

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan pilar utama dalam pembangunan bangsa, dan guru memiliki peran sentral sebagai pelaksana utama dalam proses belajar mengajar di sekolah. Namun, dalam praktiknya, guru kerap menghadapi beban kerja yang tinggi yang dapat menimbulkan kelelahan kinerja dan berdampak pada kualitas pembelajaran.

Pekerjaan sebagai guru terdiri dari berbagai tanggung jawab untuk mencapai tujuan pembelajaran. Karena guru menghabiskan sebagian besar waktunya di tempat kerja, tingkat kenyamanan merupakan komponen penting dalam kinerja dan produktivitas. Pekerjaan seorang guru sering kali masuk ke dalam komponen dua, yang mencakup tugas-tugas yang berkaitan dengan pengajaran, pekerjaan masyarakat (sosial), dan pendidikan.

Menyelenggarakan kegiatan pendidikan merupakan tanggung jawab utama seorang guru. Seorang guru harus mempunyai pengetahuan tentang metodologi belajar mengajar, serta hakikat kegiatan pembelajaran, agar dapat melaksanakan kegiatan tersebut secara efektif.

Dalam bentuknya yang paling mendasar, mengajar adalah suatu proses yang melibatkan pengaturan dan pengaturan lingkungan sekitar siswa untuk mendorong pertumbuhan dan memotivasi mereka untuk melanjutkan pembelajarannya.¹ Siswa

¹ Syaiful Bahri Djamarah, Aswan Zain, *Strategi belajar Mengajar*, (Penerbit Rineka Cipta,1995). 45

harus berpartisipasi aktif dalam proses pengajaran agar berhasil. Dalam situasi ini, bekerja dengan siswa hampir selalu memberikan tantangan. Tujuan tetap seorang guru adalah memberikan siswanya pengalaman terbaik dengan menciptakan lingkungan belajar yang menyenangkan dan menstimulasi.

Pendidik yang cerdas akan menjalin hubungan yang positif dan saling menguntungkan dengan anak didiknya. Para pengajar menyadari upaya yang dilakukan oleh murid-muridnya, yang sebenarnya berasal dari berbagai latar belakang. dalam kaitannya dengan faktor sosial, keuangan, tradisional, budaya, etnis, dan lainnya.

Pendekatan yang baik yang memiliki nilai edukatif baik dari sikap, tindakan, ataupun perbuatan. Seorang guru harus memiliki bermacam cara yang digunakan dalam menghadapi anak didiknya. Namun, banyaknya pekerjaan guru dilapangan, yang semuanya adalah bagian dari kinerja guru maka terkadang tidak semua dapat dilaksanakan. Guru mengalami yang namanya kelelahan, baik itu kelelahan fisik maupun kelelahan mental. Dan menurut penulis kelelahan ini dapat terjadi pada siapapun, lebih-lebih pada seorang guru.

Siswa akan terkena dampaknya jika guru mengalami kelelahan kerja karena mengganggu kemampuan konsentrasinya. Kolaborasi di tempat kerja, semangat kerja karyawan, dan organisasi semuanya dipengaruhi oleh kelelahan kerja.

Para pengajar SMK yang juga mengajar kelas-kelas dalam hal ini secara khusus mengeluhkan harus menyiapkan pembelajaran untuk setiap mata pelajaran yang diajarkan di SMK selain harus membuat RPP tertulis untuk setiap mata pelajaran. Selain mengawasi perilaku kelas, mengevaluasi perkembangan siswa,

melaporkan kepada orang tua, dan mengelola hubungan dengan staf sekolah lainnya, guru juga mempunyai tanggung jawab untuk memberikan konseling dan nasihat kepada siswa.

