

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menurut *World Health Organization* (WHO) (2020) Pandemi Covid-19 adalah Virus yang memiliki kemampuan menginfeksi dengan lebih baik dan mampu menyebar lebih baik. Virus corona mudah menempel ke sel manusia yang disebut spike protein dibandingkan virus yang lain. Angka kasus covid-19 di Indonesia adalah 160.000 Terkonfirmasi, 94.458 sembuh dan 6.207 meninggal dunia. Virus corona penularannya dengan cara menghirup droplet yang keluar dari batuk atau napas (bersin) orang yang terjangkit virus corona. Virus corona memiliki dampak bagi tubuh manusia dapat menyebabkan gejala ringan termasuk pilek, sakit tenggorokan, batuk, dan demam hingga kematian. Sedangkan dampak virus corona terhadap tenaga kerja seperti berkerja dari rumah dan belajar mengajar secara *online (daring)*. Selama ada virus corona dilakukan pembatasan sosial untuk mengurangi penularan seperti melakukan rapat secara online, berkerja dari rumah, batasi aktivitas ke luar dan belajar mengajar secara online (Syeikha N, 2020). Diterapkan *Work From Home* (WFH) untuk mengurangi penularan virus corona (Syeikha N, 2020)

Work From Home (WFH) yang berarti berkerja dari rumah. *Work from home* diartikan dengan cara kerja seseorang yang berkerja diluar tempat kerja dalam hal tempat dan waktu dengan bantuan teknologi telekomunikasi seperti Komputer dan Telepon (Septina M, 2020). Masalah selama *work from home*

seperti jaringan internet tidak stabil, batas waktu tidak jelas, komunikasi kurang (Muhidin, 2020). *Work from home* berdampaknya pada tenaga pendidikan seperti tidak bisa fokus berkerja, mata perih dan punggung pegel (Muhidin, 2020).

Dosen adalah tenaga pengajar yang bertanggung jawab sebagai dosen, sebagai pembimbing, administrator, pengembang kurikulum dan mengembangkan profesi (Hapsari, S. et al, 2017). Dosen dimasa pandemi berkerja jarak jauh untuk melakukan pembelajaran dengan sistem *working remote*. Dosen sering mengalami keluhan seperti mata perih dan punggung pegel (nyeri) (Muhidin, 2020).

Nyeri otot (*myalgia*) termasuk kedalam salah satu keluhan yang cukup sering diderita manusia (Kurniawati.P.A et al, 2019). Nyeri yang timbul terus menerus dapat membuat prustasi, karena menghambat aktivitas sehari-hari (Sumardiyono, 2017). Nyeri dapat disebabkan oleh penggunaan otot yang salah atau otot yang terlalu tegang seperti olahraga berlebihan, Terlalu lama duduk atau terlalu lama berada pada posisi menetap (Sumardiyono, 2017).

Berdasarkan data WHO (2017) terdapat 34,4 juta jiwa yang mengalami nyeri otot di dunia dengan perbandingan penyakit sebesar 15,5% pada pria dan 12,7% pada wanita. Nyeri Otot (*myalgia*) menduduki urutan ke 4 (7,34%) dari 10 besar penyakit sesudah Influenza (11,64%), Hipertensi (9,59%), dan Nasoparingitis (8,15%). Kota Bandung memiliki fasilitas kesehatan tingkat pertama tentang penyakit tidak menular seperti Hipertensi (29,11%) dan *Myalgia* (nyeri otot) (23,59%) (Adhania, C. C et al, 2018).

Berdasarkan data dari Riskesdes (2018) Prevelensi nyeri otot sebanyak 24,7 juta jiwa seperti Bali (19,3%), Aceh (18,3%), Jabar (17,5%) dan Papua (15,4%).

