

ANALISIS BEBAN KERJA MENTAL, BEBAN KERJA FISIK DAN STRES KERJA PADA PEKERJA DI TAMAN
PENITIPAN ANAK

ARI PRADINA – 25010114120199

(2018 - Skripsi)

Taman Penitipan Anak (TPA) adalah salah satu pendidikan nonformal untuk anak usia dini. Salah satu komponen utama TPA yaitu pengasuh. Pengasuh berisiko mengalami stres kerja karena adanya tuntutan tugas. Pengasuh harus selalu waspada dalam pengawasan dan dituntut bergerak aktif ketika bekerja. Oleh karena itu, peneliti melakukan penelitian untuk mengetahui faktor apa saja yang dapat meningkatkan beban kerja sehingga dapat menyebabkan stres kerja. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk menganalisis beban kerja mental, beban kerja fisik, dan stres kerja pada pekerja di Taman Penitipan Anak (TPA) Mentari. Jenis penelitian ini yaitu deskriptif kualitatif. Subjek penelitian yaitu 3 orang pengasuh sebagai informan utama dan 1 orang pemilik TPA sebagai informan triangulasi. Metode pengumpulan data dibagi menjadi 2 tahap yaitu pengukuran dengan kuesioner dan observasi dilanjutkan dengan wawancara mendalam. Beban kerja mental diukur menggunakan NASA-TLX, beban kerja fisik diukur menggunakan SNI Beban Kerja Berdasarkan Tingkat Kebutuhan Kalori Menurut Pengeluaran Energi, dan stres kerja diukur menggunakan GHQ-12. Selanjutnya dilakukan observasi SOP dan wawancara mendalam. Untuk hasil pengukuran diperoleh bahwa 1 orang mengalami stres tinggi dan 2 orang mengalami stres rendah. Satu orang yang mengalami stres tinggi memperoleh beban kerja mental tinggi dan beban kerja fisik ringan. Untuk 2 orang yang mengalami stres rendah memperoleh beban kerja mental sedang dan beban kerja fisik ringan. Sedangkan faktor-faktor yang diteliti seperti situasi, pelatihan, praktik, keterampilan, kejenuhan, toleransi performansi yang diizinkan, dan waktu penyelesaian menyebabkan peningkatan beban kerja ditambah dengan ciri individu sehingga memicu terjadinya stres kerja

Kata Kunci: Beban Kerja, Stres Kerja, Taman Penitipan Anak (TPA)