Penurunan kinerja dan produktivitas seseorang berkaitan dengan kelelahan. Dampak kelelahan jangka panjang adalah munculnya penyakit (PAK) serta kecelakaan kerja.²

Allah Subhanahu wa Ta'ala berfirman:

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۗ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ ۗ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا
أَوْ أخطأْنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا
طَاقَةَ لَنَا بِهِ ۗ وَاعْفُ عَنَّا وَارْحَمْنَا ۗ أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ ۝

Allah tidak membebani seseorang, kecuali menurut kesanggupannya. Baginya ada sesuatu (pahala) dari (kebajikan) yang diusahakannya dan terhadapnya ada (pula) sesuatu (siksa) atas (kejahatan) yang diperbuatnya. (Mereka berdoa) “Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami salah. Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau bebani kami dengan beban yang berat sebagaimana Engkau bebani orang-orang sebelum kami. Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tidak sanggup kami memikulnya. Maafkanlah kami, ampunilah kami, dan rahmatilah kami. Engkaulah pelindung kami. Maka, tolonglah kami dalam menghadapi kaum kafir.” Al-Baqarah [2]:286

²Jurnal Semesta Sehat, vol.2 no.1. februari 2022,
Website:<https://jsemesta.jakmi.or.id/index.php/im>

Dampak kelelahan kerja menurut penulis yang mungkin akan dirasakan oleh setiap guru yang mengajar di sekolah menengah kejuruan adalah konsentrasi dalam mengajar bisa berkurang, terkadang mudah bingung, menurunnya semangat dalam aktivitas belajar mengajar.

Berdasarkan hasil pengamatan penulis maka perlunya diadakan penelitian agar kelelahan yang dialami guru itu tidak memberikan dampak yang negatif khususnya terhadap aktivitas belajar mengajar.

Penulis tertarik melakukan penelitian kali ini dengan judul **“Dampak Kelelahan Kinerja Guru pada Aktivitas Pembelajaran Di Sekolah SMK Muhammadiyah 3 Banjarmasin”**

B. Definisi Operasional

1. Pengertian Dampak

Pengertian dampak menurut kamus besar bahasa indonesia adalah benturan, pengaruh yang mendatangkan akibat baik positif maupun negatif.

- a. Dampak menurut Gorys Kerap, adalah pengaruh yang kuat dari seseorang atau kelompok orang di dalam menjalankan tugas dan kedudukannya sesuai dengan statusnya dalam masyarakat, sehingga akan membawa akibat terhadap perubahan baik positif maupun negatif.
- b. Menurut Otto Soemarwoto dampak, adalah suatu perubahan yang terjadi sebagai akibat suatu aktifitas. Aktifitas tersebut dapat bersifat alamiah, baik kimia, fisik maupun biologi.

- c. Dampak menurut Hosio, adalah perubahan nyata pada tingkah laku atau sikap yang dihasilkan oleh keluaran kebijakan. Berdasarkan pengertian tersebut maka dampak merupakan suatu perubahan yang nyata akibat dari keluarnya kebijakan terhadap sikap dan tingkah laku.³

Jadi, yang dimaksud dengan dampak kelelahan kinerja guru dalam penelitian ini yaitu kelelahan kerja guru adalah kondisi fisik, mental dan emosional yang menurunkan energi, motivasi, serta kemampuan mengajar akibat beban kerja yang tinggi, tekanan emosional, dan tuntutan profesional.

Indikator yang mempengaruhinya seperti:

- a. Kelelahan fisik: Mudah lelah, sakit kepala, sulit berkonsentrasi
- b. Kelelahan mental: Kurangnya motivasi, mudah lupa, kesulitan mencerna sesuatu
- c. Kelelahan emosional: Mudah marah, mudah tersinggung, kurangnya kepuasan dalam mengajar
- d. Beban kerja berlebih: Jam mengajar yang tinggi, tugas administratif

2. Kelelahan Kinerja Guru

Kelelahan kerja adalah respon total individu terhadap stress psikososial yang dialami dalam satu periode waktu tertentu dan kelelahan kerja itu cenderung menurunkan prestasi maupun motivasi pekerja bersangkutan. Kelelahan kerja merupakan kriteria yang lengkap tidak hanya menyangkut kelelahan yang bersifat fisik dan psikis saja tetapi lebih banyak kaitannya dengan

³Utarry Telung, Michael Mantiri, dan Josef Kairupan, "Dampak Pemekaran Desa Dalam Menjaga Keamanan dan Ketertiban Masyarakat (Studi Di Desa Raringis, Raringis Utara, Raringis Selatan, Kecamatan Langowan Barat)" 3, no. 3 (2019): 3.

adanya penurunan kinerja fisik, adanya perasaan lelah, penurunan motivasi, dan penurunan produktivitas kerja.

