

ABSTRAK

PT. XYZ merupakan perusahaan galangan kapal swasta yang terletak di bagian utara Kota Semarang yang berfokus pada pembuatan, perawatan, dan perbaikan kapal. Sebagai perusahaan galangan yang telah berpengalaman dalam bidang reparasi dan pembangunan kapal tentunya PT. XYZ juga memiliki permasalahan dalam pencapaian target yang dikarenakan keterlambatan proyek dan beban mental yang terjadi pada pekerja. Pengerjaan reparasi kapal tidak mencapai target waktu pengerjaan dikarenakan tidak adanya shift pekerja yang menyebabkan para pekerja memerlukan waktu lembur sehingga para pekerja mengeluh kelelahan dan tekanan pekerjaan. Berangkat dari permasalahan ini, Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menilai beban kognitif yang dialami oleh personil yang diharuskan untuk melakukan banyak aktivitas yang berhubungan dengan pekerjaan di galangan kapal PT XYZ, dengan menggunakan metode NASA-TLX (Task Load Index). Hasil dari perhitungan metode NASA-TLX, skala indikator beban kerja yang paling dominan adalah Effort/Usaha, dengan rata-rata 15,23, yang termasuk dalam kategori beban kerja mental yang tinggi. Rekomendasi Perbaikan untuk PT. XYZ adalah memberikan penghargaan kepada pekerja, memberikan pergantian jam kerja kepada pekerja, memberikan waktu *refreshing* Bersama, dan membuat suasana kerja yang menyenangkan.

Kata kunci: NASA-TLX, beban mental, beban kerja, galangan kapal.