

Abstraksi

Tenaga kerja dan peralatan merupakan salah satu faktor kerja yang sangat penting, karena pada dasarnya manusia berperan sebagai perencana dan perancang suatu sistem kerja. Namun pada umumnya beberapa perusahaan tidak memperhatikan seberapa besar beban kerja yang layak untuk diterima dan dikerjakan oleh pekerja serta efek negatif yang ditimbulkan dari pekerjaan yang dilakukannya, akibatnya kinerja para pekerja menurun dan produktivitas perusahaan juga akan menurun. PT. Indo Stone merupakan industri dibidang pembuatan batu-batu hias untuk perumahan. Jam kerja operator dimulai dari pukul 07.00 WIB - 16.00 WIB, sedangkan waktu istirahat yang diberikan hanya 1 jam yaitu pukul 12.00 WIB - 13.00 WIB.

Memperpanjang waktu kerja lebih dari kemampuan tersebut biasanya akan menurunkan efisiensi dan produktivitas kerja serta cenderung untuk menyebabkan timbulnya kelelahan, penyakit dan kecelakaan kerja. Oleh karena itu agar seorang pekerja dapat bekerja secara optimal, maka diperlukan waktu istirahat yang cukup untuk menghentikan aktivitas fisiknya untuk sementara. Dengan mengatur waktu istirahat yang cukup akan memberikan dampak terhadap efisiensi pekerjaan.

Waktu istirahat yang diperlukan oleh operator selama 76 menit yang berarti harus ada penambahan waktu ± 16 . Waktu 16 menit ini lalu diterapkan dengan perhitungan waktu pemulihan, sehingga didapatkan waktu pemulihan pada pukul 09.30 WIB selama 10 menit dan pada pukul 14.30 WIB selama 6 menit. Pada *output* yang dihasilkan, yang sebelum perbaikan *output* standar yang dihasilkan sebesar 154 batu menjadi 179 batu/hari, sehingga terjadi peningkatan produktivitas sebesar 41.7%.

Kata kunci: *Labor intensive*, Waktu istirahat, Waktu pemulihan