

ABSTRAK

Pengukuran beban kerja mental merupakan aspek penting dalam mengevaluasi kapasitas kerja karyawan di lingkungan industri. Studi ini dilakukan di UD. Sari Kayu Jaya, sebuah perusahaan manufaktur kayu lapis mentah, dengan tujuan untuk mengidentifikasi tingkat beban kerja mental yang dialami oleh pekerja. Penggunaan metode NASA-TLX sebagai alat pengukuran memberikan pemahaman yang mendalam tentang factor-faktor yang mempengaruhi beban kerja mental.

Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kuantitatif di UD. Sari Kayu Jaya, Kabupaten Klaten, Jawa Tengah. Data dikumpulkan melalui metode pengukuran NASA-TLX yang mencakup enam indikator utama : *Mental Demand*, *Physical Demand*, *Temporal Demand*, *Performance*, *Frustration*, dan *Effort*. Analisis data dilakukan dengan pembobotan, pemberian *rating*, perhitungan nilai produk, dan perhitungan *Weighted Workload* untuk menentukan tingkat beban kerja mental secara holistic.

Hasil analisis menunjukkan variasi tingkat beban kerja mental di berbagai stasiun kerja di UD. Sari Kayu Jaya. Faktor-faktor seperti *Performance* dan *Temporal Demand* teridentifikasi sebagai contributor utama terhadap beban kerja mental yang tinggi. Rekomendasi untuk mengurangi beban kerja mental termasuk pemberian motivasi, peningkatan kenyamanan tempat kerja, dan penyusunan prosedur operasional standar yang jelas. Studi ini memberikan wawasan yang berharga bagi perusahaan dalam meningkatkan kesejahteraan dan produktivitas karyawan melalui pemahaman yang lebih baik tentang beban kerja mental.

Kata Kunci : Pengukuran Beban Kerja Mental, Metode NASA-TLX, Kesejahteraan Karyawan

ABSTRACT

Measurement of mental workload is a critical aspect in evaluating employees' work capacity in industrial environments. This study was conducted at UD. Sari Kayu Jaya, a raw plywood manufacturing company, aiming to identify the level of mental workload experienced by workers. The use of the NASA-TLX method as a measurement tool provided deep insights into factors influencing mental workload.

The research employed a quantitative approach at UD. Sari Kayu Jaya, located in Klaten Regency, Central Java. Data were collected using the NASA-TLX method, which encompasses six primary indicators: Mental Demand, Physical Demand, Temporal Demand, Performance, Frustration, and Effort. Data analysis involved weighting, *rating*, calculating raw scores, and computing Weighted Workload to determine the level of mental workload comprehensively.

The analysis results indicated variations in mental workload levels across different workstations at UD. Sari Kayu Jaya. Factors such as Performance and Temporal Demand were identified as major contributors to high mental workload. Recommendations to reduce mental workload included providing motivation, enhancing workplace comfort, and establishing clear standard operating procedures. This study provides valuable insights for the company to enhance employee well-being and productivity through a better understanding of mental workload.

Keywords : Mental Worload Measurement, NASA-TLX Method, Employee Well-being