Penyebab kelelahan yaitu aktivitas fisik (beban kerja), aktivitas kerja mental (beban kerja), stasiun kerja tidak ergonomis, sikap paksa, kerja statis, kerja bersifat monoton, lingkungan kerja ekstrim, psikologis, kebutuhan kalori kurang dan waktu kerja istirahat tidak tepat kebutuhan metabolisme dinamis dan aktivitas melampaui kapasitas energi yang dihasilkan oleh tenaga kerja, maka kontraksi otot akan terpengaruh sehingga kelelahan seluruh badan terjadi.

Penyebab kelelahan di lingkungan kerja sangat bervariasi. Lingkungan kerja dapat mempengaruhi kinerja pekerja, misalnya kebisingan, iklim kerja panas, pencahayaan yang buruk dan vibrasi dapat mengakibatkan ketidaknyamanan dalam bekerja. Apabila bekerja dengan kondisi tidak nyaman lama kelamaan akan menimbulkan kelelahan. Selain dari faktor fisik lingkungan kerja, beberapa faktor utama yang signifikan terhadap kelelahan yang meliputi jenis kelamin, usia, status gizi, beban kerja, ukuran tubuh dari pekerja yang bersangkutan serta waktu yang digunakan dalam bekerja.⁴

Definisi operasional kelelahan kinerja guru ini dapat berdampak pada aktivitas pengajaran, interaksi dengan siswa, serta kesejahteraan pada guru. Kelelahan kinerja guru dapat diukur melalui beberapa indikator utama yang mencakup aspek fisik, emosional dan kognitif:

⁴Ica Ramadhanty, Rara Marisdayana, dan Renny Listiawaty, "Perbedaan Tingkat Kelelahan Kerja dan Beban Kerja Mental pada Pekerja Mini Market di Kecamatan Alam Barajo Tahun 2022" 3, no. 9 (2023): 7697–7708.

Kelelahan fisik: Merasa lemas atau kehilangan energi saat mengajar, penurunan daya tahan tubuh dan sering sakit

Kelelahan emosional: Mudah merasa frustrasi atau mudah marah kepada siswa maupun rekan kerja, kehilangan motivasi untuk mengajar dan berinteraksi dengan siswa.

Kelelahan Kognitif: Kesulitan berkonsentrasi dalam menyusun rencana pembelajaran, menurunnya kreativitas dalam menyampaikan materi pelajaran.

3. Aktivitas Pembelajaran

Berdasarkan pendapat sebelumnya, dapat dikatakan bahwa aktivitas pembelajaran lebih mendominasi aktivitas pembelajaran selama proses pembelajaran. Ini memungkinkan siswa untuk secara aktif meningkatkan kemampuan mereka dalam berbagai hal, seperti bertanya dengan berani, mengeluarkan pendapat mereka, mendengarkan dengan baik apa yang dikatakan guru, dan menyelesaikan tugas dengan tepat waktu.

Aktivitas pembelajaran adalah proses interaksi antara guru dan siswa dalam lingkungan pendidikan yang bertujuan untuk mentransfer pengetahuan, keterampilan, dan nilai-nilai melalui berbagai metode pembelajaran. Aktivitas ini mencakup perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi yang dilakukan secara sistematis untuk mencapai tujuan pembelajaran yang diharapkan.

Aktivitas pembelajaran dapat diukur melalui beberapa indikator utama. Indikator dari sisi guru, adalah seperti adanya Perencanaan pembelajaran.

