BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 14 Tahun 2005 BAB 1 Ayat 1 membahas "Guru adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan anak usia dini jalur pendidikan formal, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah". Sehingga guru merupakan titik pusat dalam melakukan pembaharuan dan peningkatan mutu pendidikan. Disamping itu, produktivitas kerja guru yang optimal merupakan faktor penentu saat mengukur kualitas sumber daya manusia. Dengan adanya produktivitas kerja yang tinggi maka dapat menguntungkan baik untuk kesejahteraan karyawannya maupun untuk menguntungkan dari segi sekolah (Ardika S, 2010).

Proses belajar mengajar menjadi salah satu hal yang perlu diperhatikan, dikarenakan jika guru merasa tertekan dalam melakukan kegiatan proses pembelajaran maka dapat menimbulkan stres. Dikutip dari *Edsurge newsletter* (2020), survey yang dilakukan oleh *Yale Center for Emotional Intelligence* dan *Collaborative for Social Emotional and Academic Learning* pada lebih dari 5.000 guru di Amerika Serikat ditemukan bahwa para guru mengalami stres kerja dalam melaksanakan proses belajar mengajar dan bekerja. Ini berarti stres dalam bekerja mempengaruhi kinerja pada guru, semakin tinggi tingkat stres yang dialami oleh guru, maka produktivitas dan kinerja pada guru akan mengalami penurunan (Arismunandar, 2008).

Selain faktor stres, faktor status gizi juga berkaitan dengan produktivitas kerja sehingga status gizi harus mendapatkan perhatian, sebab berkaitan dengan kesehatan dan ketahanan tubuh, dan dapat mempengaruhi kualitas produktivitas kerja. Pada prevalensi status gizi menurut Riskesdas pada tahun 2018 di Provinsi Banten ditemukan bahwa para guru memiliki

status gizi kurus sebesar 8,36%, status gizi normal sebesar 54,48%, status gizi berat badan lebih 15,28%, dan status gizi obesitas 21,87%. Dengan ini, status gizi pekerja yang kurang atau berlebih memiliki kemampuan fisik yang kurang, motivasi dan semangat berkurang, lambat, dan dapat mengurangi produktivitas kerja (Anderson dan Krathwohl, 2009).

Faktor lain yang berhubungan dengan produktivitas kerja adalah status kebugaran. Untuk dapat melaksanakan pekerjaannya, seorang tenaga kerja tidak hanya memerlukan makan yang sehat dan bergizi, tetapi juga membutuhkan kebugaran jasmani yang baik pula. Untuk meningkatkan kemampuan manusia atau tenaga kerja agar memiliki produktivitas kerja yang optimal, maka diperlukan tenaga kerja yang mempunyai kebugaran jasmani yang tinggi, sehingga mampu mengatasi beban kerja yang diberikan kepadanya (Utami, 2013). Dapat dilihat bahwa salah satu faktor penyebab kurangnya kesadaran manusia akan pentingnya menjaga tingkat kebugaran jasmani adalah dengan adanya kemajuan teknologi yang terus meningkat sehingga manusia lebih senang dengan sesuatu yang diproses dengan cepat, yang pada kenyataannya membuat manusia kurang bergerak. Sehingga para guru memerlukan tingkat kebugaran jasmani agar tidak mudah kelelahan dan tidak mudah terkena cedera yang timbul akibat kelelahan fisik. Kebugaran jasmani yang baik akan sangat berpengaruh pada produktivitas kerja (Rosmaini & Sri, 2017).

Dari beberapa faktor yang mempengaruhi produktivitas kerja, faktor tingkat stres, status kebugaran, dan status gizi memegang peranan penting. Karena orang tidak akan dapat mengembangkan kapasitasnya secara maksimal apabila yang bersangkutan tidak memiliki status kesehatan dan gizi yang optimal (Depkes RI, 2001). Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai "Hubungan Tingkat Stres Kerja, Status Kebugaran Dan Status Gizi Dengan Tingkat Produktivitas Kerja Pada Guru SMP Dan SMK Yapia Pondok Aren".