Prevelensi tertinggi pada pekerja petani, nelayan, buruh, perawat dan dosen. Dosen Keperawatan di Indonesia mencapai 4.651 orang. Persebaran Dosen di Pulau Jawa mencapai 1.738 orang (Badan PPSDM Kesehatan dan Kementerian Kesehatan, 2016). Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) (2020) jumlah Perawat di Indonesia mencapai 345.508 orang. Persebaran terbanyak di Pulau Jawa, yaitu 48.164 orang di Jawa Timur, 45.107 di Jawa Tengah, 35.747 di Jawa Barat, dan 26.950 di DKI Jakarta (Badan Pusat Statistik, 2020).

Masalah nyeri otot (*myalgia*) apabila tidak ditangani dengan baik akan berdampak pada semakin beratnya nyeri yang dirasakan, kesulitan bergerak, menghambat pekerjaan, dan kecemasan saat bergerak (Sumardiyono, 2017). Nyeri akan berkurang ketika melakukan aktivitas seperti berolahraga yoga atau meditasi, tidur yang cukup, serta menghindari dalam mengangkat beban berat. Penatalaksanaan farmakologis dapat dilakukan dengan menggunakan : analgetik, adjuvan dan salep. Penatalaksanaan non farmakologi; latihan fisik/otot, massage, heat packs, ergonomi, traksi dan TENS (*Transcutaneous Elektro Neuro Stimulator*) (Purwanto, 2014) dan terapi komplementer; terapi musik, akupresur, aromaterapi, pijatan dan relaksasi (Anggarini, K. D. 2018).

Menurut Anggarini, K. D. (2018) faktor – faktor yang mempengaruhi nyeri otot adalah usia, jenis kelamin, pengaruh sosial budaya, ketidakseimbangan hormon, defisiensi vitamin, obat – obatan, penyakit autoimun dan kelelahan.

Kelelahan disebut juga penurunan kapasitas kerja yang berarti menurunnya kualitas dan kuantitas kerja/gerak fisik (Tarwaka 2015). Kelelahan terjadi karena berkurangnya energi ATP atau meningkatnya asam laktat dalam tubuh yang dapat

menyebabkan nyeri otot. Kelelahan dibagi dua jenis, yaitu kelelahan otot dan kelelahan umum. Kelelahan otot ditandai dengan gejala tremor dan perasaan nyeri pada otot. Sedang kelelahan umum biasanya ditandai dengan berkurangnya kemauan untuk bekerja, mata merasa lelah, stress, status kesehatan dan keadaan gizi (Tarwaka, 2015).

International Labour Organisation (ILO) dalam Undap, S., et al (2016) pada setiap tahun sebanyak 2 juta pekerja meninggal dunia karena kecelakaan kerja yang disebabkan oleh faktor kelelahan. *International Labour Organisation*, menyatakan bahwa di Amerika dari 58.118 sampel terdapat 18.828 (32,8%) sampel mengalami kelelahan dan 6 juta jiwa mengeluh nyeri otot.

Factor yang mempengaruhi Kelelahan terdiri dari faktor internal seperti usia, jenis kelamin, status gizi, status kesehatan (penyakit jantung, gagal ginjal, asma, darah rendah, darah tinggi dan nyeri otot) dan keadaan psikis, dan Eksternal seperti beban kerja dan masa kerja, lingkungan kerja fisik (penerangan dan iklim), kebisingan dan faktor ergonomi (Utami S et al, 2020).

Hasil penelitian Mulyadi et al (2018) tentang perbedaan tingkat kelelahan kerja perawat diunit gawat darurat dan poliklinik rumah sakit umum GMIM pancaran kasih manado. Menunjukan tidak terdapat perbedaan antara tingkat kelelahan kerja perawat di UGD dan poliklinik RSUD GMIM pancaran kasih manado. Sedangkan Penelitian Amoryna, D. (2020) tentang faktor – faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada dosen praktikum ilmu keperawatan Universitas Riau. Menunjukan terdapat hubungan signifikan antara kelelahan kerja pada dosen praktikum ilmu keperawatan Universitas Riau.

