

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### 1.1. Latar Belakang Masalah

Pentingnya tidur yang nyenyak membuat merasa jauh lebih segar ketika bangun dari tidur (Nafi'a,dkk. 2020).Kualitas tidur adalah salah satu permasalahan sering dibicarakan dalam bidang kesehatan kerja, khususnya pada pekerjaan penuh waktu. Salah satu profesi yang sangat mungkin untuk dipekerjakan penuh waktu saat ini adalah pengemudi ojek online. Layanan ojek online ini menghubungkan calon penumpang dan pengemudi melalui aplikasi smartphone. Transportasi berbasis online ini memenuhi kebutuhan pokok banyak orang terhadap kehidupan sehari-hari. Dapat dilihat dari pengguna jasa ojek online yang beraneka ragam, dari pelajar, ibu rumah tangga, pekerja kantoran, hingga pegawai negeri sipil. Oleh karena itu, layanan ojek online ini sangat populer. Popularitas tersebut dibuktikan dengan jumlah masyarakat yang bekerja sebagai pengemudi ojek online yang terus meningkat setiap tahunnya (Nurhidayah & Alkarim, 2017).

Menurut penelitian Sunaryo (2014) yang dikutip oleh Belia (2018), jika pengemudi tidak mendapatkan tidur yang cukup dan tidak memenuhi standar jam tidur, dapat terjadi hasil yang kurang optimal sehingga menyebabkan peningkatan kelelahan, Hal ini dapat meningkatkan risiko kecelakaan, dan cedera saat mengemudi. Kualitas tidur yang buruk juga bisa membuat risiko kecelakaan dan kejadian nyaris celaka. Menurut *Global Status Report on Road Safety (GSRS)* yang diterbitkan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada tahun 2018, satu nyawa hilang setiap 60 detik akibat kecelakaan di jalan raya setiap tahunnya,

sehingga mengakibatkan 1,35 juta korban jiwa. Didunia, kecelakaan lalu lintas merupakan penyebab kematian paling umum di kalangan anak-anak berusia 5 hingga 14 tahun dan remaja berusia 15 hingga 29 tahun. 54% korbannya ialah pejalan kaki, pengendara sepeda, dan sepeda motor. Di Indonesia, Kepolisian Lalu Lintas Republik Indonesia menerbitkan data kecelakaan lalu lintas dari tahun 2016 hingga 2018, menunjukkan angka kecelakaan semakin meningkat. Jumlah kecelakaan lalu lintas sebanyak 106.591 pada tahun 2016, 104.327 pada tahun 2017, dan 107.968 pada tahun 2018, yang mengakibatkan rata-rata 30.000 kematian per tahun dan 80 kematian per hari. Jenis kendaraan utama adalah kendaraan roda dua, dan kelompok umur yang paling banyak kecelakaan adalah antara 15 hingga 38 tahun (Korlantas, 2018).

Dilansir dari Liputan 6 (2019) Kapolda Jatim menyebutkan pada tahun 2019, angka kecelakaan lalu lintas di wilayah Jawa Timur mengalami penurunan sebesar 17,59% atau sebanyak 4.279 jiwa. Pada tahun 2018, tercatat 24.330 kecelakaan. Rinciannya, korban meninggal dunia 4.966 orang, yang mengalami luka berat 750 orang, dan luka ringan 32.053 orang. Pada tahun 2019, jumlah kecelakaan menurun menjadi 20.051. Dari jumlah tersebut, 3.918 orang meninggal dunia, 619 orang luka berat, dan 26.353 orang luka ringan. Pengendara sepeda motor menjadi pihak yang paling banyak terlibat kecelakaan tahun ini.

Berdasarkan data kecelakaan lalu lintas yang melibatkan pengendara sepeda motor di wilayah Ponorogo pada tahun 2023 sejumlah 757 kecelakaan lalu lintas. Tercatat 104 meninggal dunia, dan luka ringan sejumlah 1121. Menurut hasil study pendahuluan dari peneliti melalui wawancara kepada Kanit Iptu Abdul Cholik didapatkan data banyak sekali kejadian kecelakaan lalu lintas yang dialami oleh

para driver ojek online, tetapi untuk data spesifik pada ojek online tidak ada, dan masuk dalam data luka ringan. Survey awal wawancara singkat pada anggota paguyuban Warok Ponorogo yang dilakukan kepada 10 driver, Mendapatkan hasil, Delapan orang dari driver tersebut menjelaskan hampir mengalami kecelakaan lalu lintas yang disebabkan oleh penurunan konsentrasi saat mengemudi karena mengantuk. Ada beberapa kemungkinan penyebab terjadinya kecelakaan akibat kelelahan pengemudi ojek online. (Zuraida 2015). faktor seperti usia dan kualitas tidur dapat menyebabkan kecelakaan lalu lintas. Penurunan kualitas tidur meningkatkan kemungkinan terjadinya kecelakaan atau hampir kecelakaan.(Nipjyoti,2021).

