

BAB V

ANALISA DAN INTERPRETASI HASIL

5.1 Analisa Hasil dengan Metode NASA TLX

Berdasarkan hasil pengolahan data Bab 4 diketahui bahwa pegawai Quality Control PT Delta Dunia Tekstil memiliki nilai skor NASA-TLX yang tinggi pada beban kerja mental. Pengukuran beban kerja mental menggunakan metode NASA-TLX dilakukan terhadap 20 pegawai di divisi Quality Control PT Delta Dunia Tekstil. Berdasarkan hasil pengukuran beban kerja diperoleh skor rata-rata sebesar 73.15. Hal ini menandakan bahwa sebagian besar pegawai Divisi Quality Control PT Delta Dunia Tekstil masuk ke dalam beban kerja mental berklasifikasi tinggi

Skor NASA-TLX tertinggi dialami oleh seorang pegawai bernama Rika dengan skor 98 dan masuk ke dalam klasifikasi tinggi. Sedangkan skor NASA-TLX terendah dialami oleh Nurul dengan skor 68 dan masuk ke dalam klasifikasi sedang.

5.2 Analisa Hasil Uji Korelasi

Analisa uji korelasi menggunakan uji korelasi Pearson yang merupakan angka yang menunjukkan arah dan kuatnya hubungan antara dua variabel independen secara bersama-sama atau lebih dengan satu variabel dependen (Hidayanti & Mandalika, 2023). Peneliti menggunakan ini untuk mengevaluasi kekuatan dan arah hubungan antara dua variabel apakah dua variabel tersebut saling berkorelasi atau tidak.

5.2.1 Analisa Hasil Korelasi Skor NASA TLX dengan Lama Bekerja

Berdasarkan hasil uji korelasi pada skor NASA TLX dan Lama bekerja menunjukkan bahwa lama tidak berkorelasi terhadap beban kerja mental. Meskipun secara intuitif dapat dianggap bahwa semakin lama seseorang bekerja, maka ia akan semakin terbiasa dan mampu mengelola tekanan kerja dengan lebih baik, namun dalam praktiknya persepsi terhadap

beban kerja mental dipengaruhi oleh banyak faktor lain yang bersifat lebih situasional dan psikologis. Misalnya, beban kerja yang tinggi dapat tetap dirasakan oleh individu meskipun mereka telah bekerja cukup lama, terutama bila beban tersebut berasal dari tuntutan organisasi yang terus meningkat, konflik peran, kurangnya kontrol atas pekerjaan, atau tekanan waktu yang konsisten.

Selain itu, tidak signifikannya hubungan ini juga dapat disebabkan oleh variabilitas lama bekerja yang tidak terlalu besar di antara responden. Jika sebagian besar responden berada dalam kelompok dengan masa kerja yang hampir seragam (misalnya 1–5 tahun), maka variasi data tidak cukup untuk menangkap hubungan yang berarti secara statistik. Kemungkinan lain adalah adanya faktor mediasi seperti kepuasan kerja, jenis jabatan, atau bahkan kondisi organisasi yang dapat memperkuat atau memperlemah persepsi terhadap beban kerja mental terlepas dari lama bekerja seseorang.

Secara keseluruhan, dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini, lama bekerja tidak memiliki hubungan yang signifikan terhadap persepsi beban kerja mental. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tasya Rossie Jenisa bahwa tidak ada hubungan antara masa kerja dengan beban kerja mental pada karyawan Bank Mandiri Cibinong City Center (Jenisa & Ningtyas, 2023). Selain itu, pada penelitian yang dilakukan oleh Jayanti juga sejalan dengan hasil bahwa masa kerja dan beban kerja mental memiliki hubungan yang lemah pada pekerja PT Mitra Rekatama Mandiri (Simangunsong & Ismianti, 2024). Oleh karena itu, ketika ingin mengevaluasi atau mengelola beban kerja mental karyawan, organisasi sebaiknya tidak hanya mempertimbangkan lama masa kerja, tetapi juga memperhatikan kondisi kerja yang aktual, sifat pekerjaan, serta kesejahteraan psikologis karyawan secara menyeluruh.

