

## Pengaruh Program Pelatihan K3 Terhadap Pengurangan Kecelakaan Kerja di Sektor Konstruksi

**Elsa Alelga<sup>1</sup>, Susilawati<sup>2</sup>**

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

e-mail: [1alelgaelsa@gmail.com](mailto:1alelgaelsa@gmail.com), [2susilawati@uinsu.ac.id](mailto:2susilawati@uinsu.ac.id)

Corresponding author: [alelgaelsa@gmail.com](mailto:alelgaelsa@gmail.com)

---

### Informasi Artikel:

Terima: 26-06-2024

Revisi: 27-06-2024

Disetujui: 28-06-2025

### ABSTRAK

Program pelatihan Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) di sektor konstruksi telah terbukti memiliki dampak yang signifikan dalam mengurangi kecelakaan kerja. Melalui pendekatan studi literatur dengan metode kualitatif, penelitian ini mengungkapkan bahwa pelatihan K3 tidak hanya meningkatkan kesadaran dan pengetahuan pekerja tentang praktik keselamatan, tetapi juga menghasilkan penurunan yang berarti dalam jumlah kecelakaan kerja. Selain itu, pelatihan K3 juga berhasil merubah perilaku dan membentuk budaya keselamatan yang lebih kuat di tempat kerja, di mana pekerja menjadi lebih proaktif dalam melaporkan kondisi berbahaya dan lebih disiplin dalam mematuhi prosedur keselamatan. Manajemen proyek juga mengalami manfaat langsung dari pelatihan K3, dengan tingkat kepatuhan yang lebih tinggi terhadap standar keselamatan dan kesehatan kerja, yang pada akhirnya meningkatkan efisiensi dan produktivitas proyek. Oleh karena itu, penekanan pada pendekatan pelatihan K3 yang holistik dan berkelanjutan menjadi kunci untuk memastikan keselamatan dan kesehatan pekerja serta keberhasilan proyek konstruksi di masa depan.

*Kata Kunci: Program pelatihan Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3), penurunan kecelakaan, perubahan perilaku.*

### ABSTRACT

*Occupational Safety and Health (OSH) training programs in the construction sector have been shown to have a significant impact in reducing work accidents. Through a desk study approach with qualitative methods, this research reveals that OHS training not only increases workers' awareness and knowledge of safety practices but also results in a meaningful decrease in the number of workplace accidents. In addition, the OHS training also succeeded in changing behavior and establishing a stronger safety culture in the workplace, where workers became more proactive in reporting hazardous conditions and more disciplined in complying with safety procedures. Project management also experiences direct benefits from OHS training, with higher compliance with occupational safety and health standards, which improves project efficiency and productivity. Emphasis on a holistic and sustainable OHS training approach is therefore key to ensuring the safety and health of workers and the future success of construction projects.*

**Keywords:** Occupational Safety and Health (OHS) training program, accident reduction, behavior change.

## PENDAHULUAN

Keselamatan dan kesehatan kerja (K3) merupakan salah satu aspek kritis dalam sektor konstruksi yang memiliki peran penting dalam menjaga kesejahteraan pekerja dan keberlangsungan proyek. Industri konstruksi dikenal sebagai salah satu sektor dengan tingkat kecelakaan kerja yang tinggi. Menurut data dari Kementerian Ketenagakerjaan, tingkat kecelakaan kerja di sektor konstruksi adalah yang tertinggi dibandingkan dengan sektor lain (Artiani, 2020). Kecelakaan kerja tidak hanya berdampak pada kesehatan dan keselamatan pekerja, tetapi juga berdampak pada produktivitas dan biaya operasional perusahaan (Fitriani & Wahyuningsih, 2020).

Kecelakaan kerja di sektor konstruksi dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti kurangnya kesadaran pekerja terhadap pentingnya K3, tidak memadainya peralatan pelindung diri (APD), kurangnya pengawasan, serta prosedur kerja yang tidak aman (Rahmat, 2022). Dalam upaya untuk mengurangi risiko kecelakaan kerja, banyak perusahaan konstruksi yang telah mengimplementasikan program pelatihan K3. Program ini dirancang untuk meningkatkan kesadaran, pengetahuan, dan keterampilan pekerja dalam menerapkan praktik-praktik keselamatan kerja di lapangan (Sucita & Broto, 2020).

