

ABSTRAK

ALIF PUTRA F,2025, PENGARUH BEBAN KERJA FISIK DAN BEBAN KERJA MENTAL BAGIAN PRODUKSI TERHADAP PRODUKTIVITAS PEKERJA MENGGUNAKAN METODE CVL DAN NASA-TLX DI PT. SXX. Tugas Akhir. Program Studi Teknik Industri, Strata Satu Universitas Kadiri,Pembimbing : (I) Ir. Silvi Rushanti W, ST.MT (II) Ir. Afiff Yudha Tripariyanto,ST.,MT .

Beban kerja fisik dan mental merupakan faktor krusial yang memengaruhi produktivitas pekerja, terutama di bagian produksi PT. SXX. Ketidakeimbangan beban kerja dapat menurunkan kinerja serta menimbulkan gangguan kesehatan fisik maupun psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh beban kerja fisik dan mental terhadap produktivitas pekerja, serta mengidentifikasi aspek yang perlu diperbaiki guna menciptakan lingkungan kerja yang lebih efisien. Pengumpulan data dilakukan pada 10 responden yang bekerja di area produksi dengan kondisi kerja berat dan panas. Pengukuran beban kerja fisik menggunakan metode *Cardiovascular Load (CVL)*, dengan batas normal <30%, sedangkan beban kerja mental dianalisis menggunakan metode NASA-TLX yang mengelompokkan tingkat beban kerja ke dalam tiga kategori: sedang (41–60), tinggi (61–80), dan sangat tinggi (81–100). Hasil menunjukkan adanya Sebanyak delapan pekerja mengalami kelelahan fisik sedang hingga tinggi dengan %CVL di atas 30%, terutama di area kerja berat seperti hot press dan glue spreader. Sementara itu, enam pekerja menunjukkan beban kerja mental tinggi dengan skor NASA-TLX antara 70,65 hingga 79,35 yang dipicu oleh tekanan target produksi dan multitasking. Kondisi ini menunjukkan bahwa persepsi terhadap beban kerja bersifat subjektif dan dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti usia, jenis kelamin, dan jenis pekerjaan.ketidak sesuaian antara tuntutan pekerjaan dan kapasitas pekerja, yang berpotensi menurunkan produktivitas.

Kata Kunci : Beban kerja, produktivitas, produksi, NASA-TLX & CVL