1.2. Identifikasi Masalah

Guru menjadi titik pusat dalam melakukan peningkatan kualitas pendidikan. Sehingga produktivitas kerja guru yang optimal menjadi faktor

penentu dalam pengukuran kualitas sumber daya manusia. Dengan adanya produktivitas kerja yang optimal, maka dapat menjadi kesejahteraan bagi karyawan dan sekolah. Dalam hal ini, tidak boleh membatasi guru dalam proses kegiatan belajar mengajar karena guru akan merasa tertekan sehingga menyebabkan stres dalam pekerjaannya dan berdampak pada kualitas, penurunan mutu pendidikan, dan produktivitas kerja.

Selain itu, status gizi merupakan dasar pembentukan sumber daya manusia yang berkualitas. Jika status gizi kurang atau berlebih maka tubuh menjadi lemas dan tidak semangat dalam mengerjakan pekerjaan dan berdampak pada produktivitas kerja, malas dan menimbulkan kerugian. Namun, tidak hanya status gizi saja yang membuat guru menjadi tidak produktivitas tetapi kebugaran jasmani seseorang yang menurun akan membuat tubuh mudah lelah dan akan berdampak pada aktivitas yang terganggu sehingga menurunkan produktivitas bekerja.

1.3. Pembatasan Masalah

Penulis hanya membatasi permasalahan Hubungan Tingkat Stres Kerja, Status Kebugaran dan Status Gizi Dengan Tingkat Produktivitas Kerja Pada Guru SMP Dan SMK Yapia Pondok Aren"

1.4. Perumusan Masalah

1. Apakah ada hubungan tingkat stres kerja dengan produktivitas kerja pada guru SMP dan SMK Yapia Pondok Aren ?
2. Apakah ada hubungan status kebugaran dengan produktivitas kerja pada guru SMP dan SMK Yapia Pondok Aren ?
3. Apakah ada hubungan status gizi dengan produktivitas kerja pada guru SMP dan SMK Yapia Pondok Aren ?

1.5. Tujuan Penelitian

a) **Tujuan Umum**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat stres kerja, status kebugaran dan status gizi dengan tingkat produktivitas kerja pada guru SMP dan SMK Yapia Pondok Aren.

b) **Tujuan Khusus**

1. Mengetahui gambaran tingkat stres kerja pada guru SMP dan SMK Yapia Pondok Aren.
2. Mengetahui gambaran status kebugaran pada guru SMP dan SMK Yapia Pondok Aren.
3. Mengetahui gambaran status gizi pada guru SMP dan SMK Yapia Pondok Aren.
4. Mengetahui gambaran tingkat produktivitas kerja pada guru SMP dan SMK Yapia Pondok Aren.
5. Menganalisis hubungan tingkat stres kerja dengan tingkat produktivitas kerja pada guru SMP dan SMK Yapia Pondok Aren.
6. Menganalisis hubungan status kebugaran dengan tingkat produktivitas kerja pada guru SMP dan SMK Yapia Pondok Aren.
7. Menganalisis hubungan status gizi dengan tingkat produktivitas kerja pada guru SMP dan SMK Yapia Pondok Aren.

1.6. Manfaat

a) Bagi Guru

Diharapkan dapat memberikan informasi dan gambaran mengenai Hubungan Tingkat Stres Kerja, Status Kebugaran dan Status Gizi Dengan Tingkat Produktivitas Kerja Pada Guru SMP dan SMK Yapia Pondok Aren.

b) Bagi Peneliti

Menambah wawasan, menambah ilmu pengetahuan dan pengalaman dalam menjalankan tugas yang telah dijalankan selama masa perkuliahan dan dapat mengaplikasikan ilmu gizi olahraga.

c) Bagi Universitas

Sebagai tambahan referensi di perpustakaan dan dapat dijadikan sebagai acuan dan referensi untuk para peneliti selanjutnya.