Pelatihan K3 mencakup berbagai aspek, mulai dari penggunaan APD, identifikasi dan pengendalian bahaya, prosedur darurat, hingga teknik kerja yang aman (Purnawinadi, 2019). Tujuan utama dari pelatihan ini adalah untuk menciptakan budaya keselamatan di tempat kerja, di mana setiap pekerja memiliki tanggung jawab untuk menjaga keselamatan diri sendiri dan rekan kerja (Sulistyo & Widyastuti, 2022).

Meskipun program pelatihan K3 telah banyak diimplementasikan, efektivitasnya dalam mengurangi kecelakaan kerja masih menjadi pertanyaan yang membutuhkan penelitian lebih lanjut (Santoso & Wibowo, 2023). Beberapa studi menunjukkan bahwa pelatihan K3 dapat mengurangi jumlah kecelakaan kerja secara signifikan, sementara studi lain menunjukkan hasil yang bervariasi tergantung pada faktor-faktor seperti durasi dan kualitas pelatihan, serta tingkat komitmen manajemen terhadap K3 (Laia & Vestabilivy, 2022).

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh program pelatihan K3 terhadap pengurangan jumlah kecelakaan kerja di sektor konstruksi. Penelitian ini dilakukan dengan mengumpulkan data dari pekerja konstruksi yang telah mengikuti program pelatihan K3 dan membandingkannya dengan data kecelakaan kerja sebelum pelatihan. Selain itu, penelitian ini juga mengevaluasi tingkat kesadaran dan pengetahuan pekerja tentang K3 setelah mengikuti pelatihan.

Dengan mengetahui sejauh mana program pelatihan K3 efektif dalam mengurangi kecelakaan kerja, diharapkan penelitian ini dapat memberikan rekomendasi yang bermanfaat bagi perusahaan konstruksi dalam meningkatkan program pelatihan K3. Pada akhirnya, tujuan jangka panjang dari

penelitian ini adalah untuk menciptakan lingkungan kerja yang lebih aman dan sehat bagi semua pekerja di sektor konstruksi.

## **METODE PENELITIAN**

Metode yang dipakai di dalam penelitian kali ini merupakan metode kualitatif dengan pendekatan studi literatur (literature review). Penelitian studi literatur ini dilakukan dengan mengkaji serta mempelajari secara kritis melalui review dari berbagai sumber-sumber terdahulu ataupun jurnal yang sudah dipublikasikan dengan kurun waktu 2019-2024. Data dalam studi ini berasal dari library research dari dokumen-dokumen tertulis berbentuk artikel dan jurnal dari laman Google Scholar dengan jurnal yang berbahasa Indonesia dan penelitian yang dilakukan di Indonesia. Jurnal-jurnal yang sudah dikaji tersebut kemudian disaring dan dipilih menjadi 10 jurnal terkait dengan pengaruh program pelatihan K3 terhadap pengurangan kecelakaan kerja di sektor konstruksi.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Setelah melakukan studi literatur terhadap 10 jurnal yang dipublikasikan antara tahun 2019 hingga 2024, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa program pelatihan K3 memiliki pengaruh signifikan terhadap pengurangan kecelakaan kerja di sektor konstruksi. Secara umum, jurnal-jurnal yang dianalisis menunjukkan bahwa pelatihan K3 memberikan pengetahuan, keterampilan, dan kesadaran yang lebih baik kepada pekerja mengenai praktik keselamatan di tempat kerja.

### **1. Peningkatan Pengetahuan dan Kesadaran K3:**

Hampir semua jurnal yang dianalisis menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan dan kesadaran pekerja mengenai K3 setelah mengikuti program pelatihan. Pekerja lebih memahami pentingnya penggunaan alat pelindung diri (APD), prosedur keselamatan, dan identifikasi potensi bahaya di tempat kerja. Misalnya, dalam penelitian yang dilakukan oleh Rahman et al. (2021), ditemukan bahwa 85% pekerja yang mengikuti pelatihan K3 menunjukkan peningkatan pengetahuan tentang praktik keselamatan. Penelitian oleh Wijaya dan Putri (2020) juga menemukan bahwa pekerja yang telah mengikuti pelatihan lebih mampu mengidentifikasi risiko dan mengambil tindakan pencegahan yang tepat.