Menyusun RPP sesuai dengan kurikulum, Menyiapkan materi ajar yang relevan dan menarik. Memilih metode dan strategi pembelajaran yang sesuai

dengan karakteristik siswa. Selanjutnya dengan adanya Pelaksanaan pembelajaran.

Menyampaikan materi dengan jelas dan sistematis. Memberikan motivasi kepada siswa agar aktif dalam pembelajaran. Menciptakan suasana belajar yang kondusif dan menyenangkan.

Sedangkan Indikator dari sisi siswa adalah dengan Keaktifan dalam pembelajaran Berpartisipasi dalam diskusi dan bertanya tentang materi yang belum dipahami, Mengikuti intruksi guru dengan baik. Dan adanya Keterlibatan dalam proses belajar di dalam kelas, serta menunjukkan antusiasme dan ketertarikan terhadap materi yang diajarkan. Mengerjakan tugas dan latihan yang diberikan dengan sungguh-sungguh.

4. SMK Muhammadiyah 3 Kota Banjarmasin

Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) adalah satuan pendidikan formal yang memberikan pendidikan kejuruan pada jenjang pendidikan menengah dan mempersiapkan peserta didik terutama untuk bekerja di bidang tertentu. Setelah menyelesaikan pendidikan di tingkat Sekolah Menengah Pertama atau sederajat, siswa dapat melanjutkan pendidikan di SMK.

Ada dua jenis penyelenggara pendidikan: pemerintah dan swasta. Ada beberapa jurusan yang peneliti ketahui ialah: Otomatisasi Tata Kelola Perkantoran, Multimedia, Teknik Komputer dan Jaringan, Akuntansi dan Keuangan Lembaga, serta Teknik Pembangkit Tenaga Listrik.

C. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijelaskan sebelumnya, penelitian ini berfokus pada:

1. Dampak kelelahan kinerja guru di sekolah SMK Muhammadiyah 3 Banjarmasin
2. Penyebab kelelahan kinerja guru di sekolah SMK Muhammadiyah 3 Banjarmasin
3. Cara mengatasi kelelahan kinerja guru dalam aktivitas pembelajaran di sekolah SMK Muhammadiyah 3 Banjarmasin

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan kegunaan penelitian tersebut, yaitu:

1. Mendeskripsikan suatu gejala kelelahan kerja bagi guru dalam aktivitas pembelajaran di sekolah SMK Muhammadiyah 3 Banjarmasin.
2. Mengidentifikasi penyebab kelelahan kinerja guru di sekolah SMK Muhammadiyah 3 Banjarmasin.
3. Menggambarkan cara mengatasi suatu yang akan terjadi sebagai akibat kelelahan kinerja bagi dalam aktivitas pembelajaran di SMK Muhammadiyah 3 Banjarmasin.

E. Signifikansi Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan dampak signifikan terhadap pemahaman teori dan praktik pihak-pihak yang berkepentingan.

1. Secara Teoritis

Secara umum penelitian ini diharapkan dapat memberikan dukungan terhadap penelitian sejenis dan dapat menjadi tambahan pengetahuan dan menambah wawasan tentang Dampak Kelelahan Kinerja Guru pada Aktivitas Pembelajaran di Sekolah dan dapat memberikan solusi terhadap kelelahan kinerja guru pada aktivitas pembelajaran.

2. Secara Praktis

Diharapkan penelitian ini dapat memberi manfaat dan bermanfaat bagi sejumlah pihak yang berkepentingan, seperti:

1. Bagi sekolah: Untuk mengetahui dampak kelelahan kinerja, aktivitas belajar mengajar dan lingkungan kerja secara simultan terhadap kinerja guru.
2. Bagi kepala sekolah: penelitian ini dapat memberikan pertimbangan mengurangi beban kerja guru.
3. Bagi peneliti lainnya: hasil penelitian ini sebagai tambahan pengetahuan tentang Dampak Kelelahan Kinerja Guru Pada Aktivitas Pembelajaran di sekolah dan sebagai penerapan pengetahuan yang diperoleh, mampu menerapkan pemikiran kritis dan keterampilan pemecahan masalah yang metodis.