Menurut (Nashori & Wulandari, 2017) Ketika pengemudi ojek online bekerja dan berkendara dengan jam kerja yang tidak tertata, maka pola tidurnya bisa terpengaruh. hal ini dapat menurunkan kualitas tidur, mempertahankan kualitas tidur yang disarankan. seiring bertambahnya usia, kebutuhan tidur seseorang semakin meningkat tergantung aktivitasnya. kualitas tidur mengacu pada keadaan tidur yang memungkinkan seseorang merasa segar saat bangun tidur. bagaimana seseorang tidur optimal dapat mencerminkan kualitas tidurnya.

Kualitas tidur mengacu pada maksimalnya seseorang tertidur, yang tidak menyebabkan kelelahan, gampang marah, kurang tenaga, kebingungan, apatis, lingkaran hitam di sekitar mata, pembengkakan kelopak mata, kemerahan, nyeri pada mata, konsentrasi buruk, dan lain-lain. Jika kurang tidur, akan sulit berkonsentrasi dan mudah melupakan sesuatu. Misalnya mungkin kesulitan menemukan kata-kata atau kesulitan mengungkapkan apa yang dipikirkan. Selain itu, orang merasa mudah tersinggung atau tertekan, sehingga tidur secara fisik membantu mereka mendapatkan kembali staminanya.(Rafknowledge,2021). Kualitas tidur yang

cukup akan meningkatkan stamina sehingga membuat lebih efisien dalam bekerja dibandingkan jika kurang tidur. Survei wawancara singkat awal dengan 10 pengemudi Warok Ponorogo orang yang kurang tidur seringkali mengalami gejala seperti mudah lelah, mudah tertidur, pusing, dan sulit berkonsentrasi.

Solusi untuk memastikan kualitas tidur yang memadai termasuk menjaga pola tidur yang baik, menggunakan waktu luang untuk istirahat dan merencanakan tidur dengan baik, mengelola stres, dan menjaga keseimbangan antara bangun dan tidur. Secara fisiologis dan psikologis dapat meminimalkan fungsi tubuh dan mencegahnya masalah kardiovaskular yang disebabkan oleh kurang tidur, kurang tidur dapat dihindari atau diatasi (Asmadi, 2009; Devi, 2021). Memberikan edukasi mengenai pentingnya tidur agar mereka memahami pentingnya kebutuhan tidur agar tidak mengalami gangguan saat beraktivitas di siang hari (Potter & Perry, 2010 dalam Devi, 2021).

Segala sesuatu yang terjadi di alam semesta ini terjadi atas kehendak Allah SWT dan semuanya telah ditentukan dalam Al-Quran.

*“Yaaa ayyuhan naasu kuluu mimmaa fil ardi halaalan taiyibanw wa laa tattabi'uu khutu waatish Shaitaan; innahuu lakum 'aduwwum mubiin”*

Artinya: “Hai sekalian manusia, makanlah yang baik dan halal di muka bumi, dan janganlah kamu mengikuti jejak setan, sesungguhnya setanlah musuhmu yang sebenarnya.” (QS. Al-Baqarah 168).

*“Mā ašāba mim muṣībatin fil-arḍi wa lā fī anfusikum illā fī kitābim min qabli an nabra'ahā, inna zālika 'alallāhi yasīr(un).”*

Artinya: "Tidak ada bencana (apa pun) yang menimpa di bumi dan tidak (juga yang menimpa) dirimu, kecuali telah tertulis dalam Kitab (Lauhulmahfuz) sebelum Kami mewujudkannya. Sesungguhnya hal itu mudah bagi Allah."(QS Al Hadid Ayat 22).

Berdasarkan keterangan dari firman di atas maka kami sampaikan bahwa tidak ada musibah yang menimpa makhluk Allah SWT di muka bumi ini, melainkan semuanya terangkum dalam kitab yang berjudul Lauhul Mahfuz atau Pengetahuan Allah SWT dan kitab ini meliputi segala sesuatu yang ada di muka bumi. Sebuah bencana telah terjadi,

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk mempelajari hubungan kualitas tidur dengan perilaku aman berkendara pada pengemudi ojek online.

