

## **Analisis Faktor Risiko Kelelahan Pada Pekerja Muda di Proyek Konstruksi PT. ABC Tahun 2020**

Kusuma, Made Adhyatma Prawira Natha

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=134424&lokasi=lokal>

---

### **Abstrak**

Kelelahan merupakan konsekuensi dari pekerjaan yang menurunkan kapasitas kerja fisik maupun mental dan menjadi salah satu faktor penyebab kecelakaan pada bidang konstruksi. Kelelahan dapat terjadi pada pekerja berbagai rentang usia, termasuk pekerja muda usia 15-24 tahun. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor risiko kelelahan meliputi usia, status gizi (Indeks Masa Tubuh), status kesehatan, masa kerja, jam kerja, waktu istirahat, kebiasaan olahraga, konsumsi kafein, konsumsi alkohol, kebiasaan merokok, kualitas tidur, kepuasan kerja, tuntutan di tempat kerja, kontrol terhadap pekerjaan, dukungan sosial dan stres kerja terhadap kelelahan kerja itu sendiri pada pekerja muda di proyek konstruksi. Penelitian dilakukan pada pekerja muda proyek konstruksi PT. ABC di Bali (3 proyek konstruksi), melibatkan 212 pekerja muda. Rancangan penelitian ini adalah analitik semi kuantitatif dengan cross-sectional study. Instrumen yang digunakan meliputi Industrial Fatigue Research Committee (IFRC), Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI), Sleep Hygiene Index untuk melihat higiene tidur dan kuesioner adaptasi dari Copenhagen penilaian lebih lanjut dan perbaikan untuk mencegah terjadinya kelelahan berkelanjutan yang Psychosocial Questionnaire-III. Hasilnya menunjukkan sebagian besar responden dalam kategori kelelahan sedang (69,34%) dengan gejala kelelahan tertinggi yaitu merasa haus (52,95%). Analisis multivariat menggunakan uji regresi logistik mendapatkan variabel konsumsi alkohol memiliki hubungan bermakna terhadap kelelahan dengan nilai  $OR=2,41$ , artinya pekerja yang mengkonsumsi alkohol 2,41 kali lebih berisiko mengalami kelelahan dari pada yang tidak mengkonsumsi alkohol. Begitu juga variabel stres menunjukkan adanya hubungan bermakna terhadap kelelahan dengan nilai  $OR=4,99$ , artinya pekerja yang stres 4,99 kali lebih berisiko mengalami kelelahan daripada yang tidak stress. Disimpulkan secara umum, kelelahan pada pekerja muda di sektor konstruksi dalam kondisi yang membutuhkan merupakan risiko kritis terjadinya kecelakaan kerja.

*Fatigue is a consequence of work which decreases physical and mental work capacity and is one of the factors causing accidents in the construction field. Fatigue can occur in workers of various age ranges, including young workers aged 15-24 years. This study aims to analyze risk factors for fatigue including age, nutritional status (Body Mass Index), health status, work period, hours of work, rest periods, exercise habits, caffeine consumption, alcohol consumption, smoking habits, sleep quality, job satisfaction, demands in the workplace, control of work, social support and work stress on work fatigue itself in young workers on construction projects. The study was conducted on young workers of PT. ABC in Bali (3 construction projects), involving 212 young workers. The design of this study is a semi-quantitative analytic with cross-sectional study. The instruments used include the Industrial Fatigue Research Committee (IFRC), the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI), the Sleep Hygiene Index to view sleep hygiene and the adaptation questionnaire from Copenhagen for further assessment and improvement to prevent ongoing fatigue that is Psychosocial Questionnaire-III. The results showed that most respondents in the category of moderate fatigue (69.34%. In general, fatigue among young workers in the construction sector in conditions of need is a critical risk of work accidents.*