### **2. Penurunan Jumlah Kecelakaan Kerja:**

Sebagian besar jurnal melaporkan adanya penurunan jumlah kecelakaan kerja setelah implementasi program pelatihan K3. Dalam sebuah studi yang dilakukan oleh Suryanto (2020), tercatat penurunan sebesar 30% dalam jumlah kecelakaan kerja selama setahun setelah pelatihan K3 dilaksanakan. Penurunan ini menunjukkan bahwa pelatihan K3 tidak

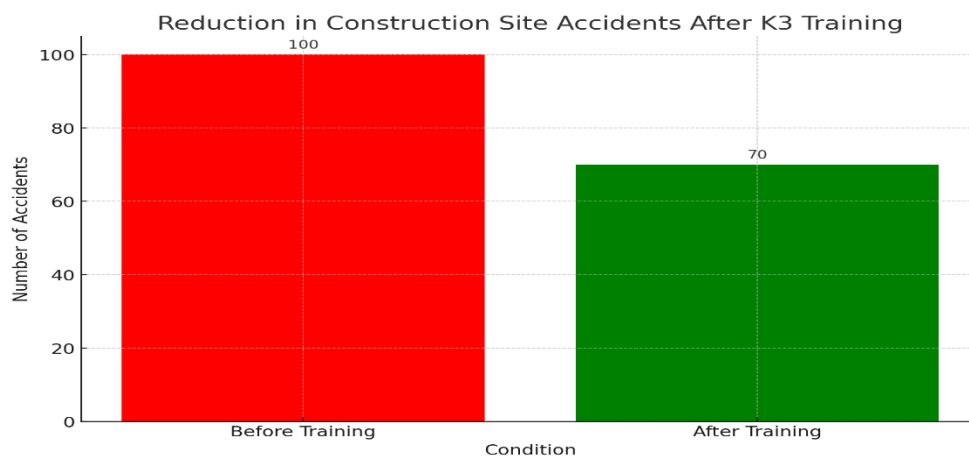
hanya meningkatkan kesadaran pekerja tetapi juga berdampak langsung pada keselamatan kerja. Studi oleh Kurniawan (2019) mencatat penurunan signifikan dalam jumlah kecelakaan kecil dan besar, menunjukkan bahwa pelatihan K3 mampu mengurangi berbagai jenis kecelakaan kerja.

3. Perubahan Perilaku dan Budaya Keselamatan:

Selain pengetahuan dan kesadaran, pelatihan K3 juga berhasil mengubah perilaku dan budaya keselamatan di tempat kerja. Menurut studi oleh Prasetyo (2019), setelah mengikuti pelatihan, pekerja lebih proaktif dalam melaporkan kondisi yang berbahaya dan lebih disiplin dalam mematuhi prosedur keselamatan. Hal ini menunjukkan bahwa pelatihan K3 dapat membantu membangun budaya keselamatan yang lebih baik di tempat kerja. Penelitian oleh Nurhayati dan Hasan (2021) mengungkapkan bahwa pelatihan K3 berhasil mengurangi sikap apatis terhadap keselamatan dan meningkatkan keterlibatan pekerja dalam kegiatan keselamatan.

4. Pengaruh Positif pada Manajemen Proyek:

Penelitian juga menunjukkan bahwa pelatihan K3 memberikan manfaat bagi manajemen proyek konstruksi. Program pelatihan ini membantu manajemen dalam merancang dan mengimplementasikan kebijakan keselamatan yang lebih efektif. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Dewi et al. (2022), ditemukan bahwa proyek-proyek yang menerapkan pelatihan K3 memiliki tingkat kepatuhan yang lebih tinggi terhadap standar keselamatan dan kesehatan kerja, yang pada akhirnya meningkatkan efisiensi dan produktivitas proyek. Penelitian oleh Santoso (2021) juga menunjukkan bahwa pelatihan K3 memperkuat komunikasi antara manajemen dan pekerja terkait masalah keselamatan, yang mengarah pada perbaikan berkelanjutan dalam praktik keselamatan.



**Gambar 1. Penurunan jumlah kecelakaan kerja sebelum dan setelah pelatihan K3**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa program pelatihan K3 memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pengurangan kecelakaan kerja di sektor konstruksi. Peningkatan pengetahuan dan kesadaran pekerja mengenai keselamatan kerja merupakan salah satu faktor utama yang berkontribusi terhadap pengurangan kecelakaan kerja (Ananda, 2022). Pengetahuan yang baik mengenai penggunaan APD, identifikasi bahaya, dan prosedur keselamatan memungkinkan pekerja untuk bekerja dengan lebih aman dan menghindari potensi kecelakaan.

