

Abstrak

Annisa Hamlin Istiqomah. (91248018). Analisa Beban Kerja Pada PT. X Untuk Menunjang *Quality Of Work Life*. Tesis. Magister Psikologi Profesi. Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Surabaya, Laboratorium Psikologi Industri & Organisasi (2016).

Dalam studi *Quality of Work Life*, beban kerja dianggap sebagai salah satu faktor yang paling berpengaruh. Beban kerja juga dikenal sebagai tuntutan kerja. Beban kerja didefinisikan sebagai "stres psikologis", seperti persyaratan untuk bekerja cepat dan keras, banyak yang harus dikerjakan, tidak memiliki cukup waktu, dan memiliki tuntutan yang saling bertentangan dan dapat didefinisikan sebagai jumlah tenaga kerja fisik, biasanya diukur dengan jam kerja.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa beban kerja karyawan. Pengolahan data dilakukan dengan cara pendekatan beban tugas per orang dengan jabatan yang dipegang dan untuk perhitungan beban kerja mental digunakan perhitungan subjektif dengan NASA-TLX. Terdapat 18 jabatan yang digunakan dalam penelitian. Metode pengambilan data berdasarkan wawancara, observasi dan studi dokumen.

Hasil asesmen menunjukkan beban kerja yang *overload* dan *underload* pada PT. X. Beban kerja yang tidak normal mempengaruhi kualitas kehidupan kerja karyawan, sehingga rancangan intervensi yang diusulkan untuk mengatasi masalah tersebut adalah *job design*.

Kata kunci : *Quality of Work Life*, Analisa Beban Kerja, *Job Design*

ABSTRACT

Annisa Hamlin Istiqomah. (91248018). Workload Analysis at PT. X to Support Quality of Work Life. Thesis. Master of Professional Psychology. Surabaya : Faculty of Psychology, Universitas Surabaya, Laboratory of Industrial & Organizational Psychology (2016)

In the study of Quality of Work Life, workload is considered as one of the most influential factors. Workload is also known as a work demand. Workload is defined as “psychological stress” which closely linked to the requirements to work hard, do multiple tasks in limited time, and have conflicting demands, or can be defined as the amount of physical labor which typically measured by working hours.

This study aims to analyze the employees’ workload. The author combines the individual workload approach with their position at work, and for the calculation of mental workload, the author uses subjective calculation by using NASA-TLX. There are 18 positions which are used in this research. The data collection method is based on interviews, observation, and study documents.

The assessment result show both overload and underload workload at PT X. Abnormal workload will affect the quality of employees’ working life. At the end, the author proposes *job design* as the intervenes

Key Word : Quality of WorkLife, Workload Analysis, Job Design.