Berdasarkan penelitian Utami S et al (2020) tentang analisis kelelahan kerja terhadap faktor umur, masa kerja, beban kerja, dan indeks masa tubuh pada dosen reguler fakultas universitas teknologi Sumbawa didapatkan hasil bahwa sebagian dosen merasakan kelelahan sebanyak 27 dosen dari 39 responden. dapat disimpulkan tidak ada persepsi kelelahan yang dialami oleh dosen reguler di Fakultas, dari keempat faktor dependen yang diuji dengan faktor independen memiliki hasil yaitu masa kerja, indeks masa tubuh dan beban kerja yang memiliki hubungan dengan kelelahan kerja pada dosen reguler Fakultas. Menurut Penelitian Fahmi, M (2019) hubungan beban kerja dan stress kerja terhadap nyeri pada Perawat di RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang. Menunjukan ada hubungan signifikan antara beban kerja dan stress kerja terhadap nyeri pada Perawat di RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang.

Menurut Teori (Tarwaka, 2015) dan Jurnal (Utami S et al (2020) mekanisme kelelahan menyebabkan nyeri otot karna Semua aktivitas tubuh manusia diatur oleh sistem susunan saraf dan kelelahan diatur secara sentral oleh otak. Menurut (Tarwaka, 2015) kelelahan terjadi karena tidak adanya keseimbangan antara sistem aktivitas dan sistem inhibisi yang terdapat disusunan saraf pusat. Kelelahan dan nyeri otot terjadi karna kekurangan oksigen dan menyebabkan asam laktat meningkat di dalam darah. Kelelahan otot dipengaruhi oleh gangguan kesehatan mental seperti stres dan depresi yang biasanya terjadi pada dosen yang mengajar di Universitas Bhakti Kencana Bandung (Tarwaka, 2015).

Universitas Bhakti Kencana Bandung termasuk salah satu Universitas swasta di Kota Bandung dimana Universitas Bhakti Kencana Bandung merupakan kampus khusus kesehatan yang mempunyai daya tarik yang begitu banyak dari institusi yang lain dan menerima mahasiswa yang begitu banyak. Universitas Bhakti Kencana Bandung yang mencakup beberapa jurusan seperti S1 Keperawatan, S1 Kesmas, S1 Farmasi, D3 Keperawatan, D3 Kebidanan, dan D3 Farmasi ada juga Profesi Ners dan Profesi Apoteker.

Penelitian ini dilakukan di Universitas Bhakti Kencana Bandung pada dosen Keperawatan. Diantara Fakultas yang ada di Universitas Bhakti Kencana Bandung. Universitas Bhakti Kencana Bandung memiliki jumlah mahasiswa lebih banyak dibandingkan Fakultas yang ada di Universitas Bhakti Kencana Bandung. Dikondisi pandemic covid-19 sekarang yang mengharuskan Dosen untuk *Work From Home* di rumah dan harus berjam – jam berada didepan komputer untuk melakukan bimbingan dan mengajar. Selama *Work From Home* (WFH) Dosen bisa berkerja lebih dari 8 jam dan terus menerus karena ada tuntun bimbingan.

Studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 17 Maret 2020 pada dosen Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung yang dilakukan terhadap 6 orang dosen keperawatan yang terdiri dari 4 wanita dan 2 laki – laki yang memiliki rentang usia 40 tahun, didapatkan hasil pengisian kuesioner dengan menggunakan google form, 6 orang berkerja sekitar 7 – 9 jam perhari, sebanyak 6 orang yang mengatakan melakukan kegiatan di luar jam berkerja, 4 dari 6 orang mengatakan sering mengalami pegel – pegel saat berkerja terlalu lama, 6 orang mengatakan sangat lelah yang menghambat perkerjaan mereka, dari 6 orang

mengatakan sering mengantuk, badan lemas, mata perih, tidak konsentrasi dan males gerak.