## **1.2. Rumusan masalah**

Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalah yang dapat dibuat adalah sebagai berikut: "Apakah terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan perilaku safety riding pada pengendara ojek online Warok di Kabupaten Ponorogo?".?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui Hubungan Kualitas Tidur dengan Perilaku *Safety Riding* pada Pengendara Ojek Online Warok di Kabupaten Ponorogo.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi kualitas tidur pada pengendara ojek online warok di Kabupaten Ponorogo.
- b. Mengidentifikasi perilaku *safety riding* pada pengendara ojek online Warok di Kabupaten Ponorogo.

- c. Menganalisis Hubungan Kualitas Tidur dengan Perilaku *Safety Riding* pada Pengendara Ojek Online Warok di Kabupaten Ponorogo.

## 1.4. Manfaat Penelitian

### 1.4.1. Manfaat Teoritis

Hasil survei ini diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat bagi pembaca tentang Hubungan Kualitas Tidur dengan Perilaku *Safety Riding* pada Pengendara Ojek Online Warok di Kabupaten Ponorogo.

### 1.4.2. Manfaat Praktis

1. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi ilmiah bagi masyarakat untuk mengatahui Hubungan Kualitas Tidur dengan Perilaku *Safety Riding* pada Pengendara Ojek Online Warok di Kabupaten Ponorogo.

2. Bagi institusi

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi literatur untuk penelitian selanjutnya dan untuk menambah pengetahuan mahasiswa tentang Hubungan Kualitas Tidur dengan Perilaku *Safety Riding* pada Pengendara Ojek Online Warok di Kabupaten Ponorogo.

3. Bagi peneliti

Penelitian ini memberikan wawasan yang diperoleh dari perkuliahan dan pengalaman serta memungkinkan dilakukannya penelitian langsung tentang produktivitas tenaga kerja. produktivitas tenaga kerja merupakan bagian dari keselamatan dan kesehatan kerja.

## 1.5 Keaslian Penelitian

1. (Joy Perrier, 2014) berjudul “*Impaired Driving Performance Associated with Effect of Time Duration in Patients with Primary Insomnia*”

Hasil menunjukkan deviasi standar posisi lateral yang lebih besar ( $P = 0,023$ ) dan lebih banyak penyeberangan jalur ( $P = 0,03$ ) pada pasien insomnia daripada pada orang yang tidurnya nyenyak. Analisis efek waktu pada kinerja tugas menunjukkan bahwa gangguan pada pasien terjadi setelah 20 menit mengemudi, yang tidak terjadi pada orang yang tidurnya nyenyak. Tidak ditemukan perbedaan antara kelompok untuk PVT, baik untuk waktu reaksi rata-rata (RT) ( $P = 0,43$ ) maupun jumlah jeda ( $P = 0,21$ ) dan rata-rata 10% 1/RT paling lambat ( $P = 0,81$ ). Pasien menilai tingkat kantuk mereka lebih tinggi ( $P = 0,06$ ) dan tingkat kewaspadaan mereka lebih rendah ( $P = 0,007$ ) dibandingkan dengan mereka yang tidur nyenyak ( $P = 0,007$ ). Evaluasi diri terhadap kinerja mengemudi tidak berbeda antara kelompok ( $P = 0,15$ ). Temuan ini mengungkapkan bahwa insomnia primer dikaitkan dengan penurunan kinerja selama simulasi tugas mengemudi monoton. Kami juga menunjukkan bahwa pasien mampu mengemudi dengan aman hanya untuk waktu yang singkat. Tampaknya disarankan bagi dokter untuk memperingatkan pasien tentang kinerja mengemudi mereka yang terganggu yang dapat menyebabkan peningkatan risiko kecelakaan mengemudi.

Perbedaan Penelitian ini memakai uji T berpasangan dan uji wilcoxon .

Persamaan menggunakan kuesioner PSQI.