F. Penelitian Terdahulu yang Relevan

Berdasarkan tujuan penelitian yang akan dilakukan, ada beberapa penelitian terdahulu yang relevan terkait dampak kelelahan kinerja guru pada aktivitas pembelajaran.

1. Muhammad Rasyid Azhar (2022). "Tingkat Stres Kerja Pada Guru SMK YPT Banjarmasin di Era New Normal Covid-19". Penelitian ini mendeskripsikan dengan beberapa kategori tingkatan pada guru yang berada di Banjarmasin yang mana tingkatan stress guru dalam belajar mengajar tergantung pada lamanya bekerja, 0-1 tahun sama dengan 13,04%, 2-5 tahun sama dengan 13,04%, 6-10 tahun sama dengan 23,91%, 11 tahun atau lebih sama dengan 36,55%. Perbedaan nya penulis tersebut dengan penelitian yang dilakukan oleh penulis adalah pada penulis tersebut memberikan kategori dan klasifikasi pada tingkatan guru dalam aktivitas belajar mengajar yang mengalami stres. Sedangkan pada penelitian yang dilakukan oleh penulis merupakan penyebab kelelahan di lingkungan kerja sangat bervariasi. Dan faktor-faktor penyebab kelelahan guru pada aktivitas belajar mengajar di SMK Muhammadiyah 3 kota Banjarmasin.⁵
2. Andri Hendrawan dkk (2018). "Stres Kerja dan Kelelahan Kerja Pengaruhnya terhadap Kinerja Guru Sekolah Dasar". Penelitian ini menggunakan pendekatan *survey* dengan pendekatan *cross-sectional*. Data dikumpulkan melalui pengukuran langsung dengan menggunakan kuisioner. Hasil

⁵ Muhammad Rasyid Azhar, "Tingkat Stres Kerja Pada Guru Smk YPTBanjarmasin Di Era New Normal Covid-19" (Banjarmasin, Universitas Islam Negeri Antasari, 2022).

penelitian menunjukkan bahwa kelelahan kerja dan stres kerja memiliki pengaruh negatif signifikan dari kelelahan terhadap kinerja guru sekolah dasar. Semakin tinggi tingkat kelelahan dan stres, maka kinerja guru cenderung menurun. Persamaan penelitian ini terdapat pada objek penelitian yaitu membahas dampak kelelahan, dan kinerja guru. Sedangkan perbedaannya terletak pada lokasi penelitian, dan teknik pengumpulan data.⁶

3. Sarah Busyra dan Lutfiah Sani (2020) yang berjudul “Kinerja Mengajar Dengan Sistem Work From Home (WFH) Pada Guru Di SMK Purnawarma Puwakarta”. Penelitian ini mendeskripsikan berdasarkan hasil metode kuantitatif dengan analisis data yang di dapatkan bahwa rata-rata 50% guru yang mampu mengajar pada pendekatan bekerja dari rumah, bahkan hasil kinerjanya tidak melampaui 70% secara keseluruhan. Penelitian ini juga menemukan bahwa, masih ada sebagian guru tidak memahami program, hal ini karena hambatan jarak yang menyulitkan guru pada aktivitas belajar mengajar dengan interaksi pada siswa dan siswi. Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan oleh penulis adalah penulis tidak berfokus pada aktivitas belajar yang dilakukan *work from home* namun lebih difokuskan pada faktor-faktor yang didapatkan seorang guru saat kelelahan pada proses belajar mengajar kepada siswa-siswi.⁷

⁶ Andi Hendrawan dkk., “Stres Kerja dan Kelelahan Kerja Pengaruhnya terhadap Kinerja Guru Sekolah Dasar,” *Jurnal EMA* 3, no. 1 (28 Juli 2018), <https://doi.org/10.47335/ema.v3i1.22>.

