

PENGUKURAN BEBAN KERJA FISIK DAN MENTAL UNTUK PERBAIKAN PENJADWALAN HARI LIBUR PEKERJA DI PT XYZ

Muhammad Adi Susilo,

*Program Studi Teknik Industri, Fakultas Teknik, Universitas Esa Unggul
Jl. Arjuna Utara No.9, Duri Keba, Kec. Kb Jeruk, Kota Jakarta Barat, Daerah*

Khusus Ibukota Jakarta 11510

E-mail: adi.susilo1997@gmail.com

ABSTRAK

PT. XYZ merupakan perusahaan swasta yang bergerak di bidang usaha jasa otomasi industri, dan penjualan *spare part* elektrik. Sebagai perusahaan jasa otomasi industri, PT. XYZ dituntut untuk mencapai tujuan / target perusahaan yaitu menyelesaikan pekerjaan tepat waktu, selain itu juga menyesuaikan dengan waktu yang diminta *customer*, maka tak jarang karyawannya dituntut untuk lembur. Seringnya karyawan lembur, maka menimbulkan masalah kelelahan terhadap para karyawannya sehingga target tidak tercapai. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi beban kerja yang dialami oleh karyawan di PT. XYZ. Beban kerja yang diukur adalah beban kerja fisik dan mental. Beban kerja fisik diukur berdasarkan *cardiovascular load* (CVL). Beban kerja mental diukur dengan menggunakan metode *NASA-Task Load Index* (NASA-TLX). Berdasarkan hasil analisis CVL, beban kerja fisik yang diterima oleh 2 *anzen leader* memiliki persentase CVL sebesar 31,41% dan 31,45%, sedangkan 2 teknisi lainnya memiliki persentase CVL sebesar 30,72% dan 30,02%, dengan hasil perbaikan masing-masing menjadi 20,08%, 20,73% dan 27,65%, 22,62% . Sedangkan dari hasil analisis NASA-TLX, beban kerja mental yang diterima staff kantor dan karyawan lapangan yaitu dengan skor NASA-TLX 80% - 98%.

Kata Kunci : Beban kerja, *Cardiovascular load*, NASA-TLX

ABSTRACT

PT. XYZ is a private company engaged in the business of industrial automation services, and sales of electrical spare parts. As an industrial automation service company, PT. XYZ is required to achieve company goals/targets, namely completing work on time, besides that it also adjusts to the time requested by the customer, so it is not uncommon for its employees to be required to work overtime. Often employees work overtime, causing fatigue problems for their employees so that targets are not achieved. This study aims to evaluate the workload experienced by employees at PT. XYZ. The measured workload is physical and mental workload. Physical workload is measured based on cardiovascular load (CVL). Mental workload is measured using the NASA-Task Load Index (NASA-TLX) method. Based on the results of the CVL analysis, the physical workload received by the 2 anzen leaders had a CVL percentage of 31.41% and 31.45%, while the other 2 technicians had a CVL percentage of 30.72% and 30.02%, with the results of their respective improvements -respectively to 20.08%, 20.73% and 27.65%, 22.62%. Meanwhile, from the results of the NASA-TLX analysis, the mental workload received by office staff and field employees is with a NASA-TLX score of 80% - 98%.

Keywords: *Workload, Cardiovascular load, NASA-TLX*