

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Permasalahan keselamatan dan kesehatan kerja yang dapat menjadi pemicu terjadinya kecelakaan kerja adalah kelelahan. Kelelahan diidentifikasi sebagai salah satu masalah kesehatan kerja di negara berkembang¹. Kelelahan kerja merupakan suatu keadaan menurunnya efisiensi dan ketahanan seseorang dalam bekerja. Istilah kelelahan mengarah pada kondisi melemahnya tenaga kerja untuk melakukan suatu kegiatan, sehingga mengakibatkan terjadinya pengurangan kapasitas kerja dan ketahanan tubuh². Kelelahan adalah masalah vital yang perlu diperlakukan dengan tepat karena bisa menimbulkan bermacam masalah seperti hilangnya kemampuan bekerja, penurunan batas dan produktivitas kerja. Pemicu utama kecelakaan kerja adalah kelelahan kerja dan ini akan mempengaruhi pekerjaan³.

World Health Organization menyatakan model kesehatan yang dibuat sampai tahun 2020 meramalkan gangguan 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 tempat kerja 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 dan merasa tersisihkan⁴.

Data menurut *International Labour Organization* (ILO) menunjukkan bahwa di dunia hampir setiap tahun terdapat sebanyak dua juta pekerja yang meninggal dunia karena kecelakaan kerja yang disebabkan oleh faktor kelelahan, data ini semakin memperjelas bahwa kontribusi kelelahan kerja pada terjadinya kecelakaan kerja terbilang besar⁵. Menurut *International Labour Organization* (ILO) pada tahun 2018 memperkirakan lebih dari 1,8 juta kematian akibat kerja yang terjadi setiap tahunnya di kawasan Asia dan Pasifik. Bahkan dua pertiga kematian akibat kerja di dunia terjadi di Asia. Pada tingkat global, lebih dari 2,78 juta orang meninggal setiap tahun akibat kecelakaan kerja. ILO menyatakan

hampir setiap 2 juta pekerja meninggal dunia karena kecelakaan kerja yang disebabkan oleh faktor kelelahan kerja⁶.

Di Indonesia setiap hari rata-rata terjadi 414 kecelakaan kerja, 27,8% disebabkan kelelahan yang cukup tinggi⁷. Data Kementrian Tenaga Kerja dan Transmigrasi Indonesia tahun 2013 menyatakan bahwa setiap hari rata-rata terjadi 414 kasus kecelakaan kerja, 27,8% disebabkan kelelahan yang cukup tinggi. Lebih kurang 9,5% atau 39 orang mengalami cacat. Di Indonesia rata-rata pertahun terdapat 99.000 kasus kecelakaan kerja. Dari total tersebut, sekitar 70% berakibat fatal yaitu kematian dan cacat seumur hidup⁸.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Verdonk (2016), menunjukkan bahwa pekerjaan sebagai tenaga pendidik berpeluang 1,69 kali (95%) lebih besar mengalami kelelahan kerja dibandingkan dengan pekerja lainnya⁹. Hasil studi Sutanti pada tahun 2017 menemukan bahwa dosen yang berasal dari perguruan tinggi swasta dan pemerintah mengalami kelelahan kerja, baik fisik maupun psikologis. Penyebab kelelahan kerja disebabkan waktu istirahat dan waktu tidur yang tidak adekuat¹⁰. Penelitian yang dilakukan oleh Sri Wayanti, et al (2016) pada 48 orang dosen mendapatkan hasil bahwa 50% kelelahan kerja tinggi terjadi pada usia dewasa awal, 56,7% pada dewasa tengah dan 16,7% terjadi pada dewasa lanjut¹¹.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Gurdani Yogisutanti (2019) melakukan pengukuran kelelahan kerja didapatkan sebanyak 75% guru mengalami lelah ringan, dan 25% dalam kondisi normal¹. Penelitian yang dilakukan oleh Nadiya Wiranti, *et al* (2022) Hasil penelitian ini menunjukan sebagian besar sebanyak 34 guru (81,0%) mengalami kelelahan. Sebanyak 19 guru (45,2%) ada di kategori usia dewasa awal. Sebanyak 25 guru (63,4%) mengalami peran ganda tinggi. Lalu berdasarkan beban kerja sebanyak 25 guru (59,6%) ada di kategori perlu perbaikan dan sebanyak 16 guru (38,1%) memiliki durasi kerja yang tidak sesuai standar³.