Alasan saya mengambil judul ini dilihat dari teori kelelahan kerja disebabkan oleh faktor seperti usia, jenis kelamin, status gizi, status kesehatan, dan keadaan psikis tetapi kenyataan dilahan yang ditemukan bahwa banyak penderita akibat kelelahan kerja disebabkan oleh beban kerja, masa kerja dan lingkungan kerja. Menurut kondisi di lahan yang didapatkan dari beberapa dosen mengalami kelelahan saat berkerja dan pegel - pegel saat berkerja terlalu lama lebih dari 8 jam perhari. Bekerja terlalu lama dapat menyebabkan kelelahan karena tubuh kurang oksigen sehingga produksi asam laktat meningkat dalam darah. Kelelahan otot dipengaruhi oleh gangguan kesehatan mental seperti stress dan depresi.

Perbedaan penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti saat ini adalah pada penelitian sebelumnya hanya membahas kelelahan kerja, stress kerja dan faktor yang mempengaruhi pada dosen reguler tehnik dan perawat. Sedangkan pada penelitian ini yang akan dilakukan oleh peneliti saat ini adalah mengkaji lebih jauh mengenai hubungan tingkat kelelahan dengan kejadian nyeri otot pada dosen keperawatan merupakan komponen penting dalam membedakan perawat dan dosen yang sama – sama yang memiliki peran penting dalam ilmu keperawatan. Mekanisme terjadinya kelelahan menyebabkan nyeri otot karna melemahnya kinerja otot akibat aktivitas yang berat seperti kerja berlebihan, stres dan kurang tidur Selain itu penelitian yang

akan dilakukan saat ini belum pernah dilakukan sebelumnya baik di institusi lain maupun di Universitas Bhakti Kencana Bandung.

Mekanisme kelelahan dapat menyebabkan nyeri otot karna melemahnya aktivitas tubuh manusia diatur oleh sistem susunan saraf dan kelelahan diatur secara sentral oleh otak. Kelelahan dan nyeri otot terjadi karna kekurangan oksigen dan menyebabkan asam laktat meningkat di dalam darah. Kelelahan otot dipengaruhi oleh gangguan kesehatan mental seperti stres

Berdasarkan pemaparan dan fenomena diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Antara tingkat kelelahan dengan tingkat nyeri otot pada Dosen Fakultas keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung di masa *Work From Home (WFH)* Pandemic Covid - 19”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah adakah ”Hubungan antara tingkat kelelahan dengan tingkat nyeri otot pada Dosen Fakultas keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung di masa *work from home (WFH)* Pandemic Covid - 19”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara tingkat kelelahan dengan tingkat nyeri otot pada Dosen Fakultas keperawatan Universitas Bhakti Kencana dimasa *Work From Home* Pandemi Covid-19.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Gambaran Tingkat Kelelahan pada Dosen Keperawatan dimasa Work From Home pandemi covid-19
2. Gambaran Tingkat Nyeri Otot pada Dosen Keperawatan dimasa Work From Home pandemi covid-19
3. Gambaran Hubungan Antara Tingkat Kelelahan dengan Tingkat Nyeri Otot pada Dosen Fakultas Keperawatan dimasa *Work From Home* pandemi covid-19

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Data yang diperoleh dari hasil penelitian dapat digunakan sebagai sumber pengetahuan dan informasi baru untuk membangun kerangka konseptual tentang hubungan antara tingkat kelelahan dengan tingkat nyeri otot pada dosen fakultas keperawatan.

1.4.2 Manfaat Praktik

1. Manfaat Bagi bidang keperawatan

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai landasan teori dibidang keperawatan dan dapat mencegah faktor lain yang mempengaruhi terjadinya nyeri otot.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Dari hasil penelitian ini diharapkan peneliti selanjutnya dapat meneliti faktor apa saja yang bisa mempengaruhi tingkat nyeri otot selain tingkat kelelahan dan meneliti dengan metode penelitian yang berbeda.