

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Beratnya tuntutan tugas seorang guru dalam hal ini guru yang mengajar di Sekolah Menengah Pertama (SMP) misalnya, menyebabkan guru mengalami rasa bosan, jenuh dan juga mengakibatkan stres. Tingginya tuntutan pekerjaan yang membuat guru biasanya mengalami kelelahan dalam bekerja, sulit mengontrol emosi, serta terkadang mudah marah dan tersinggung.

Maka dari karena itu, diperlukan guru yang bisa memenuhi dan beradaptasi dengan tuntutan pekerjaannya. Karena jika tidak mampu memenuhi berbagai tuntutan pekerjaan seseorang akan mudah merasa stress dan terbebani, yang berdampak negatif pada aktivitas, lingkungan serta produktivitas kerja. Adapun gejala yang ditunjukkan seseorang yang mengalami kelelahan yaitu kelelahan fisik, emosional dan mental sehingga mereka akan sulit menjalankan tugasnya dengan baik. Kelelahan kerja merupakan salah satu masalah umum yang sering terjadi di dunia kerja (Robiatul Adawiyah, 2013).

Arti penting kelelahan kerja yaitu sebagai pandangan hidup dan sikap mental seluruh pegawai, dimana pegawai selalu berusaha untuk meningkatkan mutu kehidupan, keadaan hari ini harus lebih baik dari hari kemarin dan mutu kehidupan hari esok harus lebih

baik dari hari ini. Hal ini yang memberi dorongan untuk berusaha dan meningkatkan produktivitas dalam melaksanakan pekerjaan yang baik.

Pentingnya kelelahan kerja ini merupakan perencanaan pengembangan serta penerapan beberapa cara produktif dengan menggunakan sumber-sumber daya secara efisien yang tetap menjaga kualitas. Oleh karena itu produktivitas para guru perlu mendapatkan atensi yang tinggi dari pimpinan suatu organisasi, sehingga setiap organisasi bisa berusaha untuk memperbaiki tingkat kelelahan kerja pegawainya.

Kelelahan merupakan masalah umum yang masih sering terjadi di tempat kerja, baik di sektor formal maupun informal. Permasalahan ini merupakan salah satu faktor yang beriringan dengan penurunan kinerja serta produktivitas para pekerja. Tidak hanya itu, dampak lainnya dapat menurunkan kinerja dan meningkatnya kemungkinan kesalahan pekerja selama bekerja (Deyulmar, 2018). Kelelahan kerja merupakan kondisi yang disertai dengan penurunan efisiensi serta ketahanan dalam bekerja (Suma'mur, 1989).

Menurut Tarwaka (2004), kelelahan adalah suatu mekanisme perlindungan tubuh agar tubuh terhindar dari kerusakan lebih lanjut sehingga terjadi pemulihan setelah istirahat. Dikutip dari *Fatigue Management Fact Sheet* (2013) kelelahan akibat kerja secara signifikan dapat mempengaruhi fungsi kapasitas pekerja serta dapat berakibat pada kinerja pekerja dan produktivitas, serta meningkatkan potensi

cidera di tempat kerja. Dalam kehidupan sehari-hari kelelahan disebabkan oleh beberapa aspek yang berbeda seperti beban kerja, beban tambahan dan faktor individu. Sedangkan menurut Tarwaka (2015) faktor pemicu terjadinya kelelahan seperti lingkungan kerja ekstrim dan beban kerja (Wahyuni & Indriyani, 2019)

Dalam Undang-Undang RI nomor 20 Tahun 2003, menjelaskan bahwa Tenaga Pendidik merupakan tenaga kependidikan yang berkualifikasi sebagai guru, dosen, konselor, pamong belajar, widyaiswara, tutor, instruktur, fasilitator dan istilah lain yang sesuai dengan kekhususannya, serta berpartisipasi dalam penyelenggaraan pendidikan.

