2. Bagaimana gambaran distribusi frekuensi usia, beban kerja, waktu kerja, masa kerja, kualitas tidur, kebiasaan merokok pada pekerja konstruksi Proyek X di Jakarta Selatan Tahun 2026?

3. Apakah terdapat hubungan antara usia, beban kerja, waktu kerja, masa kerja, kualitas tidur, kebiasaan merokok pada pekerja konstruksi Proyek X di Jakarta Selatan Tahun 2026?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor - faktor yang berhubungan dengan terjadinya kelelahan kerja pada pekerja konstruksi Proyek X Jakarta Selatan 2026.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran kelelahan kerja yang dialami oleh Pekerja Konstruksi Proyek X Jakarta Selatan 2026.
2. Mengetahui gambaran karakteristik responden berdasarkan usia, beban kerja, waktu kerja, masa kerja, kualitas tidur, dan kebiasaan merokok pada Pekerja Konstruksi Proyek X Jakarta Selatan 2026.
3. Mengetahui hubungan antara kategori usia, beban kerja, waktu kerja, masa kerja, kualitas tidur, dan kebiasaan merokok terhadap kelelahan kerja pada Pekerja konstruksi Proyek X Jakarta Selatan 2026.

1.5 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dan manfaat bagi berbagai pihak yang berkepentingan, di antaranya sebagai berikut:

1.5.1 Bagi PT. Abadi Prima Inti karya

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi bahan acuan berbagai informasi dan bahan pertimbangan bagi PT. Abadi Prima Inti Karya mengenai hubungan usia, beban kerja, waktu kerja, masa kerja, kualitas tidur, dan kebiasaan merokok dengan kelelahan kerja pada pekerja. Selain itu, temuan dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dalam merancang strategi pencegahan dan pengendalian kelelahan kerja secara lebih awal di lingkungan perusahaan.

1.5.2 Bagi Pekerja Konstruksi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan meningkatkan pengetahuan pekerja konstruksi mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja. Informasi tersebut diharapkan dapat mendorong pekerja untuk lebih memperhatikan kondisi tubuh, waktu istirahat, kualitas tidur, beban kerja, serta kebiasaan sehari-hari yang dapat memengaruhi tingkat kelelahan selama bekerja.

1.5.3 Bagi Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu sumber referensi tambahan serta memperkaya bahan pustaka bagi Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Mohammad Husni Thamrin. Selain itu, penelitian ini juga dapat mendukung terjalinnya kerja sama antara universitas dengan PT. Abadi Prima Inti karya sebagai tempat penelitian serta menambah wawasan pembelajaran yang diperoleh dari kondisi di lapangan.

1.5.4 Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam memperkaya pengetahuan, memperluas pemahaman, serta menambah pengalaman peneliti dalam melakukan kegiatan penelitian ilmiah, khususnya mengenai faktor-faktor yang berkaitan dengan tingkat kelelahan kerja pada pekerja konstruksi. Selain itu, pelaksanaan penelitian ini diharapkan mampu mengembangkan keterampilan peneliti dalam menerapkan tahapan metodologi penelitian serta menghubungkan konsep teoritis yang telah diperoleh selama masa perkuliahan dengan kondisi nyata di lapangan.

1.6 Ruang Lingkup

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada pekerja konstruksi. Populasi penelitian mencakup pekerja konstruksi PT. Abadi Prima Inti Karya yang bekerja di Proyek X Jakarta

Selatan pada tahun 2026. Pelaksanaan penelitian berlangsung pada periode Juli hingga September 2026 dengan lokasi penelitian bertempat di Proyek X Jakarta Selatan. Penetapan sampel dilakukan menggunakan metode total sampling, yaitu seluruh anggota populasi yang memenuhi persyaratan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi dilibatkan sebagai responden penelitian. Data yang diperoleh dari penelitian selanjutnya diolah untuk memperoleh gambaran distribusi frekuensi pada setiap variabel yang diteliti melalui analisis univariat. Tahap berikutnya dilakukan analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square untuk mengetahui keterkaitan antara karakteristik individu dan faktor pekerjaan dengan tingkat kelelahan kerja yang dialami oleh pekerja konstruksi di Proyek X Jakarta Selatan tahun 2026.