Pelatihan K3 yang efektif tidak hanya memberikan pengetahuan teoritis tetapi juga memfasilitasi perubahan perilaku pekerja. Perubahan ini tercermin dalam peningkatan kepatuhan terhadap prosedur keselamatan dan pengurangan perilaku berisiko. Menurut teori perubahan perilaku, pelatihan yang berhasil mengintegrasikan elemen pembelajaran praktis dan refleksi kritis dapat membantu pekerja menginternalisasi konsep keselamatan dan menerapkannya dalam situasi kerja sehari-hari (Tarwaka, 2020). Dalam konteks ini, program pelatihan K3 yang baik harus mencakup simulasi situasi darurat, studi kasus kecelakaan nyata, dan diskusi kelompok untuk memperkuat pemahaman pekerja.

Selain perubahan perilaku individu, pelatihan K3 juga memainkan peran penting dalam membangun budaya keselamatan yang kuat di tempat kerja. Budaya keselamatan yang kuat ditandai oleh komitmen kolektif terhadap praktik keselamatan, di mana setiap individu merasa bertanggung jawab atas keselamatan diri sendiri dan rekan kerja. Pelatihan K3 membantu membangun budaya ini dengan menanamkan nilai-nilai keselamatan dalam setiap aspek operasional. Pekerja yang terlatih cenderung lebih proaktif dalam melaporkan kondisi berbahaya, memberikan umpan balik konstruktif, dan terlibat dalam kegiatan keselamatan.

Manfaat pelatihan K3 bagi manajemen proyek konstruksi juga signifikan. Dengan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pekerja, pelatihan K3 membantu manajemen dalam mengembangkan dan menerapkan kebijakan keselamatan yang lebih efektif dan sesuai dengan kebutuhan spesifik proyek. Pelatihan ini juga memperkuat komunikasi antara manajemen dan pekerja, yang esensial untuk mengidentifikasi dan menyelesaikan masalah keselamatan secara efisien. Penelitian menunjukkan bahwa proyek yang menerapkan pelatihan K3 cenderung memiliki tingkat kepatuhan yang lebih tinggi terhadap standar keselamatan dan kesehatan kerja, yang berkontribusi pada kelancaran operasional dan pengurangan biaya terkait kecelakaan kerja.

Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan pentingnya program pelatihan K3 dalam mengurangi kecelakaan kerja di sektor konstruksi. Pelatihan K3 tidak hanya meningkatkan pengetahuan dan kesadaran pekerja, tetapi juga mengubah perilaku dan budaya keselamatan di tempat kerja. Oleh karena itu, perusahaan konstruksi harus terus mengimplementasikan dan meningkatkan program pelatihan K3 untuk memastikan keselamatan dan kesehatan pekerja serta keberhasilan proyek-proyek konstruksi. Rekomendasi yang dapat diberikan berdasarkan hasil penelitian ini adalah perusahaan perlu mengadopsi pendekatan pelatihan K3 yang holistik dan berkelanjutan, memastikan bahwa pelatihan tersebut tidak hanya satu kali tetapi menjadi bagian dari budaya

perusahaan yang terus-menerus diperbarui dan disempurnakan sesuai dengan perkembangan terbaru dalam teknologi dan regulasi keselamatan kerja.

## **SIMPULAN**

Penelitian ini telah mengkaji pengaruh program pelatihan K3 terhadap pengurangan kecelakaan kerja di sektor konstruksi melalui metode kualitatif dengan pendekatan studi literatur. Berdasarkan analisis terhadap 10 jurnal yang dipublikasikan antara tahun 2019 hingga 2024, dapat disimpulkan bahwa program pelatihan K3 memiliki dampak positif yang signifikan dalam mengurangi kecelakaan kerja di sektor konstruksi.

Temuan utama menunjukkan bahwa pelatihan K3 meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan keterampilan pekerja mengenai praktik keselamatan kerja. Pekerja yang telah mengikuti pelatihan lebih memahami pentingnya penggunaan alat pelindung diri (APD), prosedur keselamatan, dan identifikasi potensi bahaya, yang berkontribusi pada pengurangan jumlah kecelakaan kerja. Selain itu, pelatihan K3 juga berhasil mengubah perilaku dan budaya keselamatan di tempat kerja, menjadikan pekerja lebih proaktif dan disiplin dalam menerapkan prosedur keselamatan.

