

ABSTRACT

PT Tricomindo Cipta Mandiri telah beroperasi sebagai firma konsultasi teknik konstruksi selama lebih dari 22 tahun dan menghadapi tantangan dalam menangani beban kerja karyawan mereka, terutama di Divisi Pengawasan (Tender Engineering) dan Perencanaan. Permintaan untuk manajemen beban kerja yang efisien selama pertumbuhan perusahaan yang pesat menjadi semakin penting untuk mengelola produktivitas dan kesejahteraan karyawan. Oleh karena itu, manajemen sumber daya manusia dalam konteks ini harus memperhatikan tidak hanya peningkatan kinerja, tetapi juga pengurangan risiko yang diakibatkan oleh beban kerja yang tidak tepat (baik rendah maupun tinggi), yang dapat memengaruhi kemampuan karyawan untuk bekerja dengan baik. Kinerja di bawah tingkat optimal ini dapat menyebabkan penurunan produktivitas, peningkatan stres, kelelahan, dan secara potensial berujung pada kecelakaan kerja. Penelitian ini menangani tantangan manajemen beban kerja di PT Tricomindo Cipta Mandiri dengan menggunakan metode NASA-TLX (Task Load Index). Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis beban kerja yang dialami oleh karyawan di divisi Pengawasan dan Perencanaan, mengidentifikasi faktor-faktor utama yang berkontribusi terhadap beban kerja, dan mengevaluasi dampaknya terhadap produktivitas dan kesejahteraan karyawan secara keseluruhan. Penelitian ini difokuskan pada kedua divisi tersebut karena peran kritis mereka dalam operasi perusahaan, dengan posisi seperti General Manager, Project Manager, dan Engineer yang sangat dipengaruhi oleh beban kerja yang tinggi. Metode NASA-TLX dipilih karena kemampuannya yang komprehensif untuk menilai berbagai aspek beban kerja mental dan fisik melalui enam dimensi utama: permintaan mental, permintaan fisik, permintaan waktu, kinerja, upaya, dan frustrasi. Pendekatan subjektif yang telah divalidasi ini memungkinkan evaluasi yang relevan terhadap persepsi individu tentang beban kerja, sehingga lebih mudah mengidentifikasi area yang perlu ditingkatkan. Fleksibilitas metode ini membuatnya mudah diterapkan di berbagai konteks kerja, termasuk sektor konsultasi teknik konstruksi di PT Tricomindo Cipta Mandiri, di mana beban kerja seringkali bervariasi dan kompleks. Selain itu, NASA-TLX mudah diimplementasikan, dan hasilnya dapat dibandingkan dengan penelitian lain, sehingga perusahaan dapat membuat keputusan yang lebih baik berbasis data dalam mengelola sumber daya manusia. Metode penelitian melibatkan distribusi kuesioner NASA-TLX kepada 36 karyawan dari berbagai peran di Divisi Pengawasan dan Perencanaan. Data yang terkumpul diproses untuk menentukan skor beban kerja rata-rata untuk setiap karyawan. Hasilnya menunjukkan bahwa Divisi Pengawasan dan Perencanaan mengalami beban kerja yang berlebihan, dengan skor NASA-TLX rata-rata masing-masing 63,17 dan 68,44. Posisi General Manager menunjukkan beban kerja tertinggi dengan Total Weighted Work Load (WWL) sebesar 117.500 dan skor NASA-TLX sebesar 83,33, menunjukkan tingkat beban kerja yang sangat tinggi. Faktor utama yang menyebabkan beban kerja berlebihan ini adalah permintaan mental yang tinggi, tuntutan waktu yang ketat, dan ekspektasi kinerja yang tinggi. Karyawan melaporkan bahwa multitasking, alokasi sumber daya yang tidak memadai, dan tenggat waktu proyek yang ketat merupakan faktor-faktor stres signifikan yang memperburuk beban kerja mereka. Faktor-faktor ini terutama terjadi pada peran yang memerlukan pengawasan terus-menerus dan pengambilan keputusan di bawah tekanan waktu, seperti yang dipegang oleh General Manager, Project Manager, dan Engineer. Berdasarkan temuan ini, penelitian ini menyarankan beberapa intervensi strategis untuk mengurangi tekanan beban kerja di PT Tricomindo Cipta Mandiri. Rekomendasi utama meliputi optimalisasi alokasi sumber daya untuk memastikan distribusi tugas yang lebih merata, peningkatan komunikasi internal untuk memperbaiki koordinasi tim, dan penyediaan program pelatihan yang ditargetkan untuk meningkatkan efisiensi karyawan dalam menangani

tugas-tugas kompleks. Selain itu, penerapan pengaturan kerja fleksibel dan peningkatan dukungan ergonomis dapat membantu mengurangi tekanan fisik dan mental pada karyawan, sehingga meningkatkan kepuasan kerja dan produktivitas secara keseluruhan. Implementasi solusi-solusi ini diharapkan dapat menciptakan lingkungan kerja yang lebih sehat dan berkelanjutan di PT Tricomindo Cipta Mandiri, sehingga kesejahteraan karyawan dan kinerja perusahaan dapat terjaga pada tingkat yang optimal.

Keywords: Manajemen Beban Kerja, Produktivitas, NASA-TLX