Guru dan dosen merupakan pendidik profesional dengan tugas utama melakukan tugas pendidikan dan pengajaran serta melakukan penilaian dan evaluasi terhadap murid dan mahasiswa, maupun pada pendidikan formal, pendidikan dasar dan menengah, dan tugas pokoknya melakukan perencanaan, melaksanakan serta melakukan penilaian terhadap semua tugas utama yang telah dilakukan. Semua aktivitas tersebut tercantum dalam Undang-undang nomor 14 tahun 2005 tentang guru dan menjadi beban kerja bagi guru¹². Tugas pokok seorang dosen adalah menjalankan fungsi tridharma perguruan tinggi yang meliputi pengajaran, penelitian dan juga sebagai pengabdian kepada masyarakat. Sebagai pendidik profesional,

seorang dosen dituntut untuk menguasai keahlian, yaitu sebagai pengajar, pembimbing, pelatih dan pembina yang harus mampu membelajarkan para peserta didik/mahasiswa¹³.

Dibandingkan dengan banyaknya profesi, pekerjaan di sektor pendidikan lebih banyak menimbulkan kelelahan kerja. Kelelahan yang dialami pendidik dapat berkontribusi terhadap terjadinya sakit serta dapat menyebabkan beberapa orang meninggalkan profesi tersebut. Kelelahan psikologis yang dialami dosen, secara umum menimbulkan hilangnya perhatian, kepercayaan, ketertarikan dan semangat dalam bekerja. Kelelahan kerja memiliki dampak jangka panjang yaitu munculnya penyakit akibat kerja (PAK) serta kecelakaan kerja (Delyumar et al., 2018)³. Penyakit akibat kerja merupakan penyakit yang disebabkan oleh pekerjaan dan lingkungan kerja. (Peraturan Presiden No. 7 Tahun 2019 tentang Penyakit Akibat Kerja) menyebutkan pengelompokan Penyakit Akibat Kerja adalah penyakit akibat aktivitas pekerja (faktor fisika, kimia, biologi), sistem organ target (pernafasan, penyakit kulit, gangguan mental dan perilaku, gangguan otot dan rangka), kanker akibat kerja, penyakit spesifik lainnya¹⁴.

Faktor-faktor yang menyebabkan kelelahan kerja di sektor pendidikan adalah faktor pekerjaan dan faktor individu. Faktor pekerjaan, antara lain beratnya pekerjaan, stres dalam pekerjaan, jam kerja, keadaan lapangan kerja dan kerja yang monoton, dan faktor individu meliputi usia, tingkat pendidikan, jenis kelamin, kualitas tidur. stres kerja bisa berdampak seperti peningkatan risiko kecelakaan kerja, prestasi yang buruk, dan kesalahan penilaian^{15 5}.

Faktor penyebab kelelahan kerja sangat banyak dan berbeda disetiap penelitian primer yang telah dilakukan. *Systematic review* merupakan salah satu jenis penelitian yang mengkaji hasil-hasil penelitian dan mengumpulkan semua bukti empiris yang sesuai dengan kriteria kelayakan untuk menjawab pertanyaan penelitian¹⁶. *Systematic review* terkait determinan kelelahan kerja pada sektor pendidikan masih belum dilakukan terutama di Universitas Jambi. Untuk itu perlu dilakukan *systematic review* dengan memadukan semua penelitian yang ada di dunia berdasarkan kriteria kelayakan untuk melihat hasil penelitian berapa penyebab kelelahan kerja yang paling sering ditemukan. Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk melakukan *systematic review* tentang determinan kelelahan kerja pada pekerja disektor pendidikan.

1.2 Rumusan Masalah

Salah satu kelompok yang rentan terhadap kelelahan kerja adalah sektor pendidikan yaitu guru dan dosen, banyak penelitian yang menemukan bahwa tenaga disektor pendidikan banyak

mengalami kelelahan kerja¹⁰. Pada tingkat global, lebih dari 2,78 juta orang meninggal setiap tahun akibat kecelakaan kerja yang disebabkan oleh kelelahan kerja¹⁷.

