

**ANALISIS BEBAN KERJA MENTAL DENGAN METODE  
NASA - TLX PADA DOSEN TEKNIK INDUSTRI DI INSTITUT  
TEKNOLOGI TELKOM SURABAYA**

**ABSTRAK**

Beban kerja mental merupakan masalah umum yang lazim terjadi pada setiap aktivitas terutama berkaitan dengan pekerjaan, beban ini dapat mempengaruhi individual atau kelompok yang dampaknya bervariasi. Dampak tersebut dapat berupa kinerja pada karir, kesehatan jasmani maupun psikologis. Setiap aktivitas tidak lepas dari beban kerja mental, namun hal ini menjadi masalah apabila parameter beban kerja mental nya melebihi batas tertentu. Oleh karena itu, penelitian ini membahas beban kerja mental berdasarkan perhitungan yang objektif untuk meningkatkan keakuratan data dan hasil analisis. Subjek pada penelitian ini adalah dosen berjumlah 9 orang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui klasifikasi beban kerja mental pada dosen teknik industri di Telkom University. Metode yang digunakan yaitu NASA - TLX. Hasil Penelitian berupa klasifikasi rendah atau tingginya beban kerja mental pada dosen dan rekomendasi yang tepat untuk mengurangi beban kerja mental pada dosen Teknik Industri di Telkom University.

**Kata kunci:** beban, kerja, mental, NASA-TLX, dosen