Pendidik juga merupakan tenaga profesional yang mana tugasnya adalah merancang dan melaksanakan proses pembelajaran, menilai hasil pembelajaran, melaksanakan pembimbingan serta pelatihan dan melakukan riset serta dedikasih kepada masyarakat terutama bagi pendidik pada perguruan tinggi yaitu dosen. Mengingat kedudukan yang diembannya, pendidik berkewajiban menciptakan suasana pendidikan yang bermakna, menyenangkan, kreatif, dinamis serta dialogis. Pendidikan yang baik tidak lepas dari kualitas sumber daya manusia yang baik pula (Zetli, 2019)

Menurut data WHO (*World Health Organization*) dalam model kesehatan yang dibuat sampai tahun 2020 meramalkan kendala psikis berupa perasaan lelah yang berat dan berujung pada depresi akan

menjadi penyakit pembunuh nomor dua setelah penyakit jantung. Hasil penelitian yang dilakukan oleh kementerian tenaga kerja Jepang terhadap 12.000 industri yang melibatkan sekitar 16.000 pekerja di negara tersebut yang dipilih secara acak menunjukkan bahwa 65% pekerja mengeluhkan kelelahan fisik akibat kerja rutin, 28% mengeluhkan kelelahan mental dan sekitar 7% pekerja mengeluh stress berat serta merasa tersisihkan (Ilham Rahmatullah dkk, 2022).

Data dari *International Labour Organization* (ILO) tiap tahunnya terdapat dua juta pekerja yang meregang nyawa diakibatkan kelelahan kerja. ILO mencatat jika dari 58.115 pekerja yang mengikuti survei, sekitar 18.829 (32.8%) pekerja mengalami kelelahan (Thamrin, 2020). Menurut Depnakertrans, tahun 2014 di Indonesia masih konsisten tiap harinya terdapat 414 kejadian kecelakaan kerja, 27,8% atau sekitar 115 kasus diantaranya disebabkan oleh kelelahan kerja yang cukup tinggi (Susanti & AP, 2019). Beberapa faktor individu yang dapat mempengaruhi kelelahan kerja dibagi dua yaitu faktor dalam dan luar. Faktor dalam terdiri dari umur dan jenis kelamin. Sedangkan faktor luar terdiri dari beban kerja rentang kerja (Wiranti dkk, 2022).

Pengaruh umur terhadap kelelahan kerja seperti hasil penelitian-penelitian lain bahwa variabel yang juga berpengaruh terhadap kelelahan kerja dan waktu reaksi. Pada umur tua, seorang tenaga kerja memiliki stabilitas emosional lebih baik dari pada usia muda yang dapat berdampak positif dalam melaksanakan pekerjaannya.

Terbukti, kelompok usia muda lebih banyak mengalami kelelahan dan *recovery* (pemulihan) yang buruk dibandingkan dengan kelompok usia tua. Umur dirancukan oleh umur tua, pengalaman kerja, kerja shift dan tanggung jawab. Namun, secara umum bertambahnya usia tidak berhubungan dengan buruknya pemulihan serta gagalnya adaptasi terhadap kelelahan (Atiqoh, 2014).

Lama kerja secara signifikan mempengaruhi kelelahan kerja, berarti bahwa jika masa kerja bertambah maka akan meningkatkan kelelahan kerja. Masa kerja merupakan akumulasi waktu pekerja telah memegang pekerjaan tersebut. Tekanan konstan terjadi dengan bertambahnya waktu kerja seiring dengan proses adaptasi.

Proses adaptasi memberikan dampak positif yaitu dapat menurunkan ketegangan dan peningkatan aktivitas atau kinerja, adapun efek negatifnya adalah batas ketahanan tubuh yang berlebihan pada proses kerja. Kelelahan kerja mengurangi fungsi psikologi dan fisiologi yang dapat dihilangkan dengan masa pemulihan (Deyulmar, 2018).

Status gizi merupakan keadaan tubuh sebagai akibat dari konsumsi makanan dan zat gizi. Orang yang sedang berada pada kondisi gizi yang kurang baik akan lebih mudah mengalami kelelahan dalam melakukan pekerjaannya. Masalah gizi tidak normal (kelebihan atau kekurangan) pada usia dewasa yaitu 18 tahun ke atas merupakan suatu masalah penting yang dapat menunjang pekerjaan dan harus diperhatikan. Hal tersebut disebabkan adanya resiko penyakit-penyakit

tertentu yang akan timbul dan menyebabkan seseorang cepat mengalami kelelahan serta akan mempengaruhi produktivitas kerja (Irawati, 2017).

Berat ringannya beban kerja sangat dipengaruhi oleh jenis kegiatan (sebagai beban utama) dan lingkungan kerja (sebagai beban tambahan). Penyebab penurunan kinerja yaitu salah satunya beban kerja yang tidak sesuai dengan kemampuan yang dimiliki. Beban kerja merupakan sekumpulan pekerjaan yang harus diselesaikan oleh suatu organisasi atau pemegang jabatan dalam waktu tertentu.