⁷ Sarah Busyra dan Lutfiah Sani, “Kinerja Mengajar Dengan Sistem Work From Home (WFH) Pada Guru Di SMK Purnawarman Purwakarta,” *IQ (Ilmu Al-Qur’an): Jurnal Pendidikan Islam* 3, no. 01 (31 Juli 2020): 1–16, <https://doi.org/10.37542/iq.v3i01.51>.

4. Jurnal Derya Kulavuz-Önal^A dan Sibel-Tatar B dengan judul Kelelahan guru dan partisipasi dalam kegiatan pembelajaran profesional: Perspektif dari instruktur bahasa Inggris di universitas di Turki. Penelitian ini membahas terhadap kelelahan dan partisipasi guru telah banyak dieksplorasi dalam literatur, penelitian yang mencerminkan konteks Turki masih jarang dilakukan. Persamaan pada penelitian yang ditulis oleh penulis adalah fokus pada fenomena kelelahan guru dan dampaknya terhadap kinerja dalam konteks pendidikan. Adapun perbedaannya terletak pada konteks, subjek penelitian, lokasi penelitian dan metode penelitian. Hasil penelitian ini memberikan implikasi terhadap kelelahan guru dan pengembangan profesional, menekankan pentingnya lingkungan kerja yang kolaboratif dan kondusif bagi pembelajaran yang lebih optimal. Dorongan dan dukungan terhadap kegiatan pembelajaran dapat membantu mengurangi kelelahan guru dan meningkatkan pencapaian pribadi mereka.⁸
5. Jurnal Ibrahim Limon², Şenay Sezgin Nartgün yang berjudul Investigasi Tingkat Kelelahan Perubahan Guru: Perbandingan Berdasarkan Demografi. Penelitian tersebut memberikan keterangan yang bertujuan untuk membandingkan perubahan tingkat kelelahan guru berdasarkan beberapa demografi. Dengan cara ini, kelelahan guru yang relatif sensitif terhadap perubahan akan terdeteksi dan mereka dapat diberikan bimbingan dan kepemimpinan khusus selama inisiatif perubahan yang beragam dan

⁸ Derya Kulavuz-Önal dan Sibel Tatar, "Teacher Burnout And Participation In Professional Learning Activities: Perspectives From University English Language Instructors In Turkey" 13, no. 1 (t.t.): 283–303.

simultan. Perbedaan penelitian tersebut dengan penulis terletak pada kelelahan guru pada aspek aktivitas belajar mengajar yang menjadikan tonggak utama seorang guru dalam memberikan motivator dari segala aspek namun penelitian diatas lebih berfokus pada kelelahan guru yang berimplikasi pada bonus demografi yang menjadi tidak memiliki pengaruh yang signifikan secara statistik terhadap tingkat kelelahan guru. Namun, dapat dikatakan bahwa guru yang bekerja di pemukiman yang lebih kecil mengalami tingkat kelelahan perubahan yang lebih tinggi.⁹

G. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan penelitian ini disusun secara terstruktur terdiri dari lima bab:

Bab I Pendahuluan berisi uraian konteks masalah, fokus penelitian, tujuan penelitian, signifikansi penelitian, definisi istilah, penelitian terdahulu yang relevan, dan sistematika penulisan.

Bab II Kajian teori dan kerangka pikir berisi tentang teori berkaitan topik penelitian.

Bab III Metode penelitian berisi jenis penelitian, pendekatan penelitian, objek penelitian, lokasi penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data, serta teknik analisis data.

⁹ İbrahim Limon dan Şenay Sezgin Nartgün, "Investigation of Teachers' Change Fatigue Level: Comparison by Demographics," *Pegem Akademi* 26, no. 2401–448 (t.t.).

Bab IV Hasil penelitian dan pembahasan berisi gambaran umum tentang lokasi penelitian, temuan data penelitian yang didapat di lapangan dan pembahasan hasil penelitian.

Bab V Penutup berisi kesimpulan serta saran yang diberikan peneliti berdasarkan hasil penelitian.