

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah Penelitian

Pendidikan merupakan investasi untuk menghadapi masa depan secara global yang diberikan melalui pengajaran, bimbingan, dan latihan sehingga memenuhi tuntutan pengembangan potensi siswa secara maksimal. Pendidikan dapat didefinisikan sebagai usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar serta proses pembelajaran agar siswa secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, dan keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Istilah pembelajaran memiliki hubungan dengan pengertian belajar dan mengajar. Belajar, mengajar, dan pembelajaran terjadi bersama-sama. Belajar bisa terjadi tanpa adanya guru atau tanpa adanya kegiatan mengajar dan pembelajaran formal yang lain. Mengajar meliputi segala hal yang dilakukan oleh guru di dalam kelas agar proses belajar mengajar berjalan lancar, bermoral, membuat siswa merasa nyaman dan mengimplementasikan kurikulum dalam kelas. Pembelajaran merupakan proses interaksi positif siswa dengan guru dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar sehingga menumbuhkan dan mendorong siswa melakukan proses belajar. (Suardi, 2018; Pane, 2017).

Pembelajaran yang berkualitas sangat tergantung dari motivasi siswa dan kreativitas guru. Pembelajaran yang memiliki motivasi tinggi ditunjang dengan guru

yang mampu memfasilitasi motivasi tersebut akan membawa pada keberhasilan pencapaian tujuan pembelajaran. (Kompri, 2016; Suardi, 2018).

Tercapainya tujuan pembelajaran sangat bergantung dengan sarana pembelajaran, rencana pembelajaran dan kondisi pembelajaran. Faktor-faktor tersebut harus memerhatikan kemampuan dan keterbatasan siswa dari segi fisiologis dan psikologis. Kondisi saat ini yang terjadi adalah masih ada sekolah yang belum memerhatikan kondisi fisiologis dan psikologis siswa, seperti di SMA Negeri 10 Denpasar yang ternyata belum menerapkan kaidah ergonomi dalam merancang sarana pembelajaran. Ketidaksesuaian sarana belajar dengan antropometri siswa tersebut ternyata menyulitkan siswa saat proses pembelajaran berlangsung. Selain itu, merancang pembelajaran juga harus menerapkan kaidah ergonomi agar proses pembelajaran yang tercipta dapat lebih efektif dan efisien. Namun kenyataannya masih ada guru yang belum menerapkan kaidah ergonomi dalam merancang pembelajaran. Saat melakukan wawancara di SMA Negeri 10 Denpasar ternyata masih sering guru merancang pembelajaran yang tidak menerapkan kaidah ergonomi. Metode resitasi atau penugasan masih sering diterapkan saat melakukan pembelajaran. Pemberian tugas menjadi alternatif sementara untuk tetap melaksanakan proses pembelajaran. Tugas seperti merangkum materi, menjawab soal, hingga membuat sebuah makalah diberikan di setiap pergantian mata pelajaran. Sebagian besar tugas tersebut dikerjakan dengan tulisan tangan. Pembelajaran yang menerapkan metode yang sama berulang kali menyebabkan sikap belajar siswa menjadi monoton dan repetitif. Adapun postur siswa saat mengerjakan tugas yakni

postur duduk diam dan postur menekan pulpen. Jika dilakukan secara terus menerus dalam periode waktu yang lama dapat menimbulkan keluhan *musculoskeletal* (Yusuf, *et al.*, 2013; Sekarsari, *et al.*, 2017).

Keluhan *musculoskeletal* adalah keluhan yang dirasakan oleh seseorang mulai dari keluhan yang ringan hingga terasa sangat sakit pada bagian *musculoskeletal*. *Program The Prevention Of Occupational Diseases* yang diselenggarakan oleh *International Labour Organization* (ILO) pada tahun 2010 menyebutkan bahwa keluhan *musculoskeletal* termasuk ke dalam penyakit yang mempunyai pengaruh terhadap gangguan kesehatan saat melakukan pekerjaan di 27 negara bagian Uni Eropa. Berdasarkan laporan statistik *Human Safety and Work* (2019) di Inggris terdapat 498,000 kasus munculnya keluhan *musculoskeletal* sepanjang periode 2018 (ILO, 2010; HSE, 2019; Purwaningsih *et al.*, 2017).

Faktor risiko yang menyebabkan keluhan *musculoskeletal* adalah faktor fisik dan psikososial. Faktor fisik berupa repetisi, kekuatan, dan getaran. Faktor psikososial seperti beban belajar, stres, dan tuntutan belajar. Berdasarkan hasil penelitian pada 84 mahasiswa Program Studi Sarjana Kedokteran Gigi dan Profesi Dokter Gigi Universitas Udayana diketahui bahwa keluhan tertinggi terjadi pada bagian punggung sebanyak 73,8% yang diakibatkan oleh posisi duduk yang lama. Hasil penelitian lain terhadap 90 orang pedagang banten menunjukkan bahwa postur tangan saat bekerja seperti postur mencubit disertai gerakan fleksi-ekstensi dan abduksi pada pergelangan tangan ditambah frekuensi gerakan yang berulang menyebabkan terjadinya keluhan *musculoskeletal*. Berdasarkan hasil studi

pendahuluan di SMA Negeri 10 Denpasar, diketahui bahwa keluhan *musculoskeletal* siswa meningkat antara sebelum dan sesudah proses pembelajaran sebesar 20,06% (Darmayanti, et al., 2020; Priutami, et al., 2022).