Beban kerja yang berat dapat menyebabkan ketegangan dalam diri seseorang. Biasanya disebabkan oleh tingkat kemampuan yang dituntut terlalu tinggi, kecepatan kerja yang mungkin terlalu tinggi, volume kerja yang mungkin terlalu banyak dan sebagainya.

Guru akan cenderung mengalami stres apabila kurang mampu beradaptasi keinginan dengan kenyataan yang ada, baik kenyataan yang terdapat didalam maupun kenyataan yang ada di luar dirinya. Segala macam bentuk stres, pada dasarnya disebabkan oleh kurang mengertinya manusia akan keterbatasannya sendiri. Ketidakmampuan untuk melawan keterbatasan inilah yang akan menimbulkan frustrasi, konflik, gelisah dan rasa bersalah (Zainul Hidayat, 2016).

Hasil penelitian yang dilaksanakan di SMPN 3 Kota Bandung juga menunjukkan bahwa semua guru yang memiliki beban kerja sedang, yaitu sebanyak 38 orang, ternyata proporsi terbanyak

mengalami kelelahan yaitu sebesar 76,3%. Hasil penelitian ini juga menunjukkan jika semua guru yang mengalami stres kerja dalam kategori ringan yaitu sebanyak 38 orang, ternyata proporsi terbanyak mengalami kelelahan yaitu sebesar 76,3%. Sebanyak 18,4% merasakan sangat lelah dan 5,3% tidak merasa lelah. Uji Korelasi *Spearman Rank* antara beban kerja dengan kelelahan kerja guru dengan nilai p sebesar 0,002 dan nilai r sebesar 0,485. Nilai p lebih kecil dari nilai alpha 0,05, sehingga dapat dikatakan bahwa ada hubungan antara stres kerja dengan kelelahan kerja pada guru. Berdasarkan nilai r sebesar 0,485 termasuk dalam kategori agak rendah (Yogisutanti dkk., 2020).

Hasil penelitian lainnya juga menunjukkan hasil Hasil uji t pada variable kelelahan diperoleh nilai t hitung = 2,525 dengan signifikansi 0,039. Dengan menggunakan batas signifikansi 5% atau 0,05 diperoleh t tabel sebesar $\pm 2,040$. Ini berarti t hitung (-2,525) > t tabel (-2,040), yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan tingkat signifikansi 0,018 yang berada di bawah batas signifikansi 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh kelelahan kerja terhadap kinerja guru pada SMP Negeri 2 Sukodono di Kabupaten Lumajang (Zainul Hidayat, 2016).

Kelurahan Baru merupakan bagian dari Kecamatan Ujung Pandang yang berada di Kota Makassar. Di kelurahan ini terdapat dua SMPN yang sudah lama berdiri yaitu SMPN 2 Makassar dan SMPN 6 Makassar. SMPN 2 Makassar terletak di Jl. Amanagappa sedangkan SMPN 6 Makassar terletak di Jl. Jendral Ahmad Yani Kota Makassar.

SMPN 6 Makassar merupakan salah satu sekolah menengah pertama terbaik yang ada di Kota Makassar.

Berdasarkan hasil observasi di SMPN 2 Makassar, terdapat 35 orang guru tahun ajaran 2022/2023. Adapun jumlah siswa di SMPN 2 Makassar sebanyak 887 orang siswa yang tersebar di 3 tingkatan kelas dimana tiap kelas terbagi yaitu kelas VII terbagi 9 rombel, kelas VIII dan IX terbagi 8 rombel jadi total keseluruhan kelas yang ada di SMPN 2 Makassar yaitu 26 kelas. Hasil observasi di SMPN 6 Makassar, terdapat 40 orang guru tahun ajaran 2022/2023. Adapun jumlah siswa di SMPN 6 Makassar sebanyak 1992 orang siswa yang terbagi dalam 3 tingkatan kelas dimana tiap kelas terbagi 11 rombel, jadi total keseluruhan kelas di SMPN 6 Makassar yaitu 33 kelas.

Waktu mulai belajar di SMPN 2 Makassar terbagi mejadi 2 sesi yaitu sesi pertama mulai pada pukul 07.00 WITA sampai pukul 12.10 WITA dan sesi kedua dimulai pada pukul 01.00 WITA sampai pukul 17.20 WITA. Sedangkan pada SMPN 6 Makassar waktu mulai belajar dimulai pada pukul 07.30 WITA sampai pukul 14.30 WITA.

