

ABSTRAK

UD. Sirup Nira Della 38 merupakan industri minuman yang proses produksinya masih dilakukan secara manual sehingga berpotensi menimbulkan beban kerja fisik dan mental pada pekerja. Berdasarkan observasi, pekerja melakukan aktivitas mengangkat dan memindahkan beban hingga 35 kg dengan jarak 10–16 meter selama 8 jam kerja, serta bekerja dengan posisi berdiri dan jongkok secara berulang. Selain itu, pekerjaan yang bersifat monoton serta adanya tekanan waktu berpotensi menyebabkan kelelahan mental. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis beban kerja fisik menggunakan metode Cardiovascular Load (CVL) dan beban kerja mental menggunakan metode Defence Research Agency Workload Scale (DRAWS). Hasil pengukuran beban kerja fisik menunjukkan nilai %CVL pada stasiun pencucian botol sebesar 33,25%, pemasangan segel 33,10%, pengemasan Sirup 47,02%, dan penyimpanan ke gudang 33,73%, yang secara umum termasuk dalam kategori memerlukan perbaikan. Sementara itu, pada stasiun pencucian botol, 84,81% pada pemasangan segel, 72,22% pada pengemasan 60,6%, dan pada penyimpanan ke Gudang 62,43, yang seluruhnya termasuk dalam kategori beban kerja mental tinggi (overload). Berdasarkan hasil pengukuran beban kerja fisik dan mental tersebut, diperlukan usulan perbaikan berdasarkan pendekatan ergonomi yang difokuskan pada stasiun pengemasan sirup dan stasiun pencucian botol sebagai stasiun dengan beban kerja tertinggi. Usulan perbaikan meliputi perbaikan postur kerja, penggunaan alat bantu, pengaturan waktu kerja dan istirahat, pengaturan ritme kerja, pembagian tahapan pekerjaan, serta perbaikan lingkungan kerja. Dengan adanya perbaikan tersebut, diharapkan dapat menurunkan beban kerja fisik dan mental, mengurangi kelelahan dan stres kerja, serta meningkatkan kenyamanan dan produktivitas pekerja di UD. Sirup Nira Della 38.

Kata Kunci : **Beban Kerja, Beban Kerja Fisik, Beban Kerja Mental *Cardiovascular Load, Defence Research Agency Workload Scale.***