Pembelajaran yang repetitif dapat menjadi sebuah *stressor* bagi siswa. Stres akibat belajar merupakan suatu bentuk tekanan yang dialami oleh siswa akibat proses pembelajaran yang dipersepsikan secara negatif (Oon, 2007; Desmita, 2011; Rizqiansyah, 2017). Stres akibat belajar muncul diakibatkan banyaknya tuntutan dan tugas yang harus dikerjakan. Stres yang terjadi secara berlebihan akan berdampak dengan munculnya gejala pada fisik, emosional, intelektual, serta interpersonal siswa. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SMA Negeri 10 Denpasar, diketahui bahwa stres akibat belajar siswa meningkat antara sebelum dan sesudah proses pembelajaran sebesar 19,85%.

Keadaan stres pada siswa dapat mengakibatkan siswa menjadi malas dan tidak tertarik melakukan kegiatan serta terjadi penurunan motivasi belajar. Motivasi belajar merupakan salah satu faktor psikologis yang mampu meningkatkan rasa senang, semangat, dan gairah sehingga mampu menuntun siswa pada tindakan yang konsisten untuk mencapai tujuan pembelajaran yang diinginkan. Penelitian terhadap 101 mahasiswa tingkat pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara stres belajar dan motivasi belajar yaitu semakin rendah stres belajar maka akan semakin tinggi motivasi belajar siswa, sebaliknya jika semakin tinggi stres belajar maka akan semakin rendah motivasi belajar siswa. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang

dilakukan di SMA Negeri 10 Denpasar, diketahui bahwa motivasi belajar siswa menurun antara sebelum dan sesudah proses pembelajaran sebesar 20,11%. (Djamarah, 2011; Sardiman, 2011; Aryani, 2016; Mulya, *et al.*, 2016; Adiputra, 2017; Barselii, 2017). Berdasarkan latar belakang tersebut, perlu dilakukan penelitian terkait pembelajaran repetitif yang dikaitkan dengan peningkatan keluhan *musculoskeletal* dan stres akibat belajar serta penurunan motivasi belajar siswa di SMA Negeri 10 Denpasar.

1.2 Identifikasi Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah, dapat diidentifikasi beberapa masalah dalam penelitian sebagai berikut.

1. Para Guru belum maksimal dalam merancang pembelajaran yang efektif dan menyenangkan sehingga terjadi pembelajaran yang repetitif.
2. Aktivitas repetitif yang berlebihan berdampak terhadap aspek fisik dan psikologi siswa selama mengikuti kegiatan pembelajaran.
3. Keluhan *musculoskeletal* siswa meningkat antara sebelum dan sesudah proses pembelajaran sebesar 20,06% yang diyakini diakibatkan oleh aktivitas yang repetitif seperti menulis dalam waktu lama.
4. Stres akibat belajar siswa meningkat antara sebelum dan sesudah proses pembelajaran sebesar 19,85% yang diyakini diakibatkan oleh tekanan akademik pada saat pembelajaran.

5. Motivasi belajar siswa menurun antara sebelum dan sesudah proses pembelajaran sebesar 20,11% yang diyakini diakibatkan oleh ketidaknyamanan pada saat pembelajaran.

1.3 Pembatasan Masalah

Penelitian ini dibatasi pada masalah yang berkaitan dengan pembelajaran yang repetitif, keluhan *musculoskeletal*, stres akibat belajar, dan motivasi belajar siswa. Pembatasan terhadap masalah tersebut disebabkan oleh keterbatasan waktu pembelajaran, keterbatasan instrumen yang digunakan, dan keterbatasan perlakuan yang diberikan kepada subjek penelitian.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut.

1. Apakah pembelajaran yang repetitif mengakibatkan peningkatan keluhan *musculoskeletal* siswa lebih tinggi dibandingkan dengan pembelajaran yang tidak repetitif?
2. Apakah pembelajaran yang repetitif mengakibatkan peningkatan stres akibat belajar siswa lebih tinggi dibandingkan dengan pembelajaran yang tidak repetitif?
3. Apakah pembelajaran yang repetitif mengakibatkan penurunan motivasi siswa lebih tinggi dibandingkan dengan pembelajaran yang tidak repetitif?

1.5 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Mengetahui pembelajaran yang repetitif mengakibatkan peningkatan keluhan *musculoskeletal* siswa lebih tinggi dibandingkan dengan pembelajaran yang tidak repetitif.
2. Mengetahui pembelajaran yang repetitif mengakibatkan peningkatan stres akibat belajar siswa lebih tinggi dibandingkan dengan pembelajaran yang tidak repetitif.
3. Mengetahui pembelajaran yang repetitif mengakibatkan penurunan motivasi siswa lebih tinggi dengan pembelajaran yang tidak repetitif.

1.6 Manfaat Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis dan praktis sebagai berikut.

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis yang diharapkan dari hasil penelitian adalah sebagai berikut.

- a. Digunakan sebagai sumber informasi tambahan penelitian lain jika ingin melakukan penelitian sejenis.
- b. Digunakan untuk menunjang pengembangan ilmu pengetahuan terutama yang berkaitan dengan anatomi fisiologi manusia, ergonomi, dan ilmu pendidikan pada bidang psikologi pendidikan.

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis yang diharapkan dari hasil penelitian adalah sebagai berikut.

- a. Bagi guru dapat diimplementasikan dalam merancang pembelajaran yang interaktif, inspiratif, menyenangkan, menantang, dan memotivasi.
- b. Bagi masyarakat umum dapat diterapkan dalam mengedukasi anak yang memiliki kondisi belajar yang serupa.

