

## ABSTRAK

Nissa Chania Ramadhani/ 34419806

ANALISIS BEBAN KERJA MENTAL DAN BEBAN KERJA FISIK PADA BAGIAN PRODUKSI DI PT. PABRIK KERTAS NOREE INDONESIA DENGAN MENGGUNAKAN METODE NASA-TLX (*NATIONAL AERONAUTICS AND SPACE ADMINISTRATION TASK LOAD INDEX*) DAN METODE CVL (*CARDIOVASCULAR LOAD*)

Tugas Akhir, Jurusan Teknik Industri, Fakultas Teknologi Industri, Universitas Gunadarma, 2023.

Kata Kunci: Beban Kerja Mental, Beban Kerja Fisik, NASA-TLX, CVL.

(xii+68+Lampiran)

Pekerja dalam melakukan pekerjaannya tentu saja menerima dan merasakan beban, beban tersebut berupa beban kerja fisik dan juga beban kerja mental. PT. Pabrik Kertas Noree Indonesia memiliki beberapa proses produksi yaitu daur ulang bahan baku, pembuburan kertas, pencetakan kertas, pemanasan, dan juga pemotongan. Proses pemotongan memerlukan konsentrasi dan juga ketelitian agar produk yang dihasilkan tidak mengandung kecacatan produk dan merugikan perusahaan, pekerjaan ganda, pekerjaan yang berulang setiap harinya akan merusak mental para pekerja. Pengangkatan manual juga cukup menguras banyak tenaga dan posisi kerja yang salah akan berdampak pada kesehatan pekerja. Mengukur beban kerja mental dan juga beban kerja fisik dapat menggunakan metode NASA-TLX dan metode CVL. Menggunakan metode tersebut diharapkan dapat mengetahui dan menganalisa beban kerja yang dirasakan oleh pekerja bagian produksi PT. Pabrik Kertas Noree Indonesia.

Berdasarkan hasil pengukuran beban mental didapatkan 12,5% responden memiliki beban kerja mental kategori sangat tinggi dan 87,5% responden memiliki beban kerja mental kategori tinggi. Faktor dominan mempengaruhi pekerja yaitu *effort* atau usaha. Faktor *effort* mempengaruhi sebesar 25% responden, *mental demand* mempengaruhi 20,83% responden, *physical demand* mempengaruhi sebesar 20,83%, *temporal demand* mempengaruhi 8,33% responden, *performance* mempengaruhi 16,66% responden dan *frustation* mempengaruhi 12,5% responden. Berdasarkan hasil kategori beban kerja fisik didapatkan 25% pekerja produksi memiliki beban kerja fisik yang termasuk kedalam kategori diperlukan perbaikan. Sebesar 75% Pekerja lainnya termasuk kedalam kategori tidak terjadi kelelahan. Usulan perbaikan pada beban fisik yaitu mengubah posisi pengangkatan dan juga mempertimbangkan penggunaan alat bantu *hand stacker*. Solusi yang diberikan untuk beban kerja mental antara lain melakukan kegiatan *gathering*, penetapan kebijakan rotasi pekerjaan, memberikan *reward* bagi karyawan dengan performa terbaik berupa kesempatan untuk mendapatkan promosi, memisahkan pekerjaan *qc* dengan pemanasan kertas dan memposisikan satu orang pekerja pada satu pekerjaan saja.

**DAFTAR PUSTAKA (1999 - 2022)**