DAFTAR ISI

Lembar Pengesahan i
Lembar Pernyataan iii
Abstrak iv
Kata Pengantar v
Daftar Isi vii
Daftar Tabel ix
Daftar Gambar x
Daftar Lampiran xi
Bab 1 Pendahuluan
1.1. Latar Belakang Masalah 1
1.2. Identifikasi Masalah 3
1.3. Tujuan Penelitian 3
1.4. Pembatasan Masalah 3
1.5. Sistematika Penulisan 3
Bab 2 Landasan Teori
2.1. Sejarah dan Perkembangan Ergonomi 5
2.2. Definisi Ergonomi 6
2.3. Dasar Keilmuan dari Ergonomi 7
2.4. Metode Ergonomi 8
2.5. Prinsip Ergonomi 9
2.6. Pengelompokan Bidang Kajian Ergonomi 9
2.7. Spesialisasi Bidang Ergonomi 10
2.8. Beban Kerja mental 11
2.8.1. Definisi Beban Kerja Mental (*Mental Workload*) 12
2.8.2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Beban Mental 12
2.8.3. Dampak Beban Kerja Berlebihan 13
2.8.4. Pengukuran Beban Kerja Mental 13
2.8.4.1. Nasa-TLX 14
2.8.4.2. *Subjective Workload Assesment Technique*

(SWAT) 19
2.9. Uji-t Dua Sampel Independen (*Independent Sample t-Test*) 21
Bab 3. *Flowchart* Pemecahan Masalah
3.1. *Flowchart* Pemecahan Masalah 23
3.2. Langkah-langkah Pemecahan Masalah 24
Bab 4. Pengumpulan dan Pengolahan Data
4.1. Pengumpulan Data 26
4.1.1. Data Responden 26
4.1.2. Data Hasil Kuesioner Responden 26
4.2. Pengolahan Data 30
4.2.1. Menghitung *Weighted Work Load* (WWL) 30
4.2.2. Menghitung Rata-rata *Weighted Work Load* (WWL)..... 31
4.2.3. Perhitungan Beban Indikator Setiap Satuan Kerja 34
4.2.4. Uji Normalitas Data 42
4.2.5. Uji *Independent Sample* t-*Test* 44
4.2.6. Perhitungan Nilai Beban Indikator Tertinggi 47
Bab 5 Analisis
5.1. Analisis Berdasarkan Kategori 48
5.1.1. *Mental Demand* (MD) 48
5.1.2. *Physical Demand* (PD)..... 48
5.1.3. *Temporal Demand* (TD) 48
5.1.4. *Performance* (P0) 49
5.1.5. *Frustation Level* (FR)..... 49
5.1.6. *Effort* (EF) 49
5.2. Analisis Keseluruhan 50
Bab 6 Kesimpulan
6.1. Kesimpulan 53
6.2. Saran 53
Daftar Pustaka
Lampiran