

ABSTRAK

PT ROMOS INTI COSMETIC merupakan suatu perusahaan manufaktur dengan produk utamanya yaitu *parfum* dan *deodorant*. Dalam menjalankan berbagai aktivitas perusahaan, maka perusahaan ini memerlukan para pekerja. Jumlah pekerja yang ada saat ini sebanyak 42 orang, yang menduduki berbagai jabatan, yaitu manajer, supervisor, kepala bagian, staf, dan operator. Masalah yang sering dialami oleh pekerja adalah adanya beban kerja mental yang terjadi berkaitan dengan pekerjaan yang dilakukan. Oleh karena itu, perlu dilakukan pengukuran beban kerja mental sehingga dapat dilakukan perbaikan-perbaikan guna menurunkan terjadinya beban kerja mental.

Terdapat beberapa metode pengukuran beban kerja mental, yaitu pengukuran secara obyektif dan pengukuran secara subyektif. Pada penelitian ini akan digunakan metode pengukuran subyektif yaitu *Subjective Workload Assessment Technique* (SWAT). Metode SWAT merupakan suatu metode pengukuran beban kerja mental dengan melihat dari 3 dimensi yaitu beban waktu (*time load*), beban usaha mental (*mental effort load*) dan beban tekanan psikologis (*psychological stress load*). Metode SWAT terdiri dari dua tahap, yaitu *Scale Development* (pembuatan skala) dan *Event Scoring* (pemberian nilai terhadap hasil penelitian).

Dari hasil pengukuran beban kerja mental, dapat diketahui beberapa penyebab terjadinya beban kerja mental, yaitu dari faktor waktu, usaha, dan lingkungan. Penyebab dari segi waktu terkait dengan pekerjaan yang dilakukan oleh manajer produksi, pekerja bagian R&D, staf *accounting*, dan staf perizinan. Penyebab beban kerja mental untuk manajer produksi dan staf *accounting* sama, yaitu karena banyaknya permintaan, sehingga dituntut untuk bekerja secara cepat agar bisa memenuhi permintaan. Sedangkan untuk staf perizinan disebabkan karena izin tidak dapat selesai tepat waktu yang disebabkan karena adanya peraturan baru dan harus membayar lebih banyak agar bisa cepat diproses. Penyebab dari segi usaha terkait dengan pekerjaan yang dilakukan oleh *supervisor* dan staf laboratorium. Penyebab beban kerja mental untuk *supervisor* yaitu karena banyaknya pekerjaan yang harus ditangani sendiri, yaitu mengawasi semua bagian produksi agar bisa berjalan sesuai jadwal produksi yang sudah ditetapkan. Sedangkan untuk staf laboratorium, sering gagal melakukan percobaan disebabkan karena kurang keterampilan. Penyebab dari segi lingkungan terjadi pada para pekerja di gudang bahan baku. Pekerja merasa tidak nyaman dalam bekerja karena suhu yang panas. Hal ini disebabkan karena kipas angin yang dipasang tidak terawat, sehingga sebagian sudah rusak.

Dari uji statistik dengan $\alpha = 5 \%$, dapat diketahui bahwa faktor jabatan, jenis kelamin, usia, dan lama kerja tidak berpengaruh terhadap beban kerja mental. Namun, dari tabel kontingensi dapat dilihat bahwa beban kerja mental yang tertinggi cenderung dialami oleh pekerja yang mempunyai jabatan manajer, berjenis kelamin pria, dan pekerja dengan lama kerja antara 11-15 tahun. Dari uji regresi linear dapat diketahui hubungan antara beban kerja dan jumlah absen yaitu jumlah hari absen = $5.962 + (0.082 \times \text{beban kerja})$. Adanya waktu istirahat siang dapat menurunkan beban kerja mental sebanyak 14.16 %, dan penurunan beban kerja fisik sebesar 4.46%.

Untuk mengurangi terjadinya beban kerja mental, maka diusulkan beberapa hal seperti penataan lingkungan kerja fisik, yang meliputi penerapan manajemen waktu, penyuluhan pekerja, dan pelatihan pekerja yang dijabarkan dalam *action plan* dan dilaksanakan sesuai jadwal pelaksanaan