5.2.2 Analisa Hasil Korelasi Skor NASA TLX dengan Usia

Berdasarkan hasil uji korelasi pada skor NASA TLX dan Lama bekerja menunjukkan bahwa usia tidak memiliki pengaruh yang signifikan

terhadap beban kerja mental yang dirasakan oleh responden. Meski terdapat kecenderungan peningkatan skor beban kerja seiring bertambahnya usia, hubungan ini tidak cukup kuat dan tidak signifikan untuk digeneralisasikan.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Qomusuddin bahwa tidak ada hubungan antara usia dengan beban kerja mental pada operator Perguruan Tinggi Keagamaan Islam Swasta (Qomusuddin, Ramdhani, dan Romlah, 2021). Adapun penyebab tidak signifikannya hubungan ini dapat dijelaskan melalui beberapa faktor. Pertama, usia bukan satu-satunya atau faktor utama yang memengaruhi persepsi beban kerja mental, karena variabel seperti jenis pekerjaan, pengalaman, lingkungan kerja, serta kondisi psikologis juga turut berperan penting. Kedua, rentang usia responden dalam penelitian ini mungkin tidak cukup variatif atau merata, sehingga tidak mampu memberikan gambaran hubungan yang kuat. Ketiga, individu yang lebih tua mungkin telah beradaptasi lebih baik terhadap tekanan kerja, sehingga tidak lagi menganggap beban kerja sebagai hal yang berat, berbeda dengan yang lebih muda yang mungkin lebih rentan terhadap stres. Maka dari itu, hasil ini menekankan pentingnya mempertimbangkan variabel-variabel lain dalam mengevaluasi beban kerja mental seseorang, bukan hanya faktor usia semata.

5.3 Analisa Hasil Uji T antara Variabel Usia Terhadap Beban Kerja Mental

Berdasarkan hasil pengolahan hasil uji T antara variabel usia terhadap beban kerja menyatakan bahwa usia tidak berpengaruh terhadap beban kerja diterima. Meskipun secara matematis terdapat hubungan positif antara usia dan beban kerja (ditunjukkan oleh nilai koefisien regresi positif), namun hubungan tersebut tidak cukup kuat untuk dikatakan signifikan secara statistik. Oleh karena itu, dalam konteks penelitian ini, usia tidak dapat dijadikan sebagai faktor yang memengaruhi secara langsung terhadap beban kerja yang dialami responden. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yulianti terhadap pekerja batu bata merah bahwa usia tidak

memengaruhi beban kerja mental (Yulianti, 2022) karena dapat dilihat dari nilai Signifikansi (Sig) variable usia sebesar 0.285

5.4 Analisa Hasil Uji T antara Variabel Lama Bekerja Terhadap Beban Kerja Mental

Berdasarkan hasil pengolahan data pada bab 4 menunjukkan pengaruh variabel lama bekerja terhadap beban kerja mental adalah tidak signifikan secara statistik. Dengan demikian, hipotesis alternatif (H1) ditolak dan hipotesis nol (H0) diterima karena nilai t hitung sebesar 0.879 lebih kecil dibandingkan nilai t table yaitu 2.109 ($0.879 < 2.109$). Sehingga secara parsial, lama bekerja tidak terbukti berpengaruh signifikan terhadap beban kerja mental pada responden dalam penelitian ini.

5.5 Analisa Hasil Uji F Antara Variabel Lama Bekerja dan Usia Dengan Beban Kerja Mental

Berdasarkan hasil pengolahan data pada bab 4 menunjukkan bahwa secara simultan tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel Usia dan Lama Bekerja terhadap Beban Kerja. Dengan kata lain, model regresi yang dibangun tidak signifikan secara statistik dalam menjelaskan variasi beban kerja berdasarkan usia dan lama bekerja responden. Hal ini mengindikasikan bahwa kedua variabel independen tersebut, ketika digabungkan, belum mampu memberikan kontribusi yang cukup besar dalam menjelaskan perubahan pada variabel beban kerja.

5.6 Analisa Perbandingan Perolehan Skor Elemen NASA TLX

Berdasarkan data responden, dapat disimpulkan bahwa peringkat penyumbang beban kerja mental teratas adalah *effort* dengan nilai 75 dan yang terendah adalah *frustation level* dengan nilai 64. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa *effort* merupakan elemen yang menyita sebagian besar beban kerja mental pegawai Quality Control PT Delta Dunia Tekstil dimana hal ini dapat menjadi acuan untuk adanya evaluasi alur kerja sehingga nilai elemen *effort* bisa lebih rendah

5.7 Rekomendasi Upaya Pengurangan Beban Kerja Mental pada Pegawai Quality Control

Setelah dilakukan analisis perhitungan jumlah operator kerja, dapat disimpulkan bahwa rekomendasi yang sesuai ialah penambahan operator kerja. Penambahan operator kerja ini dapat mengurangi skor beban kerja mental hingga 30% dengan prosedur kerja 1 mesin dioperasikan oleh 3 operator setelah penambahan 1 operator didapatkan hasil rerata skor beban kerja mental yang diampu masing-masing yang semula sebesar 85.5 per operator menjadi sebesar 57 per operator dengan persentase penurunan sebesar 33%