1.7. Keterbaruan Penelitian

Table 1.1 Keterbaruan Penelitian

No	Judul	Nama	Tahun	Metode	Hasil
1.	Status Gizi, Kebugaran Jasmani dan Produktivitas Kerja Pada Tenaga Kerja Wanita	Sri Rahayu Utami	2012	*Cross Sectional*	Terdapat 44,4 % yang memiliki status gizi kurang dan didapatkan pula 44,4% produktivitas kerja yang tidak sesuai dan 55,6% sesuai.
2.	Kontribusi Kesegaran Jasmani Terhadap Produktivitas Kerja Guru – Guru SMP Negeri 1 Kutalimbaru	Rosmaini Hasibuan, Sri Wildani Siregar	2017	Korelasi	Produktivitas kerja pada guru -guru di SMP Negeri 1 Kutalimbaru, Kecamatan Kutalimbaru memiliki nilai sebanyak 17,43%.

3.	Pengaruh Stres Kerja Terhadap Produktivitas Kerja Melalui Kepuasan Kerja	Okta Wisudawati Harrisma, Andre Dwijanto Witjaksono	2013	Angket, wawancara dan observasi. Uji keandalan data menggunakan uji validitas dan uji reliabiltas data dengan bantuan progam software SMART PLS versi 2.0.	Hasil inner model dapat diketahui dari analisis *R-Square* dan uji kausalitas. Berdasar pengolahan data dengan PLS, didapatkan nilai *R-Square* besarnya pengaruh stres kerja terhadap produktivitas kerja sebesar 26,3%.
4.	Hubungan Status Gizi, Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Produktivitas Kerja Pada Pekerja di PT Gatra Tahun 2019	Mutia Shafitra, Putri Permatasari, Agustina, Marina Ery	2019	*Cross Sectional* (Potong Lintang)	Terdapat hubungan status gizi dengan produktivitas kerja dengan p value =0,013.
5.	A Study on Work Stress and its Impacts	Yogesh Aher	2018	Angket	Semua guru disekolah menghadapi stres terkait dengan pekerjaan di

	on Employee's Productivity with Reference to Teacher's in School				organisasi sehingga berdampak pada produktivitas kerja guru .
6.	Hubungan Kebiasaan Sarapan, Status Gizi, Usia dan Tingkat Kebugaran dengan Produktivitas Kerja Karyawan Astra World Juanda Jakarta Pusat	Erren Nurul Hikmah	2015	*Cross Sectional*	Ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan sarapan dan status gizi terhadap produktivitas kerja ($p<0,05$). Sedangkan pada variabel usia dan tingkat kebugaran tidak terdapat hubungan yang signifikan terhadap produktivitas kerja ($p>0,05$)
7.	Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Produktivitas Kerja Pada Operator Produksi di PT X Tahun 2020	Pratrica Anggadita Zahara	2020	*Cross Sectional*	Ada hubungan antara usia dengan produktivitas kerja ($p= 0,019$). Variabel independen masa kerja menunjukan tidak ada hubungan dengan produktivitas kerja ($p=0,061$), variabel independen

					status gizi juga menunjukkan tidak ada hubungan antara status gizi dengan produktivitas kerja (p=0,895).
8.	Assessment of Work Stress Influence on Work Productivity in Romanian Companies	Viorica Petreanu, Raluca Iordache, Mihaela Seracin	2013	Wawancara dan Kuesioner	Stress kerja harus dikembangkan dengan pendekatan multidisiplin meliputi: psikologi, sosiologi, biologi/kedokteran, ergonomi, manajemen, perundang- undangan.
9.	Occupational Stress effects and Job Performance in the Teachers of Schools of Punjab (Pakistan)	Kashif Ali, Irtaza Ishtiaq, Muneeb Ahmad	2013	Kuesioner	Beban kerja yang berlebihan, pekerjaan yang berisiko, dan hubungan rekan kerja yang buruk adalah penyumbang utama terjadinya stres kerja. Sehingga menurunkan kinerja guru dan mungkin merupakan contributor utama ketidakpuasan guru.