

**"HUBUNGAN BEBAN KERJA MENTAL DENGAN STRES
KERJA GURU DALAM KONDISI COVID-19 DAN WORK
FROM HOME"**

TUGAS AKHIR



Oleh:

MUTIA MELATI SUKMA

1610931002

**JURUSAN TEKNIK INDUSTRI
FAKULTAS TEKNIK
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG
2021**

**"HUBUNGAN BEBAN KERJA MENTAL DENGAN STRES
KERJA GURU DALAM KONDISI COVID-19 DAN WORK
FROM HOME"**

TUGAS AKHIR

*Sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Program Sarjana Pada Jurusan
Teknik Industri Fakultas Teknik Universitas Andalas*

Oleh:

MUTIA MELATI SUKMA

1610931002

Pembimbing:

Hilma Raimona Zadry, M.Eng, Ph.D

Prof. Ir. Nilda Tri Putri, Ph.D, IPM



**JURUSAN TEKNIK INDUSTRI
FAKULTAS TEKNIK
UNIVERSITAS ANDALAS**

2021

ABSTRAK

Penemuan kasus Pneumonia misterius di Kota Wuhan, Provinsi Hubei, Cina telah dilaporkan oleh WHO China Country Office pada Desember 2019 dan mulai teridentifikasi di Indonesia pada bulan Maret 2020. Salah satu kebijakan yang diambil pemerintah dalam upaya memutus rantai penyebaran COVID-19 adalah dengan menerapkan Work from Home (WFH). Guru merupakan salah satu posisi sentral dalam sistem pendidikan sehingga pada kondisi WFH pembelajaran dilakukan secara online. Oleh karena itu penyesuaian perlu dilakukan untuk mengidentifikasi kondisi guru dalam melaksanakan proses belajar mengajar secara online. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis beban kerja mental dan stres kerja serta menentukan hubungannya dalam pembelajaran online. Variabel bebas pada penelitian ini adalah beban kerja mental dan variabel terikat adalah stres kerja. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner stres kerja dan kuesioner NASA-TLX untuk beban kerja mental. Hasil penelitian menunjukkan bahwa beban kerja mental yang dirasakan oleh guru di Kota Padang dalam pembelajaran online berada dalam kategori beban kerja mental tinggi dengan nilai 61,50. Sedangkan untuk stress kerja mendapatkan nilai 33,61 dengan kategori stress kerja tinggi. Sementara, hasil analisis hubungan beban kerja mental dengan stress kerja didapatkan nilai p-value 0,032 dengan nilai r sebesar 0,376 yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara beban kerja mental dengan stress kerja guru di Kota Padang dalam proses pembelajaran online. Penelitian ini merekomendasikan untuk menggunakan metode kombinasi dalam proses pembelajaran. Selain itu, penyesuaian kurikulum serta pelatihan mengajar dan juga pemberian penghargaan atas kinerja yang dilakukan juga dari pemerintah juga perlu dilakukan.

Kata Kunci: COVID-19, WFH, NASA-TLX, Beban Kerja Mental, Stres Kerja

ABSTRACT

The discovery of a mysterious pneumonia case in Wuhan City, Hubei Province, China was reported by the WHO China Country Office in December 2019 and began to be identified in Indonesia in March 2020. One of the policies taken by the government in an effort to break the chain of the spread of COVID-19 is to implement Work from Home (WFH). The teacher is one of the central positions in the education system so that in WFH conditions, learning is carried out online. Therefore, adjustments need to be made to identify the conditions of the teacher in carrying out the online teaching and learning process. The purpose of this study was to analyze mental workload and work stress and determine their relationship in online learning. The independent variable in this study is mental workload and the dependent variable is work stress. Data were collected using a job stress questionnaire and a NASA-TLX questionnaire for mental workload. The results showed that the mental workload felt by teachers in Padang City in online learning was in the high mental workload category with a value of 61.50. Meanwhile, for work stress, it got a score of 33.61 in the high job stress category. Meanwhile, the results of the analysis of the relationship between mental workload and work stress obtained a p-value of 0.032 with an r value of 0.376 which indicates that there is a relationship between mental workload and teacher work stress in the city of Padang in the online learning process. This study recommends using a combination method in the learning process. In addition, adjustments to the curriculum and teaching training as well as awarding performance from the government also need to be done.

Keywords: COVID-19, WFH, NASA-TLX, Mental Workload, Work Stress