Sejumlah penelitian telah mengungkapkan bahwa berbagai determinan atau faktor yang berkontribusi terhadap kejadian kelelahan kerja disektor pendidikan yaitu usia, jenis kelamin, status pernikahan, kualitas tidur, total waktu tidur, Status hidrasi, masa kerja, lama kerja, shift kerja, kebiasaan merokok, status gizi, keadaan monoton, ergonomi dan stres kerja¹⁷. Meskipun telah dilakukan upaya untuk mengurangi kesalahan atau kekurangan dalam penelitian, namun pada kenyataannya tidak ada penelitian yang bebas dari kesalahan. Oleh karena itu, diperlukan tindakan koreksi terhadap kekurangan dalam penelitian tersebut dengan memanfaatkan tinjauan sistematis yang kemudian diikuti dengan meta-analisis. Rumusan permasalahan pada penelitian ini adalah:

1. Bagaimana pengaruh determinan (jenis kelamin, status pernikahan, beban kerja dan stress kerja) terhadap kelelahan kerja pada tenaga pengajar di sektor pendidikan?
2. Berapa besar pengaruh tersebut (jenis kelamin, status pernikahan, beban kerja dan stres kerja) terhadap kejadian kelelahan kerja pada tenaga pengajar disektor pendidikan, berdasarkan hasil-hasil studi primer selanjutnya?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk menganalisis hasil-hasil studi primer terkait determinan kelelahan kerja pada tenaga pengajar disektor pendidikan (jenis kelamin, status perkawinan, beban kerja dan stres kerja).

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Menganalisis pengaruh jenis kelamin dengan faktor resiko kelelahan kerja pada tenaga pengajar di sektor pendidikan
2. Menganalisis pengaruh status perkawinan dengan faktor resiko kelelahan kerja pada tenaga pengajar disektor pendidikan
3. Menganalisis pengaruh beban kerja dengan faktor resiko kelelahan kerja pada tenaga pengajar di sektor pendidikan
4. Menganalisis pengaruh stres kerja dengan faktor resiko kelelahan kerja pada tenaga pengajar di sektor pendidikan

5. Membandingkan hasil-hasil penelitian berdasarkan jenis kelamin, status perkawinan, beban kerja dan stres kerja terhadap kejadian kelelahan kerja pada tenaga pengajar di sektor pendidikan.
6. Menganalisis dan mengidentifikasi kecenderungan *effect size* (OR/POR/RR) pada hasil-hasil penelitian terkait determinan kejadian kelelahan kerja pada tenaga pengajar di sektor pendidikan.
7. Memperoleh model variabilitas antar penelitian (*fixed/random effect*), *Forest Plot*, serta *Funnel Plot* menurut determinan yang diteliti.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini berkontribusi dalam perkembangan keilmuan Keselamatan dan Kesehatan Kerja serta memberikan informasi terkait *effect size* prevalensi kejadian kelelahan kerja pada hasil penelitian publikasi dan faktor apa saja yang menjadi penyebab terjadinya kelelahan kerja pada tenaga pengajar di sektor pendidikan.

1.4.2 Manfaat Teknis

Hasil penelitian ini dapat memperkaya bukti empiris mengenai faktor penyebab kelelahan kerja di sektor pendidikan serta sebagai bahan bacaan dan edukasi. Karena telaah sistematis telah merangkup dan meringkas hasil dari penelitian-penelitian publikasi.

1.4.3 Manfaat Praktis

1. Bagi Para Pengambil Keputusan/Pembuat Kebijakan

Penelitian ini dapat menjadi bahan masukan kepada para pengambil keputusan maupun pembuat kebijakan sehingga mampu melakukan perencanaan pembuatan kebijakan yang sesuai dengan keadaan, terutama dalam proses pencegahan dan promosi sehingga mampu mengetahui faktor-faktor dari kejadian kelelahan kerja pada tenaga pengajar di sektor pendidikan.

2. Bagi Peneliti

Diharapkan menambah pengetahuan peneliti dalam melaksanakan penelitian terutama dalam bidang kesehatan dan sebagai syarat untuk pengajuan usulan penelitian skripsi dan penelitian ini dapat menambah pengetahuan, wawasan, beserta memberikan informasi mencakup faktor-faktor apa saja yang berhubungan dengan kejadian kelelahan kerja di sektor pendidikan, diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi referensi guna melaksanakan penelitian lainnya. Selain itu, informasi yang diperoleh dari hasil penelitian meta analisis ini dapat digunakan oleh

peneliti selanjutnya yang meneliti tentang *effect size* penyebab kelelahan kerja pada tenaga pengajar dari satuan pendidikan.