Jika dilihat dengan jumlah guru yang tersedia di masing-masing SMP yang ada di Kelurahan Baru Kota Makassar dibandingkan dengan jumlah siswa yang terbagi menjadi beberapa kelas terlihat masih belum mencukupi dengan jumlah siswanya. Banyaknya tuntutan tugas serta tanggung jawab pada banyak siswa menjadi salah satu masalah yang

dapat berhubungan dengan tingkat kelelahan kerja pada guru di kedua SMP ini.

Adapun tugas lain guru selain memberikan materi pelajaran yaitu memberi bimbingan konseling kepada siswa antara lain memelihara disiplin, menilai kemajuan siswa, membuat laporan kepada orang tua murid, tanggung jawab kurikuler, tanggung jawab professional, penilaian terhadap diri sendiri dan hubungan terhadap personil sekolah lainnya.

Pemilihan SMP menjadi objek penelitian karena melihat karakteristik umur anak SMP yaitu usia 12-15 tahun dimana mereka sedang mengalami masa peralihan menjadi dewasa. Anak-anak pada usia ini pada umumnya tidak mau diperlakukan seperti anak kecil, meski dalam cara berfikir masih dalam perkembangan.

Biasanya anak-anak usia SMP memperlihatkan berbagai karakter perubahan dari aspek fisik, cara berfikir, emosi yang menjadi labil, adanya perkembangan sosial, moral dan juga kepribadian. Hal inilah yang menjadi salah satu kesulitan para guru dalam mengajar karena sifat siswa yang keras kepala dan susah diatur.

Berdasarkan uraian latar belakang dan permasalahan di atas, menimbulkan masalah kelelahan kerja yang dialami maka hal tersebut akan menurunkan efisiensi dan produktifitas kerja dan akan mempengaruhi penurunan mutu pendidikan yang disebabkan oleh beberapa faktor yakni faktor individu, faktor pekerjaannya, dan faktor lingkungan kerja. Maka peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai

faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada guru SMP Negeri di Kelurahan Baru. Penelitian ini belum pernah dilakukan sebelumnya sehingga sangat relevan jika permasalahan ini di angkat sebagai judul skripsi Faktor Determinan Kelelahan Kerja Pada Guru SMP Negeri di Kelurahan Baru Kota Makassar Tahun 2023.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti menetapkan perumusan masalah yang akan diteliti yaitu :

1. Apakah ada hubungan antara faktor umur dengan kelelahan kerja pada guru SMP Negeri di Kelurahan Baru ?
2. Apakah ada hubungan antara status gizi dengan kelelahan kerja pada guru SMP Negeri di Kelurahan Baru ?
3. Apakah ada hubungan antara lama kerja dengan kelelahan kerja pada guru SMP Negeri di Kelurahan Baru ?
4. Apakah ada hubungan beban kerja dengan kelelahan kerja pada guru SMP Negeri di Kelurahan Baru ?
5. Apakah ada hubungan antara tingkat stress kerja dengan kelelahan kerja pada guru SMP Negeri di Kelurahan Baru ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor determinan kelelahan kerja pada guru SMP Negeri di Kelurahan Baru.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui hubungan antara faktor umur dengan kelelahan kerja pada guru SMP Negeri di Kelurahan Baru
- b. Untuk mengetahui hubungan antara status gizi dengan kelelahan kerja pada guru SMP Negeri di Kelurahan Baru
- c. Untuk mengetahui hubungan antara lama kerja dengan kelelahan kerja pada guru SMP Negeri di Kelurahan Baru
- d. Untuk mengetahui hubungan beban kerja dengan kelelahan kerja pada guru SMP Negeri di Kelurahan Baru
- e. Untuk mengetahui hubungan antara tingkat stress kerja dengan kelelahan kerja pada guru SMP Negeri di Kelurahan Baru

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Peneliti

Penelitian ini dapat menambah pengalaman dan pengetahuan peneliti terkait faktor determinan kelelahan kerja pada guru SMP dan dijadikan sebagai bentuk referensi untuk diadakan penelitian selanjutnya sehingga dapat menambah pengalaman untuk melaksanakan penelitian di bidang Kesehatan dan Keselamatan Kerja (K3)

2. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu sumbangan referensi, bahan bacaan, sumber kajian ilmiah yang dapat

menambah wawasan pengetahuan khususnya di bidang Kesehatan dan keselamatan kerja.

3. Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan dan bahan pertimbangan bagi instansi dalam menentukan langkah-langkah yang efektif untuk mencegah serta mengatasi kelelahan kerja bagi para pekerjanya khususnya pada guru.