

ABSTRAKSI

Tanggung jawab merupakan faktor penting yang harus diperhatikan dalam sebuah organisasi pada Sumber Daya Manusia (SDM). Penelitian ini dimaksudkan untuk beban kerja yang dialami oleh seluruh pekerja di PT. AGUNG MITRA KONTRUKSINDO RAYA PERSADA. Subyek penelitian adalah pekerja di PT. AGUNG MITRA KONTRUKSINDO RAYA PERSADA yang berjumlah 50 responden. Beban kerja yang diukur adalah beban kerja fisik dan mental. Metode analisis beban fisik yang digunakan pada penelitian ini berdasarkan Cardiovascular Load (CVL). Sedangkan metode analisis beban mental yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode NASA-Task Load Index (NASA TLX). Manfaat dari penelitian ini yaitu mengetahui seberapa besar tingkat beban kerja fisik dan mental yang dialami oleh pekerja dalam bekerja 8 jam. Berdasarkan hasil analisis Cardiovascular Load (CVL) operator yang menerima beban kerja fisik terberat adalah Operator Helper 3 dengan tingkat Cardiovascular Load (CVL) sebesar 30,1%, yang berarti diperlukannya perbaikan. Sementara itu, dari hasil analisis National Aeronautics and Space Administration Task Load Index (NASA TLX) administrator yang mendapat beban kerja mental terberat adalah Operator Helper 3, WWL sebesar 81.333. Karakteristik responden penelitian Umur mayoritas 36 s/d 40 tahun 36%, Rata rata denyut nadi tertinggi saat istirahat sebesar 69,5 x/mnt pada kelompok 56 s/d 60 sedangkan pada saat berkerja tertinggi 98 x/mnt pada kelompok umur yang sama, Bagian pekerja mayoritas sebagai welder ada 18 orang (36%) . Proposisi perbaikan yang diberikan adalah ide-ide untuk peningkatan yang dapat diberikan sebagai ide untuk mengembangkan kerangka kerja lebih lanjut. Organisasi dapat memberikan persiapan pada tindakan siap kerja dengan tepat. Berikan waktu istirahat ekstra tanpa melibatkan jam kerja. Persiapan dan pemberian motivasi sebelum menyelesaikan suatu tugas.

Kata kunci : Beban Kerja, *Cardiovascular Load*, *NASA-Task Load Index*,

ABSTRACTION

Responsibility is an important factor that must be considered in an organization in Human Resources (HR). This research is intended for the workload experienced by all workers at PT. AGUNG MITRA KONTRUKSINDO RAYA PERSADA. The research subjects are workers at PT. AGUNG MITRA KONTRUKSINDO RAYA PERSADA totaling 50 respondents. The measured workload is physical and mental workload. The physical load analysis method used in this study is based on Cardiovascular Load (CVL). Meanwhile, the mental load analysis method used in This research is the NASA-Task Load Index (NASA TLX) method. The benefit of this research is knowing how big the level of physical and mental workload experienced by workers in working 8 hours. Based on the results of the Cardiovascular Load (CVL) analysis, the operator who received the heaviest physical workload was operator helper 3 with a Cardiovascular Load (CVL) level of 30.1%, which means that improvements are needed. Meanwhile, from the analysis of the National Aeronautics and Space Administration Task Load Index (NASA TLX), the administrator who gets the heaviest mental workload is Operator Helper 3, WWL of 81,333. Characteristics of research respondents Age majority 36 to 40 years 36%, the highest average pulse at rest is 69.5 x/min in the 56 to 60 group while at work the highest is 98 x/min in the same age group, The majority of workers as welders are 18 people (36%). The improvement propositions given are ideas for improvement that can be provided as ideas for developing the framework further. Organizations can provide appropriate preparation for work-ready actions. Give extra time off without involving working hours. Preparation and giving motivation before completing a task.

Keywords: Workload, Cardiovascular Load, NASA-Task Load Index,