

RINGKASAN

Yosua Desmon C.N (J1A214040). Analisis Beban Kerja Fisik dan Mental menggunakan metode NASA-TLX dan metode CVL untuk Mengevaluasi Beban Kerja Operator Departemen *Fiber Maintenance* di PT. Lontar Papyrus Pulp and Paper Industry (LPPPI). Dibawah Bimbingan Ir. Emanauli, M.P dan Rudi Prihantoro, S.TP, M.Sc

Tubuh manusia dirancang untuk dapat melakukan aktivitas dalam pekerjaan sehari - hari. Adanya massa otot yang bobotnya hampir lebih dari separuh berat tubuh, memungkinkan kita untuk dapat menggerakkan tubuh dan melakukan pekerjaan. Bekerja berarti tubuh akan menerima beban dari luar tubuhnya. Dengan kata lain bahwa setiap pekerjaan merupakan beban bagi yang bersangkutan. Beban tersebut dapat berupa beban fisik maupun beban mental. Penelitian ini bertujuan Untuk mengetahui beban kerja fisik dan beban kerja mental yang diterima oleh operator *Fiber Maintenance* dan usulan perbaikan untuk mengurangi beban kerja yang diterima oleh pekerja pada stasiun Operator *Fiber Maintenance*.

Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode deskriptif, dengan alat analisis data menggunakan metode CVL(*CardiovascularLoad*) dan metode NASA-TLX (*National Aeronautics and Space AdministrationTask Load Index*).

Berdasarkan aspek perhitungan denyut nadi diperoleh rata-rata CVL terbesar adalah hari ke-2 pada waktu sore hari sebesar 111,87 (sesudah bekerja) dan terkecil adalah hari ke-5 pada waktu pagi hari sebesar 64,07 (sebelum bekerja), dan Hasil yang diperoleh berdasarkan aspek *National Aeronautics and Space Administration Task Load* (NASA-TLX) menunjukkan bahwa beban kerja mental terberat atau tinggi dirasakan sebanyak 11 Pekerja 73,33 % dan rendah sebanyak 4 pekerja 26,66 %. Berdasarkan usulan perbaikan yang diberikan, perusahaan diharapkan untuk lebih diperhatikan dan mengingatkan pekerja dalam penggunaan alat *ear plug* untuk keselamatan kerja dan Penyesuaian penempatan pekerja sesuai usia.

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