2. (Yelvina Tanriono, Diana Vanda Doda, Aaltje E.Manampiring, 2019)

Judul : Hubungan kelelahan kerja, kualitas tidur, perilaku pengemudi dan status gizi dengan kecelakaan kerja pada pengemudi jet di Kota Bitung.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan pada analisis bivariat ditemukan kecelakaan kerja berhubungan signifikan dengan kelelahan kerja ( $P = 0.001$ ), kualitas tidur ( $P = 0.002$ ), dan perilaku pengemudi ( $P = 0.005$ ). Status gizi dan kecelakaan kerja ditemukan tidak memiliki hubungan yang signifikan ( $P = 0.861$ ). Analisis multivariat ditemukan kecelakaan kerja berhubungan paling dominan signifikan dengan kelelahan kerja ( $P = 0.009$ ) dengan nilai OR 4 kali berisiko menyebabkan kecelakaan kerja, diikuti dengan perilaku pengemudi ( $P = 0.04$ ) dengan nilai OR 2 kali berisiko menyebabkan kecelakaan kerja.

Kesimpulan : Faktor yang penting berpengaruh pada kecelakaan kerja pengemudi ojek di kota Bitung adalah kelelahan kerja dan perilaku pengemudi, dan tidak ditemukan hubungan bermakna antara status gizi dengan kecelakaan kerja.

Persamaan : Penelitian ini menggunakan desain cross-sectional, kuesioner yang digunakan salah satunya *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI). Analisis bivariat menggunakan uji chi-square. Uji regresi logistik berganda kemudian digunakan untuk menilai variabel yang dominan.

Perbedaan : penelitian ini memakai beberapa alat ukur yaitu : *Industrial Fatigue Research Committee* (IFRC), *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI), *Modified Motorcycle Rider Behavior Questionnaire* (MRBQ), dan indeks massa tubuh (BMI).

3. (Dwi Rahayuning Surastia<sup>1</sup>, Moch. Yunus<sup>2</sup>, Anita Sulistyorin<sup>3</sup>, Marji, 4, 2023)



Judul: Hubungan perilaku berkendara aman dengan pengetahuan, sikap, dan kelelahan kerja driver Gojek di Kota Malang.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan perilaku safety riding ( $p=0,697$  dan  $p=1,000$ ), serta terdapat hubungan antara kelelahan kerja dengan perilaku safety riding ( $p=0,000$ ). Dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat kelelahan pengendara Go-jek, maka semakin tidak aman perilaku safety riding,

Persamaan : menggunakan desain penelitian cross-sectional.

Perbedaan : metode pengambilan sample menggunakan accidental sampling, sedangkan penelitian ini menggunakan purposive sampling. menggunakan analisis univariat dan bivariat menggunakan uji chi square

4. (Sulaeman Apka Joddy, Ida Wahyuni, Bina Kurniawan, 2022)

Judul : Hubungan Antara Perilaku Safety Riding Dan Stres Kerja Terhadap Kecelakaan Kerja Pada Pengendara Ojek Online Komunitas X Tembalang.

Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 53,3% responden memiliki perilaku berkendara aman dan sebanyak 70% responden memiliki tingkat stres kerja sedang dan sisanya memiliki tingkat stres kerja rendah. Terdapat hubungan antara perilaku safety riding dengan kecelakaan kerja ( $p\text{-value} = 0,017$ ), tidak terdapat hubungan antara stres kerja dengan kecelakaan kerja ( $p\text{-value} = 0,389$ ) pada pengemudi ojek online di lingkungan masyarakat X Tembalang. Sebaiknya pihak perusahaan melakukan pengawasan terhadap pelaksanaan safety riding mitra pengendara dan melibatkan mitra pengemudi dalam menetapkan kebijakan.

Persamaan : menggunakan desain cross-sectional dan data yang dianalisis juga menggunakan analisis univariat dan bivariat

5. (Shanon Trivena Nusa, Deasy Febrianty, Mirta Dwi Rahmah Rusdy,2021)

Judul : Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Safety Riding Pada Komunitas Ojek Online Di Kota Bekasi.

Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 53,3% responden memiliki perilaku berkendara aman dan sebanyak 70% responden memiliki tingkat stres kerja sedang dan sisanya memiliki tingkat stres kerja rendah. Terdapat hubungan antara perilaku safety riding dengan kecelakaan kerja ( $p\text{-value} = 0,017$ ), tidak terdapat hubungan antara stres kerja dengan kecelakaan kerja ( $p\text{-value} = 0,389$ ) pada pengemudi ojek online di lingkungan masyarakat X Tembalang.

Persamaan : menggunakan desain cross-sectional dan data yang dianalisis juga menggunakan analisis univariat dan bivariat dan menggunakan metode pengambilan data purposive sampling.