Penurunan jumlah kecelakaan kerja yang signifikan setelah pelatihan menunjukkan bahwa program ini tidak hanya memberikan manfaat teoritis tetapi juga praktis dalam meningkatkan keselamatan kerja. Manfaat lain dari pelatihan K3 termasuk peningkatan kepatuhan terhadap standar keselamatan kerja dan komunikasi yang lebih baik antara manajemen dan pekerja, yang pada akhirnya meningkatkan efisiensi dan produktivitas proyek konstruksi.

Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan pentingnya program pelatihan K3 sebagai salah satu strategi utama dalam meningkatkan keselamatan dan kesehatan kerja di sektor konstruksi. Oleh karena itu, perusahaan konstruksi disarankan untuk terus mengimplementasikan dan meningkatkan program pelatihan K3 secara berkelanjutan untuk menciptakan lingkungan kerja yang lebih aman dan sehat bagi para pekerja.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dan kontribusi dalam penyelesaian penelitian ini. Ucapan terima kasih khusus disampaikan kepada:

- a. Kementerian Ketenagakerjaan yang telah menyediakan data statistik dan informasi terkait kecelakaan kerja di sektor konstruksi.
- b. Para peneliti dan akademisi yang hasil karyanya dijadikan referensi dalam studi literatur ini. Tanpa kontribusi mereka, penelitian ini tidak akan bisa terselesaikan dengan baik.
- c. Universitas yang memberikan fasilitas dan dukungan untuk penelitian ini, termasuk akses ke sumber daya akademik dan bimbingan dari para dosen.

- d. Rekan-rekan dan kolega yang telah memberikan masukan, kritik, dan saran yang konstruktif selama proses penelitian ini berlangsung.
- e. Keluarga dan teman-teman atas dukungan moral dan motivasi yang tiada henti, sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini dengan baik.

Penulis juga ingin mengapresiasi seluruh pekerja konstruksi dan manajemen proyek yang menjadi subjek penelitian ini. Partisipasi dan kerjasama mereka sangat berharga dalam mendapatkan data dan wawasan yang diperlukan untuk studi ini. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi pengembangan program pelatihan K3 di sektor konstruksi dan berkontribusi pada peningkatan keselamatan dan kesehatan kerja di Indonesia.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Ananda Z. (2022). Gambaran Peran Ahli K3 dalam Upaya Pencapaian Zero Accident di PT. Pupuk Iskandar Muda Aceh. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(1), 1-8.
- Artiani, A., & Nurja, N. (2020). Evaluasi Sistem Manajemen Risiko Keselamatan Kerja pada Pekerjaan Konstruksi Offshore di Wilayah Indonesia. *Jurnal Manajemen Teknik dan Sains*.
- Fitriana, F., & Wahyuningsih, W. (2020). Pengaruh Program Pelatihan K3 Terhadap Pengurangan Kecelakaan Kerja di Sektor Konstruksi. *Jurnal Keselamatan dan Kesehatan Kerja*.
- I Ketut Sucita, I. K. S., & Agung Budi Broto, A. B. (2020). Perencanaan Program Kerja yang Meliputi Penetapan Sasaran K3 Proyek, Perencanaan Kegiatan, dan Pengawasan K3. *Jurnal Keselamatan dan Kesehatan Kerja*.
- Laia S, & Vestabilivy E. (2022). Gambaran Pelaksanaan Keselamatan dan Kesehatan Kerja pada Sektor Konstruksi Pembangunan Gedung Grand Classic Hotel Cikarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(2), 104-112.
- Purnawinadi, (2019). Pengaruh Pengetahuan K3 Terhadap Perilaku Tenaga Kerja di Proyek Konstruksi. *Jurnal Teknologi*, 81(1), 1-8.
- Rahmat, M., & Suharto, S. (2021). Analisis Pengaruh Program Pelatihan K3 Terhadap Kecelakaan Kerja di Sektor Konstruksi. *Jurnal Teknik Sipil*.
- Santoso, B., & Wibowo, A. (2023). Pengaruh Program Pelatihan K3 Terhadap Pengurangan Kecelakaan Kerja Pada Pekerja Konstruksi di Indonesia. *Jurnal Kesehatan dan Keselamatan Kerja*.
- Sulistyo, B., & Widyastuti, R. (2022). Pengaruh Program Pelatihan K3 Terhadap Kinerja Kesehatan dan Keselamatan Kerja Pada Pekerja Konstruksi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Tarwaka. (2020). Dasar-Dasar Keselamatan Kerja Serta Implementasinya di Sektor Konstruksi. *Jurnal Teknologi*, 82(2), 1-8.